

Δραστηριότητες



Αναρωτιόμουν ποιο πεζοπορικό ενδιαφέρον θα μπορούσε να έχει ο Αϊ – Λιάς. Με υψόμετρο μόλις 950 μέτρων στην κορυφή του, ο λόφος που δεσπόζει πάνω από την πόλη της Κοζάνης, δεν συγκαταλέγεται, βέβαια, ανάμεσα στους πιο συναρπαστικούς – από άποψη υψόμετρου – ορειβατικούς προορισμούς. Πατί επέμενε λοιπόν, εδώ και μήνες, ο φίλος μας ο Αδάμος, (1) να πεζοπορήσουμε μαζί του στον Αϊ – Λιά; Το διαπιστώσαμε στο τέλος Ιουλίου, όταν ο δρόμος μας έφερε, για άλλη μια φορά στην Κοζάνη.



Κοζάνη Μονοπάτια Αϊ-Λιά

ΚΕΙΜΕΝΟ: Θεόφιλος Μπασγιουράκης
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ: Άννα Καλαϊτζή





Πυκνή και εμφανής σήμανση διευκολύνει την πορεία των επισκεπτών του μονοπατιού.

Με συντροφιά ανθρώπων πολύ ξεχωριστών

Ο «Ψηλός Αϊ – Λιάς», όπως συνηθίζουν ν' αποκαλούν τον λόφο τους οι κάτοικοι της Κοζάνης, ορθώνεται προστατευτικά πάνω από το Β – ΒΔ τμήμα της πόλης. Για πρώτη – και μοναδική – φορά βρέθηκαν σ' αυτά τα ψηλώματα στις αρχές του 2013, προσκεκλημένος από τον ΣΕΟ Κοζάνης στην κοπή της πίτας των Ορειβατικών Συλλόγων της Περιφέρειας Κεντροδυτικής Μακεδονίας. Εκεί, στην τοποθεσία «**Σμάθκο**», σε υψόμετρο 900 μέτρων, είχα ζήσει ωραίες στιγμές ανάμεσα σε ανθρώπους της φύσης και του βουνού. ⁽²⁾

Από το καταφύγιο είχαμε ανηφορίσει με αυτοκίνητα ως την κορυφή του λόφου, στην εκκλησία του Αϊ – Λιά. Ένας χιονοσκέπαστος ορίζοντας μας αποκάλυπτε περιμετρικά μερικούς από τους γνωστό-

τερους ορεινούς όγκους της περιοχής, με διασημότερο – βέβαια – του Ολύμπου. Στη διάρκεια της σύντομης εκείνης επίσκεψης δεν είχα την δυνατότητα να εντοπίσω στον λόφο κάποιο μονοπάτι. Ήταν δικαιολογημένη – λοιπόν – η απορία μου όταν ο Μίμης Αδάμος μας προσκάλεσε να πεζοπορήσουμε μαζί στον Αϊ – Λιά. Το πρωινό της 27ης Ιουλίου μας καλωσορίζει ο φίλος μας στην τοποθεσία «**Νιάμερος**», που βρίσκεται στην Β έξοδο της Κοζάνης προς την Πτολεμαΐδα, στους πρόποδες του Αϊ – Λιά. Μαζί με τον Μίμη μας καλωσορίζουν τέσσερις ακόμη άνθρωποι, δύο άντρες και δύο γυναίκες. Είναι ο **Κώστας Μπέλλας** και ο **Κώστας Παγκαλίδης**, η **Κούλα Τσιφλίδου** και η **Γεωργία Μήτσιου**. (Η Κούλα Τσιφλίδου και ο Κώστας Παγκαλίδης έχουν αρωγό στις αγωνιστικές τους προσπάθειες την *Nova Sports Running Team*). Με παπούτσια πεζοπορίας όλοι, ελαφρύ ρου-

τισμό και σιλουέτες καλογυμνασμένων αθλητών. Οι χειραφίδες που ανταλλάσσουμε είναι εγκάρδιες και ζωντανές. Μαζί με τις συστάσεις αναφέρει και κάποια συνοπτικά στοιχεία για το βιογραφικό των καινούργιων φίλων μας, ο Μίμης. Όλοι είναι λάτρεις των διαδρομών μεγάλων αποστάσεων είτε στον κλασικό μαραθώνιο είτε σε μαραθώνιους βουνών. Για την Γεωργία Μήτσιου – επιπλέον – θα λέγαμε ότι το 2016 τερμάτισε το 34^ο Σπάρταθλο σε 34 ώρες και 11 λεπτά. Έγινε έτσι η 5^η Ελληνίδα – από το 1983 – που τερμάτισε αυτό τον θρυλικό και εξοντωτικό

υπερμαραθώνιο των **245,30** χλμ. από την Αθήνα ως την πόλη της Σπάρτης. ⁽³⁾ Απομένουμε, με την Άννα, να κοιτάμε εκπληκτοι, μια τον έναν και μια τον άλλο.

-Εμείς, οι κοινοί θνητοί, πώς θα βαδίσουμε δίπλα σ' αυτά τα θηρία; ρωτάω τον Μίμη. Γελάνε οι φίλοι μας.

-Με ήρεμο και απολαυστικό ρυθμό, λέει ο Κώστας Μπέλλας. Σημερινός στόχος όλων μας είναι ένας ωραίος φυσιολατρικός περίπατος στα μονοπάτια που έχουν διανοικθεί τα τελευταία χρόνια πάνω και γύρω από τον ορεινό όγκο του Αϊ – Λιά.

(1) Με ορειβατική και αναρριχητική δραστηριότητα από το 1992 και με συμμετοχές στον διάσημο αγώνα ορεινού τρεξίματος Olympus Marathon, ο Αιμίλιος Αδάμος εξελέγη στο 11μελές Διοικητικό Συμβούλιο της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ορειβασίας – Αναρρίχησης (Ε.Ο.Ο.Α.) για το διάστημα 2016 – 2020.

(2)Σχετικό άρθρο – αφιέρωμα υπάρχει στο ΕΛΛ. Πανόραμα, τεύχος 92, 2013.

(3)Πολυσέλιδο άρθρο φιλοξενείται στο τεύχος 96, 2013.

Ένα έξοχα διανοιγμένο και σηματοδοτημένο μονοπάτι 1300 μέτρων, διασχίζει το δάσος των μαυρόπευκων και γάβρων.





Ανηφορική πορεία σε ομαλές πλαγιές αλλά και ήπια σκαρφαλώματα στους ασβεστολιθικούς βράχους του Αϊ – Λια, για απλούς πεζοπόρους αλλά και ορειβάτες.

Ο απρόσμενα συναρπαστικός, «ψηλός Αϊ – Λιάς».

09:20'. Από την θέση Νιάμερος ξεκινάμε μια ελαφρά κατηφορική διαδρομή, με κατεύθυνση Β, παράλληλα με την άσφαλτο προς Πτολεμαΐδα. Το υψόμετρο είναι **742 μ.** Σε 8' συναντάμε αριστερά το μονοπάτι όπου υπάρχει κίτρινη πινακίδα με δυο ανθρωπάκια. Το υψόμετρο έχει ήδη πέσει στα 712 μέτρα. 3' μετά κατευθυνόμαστε – χωρίς σήμανση – αριστερά (ΝΔ). Αρχίζει ένα στενό και ευκολοδιάβατο, χωμάτινο μονοπάτι, ανάμεσα σε σκιερό δάσος μαυρόπευκων και γάβρων. *-Με την βοήθεια φυσιολατρών και ερασιτεχνών αθλητών καταφέραμε τον περασμένο Μάιο να διανοίξουμε συνολικά 1300 μέτρα αυτού του μονοπατιού, παρατηρεί ο Κώστας Μπέλλας. Σύμμαχο σ' αυτή την προσπάθεια είχαμε και το μαλακό, χωμάτινο έδαφος του δάσους.*

09:48'. Αφήνουμε μια διακλάδωση αριστερά (Δ – ΝΔ) και συνεχίζουμε ευθεία (Β – ΒΔ). Ακολουθούν ήπια ανεβοκατεβάσματα σε υπέροχο φυσικό περιβάλλον, βυθισμένο στη σκιά. Η ζέστη της μέρας χάνει πολλή από την δύναμή της, μέχρι να φτάσει ως εμάς. Το δάσος ξανοίγει για λίγο, στο μικρό ξέφωτο προβάλλουν δυο κορομπλιές. Κατάφορτα είναι τα κλαδιά τους, με κιτρινοκόκκινα κορόμπλια της μιας και ολόμαυρα της άλλης. Τα ξανθοκόκκινα είναι ζουμερά και υπέροχα, ενώ τα μαύρα είναι σφιχτά, χρειάζονται τουλάχιστον ένα δεκαήμερο ακόμη.

10.00'. Αμέσως μετά το ξέφωτο και έχοντας ακόμη στο στόμα την γλυκόξινη, τόσο ευχάριστη γεύση των κορόμπλων, φτάνουμε στη θέση «**Δεξαμενή**». Η ονομασία οφείλεται στην μεγάλη μαύρη δεξαμενή νερού, που βρίσκεται εγκατεστημένη – για λόγους πυρόσβεσης - εδώ. Στο σημείο αυτό τερματίζει η διάνοιξη του





Τα γεωλογικά χαρακτηριστικά του λόφου Ψηλού Αϊ λια είναι ασβεστόλιθοι Κρητιδικής ηλικίας (~80 εκ. ετών). Χαρακτηρίζονται από πληθώρα απολιθωμάτων ρουδιστών, που προσδιορίζουν το μικρό βάθος των υδάτων κατά την ιζηματογένεση και τον παράκτιο χαρακτήρα της τότε περιοχής,

δασικού μονοπατιού των 1300 μέτρων. Από την αφετηρία της διαδρομής μας, στην θέση «Νιάμερος», με χαλαρό ρυθμό, έχουμε χρειαστεί μόλις **40** λεπτά. Είναι ένας υγιεινός περίπατος, χαλαρωτικός και ξεκούραστος, μέσα σε πανέμορφο και σκιερό δασικό περιβάλλον, που απευθύνεται σε όλη την οικογένεια. Και, βέβαια, έχει δημιουργηθεί χάρη στην ανιδιοτελή πρωτοβουλία των φυσιολατρών – αθλητών φίλων μας και όσων τους έχουν συμπαρασταθεί.

Ανηφορίζοντας στον ψηλό Αϊ – Λιά

10.00’. Διασχίζουμε μια συστάδα κυπαρισσιών εγκαταλείπουμε το δασικό περιβάλλον και ξεκινάμε, από υψ. **680μ.** το μονοπάτι στην γυμνή, πετρώδη πλαγιά του Αϊ – Λιά. Του οποίου αντικρύζουμε, για πρώτη φορά, την κορυφή. Μερικές εκατοντάδες μέτρα βορειότερα χαμηλά,

διαγράφεται, στο λεκανοπέδιο της Κοζάνης, η θεαματική, αρχοντική αρτηρία της Εγνατίας Οδού. Στον απόηχο, άλλωστε, των αυτοκινήτων της και ιδιαίτερα των βαρέων οχημάτων οφείλεται ο μοναδικός – αλλά ελάχιστο ενοχλητικός – θόρυβος, που φτάνει ως τ’ αυτιά μας. Κάποια στιγμή σκύβει στο σκληρό ασβεστολιθικό έδαφος ο Μίμης. Από μια μικρή, ανοιχτοπράσινη τούφα κόβει και μας δίνει ένα κλαδάκι. Είναι το αρωματικό «λευκό τσάι» του Αϊ – Λιά, ιδιαίτερα δημοφιλές μεταξύ των κατοίκων της Κοζάνης.

Ένα τέταρτο μετά την αρχή της ανηφορίας φτάνουμε σε υψόμετρο **730** μέτρων. Εδώ παίρνουμε μερικές αναπνοές, όχι απαραίτητες για τους προπονημένους φίλους μας αλλά οπωσδήποτε για μας. Στα ΒΑ εκτείνεται η μακρόστενη οροσειρά του Βερμίου ενώ, πάνω από την λεκάνη της Πτολεμαΐδας, είναι μόνιμα συσσωρευμένα τα χαρακτηριστικά νέφη

που δημιουργούνται από τα εργοστάσια λιγνίτη. Στα πόδια μας το θέαμα είναι πιο οικολογικό, κυριαρχεί το υπέροχο σκουροπράσινο δάσος που, λίγη ώρα πριν, έχουμε διασχίσει.

10:20'. Με το αλτίμετρο να δείχνει **750** μ. φτάνουμε στο «**Ελληνοτόπι**», ένα αναπεπταμένο υψίπεδο στους ΒΑ πρόποδες της κορυφής. Αυτό είναι το σημείο από το οποίο έφυγαν, με την λήξη της γερμανικής κατοχής στην περιοχή, οι τελευταίοι Γερμανοί. Από εκείνη την εποχή έχει απομείνει ένα ταμπούρι από ξερολιθιά. Άλλα χαρακτηριστικά στοιχεία του τόπου είναι ένα εκπληκτικό πέτρινο ορόσημο με σχήμα κωνικό, κατασκευασμένο με ιδιαίτερη δεξιοτεχνία από τους φίλους μας, μια ελληνική σημαία - πολύ συμβολική για την ιστορικότητα της περιοχής - καθώς κι ένα ταπεινό παγκάκι, που μπορεί να προσφέρει ξεκούραση σε δυο πεζοπόρους. Μέσα στο αυστηρό ασβεστολιθικό τοπίο του βουνού, το οροπέδιο

αυτό με τα επιμέρους χαρακτηριστικά του, είναι στα μάτια μας ένας τόπος πολύ ειδυλλιακός.

Χαρίζουμε μια λιγόλεπτη, πολύ ευχάριστη στάση στους εαυτούς μας. Στα Α - ΝΑ αγναντεύουμε τα δασωμένα Πιέρια και, λίγο πιο πίσω, τις μυτερές απολήξεις των υψηλών κορυφών του Ολύμπου. Στη συνέχεια και λίγο νοτιότερα, αναπτύσσεται το περίγραμμα από τα χαμπλοβούνια Χάσια και Αντιχάσια. Από το σημείο όπου βρισκόμαστε ξεκινάει μια ευδιάκριτη διακλάδωση του μονοπατιού με κατεύθυνση Ν -ΝΑ, που με πορεία νπιότερη και πιο σύντομη, καταλήγει ως την αφετηρία της αρχικής μας διαδρομής.

-Θα αναρωτηθείτε, ίσως, γιατί δεν επιλέξαμε από την αρχή αυτή την πιο φιλική διαδρομή, λέει ο Κώστας Μπέλλας. Απλά, θέλαμε να γνωρίσετε δύο, τελείως διαφορετικούς τύπους μονοπατιών: αφ' ενός ένα χωμάτινο, σκιερό και πολύ ξεκούραστο δασικό μονοπάτι και αφ' ετέρου ένα από τα πολλά πε-

Υψίπεδο «Ελληνοτόπι», στους ΒΑ πρόποδες της κορυφής. Με την λήξη της γερμανικής κατοχής, είναι το σημείο από όπου αποχώρησαν οι τελευταίοι Γερμανοί.





Η διαδρομή δεν περιλαμβάνει μόνον ανηφοριές αλλά και ξεκούραστα μονοπάτια σε ευχάριστες κατηφοριές.

τρόδη, ανηφορικά και καυτά από τον ήλιο, μονοπάτια του βουνού.

- Προφανώς, ήταν και πολύ διαφορετικές οι συνθήκες σχεδιασμού και διάνοιξης των ποικίλων τύπων μονοπατιών, παρατηρώ.

Ο Κώστας Μπέλλας ρίχνει μια ματιά στον Κώστα Παγκαλίδη.

- Χωρίς υπερβολή, θα μπορούσαμε να γράψουμε ολόκληρο βιβλίο για το χρονικό σύλληψης της ιδέας και, στη συνέχεια, της δημιουργίας αυτών των μονοπατιών.

Αφήνει ο Κώστας Μπέλλας την μνήμη του να κάνει ένα χρονικό άλμα μιας δεκαετίας στο παρελθόν. Τότε που έκανε προπονήσεις για τον πρώτο του ορεινό αγώνα, τον χειμωνιάτικο Ενιπέα του 2007 και μετέπειτα, για τον Olympus Marathon του 2008. Σ' αυτές τις προπονήσεις, μαζί με τον επίσης αθλητή ορεινών αγώνων Κώστα Παγκαλίδη, ήταν υποχρεωμένοι να ξενιτεύονται στα Πιέρια ή στον Όλυμπο. Με την έλευση της

«κρίσης» έψαξαν να βρουν κοντινότερο και οικονομικότερο πεδίο προπόνησης. Κατέληξαν στις κακοτράχαλες και χωρίς μονοπάτι πλαγιές του Αϊ-Λια, κινδυνεύοντας ανά πάσα στιγμή με τραυματισμό.

- Επειδή όμως «πενία τέχνας» κατεργάζεται, έψαχνα να βρω τρόπους να «εξανθρωπίσω» να κάνω πιο φιλικό τον Αϊ-Λια. Έβαλα κάποια πρώτα σημάδια και τα έδειξα στην Γεωργία και στον Μίμη, που τα ενέκριναν. Ο Κώστας Παγκαλίδης, επίσης, στάθηκε δίπλα μου από την πρώτη στιγμή.

- Είχαμε όμως και πολλές βοήθειες από τον γιο σου τον Θάνο, συμπληρώνει ο Κώστας Παγκαλίδης.

- Τέλος πάντων, συνεχίζει ο Κώστας Μπέλλας. Αρχισαν, λοιπόν, αμέτρητες ώρες δουλειάς σ' έναν τόπο δύσκολο και σκληρό. Κάποια στιγμή συνειδητοποιήσαμε, ότι όλη αυτή η προσπάθεια δεν θα 'πρεπε να έχει ως στόχο την δική μας διευκόλυνση στις προπονήσεις, θα μπορούσε να απευθύνεται

σε κάθε φυσιολάτρη και πεζοπόρο, Κοζανίτη και επισκέπτη. Με την αρωγή, λοιπόν, της προηγούμενης Δημοτικής Αρχής, την συμπαράσταση λιγοστών φίλων και την διακριτική παρακολούθηση του Δασαρχείου Κοζάνης, άρχισε να δημιουργείται ένα εξαιρετικό και ασφαλές δίκτυο, διαφόρων βαθμών δυσκολίας, μονοπατιών. Πάντα, βέβαια, με τις ηπιότερες δυνατές παρεμβάσεις στο φυσικό περιβάλλον και πάντα με γνώμονα το γενικό καλό. Άλλωστε, τα μονοπάτια του Αϊ-Λια δεν είναι – πλέον- μόνον δρομικά αλλά περιπατητικά και εκδρομικά, αφού χρησιμοποιούνται και από σχολεία της πόλης για εκπαιδευτικούς σκοπούς.

Σήμερα, μια σχεδόν δεκαετία μετά, οι οραματιστές και πρωτεργάτες μπορούν να αισθάνονται περήφανοι. Ο άλλοτε δύστροπος και εχθρικός λόφος του Αϊ-Λια έχει μεταμορφωθεί σ' ένα εξαιρετικό «πεζοπορικό πάρκο» 18 χιλιομέτρων, άριστα διανοιγμένων και σημαδοτημένων μονοπατιών, που κάθε πεζοπόρος αλλά και

ορειβάτης θα περιλάμβανε ευχαρίστως στην ατζέντα του. Το έργο, βέβαια, των φίλων μας δεν τελειώνει ποτέ. Πάντα είναι απαραίτητες κάποιες συντηρήσεις και βελτιώσεις αλλά και επεκτάσεις σε γειτονικούς λόφους, που θα προσθέσουν αρκετά συναρπαστικά χιλιόμετρα «φρέσκων» μονοπατιών.

Βαδίζουμε, απολαμβάνουμε, θαυμάζουμε.

10.30'. Αφήνουμε μια απότομη διακλάδωση προς τα ΝΔ και συνεχίζουμε με πορεία ΒΔ, ελαφρά κατηφορική. Απίθανες ποσότητες φασκόμπλου καλύπτουν την πλαγιά, σε κάθε μας βήμα ο τόπος ευωδιάζει. Εκτός από χαμπλούς θάμνους το τραχύ ασβεστολιθικό έδαφος φιλοξενεί και μια σημαντική ποικιλία δέντρων από γάβρους – κυρίως, – φράξους, μικρά πεύκα και σποραδικές κρانيές. Δυστυχώς τα κράνα είναι ακόμα κόκκινα στα

Βαθεία ίχνη από νύχια αρκούδας σε κορμό νεαρού πεύκου, παραδοσιακός τρόπος οριοθέτησης της κυριαρχίας της στην περιοχή.





Κάτοψη της μεγάλης Εγνατίας Οδού στον κάμπο της Κοζάνης. Με σκληρότατες προσπάθειες ατελείωτων ωρών οι φίλοι μας κατόρθωσαν να τιθασεύσουν τις κακοτράχαλες, βραχώδεις πλαγιές του Αϊ – Λια, διαμορφώνοντας, μάλιστα, και πολύτιμα πεζουλάκια ξεκούρασης σε επίκαιρα σημεία της διαδρομής.

κλαδιά, έχουν μια στυφότητα που, ωστόσο, θα μπορούσε σε μερικές μέρες να είναι γοητευτική.

10.50'. Πάντα με την διακριτική παρουσία και «ανάσα» της Εγνατίας, φτάνουμε στο δεύτερο κωνοειδές, πέτρινο ορόσημο σε υψόμετρο **685** μέτρων. Εδώ, όσο κι αν φαίνεται απίθανο, διακρίνουμε εμφανέστατα, στον κορμό ενός νεαρού πεύκου, τα βαθειά ξυσίματα που υποδηλώνουν τα όρια της επικράτειας μιας αρκούδας. Προς επίρρωσιν της τολμηρής αυτής διαπίστωσης έρχεται η ανακάλυψη δύο χαρακτηριστικών τριχών από το μεγάλο θηλαστικό. Κι ενώ το μονοπάτι συνεχίζει ξεκούραστο να τραβερσάρει με ανεπαίσθητες κλίσεις την πλαγιά, κάποια στιγμή συναντάμε μια διακλάδωση και σταματάμε.

-Εδώ θα κάνουμε μια παράκαμψη, λέει ο Κώστας. Θα εγκαταλείψουμε τον ευχάριστο περίπατο και θα πάρουμε τις ανηφοριές.

*Πληροφοριακά σας λέω, ότι μέχρι τώρα έχουμε διανύσει **2.150** μέτρα.*

11.00'. Από υψόμετρο **700** μέτρων αρχίζουμε την ανάβαση με γενική κατεύθυνση Δ – ΝΔ. Το έδαφος είναι πετρώδες και κακοτράχαλο και, παρά τους αλλεπάλληλους ελιγμούς του μονοπατιού, η κλίση παραμένει ισχυρή. Όπως στρέφουμε το βλέμμα μας προς τα πάνω, η συνολική διαδρομή μοιάζει εξαιρετικά δυσπρόσιτη κι εχθρική.

-Αντί είχα σκεφτεί αρχικά κι εγώ, λέει ο Κώστας Μπέλλας. Και μετά, πήραμε με τον Κώστα Παγκαλίδη την μεγάλη απόφαση: να τιθασέψουμε την πλαγιά. Άρχισε ένας αγώνας σκληρός και πεισματικός. Μετακινούσαμε πέτρες, άλλες τις σπάσαμε και τις κάναμε σκαλοπάτια που υποστηρίζαμε με μπετόβερρες. Ταλαιπωρούμασταν πολύ, γιατί ήταν πολύ χρονοβόρα και η μεταφορά των εργαλείων και υλικών. Κάποιες φορές δεν καταφέραμε σε μια μέρα να ολοκληρώσουμε ούτε 20 μέ-





τρα μονοπατιού. Η αντίστοιχη ημερήσια επίδοση στο δασικό μονοπάτι που διασχίσαμε νωρίτερα, κυμαινόταν από 100 – 150 μέτρα. -Κάποτε, πάντως, την νικήσαμε την πλαγιά, λέει ο Κώστας Παγκαλίδης. Όταν, με το καλό θα φτάσουμε στο υψηλότερο σημείο της, θα δείτε με ποιο τρόπο γιορτάσαμε αυτό το γεγονός.

Επί μισή ώρα ανηφορίζουμε, ιδροκοπάμε αλλά και θαυμάζουμε την ελικοειδή πέτρινη στράτα που σχεδίασαν από το μηδέν και στη συνέχεια δημιούργησαν οι φίλοι μας στην – άλλοτε – απροσπέλαστη πλαγιά. Δεν είναι υπερβολή αν πω, ότι σε αρκετές περιπτώσεις η μορφή του μονοπατιού μου φέρνει στο νου την κατασκευαστική επιμέλεια και εμπειρία των παλιών ηπειρωτών μαστόρων. Πού και πού σταματάμε για μερικές αναπνοές, άλλοτε σ'ένα καλοκατασκευασμένο

πέτρινο παγκάκι και άλλοτε στην ευεργετική σκιά κάποιου μικρόδεντρου.

11:30'. Ένα πανέμορφο πέτρινο εικονοστάσι και μια ελληνική σημαία μάς καλωσορίζουν στο τέλος της ανηφόρας. Μιας ανηφόρας με συνολικό μήκος 400 μόλις μέτρων αλλά με υψομετρική διαφορά 200 μέτρων, αφού ήδη βρισκόμαστε σε υψόμετρο **903** μέτρων. Το ξωκκλησάκι είναι αφιερωμένο προς τιμήν των **Αγίων Κων/νου και Ελένης**.⁽⁴⁾ Η τιμητική αυτή αφιέρωση έχει τον συμβολισμό της, αφού υπενθυμίζει το όνομα των δυο ανθρώπων με το όνομα «**Κώστας**», που πρωτοστάτησαν στην δημιουργία του μονοπατιού και του ξωκκλησιού.

Ξεκούραση, αγνάντεμα της πεδιάδας και των γύρω ορεινών όγκων και, στις **11:45'**, συνεχίζουμε κατηφορικά, με κατεύθυνση Ν-ΝΔ προς αναρριχητικά πε-

(4) Ωραία φωτογραφία του συγκεκριμένου εικονοστασίου έχει δημοσιευθεί σε ανύποπτο χρόνο, στο τεύχος 92, 2013.

Μια απαιτητική ανάβαση, κάτω από καυτό ήλιο, μας οδηγεί στον βραχώδη λόφο με το πέτρινο εικονοστάσι των Αγίων Κων/νου και Ελένης.







Αναρριχητικά πεδία, χαρακτηριστικές σημάνσεις και βράχια «λούκια» συναντάμε περιμετρικά του Ψηλού Αϊ – Λια. Μερικά χρόνια πριν, αυτά τα χαρακτηριστικά του Βουνού ήταν άγνωστα στο ευρύ κοινό, όχι μόνον ξένων αλλά και ντόπιων.

δία και «Περιστεριώνες». Σ'ένα 5λεπτο συναντάμε σε κορμό γκορτσιάς τις γνωστές κίτρινες πινακίδες με τα ανθρωπάκια. Στ'αριστερά η διακλάδωση οδηγεί στο αναρριχητικό πεδίο «Λούκι», ενώ στα δεξιά στο αναρριχητικό πεδίο των Περιστεριώνων. Κατευθυνόμαστε δεξιά.

12.00´. Μετά από κατηφορία σε ολισθηρό έδαφος φτάνουμε στους Περιστεριώνες, μεγάλο συγκρότημα βράχων, που είχε κάποτε φωλιές άγριων περιστεριών. Στον ασβεστολιθικό βράχο υπάρχουν ασφαλισμένες αρκετές αναρριχητικές διαδρομές με παράξενα, συνήθως ονόματα όπως: «Ιπτάμενο Τρυπάνι» και «Κατεδαφίσεις ΕΠΕ».

Συνεχίζοντας τη διαδρομή μας κυκλικά

των βράχων συναντάμε γρήγορα, ένα μονοπάτι που κατηφορίζει δεξιά σε पुलώνες της ΔΕΗ. Εμείς κατευθυνόμαστε αριστερά ανηφορικά προς το Λούκι. Σε λιγότερο από ένα 10λεπτο περνάμε από την βάση της πέτρινης χοάνης η οποία, τηρουμένων των αναλογιών, πήρε την ονομασία της από το διάσημο «Λούκι», που καταλήγει στον Μύτικα του Ολύμπου. Υπάρχουν και πάλι ασφαλισμένες αναρριχητικές διαδρομές.

12.30´. Με κυκλική διαδρομή ξαναβρισκόμαστε μπροστά στις κίτρινες πινακίδες της γκορτσιάς. Η οποία, παρά το χαμηλό της μπόι, μας χαρίζει μια στάση με δροσερή σκιά. Επιστρέφουμε στο ζωκκλήσι και τούτη τη φορά συνεχίζου-



Προσκύνημα αλλά και δροσερό νερό από τον ψύκτη του Αϊ – Λια. Ο ναός ανακαινίστηκε μαζί με το καμπαναριό, το οποίο κάηκε στην δεκαετία του 1950. Σήμερα, μετά την ανοικοδόμηση της περιοχής, ο Αϊ – Λιάς είναι ενοριακή εκκλησία.

με για την κορφή του Αϊ-Λια. Περνάμε δίπλα από κυκλικό πολυβολείο του Β' Παγκοσμίου Πολέμου, συνεχίζουμε σε επίπεδο μονοπάτι και στις **13.00'**, φτάνουμε στον σκιερό αύλειο χώρο του Αϊ-Λια, σε υψόμετρο **955** μέτρων. Με όλες τις ενδιάμεσες στάσεις έχουμε πεζοπορήσει **3 ώρες και 40'**, καλύπτοντας μια συνολική διαδρομή **4.740** μέτρων στα μονοπάτια του Αϊ-Λια. Που, βέβαια, δεν αντιπροσωπεύουν ούτε το 30% των χαραγμένων μονοπατιών του βουνού. Έχω κάθε λόγο να δικαιώνω την επιμονή του φίλου μας του Μίμη να επισκεφθούμε τον Αϊ-Λια. Όχι μόνον για ν' απολαύσουμε τις περιπατητικές του διαδρομές αλλά, κυρίως, για να γνωρίσουμε αυτούς τους ξεχωριστούς αλλά – δυστυχώς – τόσο λιγιστούς ιδεολόγους. Που με την ανιδιοτέλεια και την ακατάβλητη προσωπική τους προσπάθεια, μας δίνουν το δικαίωμα να αισιοδοξούμε, παρ' όλη την συ-

νολική κατάρπτωση ήθους και αξιών που μας κατατράχουν.

Ευχαριστούμε θερμά

Τον καλό μας φίλο **Μίμη Αδάμο**, για την επιμονή του να επισκεφθούμε τον Αϊ – Λια, καθώς και τους καινούργιους μας φίλους **Κώστα Μπέλλα**, **Κώστα Παγκαλίδη**, **Κούλα Τσιφλίδου** και **Γεωργία Μήτσιου**, που με το παράδειγμα και την αγάπη τους στο περιβάλλον, δείχνουν τον δρόμο που θα έπρεπε να ακολουθούν κυβερνώντες και κυβερνώμενοι σ' αυτό τον τόπο.

Χρήσιμες πληροφορίες

Ε.Ο.Σ. ΚΟΖΑΝΗΣ: Τηλ. 6979 720333 (Σπύρος Ζίγρας).

Σ.Ε.Ο. ΚΟΖΑΝΗΣ: Τηλ. 24610 25909 (καθημερινά από 20:30- 22:30).

