



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

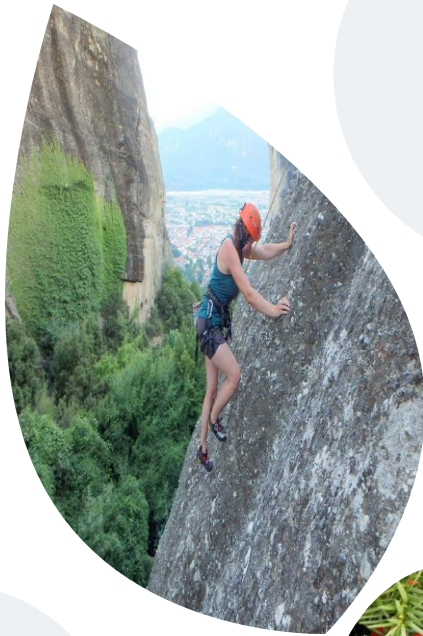
SPORTS TOURISM

ΝΑΙΣΙΔΟΥ ΣΟΦΙΑ
ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Ο Αθλητικός Τουρισμός είναι μια ειδική μορφή ποιοτικού τουρισμού η οποία μας δίνει την ευκαιρία να επενδύσουμε σε μια τεράστια δυναμική αγορά αλλά και ταυτόχρονα να επιτύχουμε μια προστιθέμενη αξία στο τουριστικό μας προϊόν μέσω της ανάπτυξης, της διαφοροποίησης και της αναβάθμισης του.

Ο Αθλητικός Τουρισμός ανήκει στις ειδικές μορφές τουρισμού, καθώς απευθύνεται σε ειδική κατηγορία τουριστών και αναφέρεται στην πραγματοποίηση και στην εμπειρία ενός ταξιδιού προκειμένου να συμμετέχει ενεργά ή να παρακολουθήσει δραστηριότητες που σχετίζονται με τον αθλητισμό.



ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

A. Αθλητικός τουρισμός

Περιλαμβάνει άτομα ή ομάδες συμμετέχουν ενεργητικά ή παθητικά σε ανταγωνιστικές ή μη, αθλητικές δραστηριότητες κατά τη διάρκεια μετακίνησής τους έξω από το συνηθισμένο τους περιβάλλον. Το κριτήριο εδώ είναι ότι η αθλητική δραστηριότητα αποτελεί το κύριο κίνητρο της μετακίνησης ενώ το τουριστικό στοιχείο παίζει το ρόλο της ενίσχυσης της συνολικής εμπειρίας.

1. Στενός ορισμός: περιλαμβάνει τον αθλητικό τουρίστα που παρακολουθεί ή συμμετέχει ένα ανταγωνιστικό αθλητικό γεγονός, π.χ. Ολυμπιακοί αγώνες, μααραθώνιος Λονδίνου.
2. Ευρύς ορισμός: περιλαμβάνει άτομα που ταξιδεύουν για να συμμετέχουν σε δραστηριότητες αθλητικής αναψυχής



ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ



B. Τουριστικός αθλητισμός:

Περιλαμβάνει άτομα που ταξιδεύουν και συμμετέχουν ενεργά ή παθητικά σε κάποια αθλητική δραστηριότητα. Το ταξίδι σε αυτή την περίπτωση είναι το κύριο κίνητρο μετακίνησης.

Ο τουριστικός αθλητισμός αγνοείται από τη διεθνή βιβλιογραφία, όμως αποτελεί σημαντικό κομμάτι της σχέσης τουρισμού – αθλητισμού.



1. Στενός ορισμός: περιλαμβάνει ανθρώπους που ταξιδεύουν και ο αθλητισμός λειτουργεί ως δευτερεύον κίνητρο της μετακίνησης. Παραδείγματα αυτής της κατηγορίας αποτελούν οι πελάτες των clubs, π.χ. Robinson, Aldiana, Center Parks.
2. Ευρύς ορισμός: περιλαμβάνει άτομα τα οποία συμμετέχουν σε αθλητικές δραστηριότητες σε εντελώς τυχαία ή περιστασιακή βάση κατά τη διάρκεια των διακοπών τους. Στην κατηγορία αυτή εμπίπτουν και οι πελάτες των ξενοδοχείων κλασσικού τύπου οι οποίοι συμμετέχουν στις δραστηριότητες της animation.



A. Επαγγελματικός αθλητικός τουρισμός

1. Ενεργητική συμμετοχή, π.χ. αθλητές που συμμετέχουν στους Ολυμπιακούς αγώνες.

2. Παθητική συμμετοχή, π.χ. δημοσιογράφοι που καλύπτουν τους Ολυμπιακούς αγώνες.

B. Αθλητικός τουρισμός διακοπών.

1. Παθητική μορφή

1α. Τυχαίος παρατηρητής ορίζεται ως ο θεατής που παρακολουθεί το γεγονός χωρίς να το έχει προσχεδιάσει, π.χ. ένας τουρίστας που επισκέφθηκε την Αθήνα και εκεί αποφάσισε να παρακολουθήσει έναν αγώνα

1β. Συνειδητοποιημένος παρατηρητής, ορίζεται ως ο παρατηρητής που σχεδιάζει το ταξίδι του με βάση το αθλητικό γεγονός

2. Ενεργητική μορφή

2α. Αθλητικές δραστηριότητες διακοπών

2β. Διακοπές αθλητικής δραστηριότητας (διακοπές μόνης ή πολλαπλής αθλητικής δραστηριότητας)



ΜΟΡΦΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

Προπονητικός τουρισμός-επαγγελματικές ομάδες

Ομάδες ή αθλητές και όλοι οι παράγοντες που έρχονται για εγκλιματισμό ή προπόνηση σε έναν προορισμό και δημιουργούν τουριστική κίνηση.

Παρακολούθηση – θέαση γεγονότων

Φίλαθλοι επισκέπτες που με κεντρικό άξονα την παρακολούθηση του αθλητικού γεγονότος, δημιουργούν τουριστική δραστηριότητα.

Συμμετοχή σε μεγάλα γεγονότα

Στην κατηγορία αυτή ανήκουν αθλητικά γεγονότα, όπως οι μααραθώνιοι πόλεων, τα τοπικά αθλητικά τουρνουά, τα διάφορα ράλι, όπου η συμμετοχή είναι συνήθως μαζική

Υπαίθριες δραστηριότητες

Αφορά σε εκδρομές του σαββατοκύριακου. Συνήθως πηγαίνουν σε προστατευόμενες φυσικές περιοχές για σκι και ορειβασία σε χειμερινά θέρετρα το χειμώνα ή σε παραθαλάσσια θέρετρα το καλοκαίρι.

Άθληση – ψυχαγωγία ξενοδοχείων

Ο αθλητισμός αναψυχής ή αθλητική αναψυχή αφορά στις ειδικές δραστηριότητες που διοργανώνουν οι μεγάλες κυρίως ξενοδοχειακές μονάδες. Στην Ελλάδα συνδυάζεται σε μεγάλο ποσοστό με πολιτιστικές, επιμορφωτικές αλλά και περιβαλλοντικές δραστηριότητες.



ΛΟΓΟΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

1. Η δημοτικότητα των εθνικών και διεθνών αθλητικών γεγονότων και εκδηλώσεων αυξήθηκε κατακόρυφα.
2. Κατανοήθηκε διεθνώς η αξία της ενασχόλησης με την αθλητική δραστηριότητα ως μέσο προαγωγής της υγείας.
3. Οι κρατικές αρχές κάθε χώρας αρχίζουν και αντιλαμβάνονται τη σπουδαιότητα του αθλητισμού ως μέσου σύσφιξης των σχέσεων των λαών αλλά και της άσκησης εξωτερικής πολιτικής.
4. Υπάρχει μεγάλη και καλά οργανωμένη προσφορά αθλητικών εκδηλώσεων παγκοσμίως.
5. Οι άνθρωποι που ασχολούνται με τον αθλητισμό είναι πλέον πιο ευέλικτοι στις μετακινήσεις και την επικοινωνία τους εξαιτίας της τεχνολογικής εξέλιξης.





ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Σύμφωνα με τον Δρ. Τερζάκη (2003) στην Ελλάδα υπάρχουν ελλείψεις αθλητικών υποδομών, στρατηγικής προβολής και προώθησης του τουριστικού μας προϊόντος, αλλά ως χώρα διαθέτουμε πολλά και ισχυρότατα πλεονεκτήματα, όπως οι κλιματολογικές μας συνθήκες, ο γεωφυσικός πλούτος, η διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων κ.α.

Οφέλη αθλητικού τουρισμού:

- Έσοδα από μετακίνηση, διαμονή, διατροφή, προπόνηση και αγορές.
- Κατανάλωση προϊόντων
- Τουριστική αναβάθμιση διαφόρων περιοχών και διεθνής προβολή
- Οικονομική ανάπτυξη της περιοχής και δυνατότητα απασχόλησης εργατικού δυναμικού
- Αύξηση των συναλλαγματικών εισροών και επιμήκυνση της τουριστικής περιόδου



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Αρνητικές επιπτώσεις αθλητικού τουρισμού:

- Διαταραχή της τοπικής οικονομίας
- Επίπτωση στην τοπική παράδοση και ταυτότητα
- Εμφάνιση βίας σχετικής με την διεξαγωγή των εκδηλώσεων
- Μπορεί να ενισχύσει τις τριβές μεταξύ κοινωνιών
- Ο αθλητικός τουρισμός είναι αρκετά απαιτητικός στη χρήση εκτάσεων γης και κατά συνέπεια είναι ιδιαίτερα σημαντικό να λαμβάνονται όλα τα απαραίτητα μέτρα για την ομαλή του ανάπτυξη με σεβασμό στο φυσικό περιβάλλον ενός τόπου. Για παράδειγμα η αλόγιστη ανάπτυξη γηπέδων γκολφ σε μια περιοχή χωρίς τις απαραίτητες μελέτες και προφυλάξεις μπορεί να σημαίνει την επιβάρυνση του υδροφόρου ορίζοντα με 19 λιπάσματα και φυτοφάρμακα. Επίσης την αλλοίωση του φυσικού τοπίου μιας περιοχής ασύμβατης με τη μορφολογία των γηπέδων του συγκεκριμένου αθλήματος.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Οι επιχειρήσεις και εταιρίες που αναπτύσσουν αθλητικό τουρισμό στην Ελλάδα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα σχετικής έρευνας της κ. Ελένης Γλυνιάς (2000) είναι:

- Εταιρείες υπαίθριων δραστηριοτήτων και εταιρείες που ειδικεύονται σε ταξίδια κινήτρων και σε εταιρικά ταξίδια για στελέχη επιχειρήσεων.
- Εταιρείες θαλάσσιων σπορ και αθλημάτων περιπέτειας
- Λουτροπόλεις και ξενοδοχεία με κέντρα θαλασσοθεραπείας, όπου λειτουργούν εξοπλισμένα γυμναστήρια με ειδικευμένο προσωπικό.
- Προπονητικά κέντρα, όπως του Μαραθώνα που διαθέτει εγκαταστάσεις για 20 αθλήματα ενδιαφέροντος για προγράμματα φιλοξενίας ομάδων και αθλητών σε ολυμπιακές πόλεις και οι Ολυμπιακοί αγώνες που έγιναν στην Αθήνα ήταν μια ιδανική συγκυρία προβολής για την Ελλάδα.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Κατάδυση

Η κατάδυση είναι μία πολύ ωραία εμπειρία και ασφαλής όταν γίνεται με πιστοποιημένους εκπαιδευτές.

Χρειάζεται εξοπλισμό για το σώμα, βατραχοπέδιλα και συσκευή για το οξυγόνο.

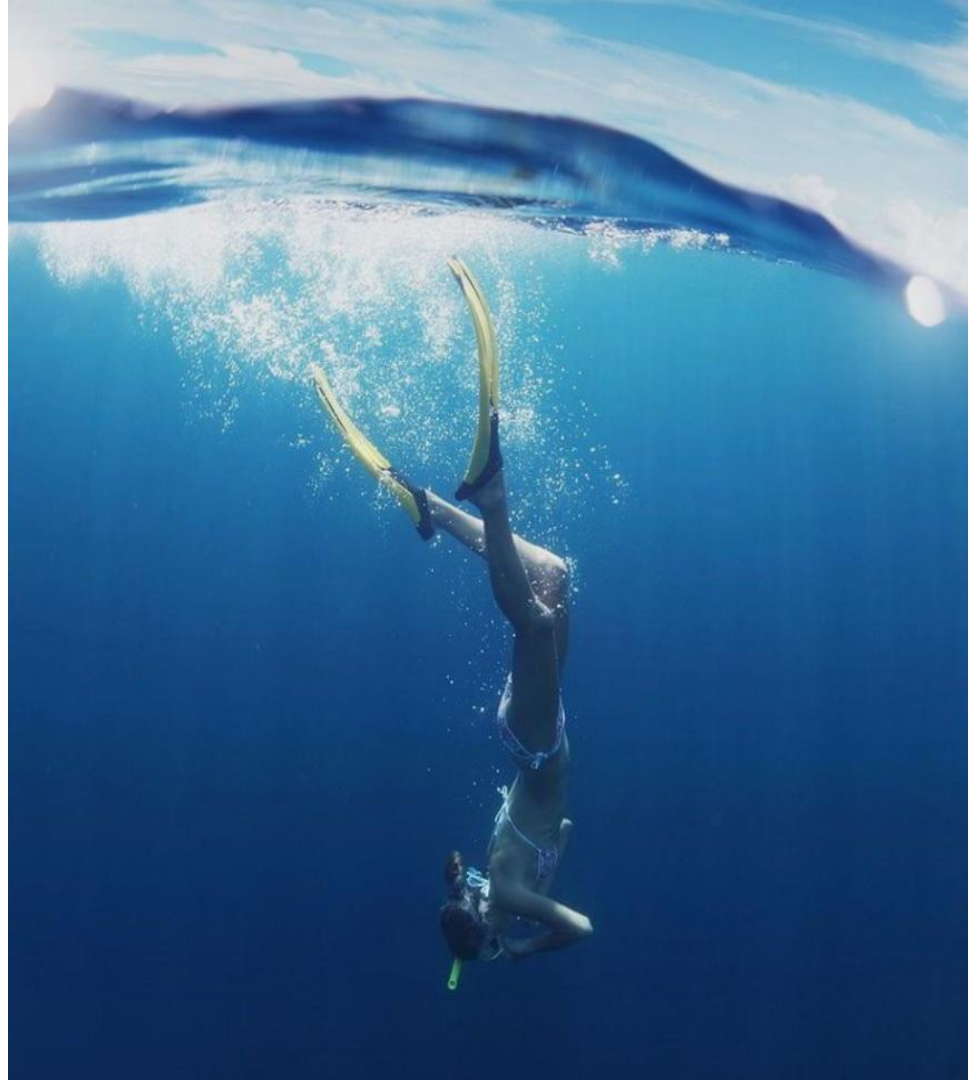
Απολαμβάνεις τον βυθό της θάλασσας και το αίσθημα της εξερεύνησης θα σε αποζημιώσει. Με την κατάδυση που γίνεται συχνά αποκτάς μεγάλη αντοχή.



ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Οι καταδύσεις στην Ελλάδα, όπου τα νερά προσφέρουν εκπληκτική ορατότητα, είναι ταυτόχρονα ένα ταξίδι στους υποβρύχιους φυσικούς της κόσμους και μια αναζήτηση των θησαυρών που άφησαν πίσω τους οι πολιτισμοί της αρχαιότητας, για να τους ανακαλύψουν οι νεότερες γενιές.

Εντυπωσιακά υποβρύχια σπήλαια με σταλακτίτες, ναυάγια που χρονολογούνται ακόμη και από τη βυζαντινή εποχή, «τείχη», ύφαλοι, αρχαίοι αμφορείς, μεσογειακά κοράλλια, απολιθωμένα φυτά, σφουγγάρια και χιλιάδες είδη ψαριών.



ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

1. Κυκλάδες

Στη Σαντορίνη υπάρχουν εξαιρετικές περιοχές για κατάδυση: είναι ο Ταξιάρχης με το ναυάγιο στην Παλιά Καμένη και στη Θηρασιά το ακρωτήριο Τρυπητή. Στη Μύκονο, το ναυάγιο του Καλαφάτη, τους υφάλους του Paradise και του Super Paradise, τα ναυάγια των πλοίων «Πελοπόννησος» και «Άννα ΙΙ» και τον βυθό γύρω από το γειτονικό νησάκι της Ρήνειας.

Στην Πάρο, τα ναυάγια των πλοίων «Μαριάνα», «Beaufighter» και την υποθαλάσσια ομορφιά στις τοποθεσίες Φρουρός, Τουρλίτης, Βρυόκαστρο και στον όρμο της Σάντα Μαρίας.



ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

2. Ιόνια νησιά

Στην Κεφαλονιά, οι καταδύσεις προσφέρουν την εμπειρία της ανακάλυψης του σπηλαίου της Μελισσάνης.

Στη Ζάκυνθο, στην περιοχή της λίμνης του Κεριού υπάρχουν σπηλιές, ενώ σε άλλα σημεία του νησιού, εάν σταθείτε τυχεροί, θα κολυμπήσετε πλάι σε χελώνες *Caretta caretta* και φώκιες *Monachus monachus*.



ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

3. Κρήτη

Στην Αγία Πελαγία, στο Ηράκλειο της Κρήτης, υπάρχουν πολλά υποθαλάσσια σπήλαια.



ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

4. Σποράδες

Στα όρια του Θαλάσσιου Πάρκου της Αλοννήσου και πολύ κοντά στο νησί Περιστέρα υπάρχουν δύο από τα σημαντικότερα ναυάγια του κόσμου!

Το κλασικό ναυάγιο της Περιστέρας στη θέση «Πεθαμένος».

Επίσης, στον όρμο του Βασιλικού έχει ανακαλυφθεί το μεγαλύτερο στον κόσμο βυζαντινό ναυάγιο (12ος αιώνας), με αμφορείς που ξεπερνούν τους 4.000 σε αριθμό.



ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

5. Δωδεκάνησα

Η Λέρος είναι ολόκληρη ένα υποβρύχιο μουσείο, ενώ εξαιρετικούς βυθούς έχει και η Κάλυμνος με την πολύχρονη παράδοση των σφουγγαράδων της.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Surfing

Το surfing έχει διάφορους τύπους αλλά ο βασικός γίνεται με τη σανίδα του surf, το στυλ που πρέπει να έχει το σώμα πάνω στη σανίδα και μεγάλα κύματα.

Η ισορροπία παίζει βασικό ρόλο σε αυτό το άθλημα. Εξοπλισμό μπορεί να βρει κανείς σε οποιοδήποτε οργανωμένο surf club.



SURFING ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

1. Βόρειο Αιγαίο

Στο Κέρος της Λήμνου βρίσκεται καλά κρυμμένος ένας επίγειος παράδεισος, μια τεράστια έκταση που διαθέτει τον προστατευόμενο υδροβιότοπο της Χορταρόλιμνης, αλλά και ιδανικές παραλίες με ρηχά νερά, λεπτή άμμο και μελτέμι που φυσά τις σωστές ώρες, με την κατάλληλη ένταση, έτσι ώστε να δημιουργούνται οι κατάλληλες συνθήκες για surf.



SURFING ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

2. Ικαρία

Πλέοντας πιο χαμηλά του Βορειοανατολικού Αιγαίου φτάνετε στη μαγευτική Ικαρία, εκεί που αν και ο χρόνος κυλάει αργά, οι surfers δεν σταματάνε να “τρέχουν”, όσο υπάρχουν κύματα. Στην ειδυλλιακή παραλία της Μεσακτής βρίσκεται μια σχολή στην οποία θα έχετε την ευκαιρία να κάνετε να πρώτα σας “βήματα” στα extreme water sports και να απολαύσετε το καταπράσινο τοπίο του νησιού με τα τρκουάζ νερά και τα γραφικά χωριουδάκια.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Windsurfing

Το windsurfing είναι ένα βήμα παραπάνω από το απλό surfing. Η σανίδα εδώ έχει ένα κινητό κατάρτι και χρειάζεται τεχνική και συνήθως εμπειρία για να το ελέγξεις.

Εδώ οι άνεμοι παίζουν σημαντικό ρόλο, όπως και τα κύματα και ο έλεγχος του σώματος και του εξοπλισμού.

Είναι ένα από τα καλύτερα θαλάσσια σπορ που μπορείς να κάνεις.



WINDSURFING ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

1. Πάρος και Νάξος

Τα δύο αυτά μεγάλα γειτονικά νησιά των Κυκλάδων είναι διάσημος προορισμός για όσους αγαπάνε το windsurf και kitesurf. Η πιο διάσημη παραλία της Πάρου για surf είναι η Σάντα Μαρία, όπου και βρίσκεται το Surfing Beach Village, ενώ η Πούντα, το μικρής απόστασης πέρασμα από την Πάρο στην Αντίπαρο, αποτελεί πόλο έλξης από όλο το κόσμο για αθλητές, έχοντας φιλοξενήσει επανειλημμένως αγώνες του παγκόσμιου πρωταθλήματος.



WINDSURFING ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

2. Λευκάδα

Για τους λάτρεις μιας πιο χαλαρής διαδρομής, ο κόλπος Βασιλικής στο Ιόνιο Πέλαγος είναι κατάλληλος. Εδώ από τη δεκαετία του 50 του εικοστού αιώνα, λειτουργεί το Club Vass, το οποίο είναι γνωστό για τους εκπαιδευτές του.



WINDSURFING ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΕΡΙΟΧΕΣ:

3. Αθηναϊκή ακτή

Χαρακτηρίζεται από μέτριο άνεμο, αλλά οι windsurfers είναι αρκετά ικανοποιημένοι με τέτοιες συνθήκες. Στην παραλία του Yabanaki Beach Park γίνεται η εκπαίδευση.

Εξοπλισμός είναι διαθέσιμος προς ενοικίαση. Στον κόλπο της Ανάβυσσου μπορείτε να πάρετε μαθήματα στο Club Kouros Surf Club και στη Λούτσα στο σχολείο της Nissakia.

Ο εξοπλισμός είναι διαθέσιμος και στα δύο σχολεία. Η παραλία Μωραΐτης είναι ανοικτή στα βόρεια της Αττικής.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Jet Ski

Το Jet Ski είναι ένα μέσο διασκέδασης που προσφέρει ατελείωτη αδρεναλίνη τους λάτρεις της ταχύτητας πάνω από το νερό. Η ενοικίαση απαιτεί δίπλωμα ταχύπλοου και οι αναβάτες φορούν υποχρεωτικά σωσίβιο. Η εκκίνηση του Jet Ski γίνεται μέσω διαύλου με κίτρινες σημαντήρες ενώ όταν η θαλάσσια κυκλοφορία είναι μεγάλη τότε η εκκίνηση γίνεται 300 μέτρα από την παραλία.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Snorkeling

Το snorkeling είναι το κολύμπι λίγο κάτω από την επιφάνεια του νερού με μία μάσκα που λέγεται snorkel γιατί έχει ένα σωλήνα που επιτρέπει να αναπνέεις κάτω από το νερό.

Είναι ένα φανταστικό και δημοφιλές θαλάσσιο σπορ επειδή δεν χρειάζεται ιδιαίτερο εξοπλισμό ή εκπαίδευση και είναι απόλυτα ασφαλές.

Μπορείς φορώντας την ειδική μάσκα να βλέπεις πεντακάθαρα τη θαλάσσια ζωή.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Kitesurfing

Στο kitesurfing χρησιμοποιείς μία μικρή σανίδα του surf η οποία είναι δεμένη από έναν “αετό”.

Η φυσική κατάσταση παίζει μεγάλο ρόλο για αυτό το σπορ επειδή πρέπει να φουσκώσεις τον “αετό”, και να κρατήσεις αντίσταση στην δύναμη του αέρα ώστε να συνεχίσεις και να μην βρεθείς μέσα στη θάλασσα.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Water ski & wakeboard

Το Water ski είναι ένα επιφανειακό θαλάσσιο σπορ στο οποίο ένα άτομο τραβιέται πίσω από μια βάρκα ή μια εγκατάσταση καλωδιακού σκι πάνω από ένα υδάτινο σώμα, περνώντας την επιφάνεια σε δύο σκι ή ένα σκι (Wakeboard).



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Καγιάκ

Το καγιάκ ανοιχτής θαλάσσης έχει εξελιχθεί τόσο πολύ, παραμένοντας ωστόσο πιστό στις βασικές αρχές των προϊστορικών προκατόχων του.

Ο σύγχρονος, σωστός θαλάσσιος κωπηλάτης οφείλει να σέβεται τους νόμους της φύσης αλλά και της ασφάλειας ναυσιπλοΐας, όπως και της ατομικής του ασφάλειας ή της ασφάλειας της ομάδας αν μιλάμε για ομαδικές πλεύσεις. Η χαρά και η ικανοποίηση που σου προσφέρει το θαλάσσιο καγιάκ είναι ανείπωτη και αυτήν την αισθάνεσαι όταν γευτείς το κάψιμο του ήλιου και του αλατιού στο κορμί σου έπειτα από μια εξαντλητική αλλά γλυκιά ημέρα κωπηλασίας.



ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΣΠΟΡ:

Ιστιοπλοΐα

Η ιστιοπλοΐα ως άθλημα είναι συναρπαστικό και ένα από τα ωραιότερα που υπάρχουν, γιατί συνδυάζει τη γοητεία της θάλασσας με τις ικανότητες των αθλητών, που πρέπει να είναι πολύ καλά γυμνασμένοι, ειδικά στα πόδια και τη μέση. Είναι η τέχνη του αρμενίσματος στο νερό (σε θάλασσα ή σε λίμνη) χρησιμοποιώντας ως αποκλειστική ή κύρια πηγή ενέργειας τον άνεμο.

Η Ελλάδα προσελκύει την αφρόκρεμα της παγκόσμιας ιστιοπλοΐας μιας και αποτελεί ένα καταπληκτικό θαλάσσιο προορισμό.



ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ

Οι δραστηριότητες που λαμβάνουν χώρο σε φυσικό περιβάλλον μας δίνουν την ευκαιρία να ενισχύσουμε τη σύνδεσή μας με τη φύση, τους άλλους ανθρώπους και τον ίδιο μας τον εαυτό. Η συμμετοχή σε υπαίθρια sport έχει σημαντικά οφέλη για τη φυσική και πνευματική υγεία, για την αυτοπεποίθηση και για την κοινωνικότητα.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ: ΙΠΠΑΣΙΑ

Η ιππασία είναι ιδιαίτερα δημοφιλής όχι μόνο στην αγωνιστική της μορφή, αλλά και σαν χόμπι ή αναψυχή.

Συχνά, για τους αναβάτες που έχουν εμπειρία και επιδιώκουν διαδρομές με υψηλότερο βαθμό δυσκολίας, η διαδρομή με το άλογο μπορεί να κρατήσει ακόμη και αρκετές ώρες.

Δασικά μονοπάτια, ορεινές διαδρομές, μυστικά περάσματα που πολλές φορές οδηγούν στη θάλασσα προσφέρουν μια συγκλονιστική εμπειρία στον αναβάτη σε πολλά μέρη της Ελλάδος.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ: ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ

Η Πεζοπορία απευθύνεται σε όλους του ανθρώπους ανεξαρτήτου ηλικίας και ειδικά σε όσους αγαπούν το περπάτημα και την περιπλάνηση στη φύση, στο βουνό, στα ποτάμια, στις θάλασσες, στα νησιά και ακόμη στις πόλεις και στις άγνωστες αρχαιότητες.

Στην Ελλάδα υπάρχουν εύκολες, αλλά και δύσκολες διαδρομές, που αξίζει να περπατήσει κάποιος το περπάτημα γίνεται με ζωηρό ή γρήγορο ρυθμό βαδίσματος.

Η πεζοπορία δεν χρειάζεται γνώσεις αναρρίχησης ή τεχνικό εξοπλισμό όπως σκοινιά καρφιά κ.λ.π.

Σύμφωνα με την επικρατέστερη κατηγοριοποίηση είναι 3 τα είδη πεζοπορίας και συγκεκριμένα:

1. *Η απλή πεζοπορία*
2. *Ορεινή πεζοπορία*
3. *Ορειβασία*



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ: ΟΡΕΙΝΗ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ

Η ορεινή ποδηλασία είναι το άθλημα στο οποίο ο αθλητής - αναβάτης οδηγεί ένα ποδήλατο σε εκτός δρόμου διαδρομές, συχνά πάνω σε ανώμαλο έδαφος, χρησιμοποιώντας ειδικά σχεδιασμένα ποδήλατα βουνού (Mountain Bike).

Η ορεινή ποδηλασία μπορεί γενικά να χωριστεί σε πολλαπλές κατηγορίες με κυριότερες τις Διαδρομές αντοχής (Cross country), Κατάβαση (Downhill), Μαραθώνιο και Τετραπλό.

Αυτό το ατομικό άθλημα απαιτεί αντοχή, σωματική δύναμη και ισορροπία, δεξιότητες χειρισμού του ποδηλάτου και ικανότητα του αναβάτη να είναι αυτοδύναμος.

Σε όλη την Ελλάδα μπορεί κανείς να βρει ειδικά μονοπάτια (trails) και να χαρεί την ποδηλασία στη φύση.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ:

ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ

Αναρρίχηση χαρακτηρίζεται το σκαρφάλωμα, με καλοκαιρινές συνθήκες (με χειμερινές συνθήκες χαρακτηρίζεται αλπινισμός), σε οποιαδήποτε κορυφή βουνού, που γίνεται όμως από την απόκρημνη πλευρά της και που αναγκαστικά εφαρμόζεται η αναρριχητική τεχνική (μικρού ή μεγάλου βαθμού δυσκολίας) και απαιτείται η χρήση ειδικού εξοπλισμού (μπωντριέ, σχοινιά, καρφιά, караμπίνερ κ.ά.).

Ο όρος αναρρίχηση βράχου χρησιμοποιείται και για αναρριχήσεις που γίνονται σε μεμονωμένα συγκροτήματα βράχων, σε χαμηλά βράχια, σε ορθοπλαγιές δίπλα στη θάλασσα, σε βράχια λατομείων κλπ.

Πολύ γνωστός προορισμός για αναρρίχηση είναι η Κάλυμνος, η οποία το μήνα Σεπτέμβριο συγκεντρώνει λάτρεις του αθλήματος από όλο τον κόσμο.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ: Εναέρια διαπέραση

Η τεχνική λέγεται flying fox και είναι άκρως συναρπαστική. Απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες, εφόσον δεν υπάρχουν προβλήματα υγείας και πληρούνται κάποιες προϋποθέσεις ύψους και βάρους.

Στην ουσία πρόκειται για μια ορειβατική τεχνική την οποία απαιτείται να γνωρίζει ένας ορειβάτης προκειμένου να διασχίσει π.χ. ένα φαράγγι.

Το πέρασμα είναι εναέριο, ο άνθρωπος είναι δεμένος με σχοινιά σε ένα μηχανισμό με τροχαλία και καθώς ξεκινά, κάνοντας το μεγάλο άλμα στο κενό, κρεμιέται από το σχοινί με τα χέρια.

Εφόσον τηρούνται όλες οι συνθήκες ασφαλείας, ο απαραίτητος ειδικός εξοπλισμός, ένας έμπειρος εκπαιδευτής και φυσικά η σύνεση και η λογική που επιβάλλουν την τήρηση όλων των οδηγιών του δασκάλου, τότε πράγματι δεν υπάρχει κίνδυνος.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ:

Κανόε Καγιάκ

Υπάρχουν πάνω από τριάντα ποταμοί στην Ελλάδα που μπορεί κάποιος να κάνει κανόε και καγιάκ.

Τα επίπεδα δυσκολίας διαφέρουν από ποταμό σε ποταμό.

Υπάρχουν ποτάμια στα οποία ο επισκέπτης μπορεί να απολαύσει μια υπέροχη βαρκάδα, παρατηρώντας την μοναδική βλάστηση και τα πουλιά που κρύβονται στα φυλλώματα της όχθης. Υπάρχουν ποτάμια που έχουν μεγαλύτερο βαθμό δυσκολίας, αλλά είναι κατάλληλα για άτομα που επιθυμούν τη δράση, χωρίς απαραίτητως να έχουν ειδικές γνώσεις του αθλήματος.

Τέλος, υπάρχουν ποτάμια με μεγάλο βαθμό δυσκολίας, με περιπετειώδη περάσματα, δίνες και καταρράκτες, που ανεβάζουν κατακόρυφα την αδρεναλίνη.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ:

Ράφτινγκ

Το rafting αποτελεί ιδανικό συνδυασμό δράσης και επαφής με τη φύση.

Το rafting θα σας «οδηγήσει» σε βαθιά φαράγγια, δίπλα σε καταπράσινες βουνοπλαγιές, γεμίζοντάς σας με εικόνες μαγευτικών τοπίων και χαρίζοντάς σας κέφι και μεγάλες δόσεις αδρεναλίνης. Μπορείτε να γνωρίσετε τα ποτάμια της Ελλάδας με το βαθμό δυσκολίας.

- Βοϊδομάτης Ζαγόρι (1-2)
- Ταυρωπός ή Μέγδοβας Ευρυτανία (1-2)
- Εύηνος Ορεινή Ναυπακτία (2)
- Λούσιος Αρκαδία (3)
- Άραχθος Τζουμέρκα (2,3,4)



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

ΣΤΗ ΦΥΣΗ: Σκι & Snowboard

Το σκι ή χιονοδρομία είναι ένα χειμερινό άθλημα και τρόπος μετακίνησης ο οποίος γίνεται με τη χρήση ειδικού εξοπλισμού για την ολίσθηση πάνω σε χιόνι.

Η χιονοσανίδα (snowboarding) είναι άθλημα που περιλαμβάνει την κατάβαση με ειδική σανίδα (δεμένη με λουριά στα πόδια του αθλητή) από ένα κεκλιμένο επίπεδο που είναι καλυμμένο με χιόνι.

Μεγάλα χιονοδρομικά κέντρα στην Ελλάδα είναι ο Παρνασσός, τα Καλάβρυτα, το Καρπενήσι, το Πήλιο, το Καϊμακτσαλάν, η Βασιλίτσα, τα 3-5 Πηγάδια κ.α., τα οποία συνδυάζονται με υπέροχα φυσικά τοπία.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗ ΦΥΣΗ:

Ορειβατικό Σκι

Το ορειβατικό σκι είναι ένα συναρπαστικό χειμερινό άθλημα, το οποίο μας δίνει τη δυνατότητα μετακίνησης σε αδιαμόρφωτες επιφάνειες καλυμμένες από χιόνι. Συνδυάζει την ησυχία και τη μαγεία της ορειβατικής ανάβασης με την τελική κατάβαση σε πλαγιές με απάτητο χιόνι μετατρέποντας μια χιονοδρομική βόλτα σε απόλυτη εμπειρία. Και αυτό γιατί το ορειβατικό σκι μας προσφέρει μία μοναδική ελευθερία και ανεξαρτησία. Μπορούμε να σκιάρουμε σε πλαγιές που δε φτάνει το lift και η ανθρώπινη παρέμβαση στο φυσικό τοπίο.



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Τουρισμός Αθλητικών Διοργανώσεων, ο οποίος περιλαμβάνει τόσο τους τουρίστες που ταξιδεύουν για να παρακολουθήσουν, ως θεατές, αθλητικούς αγώνες, συνδυάζοντας χρονικά τις διακοπές τους με τις αθλητικές διοργανώσεις, όσο και τις ομάδες αθλητών, τους μεμονωμένους αθλητές, τις αποστολές, τους τεχνικούς και τους δημοσιογράφους, που ταξιδεύουν για να συμμετέχουν σε αθλητικούς αγώνες και παρατείνουν χρονικά τη διαμονή τους στον τόπο διεξαγωγής του αθλητικού αγώνα.





