

Περιήγηση



Δεν είναι συνηθισμένο για έναν τόπο να μπορεί να κινήσει και κυρίως να συντηρήσει –για πολλές μέρες- το ενδιαφέρον μιας ευρείας γκάμας ταξιδευτών. Ένας τέτοιος τόπος είναι, αναμφίβολα, η ευρύτερη περιοχή της Ζίτσας. Την προίκισε η φύση μ' ένα υπέροχο ποτάμι, τον Καλαμά με τους παραποτάμους του. Με κοιλάδες, λιβάδια και κατάφυτα βουνά.

Δεν λείπουν και τα σπουδαία έργα των ανθρώπων: εξάισια δασικά και παραποτάμια μονοπάτια, πέτρινα γεφύρια, παραδοσιακά χωριά και μια πλειάδα ναών και μοναστηριών, προπύργια ορθοδοξίας των τελευταίων πέντε αιώνων. Να ένας προορισμός που μπορεί να γοητέψει και τον απαιτητικότερο ταξιδιώτη.



Ζίτσα

Των περιηγητών και προσκυνητών

ΚΕΙΜΕΝΟ: Θεόφιλος Μπασγιουράκης
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ: Άννα Καλαϊτζή







Από τη Ζίτσα στο Θεογέφυρο

Το φθινόπωρο του 2005 δύο καλοί φίλοι και συνεργάτες ταξίδεψαν στη Ζίτσα. Η περιήγησή τους απέφερε ένα ωραίο άρθρο ⁽¹⁾, με πολλά στοιχεία για το τοπικό κρασί, αποσπάσματα από εντυπώσεις παλιών περιηγητών της Ζίτσας και εξαιρετικές εικόνες από το ξακουστό **“Θεογέφυρο”** και τα μοναστήρια **Προφήτη Ηλία** και **Πατέρων**.

Σήμερα, 15 χρόνια μετά, επιστρέφουμε στην Ζίτσα. Τούτη τη φορά εστιάζουμε κυρίως το ενδιαφέρον σε κάποια ιστορικά μνημεία της Ορθοδοξίας, στο υπέροχο φυσικό περιβάλλον και στους ανθρώπους του τόπου. Που μας καλοδέχτηκαν και μας φιλοξένησαν σαν να μας γνώριζαν από χρόνια.

Στην ευρύχωρη πλατεία της Ζίτσας μας καλωσορίζει ο **Γιώργος Ράδος**. Αντιδήμαρχος Παιδείας, Πολιτισμού και Τουρισμού του Δήμου Ζίτσας ο Γιώργος, είναι ο καταλληλότερος άνθρωπος να μας μυ-

ήσει στις ορατές αλλά και αθέατες ιδιαιτερότητες του τόπου.

Πολύ ευχάριστη η πλατεία της Ζίτσας, πλιόλουστη και με ορίζοντα ορθάνοιχτο από παντού. Από υψόμετρο **680μ.** αφήνουμε το βλέμμα μας να πλανηθεί ανεμπόδιστα σε καταπράσινες κοιλάδες, ήπιες λοφοπλαγιές, κοντινά και αλαργινά βουνά. Ακόμη γοητευτικότερος είναι ο ορεινός ορίζοντας από το λόφο του Προφητηλίου, που δεσπόζει ένα περίπου χιλιόμετρο πάνω απ' την πλατεία.

Ανάμεσα από πανύψηλα πεύκα και αιωνόβιες βαλανιδιές αποκαλύπτονται οι απαστράπτουσες από το χιόνι κορυφές της **Νεμέρτσικας**, το πριονωτό πολυκόρυφο της **Τύμφης**, η οξυκόρυφη, λυγερή σιλουέττα του **Λάκμου** και, μακρύτερα ακόμη, το τραχύ ανάγλυφο των επιβλητικών ορεινών όγκων της **Κακαρδίτσας** και των **Τζουμέρκων**. Από τον ταπεινό αυτό λόφο, που μόλις ξεπερνάει σε ύψος τα 700 μέτρα, αναπτύσσεται ένα αληθινό χιονόλευκό Πανόραμα μερικών από τις

Η ασκητική φυσιογνωμία του παπα-Δημήτρη είναι πια η μοναδική ανθρώπινη παρουσία στην –πάλαι ποτέ – ακμάζουσα μονή.





Η περίτεχνη ανάγλυφη χρονολογία της κρήνης μας παραπέμπει σε εποχές ακμής του μοναστηριού.

πιο εμβληματικές πειρωτικές κορυφές. Ο λόφος του Προφπητλία, ωστόσο, δεν αποτελεί μόνον αγνάντεμα κορυφών. Είναι και ο χώρος της “επίγειας κατοικίας”, του δημοφιλέστατου Προφήτη πού, κατά την ορθόδοξη ναοδομία, καταλαμβάνει παραδοσιακά τα υψηλότερα σημεία λόφων και βουνών. Εδώ, λοιπόν, ανάμεσα στα δέντρα εμφανίζεται ο ισχυρός περίβολος που αγκαλιάζει προστατευτικά το εξαιρετικό πετρόχτιστο και πλακοσκέπαστο μοναστήρι. Σ’ αυτό το μοναστήρι είχε βρεθεί πριν 200 χρόνια ο Λόρδος Βύρων και έγραψε: “Ω, Ζίτσα από το σύδεντρο και φουντωτό σου λόφο, χαριτωμένο και ιερό προβάλλει μοναστήρι...”⁽²⁾.

Καθώς εισερχόμαστε στο λουλουδιασμένο αύλειο χώρο, σπεύδει να μας προϋπαντήσει ο Γέροντας **Δημήτριος**, που

αναλαμβάνει την ξενάγησή μας στους χώρους της μονής. Μία εξαιρετικής κατασκευής κυκλική πέτρινη στέρνα, με βάθος αρκετών μέτρων κινεί την προσοχή μας. Χαρακτηριστικές είναι οι βαθιές αυλακώσεις στο μαρμαρίνο στόμιο της στέρνας, που σχηματίστηκαν από το μακροχρόνιο σύρσιμο της αλυσίδας ή του σχοινογιού του κουβά, που ανεσύρετο γεμάτος με νερό.

Ο παπα - Δημήτρης μας περνάει στο Καθολικό, που έχει ανεγερθεί, στη σημερινή του θέση, από τον ιερομόναχο Αθανάσιο το **1598**. Μονόχωρος και σταυροειδής με τρούλλο ο ναός, είναι κατάγραφος με εξαιρετικές αγιογραφίες που, σύμφωνα με μία επιγραφή, φιλοτεχνήθηκαν το **1658**, αρχιερατεύοντος του Μητροπολίτου Ιωαννίνων Καλλίνικου.

1. Ελληνικό Πανόραμα, Τεύχος 49, Ιαν - Φεβρ. 2006

2. Απόσπασμα από την ποιητική δημιουργία του Λόρδου Βύρωνος “**Το προσκόνημα του Τσάιλντ Χάρολντ**”.





Χαρακτηριστική απεικόνιση του Προφήτη Ηλία στο εσωτερικό του καθολικού.

Ο παπα-Δημήτρης ανεβάζει νερό με τον κουβά, επαναλαμβάνοντας μια διαδικασία που έγινε αναρίθμητες φορές στο παρελθόν. (αριστερά)

Ένα ενδιαφέρον, χαρακτηριστικό γνώρισμα στις μορφές των Αγίων είναι, ότι τα φωτοστέφανά τους εξέχουν, έστω και ανεπαίσθητα, σαν να είναι ανάγλυφα, από την υπόλοιπη, ζωγραφισμένη επιφάνεια της εικόνας. Όμορφο, αν και με ρηκό σκάλισμα, είναι και το τέμπλο, καλυμμένο εξ ολοκλήρου με φύλλο χρυσού. Μία ασυνήθιστη λεπτομέρεια είναι η τοποθέτηση - λόγω έλλειψης χώρου, του τιμώμενου Αγίου, όχι στα δεξιά της Παναγίας αλλά αμέσως μετά την εικόνα του Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου. Η οποία, παρεμπιπτόντως, φέρει τη χρονολογία **1789**. Εξαιρετικό είναι και το δάπεδο του ναού, που αποτελείται από παλιές, χοντρές μαρμαρόπλακες, που έχουν λειανθεί από την μακραίωνη χρήση των

βημάτων των πιστών. Ένας μικροσκοπικός απόκρυφος χώρος χρησιμοποιήθηκε σύμφωνα με τον παπα-Δημήτρη ως Κρυφό Σχολειό.

Αποχαιρετάμε τον παπα-Δημήτρη, περνάμε για μερικά λεπτά από την περίφημη **“Πινακοθήκη Χαρακτικής”** ⁽³⁾, προμηθευόμαστε μερικά εξαιρετικά αρτοποιήματα από τον παραδοσιακό **“Φούρνο του Χωριού”** της κυρά-Βασιλικής και συνεχίζουμε την περιήγησή μας με κατεύθυνση βορειοδυτικά προς το μοναδικό δημιουργήμα της φύσης το διάσημο Θεογέφυρο. Δύομισο χιλιόμετρα στενού, κατηφορικού δρόμου, με διαδοχικές κλειστές στροφές, μας οδηγούν στο χωριό **Σακελλαρικό**, χτισμένο σε υψόμετρο **330μ**. Ως το 1951 η ονομασία του χωριού ήταν

3. Η Πινακοθήκη Χαρακτικής, δημιουργήμα του σπουδαίου Ζιτσαίου ζωγράφου **Κώστα Μαλάμου** (1913-2007), περιλαμβάνει **425** έργα των κορυφαίων Ελλήνων χαρακτών, από τα τέλη του 19ου αιώνα μέχρι σήμερα. Της αξίζει ένα αποκλειστικό άρθρο.

Κουτρουλάδες, μετονομάστηκε όμως Σακελλαρικό προς τιμήν και σε ανάμνηση του πρώτου Έλληνα πιλότου που έπεσε στον Ελληνοϊταλικό πόλεμο του 1940. Ήταν ο ανθυποσμηναγός **Ιωάννης Σακελλαρίου**, που καταρρίφθηκε στις 2 Νοεμβρίου του 1940, μερικά χιλιόμετρα πιο κάτω, σε μία άνιση αερομαχία με ιταλικά αεροπλάνα. Και ήταν πράγματι άνιση η αερομαχία αφού, τρία μόλις Ελληνικά καταδιωκτικά είχαν αναλάβει να υπερασπιστούν, από αέρος, την πόλη των Ιωαννίνων απέναντι σε 15 ιταλικά καταδιωκτικά και βομβαρδιστικά. Για την ιστορία αναφέρουμε ότι στην ίδια αερομαχία χάθηκε και ο επισμηναγός **Χρήστος Παπαδόπουλος**.

Ένα περίπου χιλιόμετρο μετά το Σακελλαρικό ο κατήφορος τελειώνει. Με τσιμεντένιο γεφύρι περνάμε πάνω από ένα φαραγγάκι με κατακόρυφα πρανή. Μερικά σκαλοπάτια στο πλάι του δρόμου καταλήγουν στην κοίτη του φαραγγιού. Είναι ομαλή, στρωμένη με κροκάλες και με

ανεπαίσθητη ροή νερού. Μερικά μέτρα πάνω από το κεφάλι μας και, ακριβώς κάτω από το τσιμεντένιο, προβάλλει ένα λιλιπούτειο, λίθινο γεφυράκι που εξυπηρετούσε την διακίνηση πριν από την καθιέρωση της ασφάλτινης διαδρομής.

Ήδη απέναντί μας, στα Δ- ΒΔ, ατενίζουμε πολύ κοντά - και πολύ ρεαλιστικά - τον ορεινό όγκο του **Κασιδιάρη** με την επιμήκη κορυφογραμμή, κατάσπαρτη από καμιά 25αριά, πρόσφατα εγκατεστημένες ανεμογεννήτριες, που δεν θα αργήσουν να αργογυρίζουν τα φτερά τους. Γιατί όμως το βουνό ονομάστηκε Κασιδιάρης; Η παλιά του ονομασία ήταν **Σούτιστα**, από την ομώνυμη ψηλότερη κορυφή του στα **1329μ**. Η νέα ονομασία είναι παρατσούκλι που δόθηκε από τους ντόπιους, γιατί η κορυφή του είναι γυμνή από δέντρα. Το βουνό, ωστόσο, στο σύνολό του δεν είναι γυμνό αλλά δασωμένο, τόσο με χαμηλή όσο και με υψηλή βλάστηση. Απλά, η ανεξέλεγκτη υλοτόμησή του επί πολλά χρόνια, είχε επηρεάσει

Στην Ζίτσα υπάρχουν αρκετά πέτρινα σπίτια παραδοσιακής αρχιτεκτονικής. ΦΩΤ. ΣΠ. ΒΑΓΓΕΛΑΚΗΣ





Γενική άποψη από μια αίθουσα της περίφημης «Πινακοθήκης Χαρακτικής».

το βαθμό δασοκάλυψης του βουνού, με αποτέλεσμα να του προκύψει το παρατσούκλι Κασιδιάρης ⁽⁴⁾.

Καθώς φτάνουμε σε απόσταση **5,5** περίπου χιλιομέτρων από την Ζίτσα, μία πινακίδα στ' αριστερά του δρόμου, μας κατευθύνει προς την **Ιερά Μονή Κοιμήσεως Θεοτόκου Πατέρων**. Ένας στενός ασφαλτόδρομος, μήκους **750μ.** καταλήγει σ' ένα λιβαδοτόπι, μπροστά στο ιστορικό μοναστήρι. Η πρώτη εντύπωσή μας είναι ότι βρισκόμαστε απέναντι σ' ένα μεσαιωνικό κάστρο, ο οχυρωματικός περίβολος του οποίου, αν και μισοερει-

πωμένος, σώζεται σε ύψος τουλάχιστον 7-8 μέτρων.

Για την Μονή Πατέρων έγραψε το 1888 στα **“Ηπειρωτικά μελετήματα”** (τεύχος έκτον, σελ. 13), ο **Ιωάννης Λαμπρίδης**⁽⁵⁾: *“Η δε των Πατέρων, παραποτάμιος ούσα, κείται απέναντι του χωρίου Λιθίνου και επί βράχου πετρώδους· εκείτο δε αύτη κατ' αρχάς μεν εις την δεξιάν όχθην του Θυάμιδος, ένθα και παρεκκλήσιον του Αγίου Αθανασίου σώζεται. Εκείθεν δε μετετέθη επί του Θεογεφύρου, ένθα και ναός του Αγίου Νικολάου υπάρχει τω δε 1668, όπου νυν, παρ' αρχαιότατα ασκητήρια εκτίσθη”*.

4. Τα πετρώματα του Κασιδιάρη αποτελούνται κυρίως από ασβεστόλιθο και φλύσχη. Οι βόρειες υπώρειες του βουνού αρχίζουν από την περιοχή του Πωγωνίου στο Δελβινάκι (υψόμετρο 530 μ.) και την Λίμνη Ζαραβίνα (450 μ.), ως τον οικισμό του Δεσποτικού στα νότια, σε υψόμετρο 540 μ.

5. Ο Ιωάννης Λαμπρίδης (1839-1891) γεννήθηκε στα Άνω πεδινά και για 22 χρόνια, από το 1868 ως το 1890, παράλληλα με την άσκηση του ιατρικού του επαγγέλματος, αφιερώθηκε στην περισυλλογή και δημοσίευση του ιστορικού και λαογραφικού θησαυρού της Ηπείρου. Όλα τα τεύχη του Λαμπρίδη έχουν ανατυπωθεί από την Εταιρεία Ηπειρωτικών Μελετών.

Από την είσοδο του οχυρωματικού περιβάλλου εισχωρούμε στον χορταριασμένο αύλειο χώρο, με τα ερειπωμένα συγκροτήματα των κελιών, το μεγάλο τετράγωνο, πέτρινο πηγάδι και το τριώροφο ογκώδες κωδωνοστάσιο, χτισμένο το 1850 με πωρόλιθους, κίονες και αψίδες. Το επιβλητικό φρουριακό καθολικό, σύμ-

το εσωτερικό, με τα τρία κλίτη, το παμπάλαιο λίθινο δάπεδο και τις πολύ καλές τοιχογραφίες, που καλύπτουν κάθε επιφάνεια των τοίχων και του τρούλλου. Η αγιογράφηση του τρούλλου πραγματοποιήθηκε το **1631**, ενώ την ίδια χρονιά ή και λίγο αργότερα ολοκληρώθηκε η αγιογράφηση και του υπόλοιπου ναού.



Εξωτερική άποψη με τον φρουριακό περίβολο της Μονής Πατέρων. ΦΩΤ. ΣΠ. ΒΑΓΓΕΛΑΚΗΣ
Εσωτερικό του καθολικού με το εξαιρετικά διακοσμημένο λίθινο δάπεδο του ναού. (δεξιά)

φωνα με εντοιχισμένη επιγραφή στον νότιο τοίχο του, θεμελιώθηκε στα **1590**. Ο αρχιτεκτονικός του τύπος είναι συνδυασμός αγιορείτικου με τον τετρακίονο σταυροειδή εγγεγραμμένο με τρούλλο. Εντυπωσιακή είναι η στιβαρή τοικοποιία του ναού με πελεκητό πωρόλιθο, που καταλήγει στον πανέμορφο οκταγωνικό τρούλλο. Εξίσου εντυπωσιακό είναι και

Οι τοιχογραφίες του τρούλλου, καθώς επίσης και του Ιερού, αποδίδονται στο ζωγράφο **Μιχαήλ** από το Λιανοτόπι Καστοριάς. Το ξυλόγλυπτο τέμπλο είναι επιχρυσωμένο και χρονολογείται στον 17ο αιώνα, ενώ τα αποστολικά ⁽⁶⁾ φιλοτεχνήθηκαν το 1680 από τον Ζιτσαίο ζωγράφο **Δημήτριο**. Οι περισσότερες δεσποτικές⁽⁷⁾ εικόνες είναι έργα του 1857, ενώ

6. Τα Αποστολικά είναι οι εικόνες των Αγίων Αποστόλων που τοποθετούνται σε σειρά, σε μικρές θυρίδες, στο τέμπλο πάνω από την Ωραία Πύλη.

7. Δεσποτικές είναι οι εικόνες του Χριστού και της Παναγίας, ένθεν και ένθεν, της Ωραίας Πύλης, όπως επίσης του Αγίου στον οποίο είναι αφιερωμένος ο ναός και της “Δέσπης”, δηλαδή της εικόνας του Χριστού, περιστοιχιζόμενου από την Παναγία και τον Άγιο Ιωάννη τον Πρόδρομο, δεομένων για τους ανθρώπους.





Το επιβλητικό εσωτερικό του καθολικού.





Η φθορά του χρόνου είναι εμφανής στον οχυρωματικό περίβολο και στο συγκρότημα των κελιών, ενώ παραμένει αλώβητο το ογκώδες καμπαναριό.

οι παλαιότερες σημαντικές εικόνες της Μονής και τα βημόθυρα⁸⁾ φυλάσσονται στο παρεκκλήσι του Μητροπολιτικού Μεγάρου.

Αν και αφιερωμένη στην Κοίμηση της Θεοτόκου η Μονή είναι γνωστότερη με την ονομασία «Πατέρων». Τούτο οφείλεται στο γεγονός ότι ήδη, πριν την ανέγερση της, υπήρχαν στην περιοχή πολλές σπηλιές με “Ασκηταριά” όπου ασκήτευαν Πατέρες- Ασκητές, γνωστότεροι από τους οποίους υπήρξαν ο Παρθένιος, ο Δαβίδ και ο Δαμιανός. Τα ασκηταριά διατηρήθηκαν μέχρι το 1850, με τελευταίο ασκητή έναν Κατσουλίδη από την Ζίτσα. Η Μονή Πατέρων υπήρξε από τις σημαντικότερες και πιο πλούσιες στην περιφέρεια της Ηπείρου, με μεγάλες εκτάσεις στην κατοχή της και με 25 μοναχούς στα 1807. Το 1910 πέθανε ο τελευταίος ηγούμενος Διονύσιος Καρώνης από τη Ζίτσα

και έκτοτε δεν μπόρεσε το μοναστήρι να ξαναβρεί την παλιά του ακμή.

Ο πρόεδρος του παρακείμενου χωριού Λίθινου, **Κώστας Γότσας**, που είχε την καλοσύνη να μας ανοίξει το μοναστήρι, μας δείχνει, πριν αποχωρήσουμε, το σημείο στον κάμπο, όπου έπεσε το αεροπλάνο του ήρωα πιλότου Ιωάννου Σακελλαρίου.

Ένα περίπου χιλιόμετρο μετά το μνημείο της Ορθοδοξίας, φτάνουμε σ’ ένα άλλο μνημείο της **φύσης** αυτό. Είναι το θρυλικό **Θεογέφυρο**, προαιώνιο φημισμένο τοπόσημο της Ζίτσας, πόλος έλξης και θαυμασμού χιλιάδων επισκεπτών. Αλίμονο ! Τούτη τη φορά είναι όλα διαφορετικά. Δεν αισθανόμαστε το δέος που μας είχε καθηλώσει όταν, αρκετά χρόνια πριν, είχαμε βρεθεί στα ριζά του πελώριου βράχινου όγκου, που είχε δημιουργήσει με την μακραίωνη σμίλευσή της η φύση,

8. Τα βημόθυρα είναι τα δύο φύλλα της Ωραίας Πύλης που οδηγεί στο Ιερό και, είτε καλύπτουν, όλο το ύψος της Ωραίας Πύλης, είτε το κατώτερο μισό.





Υπέροχο φυσικό περιβάλλον με το χωριό Λίθινο και τη Μονή Πατέρων.



Το πάλαι ποτέ θρυλικό Θεογέφυρο, άλλοτε και τώρα, μετά την κατάρρευσή του στις 8 Φεβρουαρίου του 2018.

πάνω από τα γοργοκίνητα νερά του Θύαμι ποταμού ⁽⁹⁾.

Μέσα σε πυκνή βλάστηση, παίρνουμε για μερικά λεπτά ένα χορταριασμένο καλντεριμάκι μετά καμιά 80αριά ξεκούραστα πέτρινα σκαλοπάτια μας φέρνουν αρχικά σε ένα μικροσκοπικό μπαλκονάκι θέας και, στη συνέχεια, δίπλα στην κοίτη του ποταμού. Μια κοίτη, που σ'όλο της το πλάτος την διαφεντεύουν οι ογκώδεις,

ατάκτως ερριμένοι βράχοι, που κάποτε συνιστούσαν το Θεογέφυρο.

Επιστρέφουν στη μνήμη τα συναισθήματα που μας είχαν κυριεύσει στη θέα των υπολειμμάτων ενός άλλου γκρεμισμένου, μνημειακού ηπειρώτικου γεφυριού, του πολυθρύλητου **Γεφυριού της Πλάκας**. Όπως τότε, έτσι και τώρα, αποκλειστικός υπαίτιος της κατάρρευσης δεν ήταν μόνον οι δυνατές βροχές που είχαν προ-

9. Η αρχαία ονομασία Θύαμις του σημερινού Καλαμά προέρχεται από το ρήμα "θύω" των αρχαίων που, εκτός από θυσιάζω, σημαίνει επίσης, σπεύδω ορμητικά προς τα μπρος, εφορμώ, μαίνομαι, λυσσώ. Θύαμις, λοιπόν, είναι ο ορμητικός ποταμός.





Η νεότευκτη εξέδρα στον «Νερόμυλο του Αχιλλέα»,
πάνω από την αφρισμένη ροή του Καλαμά.

νηθεί... Η μεγάλη διαφορά είναι ότι το Γεφύρι της Πλάκας, ως δημιουργήμα του ανθρώπου, ήταν - τεχνικά - δυνατόν να αποκατασταθεί στην προτέρα του σχεδόν μορφή, όπερ και εγένετο. Στην περίπτωση του Θεογέφυρου, όμως, κανείς μάστορας, όσο επιδέξιος κι αν είναι, δεν

έχει την δυνατότητα να επανασυστήσει το σπάνιο αυτό δημιουργήμα της φύσης. Ευτυχώς, εξακολουθεί να υπάρχει μια νότα αισιοδοξίας σ' αυτή την περιοχή, Είναι η επικείμενη επαναλειτουργία του εξαιρετου χώρου εστίασης και καφέ **“Ο Νερόμυλος του Αχιλλέα”**, λίγο πιο



πάνω, ακριβώς στην όχθη του ποταμού. Με προσωπική επίβλεψη και πολύ μεράκι από τον **Φώτη Σιουρά**, οι εργασίες ανάπλασης του φυσικού περιβάλλοντος αλλά και των εγκαταστάσεων της μονάδας είναι πυρετώδεις και το αποτέλεσμα είναι ορατό και εξαιρετικό. Δεν θ' αργή-

σουν οι θαυμαστές του υπέροχου αυτού τοπίου ν' απολαύσουν την παραδοσιακή κουζίνα ή τον καφέ τους στην αίθουσα με τις μυλόπετρες και το τζάκι ή στην ξύλινη εξέδρα στη σκιά των πλατανιών, πάνω ακριβώς από την αέναη ροή του ποταμού.



Ο σταυρεπίστεγος ναός του Αγίου Δημητρίου Κληματίας, με την εξαιρετική αποκατάσταση, τόσο εξωτερικά όσο και εσωτερικά.

Άγιος Δημήτριος Κληματίας

Πάντα μαζί μας ο Αντιδήμαρχος Γιώργος Ράδος, μας οδηγεί, εφτάμισι χλμ. νότια της Ζίτσας, στον ημιορεινό οικισμό της **Κληματίας**. Με ονομασία “Βελτσίσια”, ως το 1928, η Κληματία είναι χτισμένη σε μέσο υψόμετρο **450** μέτρων, με γραφικά δρομάκια και πέτρινα σπίτια παραδοσιακής αρχιτεκτονικής.

Στο κέντρο του οικισμού δεσπόζει ο ναός του Αγίου Δημητρίου, στο εσωτερικό του οποίου μας οδηγεί και μας ξεναγεί ο πολύ εξυπηρετικός **παπα Στέφανος**.

Χτισμένος με εξαιρετική πέτρινη τοιχοποιία ο Άγιος Δημήτριος, είναι μονόχω-

ρος σταυρεπίστεγος ναός, με τρίπλευρη αψίδα ανατολικά και ξυλόστεγο νάρθηκα δυτικά ⁽¹⁰⁾. Εγχάρακτη επιγραφή στο εξωτερικό του ναού φέρει την χρονολογία ανέγερσής του στα **1558**. Τόσο η αρχιτεκτονική όσο και οι τοιχογραφίες του μνημείου αντανakλούν την οικονομική άνθιση της Κληματίας κατά την συγκεκριμένη εποχή. Αυτό το διαπιστώνουμε παρατηρώντας τις σημαντικές τοιχογραφίες, με τις οποίες είναι κατάγραφο το εσωτερικό του ναού. Χρονολογούνται στο β' μισό του 16ου αιώνα και αποδίδονται στο καλλιτεχνικό εργαστήριο των περιφημων Θηβαίων ζωγράφων **Γεωργίου** και **Φράγγου Κονταρή**.

10. Σταυρεπίστεγος είναι ο αρχιτεκτονικός τύπος ναού που εμφανίζεται στο Β' μισό του 13ου αιώνα. Οι ναοί αυτοί είναι συνήθως μικρής κλίμακας θολοσκεπείς, μονόκλιτοι ή τρίκλιτοι, των οποίων η κατά μήκος καμάρα διακόπτεται από μία δεύτερη εγκάρσια και ψηλά τοποθετημένη καμάρα, ώστε στη στέγη να σχηματίζεται με σαφήνεια το σχήμα του Σταυρού, στο οποίο ο αρχιτεκτονικός αυτός τύπος οφείλει το όνομά του.



Η εξαιρετική κατάσταση, τόσο της εξωτερικής τοικοποιίας όσο και των τοιχογραφιών του ναού οφείλεται στην επιμελημένη αποκατάσταση που πραγματοποιήθηκε από το 2010 ως το τέλος του 2014. Το έργο έφερε σε πέρας η - τότε - 8η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων, με την γενική εποπτεία της Διευθύντριας της **Βαρβάρας Παπαδοπούλου**.

Αξίζει να αναφέρουμε, ότι η αποκατάσταση του Αγίου Δημητρίου αποτελεί τμήμα μόνον του φιλόδοξου έργου ανάδειξης της ιστορικής, αισθητικής και καλλιτεχνικής αξίας των ναών της Κληματίας, ώστε να δημιουργηθεί ένα δίκτυο επισκέψιμων μνημείων στην περιοχή. Που θα αποτελέσει ένα σημαντικό όσο και πρωτότυπο **“Αρχαιολογικό Πάρκο Μεταβυζαντινών Μνημείων Κληματίας”**. Εκτός από τον - ήδη αποκατεστημένο - ναό του Αγίου Δημητρίου το πάρκο θα περιλαμβάνει επίσης τους ναούς **Αγίου Νικολάου Ταξιαρχών, Κοίμησης Θεοτόκου, Αγίου Αθανασίου και Μεταμόρφωσης του Σωτήρος,**

που στην πλειονότητά τους ανεγέρθηκαν και τοιχογραφήθηκαν τον 16ο και 17ο αιώνα.

Ιερά Μονή Παλιουρής

Από την Κληματία βγαίνουμε στο κεντρικό δίκτυο, την Παλιά Εθνική Οδό Ιωαννίνων - Ηγουμενίτσας. Παίρνουμε κατεύθυνση δεξιά προς Ηγουμενίτσα, περνάμε την **Λευκοθέα** και, σε απόσταση 7 χιλιομέτρων από την Κληματία (30 χλμ από τα Γιάννενα) βρίσκουμε στα δεξιά την πινακίδα προς **Ι.Μονή Παλιουρής**. 400μ. ασφάλτινου δρόμου μάς οδηγούν μπροστά στον εντυπωσιακό φρουριακό περίβολο της Μονής. Εξαιρετικός από κάθε άποψη είναι ο υπαίθριος χώρος μπροστά απ’ το μοναστήρι, με κτιστή πέτρινη κρήνη και τραπεζοκαθίσματα για του πιστούς που έρχονται στο πανηγύρι της **8ης Σεπτεμβρίου**, προς τιμήν του Γενεσίου της Θεοτόκου. Η Μονή της Παλιουρής πήρε πιθανότατα αυτή την τοπική ονομασία της από τα

Η φρουριακή Μονή Παλιουρής με τον τρούλλο που εξέχει χαρακτηριστικά από τη σκεπή.





Ο εξαιρετικός υπαίθριος χώρος, όπου στις 8 Σεπτεμβρίου γιορτάζεται το πανηγύρι της Παλιουρής.

πολλά “**παλιούρια**” που φύονται στην ευρύτερη περιοχή ⁽¹¹⁾. Σύμφωνα με την παράδοση, το μοναστήρι ιδρύθηκε το **1373** από τον Σέρβο ηγεμόνα των Ιωαννίνων Θωμά Πρελιούμποβιτς και επανιδρύθηκε το 1688-90 από τον Παπαναστάση Αλεξίου από την Ζίτσα, Σύμφωνα με επιγραφή το καθολικό καταστράφηκε από Αλβανούς το 1782 και ανοικοδομήθηκε το 1786 από τον προεστό του Ζαγορίου Ιωαννούτσο Καραμεσίνη και τον Δημήτριο Αθανασίου.

Το 1796 το μοναστήρι ανακαινίστηκε στη σημερινή του μορφή με τη συνδρομή του Αλή Πασά των Ιωαννίνων. Στη συνέχεια

εγκαταλείφθηκε και ανασυστήθηκε αρκετές φορές, ενώ σήμερα δεν κατοικείται. Άλλοτε διέθετε μεγάλη κτηματική περιουσία, το μεγαλύτερο μέρος της οποίας απαλλοτριώθηκε το 1923 με απόφαση του Υπουργείου Γεωργίας.

Το καθολικό του μοναστηριού είναι ρυθμού βασιλικής με τρούλλο που προεξέχει από την σκεπή. Η θολωτή στέγη του ναού αποτελείται από δώδεκα ισομέγεις θόλους, που είναι διατεταγμένοι σε τρεις παράλληλες σειρές. Εσωτερικά ο ναός κοσμεύεται με τοιχογραφίες του **1833**, έργο των Ιωαννιτών ζωγράφων Θεοδοσίου και του γιου του Κωνσταντί-

11. Το “**Παλιούρι**” (*Paliurus spina - christi*), Γνωστό και ως “**Αγκάθι του Χριστού**”, είναι ένας πολύκλαδος αγκαθωτός και φυλλοβόλος θάμνος ή μικρό δέντρο, που στην Ελλάδα φτάνει σε ύψος 2-4 μέτρα. Κατά έναν παλιό θρύλο, τα αγκαθωτά κλαδιά αυτού του θάμνου χρησιμοποιήθηκαν για το ακάνθινο στεφάνι του Χριστού ενώ, σύμφωνα με άλλες μελέτες, τα αγκάθια προέρχονται από τη γνωστή μας Τζιτζιφιά, που καλλιεργείται ευρύτατα στο Ισραήλ και γενικότερα στη Μέση Ανατολή.

νου. Η τοιχογραφία του Χριστού, στην βόρεια πλευρά, είναι έργο του ζωγράφου Διονυσίου Ζούνη από τους Καλαρρύτες. Αξίζει να αναφερθεί ότι σώζονται εικόνες του 1678, δια χειρός Εμμανουήλ Τζάνε, καθώς και ένα αντίγραφο χαλκογραφίας της Παναγίας, της φημισμένης Μονής Κύκκου στην Κύπρο. Υψηλής τέχνης είναι και το ξυλόγλυπτο τέμπλο.

Υπέροχα μνημεία και τοπία στην Βροσίνα

Με δυτικό προσανατολισμό συνεχίζουμε το οδοιπορικό μας στα μνημεία και στα τοπία του Δήμου Ζίτσας. Τελευταίος οικισμός στην εδαφική επικράτεια της Ζίτσας, πριν από τον Δήμο Φιλιατών και τον νομό Θεσπρωτίας, είναι ο οικισμός της **Βροσίνας**. Μερικά χιλιόμετρα νωρίτερα περνάμε από τον οικισμό του **Βουτσαρά** ⁽¹²⁾. Εδώ, μια ασυνήθιστη εικόνα κινεί την προσοχή μας. Πάνω στο κράσπεδο του δρόμου

και σε μήκος μερικών δεκάδων μέτρων παράλληλα μ' αυτόν, είναι αραδιασμένα στη σειρά, το ένα πίσω απ' το άλλο, 22 ποδήλατα. Όλων το χρώμα είναι κίτρινο και από τις ρόδες τους λείπουν τα ελαστικά, υπάρχουν μόνον οι γυαλιστερές ζάντες. Όλα είναι παρατεταγμένα κατά τάξη μεγέθους, από το μικρότερο παιδικό στο μεγαλύτερο ανδρικό.

*Όσοι περνούν από 'δω κοιτοστέκονται και τα παρατηρούν, κάποιοι μάλιστα τα φωτογραφίζουν, δεν είναι μια εικόνα συνηθισμένη, παρατηρεί ο Γιώργος. Η ιδιόμορφη αυτή παράταξη των ποδηλάτων έχει σιτηθεί από τον **Νίκο Νικολάου**, από τον Βουτσαρά, Στόχος του ήταν να κάνει ευρύτερα γνωστό τον αγωνιστικό μαραθώνιο ορεινής ποδηλασίας, που διεξάγεται από τον Μάιο του 2017 με αφετηρία την γενέτειρά του, τον Βουτσαρά,*

Ας αφήσουμε, όμως, τον ίδιο τον Νίκο να μας μιλήσει για τις αγωνιστικές δραστηριότητες του τόπου του: *“Πριν 10 περίπου χρόνια αποφάσισα ν' αλλάξω τον τρόπο*

Μια γραφική όσο και ασυνήθιστη εικόνα με τα 22 κίτρινα ποδήλατα, παρατεταγμένα στη σειρά.





Ο Νίκος Νικολάου στο Ρέμα Βλάχας, πρωτοπόρος στην αξιοποίηση των μονοπατιών της περιοχής.

ζωής μου και ξεκίνησα ν' αθλούμε συστηματικά, να προσέχω την διατροφή μου και να δοκιμάζω διάφορα ατομικά αγωνίσματα. Τελικά με κέρδισε η ποδηλασία. Το 2016 ξεκίνησα να σκέφτομαι την διοργάνωση ενός αγώνα με αφετηρία το χωριό μου, τον Βουτσαρά. Σκοπός μου ήταν ν' αναδείξω τις ομορφιές του τόπου, μέσα από ειδικά διαμορφωμένα μονοπάτια στις όχθες του ποταμού Καλαμά. Ο περίφημος Θύαμις των αρχαίων, παρότι είναι από τους πιο πράσινους ποταμούς της Ελλάδας, είναι ελάχιστα προβεβλημένος.

Το Μάιο του 2017, με την βοήθεια ορισμένων φίλων, κατάφερα να διοργανώσω για πρώτη φορά μια αθλητική εκδήλωση, που περιλάμβανε αγώνα τρεξίματος και αγώνα ποδηλάτου. Τα μονοπάτια είναι μέρος του "Δρόμου του Αλατιού", της παλιάς Ρωμαϊκής Εγνατίας Οδού αλλά και της μεταγενέ-

στερης διαδρομής μεταφοράς αλατιού από τη Σαγιάδα Θεσπρωτίας ως το Κάστρο Ιωαννίνων. Έκτοτε, κάθε χρόνο, βελτιώνουμε τις διαδρομές, προσθέτουμε σημεία και ανακαλύπτουμε νέα τοπία, που δεν σταματούν να μας εκπλήσσουν αλλά, κυρίως, να εντυπωσιάζουν όσους συμμετέχουν".

Κλείνοντας το σύντομο ιστορικό των αγώνων ο Νίκος, μας προσκαλεί, μετά την περιήγησή μας στα θρησκευτικά μνημεία του τόπου, ν' αφιερώσουμε λίγο χρόνο, για να γνωρίσουμε μαζί του, ένα μικρό αντιπροσωπευτικό παραποτάμιο μονοπάτι.

Λίγο αργότερα φτάνουμε στην Βροσίνα. Εδώ μας περιμένει, για να μας ξεναγήσει στα μνημεία του τόπου του, ο σεβάσμιος και συμπαθέστατος **παπα Λευτέρης Παππός**. Επισκεπτόμαστε αρχικά το πλησιέστερο μνημείο, τον ναό του **Αγίου**

12. Χτισμένος σε υψόμετρο 250 μέτρων ο Βουτσαράς ονομαζόταν μέχρι το 1976 **Άγιος Κοσμάς**.



Αυτές και πολλές παρόμοιες ομορφιάς εικόνες αντικρίζουν ποδηλάτες και πεζοπόροι στο ρέμα της Βλάχας, στους παραπόταμους και στον ποταμό Καλαμά.





Η σεβάσμια φυσιογνωμία του παπα-Λευτέρη μπροστά στα λείψανα των Αγίων που φυλάσσονται στον ναό του Αγίου Γεωργίου Βροσίνας.

Γεωργίου. Βρίσκεται σε κεντρικό σημείο του οικισμού, 20 μέτρα πάνω από τον δρόμο ακριβώς κάτω απ' το σχολείο. Με εξαιρετη τοικοποιία ο Άγιος Γεώργιος χρονολογείται από το **1607** και είναι χτισμένος στον αρχιτεκτονικό τύπο του σταυρεπίστεγου ναού, όπως και ο Άγιος Δημήτριος Κληματίας. Η στέγη είναι καλυμμένη με σχιστόπλακες ενώ, πριν από τον κυρίως ναό, υπάρχει κατάγραφος πρόναος, που χρησιμοποιείτο ως γυναικωνίτης. Η πολύ σημαντική αγιογράφηση του ναού ολοκληρώθηκε το **1620**.

Ο παπα Λευτέρης μάς υποδεικνύει μια σπανιώτατη απεικόνιση της Αγίας Τριάδας, με τρία πρόσωπα στο ίδιο σώμα. Εξίσου σπάνια είναι η μορφή του **“Παλαιού των ημερών”**, του Πατρός του Υιού, δηλαδή, που εικονίζεται μικρότερος λίγο πιο κάτω απ' τον Πατέρα του. Μεγάλες ευωδιαστές δάφνες στον αύλειο χώρο του ναού αρωματίζουν τα δάχτυλά μας, πριν ξεκινήσουμε την ανηφοριά για

την περίφημη Μονή της **Παναγίας Ραϊδιώτισσας**.

Με προπορευόμενο τον παπα Λευτέρη παίρνουμε το ανηφορικό μονοπάτι και, στη συνέχεια, τα λιγοστά σκαλοπάτια που, σε λιγότερο από πέντε λεπτά, μας οδηγούν στην είσοδο της Μονής. Εδώ, μας υποδέχεται ο **π. Πρόδρομος** και μας προσφέρει ελληνικό καφέ με το απαραίτητο λουκουμάκι. Με μπτέρα από την Αίγινα και πατέρα από τα Χανιά ο μοναχός Πρόδρομος μας ξεναγεί στο μικρό εργαστήρι του, όπου κατασκευάζει με τα χέρια του διάφορα μοναστηριακά προϊόντα, θυμίαμα, κεραλοιφές, σταυρουδάκια και κομποσκοίνια.

Βγαίνουμε στον πλακόστρωτο, αύλειο χώρο της μονής, έναν μικροσκοπικό αλλά θεαματικότατο εξώστη, πάνω ακριβώς από το εντυπωσιακό, πλατανοσκέπαστο φαράγγι του **Ζαλογγίτικου ποταμού**. Πηγάζοντας από την **Χιονίστρα Θεσπρωτίας** (1.644 μ.), βορειότερα της Παραμυθιάς

και ακολουθώντας με βόρειο προσανατολισμό μια πολύπλοκη, ελικοειδή πορεία 10 χιλιομέτρων, ο Ζαλογγίτικος ποταμός ή Ζαλογγοπόταμος, είναι παραπόταμος του Καλαμά, στον οποίο εκβάλλει στο ύψος της Βροσίνας. Αν και στο πρώτο δεκαήμερο του Μαρτίου η κρυστάλλινη ροή του είναι πλουσιώτατη, εν τούτοις, σχεδόν πάντα στερεύει το καλοκαίρι.

Για την θέα που έχει το μοναστήρι προς το απόκρημνο φαράγγι, γράφει ο ιστοριοδίφης **Σπύρος Μουσελίμης**: “Χρόνια απ’ εκεί ψηλά, με σκυμμένο κεφάλι και χαμηλωμένα φρύδια, κοιτάει κάτω το ποτάμι που τ’ αγριεμένα νερά του διαβαίνουν θυμωμένα, γλύφοντας τα βράχια, βιάζονται “α” και “α” να ροβολήσουν και ν’ αδελφωθούν με τον Καλαμά”.

Χτισμένη στο κοίλωμα μεγάλου βράχου (“ραϊδιού” κατά την ντόπια διάλεκτο) η, αφιερωμένη στην Κοίμηση της Θεοτόκου Μονή, πήρε το προσωνύμιο “Ραϊδιώτισσα”. Στα χρόνια της Τουρκοκρατίας το μοναστήρι έζησε περίοδο μεγάλης

ακμής και είχε πολλά κελιά, γαντζωμένα στο χείλος του απόκρημνου φαραγγιού. Στην φύλαξή του είχε επίσης πολλά λείψανα Αγίων: Παρασκευής, Νικολάου, Γρηγορίου, καθώς και τεμάχιο του Τιμίου Ξύλου, που τώρα φυλλάσσονται στον ναό Αγίου Γεωργίου Βροσίνας.

Στο άκρο του αύλειου χώρου, κυριολεκτικά στο χείλος του κατακόρυφου φαραγγιού, σώζονται οι ερειπωμένοι τοίχοι ενός κελιού.

-Σκοπός μου είναι ν’ αποκαταστήσω κάποια μέρα αυτά τα ερείπια, ώστε να δημιουργηθεί ένας χώρος λειτουργικός, που θα μπορεί να χρησιμοποιηθεί και ως χώρος διαμονής λέει ο παπά-Λευτέρης.

Στο εσωτερικό τμήμα του πλακόστρωτου αύλειου χώρου, στα ριζά του κάθετου βράχου, ξεκινούν ν’ ανηφορίζουν 45 λαξευμένα ελικοειδή σκαλοπάτια, που καταλήγουν στην χαμηλή είσοδο του ναΐσκου της Κοίμησης της Θεοτόκου. Τετρακίονος σταυροειδής με τρούλλο και κατάγραφος με σημαντικές, αν και αρκε-

Ανηφορίζοντας τα σκαλοπάτια προς το μοναστήρι της Ραϊδιώτισσας.





Εσωτερικό του σπηλαιώδους –σε μεγάλο βαθμό- ναού της
Κοιμήσεως της Θεοτόκου Ραϊδιώτισσας.







Αναμνηστική φωτογραφία στον αύλειο χώρο της μονής.

Λιθόστρωτο καλντερίμι και πέτρινα σκαλοπάτια οδηγούν στον ναό της Κοίμησης Θεοτόκου. (αριστερά)

τά φθαρμένες τοιχογραφίες, ο ναός είναι ένα μονόχωρο λιλιπούτειο κομψοτέχνημα, φωλιασμένο κατά τα $\frac{3}{4}$ σχεδόν μέσα στο βράχο. Το πέτρινο δάπεδο είναι παλιό αυθεντικό, ενώ το ξυλόγλυπτο τέμπλο είναι υψηλής τέχνης με βαθύ σκάλισμα ρυθμού μπαρόκ⁽¹³⁾. Οι τελευταίες εικόνες από τον εξώστη του ναού προέρχονται από τον μακρινό ΒΔ ορίζοντα. Εκεί, στα σύνορα Ελλάδας και Αλβανίας, ορθώνεται ο όγκος της Θεσπρωτικής **Μουργκάνας** ή **Ορέων Τσαμαντά**, με γυμνές από χιόνι αλλά ποτισμένες με αίμα του αδελφοκτόνου Εμφυλίου, κορυφές. Ανατολικά

το βουνό συνορεύει με τον Κασιδιάρη, ενώ στα νότια καταλήγει στην κοιλάδα του Καλαμά⁽¹⁴⁾.

Αποχαιρετώντας την τόσο ιδιαίτερη Μονή Ραιδιώτισσας και τους δύο ιερωμένους, κατευθυνόμαστε στην όχθη του Ζαλογοπόταμου. Εδώ, θαυμάζουμε το μονότοξο - με τα δύο μικρά βοηθητικά του τόξα - **Γεφύρι της Βροσίνας**. Με μήκος καταστώματος **24,20** και πλάτος **1,90** μ., το γεφύρι σώζεται σε πολύ καλή κατάσταση. Το άνοιγμα του κεντρικού του τόξου είναι **9,25** και το ύψος του **5,10** μέτρα. Το γεφύρι κτίσθηκε το **1806**

13. Η εκκλησιαστική ξυλογλυπτική ανθεί κυρίως από τον 16ο αιώνα, όταν καθιερώνεται και στην Ελλάδα το ψηλό ξυλόγλυπτο τέμπλο. Από τον 18ο αιώνα επικρατεί το λεγόμενο “κεντητό” ή “σκαλιστό στον αέρα”, με διαμπερή κενά ανάμεσα στις μορφές και με τεχνική που πλησιάζει το ολόγλυφο. Από τα μέσα του 18ου έως τα μέσα του 19ου αιώνα είναι η εποχή του νεοελληνικού μπαρόκ, που εκδηλώνεται με έμφαση και στο Άγιο Όρος με εντυπωσιακά τέμπλα σε Καθολικά πολλών μονών.

14. Στην κορυφή της Μουργκάνας (1.806 μ.) βρέθηκε το φθινόπωρο του 2010 το Ελληνικό Πανόραμα, στα πλαίσια του άρθρου του για τον Λια Θεσπρωτίας, τευχ. 78.



Το υπέροχο μονότοξο, με τα δύο ανακουφιστικά τοξάκια γεφύρι στον Ζαλογογοπάταμο, παραπόταμο του Καλαμά, στην Βροσίνα.

με χρήματα που, κατά την παράδοση, χορήγησε η **Μονή Μακρυαλέξη** του 11ου αιώνα, κοντά στην Κάτω Λάβδανη Πωγωνίου.

Ένας εσωτερικός καλός - με σποραδικές λάσπες - χωματόδρομος, που κινείται αρχικά παράλληλα με τον Καλαμά, μας οδηγεί μετά από ένα περίπου χιλιόμετρο σ' ένα χορταριασμένο λιβαδοτόπι. Αφήνουμε το αυτοκίνητο, βαδίζουμε τρία λεπτά και φτάνουμε σ' ένα τοπίο ξεχωριστό μπροστά στην σμίξη δύο ποταμών, της **Λαγκαβίστας** ⁽¹⁵⁾ και του Καλαμά, με την καμπυλόγραμμη και πολύ πλούσια ροή. Επιστρέφουμε στο λιβαδοτόπι και πολύ γρήγορα βγαίνουμε σ' έναν χαμηλό λοφίσκο, όπου δεσπόζει η **Αγία Παρασκευή**.

Είν' ένα κομψό πέτρινο κτίσμα, σταυρεπίστεγου αρχιτεκτονικού ρυθμού, όπως ακριβώς οι - ήδη γνώριμοί μας - ναοί Αγίου Γεωργίου Βροσίνας και Αγίου Δημητρίου Κληματίας. Στο εσωτερικό του ναού η τοικοποιία είναι εμφανής, χωρίς σοβατισμένες επιφάνειες, με συνέπεια να απουσιάζουν οι τοιχογραφίες, εκτός από την κόγχη του Ιερού Βήματος, που την κοσμεί η απεικόνιση της **“Πλατυτέρας των Ουρανών”**. Στο τέμπλο επίσης σώζονται κάποια αντίγραφα εικόνων του 19ου αιώνα, έργα του ζωγράφου Αναστασίου, από το Τσεπέλοβο Ζαγορίου.

Η Αγία Παρασκευή χτίστηκε πιθανότατα το **1597**, σύμφωνα με πλίνθινη χρονολογία στην εξωτερική πλευρά, οφείλει την

15. Συνεχούς ροής το υπέροχο αυτό ποτάμι, πηγάζει από τα όρη Τσαμαντά και μετά από νότια, ελικοειδή πορεία 28 χλμ. καταλήγει στον Καλαμά. Στα παγωμένα νερά της Λαγκαβίστας βαφτίστηκε, τον Αύγουστο του 2017, Χριστιανή Ορθόδοξη, η 52χρονη Άννα Γκάζενταμ από την Αυστραλία, μετά την ανάγνωση του συγκλονιστικού βιβλίου **“Ελένη”** του **Νίκου Γκατζογιάννη** από το Λια Θεσπρωτίας.

Η χαρακτηριστική πέτρινη
φρουριακή τοιχοποιία
του σταυρεπίστεγου ναού
της Αγίας Παρασκευής
Ντραζανίτσας.



ονομασία **Ντραζανίτισσα** στον γειτονικό κάμφο της Ντράζανης. Κατά το Σπύρο Χρηστίδη ο ναός της Αγίας Παρασκευής χαρακτηρίζεται ως ξωκκλήσι ενώ, κατά τον Σπύρο Μουσελίνη, ως παλιό καθολικό της μονής της Ντραζανίτισσας, που ήταν μετόχι της Ραϊδιώτισσας. Όποια και να είναι πάντως η ταυτότητα του ναού, αξίζει μία επίσκεψη, με καλαρή πεζοπορία από την Βροσίνα, που δεν ξεπερνάει τη μισή ώρα, σ' ένα φυσικό περιβάλλον πραγματικά εξαιρετικό.

Στη μονή του Αγίου Δημητρίου Δικουνίου

Για την ολοκλήρωση του προσκυνηματικού μας οδοιπορικού απομένει ένα ακόμη μνημείο, η μονή του **Αγίου Δημητρίου Δικουνίου**. Τούτη τη φορά κατευθυνόμαστε προς Γιάννενα και στα 5 χλμ από την Βροσίνα, στρίβουμε νότια (δεξιά). Ένας στενός ασφαλτόδρομος με στροφές περνάει αρχικά από το χωριό

Πολύδωρο, που ως το 1928 ονομαζόταν **“Μάζια”**. Κτηνοτροφικός οικισμός με λιγοστούς μόνιμους κατοίκους το Πολύδωρο, ζωντανεύει στις μεγάλες γιορτές και στο καλοκαίρι. Ωραία είναι η πλακόστρωτη πλατεία με το πλατάνι και τον πέτρινο Ναό της Κοίμησης της Θεοτόκου σε υψόμετρο **250** μέτρων.

Συνεχίζοντας τη θεαματική, ελαφρά ανηφορική μας πορεία, συναντάμε στα **14,5 χλμ.** από τη Βροσίνα την διακλάδωση αριστερά προς το **Ραδοβίζι**. Είναι ορεινό χωριό, σε υψόμετρο **550** μέτρων, χτισμένο μέσα σε κατάφυτο φυσικό περιβάλλον, με εξαιρετική θέα σε όλο τον περιμετρικό ορεινό ορίζοντα. Είναι άγνωστο πότε κατοικήθηκε για πρώτη φορά το Ραδοβίζι, τα ντόπια, ωστόσο, τοπωνύμια **“Καστρί”** και **“Κεραμίδια”** υποδηλώνουν πως ίσως υπήρξε εγκατάσταση εκεί σε παλαιότερες εποχές. Στον Β' Παγκόσμιο πόλεμο το Ραδοβίζι ήταν το στρατηγείο του 10ου Συντάγματος Στρατού και, στις 23 Ιουλίου 1943, καταστράφηκε ολοκλη-

Η ιστορική μονή Αγίου Δημητρίου Δικουνίου.





Η εξαιρετική τοιχογραφία του θόλου του κεντρικού τρούλλου του καθολικού της Μονής.

ρωτικά με φωτιά από τα Γερμανικά στρατεύματα κατοχής.

Περνάμε δίπλα από το θεαματικό πάρκο αφιερωμένο στον θρυλικό **Διονύσιο Φιλόσοφο**, ακολουθεί ένας σύντομος χωματόδρομος και, τελικά, 18 περίπου χιλιόμετρα από τη Βροσίνα, φτάνουμε μπροστά στην είσοδο του Μοναστηριού. Σε υψόμετρο **550μ.** η Μονή Αγίου Δημητρίου Διχουνίου, αγναντεύει από το επίπεδο ξέφωτό της έναν ανεμπόδιστο ορίζοντα σ' όλα τα γύρω βουνά.

Δεν είναι γνωστός ο αρχικός χρόνος ίδρυσης του μοναστηριού, είναι βέβαιο, πάντως, ότι σε αυτό μόνασε ο **Μητροπολίτης Λάρισας Διονύσιος ο Φιλόσοφος**¹⁶, όταν ξεκίνησε από κει την Επανάσταση του **1611**. Σύμφωνα με τον Δ. Παπάζη : “η πρώτη ένοπλη εξέγερση

του υπόδουλου Ελληνισμού εκδηλώθηκε το Νοέμβριο του 1600 στη Θεσσαλία και η δεύτερη έλαβε χώρα τον Σεπτέμβριο του 1611 στα Ιωάννινα... Τις επαναστατικές ενέργειες εμπνεύστηκε και με δυναμισμό και ενθουσιασμό διηύθυνε μία ηγετική φυσιογνωμία, με εξέχουσα θέση στην πνευματική και εθνική ιστορία των Ελλήνων, από τις πλέον γνωστές εκκλησιαστικές και εθνικές προσωπικότητες της προεπαναστατικής Ελλάδας. Πρόκειται για τον Μητροπολίτη Λάρισας Διονύσιο “Φιλόσοφο”, γνωστότερο και συνοπτικά επιλεγόμενο **“Σκυλόσοφο”**, μία από τις πιο αδικημένες πρωταγωνιστικές μορφές της Νεοελληνικής ιστορίας”.

Αυτό το - οπωσδήποτε - υβριστικό προσωνύμιο του δόθηκε μετά την αποτυχία των κινημάτων του και εξαιτίας των δεινών που επακολούθησαν για τους

16. Ο Μητροπολίτης Λάρισας Διονύσιος έμεινε γνωστός στην ιστορία με διάφορες ονομασίες μία από τις οποίες ήταν και επίσκοπος Τρίκκης. Ως Μητροπολίτης Λάρισας εξελέγη λίγο μετά την 12η Φεβρουαρίου του 1593.





Η μπρούντζινη προτομή του θρυλικού Διονυσίου Φιλοσόφου, γνωστού και με την προσωνυμία «Σκυλόσοφου».

Ο παπα-Θόδωρος Τζοβάρας μας ξεναγεί στο εσωτερικό του ναού.

Έλληνες. Ήταν μία χλευαστική, εξευτελιστική και χαιρέκακη προσωνυμία που υιοθέτησε το κοινωνικό κατεστημένο της εποχής του, δηλαδή οι βολεμένοι ρωμιοί προύχοντες και οι Φαναριώτες, που είδαν στην επανάσταση του Διονυσίου “μία ταξική απειλή προερχόμενη από εξαθλιωμένους αγρότες και στρεφόμενη άμεσα εναντίον των συμφερόντων και των προνομίων τους”, όπως ανέφερε ο **Σταύρος Καρκαλέτσος** ⁽¹⁷⁾.

Τελικά ο Διονύσιος υπήρξε μία αμφιλεγόμενη προσωπικότητα, με ενθουσιώδεις υποστηρικτές αλλά και φανατικούς επικριτές. Στους δεύτερους συγκαταλέγεται και ο **Ι. Λαμπρίδης**, όπως προκύπτει από την άποψη που εκφράζει για τον Διονύσιο στα “ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΑ ΑΓΑΘΟ-

ΕΡΓΗΜΑΤΑ” (Ζαγοροικά, σελ 308 και επομ.).

Μετά την κατάπιξη της Επανάστασης του 1611 και την άγρια θανάτωση του Διονυσίου στα Γιάννενα, οι Έλληνες υπέστησαν τα πάνδεινα από τους Τούρκους. Αλώβητο δεν έμεινε ούτε το μοναστήρι του Αγίου Δημητρίου Διχουνίου. Γράφει σχετικά “ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΑ ΑΓΑΘΟΕΡΓΗΜΑΤΑ” ο Λαμπρίδης: “Κατεδάφισαν δε οι Τούρκοι και το τον Αγίου Δημητρίου μοναστήριον από τα θεμέλια, αφήσαντες μόνον τον ιερόν ναόν αβλαβή · και τους εκεί πατέρας διασκορπίσαντες διήρπασαν τα πλούσια κτήματα και υπάρχοντά του, των οποίων, παρατρέχων τάλλα, αναφέρω μόνον ότι είχαν εις διάφορα χωρία δεκαοκτώ μετόχια⁽¹⁸⁾, έκαστον με την ιδίαν του εκκλησίαν”.

17. Σταύρος Ι. Καρκαλέτσος, “Η επανάσταση του Διονυσίου του Σκυλοσόφου 1611. Μία λησμονημένη εξέγερση των υποδούλων Ελλήνων”.

18. Ως μετόχι εννοούμε το αγρόκτημα μοναστηρίου, όπου βρίσκεται συνήθως παρεκκλήσι και κατοικία για τους μοναχούς που καλλιεργούν το αγρόκτημα.

Για να επιστρέψουμε στο παρόν, από την εντοιχισμένη χρονολογία 1763, πάνω από την πόρτα του καθολικού, προκύπτει ότι το μοναστήρι ξανακτίστηκε τότε, στη θέση που ήταν άλλοτε το παλιό. Πρωτοκτίτορες του μοναστηριού ήταν οι ιερομόναχοι **Ζαχαρίας** και **Άνθιμος** οι οποίοι εικονίζονται στο δυτικό τοίχο του πρόναου. Στην εικόνα του κυρίως κτήτορα Ζαχαρία, ο οποίος βαστάει στα χέρια του την εκκλησία, υπάρχει η επιγραφή “*Ζαχαρίας ιερομόναχος και ηγούμενος του μοναστηριού και κτήτωρ της αγίας μονής τούτης*”.

Το Καθολικό είναι βυζαντινού ρυθμού, μ’ έναν κεντρικό τρούλλο σε μεγάλο ύψος και δύο εσωτερικούς τρούλλους, ένθεν και ένθεν, του κεντρικού. Το μήκος του ναού είναι **10** και το πλάτος **5,75** μέτρα. Μία χαμηλή πόρτα εισόδου υπάρχει στη δυτική πλευρά και από πάνω της μέσα σε κόγχη, είναι ζωγραφισμένος πεζός ο Άγιος Δημήτριος.

Ο **παπά Θόδωρος Τζοβάρας**, εφημέριος της εκκλησίας της Αγίας Τριάδας Ραδοβιζίου, στο οποίο ανήκει διοικητικά το μοναστήρι, μας ανοίγει με το κλειδί και εισχωρούμε στο εσωτερικό. Τόσο ο πρόναος όσο και ο κυρίως ναός είναι διακοσμημένοι με καλής τέχνης αλλά αρκετά φθαρμένες από το χρόνο τοιχογραφίες του 18ου αιώνα. Το δάπεδο είναι πλακόστρωτο και παλιό, ενώ το τέμπλο έχει βαθύ σκάλισμα με ποικιλία παραστάσεων και μορφών. Στον αύλειο χώρο διατηρείται σε καλή κατάσταση ένα διώροφο, πετρόκτιστο κτίριο που χρησίμευε ως ηγουμενείο, ξενώνας και αποθήκη⁽¹⁹⁾. Υπάρχει επίσης μία χτιστή σκεπαστή κρήνη με πλούσια ροή δροσερού νερού, χτισμένη η δεκαετία του 1960 καθώς και ένα μικρό κοιμητήριο.

Συνοδευόμενοι από το **Χρήστο Τζοβάρα** απ’ το Διχούνι, φτάνουμε πολύ γρήγορα στον γραφικό οικισμό. Χτισμένο σε μέσο υψόμετρο **570** μέτρων, ανάμεσα σε δύο παραποτάμους του Καλαμά⁽²⁰⁾, το Διχούνι δέχεται ολημερίς τις ακτίνες του ήλιου και αγναντεύει ανεμπόδιστα πολλές κορυφές των Ιωαννίνων και της Θεσπρωτίας. Στην πλιόλουστη, τούτη την ώρα, και ευχάριστα ζεστή βεράντα του Πολιτιστικού Συλλόγου «**Άγιος Δημήτριος Διχουνίου**», μας περιμένει μία αναπάντεχη όσο και ευχάριστη έκπληξη. Μία ομάδα φιλόξενων ανδρών και γυναικών του χωριού μας υποδέχονται, όχι μόνο με λεκτική εγκάρδιότητα αλλά και με θαυμάσιο ντόπιο τσιπουράκι, που το συνοδεύουν σπιτικές πίτες, και πάμπολλα γευστικότητα μεζεδάκια.

Κυλάνε όμορφα οι στιγμές στον ήρεμο, ηπειρώτικο οικισμό, μ’ αυτούς τους φιλόξετους ανθρώπους, που από τα πρώτα λεπτά μας έχουν κάνει να αισθανόμαστε σαν φίλοι από παλιά. Και όταν έρχεται η ώρα ν’ αποχαιρετιστούμε, το λιγότερο που μπορούμε να κάνουμε, εκτός από τις ευχαριστίες μας, είναι να υποσχεθούμε ότι μια μέρα θα επιστρέψουμε οπωσδήποτε.

Επίλογος

Κοιτάζω, ξανά και ξανά, τον λεπτομερή χάρτη της εδαφικής επικράτειας του Δήμου Ζίτσας. Παρατηρώ τους μικρούς και μεγάλους ορεινούς όγκους, τις ενδιάμεσες πεδιάδες και κοιλάδες, τα ιστορικά μοναστήρια και τα γεφύρια, τα διάσπαρτα χωριά, απόμακρα τα περισσότερα και βυθισμένα στην αφάνεια, όχι μόνον από το ευρύ κοινό, αλλά και από ‘μας τους ταξιδεμένους - υποτίθεται - στην Ελλά-

19. Η Μονή έπαψε να κατοικείται από το 1998.

20. Οι παραπόταμοι αυτοί είναι: στα Δ του χωριού ο Ζαλογγίτικος ποταμός, που πηγάζει από το βουνό Χιονίστρα της Θεσπρωτίας (υψ.1.644 μ.) και μετά από ελικοειδή διαδρομή 10 χλμ. καταλήγει στον Καλαμά. Ο δεύτερος παραπόταμος, στα Α, είναι η Τυριά, που πηγάζει από τον Τόμαρο Ιωαννίνων (υψ. 1974 μ.) και, μετά από μία εξίσου δαιδαλώδη διαδρομή 35 χλμ εκβάλλει στον Καλαμά. Ο πρώτος συναντάει τον Καλαμά στην Βροσίνα και ο δεύτερος ανάμεσα στους οικισμούς του Αγίου Γεωργίου και του Βουτσαρά.

δα. Μετά το βλέμμα μου μαγνητίζουν οι αναρίθμητες υδάτινες αρτηρίες που θυμίζουν, με την δαιδαλώδη πολυπλοκότητά τους, ιστό αράχνης. Είναι βέβαια ο μεγάλος ποταμός Καλαμάς, ο Θύαμις των αρχαίων, με τους πάμπολλους παραποτάμους και χειμάρρους: τον **Ζαλογγοπόταμο**, την **Τύρια** και τον **Σμόλιτσα**, τον **Γορμό**, την **Λαγκαβίτσα** και τον **Ξηροπόταμο**, τον **Κουσοβίτικο**, τον **Καλπακιώτικο** και ... ποιος ξέρει ακόμα, πόσα ρέματα και ρυάκια, ταπεινά και φανερά. Αναρωτιέμαι πότε θα γνωρίσουμε - επιτέλους - τις αθέατες πτυχές αυτού του τόπου. Κατά πάσα πιθανότητα, ποτέ! Είναι πολύ απόμακρη η Ιθάκη. ή μάλλον τη βρίσκουμε συνέχεια στο δρόμο, σε κάθε μας βήμα που κάνουμε γι' αυτήν. Ας απολαύσουμε, λοιπόν, αυτό τον βηματισμό.

Ευχαριστίες

Το Ελληνικό Πανόραμα οφείλει θερμές ευχαριστίες στο Δήμο Ζίτσας και προσωπικά στο Δήμαρχο **Μιχάλη**

Πλιάκο και τον Αντιδήμαρχο **Γιώργο Ράδο**, τόσο για την τιμητική πρόσκληση στο περιοδικό μας, όσο και για τις συνολικές βοήθειες κατά τη διάρκεια της παραμονής μας. Ευχαριστούμε για τη συμβολή τους στο έργο μας τον **παπά Λευτέρη** και τον μοναχό **Πρόδρομο**, τον παπά **Στέφανο** και τον **παπα-Θόδωρο**, τον **παπα-Δημήτρη** καθώς και τον **Κώστα Γότση** από το Λίθινο.

Ευχαριστούμε επίσης τον **Νίκο** και την **Ελένη Οικονόμου**, το **Χρήστο Τζοβάρα** και τους φιλόξενους κατοίκους του Διχουνίου.

Ιδιαίτερα ευχαριστούμε για τις βοήθειες του, τον αυθεντικό φυσιολάτρη και πρωτοπόρο στην ανάδειξη του τόπου του, **Νίκο Νικολάου** από τον Βουτσαρά.

Δεν θα μπορούσαμε, τέλος να παραλείψουμε να εκφράσουμε τις θερμές μας ευχαριστίες στον καλό μας φίλο και συνεργάτη **Κώστα Ζαρόκωστα**, που αποτέλεσε τον πολύτιμο σύνδεσμο της γνωριμίας μας με τον Δήμο Ζίτσας.

Το ξενοδοχείο **Αγναντι Ζίτσας** βρίσκεται στο όμορφο, γραφικό **χωριό Ζίτσα**, μόλις **25 χλμ. από τα Γιάννενα**, σκαρφαλωμένο σε μια πλαγιά με εκπληκτική θέα στα μαγευτικά βουνά που απλώνονται τριγύρω. Χτισμένο με τοπική πέτρα, δεμένο απόλυτα με το φυσικό περιβάλλον, σας περιμένει για μια ξεχωριστή διαμονή, πίνοντας ένα **ντόπιο τσίπουρο ή κρασί** πλάι στο τζάκι, σε ένα παραδοσιακό ημερωτικό καθιστικό, δοκιμάζοντας **την καλύτερη τοπική κουζίνα** ή απολαμβάνοντας τη μοναδική θέα που προσφέρει απλόγτερα.

Τα δωμάτιά του, με ζεστά γήινα χρώματα, που συνδυάζουν την υψηλή ποιότητα με την εκλεπτυσμένη παράδοση, προσφέρονται για χαλάρωση και αξέχαστες στιγμές δίπλα στο τζάκι.

Με την άριστη εξυπηρέτηση, τις ανέσεις και τις υπηρεσίες που προσφέρει, το **Αγναντι Ζίτσας** είναι εγγυημένο ότι θα αποτελέσει το καλύτερο ορμητήριο για να ανακαλύψετε τόσο την ξεχωριστή ημερωτική φύση, αλλά και την ιδιαίτερη ομορφιά αυτού του χωριού, διάσημου για την εξαιρετική ποιότητα του τοπικού κρασιού του, καθώς και την ζεσσιά και τη φιλοξενία των κατοίκων του.

Επικοινωνία:

Tel/Fax: **+(30) 26580 22090**
 Email: **agnantizitsas@gmail.com**
 www.agnantizitsas.gr

Facebook: **AgnantiZitsas**
 Instagram: **agnanti zitsas hotel**

Χρήσιμες πληροφορίες

Διαμονή

Ξενοδοχείο Αγνάντι, Ζίτσα.

Εξαιρετική οικογενειακή μονάδα, με θαυμάσια θέα και 10 πολύ ευρύχωρα και περιποιημένα δωμάτια, εξοπλισμένα με όλες τις ανέσεις (επτά διαθέτουν τζάκι). Προσεγμένο πρωινό σε πολύ ωραία αίθουσα εστίασης και πολύ καλή κουζίνα με παραδοσιακές γεύσεις, πίτες, σουπες, ντόπια κρεατικά, σπιτικό τσίπουρο και κρασί. Οικογενειακή ατμόσφαιρα και φιλοξενία από το **Στέφανο** και την **Ειρήνη**.

Υψόμετρο: 650μ. Απόσταση από Γιάννενα: **25 χλμ.** Τηλ./fax **26580 22090 & 6944 277107.** www.agnantizitsas.gr - agnantizitsas@gmail.com

Εστίαση

Ταβέρνα “Νικολάου”, Βουτσαράς.

Πολύ όμορφο περιβάλλον, εξαιρετικής ποιότητας ντόπια κρέατα και ορεκτικά. Πολύ ευχάριστη συνοδεία με το φημισμένο κρασί και τσίπουρο Ζίτσας. Πολύτιμες περιπατητικές και περιεκτικές πληροφορίες για την ευρύτερη περιοχή από τον φυσιολάτρη Νίκο Νικολάου. Τηλ. **6944 788 431**

Χάνι Σουλόπουλου, Σουλόπουλο.

Ταπεινό καφενεδάκι πλάι στο δρόμο, που κρύβει όμως τα νόστιμα μαγειρεμένα φαγητά και μεζεδάκια της **Ελένης**. Τηλ. **6948 307957**

«Η Συνάντηση των Φίλων», Λευκοθέα

Περιποιημένο περιβάλλον, ανεμπόδιση θέα, θαυμάσια παραδοσιακή κουζίνα και εξαιρετικά κρεατικά. Τηλ. **26580 61175 & 6958 054498.**

Δρύινα βαρέλια παλαίωσης του περίφημου κρασιού της Ζίτσας. ΦΩΤ. ΣΠ. ΒΑΓΓΕΛΑΚΗΣ





Kalamas River Trails 2020



Πριν περίπου 10 χρόνια αποφάσισα να αλλάξω τον τρόπο ζωής μου και ξεκίνησα να αθλούμαι συστηματικά, να προσέχω τη διατροφή μου και να δοκιμάζω διάφορα ατομικά σπορ. Τελικά με κέρδισε η ποδηλασία.

Το 2016 ξεκίνησα να σκέφτομαι την διοργάνωση ενός αγώνα, με αφητηρία το χωριό μου, το **Βουτσαρά**, με σκοπό να αναδείξω τις ομορφιές του τόπου, μέσα από ειδικά διαμορφωμένα μονοπάτια στις όχθες του **ποταμού Καλαμά** που παρότι είναι ίσως ο πιο «πράσινος» ποταμός της Ελλάδας, είναι ελάχιστα προβεβλημένος. Τα μονοπάτια είναι μέρος του «δρόμου του αλατιού», της παλιάς Ρωμαϊκής Εγνατίας οδού, αλλά και της μεταγενέστερης διαδρομής μεταφοράς αλατιού από τη Σαγιάδα ως το Κάστρο των Ιωαννίνων.

Το Μάιο του 2017, με τη βοήθεια ορισμένων φίλων, κατάφερα να διοργανώσω για πρώτη φορά μια αθλητική εκδήλωση που περιλάμβανε **αγώνα τρεξίματος και αγώνα ποδηλάτου**.

Έκτοτε, κάθε χρόνο βελτιώνουμε τις διαδρομές, προσθέτουμε σημεία και ανακαλύπτουμε νέα τοπία που δεν σταματούν να μας εκπλήσσουν, αλλά κυρίως, να εντυπωσιάζουν όσους συμμετέχουν.

Σας προσκαλούμε να έρθετε και να διαπιστώσετε κι εσείς από κοντά τις ομορφιές των μονοπατιών που έχουμε διαμορφώσει, ακόμα και για έναν απλό περίπατο στο δάσος.

- Νίκος Νικολάου.

Το 2020, θα διεξαχθούν για τέταρτη χρονιά οι «**ΠαραΚαλάμιες Διαδρομές**» με αφητηρία και τερματισμό στο **Βουτσαρά, Ζίτσας, Ιωαννίνων**.

Οι προγραμματισμένες ημερομηνίες είναι:

17 Μαΐου: Αγώνας Ορεινού Δρόμου, 6, 11 και 20 χλμ.

24 Μαΐου: Αγώνας Ορεινής Ποδηλασίας 15 και 32 χλμ.

(Σε περίπτωση αναβολής των εκδηλώσεων, θα ανακοινώσουμε νέες ημερομηνίες, εντός της χρονιάς)