








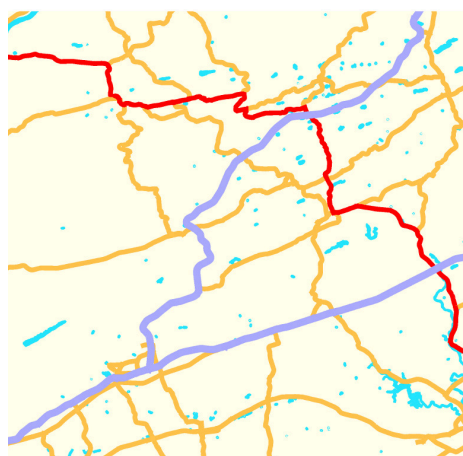
#### SUMMER SPRING & AUTUMN

estilo :	Self-Guided Viaggi a Piedi Cammini
dificultad :	    
duración :	8 días
periodo:	ene feb mar abr may jun jul ago sep oct
código:	GRSW036

## CAMINO DE MENALON, EN GRECIA - Grecia

### CAMINO DE MENALON, EN GRECIA

8 días, precio desde 603 €



El Menalón Trail es un sendero de montaña de 75 km calificado por el Leading Quality Trails-Best of Europe.

Comienza en **Stemnitsa**, situada en el corazón del Peloponeso. A través del exuberante desfiladero de Lousios, el sendero bordea el macizo del Menalón Occidental y recorre el **valle del río Mylaon** hasta la animada ciudad de **Vytina**. Luego continúa a través de **frondosos bosques, cruzando puentes y atravesando bonitos pueblos**.

**El sendero está bien señalizado y bien mantenido.**

A través del **espectacular desfiladero de Lousios**, con un puñado de impresionantes monasterios construidos en sus acantilados, se llega a **Dimitsana**. Densos bosques le rodean en el tramo por Zygovisti, a través del puerto de montaña de Bilani, hasta la remota aldea de **Elati**. A continuación, una corta pero magnífica jornada a lo largo del río Mylaon hasta **Vytina**, famosa por su producción de mármol negro.

Al día siguiente, se desvía ligeramente de la ruta de Menalón para no perderse el bonito puente de piedra que cruza el río Mylaon. De vuelta al sendero principal, continuará hasta Nymfasia y pernochará en pequeñas casas con vistas a la zona llamada **Mavra Lithari**: Piedra Negra.

### **Día 1 Llegada a Stemnitsa**

Llegada a Stemnitsa desde el aeropuerto de Atenas o Kalamata. Puede visitar la oficina del sendero Menalon en la plaza central de Stemnitsa para recibir información. Stemnitsa es tradicionalmente el pueblo de los orfebres y aún alberga la Escuela de Orfebrería y Platería de Stemnitsa. También hay un bonito museo folclórico.

### **Día 2 Por el desfiladero de Lousios hasta Dimitsana, 13 km**

Saliendo de Stemnitsa, el camino desciende en zigzag por el valle y, a través de un antiguo camino de herradura, se llega al monasterio de Prodomos, colgado en los altos acantilados. Tras una visita, se continúa por el sendero que atraviesa el desfiladero. Podrá ascender al Antiguo Monasterio de Philosophou, que data del año 963, antes de continuar hacia el Nuevo Monasterio de Philosophou, fundado en 1691.

A través de una exuberante vegetación, se asciende por la orilla izquierda del río Lousios hacia Dimitsana. Por el puente de Tzani se cruza el río y se llega al interesante Museo de la Energía Hidráulica al Aire Libre. En los alrededores se encuentran molinos de agua y de pólvora, que dieron fama y riqueza a Dimitsana, una ciudad construida sobre las ruinas de la antigua Teftis.

Distancia: 13 km

Desnivel: +780/-910 m

### **Día 3 Desde Dimitsana a Elati, 19,5 km**

El tramo Dimitsana-Zygovisti asciende desde el valle de Lousios hasta las afueras del pinar. El sendero asciende suavemente. Desde la iglesia de Santa Paraskevi disfrutará de espléndidas vistas de la cuenca media del río Lousios con los asentamientos de Dimitsana, Paliochori y Zatouna destacando en el paisaje boscoso. Continuará por senderos y caminos de tierra a través de antiguos campos agrícolas con notables eras. Zygovisti desempeñó un papel importante en la guerra de independencia griega de 1821. Hay un gran monumento conmemorativo dedicado al acontecimiento. Tras un descanso en el café local, la ruta continúa y atraviesa el macizo occidental de Menalón. Primero a través de un hermoso barranco hasta la iglesia rural de Agios Georgios y el manantial adyacente. A continuación, la pista sube a través de densos bosques hasta el collado desde donde se puede ascender opcionalmente a la cumbre Pliovouni de 1643 m, el pico más alto de esta ruta. Después de este exigente tramo, se desciende por pequeños caminos y senderos, pasando por fuentes y capillas, hasta el asentamiento de montaña de Elati.

Distancia: 19,5 km

Desnivel: +1215/-995 m

### **Día 4 Desde Elati a Vytina, 9 km**

Puede visitar el taller de artesanía en madera antes de descender desde Elati hasta el cauce del río Mylaon. Pasará por los manantiales de Pirgaki, que abastecen de agua a Vytina, y por la fuente de piedra de Makrinou, un lugar agradable para un breve descanso. A lo largo del río, la vegetación es aún más rica, con altos plátanos, molinos abandonados y un bonito puente de madera. A continuación, se abandona el valle y se sube en zigzag por un sendero excavado en la roca hasta la fuente de Artotsi. Muy cerca se encuentra la iglesia de Agia Paraskevi, desde la que se disfruta de una magnífica vista del valle y la montaña. A través de pequeñas carreteras se llega a Vytina. Es el pueblo central de la región y ofrece todas las comodidades y buena comida local.

Distancia: 9 km

Desnivel: +350/-500 m

### **Día 5 Desde Vytina a Nymfasia a través del puente Zarziou, 12 km**

Desde Vytina se regresa a la fuente de Artotsi y se desciende por un sendero zigzagueante hasta el valle del río Mylaon. Al llegar al bonito puente de madera, siga el río en dirección norte. En la zona llamada Zarzi, verá el bellissimo puente de un solo arco de Zarzi con 2 aberturas de alivio a los lados. El sendero pasa junto a un pilar de piedra caliza de forma peculiar. Poco a poco se asciende y se llega a la Vieja Vytina. Aquí volverá al sendero Menalon, que le conducirá a Mavra Litharia, un enorme peñasco de piedra caliza en el cauce del río Mylaon, creando así una impresionante garganta. Se llega a un segundo puente de piedra que antaño aseguraba la conexión entre Vytina y los pueblos del oeste de Gortynia. El sendero desciende hasta un corto desfiladero antes de ascender suavemente por un paisaje de rocas y arbustos. Atravesando bosques de robles y abetos, el sendero desciende hasta Nymfasia, una pequeña aldea. Sigue la ruta hacia el Monasterio de Kernitsas y justo antes del monasterio dirígete a tu alojamiento.

Distancia: 12 km

Desnivel: +630/-830 m

### **Día 6 Desde Nymfasia a través de Magoulia a Valtésiniko, 16 km**

Se camina hasta el puente de Kernitsa y se asciende por un empinado sendero hasta el monasterio de Kernitsas, un gran complejo monástico rodeado de campos en terrazas bien cuidados. Tras una visita, se atraviesa un denso pinar y se llega a la ermita de Sfyrída, con un manantial delante. Imagínese cómo debían aislarse los ascetas de la comunidad en este ambiente místico. Se atraviesa el pie de la larga y empinada ladera de Kastro. Un antiguo sendero le conduce a lo largo del manantial de Gavros. Se entra en el pequeño asentamiento de Magoulia, donde se puede encontrar una taberna o un café.

Dejando atrás Magoulia, se llega a un punto con espléndidas vistas, rodeado de eras construidas en piedra. Se desciende hacia el antiguo sanatorio, conocido como el Sanatorio de Mana. Un buen camino te lleva en ascenso gradual hasta el bonito pueblo Valtésiniko. En el centro de este pueblo, conocido por sus talladores de madera, hay muchas tabernas agradables para elegir para su cena.

Distancia: 16 km

Desnivel: +1200/-930 m

**Día 7 Desde Valtessiniko a Lagkadia, 14,3 km**

Desde la carretera periférica superior del pueblo de Valtessiniko, tenemos espléndidas vistas de las llanuras del norte. Por una carretera de cemento se sube hasta 1250 metros. A través de un sendero se camina a lo largo de la cresta donde se encuentra la fortaleza bizantina de Valtessiniko. Luego se desciende por un paisaje abierto con vistas impresionantes hasta la iglesia de Agia Triada. La ruta atraviesa ahora un extenso pinar y se gana algo de altitud antes de descender de nuevo hasta la fuente de Krya Vrysi. Se asciende por el sendero hasta el collado y, finalmente, en el borde occidental de esta zona, se ve Lagkadia al frente. A través de campos y junto a un pequeño manantial se llega a las afueras de Lagkadia, donde se encuentran los molinos de agua de Rapi. El sendero Menalon termina en el centro de Lagkadia, el pueblo de los constructores de piedra.

Distancia: 14,3 km  
Desnivel: +810/-980 m

**Día 8 Adiós Lagkadia!**

Después del desayuno, su acuerdo llega a su fin. Viaje al aeropuerto de Atenas o Kalamata

**Información práctica**

---

**Incluido**

---

**Qué está incluido**

- 7 Noches en habitación doble en hoteles \* \* \* con desayuno
- Transporte de equipaje de hotel a hotel
- 10 Euros de contribución a la organización sin ánimo de lucro de la Menalon Trail
- recuerdo de la Menalon Trail
- mapas y descripción detallada del itinerario
- Seguro de viaje médico y de equipaje
- Asistencia telefónica 24h

**Qué no está incluido**

- Traslados hasta el lugar de salida y desde el lugar de llegada de la excursión
- almuerzos y cenas, si no se indica lo contrario
- visitas y entradas - propinas
- gastos personales
- posibles impuestos de estancia
- todo lo que no se menciona en la sección "Qué está incluido".

**Servicios opcionales**

Estos servicios pueden añadirse a los incluidos en el precio base del viaje:

- Suplemento por habitación individual
- Seguro de cancelación
- Traslados para llegar al lugar de salida o para salir del lugar de llegada del tour, que se cotizarán bajo petición.