**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΣΙΔΕΡΙΤΗΣ**

**ΟΡΕΙΝΟΣ ΔΡΟΜΟΣ ΣΩΚΡΑΤΗΣ – ΔΙΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ, 11-12/7/2020**

**ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ ΤΗΣ ΔΗΚΑΔΙΜΕ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΔΙΡΦΥΩΝ - ΜΕΣΣΑΠΙΩΝ**

Ένας δρόμος αλλιώτικος, όπως και ο Σωκράτης μας και κάθε Σωκράτης στον κόσμο ετούτο.

Ένας δρόμος χωρίς εκκωφαντικές μουσικές στην αρχή και στην πορεία, δίχως χρονόμετρα, χωρίς τσιπάκια και τζελάκια, χωρίς πλαστικά μπουκάλια και αγορασμένα νερά. Ένας δρόμος από την καρδιά για όλους όσους συμμετέχουν. Ένας δρόμος με τρέξιμο, περπάτημα αλλά και σιωπή. Ένας δρόμος στη μνήμη του Σωκράτη, για την προστασία της ορεινής φύσης, για την ενίσχυση του κινήματος ΑΜΕΑ.

Την περσινή χρονιά ο δρόμος περιελάμβανε όλη την Εύβοια. Το 2020 εξαιτίας των συγκυριών ο δρόμος θα γίνει στην περιοχή του αισθητικού δάσους Στενής, στην κορυφή της Δίρφεος, συνοδεία και άλλων εκδηλώσεων.

Αναλυτικά:

**ΣΑΒΒΑΤΟ 11/7**

**18.00 μ.μ.** Εκκίνηση του δρόμου απόστασης **12 χλμ**, από το γήπεδο Άνω Στενής έως το εικονοστάσι Πρ. Ηλία (έναντι του καταφυγίου Δίρφεος) και επιστροφή στο ίδιο σημείο. Απευθύνεται μόνο σε έμπειρους δρομείς, κυρίως ορεινών δρόμων. Υψομετρική διαφορά: 700μ. Μέγιστος χρόνος διαδρομής: 3 ώρες. Πεδίο: δασικοί δρόμοι:7,5 χλμ, μονοπάτι 4,5 χλμ. Περιορισμένος αριθμός συμμετοχής.

**18.30 μ.μ.** Εκκίνηση δρόμου **5,3 χλμ** από το γήπεδο Στενής έως την κορφή του Βράχου της Στενής και επιστροφή στο ίδιο σημείο. Απευθύνεται σε όλους τους πεζοπόρους, δρομείς, αθλητές. Υψομετρική διαφορά:170μ. Μέγιστος χρόνος διαδρομής: 2 ώρες. Πεδίο: δασικοί δρόμοι: 4,3 χλμ, μονοπάτια: 1 χλμ. Περιορισμένος αριθμός συμμετοχής.

**18.45 μ.μ.** Εκκίνηση του δρόμου **800μ** για παιδιά κάθε ηλικίας και άτομα ΑΜΕΑ. Πεδίο: δασικός δρόμος.

Όλες οι διαδρομές θα έχουν σήμανση και επίσης θα υπάρχουν εθελοντές βοηθοί. Καλό είναι ο καθένας από τους συμμετέχοντες να έχει σε μικρό σακίδιο πλάτης το δικό του παγούρι με νερό, που μπορεί να προμηθευτεί από τις γειτονικές πηγές πριν τον δρόμο.

Τροφοδοσία με νερό από πηγή θα υπάρχει:

Α. Για τον δρόμο των 5,3 χλμ στο σημείο των 2 χλμ.

Β. Για τον δρόμο των 12 χλμ θα υπάρχει τροφοδοσία με νερό από πηγή και πρόχειρο φαγητό στο 2ο χλμ, στο 5ο χλμ και στο 9ο χλμ.

Οι διαδρομές μπορεί να τροποποιηθούν σε περίπτωση ανάγκης, π.χ. μεταβολών του καιρού.

Στο σημείο εκκίνησης θα υπάρχουν η γραμματεία και μέλη του συλλόγου ΑΜΕΑ ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ Χαλκίδας, για παρουσίαση του έργου και των αναγκών του συλλόγου. Επίσης, στο ίδιο σημείο και ώρα θα υπάρχει και ζωντανή μουσική με τον Στέφανο Γανωτή από την ομάδα Περπερούνα.

**21.30 μ.μ.** Στο χώρο της βρύσης Νταβέλη στην Άνω Στενή θα γίνει εκδήλωση με θέμα:

*Ιστορίες και παραμύθια που άρεσαν στο Σωκράτη – ποιήματα για το Σωκράτη*

Αφηγητής Ηλίας Καραμπάς, απαγγελία: Φωτεινή Αγγελακοπούλου. Θα ακολουθήσει παρουσίαση του βιβλίου του Στέφανου Γανωτή: «Ένα ζευγάρι άσπρο φτερά». Στη συνέχεια, θα ακούσουμε παραδοσιακή μουσική από τον Στέφανο Γανωτή και άλλους μουσικούς.

**ΚΥΡΙΑΚΗ 12/7, 7.30 π.μ.**

Αναχώρηση πεζοπορικής ομάδας από το Διάσελο Συκά προς την κορφή της Δίρφεος. Μόνο για έμπειρους ορειβάτες. ‘Ώρες πεζοπορίας: 4,5. Περιορισμένος αριθ. συμμετοχής.

Δηλώσεις συμμετοχής: 6981704637, [nlmpmtgl@yahoo.com](mailto:nlmpmtgl@yahoo.com)

Ο Ορεινός Δρόμος Σωκράτης διοργανώνεται από το ΣΙΔΕΡΙΤΗ και θα γίνει υπό την αιγίδα του ΔΗΚΑΔΙΜΕ (Δήμος Διρφύων – Μεσσαπίων) Επίσης συμμετέχουν:

Ο Σύλλογος ΑΜΕΑ «ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ» ΧΑΛΚΙΔΑΣ

Τ΄ Αλωνάκι

Η Περπερούνα

Ο Σύλλογος Δρομέων Ψαχνών

Ο Φυσιολατρικός – Ορειβατικός Σύλλογος Στενής.

Ιστορικό και Λαογραφικό Αρχείο Στενής

Τμήμα εθελοντών δημιουργικής απασχόλησης ΔΗΚΑΔΙΜΕ