

## ΔΑΣΟΣ ΡΟΥΒΑ – ΛΙΜΝΗ ΖΑΡΟΥ 18-5-25

### ΓΕΝΙΚΑ:

Αγαπητοί φοιτητές, έπειτα από αρκετούς προβληματισμούς, οδηγηθήκαμε στη σκέψη προκειμένου να συνεχίσουμε τις εκδρομικές εξορμήσεις μας, να συμπράξουμε με τον Φυσιολατρικό Σύλλογο Ηρακλείου, και ήδη έχουμε καταλήξει στο πλαίσιο. Για να συμμετέχουμε, για τυπικούς και νομικούς λόγους θα πρέπει να γίνουμε μέλη στον Σύλλογο.

Έχουμε λοιπόν την εξής προσφορά για τους φοιτητές του τμήματος:

Εγγραφή στον Σύλλογο	: 5 ευρώ (άπαξ)
Ετήσια εισφορά	: 5 ευρώ
Σε εκδρομές εντός Κρήτης	: 5 ευρώ (μονοήμερες. Ενδέχεται για ιδιαίτερα μακρινές εκδρομές το κόστος κατά εκδρομή να αυξηθεί λίγο)

Η επόμενη εκδρομή λοιπόν που προτείνουμε είναι την Κυριακή 18 Μαΐου, στο φαράγγι του Ρούβα.

### A. Διαδρομή:

Η πεζοπορία θα ξεκινήσει μόλις φτάσουμε στην τοποθεσία «Σελλιά». Από εκεί θα αφήσουμε τα λεωφορεία και θα πάρουμε τον χωματόδρομο μέσα από το δάσος του Ρούβα, μέχρι την εκκλησία του Αγ. Ιωάννη όπου θα κάνουμε την πρώτη στάση για λίγη ξεκούραση. Στη συνέχεια θα μπούμε στο φαράγγι του Ρούβα και θα κατηφορίσουμε προς τη λίμνη Ζαρού. Η περιοχή έχει πλούσια χλωρίδα και πανίδα, χαράδρες και διάφορους γεωλογικούς σχηματισμούς και ορθοπλαγιές σπάνιας ομορφιάς. Το φαράγγι έχει συνολικό μήκος περίπου 4χλμ με διαμορφωμένη διαδρομή 2.7χλμ σε ένα πραγματικά μοναδικό περιβάλλον.



**Εικόνα 1:** Με κόκκινο φαίνεται η συνολική διαδρομή που θα διανύσουμε.

Το μονοπάτι στο φαράγγι ακολουθεί την κοίτη του ποταμού, που την άνοιξη έχει αρκετό νερό, σχηματίζοντας πολλούς μικρούς καταρράκτες και λιμνούλες με απόκρημνα βράχια στις πλευρές του και αρκετή βλάστηση και δένδρα. Θα καταλήξουμε στη λίμνη Ζαρού και το χωριό Ζαρός όπου θα υπάρξει ελεύθερος χρόνος περίπου 2 ώρες.

### **B. Στοιχεία πορείας:**

Μήκος πορείας : Περίπου 8 χιλιόμετρα  
Χρόνος πορείας : Περίπου 4 ½ - 6 ώρες (εξαρτάται από τις στάσεις)  
Βαθμός δυσκολίας : 1 (εύκολη)  
Κλίση πορείας : Κατηφορική.

### **B. Απαραίτητα:**

Ο κανόνας είναι ότι στις πορείες δεν παίρνουμε περιττά πράγματα, καθώς δεν θέλουμε να κουβαλάμε περιττά βάρη, **κρατάμε όμως τα απαραίτητα:**

1. Καπέλο !!!
2. Σακίδιο Πλάτης
3. Νερό (1 ½ λίτρο τουλάχιστο)
4. Παπούτσια πεζοπορίας. (εναλλακτικά, αθλητικά παπούτσια αντιολισθητικά – χονδρές κάλτσες).
5. Σορτσάκι
6. Μακό μπλουζάκι και εφεδρικό.
7. Αντιανεμικό μπουφάν
8. Υγρομάντηλα/Χαρτί υγιείας

Προαιρετικά όποιος θέλει μπορεί να κρατά μπατόν (μπαστούνια πεζοπορείας)

### **B. Φαγητό:**

Στον προορισμό Ζαρός – λίμνη Ζαρού υπάρχουν ταβέρνες και καφετέριες και θα υπάρξει χρόνος περίπου 2 ωρών για χαλάρωση ή ταβέρνα. Αν ωστόσο κάποιος δεν θέλει να πάει σε ταβέρνα, μπορεί να κρατά κάποια λίγα τρόφιμα μικρού βάρους (πχ. βραστά αυγά, παξιμάδι, γραβιέρα, μπάρες δημητριακών, μπανάνες)

**Γ. Συμμετοχή:** Στις επόμενες ημέρες θα δοθούν λεπτομερέστερες οδηγίες για όσους ενδιαφέρονται να συμμετέχουν (αιτήσεις, πληρωμή, ώρα αναχώρησης, σημεία συνάντησης κλπ.).

### **Σημείωση:**

1. Αν κάποιος έχει οποιοδήποτε ιατρικό πρόβλημα ή παίρνει οποιαδήποτε φαρμακευτική αγωγή, παρακαλείται να το δηλώσει στον κ. Μελά την ημέρα της εκδρομής.
2. Το πρόγραμμα μπορεί να τροποποιηθεί ελαφρά την ημέρα της εκδρομής ανάλογα με τις περιστάσεις.

Χ. Μελάς