

Πεζοπορία στο Μονοπάτι του Μαινάλου, 7 ημ.

🕒 7 ημέρες

από € 660,00

Εναλλακτικές δραστηριότητες

Η Άγρια Ομορφιά της Αρκαδίας

Ανακαλύψτε την καρδιά της Αρκαδίας μέσα από μια μοναδική 7ήμερη πεζοπορία στο Μονοπάτι του Μαινάλου, μήκους περίπου 75 χιλιομέτρων. Από τη γραφική Στεμνίτσα έως τα Λαγκάδια, η διαδρομή περνά μέσα από φαράγγια, δάση, ποτάμια και ιστορικά χωριά, αποκαλύπτοντας μια αυθεντική πλευρά της Πελοποννήσου. Το φαράγγι του Λούσιου, οι πλαγιές του Μαινάλου και η κοιλάδα του Μυλάοντα συνθέτουν ένα τοπίο γεμάτο εναλλαγές και μοναδικές εικόνες. Με καθημερινή μεταφορά αποσκευών και υποστήριξη στη διαδρομή, απολαμβάνετε την ελευθερία της πεζοπορίας, τη φύση και τη γαλήνη του αρκαδικού τοπίου με τον δικό σας ρυθμό.

Πιστοποίηση Βιωσιμότητας



Βραβεία



Είμαστε μέλη



Περιγραφή

Η τέλεια ευκαιρία μια 7ημερη πεζοπορία που θα σας μείνει αξέχαστη! Η self guided περιήγηση πραγματοποιείται από το Μάρτιο έως τον Νοέμβριο. Η πεζοπορία υπάρχει επίσης guided με προκαθορισμένες ημερομηνίες αναχώρησης.

Το “Hike the Menalon Trail” είναι μια 7ήμερη πεζοπορία από χωριό σε χωριό, μήκους 75 χιλιομέτρων/45 μιλίων. Είναι ένα μακρύ ορεινό μονοπάτι στην Αρκαδία, στο κέντρο της Πελοποννήσου, που διασχίζει το φαράγγι του Λούσιου ποταμού, τις δυτικές πλαγιές του όρους Μαινάλου, την κοιλάδα του Μυλάοντα ποταμού και τα Βορειοανατολικά Γορτυνιακά Όρη. Είναι ενταγμένο στο βραβευμένο πρόγραμμα “Μονοπάτια Πολιτισμού” της ΕΛΛΕΤ (ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ Περιβάλλοντος & Πολιτισμού). Στόχος του προγράμματος είναι να δώσει νέα πνοή σε μονοπάτια ιδιαίτερης φυσικής ομορφιάς και ιστορικής σημασίας, σε όλη τη χώρα, τονώνοντας τις τοπικές κοινωνίες με έναν σημαντικό παράγοντα βιώσιμης ανάπτυξης, τον πεζοπορικό τουρισμό.

Κατά την άφιξη σας στο χωριό της αφετηρίας, ο τοπικός εκπρόσωπός μας θα σας υποδεχτεί και θα σας παραδώσει το φυλλάδιο σας, τα αρχεία διαδρομών gpx και τον χάρτη. Θα σας εξηγήσει τις λεπτομέρειες της διαδρομής και θα απαντήσει σε τυχόν απορίες σας. Θα είναι πάντα διαθέσιμος στο τηλέφωνο για να σας υποστηρίξει και να σας βοηθήσει κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας σας. Οι αποσκευές σας θα μεταφέρονται από εμάς καθημερινά στον επόμενο προορισμό σας και ένα νόστιμο σπιτικό lunchbox θα σας δίνεται καθημερινά για να σας κρατάει δραστήριους κατά την πεζοπορία σας.

Το πρόγραμμα ξεκινά από το χωριό Στεμνίτσα, στο οποίο μπορείτε να φτάσετε είτε μέσω του Διεθνούς Αεροδρομίου Καλαμάτας (78 χλμ / 1 ώρα και 30 λεπτά) είτε μέσω του Διεθνούς Αερολιμένα Αθηνών (226 χλμ / 2 ώρες και 40 λεπτά) και καταλήγει στο χωριό Λαγκάδια.



Γενικές πληροφορίες

Highlights

- Μια πεζοπορία μέσα σε ένα τοπίο απaráμιλλης ομορφιάς
- Μια εντυπωσιακή διαδρομή 75 χιλιομέτρων
- Πιστοποιημένο μονοπάτι από την [ERA](#) (European Ramblers Association)
- Διασχίζει 9 από τα πιο όμορφα, παραδοσιακά πετρώχιστα χωριά της Ελλάδας
- Μια περιοχή πλούσια σε ιστορία, παράδοση και πολιτισμό

Το πρόγραμμα μπορεί να διαμορφωθεί ανάλογα με τον ρυθμό, τις προτιμήσεις και τις καιρικές συνθήκες. Επιπλέον, υπάρχει δυνατότητα επιλογής ημερομηνιών αναχώρησης καθ' όλη τη διάρκεια της σεζόν.

Κόστος

Self-Guided Tour

- 760€/άτομο για 8-9 συμμετέχοντες
- 790€/άτομο για 6-7 συμμετέχοντες
- 795€/άτομο για 4-5 συμμετέχοντες
- 945€/άτομο για 2-3 συμμετέχοντες

Επιβάρυνση μονόκλινου: 465€

Τιμή για προκαθορισμένες ημερομηνίες 2026

SPECIAL OFFER: Έκπτωση 100€/άτομο

- 660€/άτομο για 8-9 συμμετέχοντες
- 690€/άτομο για 6-7 συμμετέχοντες
- 695€/άτομο για 4-5 συμμετέχοντες
- 845€/άτομο για 2-3 συμμετέχοντες

Επιβάρυνση μονόκλινου: 465€

Παρέχονται:

- 6 διανυκτερεύσεις σε τοπικούς ξενώνες με πρωινό (BB)
- 5 πακέτα γεύματος για τις ημέρες 2-6
- Μεταφορές αποσκευών καθ' όλη τη διάρκεια των πεζοποριών
- Ιδιωτική μεταφορά Ελάτη – Νυμφασία την 3η ημέρα και Νυμφασία – Ελάτη την 4η ημέρα
- Έμπειρος συνοδός για την ενημέρωση (briefing)
- Χάρτης & αρχεία GPX
- Ασφάλεια αστικής ευθύνης
- Όλοι οι νόμιμοι φόροι
- Συνοδός πεζοπορίας στην επιλογή Semi Guided

Δεν παρέχονται:

- Τέλος διαμονής (0.50 – 12€)

- Υπηρεσίες διάσωσης ή ιατρικά έξοδα σε περίπτωση ανάγκης
- Δείπνα
- Αλκοολούχα ποτά, αναψυκτικά ή άλλα ροφήματα κατά τη διάρκεια των γευμάτων
- Οτιδήποτε δεν αναγράφεται παραπάνω

Εάν επιθυμείτε οποιαδήποτε από αυτές τις υπηρεσίες, παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας.

Απαιτούμενος εξοπλισμός:

- Σακίδιο πλάτης
- Παπούτσια κατάλληλα για περπάτημα σε ανώμαλο έδαφος και να προστατεύουν τον αστράγαλο
- Ρούχα πεζοπορίας κατάλληλα για την εποχή, κατά προτίμηση από quick-dry υλικό (μακρύ & κοντό παντελόνι, κοντομάνικα & μακρυμάνικα, fleece κ.λπ.)
- Αδιάβροχο μπουφάν
- Casual ρούχα & παπούτσια για τα βράδια
- Εσώρουχα & κάλτσες
- Τσάντα πλυσίματος και απλό κουτί πρώτων βοηθειών (έμπλαστρα ή σετ φουσκάλες, ασπιρίνη ή κάτι παρόμοιο, αντισηπτικό).
- Αντηλιακό
- Γυαλιά ηλίου
- Καπέλο ή σκούφος
- Σνακ (ξηροί καρποί / αποξηραμένα φρούτα / ενεργειακή μπάρα)
- Μπατόν για περπάτημα (προαιρετικά)
- Φωτογραφική μηχανή (προαιρετικά)
- Παγούρι με νερό. Σύμφωνα με την εταιρική μας πολιτική δεσμευόμαστε να μειώσουμε τη χρήση πλαστικών μίας χρήσεως.

Αναλυτικό πρόγραμμα

1η ημέρα - Άφιξη στη Στεμνίτσα

Φτάνετε στο ξενοδοχείο σας στη **Στεμνίτσα** και τακτοποιείτε τα πράγματά σας. Ένας εκπρόσωπός μας θα σας συναντήσει, ώστε να σας ενημερώσει και να σας δώσει όλο το απαραίτητο υλικό για την περιήγησή σας.

Διανυκτέρευση στη Στεμνίτσα

2η ημέρα - Στεμνίτσα - Φαράγγι Λούσιου - Δημητσάνα

Ξεκινώντας από τη **Στεμνίτσα**, διασχίζετε το περίφημο φαράγγι του **Λούσιου** για να φτάσετε στη **Δημητσάνα**.

Απολαμβάνετε τη γραφική διαδρομή, μέσα από παλιές αγροτικές εκτάσεις. Περνάτε από την εκκλησία της **Μεταμόρφωσης του Σωτήρος** και θαυμάζετε τη θέα του φαραγγιού του **Λούσιου**, πριν μπειτε στο πλακόστρωτο μονοπάτι που οδηγεί στη **Μονή Προδρόμου**, η οποία βρίσκεται ακριβώς στα τείχη του φαραγγιού.

Αφού περάσετε από την **Παλαιά Μονή Φιλοσόφου** (963 μ.Χ.) και τη **Νέα Μονή Φιλοσόφου**, ακολουθείτε ένα παλιό μονοπάτι που διασχίζει τη **Δημητσάνα** και περνάτε από ιδιαίτερες γέφυρες με προορισμό σας το **Υπαίθριο Μουσείο Υδροκίνησης**, διάσημο για τους μύλους του που κάποτε δημιουργούσαν πλούτο για την πόλη.

Απόσταση: 12,5 χλμ **Χρόνος:** 5 ώρες **Ανάβαση:** 1325 m **Κατάβαση:** 1435 m **Ελάχιστο Ύψος:** 420 m **Μέγ. Ύψος:** 1.095 m

Διανυκτέρευση στη Δημητσάνα

3η ημέρα - Δημητσάνα - Ζυγοβίστι - Ελάτη

Ακουθείτε τη διαδρομή από τη **Δημητσάνα** προς το **Ζυγοβίστι**, ανεβαίνοντας από την κοιλάδα του Λούσιου προς τις παρυφές του ελατοδάσους. Αφού περπατήσετε δίπλα σε σημαντικά ιστορικά κτίρια, βγαίνετε από τον οικισμό της Δημητσάνας και ακολουθείτε ένα μονοπάτι με ήπια ανηφόρα. Φτάνετε στο πρώτο οροπέδιο και απολαμβάνετε την υπέροχη θέα στη λεκάνη του Λούσιου ποταμού με τους οικισμούς της Δημητσάνας, του **Παλιοχωρίου** και της **Ζάτουνας** να ξεχωρίζουν στο δασώδες τοπίο.

Κατευθύνεστε πλέον προς το Ζιγοβίσι, ακολουθώντας μια σειρά από μονοπάτια, χωματόδρομους και παλιά χωράφια, περνώντας από το μικρό μοναστήρι των **Αγίων Αποστόλων**. Στην είσοδο του χωριού, σας υποδέχεται το πρωτότυπο μαρμάρινο μνημείο, ένα ανοιχτό βιβλίο με τα ονόματα των αγωνιστών του Ζιγοβιστίου. Η μνήμη των μαχών και των ηρώων της Ελληνικής Επανάστασης έχει εμποτίσει αυτό το μικρό χωριό με μια μεγάλη αίσθηση πατριωτικής υπερηφάνειας.

Απόσταση: 4,2 χλμ / **Ελάχιστη ώρα:** 2 ώρες **Ανάβαση:** 317 μ / **Κατάβαση:** 126 μ **Ύψος:** 964 μ – **Μέγιστο ύψος:** 1.174 μ

Για τη διαδρομή Ζιγοβίσι – Ελάτη, διασχίζετε μια όμορφη χαράδρα, συνεχίζετε μέχρι την πηγή **Μπουρνιάδες** και ανεβαίνετε ομαλά στο πέρασμα **Μπιλάλι**, σημαντικό κόμβο παλαιών μονοπατιών. Από εκεί, ανεβαίνετε στη σέλα μεταξύ **Πλιοβουνίου** και **Φραγκοβουνίου** (μια σύντομη διαδρομή που οδηγεί στην κορυφή Πλιοβουνί 1.643 μέτρα, την υψηλότερη κορυφή αυτής της διαδρομής). Στη συνέχεια, μπαίνετε στο οροπέδιο **Βλάχικα** διασχίζοντας ένα απότομο μονοπάτι και κατευθύνεστε προς τον ορεινό οικισμό **Ελάτη**.

Απόσταση: 14,9 χιλιόμετρα / **Χρόνος:** 5,5 ώρες **Ανάβαση:** 869 μέτρα / **Κατάβαση:** 844 μέτρα **Ελάχ. Ύψος:** 1.109 m / **Μέγ. Ύψος:** 1.550 m

Διανυκτέρευση στη Νυμφασία

4η ημέρα - Ελάτη - Βυτίνα - Νυμφασία

Κατηφορίζετε από την **Ελάτη** προς την κοίτη του ποταμού **Μιλάωνα**. Ακολουθώντας το καλά σηματοδοτημένο μονοπάτι, περνάτε δίπλα από το μεγάλο γεωτρύπανο που υδροδοτεί τη Βυτίνα και στη συνέχεια από την πετρόχτιση βρύση **Μακρινού**.

Για περίπου 1 χλμ. κινείστε σε χωματόδρομο μέχρι να φτάσετε στη θέση **Ελληνικά**. Συνεχίζετε κατά μήκος του ποταμού μέσα σε πυκνή βλάστηση. Αυτός είναι ο παλιός μουλαρόδρομος που ένωνε τα χωριά, υπάρχουν ακόμη τα ερείπια τριών νερόμυλων.

Απόσταση: 8,5 χλμ. / **Χρόνος:** 2,5 ώρες **Ανάβαση:** 426μ. **Κατάβαση:** 533 μ. **Ελάχ. Ύψος:** 1029 μ. / **Μέγ. Ύψος:** 1.032 μ.

Αφού ξεκουραστείτε και εφοδιαστείτε, αφήνετε τη Βυτίνα για να συνεχίσετε τη διαδρομή σας προς τη Νυμφασία. Στη θέση **Μαύρα Λιθάρια** θα συναντήσετε ένα σύντομο αλλά εντυπωσιακό φαράγγι. Από εδώ κατηφορίζετε προς το γεφύρι του Τζαβαρένα, ένα συμπαγές πέτρινο γεφύρι που εξασφάλιζε τη σύνδεση της Βυτίνας με τα γύρω χωριά. Το μονοπάτι φτάνει σε υψόμετρο 880 μέτρων και οδηγεί στη **Νυμφασία**, έναν μικρό αλλά ζωντανό δορυφόρο της Βυτίνας.

Απόσταση: 5,6 χλμ. / **Χρόνος:** 2 ώρες **Ανάβαση:** 353μ. **Κατάβαση:** 452 μ. **Ελάχ. Ύψος:** 813 μ. / **Μέγ. Ύψος:** 1.041 μ

Διανυκτέρευση στη Νυμφασία

5η ημέρα - Νυμφασία - Μαγούλιανα - Βαλτετσίνικο

Ξεκινάτε την πεζοπορία σας μέσα σε ένα ευχάριστο δρυόδασος για να διασχίσετε το γεφύρι της Κερνίτσας, ανηφορίζοντας προς τη **Μονή Κερνίτσας**. Μέσα από μονοπάτια, χωματόδρομους κι ένα πυκνό ελατοδάσος, φτάνετε στο **Ασκηταριό Σφυρίδας**, όπου μπορείτε να κάνετε ένα διάλειμμα για ξεκούραση.

Από τη Σφυρίδα (1.000 μ.) ανηφορίζετε μέσα στο δάσος μέχρι τη διασταύρωση για τη Λάστα (1.250 μ.). Εκεί, κατευθύνεστε νότια και διασχίζετε τους πρόποδες της μεγάλης απότομης πλαγιάς του Κάστρου. Αφού περάσετε την **Πηγή Γαύρος**, μπαίνετε στον μικρό οικισμό **Μαγούλιανα**.

Απόσταση: 8,9 χιλιόμετρα / **Χρόνος:** 3,5 ώρες **Ανάβαση:** 939 μ. / **Κατάβαση:** 626 μ. **Ελάχ. Ύψος:** 781 μ / **Μέγ. Ύψος:** 1.272 μ

Διασχίζετε τα **Μαγούλιανα** μέσα από σοκάκια και φτάνετε στη σέλα δυτικά του χωριού. Εκεί βρίσκεται μια διασταύρωση προς τη Λάστα, ένα σημείο με υπέροχη θέα, που περιβάλλεται από πέτρινα χτιστά αλώνια. Κατεβαίνετε προς το παλιό σανατόριο, περνάτε από την εκκλησία του **Αγίου Παντελή** και κατευθύνεστε προς την κοιλάδα, κατά μήκος ενός μικρού ποταμού. Η διαδρομή συνεχίζει στην αριστερή όχθη εισερχόμενη στα **Καμίνια**, μια μικρή εσωτερική λεκάνη, κρυμμένη στους πρόποδες του Βαλτεσίνικου. Ένα καλό μονοπάτι, που κάποτε ήταν πλακόστρωτο, ανηφορίζει προς το ορεινό χωριό **Βαλτεσίνικο**.

Απόσταση: 6,6 χλμ / **Χρόνος:** 2,5 ώρες **Ανάβαση:** 166 μ. / **Κατάβαση:** 309 μ. **Ελάχιστο. Ύψος:** 1.019 μ. / **Μέγ. Ύψος:** 1.296 μ.

Διανυκτέρευση στο Βαλτεσίνικο

6η ημέρα - Βαλτεσίνικο - Λαγκάδια

Ξεκινάτε από την πλατεία του χωριού **Βαλτεσίνικου**, περνάτε δίπλα από το εντυπωσιακό πετρόκτιστο σχολείο και μπαίνετε στον ανώτερο περιφερειακό δρόμο του χωριού, σταματώντας για να αγναντέψετε τις βόρειες πεδιάδες.

Συνεχίζετε την πεζοπορία σας φτάνοντας σε υψόμετρο 1.250 μέτρων, όπου το μονοπάτι γίνεται πιο καθαρό και περνάει κατά μήκος της κορυφογραμμής όπου βρίσκεται το **βυζαντινό φρούριο** του Βαλτεσίνικου.

Κατεβαίνετε προς τη μικρή εκκλησία της **Αγίας Τριάδας** απολαμβάνοντας την εκπληκτική θέα. Το επόμενο τμήμα της διαδρομής διασχίζει ένα εκτεταμένο ελατοδάσος και μετά από σύντομη παράκαμψη για την πηγή της **Γριάς το Λιθάρι**, κερδίζετε λίγο υψόμετρο πριν κατεβείτε ξανά κοντά στην πηγή **Κρύα Βρύση**. Ένας μικρός δασικός δρόμος σας οδηγεί στη θέση **Ελατάκος** και συνεχίζετε προς το μεγάλο **λιβάδι Γκρίλας**, με τις καρυδιές, τα αλώνια και τις καλύβες του. Στη δυτική άκρη αυτής της ζώνης, βλέπετε τα **Λαγκάδια**. Περνώντας δίπλα από μια μικρή πηγή και το εντυπωσιακό συγκρότημα των **νερόμυλων Ράπη**, μπαίνετε στα Λαγκάδια και ολοκληρώνετε το Μονοπάτι του Μαινάλου μέχρι το πολεμικό μνημείο.

Απόσταση: 13,9 χιλιόμετρα / **Χρόνος:** 5 ώρες / **Ανάβαση:** 843 μ. / **Κατάβαση:** 1022 μ. **Ελάχ. Ύψος:** 937 μ. / **Μέγ. Ύψος:** 1.377 μ.

Διανυκτέρευση στα Λαγκάδια

7η ημέρα - Αναχώρηση από τα Λαγκάδια

Απολαύστε το τελευταίο πρωινό στο ορεινό χωριό Λαγκάδια, αναλογιζόμενοι την εμπειρία ολοκλήρωσης του Μεγάλου Μονοπατιού, μιας από τις πιστοποιημένες ποιοτικές πεζοπορικές διαδρομές της Ελλάδας.

Πεζοπορία στο Μονοπάτι του Μαινάλου, 7 ημ.

Η Άγρια Ομορφιά της Αρκαδίας

Ανακαλύψτε την καρδιά της Αρκαδίας μέσα από μια μοναδική 7ήμερη πεζοπορία στο Μονοπάτι του Μαινάλου, μήκους περίπου 75 χιλιομέτρων. Από τη γραφική Στεμνίτσα έως τα Λαγκάδια, η διαδρομή περνά μέσα από φαράγγια, δάση, ποτάμια και ιστορικά χωριά, αποκαλύπτοντας μια αυθεντική πλευρά της Πελοποννήσου. Το φαράγγι του Λούσιου, οι πλαγιές του Μαινάλου και η κοιλάδα του Μυλάοντα συνθέτουν ένα τοπίο γεμάτο εναλλαγές και μοναδικές εικόνες. Με καθημερινή μεταφορά αποσκευών και υποστήριξη στη διαδρομή, απολαμβάνετε την ελευθερία της πεζοπορίας, τη φύση και τη γαλήνη του αρκαδικού τοπίου με τον δικό σας ρυθμό.

Για περισσότερες πληροφορίες και πραγματική διαθεσιμότητα:

Προβολή του ταξιδιού online

ή επικοινωνήστε μαζί μας

Αθήνα

Ιπποκράτους 58 Κολωνάκι, 2ος
όροφος, Τ.Κ. 10680

[210 6927000](tel:2106927000)

info@mazittravel.com

Θεσσαλονίκη

Τσιμισκή 85, 6ος όροφος, Τ.Κ.
54622

[2310 238 025](tel:2310238025)

info@mazittravel.com

www.mazittravel.com

Ακολουθήστε μας



mazi[®]
TRAVEL & EVENTS