



ΕΠΤΑΧΑΛΚΟΥ 3, ΘΗΣΕΙΟ

Συναντήσεις:

Κάθε Τρίτη 20:00

www.filoi-podilatou.gr

facebook.com/filoi.tou.podilatou

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ-ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ	ΕΚΔΡΟΜΕΣ
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2024	
Κυριακή 7 Ιανουαρίου 2024 <i>Κοπή Πίτας στις 12:00μ.μ. στην πλατεία Ζακλίν Ντε Ρομγόν</i>	Κυριακή 14 Ιανουαρίου Σαλαμίνα — ΒΔ 1 Συντονίζει η Μαίρη 697 2206584 Κυριακή 21 Ιανουαρίου Μαρκόπουλο — ΒΔ 2 Συντονίζει ο Μπάμπης 698 0108412 Κυριακή 28 Ιανουαρίου Διόνυσος — ΒΔ 2 Συντονίζει ο Διονύσης 698 6631040
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2024	
Τεχνικά Σεμινάρια <i>Ο επόμενος κύκλος του εργαστηρίου εκμάθησης επισκευών ποδηλάτου, θα ανακοινωθεί σύντομα.</i>	Σάββατο 3 - Κυριακή 4 Φεβρουαρίου Κορινθία, οροπέδιο Λιμνών, Αγιονέρι — ΒΔ 4 Συντονίζει η Ελένη 6975753841 Κυριακή 11 Φεβρουαρίου Εθνικός Δρυμός Σουνίου — ΒΔ 3 Συντονίζει ο Κώστας 698 0076662 Κυριακή 18 Φεβρουαρίου Κινέτα – Κορινθία — ΒΔ 2 Συντονίζει ο Βασίλης 697 2095165 Κυριακή 25 Φεβρουαρίου Αίγινα — ΒΔ 2 Συντονίζει η Μαίρη 697 2206584
ΜΑΡΤΙΟΣ 2024	
	Κυριακή 3 Μαρτίου Δυτική Πάρνηθα — ΒΔ 2 Συντονίζει η Ελένη 6975753851 Κυριακή 10 Μαρτίου Βαρυμπόμπη — ΒΔ 4 Συντονίζει ο Μπάμπης 698 0108412 Παρασκευή 15 - Καθαρά Δευτέρα 18 Μαρτίου Νάξος — ΒΔ 4 Συντονίζει ο Κωστής 694 7787550 Παρασκευή 22 - Δευτέρα 25 Μαρτίου Χαλκίδα Κεντρική Εύβοια — ΒΔ 3 Συντονίζει η Κική 693 7114183 Κυριακή 31 Μαρτίου Εθνικός Δρυμός Πάρνηθας — ΒΔ 3 Συντονίζει η Ελένη 6975753841

- **Η διαδρομή για όλες τις εκδρομές με λεπτομέρειες ως προς την απόσταση, τις υψομετρικές διαφορές κλπ. θα είναι διαθέσιμη στους Φ.τ.Π. και στο Facebook κάθε Παρασκευή πριν από τις αντίστοιχες προγραμματισμένες εκδρομές.**
- **Απαραίτητα εφόδια για τις Εκδρομές:** Ποδήλατο (σε καλή κατάσταση), εφεδρική σαμπρέλα, τρόμπα, εργαλεία, αρκετά τρόφιμα για την διάρκεια της εκδρομής, νερό, ποδηλατικά γάντια, ρούχα κατάλληλα για την συγκεκριμένη διαδρομή και εποχή (και αδιάβροχο), αντίσκηνο, υπνόσασκος, **χάρτης διαδρομής.**
- **Η συμμετοχή σε εκδρομές με Β.Δ. 3 και άνω απαιτεί προσοικονομία με τους Φ.τ.Π.**
- Ο κάθε ποδηλάτης ταξιδεύει με δική του ευθύνη. Οι «Φ.τ.Π.» και οι συντονιστές των εκδρομών δεν αναλαμβάνουν καμία ευθύνη για οποιαδήποτε απώλεια, τραυματισμό ή οποιοδήποτε άλλο πρόβλημα μπορεί να προκύψει στον ποδηλάτη ή στον εξοπλισμό του στην διάρκεια των εκδρομών.
- ΒΔ=Βαθμός Δυσκολίας