# Διαδρομές στη φύση & στον πολιτισμό του

## ΔΗΜΟΥ ΑΡΧΑΝΩΝ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΩΝ

# Nature and culture trails

## IN THE MUNICIPALITY OF ARCHANES – ASTEROUSIA

MUNICIPALITY
ARCHANES
ASTEROUSIA
*A place for all the senses*

ΔΗΜΟΣ
ΑΡΧΑΝΩΝ
ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΩΝ

*ένας τόπος*
*για όλες τις αισθήσεις*

# ΕΝΑΣ ΔΗΜΟΣ, ΟΛΕΣ ΟΙ ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

## / ONE MUNICIPALITY, A PLACE FOR ALL THE SENSES

**1η Έκδοση: Ιούνιος 2014** / 1st Edition: June 2014
Δήμος Αρχανών-Αστερουσίων/Municipality of Archanes-Asterousia

**© Υπουργείο Πολιτισμού, Παιδείας και Θρησκευμάτων & Ταμείο Αρχαιολογικών Πόρων**
«Το Copyright επί των απεικονιζόμενων αρχαίων ανήκει στο Ελληνικό Υπουργείο Πολιτισμού & Τουρισμού (Ν. 3028/2002)»

/ **© Ministry of Culture, Education and Religious Affairs & Archaeological Receipts Fund**
«All copyrights to the depicted antiquities belongs to the Greek Ministry of Culture & Tourism (L. 3028/2002)

**© Δήμος Αρχανών - Αστερουσίων, Ελληνικός Οργανισμός Τουρισμού (Ε.Ο.Τ.)**
Απαγορεύεται η αναδημοσίευση και γενικά η αναπαραγωγή του παρόντος έργου με οποιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή χωρίς τη γραπτή άδεια των κατόχων πνευματικών δικαιωμάτων.

/ **© Municipality of Archanes - Asterousia Greek Tourism Organization (G.N.T.O.)**
Republishing and general reproduction of this work in any way, in parts or in summary, in the original language or in translation or in any other adaptation without written permission by the holders of the intellectual property rights is prohibited.

**Επιμέλεια έκδοσης:** Δήμος Αρχανών-Αστερουσίων, Τμήμα Προγραμματισμού και Αγροτικής Ανάπτυξης, Τμήμα Έργων Υποδομής

/ **Publication editing:** Municipality of Archanes-Asterousia, Department of Planning and Agricultural Development, Department of Infrastructure

**Σχεδιασμός Εντύπου** / **Document Design & Layout: Lazy snail**

**Συλλογή στοιχείων & επεξεργασία κειμένων:**
- **Εκδόσεις ΣΕΛΕΝΑ • Τμήμα Προγραμματισμού και Αγροτικής Ανάπτυξης: Ευγενία Στυλιανού, Σημαντηράκης Εμμανουήλ, Παπαδάκη Γεωργία**

/ **Data collection & text editing:**
- SELENA Publications • Department of Planning and Agricultural Development: Evgenia Stylianou, Simantirakis Emmanouil, Georgia Papadaki

**Φωτογραφία εξωφύλλου:** Κατερίνα Βασιλοπούλου
/ **Cover photograph by:** Katerina Vasilopoulou

**Φωτογραφίες:** Κατερίνα Βασιλοπούλου, Χρυσούλα Μαυρόκωστα, Γιώργης Ν Πετράκης, Νικόλαος Κικάκης, Γιάννης Λουτράρης, Θεατρικό Εργαστήρι Δήμου Αρχανών-Αστερουσίων, Πολιτιστικός Σύλλογος Χάρακα, Νικόλαος Καδιανάκης, Guillaume Coquin

/ **Photographs:** Katerina Vasilopoulou, Chrysoula Mavrokosta, Giorgis N. Petrakis, Nikolaos Kikakis, Giannis Loutraris, Municipality of Archanes-Asterousia Theatrical Workshop, Charakas Cultural Association, Nikolaos Kadianakis, Guillaume Coquin

**Φιλολογική Επιμέλεια:** Νάσια Γκούμα
/ **Literary editing:** Nasia Gouma

**Μετάφραση:** Διερμηνευτικό μεταφραστικό κέντρο Τζένη Κανταρτζή Λούστα & Συνεργάτες

/ **Translation:** Interpretation Translation Centre Jenny Kantartzi Lousta & Partners

**ISBN:** 978-960-7850-09-6

**ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

- Για την παραχώρηση των φωτογραφιών:
  Νικόλαο Κικάκη:
  www.facebook.com/Fotokik, kik.kikakis@gmail.com
  Γιάννη Λουτράρη-Αρχάνες
  el-gr.facebook.com/yiannis.loutraris, gloutraris@gmail.com
- Θεατρικό Εργαστήρι Δήμου Αρχανών-Αστερουσίων
- Πολιτιστικό Σύλλογο Χάρακα
- Νικόλαο Καδιανάκη, Αν. Καθηγητή Μαθηματικών Ε.Μ.Π, Χάρακας
- Guillaume Coquin
  canyonisme.net/2014/07/07/canyoning-nice-verdon-antibes/
  Guillaume Coquin
- Στους κατοίκους των χωριών που μας συνόδευσαν κατά την καταγραφή του ταξιδιωτικού οδηγού: Μανώλη Μιχελάκη (Παράνυμφοι), Νίκο Μαθιουδάκη (Εθιά), Γιάννη Γαρεφαλάκη (Ροτάσι), Γιάννη Παπαδάκη (Αχεντριά), Ελένη Καλοχριστιανάκη (Αρχάνες), Μανώλη Βαρδάκη, Στέλλα Χατζηιωάννου (Πύργος) και Σταύρο Τσαπαρίδη (Πύργος).
- Στους ερευνητές του Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης και φίλους Σταύρο Σπρουχάκη & Μιχάλη Δρετάκη, για τις πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με το βιοτικό περιβάλλον.
- Στους φίλους ορειβάτες, περιηγητές και ποδηλάτες που μοιράστηκαν τις γνώσεις και εμπειρίες τους μαζί μας: Χριστόφορος Χειλαδάκης (ορειβάτης), Γιάννης Μπρομοιράκης (canyoner), Γιάννης Σκοντινάκης (canyoner), Άρης Μαυρομάτης (αναρριχητής), Φανούρης και Εύα Κωστομανωλάκη (ποδηλάτες).

**/ ACKNOWLEDGEMENTS**

- For granting us use of their photographs:
  Nikolaos Kikakis
  www.facebook.com/Fotokik, kik.kikakis@gmail.com
  Giannis Loutraris – Archanes
  el-gr.facebook.com/yiannis.loutraris, gloutraris@gmail.com
- Theatrical Workshop of the Municipality of Archanes-Asterousia,
- Charakas Cultural Association
- Nikolaos Kadianakis, Associate Professor of Mathematics, National Technical University of Athens, Charakas.

- Guillaume Coquin canyonisme.net/2014/07/07/canyoning-nice-verdon-antibes /Guillaume Coquin
- We would like to thank the villagers who accompanied us while writing our travel guide: Manolis Michelakis (Paranymfoi), Nikos Mathioudakis, (Ethia), Giannis Garefalakis (Rotasi), Giannis Papadakis (Achentrias), Eleni Kalochristianaki (Archanes), Manolis Vardakis, Stella Chatziioannou (Pyrgos) and Stavros Tsaparidis (Pyrgos).
- Stavros Ksirouchakis & Michalis Dretakis, researchers at the Natural History Museum of Crete and our friends, for their invaluable environmental information on the natural habitats.
- Our friends, mountain climbers, travellers and cyclists who shared their knowledge and experience: Christoforos Cheiladakis (climber), Giannis Bromoirakis (canyoneer), Giannis Skontinakis (canyoneer), Aris Mavromatis (climber), Fanouris and Eva Kostomanolakis (cyclists).

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΑΞΙΔΙΩΤΗΣ...**

**Ο Δήμος Αρχανών-Αστερουσίων περιλαμβάνει περιοχές που αποτελούν ενδιαιτήματα για πολύ ευαίσθητα είδη πανίδας και χλωρίδας (Προστατευόμενη Περιοχή ορεινού όγκου Αστερουσίων και Γιούχτα, υδροβιότοποι με μικροπούλια στη μεσογειακή ζώνη του Δήμου, φαράγγια και βραχώδεις ακτογραμμές κ.ά.). Η ύπαρξη αυτών των ειδών είναι ένδειξη υγιούς φυσικού περιβάλλοντος και, το λιγότερο που μπορούμε να κάνουμε, είναι να τα σεβαστούμε, ελαχιστοποιώντας τα σημάδια της παρουσίας μας κατά τη διάρκεια και μετά την αποχώρησή μας. Έτσι, παίρνουμε μαζί μας απορρίμματα ή άλλα αντικείμενα που δεν ανήκουν στο τοπίο, απολαμβάνουμε τις μυρωδιές και τη θέα των αρωματικών και άλλων φυτών και μόνο τα φωτογραφίζουμε, δεν τα κόβουμε. Επίσης, αποφεύγουμε να ανάψουμε φωτιές και το κάπνισμα. Φεύγοντας, αφήνουμε πίσω μας μόνο τις πατημασιές μας και παίρνουμε μαζί μας μόνο τις αναμνήσεις μας.**

**/ THE RESPONSIBLE TRAVELLER...**

The Municipality of Archanes-Asterousia includes areas that are habitats for very sensitive flora and fauna species (the Protected Area of the Asterousia Mountain Range and Mt. Juktas, wetlands with small birds in the Mediterranean zone of the Municipality, gorges and rocky coastlines, etc.). The existence of these species is an indication of a healthy environment and the least we can do is respect it by minimising the signs of our presence during our stay and after our departure. So, we take with us all rubbish or other items that do not belong in the landscape, we enjoy the scents and view of aromatic and other plants, and only photograph them, without removing them. We also avoid fires and smoking. Upon leaving, we leave behind us only footprints and take with us only memories.

# ΕΙΣΑΓΩΓΗ
# INTRODUCTION

**Σε ένα τόσο μικρό έντυπο είναι αδύνατο να χωρέσουν όλα όσα μπορεί να κάνει ένας ανήσυχος επισκέπτης στην περιοχή που ορίζεται από το Δήμο Αρχανών-Αστερουσίων. Μια περιοχή που μοιάζει σα μια μακριά λωρίδα γης στο κέντρο της Κρήτης, που ξεκινά λίγο έξω από την πόλη του Ηρακλείου -κοντά στην Κνωσό- και φτάνει μέχρι το Λυβικό πέλαγος.**
**Ο τόπος αυτός διαθέτει ένα εξαιρετικά ποικιλόμορφο ανάγλυφο, χάρη στους δύο ορεινούς όγκους του, το Γιούχτα και τα Αστερούσια, την εύφορη πεδιάδα της Μεσαράς, που από την αρχαιότητα αποτέλεσε σκηνικό μεγάλων πολιτισμών, αλλά και τις λοφώδεις εξάρσεις, τους χειμάρρους και τα φαράγγια που χαράσσουν το τοπίο διαμορφώνοντας ιδανικά περιβάλλοντα για σπάνια είδη πανίδας και χλωρίδας.**
**Η ποικιλία αυτή, του ανάγλυφου, του βιοτικού και αβιοτικού περιβάλλοντος, της έμβιας ζωής και της ανθρώπινης δραστηριότητας είναι τόσο μεγάλη, που είναι δύσκολο για κάποιον -ακόμα και για τον πιο υποψιασμένο περιηγητή- να ανακαλύψει τις αμέτρητες συγκινήσεις που μπορεί να ζήσει σε αυτό τον τόπο ο οποίος κατοικείται, περπατιέται, καλλιεργείται, αγαπιέται από εκατοντάδες όντα εδώ και χιλιάδες χρόνια.**
**Επιτυχία μεγάλη θα είναι λοιπόν για εμάς, εάν καταφέρουμε, με αυτό το μικρό βιβλίο τσέπης, να προσελκύσουμε το ενδιαφέρον σας ώστε... να ξεκινήσετε την αναζήτηση.**
**Τα 10 μονοπάτια της φύσης, οι ποικίλου ενδιαφέροντος και δυσκολίας αναρριχητικές πίστες, οι θαλάσσιοι δρόμοι κανό-καγιάκ κατά μήκος ακρογιαλιών και ενάλιων σπηλαίων, οι 5 διαδρομές ποδηλάτου βουνού, οι δρόμοι του κρασιού με τα 13 οινοποιεία, τα 7 φαράγγια canyoning, οι 2 υδροβιότοποι και οι απόκρημνοι γκρεμνοί και ορθοπλαγιές για παρατήρηση ορνιθοπανίδας, οι 9 θρησκευτικές διαδρομές που σας παρουσιάζουμε παρακάτω, δεν είναι παρά το κίνητρο για να ξεκινήσετε να αφουγκράζεστε αυτόν τον τόπο και να αγγίζετε την ψυχή του.**
**Σας ευχόμαστε καλό ταξίδι!**

/ It is impossible for such a compact guide to contain everything a keen visitor can do and experience in the Municipality of Archanes - Asterousia, a long strip of land in the heart of Crete, starting just outside the city of Heraklion and extending to the Libyan Sea.
The region boasts a particularly diverse terrain, thanks to its two mountain masses, Mt. Juktas and the Asterousia Mountain Range; the fertile plain of Mesara, a cradle of great cultures since antiquity, as well as hills, torrent beds, and gorges that carve through the landscape, creating ideal habitats for rare flora and fauna species.
This diversity-of the terrain, the biotic and abiotic environment, the animals and plants and human activity-is so great that it is challenging, even for the savviest of travellers, to discover all the countless thrills that can be experienced here, in this land that has been inhabited, wandered through, farmed, and loved by hundreds of beings for millennia.
Therefore, it would be a great success story for us, if, with this pocket guide, we have managed to capture your interest and encourage you to... start exploring.
The 10 nature trails; the climbing routes of varying levels of difficulty; the canoeing-kayaking marine routes along the coast and sea caves; the 5 mountain bike trails; the wine routes, which include 13 wineries; the 7 canyoning gorges; the 2 wetlands and many steep slopes and cliffs for bird-watching; the 9 religious routes that are presented further on... They are but an enticement to get you started, so that you may experience the land and its soul.
We wish you a pleasant trip!

# ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕΝΤΥΠΟΥ

## HOW TO USE THIS GUIDE

**Το παρόν έντυπο περιλαμβάνει τις σημαντικότερες θεματικές διαδρομές του Δήμου. Χρησιμοποιήστε το συνδυαστικά με τον ταξιδιωτικό οδηγό και το χάρτη του Δήμου για να ανακαλύψετε και άλλα πολλά που δεν χωράνε εδώ...**

/ This guide includes the most important thematic routes in the Municipality of Archanes - Asterousia. Use it in combination with the travel guide and the Municipal map so as to discover numerous attractions, which may have not been included in this limited space.

### ΝΑ ΜΗΝ ΞΕΧΑΣΩ!

**Απαραίτητος προσωπικός εξοπλισμός:**
**Παπούτσια για περπάτημα (ορειβατικό μποτάκι), μπατόν, αντηλιακό, καπέλο, γυαλιά ηλίου, αντιανεμικό, μικρό σακίδιο πλάτης, φακό κεφαλής ή χεριού, σακούλες για απορρίμματα κ.ά., ανάλογα με το είδος της δραστηριότητας.**

### / DO NOT FORGET!

Necessary personal equipment:
Hiking boots/walking shoes, hiking baton, sun screen, hat, sunglasses, wind breaker, small backpack, hand or head torch, bags for rubbish, etc. depending on the type of activity you choose.

### Νερό / Water

**Στο σύνολο των διαδρομών οι πηγές με πόσιμο νερό είναι λιγοστές. Εκτιμήστε τις προσωπικές σας ανάγκες, ανάλογα με τη διάρκεια και το βαθμό δυσκολίας της κάθε πορείας. Αποφύγετε να πιείτε νερό από ποτάμια, πηγάδια ή πηγές που δεν έχουν σήμανση πόσιμου νερού.**

/ Throughout the trails, there are few springs with drinkable water. Take a moment to estimate your personal needs depending on the duration and difficulty level of each trail. Avoid drinking from rivers, wells or springs that are not appropriately marked.

### Δυσκολίες / Difficulties

**Μην υποτιμάτε τον ορεινό χαρακτήρα των βουνών του Δήμου. Σε πολλά σημεία των διαδρομών μπορεί το έδαφος να είναι σαθρό ή να γίνεται ολισθηρό από βροχή, κάτι που αυξάνει σημαντικά την επικινδυνότητα, ιδιαίτερα σε σημεία με απότομες κλίσεις. Προσοχή στις περιπτώσεις με ομίχλη, ειδικά στις ορεινές περιοχές των Αστερουσίων όπου δεν είναι ευδιάκριτο το μονοπάτι.**

/ Do not underestimate the mountainous character of Municipality mountains. At many points on the trails the terrain may be loose or slippery due to rain, a fact that makes it significantly more hazardous, especially along steep sections. Take care during fog, especially in the mountainous areas of the Asterousia, where trails are not always easily discernable.

### Φράχτες / Fences

**Σε διαδρομές που περνάνε από ποιμενικές περιοχές πιθανόν να συναντήσετε κλειστούς φράχτες. Φροντίστε να κλείσετε ξανά τις πόρτες που διασχίζετε. Κρατήστε απόσταση από ποιμενικά σκυλιά και αποφύγετε συμπεριφορές που θα μπορούσαν να ερμηνευθούν ως επιθετικές.**

/ On trails that lead through grazing areas you may encounter closed fences. Make sure you close any gates you walk through. Keep your distance from sheep dogs and avoid behaviour that could be perceived as aggressive.

### Οδικό δίκτυο / Road network

**Η πρόσβαση στο Δήμο γίνεται από το αστικό κέντρο του Ηρακλείου προς τις Αρχάνες και τα Πεζά δια μέσου, είτε του παλιού επαρχιακού δρόμου, είτε του νέου κεντρικού οδικού δικτύου.**
**Στην περίπτωση του δεύτερου, η πρόσβαση γίνεται από τον αυτοκινητόδρομο και χρειάζεται πολύ λιγότερο χρόνο απ' ό,τι μέσω του επαρχιακού που, παρ' ότι άσφαλτος, είναι ένας δρόμος με πολλές στροφές και περιορισμένη ορατότητα σε μερικά σημεία που αυξάνουν την επικινδυνότητα. Ωστόσο, στην περίπτωση που επιλέξετε τον επαρχιακό δρόμο, θα σας αποζημιώσουν η θέα στους κάμπους με τους αμπελώνες, η διέλευση από την κοιλάδα και το παλάτι της Κνωσού,, η αραβική υδατογέφυρα της Αγίας Ειρήνης και η πλούσια βλάστηση σε όλη σχεδόν τη διαδρομή χάρη στον Κατσαμπαδιανό ποταμό.**
**Εάν θελήσετε να εξαντλήσετε την εξερευνητική σας διάθεση, επιχειρήστε να μπερδευτείτε στους χωματόδρομους που ξεκινάνε από τα χωριά και οδηγούν προς διάφορα σημεία της υπαίθρου, ενώ αν βρίσκεστε στα Αστερούσια, ετοιμαστείτε για ατέθλειωτες off road διαδρομές που θα σας καταπλήξουν με την αγριάδα και την ομορφιά του τοπίου. Όχημα 4Χ4 είναι απαραίτητο σε αυτές τις περιπτώσεις.**

/ Access to the Municipality is through the urban centre of Heraklion, heading towards Archanes and Peza, either taking the old country road or the new central road network. If you take the new road, access is through the motorway and requires far less time than the country road, which, although paved with asphalt, has many turns and limited visibility at points, which increases risk. Nonetheless, if you take the country road, you will be compensated by the view of the vineyards in the plain, the valley and the view of Knossos Palace, of the Arab aqueduct at Agia Eirini, and the lush vegetation throughout the route, thanks to the Katsambadianos River.
If you want to fully satisfy the explorer in you, wander around the dirt roads that start in the villages and lead to various points in the countryside; if you are in the Asterousia Mountain Range, prepare yourselves for endless off-road routes that will amaze you with the wildness and beauty of the landscape. A 4x4 vehicle is a 'must' in such cases.

### Σήμανση / Sing-posting

**Δεν υπάρχει σήμανση σε όλα τα μονοπάτια. Επίσης, κάποια μονοπάτια δεν είναι καν χαραγμένα και ακολουθούν την πορεία από γιδόστρατες. Εάν εκτιμάτε ότι η εμπειρία σας στο βουνό είναι επαρκής για να τα επιχειρήσετε, σας προτείνουμε να επισκεφτείτε πρώτα την ιστοσελίδα του Δήμου www.archanes-asterousia.gr, από όπου μπορείτε να κατεβάσετε στο gps σας τις συντεταγμένες της κάθε πορείας, με πληροφορίες ανά σταθμό, που θα κάνουν την περιήγησή σας πιο εύκολη και ενδιαφέρουσα.**

/ Signs are not posted on all trails. Furthermore, some trails are not even clearly set out and follow goat trails. If you estimate that your experience with mountains is adequate you can attempt following them, but we recommend you first visit the Municipality website www.archanes-asterousia.gr, where you can download the coordinates of each route onto your GPS, providing you with information per stop, thus making your trek easier and more interesting.

### Αλλαγές σε διαδρομές / Changes in trails

**Οι πληροφορίες που παρέχονται στο χάρτη που κρατάτε, είναι ακριβείς κατά τη στιγμή της έκδοσης και δεν δεσμεύουν τον εκδότη για πιθανές μελλοντικές αλλαγές. Αλλαγές στην πορεία ή στην κατάσταση συντήρησης των διαδρομών μπορεί να οφείλονται σε ανθρώπινη παρέμβαση (γεωργία, κτηνοτροφία, δημόσια έργα) ή σε καιρικές συνθήκες (τοπικές καταρρακτώδεις βροχές προκαλούν σημαντικές αλλοιώσεις στα μονοπάτια).**

/ The information in this map was accurate at the time it was published and the publisher is not liable for possible future changes. Changes in the trails or in the conditions of the trails may be due to human intervention (farming, animal raising, public works) or weather conditions (local torrential rain causes significant alterations to trails).

**Σημεία Πληροφόρησης και Διανομής Εντύπων**
**Δημαρχείο Πεζών (info kiosk) / Δημαρχείο Αρχανών / Δημαρχείο Πύργου / Κέντρο πληροφόρησης Εθιάς**
**Κατασκηνωτικοί Χώροι (Με Δικό Σας Εξοπλισμό)**
**Ρεματιά Κάτω βρύσης στο Αστρίτσι / Μοναστήρι Αγίου Νικήτα (κατόπιν συνεννόησης με τον επιστάτη) / Δημοτικός κατασκηνωτικός χώρος Εθιάς / Ξενώνας Ενορίας Εθιάς (με μικρή χρέωση και κατόπιν συνεννόησης με την Ενορία -ρωτήστε στο χωριό για να σας φέρουν σε επαφή με τον υπεύθυνο)**

**/ Information and Printed Material Distribution Points**
Peza Town Hall (Info Kiosk) / Archanes Town Hall / Pyrgos Town Hall / Ethia Information Centre
**Campsites** (You must provide your own gear)
Kato Vrysi ravine in Astritsi / Agiou Nikita (St. Nikitas) Monastery (following arrangement with the caretaker) /The Municipal campsite in Ethia / Ethia Parish Guesthouse (for a small fee and following arrangement with the Parish-ask at the village to get in touch with the person in charge)

## Ασφάλεια / Safety

**Σε γενικές γραμμές οι διαδρομές της περιοχής είναι βατές χωρίς ιδιαίτερες δυσκολίες και τεχνικές απαιτήσεις. Ο πεζοπόρος διασχίζει τα μονοπάτια που περιγράφονται με δική του ευθύνη. Η χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτό το έντυπο πρέπει να συνδυάζεται αφενός με την κατανόηση από μέρους σας των κινδύνων που περιλαμβάνει η ορειβασία σε άγνωστες περιοχές και αφετέρου με την αναγνώριση της προσωπικής ευθύνης για τις επιλογές σε σχέση με την ασφάλειά σας.**

/ In general, the trails in the region are manageable, without great difficulties or technical demands. Hikers follow the trails described at their own risk. They are responsible for any accidents that may befall them or any damage they might cause, such as forest fires, pollution, degradation of the environment, etc. Your safety on the mountain depends entirely on your personal judgement, training and experience, as well as the assessment of your own skills. Use of the information in this document must be combined with the understanding on your part of the dangers hiking in unknown areas entails and with the recognition of your personal responsibility in the choices you make regarding your safety.

### e-track

**Κατεβάστε από το www.archanes-asterousia.gr τις συντεταγμένες των διαδρομών και φορτώστε τις στο gps σας.**
/ Download the trail coordinates from the Municipality website, www.archanes-asterousia.gr and load them on to your GPS.

## Δηλητηριώδη ζώα-έντομα / Poisonous animals-insects

**Δηλητηριώδη ζώα δεν υπάρχουν στην κρητική φύση, αλλά λάβετε την κατάλληλη μέριμνα σε περίπτωση που είστε αλλεργικός στο τσίμπημα εντόμων (π.χ. μέλισσες που βρίσκονται παντού) ή άλλων χερσαίων ή θαλάσσιων οργανισμών.**

/ There are no poisonous animals on Crete, but you should take the necessary precautions in case you are allergic to certain insect stings (i.e. there are bees everywhere) or other land or sea creatures.

## Τουριστικές εξυπηρετήσεις / Tourist services

**Σε όλο το Δήμο μπορείτε να βρείτε διαφόρων ειδών καφενεία, ταβέρνες και καταλύματα για την εξυπηρέτησή σας.**

/ Throughout the Municipality you will find a variety of cafés, taverns and lodgings ready to cater for you.

## Συντομογραφίες / Abbreviations

**Δ.Ε. - Δημοτική Ενότητα** / M.U. - Municipal Unit

**Δ.Κ. - Δημοτική Κοινότητα** / M.C. - Municipal Community

**Τ.Κ. - Τοπική Κοινότητα** / L.C. - Local Community

**Δήμος Α.Α. - Δήμος Αρχανών-Αστερουσίων**
/ Municipality A.A. - Municipality of Archanes-Asterousia

**Κ.Ε.Π. - Κέντρα Εξυπηρέτησης Πολιτών**
/ KEP - Citizens' Service Centres

**Μ.Φ.Ι.Κ. - Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης**
/ N.H.M.C. - Natural History Museum of Crete

**Π.Π. - Προστατευόμενη Περιοχή**
/ P.A. - Protected Area

## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ / INFORMATION

**Για όλα τα παραπάνω μπορείτε να ενημερωθείτε από τα Δημοτικά Καταστήματα και τα ΚΕΠ σε Αράχνες (Τηλ.: 2810 752960), Πεζά (Τηλ.: 2813 401141-156) και Πύργο (Τηλ.: 2893 340128-129)**
**Για επισκέψεις στους αρχαιολογικούς χώρους, κατόπιν συνεννόησης με την Αρχαιολογική Συλλογή Αρχανών. Ωράριο λειτουργίας: Καθημερινά εκτός Τρίτης 08.00πμ-15.00μμ, Τηλ.: 2810 752712.**

/ Information for all of the above can be found at the local Town Halls and Citizens' Service Centres [KEPs] in Archanes (Tel: 2810 752960), Peza (Tel: 2810 401141-156)
and Pyrgos (Tel: 2893 340128-129).
To visit archaeological sites, contact the Archaeological Collection of Archanes - Opening hours: From 08:00-15:00 daily, but not on Tuesdays; Tel: 2810 752712.

**www.archanes-asterousia.gr**
**www.dimos-archanon-asterousion.gr**

# ΠΟΤΕ ΝΑ ΤΑΞΙΔΕΨΩ
## WHEN TO TRAVEL

**Η περιοχή προσφέρεται για περιήγηση όλο το χρόνο εξαιτίας του ήπιου κλίματος και των χαμηλών υψομέτρων. Η άνοιξη και το φθινόπωρο είναι οι ιδανικότερες περίοδοι για περπάτημα-ορειβασία και όλες τις υπαίθριες δραστηριότητες, τόσο λόγω της καλής θερμοκρασίας, όσο και της αναγέννησης της φύσης. Χιονόπτωση στα βουνά του Δήμου σπανίως θα συναντήσετε, ενώ θα πρέπει να περιμένετε πολύ υψηλές θερμοκρασίες κατά τις πολύ ζεστές καλοκαιρινές ημέρες στα γυμνά από βλάστηση ορεινά μονοπάτια του Γιούχτα και των Αστερουσίων.**

/ The area is perfect for outdoor activities throughout the year, due to the mild climate and low altitudes. Spring and autumn are ideal

periods for walking-hiking and cycling, due to the reasonable temperature range and the rebirth of nature. Snowfall on Municipality mountains is rare, while you should expect very high temperatures during the hot summer days in the treeless mountain paths of Mt. Juktas and the Asterousia Mountain Range..

## ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ & ΠΟΔΗΛΑΤΟ ΒΟΥΝΟΥ

**Προτεινόμενοι μήνες:** Απρίλιο, Μάιο, Ιούνιο, από μέσα Σεπτεμβρίου μέχρι και μέσα Νοεμβρίου. Αποφύγετε τις πολύ ζεστές ημέρες. Η πεζοπορία στις διαδρομές του Δήμου (εκτός κι αν αναφέρεται διαφορετικά στην περιγραφή καθεμίας χωριστά) είναι εφικτή και απολαυστική ακόμα και τους χειμερινούς μήνες, καθώς ο χειμώνας στην Κρήτη είναι ήπιος.

## / HIKING & MOUNTAIN BIKING

Months recommended: April, May, June, mid-September to mid-November. Avoid very hot days. Hiking the Municipality trails is enjoyable even in winter (unless stated otherwise in the separate description of each trail), as the winter in Crete is mild.

## CANYONING

**Προτεινόμενοι μήνες:** Όλο το χρόνο.
Αποφύγετε τις πολύ ζεστές ημέρες.
Σας συστήνουμε να αποφύγετε τους άνυδρους μήνες (από μέσα Ιουνίου έως και μέσα Οκτωβρίου) γιατί ενδιάμεσα των καταβάσεων θα συναντήσετε λιμνάζοντα νερά που σίγουρα... δεν θα θέλατε να περάσετε από μέσα.

## / CANYONING

Months recommended: Throughout the year. Avoid very hot days.
We recommend you avoid waterless months (from mid-June to mid-October) because between descents you will come to stagnant water that you definitely do not want to wade through.

## ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ

**Προτεινόμενοι μήνες:** Από Μάρτιο έως και Οκτώβριο. Αποφύγετε την αναρρίχηση από τα μέσα του Δεκεμβρίου έως τα μέσα του Φεβρουαρίου (αναπαραγωγική περίοδος αρπακτικών πτηνών).

## / CLIMBING

Months recommended: March to October.
Avoid climbing from mid-December to mid-February (predatory bird mating season).

## ΚΑΝΟ ΘΑΛΑΣΣΗΣ

**Προτεινόμενοι μήνες:** Από Μάρτιο έως Νοέμβριο. Οι δραστηριότητες στις θάλασσες του Δήμου είναι εφικτές και απολαυστικές ακόμα και τους χειμερινούς μήνες, καθώς ο χειμώνας στην Κρήτη είναι ήπιος.

## / SEA CANOEING

Months recommended: March to November. The Municipality's sea activities can be enjoyed even during winter months, as the winter in Crete is mild.

## ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

**Λιομάζωμα:** Νοέμβριος-Ιανουάριος (σε όλο το Δήμο, κυρίως στη νότια περιοχή, από τη Μεσαρά μέχρι τις βόρειες παρυφές των Αστερουσίων).
**Τρύγος:** Μέσα Αυγούστου - Σεπτέμβριο (περιοχή δημοτικών ενοτήτων Αρχανών και Ν. Καζαντζάκη και λιγότερο στη Μεσαρά).
**Παραγωγή ρακής (τσικουδιάς):** Από μέσα Οκτωβρίου μέχρι τέλη Νοεμβρίου (περιοχή δημοτικών ενοτήτων Αρχανών και Ν. Καζαντζάκη και λιγότερο στη Μεσαρά).
**Σπορά λαχανικών και ντόπιων φυτών** στη γιορτή σπόρων, στην τράπεζα σπόρων στον Πύργο: Αρχές άνοιξης.
**Σπαρτά:** Σπορά: Οκτώβριο, Νοέμβριο / Θέρισμα: Τέλη Μαΐου (περιοχή Μεσαράς και Αστερουσίων).

## / AGROTOURISM

**Olive harvest:** November - January (throughout the Municipality, mainly in the south, from the plain of Mesara to the northern slopes of the Asterousia Mountains).
**Grape harvest:** Mid-August - September (in the area of the municipal communities of Archanes and N. Kazantzakis, and less so in the plain of Mesara).
**Raki (tsikoudia) distillation:** From mid-October until the end of November (in the area of the municipal communities of Archanes and N. Kazantzakis, and less so in the plain of Mesara).
**Sowing vegetables and local plants** during the seed festival, at the seed bank in Pyrgos: Early spring
**Crop sowing:** October, November / Crop Harvesting: Late May (Mesara plain and Asterousia Mountain Range areas).

## ΦΕΣΤΙΒΑΛ, ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ & ΜΟΥΣΙΚΑ ΔΡΩΜΕΝΑ
## / FESTIVALS, RELIGIOUS FEASTS & MUSICAL EVENTS

## ΧΕΙΜΩΝΑΣ

**Ανακομιδή των Ιερών Λειψάνων** του Αγίου Γεωργίου (με τη συμμετοχή πλήθους προσκυνητών): 3 Νοεμβρίου στην Ιερά Μονή Επανωσήφη.
**Χριστούγεννα:** Σε όλα τα χωριά (και ιδιαίτερα στα μεγαλύτερα) διοργανώνονται εκδηλώσεις όπως συναυλίες, γιορτή παραμυθιού στο Χάρακα και στις Αρχάνες, Χριστουγεννοχώρι στις Αρχάνες κ.λπ.
**Γιορτή Αγίου Αντωνίου:** 17 Ιανουαρίου, αρτοκλασίες από τους κατοίκους των γύρω χωριών στο εκκλησάκι του Αγίου Αντωνίου στο φοινικόδασος του Αγίου Νικήτα στα Αστερούσια.
Καρναβάλι Πύργου: Φεβρουάριος .

## / WINTER

**Translation of St. George's Holy Relics** (with the participation of many pilgrims): on November 3, at the Holy Monastery of Epanosifi.
**Christmas:** In all villages (especially the larger ones) there are events such as concerts, the Storytelling Festival in Charakas and Archanes, Christmas Village in Archanes, etc.
**Agiou Antoniou (St. Anthony's) Feast:** January 17, "breaking of bread" by locals of villages near the chapel of St. Anthony in the palm forest of Agios Nikitas in the Asterousia Mountain Range.
**Pyrgos Carnival:** February.

## ΑΝΟΙΞΗ

**Γιορτή σπόρων:** Μάρτιο-Απρίλιο στον Πύργο (ενημερωθείτε εγκαίρως από το Δήμο).
**Γιορτή Επανωσήφη με τα γεωργαλίδικα άλογα:** του Απ Γιωργιού, στις 23 Απριλίου, στη Μονή Επανωσήφη.
**Αγώνες ορεινής ποδηλασίας:** Ενημερωθείτε από το Δήμο.
**Κουρές** (κτηνοτροφικές γιορτές - κούρεμα προβάτων στα μιτάτα Αστερουσίων): Περίοδος άνοιξης (για να παραστείτε σε τέτοια γιορτή, είναι καλό να έχει προηγηθεί κάλεσμα από ντόπιο κτηνοτρόφο).
**Πάσχα:** Κορυφαία γιορτή της Χριστιανοσύνης. Όπου κι αν βρεθείτε τη Μεγάλη Εβδομάδα θα απολαύσετε τα θρησκευτικά τελετουργικά και τις εκκλησιαστικές λειτουργίες σε όλα τα χωριά του Δήμου. Μη χάσετε τη Μεγάλη Παρασκευή στη Μονή Επανωσήφη. Μετά τη λιτάνευση του Επιταφίου στο χώρο της Μονής, όλοι κατευθύνονται προς το κοιμητήριο. Στη συνέχεια πηγαίνουν στο υπόστεγο των προβάτων του μοναστηριού, όπου εκεί όλα τα πρόβατα περνούν κάτω από τον Επιτάφιο.

## / SPRING

**Seed festival:** March-April in Pyrgos (information available at the Town Hall in advance).
**Epanosifis Monastery Festival** with the georgalidika horses: on St. George's Feast, April 23, at Epanosifis Monastery.

**Mountain biking races:** information available at the Town Hall.
**Koures** (shearing) (animal raising festival - sheep shearing at mitata [animal farmers' stone huts] in the Asterousia Mountain Range): Springtime (to attend such a festival, it is better to have been invited by a local animal farmer).
**Easter:** The greatest celebration of Eastern Orthodox Christianity. Wherever you find yourself during the Holy Week you will enjoy the religious ceremonies and church masses and liturgies in all villages of the Municipality. Do not miss Holy Friday at Epanosifis Monastery. After the Epitaphios Procession around the Monastery, everyone heads to the cemetery. They then go to the sheep-shed where all the sheep pass under the Epitaphios.

## ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

**Πολιτιστικό κάμπινγκ Αστριτσίου: Τέλη Ιουλίου - αρχές Αυγούστου στην Κάτω Βρύση Αστριτσίου.**
**Φεστιβάλ Χουδετσίου:** Αρχές Αυγούστου
(Μουσικό Εργαστήρι «Λαβύρινθος»)
**Φεστιβάλ «Ταξιδεύοντας» Νίκου Καζαντζάκη: Ιούλιο, στο Μουσείο Νίκου Καζαντζάκη στην Μυρτιά**
**Παραθάμνεια:** Γιορτές καλοκαιριού του πολιτιστικού συλλόγου Τεφελίου.
**Γιορτή κακαβιάς:** Αύγουστος, στις Τρεις Εκκλησιές (Πολιτιστικος Σύλλογος Τριών Εκκλησιών).
**Σεμινάρια Μουσικής Ακαδημίας Αρχανών: Από Ιούνιο, στις Αρχάνες (Θερινή Μουσική Ακαδημία, info@aasma.gr, τηλ.: 2810 722160).**
**Σεμινάρια μουσικών τροπικών οργάνων: Καλοκαίρι και φθινόπωρο στο Χουδέτσι**
**(Μουσικό Εργαστήρι «Λαβύρινθος», info@labyrinthmusic.gr, τηλ.: 2810 741027).**
**Καλοκαιρινά φεστιβάλ / γιορτές Δήμου: Ενημερωθείτε αναλυτικά από τα προγράμματα εκδηλώσεων που ανακοινώνει ο Δήμος και οι πολιτιστικοί σύλλογοι των χωριών (π.χ. Αρχανών, Πύργου, Τεφελίου).**
**Πανηγύρι του Χριστού:**
**6 Αύγουστου στο Γιούχτα, Δεκαπενταύγουστος: στη Μονή Σπηλιώτισσας, στον Άγιο Βασίλειο και σε όλα σχεδόν τα χωριά του Δήμου.**

## / SUMMER

**Cultural camping at Astritsi:** End of July - early August in Kato Vrysi, Astritsi.
**Houdetsi Festival:** Early August ('Labyrinth' Musical Workshop).
'Taxidevontas' (Travelling)
**Nikos Kazantzakis Festival:** July, Nikos Kazantzakis Museum in Myrtia.
**Parathamnia:** Summer festival organised by the Tefeli Cultural Association.
**Kakavia (fish soup, type of bouillabaisse) Festival:** August, Treis Ekklisies (Treis Ekklisies Cultural Association)
**Archanes Music Academy Seminars:** From June, in Archanes (Archanes Summer Music Academy, info@aasma.gr, Tel: 2810 722160)
**Modal musical instrument seminars:** Summer and autumn at Houdetsi ('Labyrinth' Musical Workshop, info@labyrinthmusic.gr, Tel: 2810 741027).
**Municipality summer festivals/celebrations:** Get detailed information from the event programmes announced by the Municipality and the villages' cultural associations (i.e. Archanes, Pyrgos, Tefeli).
**Christ Festival:** 6 August on Mt. Juktas.
Assumption (August 15): Spiliotissa Convent, Agios Vasileios and in almost all the villages of the Municipality.

## ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ

**Προσκύνημα Αγίου Νικήτα: 15 Σεπτεμβρίου στην Μονή Αγίου Νικήτα Αστερουσίων.**
**Διαγωνισμός Χωρικής Οινοποίησης: 2 Νοεμβρίου στις Αγιές Παρασκιές (Πολιτιστικός Συλλογος Αγιών Παρασκιών και Δήμος).**
**Σεμινάρια μουσικών τροπικών οργάνων: Καλοκαίρι και φθινόπωρο στο Χουδέτσι.(Μουσικό Εργαστήρι «Λαβύρινθος», info@labyrinthmusic.gr, τηλ.: 2810 741027).**

## / AUTUMN

**St. Nikitas Pilgrimage:** 15 September at Agiou Nikita (St. Nikitas) Monastery in the Asterousia Mountain Range.
**Village Wine-Making Competition:** 2 November at Agies Paraskies (Cultural Association of Agies Paraskies and the Municipality).
**Modal musical instrument seminars:** Summer and autumn in Houdetsi ('Labyrinth' Musical Workshop, info@labyrinthmusic.gr, Tel: 2810 741027).

# ΧΩΡΙΑ - ΑΝΘΡΩΠΟΙ

## VILLAGES - PEOPLE

**Αρχάνες: Κηρυγμένος παραδοσιακός οικισμός, από τους ωραιότερους σε όλη την Κρήτη, χάρη τόσο στο δομημένο περιβάλλον, όσο και στη θέση του· στους πρόποδες του επιβλητικού βουνού Γιούχτας. Ο οικισμός καταγράφει περισσότερα από 4.000 χρόνια ζωής και παρουσιάζει εξαιρετικό αρχιτεκτονικό και πολεοδομικό ενδιαφέρον.**

/ Archanes: One of the prettiest listed traditional hamlets in the whole of Crete, both regarding its man-made and its natural environment, at the foot of imposing Mt. Juktas. The hamlet has been here for more than 4000 years and is of exceptional architectural and town-planning interest.

**Χουδέτσι: Διεθνούς φήμης μουσικό χωριό και έδρα του Μουσικού Εργαστηρίου «Λαβύρινθος». Αξιοθέατα: εκκλησία της Παναγίας, τουρκική κρήνη (Χατζινές), διατηρητέα κτίρια κλπ.**

/ Houdetsi: An internationally renowned music village and the seat of the 'Labyrinth Musical Workshop'. Sites: Panagia Church, Hatzine Ottoman Fount, listed buildings, etc.

**Αστρίτσι: Μόλις 12 χλμ. από το Χουδέτσι, αποτελεί τον τόπο του περίφημου Πολιτιστικού Κάμπινγκ. Ενός πολιτιστικού φεστιβάλ πανελλήνιας εμβέλειας που διοργανώνεται κάθε χρόνο στα μέσα του καλοκαιριού στο πανέμορφο Φαράγγι του Αϊ Γιάννη στην Κάτω Βρύση.**

/ Astritsi: Just 12 km from Houdetsi and home to the famous Cultural Camping, a panhellenic cultural annual mid-summer festival held at the beautiful gorge of Ai Giannis in Kato Vrysi.

**Μυρτιά: Το ιστορικό χωριό Βαρβάροι (σημερινή Μυρτιά) εκτός από πατρογονικό του Νίκου Καζαντζάκη και έδρα του Μουσείου του μεγάλου λογοτέχνη, είναι ένα γραφικό χωριό που φημίζεται εδώ και 7 αιώνες για την παραγωγή κρασιού.**

/ Myrtia: The historic village of Varvari (present day Myrtia) is the family homeland of Nikos Kazantzakis and the Museum dedicated to the great writer; it is also a picturesque village known for its wine over the last 7 centuries.

**Πύργος: Το μεγαλύτερο χωριό τη ρίζας των Αστερουσίων.**
**Το όνομά του μάλλον πήρε από τον ενετικό πύργο που ήταν χτισμένος στην τοποθεσία Απάνω Πύργος. Αναζητήστε την κοιλάδα των «Καράβων» όπου διασώζονται απομεινάρια των 18 αλευρόμυλων που λειτουργούσαν παλαιοτέρα χάρη σε πηγαία ... νερά.**

/ Pyrgos: The largest village at the foot of the Asterousia Mountain Range. It probably got its name from the Venetian tower built at the Apano Pyrgos location. Search for 'Karavon' plain, where you will find the ruins of 18 cereal-grinding watermills that used to run on spring water.

**Χάρακας:** Κεφαλοχώρι στις ρίζες των Αστερουσίων. Σημείο κατατεθέν του, το Χαράκι, με το ενετικό κάστρο εποπτείας σε όλη την πεδιάδα της Μεσαράς.

/ Charakas: The head village at the foot of Asterousia mountain range. Its famous landmark is Charaki, the Venetian castle that looks over the entire plain of Mesara.

**Αχεντριάς:** Χαρακτηριστικό δείγμα κτηνοτροφικού χωριού των Αστερουσίων, απ' όπου ξεκινούν μερικά από τα ωραιότερα πεζοπορικά μονοπάτια της ορεινής αυτής ζώνης.

/ Achentrias: A characteristic example of an animal-raising village in the Asterousia Mountain Range. It is the starting point of some of the most beautiful hiking trails of this mountainous region.

**Εθιά:** Τυπικό δείγμα κρητικού ορεινού χωριού και κηρυγμένος παραδοσιακός οικισμός. Έδρα του Κέντρου πληροφόρησης επισκεπτών για την προστατευόμενη περιοχή των Αστερουσίων.

/ Ethia: A typical example of a Cretan mountain village, which has been listed as a traditional hamlet. Home to the visitor information centre for the protected region of the Asterousia Mountain Range.

# ΑΙΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

## ARCHAEOLOGICAL TREASURES

**Αρχαιολογικό πάρκο Γιούχτα:** Το ανθρωπόσχημο βουνό που λατρεύτηκε σε κάθε του σημείο, αποτελεί έναν κατεξοχήν προορισμό για οποιονδήποτε θελήσει να περιηγηθεί στη νεολιθική και, κυρίως, στη μινωική Κρήτη. Σημαντικότερες θέσεις:

/ Mt. Juktas Archaeological Park: The anthropomorphic mountain has been a place of worship in its every spot; it is a main destination for anyone who wants a tour of Neolithic and, mainly, Minoan Crete. The most important locations are:

**Ιερό κορυφής:** Είναι ένα από τα σημαντικότερα ιερά κορυφής στη μινωική Κρήτη. Αποτελείται από τέσσερα βαθμιδωτά αναλήμματα με βωμό στο πρώτο, και μια σειρά από έξι δωμάτια που «βλέπουν» ανατολικά. Τα ευρήματα - αναθήματα είναι ιδιαίτερης αρχαιολογικής αξίας.

/ Iero Koryfis: One of the most important peak sanctuaries of Minoan Crete. It consists of four terraced benches, with an altar on the first, and six rooms looking to the east. The finds - votive dedications are of exceptional archaeological value..

**Ανεμόσπηλια:** Πρόκειται για το ένα από τα τέσσερα ιερά που βρίσκονται στο Γιούχτα. Είναι ένα ορθογώνιο κτίριο με τρία δωμάτια, διάδρομο μπροστά και περίβολο. Περιείχε πλήθος λατρευτικών και αποθηκευτικών σκευών.

/ Anemospilia: It is one of four shrines on Mt. Juktas. This rectangular building has three rooms, a corridor at the front and a courtyard. It contained a large number of worship and storage utensils.

**Αρχάνες και Τουρκογειτονιά:** Κάτω από τη σημερινή κωμόπολη των Αρχανών έχουν ανασκαφεί τμήματα μινωικής πόλης, ενώ στη συνοικία της Τουρκογειτονιάς έχει ερευνηθεί τμήμα ενός εντυπωσιακού και πολυτελούς ανακτορικού κτιριακού συγκροτήματος.

/ Archanes and Tourkogitonia: Beneath this town in the municipality of Archanes, districts of a Minoan city have been excavated, while in the Tourkogitonia [Old Ottoman] quarter, part of an impressive and luxurious palace complex has been explored.

**Φουρνί:** Από τα σπουδαιότερα προϊστορικά νεκροταφεία με πλήθος και ποικιλία ταφικών μνημείων που χρονολογούνται από την Πρωτομινωική περίοδο έως και την Υστερομινωική (2400-1200 π.Χ.).

/ Fourni: Here you will find one of the most important prehistoric cemeteries with a large number and wide range of burial monuments dating back to the Proto-Minoan period and Post - Minoan period (2400 - 1200 B.C.)

**Βαθύπετρο:** Εδώ έχει ανασκαφεί σημαντική μινωική έπαυλη με ανακτορικά αρχιτεκτονικά χαρακτηριστικά. Έχουν επίσης βρεθεί πατητήρι κρασιού, ελαιοπιεστήριο και εργαστήριο πηλοπλαστικής με κεραμικό κλίβανο.

/ Vathypetro: A significant Minoan mansion has been excavated here, with palatial architectural characteristics. They have also found a grape stomping vat, an olive press and a clay workshop with a ceramic kiln.

**Ροτασιανή Κεφάλα:** Βρίσκεται στο Ροτάσι, στους πρόποδες του υψώματος Ασφεντιλιάς και ήταν μάλλον η ακρόπολη του αρχαίου Ρυτίου, μιας από τις αρχαίες πόλεις της κεντρικής Κρήτης των Αρχαϊκών - Ελληνιστικών χρόνων. Εκτός από την ακρόπολη έχει εντοπιστεί και, εν μέρει, ανασκαφεί το νεκροταφείο της αρχαίας πόλης.

/ Rotasiani Kefala: It is located in Rotasi, at the foot of Asfentilia Hill, and was probably the acropolis of ancient Rytio, an ancient city of central Crete during the Archaic - Hellenistic Period. Apart from the acropolis, the ancient city cemetery has also been found and partly excavated.

**Ενετικο κάστρο στο Χαράκι:** Το κάστρο πάνω στο Χαράκι, στο χωριό Χάρακας, οικοδομήθηκε πιθανότατα τον 14ο αι. όταν η περιοχή αποτελούσε ενετικό φέουδο. Η θέση του ήταν εξαιρετικά αμυντική και με άμεση εποπτεία στην πεδιάδα της Μεσαράς. Στη δυτική πλευρά του υψώματος βρίσκεται ο ναός της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος.

/ Charaki: The castle of Charaki was probably built in the 14th century, when the area was a Venetian fiefdom. Its location was exceptionally defendable and had direct oversight of Mesara valley. The Church of the Transfiguration [Metamorphosis] stands on the west side of the hill.

**Αρχαία πόλη Ελτυνία:** Στην επικράτεια της αρχαίας Ελτυνίας βρίσκονται σήμερα οι Κουνάβοι, τα Πεζά, το Καταλαγάρι, οι Ζαγουριάνοι και οι Κώμες. Η Ελτυνία ήταν ανεξάρτητη πόλη με δική της νομοθεσία, αυστηρή κοινωνικοπολιτική οργάνωση και αριστοκρατικό πολίτευμα. Σποραδικά αλλά σημαντικά ευρήματα επιβεβαιώνουν τη θέση της αρχαίας πόλης στην περιοχή. Ιδιαίτερα αξιόλογο είναι το γεωμετρικό νεκροταφείο, τμήμα του οποίου έχει ανασκαφεί στη θέση Βαθειάδες.

/ The ancient city of Eltynia: The territory of ancient Eltynia is now home to Kounavoi, Peza, Katalagari, Zagourianoi and Komes. Eltynia was an independent city with its own laws, strict socio-political structure and an aristocratic governance system.
Sporadic important finds reaffirm the position of the ancient city in the region. The geometrical cemetery at Vathiades, parts of which have been excavated, is considered especially noteworthy.

**Δαμάντρι:** Στη συγκεκριμένη θέση κοντά στα Πραιτώρια έχει εντοπιστεί μεγάλο κεντρικό μινωικό κτίριο που περιβάλλεται από οικισμό και νεκροπόλεις. Η ανακάλυψη αυτή, σύμφωνα με αρχαιολόγους, έρχεται να καλύψει το ως τώρα κενό ενός αναμενόμενου μινωικού κέντρου στην ανατολική λεκάνη της μεγάλης πεδιάδας της Μεσαράς.

/ Damantri: In this location, near Pretoria, a large central Minoan building has been found, surrounded by a settlement and necropoles. This discovery, according to archaeologists, has bridged a large gap, since a Minoan centre had been anticipated in the eastern basin of the great Mesara Valley.

**Αστρίτσι:** Στη θέση Κεφάλα βόρεια του χωριού βρίσκονται τα λείψανα τειχισμένης πόλης των αρχαϊκών χρόνων η οποία πιθανόν ταυτίζεται με την αρχαία πόλη Διατόνιον.

/ Astritsi: In the Kefala position to the north of the village, lay the ruins of the walled city of the Archaic Period, which may possibly be identified as the ancient city of Diatonion.

**Λιγόρτυνος:** Στη βόρεια είσοδο του χωριού αποκαλύφθηκε μεγάλος, λαξευτός θαλαμοειδής τάφος των γεωμετρικών χρόνων.

/ Ligortynos: At the northern entrance of the village a large carved chamber-shaped tomb from the Geometric Period was discovered. Unfortunately, it had been plundered.

**Ίνατος και το Σπήλαιο Ειλειθυίας:** Τα ρωμαϊκά κατάλοιπα οικισμού και νεκροταφείων που έχουν αποκαλυφθεί στο σημερινό Τσούτσουρο ταυτίζονται με την αρχαία πόλη Ίνατος. Εδώ βρίσκεται και το λατρευτικό σπήλαιο της Ειλειθυίας, θεάς της γονιμότητας.

/ Inatos and Eileithyia Cave: The Roman ruins of the settlement and the cemeteries discovered in present day Tsoutsouros position have been identified as the ancient city of Inatos. This is the location of the cave dedicated to the worship of Eileithyia, goddess of childbirth.

**Κούλες των Θόλων:** Βρίσκεται δυτικά από το Αλάγνι. Πρόκειται ίσως για τον κεντρικό Κούλε του δικτύου που οδηγούσε από το Ηράκλειο στο Λασίθι. Η χρήση του χρονολογείται πιθανόν από το τέλος της Ενετοκρατίας.

/ Koules ton Tholon [Fortress of the Domes]: It is situated to the west of Alagni. It may be the central fortress of a network leading from Heraklion to Lasithi. Its use possibly dates back to the end of Venetian rule.

**Κάστελος και πατητήρια του Καταλαγαρίου:** Νότια από τον οικισμό του Καταλαγαρίου στο λόφο Κάστελος βρίσκεται το βενετσιάνικο κάστρο της Παλιόχωρας ή castello del Corner, ιδιοκτησία της οικογένειας των Κορνάρων. Δυτικά του κάστρου υπάρχει συγκρότημα από πέντε ορθογώνια πατητήρια με λαξευτά υποδήνια. Κοντά βρίσκονται και δύο επίσης λαξευμένες βάσεις συμπίεσης πιεστηρίων με κοχλία. Χρονολογούνται και αυτά στην περίοδο της Ενετοκρατίας.

/ Kastelos and Katalagari stomping vats: To the south of Katalagari hamlet, on the hill of Kastelos, stands the Venetian castle of Paliochora or Castello del Corner, property of the Cornaros family. To the west of the castle there is a complex of five rectangular stomping vats with carved receptacles. Nearby there are also two carved compression bases of a worm gear press, which also date back to the Venetian Period.

**Κάστελος Μελεσών:** Στο λόφο Κάστελος κοντά στις Μελέσες σώζονται τα ερείπια ενετικής οχύρωσης, καθώς και τα ερείπια της εκκλησίας της Παναγίας. Επίσης στις Μελέσες και στη θέση Πατητήρια ή Πατητηράκι σώζεται τμήμα θολοσκέπαστου πατητηριού.

/ Kastelos Meleses: On Kastelos Hill, near Meleses, stand the ruins of the Venetian fortification, as well as the ruins of the church of Panagia. In Meleses, in the Patitiria or Patitiraki [stomping vats] location, part of a domed stomping vat chamber has been preserved.

**Μουσείο Νίκου Καζαντζάκη:** Ένα σύγχρονο και καλά οργανωμένο μουσείο στη Μυρτιά που αποδίδει τιμή στο σπουδαίο άνθρωπο του πνεύματος, εκθέτοντας χειρόγραφα και σημειώσεις του, εκδόσεις των έργων του σε διάφορες γλώσσες, σπάνιο φωτογραφικό υλικό κ.ά. (Μυρτιά, Τηλ.: 2810 741689, www.kazantzaki.gr)

/ Nikos Kazantzakis Museum: A modern and well organised museum at Myrtia that pays homage to the great intellectual figure, exhibiting his manuscripts and notes, books published in various languages, rare photographs and other items. (Myrtia, Tel: 2810 741689, www.kazantzaki.gr)

**Αρχαιολογική Συλλογή Αρχανών:** Στο μουσείο των Αρχανών φυλάσσονται ευρήματα μινωικών χρόνων από τις ανασκαφές στην περιοχή. Ωράριο λειτουργίας: καθημερινά εκτός Τρίτης από 08.00-15.00, Τηλ.: 2810 752712)

/ Archanes Archaeological Collection: The archaeological collection of Archanes displays finds from the Minoan era from digs in the area. Contact to arrange a visit (Archanes, Tel: 2810 752712)

**Εκθετήριο Ένωσης Πεζών:** Ιδρύθηκε το 1933 και λειτουργεί σε ένα παλιό εμφιαλωτήριο. Η συλλογή περιλαμβάνει εξοπλισμό παλιού ελαιοτριβείου του 19ου αιώνα (πιεστήριο σταφυλιών, αντλία κρασιού, συσκευή απόσταξης κ.ά.). Στον ίδιο χώρο λειτουργεί αίθουσα γευσιγνωσίας και πωλητήριο κρασιών. (Καλλονή, Τηλ.: 2810 741945-7)

/ Peza Union Exhibits: It was founded in 1933 and it is housed in an old bottling plant. The collection includes old olive press equipment from the 19th century (grape press, wine pump, distillery kit, etc.). A wine tasting facility and wine retail stall operate at the same venue. (Kalloni, Tel: 2810 741945 -7)

**Μουσείο Τροπικών μουσικών οργάνων:** Πρόκειται για τη συλλογή οργάνων από όλο τον κόσμο που φιλοξενείται στο Μουσικό Εργαστήρι Λαβύρινθος στο Χουδέτσι. (Τηλ.: 2810 741027, www.labyrinthmusic.gr)

/ Modal Musical Instrument Museum: This is a collection of musical instruments from around the world, used at the Labyrinth Musical Workshop in Houdetsi. (Tel: 2810 741027, www.labyrinthmusic.gr)

**Λαογραφικό Μουσείο (Επάνω Αρχάνες):** Σε ένα αναπαλαιωμένο νεοκλασσικό κτίριο στεγάζεται το λαογραφικό μουσείο στο οποίο παρουσιάζονται εκθέματα από την παράδοση, αλλά και την καθημερινή ζωή των Αρχανών. (Για επισκέψεις κατόπιν συνεννόησης, Τηλ.: 2813 401100-156)

/ Folk Museum (Pano Archanes): A restored neoclassical building houses the Folk Museum, which presents exhibits from the traditional and daily life of Archanes. (Visits can be arranged, Tel: 2813 401 1000-156)

**Υπαίθριο μουσείο αρωματικών και άλλων φυτών του Γιούχτα:** Κατά μήκος της διαδρομής Ανεμόσπηλιά - Κορυφή Γιούχτα θα παρατηρήσετε πλήθος από ταμπελάκια με λατινικά ονόματα των αρωματικών και άλλων φυτών που δημιούργησε το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Αρχανών.

/ Mt. Juktas Outdoor Museum of Aromatic and Other Plants: Along the Anemospilia-Koryfi Mt. Juktas trail, there are a large number of signs informing visitors on the names of aromatic and other plants in Latin, posted by the Archanes Centre for Environmental Education.

# ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΩΝ ΓΙΑ ΤΙΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

## HOW TO USE THE ROUTE INFORMATION

### Διάρκεια πεζοποριών

**Οι χρόνοι διάσχισης ενός μονοπατιού που αναφέρονται σε κάθε διαδρομή χωριστά είναι ενδεικτικοί. Αντιστοιχούν στο ρυθμό και τις δυνατότητες ενός μέσου περιπατητή. (Προσοχή! Διακοπές και στάσεις δεν υπολογίζονται). Στις πεδινές ή ελαφρώς λοφώδεις περιοχές ο ρυθμός του περπατήματος υπολογίζεται με βάση τη μια ώρα ανά 4 χλμ. περίπου. Στις καθαρά ορεινές με μεγάλες κλίσεις διαδρομές, η ανάβαση υπολογίζεται με βάση τα 300 μ. περίπου υψομετρικής διαφοράς ανά ώρα, ενώ η κατάβαση σε 400-500 μ. υψομετρικής διαφοράς ανά ώρα. Τα δεδομένα αυτά προσαρμόζονται ανάλογα με τον προσωπικό ρυθμό και τη φυσική κατάσταση του περιπατητή, τις καιρικές συνθήκες, το βάρος του σακιδίου κ.ά.**

### / Hiking tour durations

The duration quoted for each trail is indicative for the pace and skill of an average hiker. Attention! Breaks and stops are not included in the time indicated. In plains or slightly hilly areas the walking pace is calculated at approximately 4 km/hour. In purely mountainous terrain with high inclines, hiking uphill is calculated based on 300m in altitude difference per hour, while hiking downhill is calculated at 400-500m altitude difference per hour. This data should be adjusted based on the personal pace and physical condition of the hiker, the weather conditions, the weight of the backpack, etc.

### Βαθμοί δυσκολίας

**Χαμηλός (1-2): Απευθύνεται σε κάθε ενδιαφερόμενο, ακόμα και σε παιδιά εξοικειωμένα με πεζοπορίες.**
**Μέτριος (3-5): Απευθύνεται σε όσους έχουν καλή σχετικά φυσική κατάσταση και στοιχειώδεις γνώσεις πεζοπορίας στο βουνό.**
**Υψηλός (5-6): Απευθύνεται σε έμπειρους ορειβάτες και πεζοπόρους.**

### / Difficulty levels:

**Low (1-2):** Suitable for any interested party, even children that are accustomed to hiking.
**Medium (3-5):** Suitable for those in relatively good physical condition with elementary mountain hiking knowledge.
**High (5-6):** Suitable for experienced climbers and hikers.

| **ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΣΥΜΒΟΛΩΝ** / SYMBOL MEMO | |
|---|---|
| **Πλησιέστερος οικισμός** / Nearest hamlet | |
| **Συντεταγμένες εισόδου** / Entrance coordinates | |
| **Συντεταγμένες εξόδου** / Exit coordinates | |
| **Μέσος χρόνος διάσχισης φαραγγιού - canyoning (υπολογισμένο για 4 έμπειρα άτομα)** / Average canyon crossing time - canyoning (calculated for 4 experienced individuals) | |
| **Μέσος χρόνος πεζοπορίας** / Average hiking time | |
| **Βαθμός δυσκολίας (ο βαθμός δυσκολίας υπολογίζεται με βάση την κλίμακα από 1 έως 6)** / Difficulty level (the level of difficulty is calculated on a scale of 1 to 6) | |
| **Μεγαλύτερη κατάβαση** / Longer descent<br>**Συνολικός αριθμός καταβάσεων** / Total number of descents | |
| **Διάρκεια πεζοπορίας από το σημείο στάθμευσης έως την είσοδο του φαραγγιού** / Duration of hike from the stop point to the entrance of the gorge | |
| **Διάρκεια πεζοπορίας από το σημείο εξόδου από το φαράγγι έως το πάρκινγκ** / Duration of hike from the stop point to the entrance of the gorge | |
| **Απόσταση εισόδου-εξόδου (σε χλμ. με αυτοκίνητο)** / Entrance-exit distance (in km by car) | |
| **Κατάλληλη περίοδος** / Appropriate period | |
| **Συνιστώμενη περίοδος** / Recommended period | |
| **Τουριστικές εξυπηρετήσεις** / Tourist services | |
| **Τύπος μονοπατιού** / Type of trail | |
| **Είδος μονοπατιού** / Kind of trail | |
| **Απόσταση** / Distance | |

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ
## CONTENTS


**ΕΙΣΑΓΩΓΗ** / INTRODUCTION 3

**ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕΝΤΥΠΟΥ** / HOW TO USE THIS GUIDE 4
**ΠΟΤΕ ΝΑ ΤΑΞΙΔΕΨΩ** / WHEN TO TRAVEL 5
**ΧΩΡΙΑ - ΑΝΘΡΩΠΟΙ** / VILLAGES - PEOPLE 7
**ΑΙΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ** / ARCHAEOLOGICAL TREASURES 8
**ΜΟΥΣΕΙΑ** / MUSEUMS 9
**ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΩΝ ΓΙΑ ΤΙΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ**
/ HOW TO USE THE ROUTE INFORMATION 10
**ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ ΚΑΙ ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΟΣ ΧΑΡΤΗΣ**
/ HIKING TRAILS AND CYCLING COURSES MAP 12

**ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ** / HIKING TRAILS

**1) ΑΝΕΜΟΣΠΗΛΙΑ - ΓΙΟΥΧΤΑΣ - ΑΡΧΑΝΕΣ**
/ ANEMOSPILIA - MT. JUKTAS - ARCHANES 14
**2) ΦΟΥΡΝΙ** / FOURNI 15
**3) ΚΝΩΣΑΝΟ ΦΑΡΑΓΓΙ** / KNOSANO GORGE 16
**4) ΑΣΤΡΑΚΙΑΝΟ ΦΑΡΑΓΓΙ** / ASTRAKIANO GORGE 17
**5) ΚΟΥΝΑΒΙΑΝΟ ΦΑΡΑΓΓΙ** / KOUNAVIANO GORGE 18
**6) ΦΑΡΑΓΓΙ ΣΠΗΛΙΩΤΙΣΣΑΣ** / SPILIOTISSA GORGE 19
**7) ΡΟΤΑΣΙ - ΕΘΙΑ - ΡΟΤΑΣΙ** / ROTASI - ETHIA - ROTASI 20
**8) ΠΑΡΑΝΥΜΦΟΙ - ΤΡΕΙΣ ΕΚΚΛΗΣΙΕΣ**
/ PARANYMFOI - TREIS EKKLISIES 23
**9) ΛΙΓΙΟΦΑΡΑΓΓΟ ΚΑΙ ΛΙΧΝΙΣΤΗΣ**
/ LIGIOFARANGO GORGE AND LICHNISTIS 25
**10) ΑΧΕΝΤΡΙΑΣ - ΜΟΝΗ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΗΤΑ**
/ ACHENTRIAS - AGIOS NIKITAS MONASTERY 27

**ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ** / CYCLING COURSES

**1) ΚΥΚΛΟΣ ΑΡΧΑΝΩΝ** / ARCHANES CIRCULAR TOUR 28
**2) ΚΥΚΛΟΣ ΠΕΖΩΝ** / PEZA CIRCULAR TOUR 29
**3) ΚΥΚΛΟΣ ΠΥΡΓΟΥ - ΧΑΡΑΚΑ**
/ PYRGOS - CHARAKAS CIRCULAR TOUR 31
**4) ΑΧΕΝΤΡΙΑΣ - ΠΥΡΓΟΣ** / ACHENTRIAS - PYRGOS 32
**5) ΚΥΚΛΟΣ ΑΧΕΝΤΡΙΑ** / ACHENTRIAS CIRCULAR TOUR 33

**CANYONING** / TECHNICAL GORGES 34

**1) ΦΑΡΑΓΓΙ ΜΕΣΟΣΦΗΝΙ** / MESOSFINI GORGE 36
**2) ΦΑΡΑΓΓΙ ΤΣΟΥΤΣΟΥΡΑ** / TSOUTSOURAS GORGE 37
**3) ΦΑΡΑΓΓΙ ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ (ΒΟΥΚΟΛΙΑΣ)**
/ AG. PARASKEVI GORGE (VOUKOLIAS) 37
**4) ΦΑΡΑΓΓΙ ΑΜΠΑ (Η ΜΟΥΣΟΥΛΗ)**
/ ABAS (OR MOUSOULIS) GORGE 38
**5) ΦΑΡΑΓΓΙ ΧΑΥΓΑ - ΒΟΡΝΟ** / CHAVGA - VORNO GORGE 38
**6) ΦΑΡΑΓΓΙ ΜΑΡΙΔΑΚΙΟΥ (ΛΙΧΝΙΣΤΗΣ)**
/ MARIDAKI GORGE (LICHNISTIS) 39

**ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ** / CLIMBING 40

**ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΘΑΛΑΣΣΗΣ ΚΑΝΟ-ΚΑΓΙΑΚ**
/ CANOEING - KAYAKING SEA ROUTES 42

**ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΠΟΥΛΙΩΝ** / BIRDWATCHING 46

**ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ**
/ RELIGIOUS ROUTES 54

**ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑ** / MONASTERIES 55

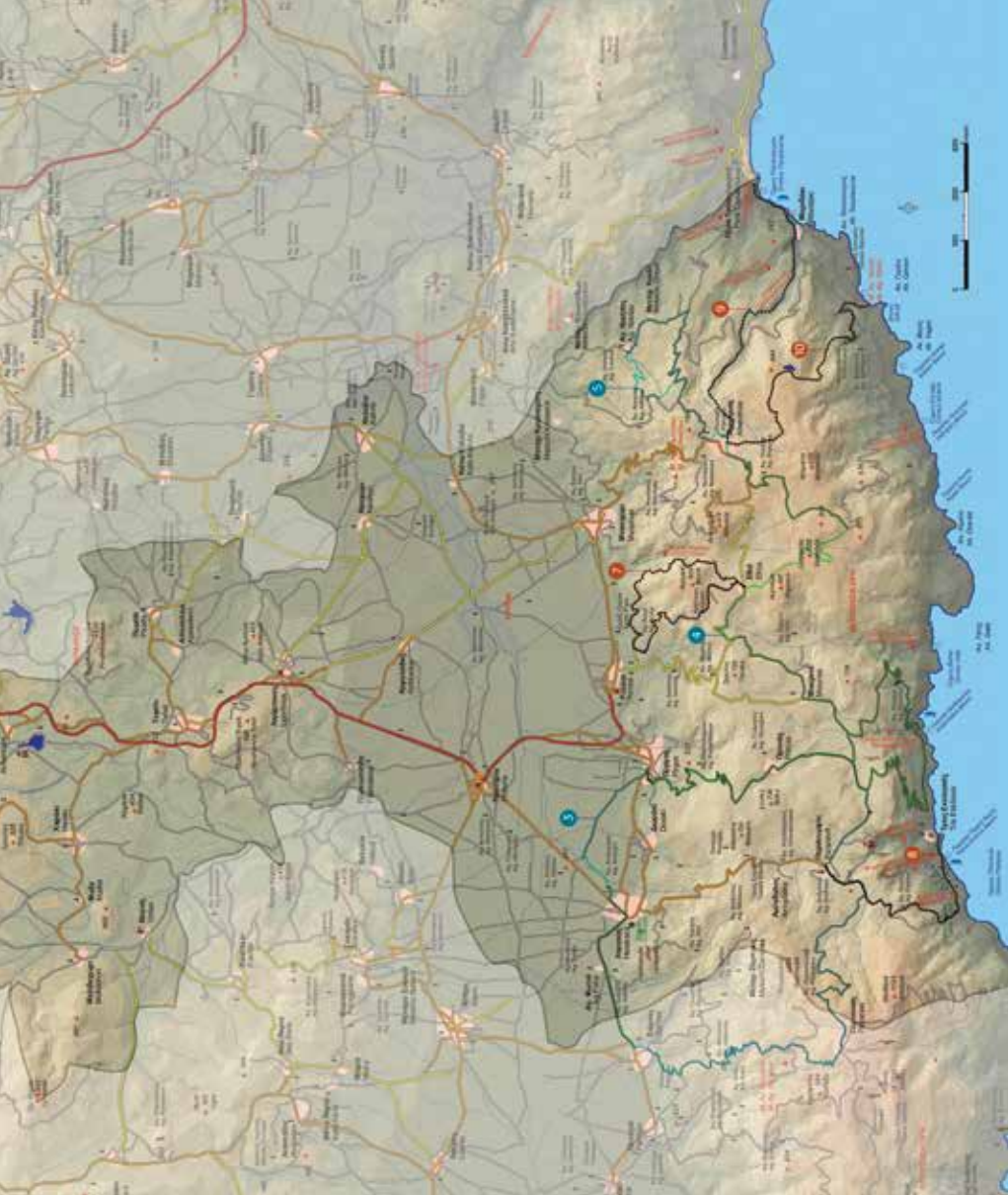
**ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ**
/ SUGGESTED RELIGIOUS ITINERARIES 59

**ΔΡΟΜΟΙ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ** / WINE ROUTES 62

**ΧΑΡΤΗΣ ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΩΝ** / MAP OF WINERIES 64

**ΠΗΓΕΣ** / SOURCES 66

ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ
& ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΟΣ ΧΑΡΤΗΣ
/ HIKING TRAILS AND CYCLING COURSES MAP
ΥΠΟΜΝΗΜΑ / LEGEND
Όρια Δήμου
/ Borderlines of Prefectures
E4
Περιπατητικό ή Ορειβατικό Μονοπάτι (Μερικώς σημαδεμένο)
/ Treking or Climbing Trail (partly marked)
Εκκλησία / Church
Μοναστήρι / Monastery
Φαράγγι / Gorge
Παραλία / Beach
Αρχαιότητες / Antiquities
Κορυφή (σε μέτρα)
/ Mountain Peak (in meters)
Μουσείο / Museum
Φρούριο / Fortress
Οινοποιείο / Winery
Αναρρίχηση / Climbing
Παρατήρηση πουλιών
/ Birdwatching
Κανό Θαλάσσης
/ Canoeing - Kayaking
Πεζοπορική Διαδρομή
/ Hiking Trail
Ποδηλατική Διαδρομή
/ Cycling Course



# 1 ΑΝΕΜΟΣΠΗΛΙΑ - ΓΙΟΥΧΤΑΣ - ΑΡΧΑΝΕΣ

## ANEMOSPILIA - MT. JUKTAS - ARCHANES

**κυκλική διαδρομή** / circular route

**Επάνω Αρχάνες > Ανεμόσπηλια > Ιερό κορυφής > Κορυφή Γιούχτα > Επάνω Αρχάνες** / Epano Archanes > Anemospilia > Peak Sanctuary > Mt. Juktas Peak > Epano Archanes

**Από τον περιφερειακό δρόμο Αρχανών στρίβετε δεξιά στο δρόμο όπου υπάρχει πινακίδα «Βασιλειές». Προχωράτε προσεκτικά το στενό ανηφορικό δρόμο με πολλές απότομες στροφές μέχρι τον αρχαιολογικό χώρο «Ανεμόσπηλια» όπου διαμορφώνεται μικρός χώρος στάθμευσης. Στον περιφραγμένο αρχαιολογικό χώρο Ανεμόσπηλια δεν μπορείτε να μπείτε, παρά μόνο αν έχει προηγηθεί συνεννόηση με την αρμόδια αρχαιολογική υπηρεσία (τηλ.: 2810 752712, Αρχαιολογική Συλλογή Αρχανών). Από εκεί ξεκινάει το μονοπάτι που θα ακολουθήσετε μέχρι την κορυφή του Γιούχτα.**

**Η διαδρομή ακολουθεί το δυτικό πρανές του ανθρωπόμορφου βουνού. Λίγο πριν την κορυφή (περίπου στο ύψος όπου βρίσκεται η κεραία τηλεπικοινωνιών) διακρίνονται τα απομεινάρια από το μινωικό ιερό κορυφής. Συνεχίζετε μέχρι το εκκλησάκι του Αφέντη Χριστού από όπου απολαμβάνετε την πανοραμική θέα προς όλη την περιοχή του Ηρακλείου. Από εκεί ξεκινάει δεύτερο μονοπάτι, διαρκώς κατηφορικό που ακολουθεί την ανατολική πλευρά του Γιούχτα και καταλήγει στον περιφερειακό δρόμο των Αρχανών (σημείο όπου υπάρχει πινακίδα «Αφέντης Χριστός»). Σημειώστε ότι θα πρέπει να έχετε από πριν μεριμνήσει να αφήσετε ένα αυτοκίνητο στο σημείο τερματισμού του σημείου όπου θα καταλήξετε, διότι η αφετηρία και ο τερματισμός έχουν αρκετή απόσταση μεταξύ τους έτσι που, πεζοπορώντας, μπορεί να χρειαστείτε πάνω από 1 ώρα σε άσφαλτο.**

/ Turn right from the Archanes ring road at the sign for 'Vasilies'. Be careful on the narrow uphill road with its many sudden turns, leading to the archaeological site of 'Anemospilia', where there is a small parking area. You cannot enter the fenced Anemospilia archaeological site unless you have made arrangements with the relevant archaeological service (Tel: 2810 752712, Archaeological Collection of Archanes). The trail starting here will lead you to the peak of Mt. Juktas.

The trail follows the western slope of the anthropomorphic mountain. Shortly before the peak (approximately at the height of the telecoms antenna) you can make out the ruins of the Minoan Peak Sanctuary. Continue to the chapel of Afentis Christos [Master Christ] from where you can enjoy the panoramic view of the entire region of Heraklion. This is the starting point of the second trail, downhill all the way, following the eastern side of Mt. Juktas, which ends at the Archanes ring road (at the 'Afentis Christos' sign). Please note that you must have taken care of leaving a car at the finishing point, as the starting and finishing points are some distance from each other, and will take you more than an hour's hike on asphalt to get from one to the other.

**Επάνω και Κάτω Αρχάνες** / Epano and Kato Archanes
**7,7 Km** **3 ώρες** / hours
**35° 15.341'N / 25° 8.672'E (Ανεμόσπηλια** / Anemospilia)
**35° 14.195'N / 25° 9.239'E (Επάνω Αρχάνες, περιφεριακός** / Epano Archanes - ring road)
**Χαραγμένο μονοπάτι με σήμανση** / Well-trodden trail with markers
**Μέτριος** / Moderate
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Θα βρείτε τα πάντα στον οικισμό των Επάνω Αρχανών** / In Epano Archanes

# 2 ΦΟΥΡΝΙ
## FOURNI

**κυκλική διαδρομή** / circular route

**Κάτω Αρχάνες > Θεατράκι Φουρνί > Φαράγγι Αγίας Ειρήνης > Μινωικό νεκροταφείο στο Φουρνί > Θεατράκι Φουρνί** / Kato Archanes > Fourni Theatre > St. Eirini Gorge > Minoan Cemetery at Fourni > Fourni Theatre

**Από τις Κάτω Αρχάνες, στο μέσον περίπου του οικισμού, στρίβετε στον ανηφορικό ασφάλτινο δρόμο όπου υπάρχει πινακίδα με την ένδειξη «Φουρνί». Ακολουθείτε το δρόμο μέχρι την επόμενη πινακίδα που θα σας οδηγήσει στο χώρο στάθμευσης του σύγχρονου θεάτρου του Δήμου. Από εκεί ξεκινάει το μονοπάτι. Το ενδιαφέρον που παρουσιάζει το μονοπάτι αυτό είναι αντιστρόφως ανάλογο του μήκους και της διάρκειάς του. Μέσα σε 1,5 ώρα, ο πεζοπόρος αποκτά μια πολύ καλή εικόνα της γεωμορφολογίας του οικολογικού πάρκου του Γιούχτα, αφού η κυκλική αυτή διαδρομή ξεκινά από το τεχνητό δασάκι του λόφου «Κεφάλα», κυκλώνει το βορειοδυτικό πρανές του λόφου, αποκαλύπτοντας από κάτω πανοραμική θέα προς το περίφημο φαράγγι της Αγίας Ειρήνης, με τα σμιλεμένα βράχια του πορώδη ασβεστόλιθου και την πυκνή βλάστηση.**

**Η διαδρομή ακολουθεί από ψηλά τη χάραξη του φαραγγιού και από το μέσον της περίπου αρχίζει να διακρίνεται ο οικισμός των Επάνω Αρχανών. Λίγο παρακάτω αλλάζετε πορεία και κατευθύνεστε προς τα βόρεια για να συναντήσετε το αρχαίο μινωικό μονοπάτι που οδηγεί προς το μινωικό νεκροταφείο στο Φουρνί, απ' όπου η θέα είναι καθηλωτική. Συνεννοηθείτε με την αρμόδια αρχαιολογική υπηρεσία (τηλ.: 2810 752712, Αρχαιολογική Συλλογή Αρχανών) για τη δυνατότητα εισόδου στον αρχαιολογικό χώρο (κυρίως εάν είστε ομάδα). Από εκεί συνεχίζετε προς το θέατρο και το χώρο στάθμευσης όπου και καταλήγει η διαδρομή σας.**

/ From Kato Archanes, approximately at the centre of the hamlet, turn onto the uphill asphalt road following the sign to 'Fourni' along the path to the next sign, which will lead you to the parking area of the Municipal Contemporary Theatre. This is where the trail begins. Despite it being a short trail in duration and length, it presents very interesting features. In

an hour and a half hikers get a very good feeling of the geomorphology of the Mt. Juktas Ecological Park, since this circular trail starts from the small artificial forest on 'Kefalas' Hill and goes around the northern slope of the hill, revealing the panoramic view of the gorge of Agia Eirini below, with porous limestone rocks sculpted by time and the elements and lush vegetation.

The trail follows the gorge from the very top and approximately half way along it you can make out the hamlet of Epano Archanes. Shortly after that the trail changes course and heads north, to bring you to the ancient Minoan trail that leads to the Minoan Cemetery in Fourni, where the view is riveting. Make arrangements with the relevant archaeological service (Tel: 2810 752712, Archaeological Collection of Archanes) to gain entry to the archaeological site (especially if you are a group). From there you continue to the theatre parking area where this route ends.

**Επάνω και Κάτω Αρχάνες** / Epano and Kato Archanes
**3,1 Km** **1,5 ώρα** / hour
**35° 15.080'N / 25° 9.767'E**
**(Θεατράκι στο Φουρνί** / Fourni Theatre**)**
**Γιδόστρατα χωρίς σήμανση** / Goat trail without markers
**Χαμηλός** / Easy
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Θα βρείτε τα πάντα στους οικισμούς των Κάτω και Επάνω Αρχανών** / In Kato and Epano Archanes

# 3 ΚΝΟΣΑΝΟ ΦΑΡΑΓΓΙ
## KNOSANO GORGE

**κυκλική διαδρομή** / circular route

**Επάνω Αρχάνες > Αϊ Γιάννης Μαγγανίτης > Αϊ Γιάννης Μυριστής > Γέφυρα στο Καρυδάκι > Μονή Καρδιώτισσας > Παρατηρητήριο άγριας πανίδας > Θεατράκι Φουρνί > Μινωικό νεκροταφείο στο Φουρνί > Επάνω Αρχάνες** / Epano Archanes > Ai Giannis Manganitis > Ai Giannis Myristis > Karydaki Bridge > Kardiotissa Convent > Wildlife observatory > Fourni Theatre > Minoan Cemetery at Fourni > Epano Archanes

**Πρόκειται για ένα από τα πιο ενδιαφέροντα μονοπάτια της περιοχής των Αρχανών.**
**Ξεκινάει από τις Επάνω Αρχάνες, ακολουθεί τον ασφαλτοστρωμένο δρόμο παράλληλα με το Κνωσανό Φαράγγι και λίγο μετά το εκκλησάκι του Αϊ Γιάννη Μυριστή και τις εγκαταστάσεις του βιολογικού καθαρισμού συναντάμε δεξιά κατηφορικό χωματόδρομο, ο οποίος μας οδηγεί στην κοίτη του μικρού φαραγγιού. Διασχίζουμε το μικρό γεφυράκι και ακολουθούμε το μονοπάτι στην ανατολική όχθη του ποταμού. Περίπου εκατό μέτρα μετά τα ερείπια παλιάς εκκλησίας συναντάμε την Γέφυρα Καρυδάκι, την γέφυρα του ενετικού υδραγωγείου που μετέφερε τα νερά των πηγών των Αρχανών στο Ηράκλειο.**
**Αφήνουμε στα αριστερά μας την γέφυρα και ακολουθούμε το ευδιάκριτο μονοπάτι που ελίσσεται ανηφορικά, συναντάει ξύλινο κιόσκι - παρατηρητήριο και καταλήγει σε χωματόδρομο τον οποίο ακολουθούμε νότια, ελαφρά ανηφορικά έως το δάσος στην Κεφάλα. Ακολουθούμε το χωματόδρομο νότια προς το Φουρνί, και αφού περάσουμε δίπλα από τον αρχαιολογικό χώρο με το προϊστορικό νεκροταφείο επιστρέφουμε στις Επάνω Αρχάνες.**

/ This is one of the most interesting trails in the Archanes area. It starts at Epano Archanes and follows the asphalt road that runs parallel to Knosano Gorge; shortly after the chapel of Ai Giannis Myristis [St. John of the Myrrh] and the biological treatment plant you will come to a downhill dirt road going right and leading you to the bed of the small gorge. Cross the small bridge and follow the trail to Karydaki Bridge, the Venetian aqueduct bridge that used to bring water from the springs of Archanes to Heraklion.

Leave the bridge on your left and follow the easily discernable path that makes its way uphill, comes to a wooden pavilion-observation point, and ends at a dirt track leading south, taking you slightly uphill until Kefala Forest. Follow the dirt road south to Fourni, and after passing the archaeological site with the prehistoric cemetery, you will be back in Epano Archanes.

**Επάνω και Κάτω Αρχάνες** / Epano and Kato Archanes
**7,1 Km** **2,5 ώρες** / hours
**35° 14.176'N / 25° 9.456'E**
**(Επάνω Αρχάνες - Αϊ Γιάννης Μαγγανίτης**
/ Epano Archanes - Ai Giannis Manganitis**)**
**Χαραγμένο μονοπάτι με σήμανση**
/ Well-trodden trail with markers
**Μέτριος** / Moderate
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Θα βρείτε τα πάντα στον οικισμό των Επάνω Αρχανών**
/ In Epano Archanes

# 4 ΑΣΤΡΑΚΙΑΝΟ ΦΑΡΑΓΓΙ

## ASTRAKIANO GORGE

**Αστρακοί > Ερειπωμένο χωριό Κάτω Αστρακοί > Νεραϊδόσπηλιος > Αστρακιανό φαράγγι > Συμβολή με Κουναβιανό φαράγγι**
/ Astrakoi > Abandoned village of Kato Astrakoi > Neraidospilios > Astrakiano Gorge > Intersection with Kounaviano Gorge

**Το τμήμα του Αστρακιανού φαραγγιού, που προτείνουμε εδώ, ξεκινάει από τους Κάτω Αστρακούς. Μετά την εκκλησία του Αγίου Γεωργίου υπάρχουν πέτρινα σκαλάκια, που οδηγούν στο «Νεραϊδόσπηλιο». Από εδώ ξεκινάει η πορεία κατά μήκος του ρέματος, που διαθέτει βασικές υποδομές διάβασης στα δύσκολα σημεία. Κατά μήκος της διαδρομής είναι ορατό το παλιό οθωμανικό υδραγωγείο.**
**Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στο πρώτο χιλιόμετρο μετά το Νεραϊδόσπηλιο, γιατί ο ποταμός και η οργιώδης βλάστηση έχουν καταστρέψει κάποια περάσματα. Επίσης, παρατηρήστε τα σημάδια στους βράχους για να μην χάσετε την παράκαμψη του μονοπατιού σε ένα σημείο που έχει καταστραφεί εντελώς η διάβαση. Το μονοπάτι μέχρι τη μέση περίπου κινείται παράλληλα με την κοίτη του ποταμού. Από τη μέση και μετά κινείται ψηλά, στο ανατολικό πρανές του φαραγγιού. Στη συμβολή του με τον επαρχιακό δρόμο προς τα Αϊτάνια σταματάει η προτεινόμενη διαδρομή που όμως συνεχίζει για όσους επιθυμούν, μέχρι τον Καρτερό.**

/ The section of Astrakiano gorge that we recommend in this trail starts at Kato Astraki. After Agios Georgios church there are stone steps leading to 'Neraidospilio' [Fairy-cave]. This is where the trail starts, running alongside the creek, with some basic crossing infrastructure at the difficult points along the way. The old Ottoman aqueduct is visible along the trail.
Pay close attention during the first kilometre after Neraidospilio, as the river and wild vegetation have destroyed some crossings. You also need to observe markings on the rocks so as not to miss a detour in the trail due to the crossing ahead having been completely destroyed. The trail runs parallel to the riverbed until half way along the route. After that point it runs high along the eastern slope of the gorge. The trail ends where the path meets the country road to Aitania, but you can continue to Karteros if you so wish.

**Αστρακοί, Μυρτιά** / Astrakoi, Myrtia
**7,1 Km** **3 ώρες** / hours
**35° 14.128'N / 25° 13.230'E**
**(Κάτω Αστρακοί** / Kato Astrakoi)
**35° 16.412'N / 25° 12.251'E**
**(Συμβολή με Κουναβιανό φαράγγι**
/ Intersection with Kounaviano Gorge)
**Χαραγμένο μονοπάτι με υποδομές που κατά τόπους έχουν χαλάσει. Διαθέτει σήμανση με πινακίδες και σημάδια στα βράχια, που όμως κατά τόπους έχουν σβηστεί**
/ Partially destroyed well-trodden trail. Markers on signs and rocks, some of which have faded
**Μέτριος. Απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή σε κάποια σημεία και ρουχισμός που να καλύπτει τουλάχιστον τα κάτω άκρα**
/ Moderate. Special care should be taken at specific points, and clothing must cover at least feet and legs.
**Άνοιξη, Καλοκαίρι, φθινόπωρο. Με ιδιαίτερη προσοχή το χειμώνα, λόγω των βροχοπτώσεων** / Spring, summer, autumn. Be very careful in winter, because of rainfall.
**Ταβέρνες, καφενεία και καταλύματα στους Αστρακούς και στη Μυρτιά, όπου εδρεύει το Μουσείο Νίκου Καζαντζάκη** / Taverns, cafés and accommodation at Astrakoi and Myrtia, which also houses Nikos Kazantzakis Museum

# 5 ΚΟΥΝΑΒΙΑΝΟ ΦΑΡΑΓΓΙ
## KOUNAVIANO GORGE

**Πεζά > Κουναβιανό φαράγγι > Συμβολή με Αστρακιανό φαράγγι > Μέσα Καρτερός** / Peza > Kounaviano Gorge > Intersection with Astrakiano Gorge > Mesa Karteros

**Το Κουναβιανό φαράγγι είναι ο δεύτερος βασικός κλάδος του Καρτερού ποταμού. Στην έξοδό του συναντά τον δεύτερο παραποτάμιο κλάδο (το Αστρακιανό φαράγγι) για να καταλήξουν στη θάλασσα μετά από 5 χλμ. Το μονοπάτι ξεκινάει από τις εγκαταστάσεις του βιολογικού καθαρισμού των Πεζών. Η πορεία ακολουθεί τις όχθες του ποταμού/φαραγγιού σε κατάφυτο μονοπάτι που έχει διαμορφωθεί με ξύλινα γεφυράκια και κιγκλιδώματα στα δύσκολα σημεία. Κατά μήκος της διαδρομής συναντάμε ίχνη από πηγές, μικρά γεφύρια, νερόμυλους και κτίσματα, απομεινάρια μιας παλαιότερης εποχής. Στο τελείωμα της διαδρομής στην βόρεια έξοδο του φαραγγιού, κοντά στην παραλία του Καρτερού, συναντούμε ένα από τα πλέον ενδιαφέροντα συγκροτήματα νερόμυλων της περιοχής.**

/ Kounaviano Gorge is the second main branch of the Karteros River. At its end it meets the second tributary branch (Astrakiano Gorge) and together they end up at the sea, 5 kilometres later.

**Κουνάβοι, Πεζά, Μυρτιά, Αστρακοί** / Kounavoi, Peza, Myrtia, Astrakoi

**10,9 Km** **3 ώρες** / hours

**35° 13.674'N / 25° 12.219'E (Πεζά - εγκαταστάσεις βιολογικού** / Peza - biological treatment plant**)**

**35° 18.745'N / 25° 12.075'E (Μέσα Καρτερός - νερόμυλοι** / Mesa Karteros - water mills**)**

**Χαραγμένο μονοπάτι με βασική σήμανση. Προσοχή στον εντοπισμό της αφετηρίας γιατί δεν υπάρχει σαφής σήμανση** / Well-trodden trail with basic markers. Be careful when locating the entrance, as it is not clearly marked

**Μέτριος** / Moderate

**Άνοιξη, Καλοκαίρι, φθινόπωρο. Με ιδιαίτερη προσοχή το χειμώνα, λόγω των βροχοπτώσεων. Απαιτείται ρουχισμός που να καλύπτει τουλάχιστον τα κάτω άκρα** / Spring, summer, autumn. Be very careful in winter, because of rainfall. At least your feet and legs must be covered.

**Ταβέρνες, καφενεία και καταλύματα λειτουργούν στους Κουνάβους και στα γειτονικά Πεζά (έδρα του Δήμου)** / Taverns, cafés and accommodation at Kounavoi and neighbouring Peza (seat of the Municipality).

The trail begins at the biological treatment plant in Peza and follows the banks of the river/gorge along a lush green path; there are wooden bridges with railings at its hardest points.
Along this route there are traces of springs, small bridges, water mills and building ruins from times passed.
At the end of the route, at the northern exit of the gorge, near Karteros Beach, stands one of the most interesting watermill complexes in the region.

# 6 ΦΑΡΑΓΓΙ ΣΠΗΛΙΩΤΙΣΣΑΣ
## SPILIOTISSA GORGE

**Άγιος Βασίλειος > Μονή Σπηλιώτισσας > Φαράγγι Σπηλιώτισσας > Χουδέτσι > Άγιος Βασίλειος** / Agios Vasileios > Spiliotissa Convent > Spiliotissa Gorge > Houdetsi > Agios Vasileios

**Τα πρανή ή και οι κοίτες των φαραγγιών υπήρξαν ανέκαθεν οι οδοί σύνδεσης οικισμών ή προορισμών, όταν δεν υπήρχαν οδικά δίκτυα. Το φαράγγι της Σπηλιώτισσας είναι ένα κλασσικό δείγμα οδού πρόσβασης από τον Άγιο Βασίλειο προς το Χουδέτσι και ανάποδα. Όχι τόσο από την κοίτη του ποταμού, που ήταν δύσκολα προσβάσιμη λόγω της άγριας βλάστησης, αλλά κατά μήκος μιας ήπιας παλιάς χάραξης που κινούνταν στο μέσον περίπου του δυτικού πρανούς του φαραγγιού και κατέληγε στο μοναστήρι της Σπηλιώτισσας. Σήμερα το μονοπάτι που έχει διανοιχτεί κινείται παράλληλα με την κοίτη, χάρη στα ξύλινα καγκελάκια, και σκαλοπάτια που κατασκευάστηκαν για να διευκολυνθεί η επισκεψιμότητα σε αυτό το μικρό, αλλά τόσο όμορφο φαράγγι.**

**Εάν βρίσκεστε στο Χουδέτσι, ακολουθήστε τις πινακίδες και κατηφορίστε από τα ξύλινα σκαλοπάτια μέσα στο καταπράσινο φαράγγι. Προς την έξοδο του μονοπατιού, κοντά στο χωριό Άγιος Βασίλειος, θα συναντήσετε το σιναΐτικο γυναικείο μοναστήρι της Παναγίας της Σπηλιώτισσας, από το οποίο παίρνει το όνομά του το φαράγγι.**

**(Για επισκέψεις κατόπιν συνεννόησης, τηλ.: 2810 741370).**

/ The slopes and beds of gorges have always been connecting routes leading to hamlets or destinations when there were no road networks. Spiliotissa Gorge is a classic example of an access route from Agios Vasilios to Houdetsi and back. Not so much from the bed of the gorge, which is difficult to access due to the wild vegetation, but along an old path that had been carved approximately along the middle of the western slope of the gorge, ending at Spiliotissa [Madonna of the Cave] Convent. At present, the trail that has been opened runs parallel to the bed, thanks to the wooden posts and steps created to assist visitors to this beautiful little gorge.

If you find yourselves at Houdetsi, follow the signs and head down the wooden steps into the lush green gorge. Towards the trail's exit, near the village of Agios Vasilios, you will find the Sinai Convent of Panagia Spiliotissa, which lends its name to the gorge (Visits can be arranged; Tel: 2810 741370).

**Άγιος Βασίλειος, Χουδέτσι** / Agios Vasileios, Houdetsi
**2,4 Km (με επιστροφή** / including the way back**)**
**50 λεπτά** / minutes
**35° 11.810'N / 25° 11.281'E (Αγ. Βασίλειος**/Agios Vasileios**)**
**35° 11.662'N / 25° 10.861'E (Χουδέτσι** / Houdetsi**)**
**Χαραγμένο μονοπάτι με σήμανση και παρεμβάσεις ομαλής πρόσβασης κατά τόπους.** / Well-trodden trail with markers and partially facilitated access
**Χαμηλός** / Easy
**Όλο το χρόνο (προσοχή τις βροχερές ημέρες)** / Year-round (be careful on rainy days)
**Ταβέρνες, καφενεία και καταλύματα λειτουργούν στον Άγιο Βασίλειο, στο Χουδέτσι και στα Πεζά. Το παλιό δημοτικό σχολείο Αγίου Βασιλείου παραχωρείται, κατόπιν συνεννόησης με τον πολιτιστικό σύλλογο, για κατασκηνωτές / στον Άγιο Βασίλειο λειτουργεί γυναικείος συνεταιρισμός μεταποίησης εξαιρετικής ποιότητας τοπικών προϊόντων**
/ Taverns, cafés and accommodation can be found at Agios Vasileios, Houdetsi and Peza. Travellers can camp in the Old Primary School building of Agios Vasileios, following arrangement with the Cultural Association
/ In Agios Vasileios; excellent quality home-made local products are on sale at the Women's Cooperative.

# 7 ΡΟΤΑΣΙ - ΕΘΙΑ - ΡΟΤΑΣΙ

## ROTASI - ETHIA - ROTASI

**κυκλική διαδρομή** / circular route

**Ροτάσι > Εθιά > Φαράγγι Χαυγά (Βορνό) > Ροτάσι**
/ Rotasi > Ethia > Chavgas Gorge (Vorno) > Rotasi

Το μονοπάτι είναι ευδιάκριτο και ξεκινά μέσα από το χωριό Ροτάσι. Η διαδρομή είναι ανηφορική και περνάει από γεωλογικούς σχηματισμούς, όπως ο «Τάφκος του Περιστερά», μία εντυπωσιακή δολίνη βάθους 15-20 μ., που έχει προέλθει από κατάρρευση οροφής σπηλαίου. Συνεχίζοντας, περνάτε από το «Ρούσο Εγκρεμό», ένα σύμπλεγμα πτυχώσεων του ασβεστόλιθου που κορυφώνονται στη θέση «Λαγκάδι στις Τρύπες». Στην ίδια τοποθεσία υπάρχει πηγή νερού. Πιο πάνω το μονοπάτι διασταυρώνεται με το δρόμο τον οποίο αφήνετε πίσω σας και συνεχίζετε με κατεύθυνση προς Εθιά, όπου και τερματίζει το πρώτο τμήμα της διαδρομής. Στην Εθιά περάστε από το κέντρο ενημέρωσης επισκεπτών, όπου θα ενημερωθείτε για την προστατευόμενη περιοχή των Αστερουσίων, θα παρακολουθήσετε ντοκιμαντέρ, θα προμηθευτείτε έντυπα, ενώ μπορείτε και να κατασκηνώσετε, αν το επιθυμείτε.

Για όσους αντέχετε, συνεχίστε την πορεία σας προς το φαράγγι της Εθιάς, ή φαράγγι Χαυγά ή Βορνό φαράγγι. Πρόκειται για μια παλιά γιδόστρατα που πλέον δύσκολα διακρίνεται και που απευθύνεται σε ορειβάτες ή έμπειρους πεζοπόρους, γιατί κατά μήκος της υπάρχουν κάποια ιδιαίτερα επικίνδυνα τμήματα και δεν είναι εμφανή τα σημεία από όπου περνάει, (εάν διαθέτετε gps μπορείτε να πάρετε τις συντεταγμένες της διαδρομής από την ιστοσελίδα προβολής του Δήμου www.archanes-asterousia.gr). Για το μονοπάτι προς το Βορνό φαράγγι ακολουθήστε το δρόμο από το Κέντρο Πληροφόρησης, στρίψτε δεξιά στο δρομάκι αμέσως μετά το καφενείο και προχωρήστε ευθεία μέχρι να βγείτε στον επαρχιακό δρόμο Εθιάς-Αχεντριά, τον οποίο διασχίζετε για να συνεχίσετε μέσα από τα χωράφια με κατεύθυνση προς το φαράγγι.

Καθώς το μονοπάτι είναι παλιά γιδόστρατα, είναι πολύ εύκολο να το χάσετε, γι' αυτό ρωτήστε τους ντόπιους κτηνοτρόφους τοποθεσίες και τοπωνύμια όπως «στο γαλανό χαράκι», «στ΄ Απατσανού το ρυάκι» (πηγή νερού), το πλάτωμα «ο Σταυρός», «ο Γέρο-τρόχαλος» (ανοικτό μιτάτο), «στο Σουβλωτό Μουρί», «στους Κάτω Πόρους» με το γραφικό εκκλησάκι, «στον Απάνω Πόρο» με τις ασβεστολιθικές πτυχές, στο «πλάτωμα του Κάστελου», όπου πρέπει να δείξετε τη δέουσα προσοχή μια και αρχίζει και γίνεται επικίνδυνο λόγω της χαλικώδους πλαγιάς και που κορυφώνεται σε επικινδυνότητα μέχρι το επόμενο μεγάλο νεροφάγωμα. Η «Σπηλιάρα», μια μεγάλη βραχοσκεπή, που διακρίνεται από μακριά, σηματοδοτεί την έξοδο από το φαράγγι.

Το μονοπάτι τελειώνει στην κοίτη του φαραγγιού απ' όπου πρέπει να αρχίσετε να κατευθύνεστε προς τα δυτικά για να φτάσετε στο Ροτάσι. Πολλή προσοχή στα συρματοπλέγματα που θα συναντήσετε σε όλη την πορεία σας τα οποία, αφού ανοίξετε, θα πρέπει απαραιτήτως να κλείσετε αφού περάσετε... είναι ο άγραφος νόμος των βουνών σε όλη την Κρήτη.

**Ροτάσι, Εθιά, Μεσοχωριό, Πύργος**
/ Rotasi, Ethia, Mesohorio, Pyrgos

**9 ,7 Km** **Ροτάσι-Εθιά** / Rotasi - Ethia: **4,4 Km**
**Βορνό φαράγγι** / Vorno Gorge: **5,3 Km**

**6 ώρες** **Ροτάσι-Εθιά** / Rotasi - Ethia: **2 ώρες** / hours
**Βορνό φαράγγι** / Vorno Gorge: **4 ώρες** / hours

**35° 0.542'N / 25° 10.731'E (Ροτάσι** / Rotasi)

**34° 59.325'N / 25° 11.563'E (Εθιά** / Ethia**)**

**Ροτάσι-Εθιά: Χαραγμένο μονοπάτι**
/ Rotasi - Ethia: Carved trail
**Βορνό φαράγγι: Γιδόστρατα χωρίς σήμανση**
/ Vorno Gorge: Goat path without markers

**Ροτάσι-Εθιά: Μέτριος** / Rotasi - Ethia: Moderate
**Βορνό φαράγγι: Υψηλός - σημεία εκτεθειμένα στο κενό**
/ Gorge: Difficult - some stretches are along cliffs

**Άνοιξη, καλοκαίρι, φθινόπωρο (αποφύγετε τις ημέρες με υψηλές θερμοκρασίες λόγω της συνεχής έκθεσης στον ήλιο)** / Spring, summer, autumn (avoid high temperatures, because you will be constantly exposed to the sun)

**Ταβέρνα και καφενείο στην Εθιά. Ξενώνας Ενορίας Εθιάς για διαμονή με μικρό αντίτιμο, κατόπιν συνεννόησης με την ενορία (ρωτήστε στο χωριό). Κατασκηνωτικός χώρος διαθέσιμος στο κοινό στο κέντρο ενημέρωσης επισκεπτών στην Εθιά (στον προαύλιο χώρο του παλιού σχολείου της Εθιάς -πληροφορίες για το πώς μπορείτε να μείνετε, από το Δήμο). Καφενεία, παντοπωλεία και ταβέρνες στο Ροτάσι και Μεσοχωριό** / Tavern and café in Ethia. The Ethia Parish Guesthouse offers accommodation at low prices, following arrangement with the Parish (ask at the village). A camping site is available to the public at the Information Centre of Ethia (in the Ethia old school yard - Inquiries at the Town Hall). Cafés, grocery stores and taverns at Rotasi and Mesohorio

/ The trail can be easily discerned and starts at Rotasi village. It follows an uphill route and passes through geological formations such as 'Tafkos tou Peristera', an impressive doline that is 15-20m deep, created by the collapse of a cave roof. Continuing onwards, you will pass 'Rouso Egremo', a complex of limestone ridges that climax at the 'Langadi stis Trypes' location. There is also a spring there. Further along, the path intersects with the road, which you leave behind and continue towards Ethia, where the first part of the trail ends. At Ethia drop in at the visitor information centre, where you can find information on the Asterousia Mountain Range protected area, watch a documentary, pick up pamphlets, while you can also camp out if you wish to do so.

Those of you with the necessary stamina can continue onto Ethia gorge, also known as Chavga gorge or Vorno gorge. This is an old goat trail, suitable for mountain climbers or experienced hikers, as there are some rather hazardous stretches along the way and the path is not easily discernible (you can find the trail's coordinates for GPS at the Municipality website: www.archanes-asterousia.gr). To get to the Vorno trail follow the road from the Information Centre, turn right into the alley immediately after the café and head straight on until you reach the Ethia-Achentria country road, which you cross and continue through the fields, heading to the gorge.

As the path is an old goat trail, it is easy to miss, so ask local farmers about locations and place names, such as 'sto galano charaki', 'st' Apatsanou to ryaki' (water spring), 'o Stavros' plateau, 'o Gero-trochalos' (an outdoor stone-built dairy farm), 'sto Souvloto Mouri', 'stis Kato Porous' with the picturesque chapel, 'ston Apano Poro' with its limestone ridges, 'platoma tou Kastelou', where you have to be careful as the trail starts getting dangerous due to the gravel covered gorge slope, which becomes even more dangerous before the next water-eroded patch [nerofagoma]. 'Spiliara', a large rock shelter that can be made out from far away, marks the exit from the gorge.

The trail ends at the bed of the gorge, where you have to start heading west in order to reach Rotasi. Be careful of wire fences encountered throughout the route, the gates of which you must close behind you... it is an unwritten law of the mountains throughout Crete.

1.

2.

3.

# 8 ΠΑΡΑΝΥΜΦΟΙ ΤΡΕΙΣ ΕΚΚΛΗΣΙΕΣ

## PARANYMFOI - TREIS EKKLISIES

**Παράνυμφοι > Ναός Αγίου Παύλου > Χαρουπόδασος > Τρεις Εκκλησιές** / Paranymfoi > Agios Pavlos Church > Carob Tree Forest > Treis Ekklisies

**Το μονοπάτι προσφέρει εξαιρετική θέα προς το Λιβυκό πέλαγος και τις ακτογραμμές των Αστερουσίων, που βυθίζονται απότομα στη θάλασσα σχηματίζοντας όρμους και θαλασσοσπηλιές μοναδικές στην Κρήτη.**
**Από την έξοδο των Παρανύμφων, προχωρήστε περίπου 1 χλμ. σε βατό χωματόδρομο μέχρι το βυζαντινό ναό του Αγίου Παύλου όπου παρκάρετε και ξεκινάτε την πεζοπορία στο καλοδιατηρημένο μονοπάτι που κατηφορίζει προς την ακτογραμμή.**
**Στη μέση περίπου υπάρχει πινακίδα που δείχνει προς Τρεις Εκκλησιές και προς Μονή Κουδουμά. Ακολουθείτε την πρώτη και παρακάτω συναντάτε το μεγαλύτερο φυσικό χαρουπόδασος στην Ευρώπη. Το μονοπάτι συνεχίζει παράκτια μέχρι τις Τρεις Εκκλησιές που είναι κτισμένες στην έξοδο του φαραγγιού του Αμπά.**
**Για την επιστροφή έχετε δύο επιλογές: (α) να έχετε από πριν μεταφέρει ένα αυτοκίνητο στις Τρεις Εκκλησιές για να ξανανέβετε στους Παρανύμφους, (β) να πεζοπορήσετε άλλο ένα τρίωρο περίπου ανηφορίζοντας από το μονοπάτι της «Κλεισούρας» προς στους Παρανύμφους. Η ανάβαση γίνεται σε μονοπάτι εμφανές αλλά αρκετά δύσβατο.**

/ The trail affords an exceptional view of the Libyan Sea and the coastlines of Asterousia mountain range, which suddenly plunges into the sea, creating coves and sea caves that are unique in Crete.
From the exit to Paranymfoi head on for approximately 1 km on an easy-to-drive dirt road until the byzantine church of St. Paul, where you can park and start your hike on the well-maintained trail that leads down to the coastline.
About halfway down there is a sign pointing towards Treis Ekklisies and Koudouma Monastery.
Follow the first sign and further along you will encounter the largest natural carob tree forest in Europe. The trail continues along the sea until Treis Ekklisies, built at the exit of Abas gorge.
To return, you have two options: (a) you can have arranged to have a car waiting at Treis Ekklisies so as to head up to Paranymfoi, (b) to hike another three hours uphill along the 'Klisoura' trail towards Paranymfoi. The ascent follows a fairly visible trail, which, however, is rather rough going.

**Παράνυμφοι, Τρεις Εκκλησιές** / Paranymfoi, Treis Ekklisies
**6,7 Km**
**2,5 ώρες** / hours
**(κατηφορική διαρκώς** / downhill all the way**)**
**34° 57.608'N / 25° 7.170'E**
**(Ναός Αγίου Παύλου** / Agios Pavlos Church**)**
**34° 57.199'N / 25° 8.128'E**
**(Τρεις Εκκλησιές** / Treis Ekklisies**)**
**Χαραγμένο μονοπάτι με σήμανση** / Well-trodden trail with markers
**Μεσαίος** / Moderate
**Όλο το χρόνο (προσοχή τις βροχερές ημέρες)** / Year-round (be careful on rainy days)
**Καφενεία λειτουργούν στους Παρανύμφους και κατά την καλοκαιρινή περίοδο, ταβέρνες, καφενεία και καταλύματα στις Τρεις Εκκλησιές** / There are cafés at Paranymfoi and, in the summer, taverns, cafés and accommodation at Treis Ekklisies

4.

5.

6.

# 9 ΛΙΓΙΟΦΑΡΑΓΓΟ ΚΑΙ ΛΙΧΝΙΣΤΗΣ

## LIGIOFARANGO GORGE AND LICHNISTIS

**Αχεντριάς > Λιγιοφάραγγο > Λιχνιστής > Μαριδάκι > Πέρα Τσούτσουρας** / Achentrias > Ligiofarango > Lichnistis > Maridaki > Pera Tsoutsouras

**Από τον Αχεντριά ξεκινούν δύο φαράγγια: το «Λιγιοφάραγγο», που είναι ξερό και διασχίζεται με πεζοπορία, και ο «Λιχνιστής», που απευθύνεται μόνο στους λάτρεις του canyoning. Το πρώτο είναι πεζοπορικό αλλά στην κοίτη του υπάρχουν δύσκολες κατεβάσεις και σκαρφαλώματα. Το μονοπάτι ξεκινά λίγο έξω από τον Αχεντριά.**

**Πεζοπορείτε μέσα από χωράφια και ξερολιθιές ακολουθώντας τα ίχνη γιδόστρατας και σταδιακά μπαίνετε στην κοίτη του φαραγγιού που ακολουθείτε μέχρι την έξοδό του, στο Μαριδάκι. Προς το τέλος, τα δύο φαράγγια ενώνονται και καταλήγουν με ενιαία κοίτη στην παραλία. Λίγο πριν το τέλος του δεύτερου φαραγγιού, σχηματίζεται σειρά από πέντε καταρράκτες. Ο τελευταίος, ο Λιχνιστής, έχει πτώση νερού 60 μ. Εντός του Μαριδακίου υπάρχει πηγή νερού που συντηρεί την πλούσια βλάστηση από αιωνόβια πλατάνια και άλλα υδρόφιλα φυτά. Από την πηγή συνεχίζει ανηφορικό μονοπάτι με σκαλοπάτια που καταλήγει στον Τσούτσουρα.**

/ Two gorges start in Achentrias: 'Ligiofarango', which is dry and can be hiked across, and 'Lichnistis', which is suitable only for canyoning lovers. Ligiofarango can be hiked but there are difficult descents and ascents along the bed. The trail starts just outside Achentrias.
Hike through the fields and dry stones, following the goat trail and you will gradually enter the bed of the gorge, which you follow until the exit at Maridaki. Towards the end the two gorges converge and end along a joint bed leading to the beach. Shortly before the end of the second gorge, there is a series of five waterfalls. The last one, Lichnistis, is 60m high. Within Maridaki there is a spring that preserves the rich vegetation consisting of century-old plane trees and other water-loving plants. There are steps heading up from the spring to Tsoutsouras.

**Αχεντριάς, Μαριδάκι, Πέρα Τσούτσουρας** / Achentrias, Maridaki, Pera Tsoutsouras

**7,2 Km** **3 ώρες** / hours

**34° 59.422'N / 25° 13.509'E (Αχεντριάς** / Achentrias**)**

**34° 59.051'N / 25° 16.842'E (Πέρα Τσούτσουρας** / Pera Tsoutsouras**)**

**Γιδόστρατα και κοίτη φαραγγιού. Δεν διαθέτει σήμανση (πρέπει να έχετε gps με τη διαδρομή)** / Goat path and gorge bed. No markings (GPS tracker is a must)

**Υψηλός** / Difficult

**Άνοιξη, Καλοκαίρι, Φθινόπωρο (προσοχή στις βροχοπτώσεις και στις υψηλές θερμοκρασίες)** / Spring, summer, autumn (beware of rainfall and high temperatures)

**Καφενεία στον Αχεντριά, ταβέρνες και εποχικά καταλύματα σε Μαριδάκι και Τσούτσουρα** / Cafés at Achentrias, tavernas and seasonal accommodation at Maridaki and Tsoutsouras

7.

8.

9.

10.

# 10 ΑΧΕΝΤΡΙΑΣ - ΜΟΝΗ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΗΤΑ

## ACHENTRIAS - AGIOS NIKITAS MONASTERY

**Αχεντριάς > Τούρκου Λάκκος > Φοινικόδασος Αγίου Νικήτα > Μονή Αγίου Νικήτα** / Achentrias > Tourkou Lakkos > Agios Nikitas Palm Forest > Agios Nikitas Monastery

**Πρόκειται για ένα από τα πιο ενδιαφέροντα μονοπάτια των Αστερουσίων που ανέκαθεν συνέδεε τον Αχεντριά με τη Μονή του Αγίου Νικήτα. Ακολουθείτε το νοτιότερο χωματόδρομο που οδηγεί έξω από το χωριό και σταθμεύετε στην τοποθεσία «Στειρόμαντρα», όπου σταματά ο δρόμος. Από εκεί ξεκινάει η πεζοπορία με κατεύθυνση προς τα ΝΑ. Μόλις περάσετε το ύψωμα, μέσα από το «Στενό Πόρο», διακρίνετε την εποχική μικρή λίμνη «Τούρκου Λάκκος». Μετά τη λίμνη, ακολουθείτε πορεία προς τα ΝΑ, προσπαθώντας να εντοπίσετε τα ίχνη του παλιού μονοπατιού. Μέχρι το σημείο όπου ξεκινάει το απόκρημνο πρανές του μικρού φαραγγιού, ψάξτε σημάδια στους βράχους που θα σας διευκολύνουν. Από εκεί και κάτω, αραιώνουν, ενώ από ψηλά διακρίνεται η πράσινη λωρίδα του φοινικοδάσους που είναι ο προορισμός σας. Εκεί υπάρχει η «Κεφαλοβρύση» (πηγή νερού) και το ξωκλήσι του Αγίου Αντωνίου. Το μονοπάτι σταματάει στο χωματόδρομο που ακολουθείτε για να προσεγγίζετε το μοναστήρι του Αγίου Νικήτα, όπου μπορείτε να φιλοξενηθείτε, καθώς και την ερημική παραλία στην οποία οδηγούν σκαλοπάτια ακριβώς κάτω από το μοναστήρι.**

/ This is one of the most interesting trails in the Asterousia Mountain Range, which has always connected Achentrias with Agios Nikitas Monastery. Follow the southernmost dirt road leading out of the village and park at 'Steiromantra', where the road ends. This is where the hike starts, heading SE, up the rise through 'Stenos Poros'; at the top you can make out the small seasonal lake, 'Tourkou Lakkos'. After the lake, continue heading SE trying to locate the traces of the old trail. Until the point where the steep slope begins, look for markings on the rocks that will make things easier for you. From then on, there are fewer markings; looking down you can make out the green strip of the palm forest that is your destination. It is where you can find

**Αχεντριάς, Μαριδάκι** / Achentrias, Maridakii

**8 Km** **3 ώρες** / hours

**34° 58.938'N / 25° 14.127'E (Αχεντριάς Στειρόμαντρα** / Achentrias Steiromantra**)**

**34° 57.956'N / 25° 15.345'E (Μονή Αγίου Νικήτα** / Agios Nikitas Monastery**)**

**Γιδόστρατα χωρίς σήμανση** / Goat path without markers

**Μεσαίος. Απαιτείται σχετική εμπειρία στην πεζοπορία γιατί το μονοπάτι δεν είναι εμφανές** / Moderate. Experience in trekking is required, as the path is not clearly visibles

**Άνοιξη, Καλοκαίρι, Φθινόπωρο (προσοχή στις βροχοπτώσεις και στις υψηλές θερμοκρασίες)** / Spring, summer, autumn (beware of rainfall and high temperatures)

**Καφενεία στον Αχεντριά. Πηγή νερού «Κεφαλοβρύση», κελιά μοναχών ανοικτά για φιλοξενία κατασκηνωτών στη Μονή Αγίου Νικήτα (κατόπιν συνεννόησης με το μοναδικό μόνιμο κάτοικο της Μονής)** / Cafés at Achentrias, 'Kefalovrisi' spring, monk cells available for tourists at Agios Nikitas Monastery (following arrangements with the caretaker, the only permanent resident at the monastery)

'Kefalovrysi' [a water spring] and Agios Antonios Chapel. The trail ends at the dirt road that you must follow to reach Agios Nikitas Monastery, where you can spend the night, as you can also do on the deserted beach, which the steps immediately beneath the monastery lead to.

# 1 ΚΥΚΛΟΣ ΑΡΧΑΝΩΝ
## ARCHANES CIRCULAR TOUR

**Επάνω Αρχάνες > Καταλαγάρι > Χουδέτσι > Φαράγγι Σπηλιώτισσας > Βαθύπετρο > Επάνω Αρχάνες** / Epano Archanes > Katalagari > Houdetsi > Spiliotissa Gorge > Vathypetro > Epano Archanes

**Η διαδρομή αυτή χαρακτηρίζεται από πολύ συχνές εναλλαγές κλίσης αλλά και μεγάλη ποικιλία τερέν και περιβάλλοντος.**
**Με αφετηρία το χωριό Αρχάνες ξεκινάει ανηφορική διαδρομή για 3,7 χλμ., αρχικά μέσα από τα στενά του χωριού και ύστερα περνάει σε χωμάτινα κομμάτια.**
**Στο 5ο χλμ διασχίζει τα καλντερίμια του χωριού Καταλαγάρι, ενώ στο 7ο χλμ. περνάει μπροστά από την περιοχή Βίγλα. Αμέσως μετά η διαδρομή φτάνει στο χωριό Χουδέτσι, περνώντας μέσα από τα πλακόστρωτα στενά του και το καταπράσινο φαράγγι της Παναγίας Σπηλιώτισσας.**
**Λίγο μετά το φαράγγι διασχίζει έναν ελαιώνα και οδηγεί στο οινοποιείο Ταμιωλάκη και στους αμπελώνες του. Στο 14ο χλμ. η διαδρομή βγαίνει από το μονοπάτι και περνάει από το σημείο που βρίσκονται τα ενετικά πατητήρια και από εκεί οδηγεί στην αρχή της τελευταίας ανηφόρας μήκους 3,8 χλμ. και κλίσης 4,2%.**
**Στο τέλος της, είναι ο παλαιός Τούρκικος Δρόμος (Μεσαρά - Ηράκλειο) με μεγάλες πέτρες που σηματοδοτεί την έναρξη της κατάβασης για τερματισμό στις Αρχάνες.**

/ There are numerous incline changes along this tour and a wide range of terrain and landscapes.
A 3.7km uphill route starts at the village of Archanes, initially through the village's narrow streets and then on to dirt roads.
5km of cycling takes you through the cobbled streets of Katalagari village, while at the 7th km point you will pass the Vigla location. Immediately after the route reaches the village of Houdetsi, passing through its cobbled streets and the lush vegetation of Panagia Spiliotissa Gorge.
Shortly after the gorge you cross an olive grove that leads to the Tamiolakis Winery and its vineyards. At the 14th km the route heads off the trail and passes the Venetian grape stomping vats and from there it leads to the last 3.8km uphill stretch with a 4.2% incline. The tour ends at the old Ottoman Road (Mesara - Heraklion), its large rocks marking the beginning of the downhill stretch that ends at Archanes.

21,7 Km Υψηλός / Difficult
35° 14.018'N / 25° 9.523'E
(Επάνω Αρχάνες / Epano Archanes)
Ό,τι χρειαστείτε θα το βρείτε στις Επάνω Αρχάνες όπου εδρεύει και παράρτημα του δημαρχείου
/ In Epano Archanes, where the Town Hall is also located

# 2 ΚΥΚΛΟΣ ΠΕΖΩΝ
## PEZA CIRCULAR TOUR

**Πεζά > Καταλαγάρι > Πεζά** / Peza > Katalagari > Peza

**Η διαδρομή ξεκινάει από το χωριό Πεζά. Είναι ανηφορική για 1,6 χλμ. με μέση κλίση 3,7%, γρήγορο καθαρό χώμα και ένα ασφάλτινο κομμάτι.**
**Μετά από ένα ελαφρώς κατηφορικό χιλιόμετρο ακολουθεί σύντομη ανηφόρα, μέσης κλίσης 4,2%, που όμως περιέχει ένα δύσκολο κομμάτι 25μ. με σαθρό χώμα και μέση κλίση 20%.**
**Ακολουθεί ακόμα ένα γρήγορο, ελαφρώς κατηφορικό, χιλιόμετρο που οδηγεί στην τελευταία, αλλά απαιτητική, ανηφόρα μέσης κλίσης από 5,5% έως 8%, στο τέλος της οποίας η διαδρομή εισέρχεται σε στενότερο τεχνικό ευθειακό μονοπάτι με μεγάλες πέτρες και νεροφαγώματα.**
**Στη συνέχεια, μικρή άσφαλτος οδηγεί στην αρχή της κατάβασης, αρχικά με αφράτο χώμα και στροφές 'S' και ύστερα γρήγορο πατημένο που φτάνει ξανά στην είσοδο των Πεζών, αφού έχει πρώτα περάσει από τα σοκάκια του χωριού Καταλαγάρι.**
**Κατά τη διάρκεια της διαδρομής το έδαφος αλλάζει συνέχεια από σαθρό πατημένο με μικρά χαλίκια, σε καθαρότερο με πατούρες και μύτες και σε νεροφαγωμένα κομμάτια με πέτρες και σημεία με χαμηλά κλαδιά ελιών.**

/ The route starts in the village of Peza. It is uphill for 1.6 km with an average incline of 3.5%, quick clean dirt and an asphalt stretch. After a slightly downhill kilometre there is a short uphill stretch, with an average incline of 4.2%, which, however, includes a difficult 25m section with loose dirt and a 20% incline. Then there is a quick, slightly downhill kilometre, that leads to the last, and demanding, uphill stretch of an average incline between 5.5% and 8%, at the end of which the route comes to a narrower, technically challenging, straight path with large rocks and eroded tracks. Then, a short asphalt stretch leads to the beginning of the descent, initially with powdery soil and "S" turns and then a fast, well-trodden track that once again takes you to the entrance of Peza, through the alleys of Katalagari village.
During your tour the terrain often changes from loose and well-trodden with gravel, to clearer patches with grooves and sharp edges, as well as eroded patches with rocks and low olive tree branches.

**12,8 Km** **Μέτριος** / Moderate
**35° 12.932'N / 25° 11.743'E (Πεζά** / Peza**)**
**Ό,τι χρειαστείτε θα το βρείτε στα Πεζά, όπου εδρεύει και το δημαρχείο** / In Peza, where the Town Hall is also located

# 3 ΚΥΚΛΟΣ ΠΥΡΓΟΥ - ΧΑΡΑΚΑ

## PYRGOS - CHARAKAS CIRCULAR TOUR

**Πύργος > Χάρακας > Αγιά Φωτιά > Στέρνες > Άγιος Νικόλαος > Πλατανιάς > Παράνυμφοι > Πρινιάς > Πύργος** / Pyrgos > Charakas > Agia Fotia > Sternes > Agios Nikolaos > Platanias > Paranymfoi > Prinias > Pyrgos

**Η αφετηρία βρίσκεται στο χωριό Πύργος και τα πρώτα 7 χλμ. είναι γρήγορα ευθειακά, σε στενά μονοπάτια μέσα από ελαιώνες και έδαφος κυρίως αφράτο με πατούρες ανά σημεία.**
**Στη μέση αυτού του κομματιού και διασχίζοντας το χωριό Χάρακας, η διαδρομή περνάει από άσφαλτο με μια σύντομη ανηφόρα και ξαναμπαίνει σε άγριο τσιμέντο και στενά χωμάτινα μονοπάτια, φτάνοντας στο χωριό Στέρνες.**
**Εκεί ξεκινάει και η κύρια ανηφόρα της διαδρομής, υψηλής δυσκολίας, καθώς διαρκεί 9 σταθερά ανηφορικά χιλιόμετρα και έχει μέση κλίση 7,6% και μέγιστη έως 12%.**
**Το έδαφος είναι λεπτό χώμα με λίγα χαλίκια, μικρές πέτρες και αυλακώσεις σε σημεία. Μετά το ξεκόρφισμα (1000 μ) και ένα μικρό επίπεδο κομμάτι που ακολουθεί, ξεκινάει η πολύ γρήγορη κατάβαση, εξίσου διαρκής, με επίσης έντονες κλίσεις που αρχικά φτάνουν το -12% και σταδιακά ισιώνουν περίπου 5 χλμ. μετά τον Πλατανιά, φτάνοντας στους Παρανύμφους. Ο δρόμος, όμοιος με αυτόν της ανάβασης, έχει κάποιες στροφές χαλασμένες από τις βροχές. Στο 27° χλμ. ξεκινάει η δεύτερη και τελευταία ανηφόρα 2,75 χλμ. και κλίσης 4,5% και περνάει από το χωριό Πρινιάς. Ακολουθεί ακόμα μία πολύ γρήγορη κατάβαση και ο τερματισμός στον Πύργο.**

/ Set off from the village of Pyrgos. The first 7km are fast and straight through narrow paths and olive groves, the terrain mainly powdery with scattered grooves.
Half way along this stretch, while crossing the village of Charakas, the route crosses an asphalt patch and after a short uphill section it returns to harsh cement and narrow dirt tracks, until the village of Sternes.
This is the starting point of the route's main uphill stretch; this is quite hard, as it is a 9km steadily uphill section of an average incline of 7.6% and a maximum incline of 12%.

**33,6 Km** **Υψηλός** / Difficult
**35° 0.405'N / 25° 9.152'E (Πύργος** / Pyrgos**)**
**35° 0.736'N / 25° 7.194'E (Χάρακας** / Charakas**)**

**Ταβέρνες, καφενεία και καταλύματα, καθώς και δημαρχείο στον Πύργο** / Tavernas, cafes and accommodation at Pyrgos, where the Town Hall is also located

The soil is powdery with some gravel, small stones and ruts at points. After reaching the top and crossing a small flat area that follows, an equally long and fast descent begins. It is long with intense slopes that start off at -12% and gradually level out 5 km passed Platanias, before arriving at Paranymfoi.
Similar to the uphill part, there are turns along the road that have been ruined by the rains. At the 27th km point starts the second and final uphill stretch, which is 2.75 km long and 4.5% steep and passes through the village of Prinia; this is followed by another very fast descent to the finish line at Pyrgos.

# 4 ΑΧΕΝΤΡΙΑΣ - ΠΥΡΓΟΣ
## ACHENTRIAS - PYRGOS

**Αχεντριάς > Εθιά > Μουρνιά > (εναλλακτικά) Τρείς Εκκλησιές > Πρινιάς > Πύργος** / Achentrias > Ethia > Mournia > (alternatively) Treis Ekklisies > Prinias > Pyrgos

**Η διαδρομή ξεκινά από τον Αχεντριά. Στην αρχή είναι ανηφορική 2,5 χλμ. με συνεχείς, αλλά σύντομες, παλινδρομήσεις κλίσεως που φτάνουν το 9%. Ακολουθεί ένα διαρκές, κυρίως επίπεδο κομμάτι σε πολύ πατημένο χώμα, με γρήγορες στροφές που σύντομα οδηγούν σε ένα εντυπωσιακό άνοιγμα στο 4° χλμ με θέα το Λυβικό Πέλαγος.**
**Μετά από 6,3 χλμ. η διαδρομή αλλάζει σε διαρκώς κατηφορική, περνώντας μέσα και από τα πλακόστρωτα καλντερίμια της Εθιάς. Στη συνέχεια εισέρχεται για λίγο σε ταχύτατη ασφάλτινη κατάβαση πριν ξαναμπεί σε χώμα, αφήνει ένα μικρό φαράγγι από αριστερά και περνάει μέσα από το χωριό Μουρνιά.**
**Η κατάβαση συνεχίζει έως το 15° χλμ. όπου μπορείτε να επιλέξετε να στρίψετε αριστερά για μία τεχνική κατάβαση προς τις Τρεις Εκκλησιές, συνολικού μήκους 6,4 χλμ. και μέσης κλίσης 7,2%, με μέγιστη έως 11%. Μπορείτε επίσης να επιλέξετε να συνεχίσετε ευθεία έως τη δεξιά στροφή για Πρινιά, όπου ξεκινάει η τελευταία ανηφόρα της διαδρομής μήκους 3,1χλμ. και κλίσης 4,8%, πριν την ταχύτατη κατάβαση για τερματισμό στον Πύργο.**

/ The route starts at Achentrias. It starts off uphill for 2.5 km with continuous, quick changes in incline, which reaches 9% at certain points. Then there is a continuous, mainly flat stretch of well-trodden dirt, with quick turns that lead to an impressive opening at the 4th km affording a view of the Libyan Sea.
After 6.3 km the route goes down a hill, passing through the cobbled alleys of Ethia, before entering a speedy descent on asphalt, and then re-entering the dirt, leaving a small gorge behind on the left and passing through the village of Mournia.
The descent continues until the 15th km where you can choose to turn left for a technically demanding descent towards Treis Ekklisies, down a 6.4km stretch of an average incline of 7.2%, and a maximum incline of 11%.

**Αχενριάς - Πύργος** / Achentrias - Pyrgos **22,8 Km**
**Αχενριάς - Τρείς Εκκλησιές - Πύργος** / Achentrias - Treis Ekklisies - Pyrgos **37,4 Km**
**Αχενριάς - Πύργος: Μέτριος** / Achentrias - Pyrgos: Moderate
**Αχενριάς - Τρείς Εκκλησιές - Πύργος: Υψηλός** / Achentrias - Treis Ekklisies - Pyrgos: Difficult
**34° 59.454'N / 25° 13.420'E (Αχεντριάς** / Achentrias**)**
**35° 0.405'N / 25° 9.152'E (Πύργος** / Pyrgos**)**
**Καφενεία στον Αχεντριά. Ταβέρνες, καφενεία και καταλύματα, καθώς και δημαρχείο στον Πύργο** / Cafés at Achentrias. Taverns, cafés and accommodation at Pyrgos, where the Town Hall is also located

You can also choose to continue straight on until the right turn to Prinia, where the last uphill stretch of the route, 3.1km at a 4.8% incline, starts, before the fast descent to the finish line at Pyrgos.

# 5 ΚΥΚΛΟΣ ΑΧΕΝΤΡΙΑ
## ACHENTRIAS CIRCULAR TOUR

**Η διαδρομή ξεκινά μέσα από τον Αχεντριά. Ύστερα από 350 μ. στην άσφαλτο του χωριού, η διαδρομή αλλάζει σε φαρδύ πατημένο χωμάτινο δρόμο με χαλίκια, κυρίως επίπεδο για τα επόμενα 2,5 χλμ. Εκεί, με φόντο τα επιβλητικά βουνά των Αστερουσίων και τις μαγευτικές παραλίες του Τσούτσουρα και του Μαριδακίου, ξεκινάει το πρώτο μισό της κυκλικής διαδρομής, περίπου 3,5 χλμ., κατηφορικό με γρήγορες αρχικά στροφές και πιο τεχνικό όσο η κλίση αυξάνεται σταδιακά και η διαδρομή εισέρχεται σε πιο στενά κατηφορικά μονοπάτια με μεγάλες πέτρες και νεροφαγώματα.**
**Ακολουθεί το δεύτερο μισό του κύκλου, με απαιτητική ανηφόρα 6 χλμ. και με μέση κλίση 5,1% και μέγιστη έως 9%. Τα τελευταία 2,5 χλμ. είναι ελαφρώς ανηφορικά μέχρι την επιστροφή στον Αχεντριά.**

/ This route starts inside Achentrias. After 350m on the village asphalt, the route moves to a wide, well-trodden dirt road with gravel, which is mainly flat for the next 2.5 km.
There, against the backdrop of the imposing Asterousia Mountain Range and the enchanting Tsoutsouras and Maridaki beaches, starts the first half of the circular stretch, approximately 3.5km downhill, with quick turns and increasingly technically demanding patches, as the incline gradually becomes steeper and the route enters narrower downhill paths with large rocks and eroded terrain.
Then comes the second half of the tour with a demanding 6km uphill stretch at an average incline of 5.1% and a maximum of 9%. The last 2.5 km are slightly uphill until you arrive back in Achentrias.

**12,9 Km** **Μέτριος** / Moderate
**34° 59.422'N / 25° 13.509'E**
**(Αχεντριάς** / Achentrias)
**Καφενείο στον Αχεντριά** / Cafés at Achentrias

# CANYONING
## TECHNICAL GORGES

Η γεωμορφολογία και ο τύπος των πετρωμάτων των Αστερουσίων έχει ευνοήσει το σχηματισμό πολλών και βαθιών φαραγγιών, που τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει πόλος έλξης για πάμπολλες ομάδες οπαδών του canyoning.

Στη μικρή ορεινή λωρίδα γης (σε σχέση με το συνολικό ορεινό όγκο των Αστερουσίων) που αντιστοιχεί στο Δήμο Αρχανών-Αστερουσίων υπάρχουν συνολικά 7 τέτοια φαράγγια. Τα 6 έχουν έξοδο στο Λιβυκό πέλαγος (νότια κατεύθυνση) και το ένα μόνο στη πεδιάδα της Μεσαράς (βόρεια κατεύθυνση).

**Προσοχή!** Τα παρακάτω φαράγγια απευθύνονται μόνο σε καλούς γνώστες κατάβασης τεχνικών φαραγγιών.

**Αυτό σημαίνει ότι:**
- Για την διάσχισή τους απαιτείται μεγάλη εμπειρία και καλές γνώσεις τεχνικών, καθώς και πλήρης προσωπική εξάρτυση.
- Τα φαράγγια στο σύνολό τους είναι αρματωμένα (φέρουν αγκυρώσεις) αλλά πάντα είναι πιθανές διαβρώσεις ή καταστροφές των υλικών, συνεπώς έχετε πάντα μαζί σας σετ αρματώματος για πιθανές αλλαγές που μπορεί να χρειαστεί να κάνετε.
- Ελέγχετε τα ρελέ πριν από κάθε κατάβαση. Τα περισσότερα φαράγγια μπορείτε να τα διασχίσετε όλο το χρόνο. Είναι προτιμότερο όμως να επιλέξετε την άνοιξη και το χειμώνα, διότι κατά τους άνυδρους μήνες είναι πολύ πιθανό να συναντήσετε λιμνάζοντα νερά μέσα από τα οποία δεν θα θέλατε να περάσετε.
- Από το Δεκέμβρη έως το Φλεβάρη (αναπαραγωγική περίοδος για τα αρπακτικά) αποφύγετε τη διάσχιση των φαραγγιών όπου φωλεοποιούν τα σημαντικά αυτά και απειλούμενα με εξαφάνιση πτηνά (παρακάτω γίνεται χωριστή αναφορά στα φαράγγια που πρέπει να προσέξετε). Το ίδιο ισχύει και για την αναρρίχηση.
- Μην ξεχάσετε να πάρετε πρόγνωση καιρού, γιατί στην Κρήτη δεν είναι σπάνιες οι ξαφνικές νεροποντές που προκαλούν απότομες πλημμύρες.

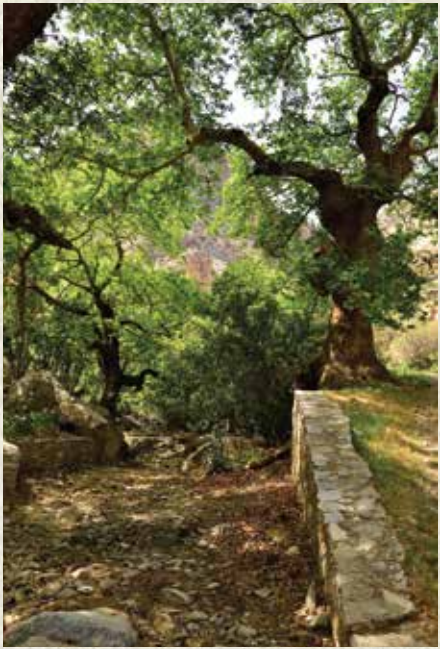
Φροντίστε να έχετε από πριν μεταφέρει ένα αυτοκίνητο στο σημείο εξόδου για να μπορέσετε να ξανανέβετε στην αφετηρία σας.

Φροντίστε να γνωρίζει πάντα κάποιος το πού βρίσκεστε και να δίνετε «ώρα ασφαλείας» για την επιστροφή σας.

Έχετε μαζί σας τα τηλέφωνα πρώτης ανάγκης.

/ The geomorphology and types of rock formations in the Asterousia Mountains have led to the formation of many deep gorges, which have recently become a pole of attraction for many canyoning groups.

In the narrow strip of land (in relation to the overall mountainous mass of the Asterousia mountain range) that is part of the Municipality of Arch-



anes-Asterousia, there are 7 such gorges, 6 of which exit onto the Libyan Sea (to the south) and only one onto the plain of Mesara (to the north).

**Beware!** The following gorges are only for those well acquainted with technical descents of gorges.

**What this means is:**

- Crossing them requires a great amount of experience and good technical skills, as well as a full set of personal equipment.
- All gorges are rigged with anchors, but there is always the possibility of corrosion or wear; therefore, you must always have with you a rigging set for any possible changes that need to be made.
- Check the relay before each descent. Most gorges can be crossed throughout the year. However, it is preferable to do so in spring and winter, because during waterless months you may encounter stagnant water you would not want to wade through.
- Avoid crossing canyons where birds of prey nest from December to February as it is the mating season of these important and endangered species (the gorges you should look out for are listed below). The same goes for mountain climbing.
- Do not forget to check the weather forecast, because sudden showers are not a rarity on Crete and they cause flash floods.

Make sure you have left a car at the exit point so that you can drive back up to your starting point.

Make sure someone always knows where you are and provide a "safe time" for your return.

Have emergency telephone numbers with you.

**Προτεινόμενα sites** / Recommended sites:
**www.emy.gr**
**poseidon.hcmr.gr/weather_forecast.php?area_id=gr**

**Απαραίτητος εξοπλισμός** / Necessary equipment
- **Κράνος με φακό και εφεδρικές μπαταρίες** / Helmet with light and backup batteries
- **Ένα σετ πρώτων βοηθειών (με υλικά επιβίωσης, π.χ. αλουμινοκουβέρτα, κεράκι τύπου ρεσό)** / First aid kit (with survival equipment, i.e. space blanket, small candle, etc.)
- **Αρκετό νερό, φαγητό** / Adequate water and food
- **Έξτρα σχοινί ασφαλείας** / Additional safety rope
- **Σετ αρματώματος** / Rigging set

# 1 ΦΑΡΑΓΓΙ ΜΕΣΟΣΦΗΝΙ
## MESOSFINI GORGE

**Το Μεσοσφήνι βρίσκεται μεταξύ των οικισμών Μουρνιά και Πρινιά. Ξεκινάει ένα χιλιόμετρο έξω από τη Μουρνιά και ενώ αρχικά είναι κλειστό, στη συνέχεια ανοίγει και σχηματίζει μεγάλες καταβάσεις. Είναι από τα λίγα γνωστά φαράγγια στη Κρήτη με δύο συνεχόμενες μεγάλες καταβάσεις (70μ. και 80μ.).**
**Είναι πολύ ωραίο φαράγγι με πολύ ενδιαφέροντες σχηματισμούς, όπως καλά σμιλεμένα από το νερό βράχια, σταλαγμιτικά στους μεγάλους καταρράκτες και τεράστιους ογκόλιθους στη κοίτη του. Το Μεσοσφήνι συλλέγει τα νερά από το οροπέδιο του Κάτω Κάμπου που βρίσκεται ανάμεσα στις κορυφές Σάκχος (709μ.), Αγγελόμανδρα (689μ.) και Σκυλιές (725μ.) και σε περίοδο βροχοπτώσεων διαρρέεται από μεγάλες ποσότητες νερού. Η έξοδος του φαραγγιού βρίσκεται στην παραλία Βοϊδόματος.**

**Εξυπηρετήσεις:** **Κέντρο Πληροφόρησης Εθιάς και κατασκηνωτικό κέντρο. Καφενεία στα χωριά Παράνυμφοι, Εθιά, Αχεντριάς, Τρεις Εκκλησιές.**

/ Mesosfini is located between the villages of Mournia and Prinia. It starts one kilometre outside Mournia and although it is initially narrow, it opens and forms long descents. It is one of the few known gorges in Crete that feature two long consecutive descents (70m and 80m).
It is a beautiful gorge with very interesting formations, like smooth rocks sculpted by the water, stalagmites in the big waterfalls and huge boulders on its bed. Mesosfini collects water from the Kato Kampos plateau, which lies between the Sachos (709m), Aggelomandra (689m) and Skylies (725m) peaks. It exits into the Voidomatos beach.

**Amenities:** Ethia Information Centre and camping centre. Cafés in the villages of Paranymfoi, Ethia, Achentrias, Treis Ekklisies.

**Μουρνιά** / Mournia
**034° 58.087'N / 025° 09.514'E / 465 υψ.**/alt.
**034° 57.386'N / 025° 09 565'E / 5 υψ.**/alt.
**4 h** **3** **80 m** **12**
**3min** **0min** **6,8 Km**
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Χειμώνα, Άνοιξη** / Winter, Spring

## 2 ΦΑΡΑΓΓΙ ΤΣΟΥΤΣΟΥΡΑ
### TSOUTSOURAS GORGE

Το μικρότερο σε μήκος φαράγγι των Αστερουσίων (μήκους περίπου 1,5 χλμ.). Στο πρώτο μέρος του είναι ανοικτό και έχει και πεζοπορικό τμήμα. Μετά το μέσον του γίνεται απότομο και στενό με μεγαλύτερες καταβάσεις και όμορφα πετρώματα μέχρι την έξοδό του. Η παροχή νερού είναι ικανοποιητική από το Δεκέμβρη μέχρι τα τέλη της άνοιξης και διασχίζεται όλους τους μήνες του χρόνου χωρίς κανένα πρόβλημα. Λίγο πριν το τέλος του (πριν την έξοδο του οικισμού προς Κερατόκαμπο) ακολουθήστε το μονοπάτι στα αριστερά για να αποφύγετε ένα κομμάτι με πυκνή βλάστηση και μικρές καταβάσεις.

**Εξυπηρετήσεις:** Καφενεία, ταβέρνες και καταλύματα στον Τσούτσουρα.

/ This is the shortest gorge in the Asterousia (approximate length 1.5km). In its first part, it is open and features a hiking path. After the middle it becomes precipitous and narrow, with longer descents and beautiful rock formations up until its exit. It is crossed by water from December to the end of spring and is easily traversed year-round. Right before its end (before the hamlet's exit to Keratokampos), you can choose the left path to avoid a part with rich vegetation and small descents.

**Amenities:**
Cafés, taverns and lodgings in Tsoutsouras

**Τσούτσουρος** / Tsoutsouras
**034° 59.884'N / 025° 17.584'E / 263 υψ.**/alt.
**034° 59 395'N / 025° 17.709'E / 7 υψ.**/alt.
**2 h** **2** **32 m** **13**
**20min** **10min** **6,6 km**
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Χειμώνα, Άνοιξη** / Winter, Spring

## 3 ΦΑΡΑΓΓΙ ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ (ΒΟΥΚΟΛΙΑΣ)
### AG. PARASKEVI GORGE (VOUKOLIAS)

Βρίσκεται ακριβώς δίπλα, στα δυτικά του μεγάλου φαραγγιού-καταρράκτη του Αμπά. Είναι αρκετά ανοικτό φαράγγι που καταλήγει σε παραλία δυτικά του οικισμού των Τριών Εκκλησιών.

Οι μεγαλύτερες καταβάσεις του βρίσκονται στην αρχή και ακολουθούν μικρότερες με αρκετό περπάτημα.

**Εξυπηρετήσεις:**
Κέντρο Πληροφόρησης Εθιάς και κατασκηνωτικό κέντρο. Καφενεία στα χωριά Παράνυμφοι, Εθιά, Αχεντριάς, Τρεις Εκκλησιές

/ It is nearby, west of the large gorge and waterfall of Abas. It is quite open gorge and it ends on a beach west of Treis Ekklisies village. Its longer descents are near the entrance and shorter ones can be found further inside, after a long walk.

**Amenities:**
Ethia Information Centre and Camping centre. Cafés in the villages of Paranymfoi, Ethia, Achentrias, Treis Ekklisies.

**Παράνυμφοι** / Paranymfoi
**034° 57.916'N / 025° 07.365'E / 524 υψ.**/alt.
**034° 57.168'N / 025° 07.818'E / 8 υψ.**/alt.
**3 h** **4** **60 m**
**2min** **2min** **11 km**
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Χειμώνα, Άνοιξη** / Winter, Spring

# 4 ΦΑΡΑΓΓΙ ΑΜΠΑ (Η ΜΟΥΣΟΥΛΗ)

## ABAS (OR MOUSOULIS) GORGE

**Το πιο φημισμένο φαράγγι του Δήμου, λόγω του εντυπωσιακού καταρράκτη ύψους 140μ., που είναι και ο μεγαλύτερος καταγεγραμμένος στην Κρήτη και συγκεντρώνει ουσιαστικά τα νερά της λεκάνης των χωριών Αμύγδαλος και Παράνυμφοι. Η ονομασία του, «Αμπάς», προέρχεται από το λατινικό αββάς (δηλ. ιερέας) από κάποιον από τους πολλούς ασκητές που έβρισκαν καταφύγιο στα Αστερούσια σε παλαιότερες εποχές.**
**Ο Αμπάς είναι ένα μεγάλο, όμορφο και τεχνικά απαιτητικό φαράγγι που ξεκινάει από το μικρό οροπέδιο νότια της κορυφής του Τιμίου Σταυρού (710μ.), αναπτύσσεται μεταξύ των κορυφών Μονοπόρι (561μ.) και Κεφάλα (610μ.) και καταλήγει στην Παραλία των Τριών Εκκλησιών.**
**Η κατάβαση του φαραγγιού είναι δύσκολη τεχνικά, καθώς απαιτούνται τέσσερις αλλαγές στον αέρα. Ακολουθούν 21 επιπλέον καταβάσεις και ένα πεζοπορικό τμήμα προς το τέλος. Αποφύγετε την κατάβαση από Δεκέμβριο έως Φλεβάρη, καθώς είναι αναπαραγωγική περίοδος για τα αρπακτικά που χρησιμοποιούν τα απόκρημνα βράχια του ως τόπο φωλεοποίησης και αναπαραγωγής.**

**Εξυπηρετήσεις:**
**Κέντρο Πληροφόρησης Εθιάς και κατασκηνωτικό κέντρο. Καφενεία στα χωριά Παράνυμφοι, Εθιά, Αχεντριάς, Τρεις Εκκλησιές.**

/ The most well known gorge in the Municipality due to its impressive 140m waterfall, the biggest recorded waterfall in Crete, which essentially receives the waters of the Amygdalos and Paranymfoi village basins. Its name, "Abas", comes from the Latin Abas (priest), after one of the numerous hermits who found refuge in the Asterousia in the past. Abas is a large, beautiful and technically demanding gorge which begins at the small plateau south of the Timios Stavros peak (710m), stretches out between the Monopori (561m) and Kefala (610m) peaks and exits onto the Treis Ekklisies beach.
Traversing the gorge is difficult in terms of necessary technical skills, as it requires four aerial changes. 21 additional descents and a trekking part towards the end follow. Please avoid canyoning here from December to February, as it is the reproductive period for the birds of prey that use its precipitous rocks to nest and reproduce.

**Amenities:**
Ethia Information Centre and camping centre. Cafes in the villages of Paranymfoi, Ethia, Achentrias, Treis Ekklisies.

**Παράνυμφοι** / Παράνυμφοι
**034° 57.925'N / 025° 07.933'E / 460 υψ.**/alt.
**034° 57.270'N / 025° 08.161'E / 0 υψ.**/alt.
**7 h** **5** **45 m** **22**
**5min** **0min** **8,7 km**
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Χειμώνα, Άνοιξη** / Winter, Spring

# 5 ΦΑΡΑΓΓΙ ΧΑΥΓΑ - ΒΟΡΝΟ

## CHAVGA - VORNO GORGE

**Αφού περάσετε από το κέντρο ενημέρωσης επισκεπτών στην Εθιά, όπου θα ενημερωθείτε για την Προστατευόμενη Περιοχή των Αστερουσίων,**

συνεχίστε την πορεία σας προς το Βορνό φαράγγι (ή Εθιανό, ή Χαυγά) που είναι το μεγαλύτερο φαράγγι της βόρειας πλευράς των Αστερουσίων. Από ψηλά διακρίνονται τα χαρακτηριστικά πετρώματα πλακώδους ασβεστόλιθου που κατά τόπους είναι σαθρά και χρειάζεται πολύ προσοχή για πιθανές κατολισθήσεις. Από την είσοδο του φαραγγιού διακρίνεται το ύψωμα του Ασφεντηλιά με τα σπάνια απολιθώματα που έχει εντοπίσει το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης και που, όταν μελετηθούν, θα προσθέσουν σημαντική γνώση για την παλαιοντολογική ιστορία του νησιού. Το φαράγγι διαρρέεται από νερό μόνο μετά από έντονες καταιγίδες, είναι σε γενικές γραμμές ανοικτό και στην έξοδό του έχει μεγάλο πεζοπορικό κομμάτι. Συναντά τον ποταμό Αναποδάρη, που ποτίζει τη μεγάλη πεδιάδα της Μεσαράς. Το φαράγγι μπορεί να το διασχίσει κάποιος και πεζοπορικώς.

**Εξυπηρετήσεις:**
**Κέντρο Πληροφόρησης και κατασκηνωτικό κέντρο Εθιάς. Καφενεία και ταβέρνες στην Εθιά.**

/ After stopping at the Ethia Visitors' Information Centre where you will learn about the Protected Area of Asterousia, continue towards the Vorno (or Ethia, or Chavga) Gorge, the largest gorge on the northern side of Asterousia. The typical limestone rocks, some of which are crumbling, are clearly visible above, so you need to be very careful of landslides. From the entrance to the gorge the rising of Asfentilia is visible, where scientists from the Natural History Museum of Crete have located rare fossils, which will be studied to contribute significant new data on the paleontological history of the island. Water only crosses this gorge after heavy storms. It is generally open and features a long hiking path at its exit, meeting the Anapodaris River, which waters the large valley of Mesara. The gorge can be also crossed on foot.

**Amenities:** Ethia Information Centre and Camping Centre. Cafes and taverns in Ethia.

**Εθιά** / Εθιά
**034° 59.512'N / 025° 11.834'E / 670 υψ.**/alt.
**035° 00.559'N / 025° 11.839'E / 282 υψ.**/alt.
**3,5 h** **3** **37 m**
**5min** **0min** **10,8 km**
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Χειμώνα, Άνοιξη** / Winter, Spring

# 6 ΦΑΡΑΓΓΙ ΜΑΡΙΔΑΚΙΟΥ (ΛΙΧΝΙΣΤΗΣ)

## MARIDAKI GORGE (LICHNISTIS)

**Το φαράγγι του Λιχνιστή ξεκινάει από την πεδιάδα του Αχεντριά, από την τοποθεσία «Φαραγγούλι», και παίρνει το όνομά του από τον εντυπωσιακό καταρράκτη που σχηματίζεται προς το τέλος του. Το φαράγγι είναι σε γενικές γραμμές σχετικά ανοικτό με ορισμένα πιο στενά σημεία, έχει μεγάλο μήκος και πολλές εναλλαγές στα πετρώματα, όπως η «Πλακούρα», ένας εντυπωσιακός πέτρινος όγκος πλακώδους ασβεστόλιθου. Λίγο πριν καταλήξει στη θάλασσα σχηματίζεται μια σειρά από πέντε καταρράκτες, ο τελευταίος από τους οποίους είναι ο εντυπωσιακός «Λιχνιστής», ύψους 65 μέτρων.**

**Εξυπηρετήσεις: Καφενεία και ταβέρνες στον οικισμό Μαριδάκι (εποχική λειτουργία) και καταλύματα στο γειτονικό οικισμό Τσούτσουρα (εποχικά).**

/ Lichnistis Gorge starts in Achentrias valley, at the 'Faraggouli' location and gets its name from the impressive waterfall located towards its exit. The gorge is generally rather open with the occasional narrower spot. It is long and features alternating rock types, like 'Plakoura', a remarkable rock formation of limestone. Before the gorge reaches the sea, it forms a series of five waterfalls, the last of which is the impressive 'Lichnistis', 65m tall.

**Amenities:** Cafés and taverns in Maridaki (seasonal) and lodgings in the nearby settlement of Tsoutsouras (seasonal).

**Μαριδάκι** / Μαριδάκι
**034° 59.786'N / 025° 14.573'E / 460 υψ.**/alt.
**034° 58.584'N / 025° 16.294'E / 0 υψ.**/alt.
**3 h** **2+** **65 m**
**5min** **5min** **10 km**
**Όλο το χρόνο** / Year-round
**Χειμώνα, Άνοιξη** / Winter, Spring

# ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ
## CLIMBING

Τα απόκρημνα ασβεστολιθικά βράχια και οι ορθοπλαγιές των Αστερουσίων δεν θα μπορούσαν να αφήσουν ασυγκίνητους τους λάτρεις της αναρρίχησης από όλον τον κόσμο που τα τελευταία 20 χρόνια έχουν καταστήσει την περιοχή των Αστερουσίων έναν πολύ ενδιαφέροντα προορισμό για την αναρρίχηση βράχου.

Βέβαια, μιλώντας για αναρρίχηση στα Αστερούσια, αυτόματα γίνεται η σύνδεση με το Αγιοφάραγγο και τα Καπετανιανά (δυτικά Αστερούσια), περιοχές που μπορεί να μην ανήκουν διοικητικά στο Δήμο Αρχανών-Αστερουσίων, αλλά αποτελούν ενιαία ενότητα και φυσική συνέχεια του ίδιου ορεινού όγκου, με κοινά γεωμορφολογικά χαρακτηριστικά και μικρές χιλιομετρικά αποστάσεις μεταξύ τους.

Έτσι, οι λάτρεις της αναρρίχησης, ακόμα κι αν διαμένουν σε περιοχή του Δήμου (π.χ. στο κατασκηνωτικό κέντρο της Εθιάς), μπορούν να εκτελούν καθημερινά διαδρομές προς τα δυτικά Αστερούσια και να επιστρέφουν αυθημερόν.

Στις περιοχές των δυτικών Αστερουσίων (Αγιοφάραγγο, Καπετανιανά, Κόφινας), καθώς και στο σπήλαιο του Αγίου Αντωνίου (η εντυπωσιακή σπηλαιομορφή στο μέσον περίπου του μονοπατιού Παρανύμφοι ή Τρεις Εκκλησιές-Κουδουμάς), θα βρείτε πολλές πίστες διαφορετικών βαθμών δυσκολίας και μοναδικού ενδιαφέροντος, λόγω του δραματικού ανάγλυφου και των εκπληκτικών εικόνων που δημιουργεί ο συνδυασμός των καφεκόκκινων ορθοπλαγιών που βυθίζονται στο βαθύ μπλε της θάλασσας.

Εντός των ορίων του Δήμου Αρχανών-Αστερουσίων οι πιο γνωστές πίστες είναι στις Τρεις Εκκλησιές και συγκεκριμένα στο φαράγγι του Αμπά και στην αρχή του μονοπατιου της Κλεισούρας, ένα παράλληλο μονοπάτι με το φαραγγί του Αμπά που προσεγγίζεται παραλιακά από τις Τρεις Εκκλησιές (κακοτράχαλο για όσους αποφασίσουν να το διασχίσουν για να φτάσουν στους Παρανύμφους).

Για όσους ενδιαφέρεστε να πειραματιστείτε με τη δημιουργία νέων πιστών, δοκιμάστε τα βράχια που εύκολα θα εντοπίσετε πηγαίνοντας (με το αυτοκίνητο) από τους Παράνυμφους προς τη Μουρνιά.

Τα τελευταία χρόνια, έχουν ανοιχτεί πίστες διαφορετικών βαθμών δυσκολίας και στις ορθοπλαγιές του Γιούχτα.

Για όλες τις αναρριχητικές πίστες απαιτείται καθένας να έχει δικό του σχοινί μήκους 50μ., σετάκια και ατομικό εξοπλισμό (μποντριέ, κράνος, παπούτσια κ.λπ.).

/ The sheer limestone crags and almost perpendicular slopes of the Asterousia Mountains could not have gone unnoticed by climbing enthusiasts around the world, thanks to whom, over the past 20 years, the region has emerged as an attractive rock-climbing destination.

Of course, speaking of rock-climbing in the Asterousia Mountains automatically brings to mind Agiofarango and Kapetaniana (western Asterousia); while these areas are not under the administrative jurisdiction of the Municipality of Archanes - Asterousia, they form part of a single entity and natural continuation of the same mountain massif, with shared geomorphological features and short distances between them.

Climbing enthusiasts can easily take day trips to the western Asterousia Mountains even if they're staying within the Municipality (e.g. the Camping Centre in Ethia).

In the region of the western Asterousia Mountains (Agiofarango, Kapetaniana, Kofinas), as well as in the cave of Agios Antonios (the impressive cave formation approximately in the middle of the Paranymfoi or Treis Ekklisies-Koudoumas trail), you will find many courses of varying degrees of difficulty and unique interest, due to the dramatic landscape and amazing images created by the combination of the brown-red vertical slopes that plunge into the deep blue of the sea.

Within the borders of the Municipality of Archanes-Asterousia, the best known courses are in Treis Ekklisies and, specifically, in Abas Gorge and in the beginning of the Kleisoura trail, which runs parallel to Abas Gorge, approached from the beach and from Treis Ekklisies (it is rough going for those who decide to cross it to get to Paranymfoi).

For those interested in experimenting with the creation of new courses, try the rocks easily identified when driving from Paranymfoi to Mournia.

In recent years, courses of various difficulty levels have been opened on the slopes of Mt. Juktas.

For all climbing courses, participants are required to have their own 50m rope, personal set of gear and individual equipment (harness, helmet, footwear, etc.).

| **Αρ. διαδρομής** / Route Nr. | **Βαθμός δυσκολίας** / Grades | **Ανάπτυγμα (σε μέτρα)** / Length (in metres) | **Ασφάλιση** / Protection **Π.Α.=Πλήρης Ασφάλιση** / F.P.=Full Protection **Β=Βύσματα** / Bolt |
|---|---|---|---|
| **Αναρριχητικός Τομέας** / Climbing sector **1** | | | |
| **1** | **7+** | **18** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **2** | **7+** | **18** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **3** | **6b+** | **18** | **Π.Α.** / F.P. **(5 B)** |
| **4** | **7?** | **13** | **Π.Α.** / F.P. **(5 B)** |
| **5** | **7?** | **14** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **6** | **7b?** | **17** | **Π.Α.** / F.P. **(8 B)** |
| **7** | **4c+** | **19** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **8** | **5a+** | **20** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **Αναρριχητικός Τομέας** / Climbing sector **2** | | | |
| **1** | **6a+** | **15** | **Π.Α.** / F.P. **(5 B)** |
| **2** | **7b** | **14** | **Π.Α.** / F.P. **(8 B)** |
| **3** | **7b** | **13** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **4** | **6b** | **23** | **Π.Α.** / F.P. **(11 B)** |
| **5** | **5b** | **14** | **Π.Α.** / F.P. **(4 B)** |
| **6** | **4c+ to 6a** | **14 to 25** | **Π.Α.** / F.P. **(9 B)** |
| **Αναρριχητικός Τομέας** / Climbing sector **3** | | | |
| **1** | **5c+** | **18** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **2** | **6a+** | **24** | **Π.Α.** / F.P. **(12 B)** |
| **3** | **7b+?** | **22** | **Π.Α.** / F.P. **(12 B)** |
| **4** | **7b+?** | **21** | **Π.Α.** / F.P. **(12 B)** |
| **5** | **6c** | **14** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **6** | **7b+** | **24** | **Π.Α.** / F.P. **(13 B)** |
| **Αναρριχητικός Τομέας** / Climbing sector **4** | | | |
| **1** | **6b** | **18** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **2** | **6c+** | **38** | **Π.Α.** / F.P. **(14 B)** |
| **3** | **6b** | **20** | **Π.Α.** / F.P. **(7 B)** |
| **4** | **6b** | **15** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |
| **5** | **6c+** | **20** | **Π.Α.** / F.P. **(9 B)** |
| **6** | **5c+** | **25** | **Π.Α.** / F.P. **(9 B)** |
| **7** | **5a** | **15** | **Π.Α.** / F.P. **(5 B)** |
| **8** | **7c+?** | **15** | **Π.Α.** / F.P. **(6 B)** |

**Πληροφορίες** / Information
www.climbincrete.com/ • http://www.eos-her.gr/en/

**Αποφύγετε την αναρρίχηση τους μήνες Δεκέμβριο έως Φεβρουάριο. Είναι οι αναπαραγωγικοί μήνες των λιγοστών ζευγαριών αρπακτικών που επιλέγουν τα ίδια βράχια με εσάς για φωλεοποίηση και αναπαραγωγή!**
/ Avoid climbing from December to February. It is the mating season of the few pairs of birds of prey that choose the rocks as their nesting and mating grounds!

# ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΘΑΛΑΣΣΗΣ ΚΑΝΟ-ΚΑΓΙΑΚ

## CANOEING - KAYAKING SEA ROUTES

Οι ακτογραμμές του Δήμου, στα νότια των Αστερουσίων φιλοξενούν ορισμένες από τις πιο εντυπωσιακές παραλίες της Κρήτης, με πλήθος θαλάσσιων σπηλιών και αλυκών που έχουν γίνει πόλος έλξης για λουόμενους. Οι παραλίες αυτές εκτός από ωραίες είναι στην πλειονότητά τους ερημικές λόγω του δύσβατου της περιοχής. Για να τις προσεγγίσει κανείς, πρέπει να διανύσει πολλά χιλιόμετρα σε χωματόδρομους όχι πάντα στρωτούς (προτιμητέο όχημα 4Χ4) και συχνά πεζοπορία από το σημείο στάθμευσης του αυτοκινήτου. Η λιθολογία δε των νότιων ακτογραμμών ευνοεί τη δημιουργία πλήθους ενάλιων σπηλαίων που εμφανίζουν μια ιδιαίτερη ποικιλομορφία, με πάμπολλες εκπλήξεις για τους λάτρεις των καταδύσεων και του κανό θαλάσσης.

Ξεκινώντας από τα ανατολικά, η πρώτη παραλία που θα συναντήσετε είναι του Τσούτσουρα.
Στο μέσον της περίπου διακόπτεται απαλά από τις εκβολές του εποχικού χειμάρρου του φαραγγιού «Μίντρης» που αποτελεί και φυσικό όριο ανάμεσα στο Δήμο Αρχανών-Αστερουσίων (στον οποίο ανήκει ο Πέρα Τσούτσουρας) και το Δήμο Μινώα Πεδιάδος (στον οποίο ανήκει ο Τσούτουρας).
Συνολικά η παραλία του Τσούτσουρα, είναι από τις πιο τουριστικά αναπτυγμένες, με ομπρέλες θαλάσσης και πλήθος από ταβερνάκια, καταλύματα και παντοπωλεία, που όμως λειτουργούν μόνο την καλοκαιρινή περίοδο (από τέλη άνοιξης και μέχρι Οκτώβρη). Από τον Τσούτσουρα θα βρείτε να ενοικιάσετε κανό ή ποδήλατα θαλάσσης, ακόμα και καϊάκια που σας μεταφέρουν στις γειτονικές παραλίες οι οποίες δεν προσεγγίζονται παρά μόνο με διάπλου.

Κατευθυνόμενοι προς τα δυτικά, η πρώτη παραλία που θα συναντήσετε μετά τον Τσούτσουρα είναι το Μαριδάκι (με τον ομώνυμο εποχικό οικισμό).
Η υπέροχη βοτσαλωτή παραλία αποτελεί ουσιαστικά την έξοδο των δύο φαραγγιών που ξεκινούν από τον Αχεντριά, ενώνονται στη θέση του Λιχνιστή και με ενιαία κοίτη καταλήγουν στη θάλασσα.

Στο Μαριδάκι, το καλοκαίρι λειτουργούν ταβέρνες και λίγα δωμάτια προς ενοικίαση και μπορείτε να το προσεγγίσετε με κανό θαλάσσης, με τα πόδια, δια μέσου του μονοπατιού που ξεκινάει από τον Τσούτσουρα, ή με αυτοκίνητο από τον Αχεντριά (από δύσβατο χωματόδρομο).

Αν έχετε την τύχη να κάνετε τον διάπλου των νότιων παραλιών με κανό θαλάσσης, συνεχίζοντας την πορεία σας προς τα δυτικά, θα εκπλαγείτε αντικρίζοντας από τη θάλασσα την πράσινη λωρίδα από φοίνικες που διακόπτει το καφεκόκκινο πετρώδες και άγονο έδαφος του βουνού στο βάθος. Το σημαντικό αυτό φοινικόδασος σηματοδοτεί την άφιξη στην καταπληκτική παραλία του Αγίου Νικήτα, κάτω από το ομώνυμο μοναστήρι. Το μοναστήρι είναι κατάφυτο από ελαιόδεντρα και άλλα οπωροφόρα δέντρα, ενώ διαθέτει ένα συγκρότημα με αρκετά κελιά όπου μπορούν να διανυκτερεύσουν και επισκέπτες κατόπιν συνεννόησης με το επιστάτη που διαμένει μόνιμα εκεί.
Από τη Μονή ξεκινάει μικρό μονοπάτι με 230 σκαλοπάτια που καταλήγει στην παραλία. Μια από τις ωραιότερες παραλίες της νότιας ακτογραμμής του νησιού, με βότσαλο και ορατά τα σημάδια τεκτονικών κινήσεων, στον καθρέφτη του ρήγματος που βυθίζεται απότομα στη θάλασσα. Στην παραλία του Αγίου Νικήτα συνηθίζεται κάθε άνοιξη να κατεβάζουν οι κτηνοτρόφοι τα πρόβατά τους για μπάνιο, με σκοπό την καθαριότητα και την υγιεινή των ζώων.

Αν περπατήσετε λίγα μέτρα δυτικότερα από την κεντρική παραλία, θα βρεθείτε κοντά στην άκρη του Ακρωτηρίου Γεράνι. Εκεί υπάρχει ένας μοναχικός φοίνικας, σήμα κατατεθέν του Αγίου Νικήτα. Ο πιο συνηθισμένος τρόπος για να έρθετε ως εδώ (αν δεν είστε ήδη εδώ με κανό), είναι να οδηγήσετε στην πιο συναρπαστική διαδρομή του Δήμου (κακοτράχαλος χωματόδρομος) που ξεκινά από τον Αχεντριά και καταλήγει στη Μονή του Αγίου Νικήτα μετά από 15χλμ.

Στην ευθεία του φοινικόδασους και λίγο δυτικότερα από την παραλία του Αγίου Νικήτα διαμορφώνεται σειρά πανέμορφων ερημικών παραλιών (όπως το Καλάμι) με δύσμορφα βράχια, τρύπες και γουργούθια όπου εγκλωβίζεται το θαλασσινό νερό και εξατμίζεται σιγά-σιγά, σχηματίζοντας

αλυκές από όπου οι ντόπιοι συλλέγουν θαλασσινό αλάτι και το διοχετεύουν στην αγορά.

Αν δεν κινείστε με κανό, επιχειρήστε να περπατήσετε όσο αντέχετε κατά μήκος της ακτογραμμής προς τα δυτικά. Θα ανακαλύψετε εντυπωσιακούς γεωλογικούς και λιθολογικούς σχηματισμούς, και καλά κρυμμένους φιδωτούς όρμους και θαλασσοσπηλιές.

Από το σημείο που διακόπτεται η πεζοπορική περιπλάνηση σε αυτούς του όρμους, λόγω των απόκρημνων βράχων και γκρεμών, ξεκινάει το ομορφότερο τμήμα των νότιων ακτών του Δήμου. Σε όλη αυτή την ακτογραμμή υπάρχουν μικρές και μεγάλες σπηλιές κατάλληλες για υποβρύχια εξερεύνηση. Το Πετριγιάρι, μια πολύ μικρή βοτσαλωτή παραλία που περιτριγυρίζεται από ψηλά βράχια, σχηματίζεται στην έξοδο του στενού φαραγγιού Κακοπέρατου στην περιοχή Σκιαδάκι, που ξεκινάει 10χλμ. νότια του χωριού Αχεντριάς.

Η επόμενη παραλία, οι Άσπες (ετυμ. κατολισθήσεις) είναι σαν να ξεπροβάλλει από παραμύθι.
Η πρόσβαση σε αυτή γίνεται μόνο με βάρκα και κανό θαλάσσης. Το κοντινότερο λιμανάκι βρίσκεται στις Τρεις Εκκλησιές και στον Τσούτσουρα από όπου ένα καραβάκι εκτελεί ημερήσιες εκδρομές.

Παραδίπλα υπάρχει ένα στενό μικρό φαράγγι που καταλήγει στη μικροσκοπική παραλία Πρικοβλύχαδα, με κάθετα βράχια (του φαραγγιού) που την προστατεύουν από τον ήλιο. Η Αλυκέβρα στα Σφακίδια, με τα καταγάλανα νερά και μια εντυπωσιακή θαλάσσια σπηλιά σε σχήμα δέλτα βρίσκεται πιο δυτικά και προστατεύεται ανατολικά από το Ακρωτήριο της Αλυκαπούντας. Η τοποθεσία της Αλυκέβρας θεωρείται πολύ σημαντική για τους βοσκούς γιατί ανατολικά του Ακρωτηρίου υπάρχει πηγή με γλυκό νερό όπου ξεδιψούν τα πρόβατα τους.

Συνεχίστε προς την παραλία Καμινάκι η οποία σχηματίζεται στην έξοδο του Περιβολιανού Φαραγγιού, που ξεκινάει από την περιοχή Περβόλα ΝΔ της Εθιάς. Η πρόσβαση στην παραλία είναι δυνατή μόνο μέσω θαλάσσης, καθώς η περιοχή και το φαράγγι είναι πολύ δύσβατα. 400μ. δυτικότερα, στη περιοχή Άγιο Πνεύμα υπάρχει μια δεύτερη παραλία με χαλίκι, όχι τόσο όμορφη όσο το Καμινάκι.

Ακριβώς δίπλα σχηματίζεται μια μικρή πανέμορφη παραλία με χοντρή άμμο, το Πλύσιμο που επίσης αποτελεί απόληξη ενός από τα δεκάδες απότομα φαράγγια των Αστερουσίων. Η πρόσβαση δεν είναι εύκολη, αλλά όχι κι ακατόρθωτη, εκτός βεβαια αν έχετε βάρκα. Και σε αυτή την παραλία έπλεναν παλαιότερα οι βοσκοί τα πρόβατά τους, απ' όπου και αντλεί το όνομά της.

100μ. δυτικότερα ανοίγεται ο Βοϊδομάτης ή Βουϊδόματος όπου καταλήγει το πανέμορφο αλλά τεχνικό φαράγγι Μεσοσφήνι με ψηλά τοιχώματα και άγρια βράχια. Μέσα στη θάλασσα υπάρχουν δύο βράχια και στα ανατολικά ένα μεγάλο σπήλαιο που, κατά την ντόπια παράδοση, είναι το Μάτι του Βοδιού (ή Βοϊδομάτι)!
Η πρόσβαση εδώ μπορεί να γίνει μέσω του δύσβατου χωματόδρομου που ξεκινάει από τις Τρεις Εκκλησιές και κατευθύνεται ανατολικά.

Δίπλα ακριβώς βρίσκεται η ωραία και πολυσύχναστη παραλία του Κωλοβρέχτη που βρίσκεται κάτω από τις πολλές στροφές που κατεβαίνουν από τους Παρανύμφους. Την παραλία αυτή προτιμούν οι περισσότεροι λουόμενοι του οικισμού των Τριών Εκκλησιών, που είναι χτισμένος στην έξοδο του φαραγγιού του Αμπά. Τα τοιχώματα του άγνωστου αυτού φαραγγιού φιλοξενούν τη μεγαλύτερη αποικία όρνιων στην Ελλάδα αλλά και τη Νότια Ευρώπη, αλλά και το μοναδικό στην περιοχή γυπαετό (Gypaetus barbatus), το σπανιότερο και υπό εξαφάνιση είδος αρπακτικού της Ευρώπης.

Αμέσως δυτικότερα, στην έξοδο του φαραγγιού της Αγίας Παρασκευής σχηματίζεται μια αμμοδερή παραλία η Παχειά Άμμος, περιτριγυρισμένη από το μεγαλύτερο χαρουπόδασος της Ευρώπης. Στην Παχιά Άμμο οδηγεί ένας σύντομος χωματόδρομος από τον οικισμό. Εδώ φωλιάζουν και οι απειλούμενες χελώνες caretta caretta.

Δυτικά της παραλίας και κάτω από το χαρουπόδασος, στην περιοχή Όρνιος, σχηματίζονται πολλές ενάλιες σπηλιές όπως ο Γλυκύς Κόλυμπος (κάπου εδώ υπάρχει μια πηγή με γλυκό νερό).

**Ανάμεσα στο Όρνιο και στο Γλυκύ Κόλυμπο υπάρχει μεγάλη υποθαλάσσια σπηλιά με πολύ μικρό άνοιγμα στο ύψος της θάλασσας αλλά εντυπωσιακό διάκενο, όταν μπει κανείς μέσα. Η σπηλιά προσεγγίζεται και υποβρυχίως από υποθαλάσσια τρύπα που οδηγεί στο ίδιο σημείο.**

/ In the west of the Asterousia, the coastline features some of the most impressive beaches on Crete, with many sea caverns and salt marshes, which travellers find very appealing. These beaches are not only beautiful but also mostly isolated, since they are difficult to reach. In order to go there, you have to drive many kilometres of sometimes rough dirt roads (4x4 vehicles are recommended), and often have to hike from the parking location. The local terrain favours the creation of multiple marine caves and caverns of high diversity, which feature many surprises for diving and sea canoeing lovers.

From the east, the first beach in the Municipality is Tsoutsouras. Halfway along, it is gently interrupted by the 'Mintris' Gorge, a natural border between the Municipalities of Archanes-Asterousia (where Pera Tsoutsouras is located) and Minoa Pediados (to which Tsoutsouras belongs). The entire Tsoutsouras beach is one of the most well developed for tourists, with sunshades and many taverns, lodgings and mini markets, which only operate during the summer season (end of spring to October).
In Tsoutsouras you will find canoe and water bike rentals and even small caique boats, which will take you to otherwise inaccessible nearby beaches.

Heading west, the first beach you will meet after Tsoutsouras is Maridaki (and the seasonal settlement of the same name). This wonderful pebble beach is basically the point of exit of two gorges beginning in Achentrias, meeting in Lichnistis and emptying into the sea through a common bed. In the summer there are taverns and a few rooms to let in Maridaki, which is accessible via water canoe, walking a path which starts from Tsoutsouras, or by car from Achentrias (through a rough dirt road).

Continuing west, if you're lucky enough to cross these south beaches on a water canoe, you'll be surprised to see a green belt of palm trees interrupting the reddish brown, rocky and barren terrain of the mountain. This important palm forest marks your arrival at the wonderful Agios Nikitas beach, below the monastery of the same name. The monastery is green with olives and other fruit-bearing trees and includes a cluster of cells where travellers can stay after contacting the monastery caretaker, who lives there permanently.

A small path of 230 steps starts at the monastery and leads to the beach, which is one of the most beautiful beaches of the south coastline of Crete, featuring pebbles and visible markings of tectonic movement on a chasm that dives sharply into the sea. On Agios Nikitas beach in the springtime, stock-raisers lead their sheep to the sea, to clean and sanitise them.

If you walk a few meters west of the main beach, you'll come across a solitary palm tree, an emblem of St. Nikitas. The easiest path to reach it (if you are not already on a canoe) is to drive through the most exciting route of the Municipality (a rough dirt road) that starts from Achentrias and leads to the Monastery of Agios Nikitas after 15km.
From the palm forest, a little to the west of Agios Nikitas' beach, there is a series of breathtaking secluded beaches (like Kalami) with peculiar rocks, holes and basins, where the water gets trapped and gradually evaporates thus forming salt-marshes, from which locals collect sea salt to trade. If you do not have a canoe, try to walk the coastline west as far as you can. You'll discover impressive geological and terrestrial formations and well-hidden twisting bays and sea caverns.

At the point where the precipitous rocks and cliffs prevent you from walking further begins the most beautiful part of the Municipality's coastline. Along it are many small and large caves suitable for underwater exploration. Petrigiari, a tiny pebble beach surrounded by tall boulders, is formed at the exit of the narrow Kapoperato Gorge in the Skiadaki area, which starts 10km south of the village of Achentrias.

Next is the fairytale-like Aspes beach (from the Greek word for landslides). It can only be reached by boat or sea canoe. The nearest small ports are in Treis Ekklisies and Tsoutsouras, where you can hop on a boat to Aspes daily.

Right next to it is a narrow gorge leading to the tiny Prikovlychada beach, with the gorge's perpendicular rocks protecting it from the sun. Alykevra in Sfakidia, with its clear blue waters and an impressive sea cave of an inverted triangle shape is situated further west. It is protected by the Alykapounta cape on the east. This location is considered very important for herdsmen, as east of this cap there used to be a freshwater spring, where they watered their sheep.

Continue towards Kaminaki beach formed at the exit of Pervola Gorge, which starts in the area of the same name Southwest of Ethia. This beach is only accessible by water, since the area and gorge are both extremely rough; 400m to the west, in the Agio Pnevma area, there is a second pebble beach, although not as beautiful as Kaminaki.

Right next to it, a small, gorgeous beach with thick sand has been formed - Plysimo - which is the end of yet another of the dozens of precipitous gorges in the Municipal area of the Asterousia. Unless you have a boat it is not easy to reach, but that does not mean it is impossible. This is also one of the beaches where stock-raisers washed their sheep, hence the name, which means 'washing' in Greek.

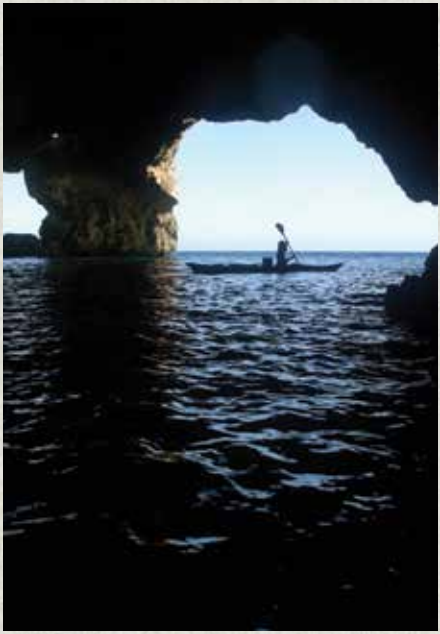
100m to its west is Voidomatis, or Vouidomatos, where the technical, albeit beautiful gorge of Mesosfini ends, with its tall walls and wild rocks. There are two large boulders in the sea and a large cavern on the east, which, according to local tradition, is the eye of the ox, 'voidomatis' in Greek.

You can reach this location via a rough dirt road, which starts at Treis Ekklisies and heads east.

Right next to it is the beautiful and popular Kolovrechtis beach, after the many twists and turns downhill from Paranymfoi. Most visitors staying at the village of Treis Ekklisies prefer this beach, which is located at the exit of the Abas Gorge. The cliffs of this uncharted gorge house the largest vulture colony in Greece, as well as in southern Europe, and it is also the only habitat of Bearded Vultures (Gypaetus barbatus) in the area, which in danger of extinction and the rarest bird of prey in Europe.

Further west, a sandy beach forms at the exit of the Agia Paraskevi Gorge. Pachia Ammos is surrounded by the biggest carob tree forest in Europe. It is accessible via a short dirt road from the settlement. This is where the endangered Caretta caretta turtle nests.

West of this beach and downhill from the carob tree forest, the Ornios area features a number of underwater caves, like Glykys Kolympos (near it is a freshwater spring). Between Ornio and Glykys Kolympos is a large marine cave with a very small opening on the surface level and a very impressive clearance once entered. This cave can also be reached through the water, from an underwater hole leading to the same spot.



# ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΠΟΥΛΙΩΝ
## BIRDWATCHING

Η περιοχή του Δήμου Αρχανών-Αστερουσίων είναι ιδανική για την παρατήρηση πουλιών.
Οι ορεινοί της όγκοι, οι λοφώδεις εξάρσεις της μεσαίας ζώνης, οι λιμνοδεξαμανές-φράγματα των Δαμανίων και των Αρμανωγείων, που έχουν εξελιχθεί σε υδροβιότοπους, και το παραλιακό μέτωπο αποτελούν ενδιαίτηματα για την φωλεοποίηση και αναπαραγωγή μικροπουλιών, αρπακτικών και πολύ σημαντικών μεταναστευτικών ειδών που μπορεί κανείς να συναντήσει σε μεγάλους πληθυσμούς.
Το είδος που αποτελεί σημείο κατατεθέν για όλη την περιοχή είναι τα αρπακτικά πτηνά και ειδικά ο γυπαετός και το όρνιο. Η προστασία τους έχει αποτελέσει κεντρικό στόχο στο πλαίσιο της διαχείρισης των δύο ορεινών όγκων του Γιούχτα και των Αστερουσίων, που, για το λόγο αυτό, έχουν ενταχθεί στο ευρωπαϊκό Δίκτυο Προστατευόμενων Περιοχών ΦΥΣΗ (NATURA).
Στο κέντρο Ενημέρωσης της Προστατευόμενης Περιοχής Αστερουσίων στην Εθιά μπορεί κανείς να δανειστεί εξοπλισμό παρακολούθησης (τηλεσκόπιο, κιάλια, καλύπτρες και εξειδικευμένα βιβλία).

/ The area of the Municipality of Archanes-Asterousia is ideal for bird watching.
Its mountainous masses, the hilly ridges in its middle region, the reservoirs-dams of Damania and Armanogeia that have become wetlands, and the seafront, are nesting and mating habitats for small birds, predatory birds and migratory species that one may encounter in large populations.
The species that are the trademark for the entire region are the birds of prey, especially the griffon vulture and the bearded vulture. Their protection has been the main goal in the management framework of the two mountainous masses of Mt. Juktas and the Asterousia Mountain Range, which, to this end, have been incorporated in the European Protected Areas Network (NATURA).
At the Asterousia Protected Area Information Centre in Ethia you can borrow observation equipment (telescopes, binoculars, covers, and specialised books).

Οι πληροφορίες για τα αρπακτικά αντλήθηκαν αυτούσιες σχεδόν από το Διαχειριστικό Σχέδιο Αστερουσίων που έχει εκπονήσει το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης και το οποίο μπορείτε να βρείτε στο ίδιο το Μουσείο. Για τις λιμνοδεξαμενές των Δαμανίων, Αρμανωγείων και Αμουργελών δεν υπάρχουν δημοσιευμένες πληροφορίες, παρόλο που επίσης έχει γίνει σημαντική καταγραφή από τους ερευνητές του ΜΦΙΚ.
Για περισσότερες πληροφορίες, προμηθευτείτε έντυπους οδηγούς παρατήρησης πουλιών που μπορείτε να βρείτε σε βιβλιοπωλεία στο Ηράκλειο και στο πωλητήριο του ΜΦΙΚ.
/ The information about the birds of prey was taken from the Asterousia Mountain Mass Management Plan, an undertaking of the Natural History Museum of Crete (NHMC), which can be found in the museum itself. There is no published information on the reservoirs of Damiana, Armanogeia, and Amourgela, despite the fact that NHMC researchers have done significant cataloguing work in these districts. For additional information, bird-watching guides can be obtained from bookshops at Heraklion or from the NHMC shop.

## ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ / THE ASTEROUSIA RANGE

Τα Αστερούσια είναι ενταγμένα στο δίκτυο Natura 2000 με κωδικό GR4310005, λόγω της τεράστιας οικολογικής και αρχαιολογικής τους σπουδαιότητας. Αποτελεί σημαντικό ενδιαίτημα για αρπακτικά, αλλά και για μεταναστευτικά και άλλα είδη πουλιών και, σύμφωνα με τις καταγραφές, τα είδη που μπορεί κανείς να παρατηρήσει εδώ είναι 192. Ο αριθμός αυτός είναι πολύ υψηλός σε σχέση με την έκταση της περιοχής (αποτελεί το 55% των ειδών που έχουν συνολικά καταγραφεί στην Κρήτη, σύμφωνα με αδημοσίευτα στοιχεία του Μ.Φ.Ι.Κ.).
Αυτό οφείλεται κατά ένα μεγάλο μέρος στην ετερογένεια των οικοσυστημάτων, αλλά και στη γεωγραφική της θέση. Τα Αστερούσια αποτελούν το νοτιότερο ορεινό όγκο σε Ελλάδα και Ευρώπη. Η περιοχή περιλαμβάνει παράκτιες περιοχές που αποτελούν την πρώτη ξηρά που θα συναντήσουν στο δρόμο τους τα πουλιά που ταξιδεύουν την άνοιξη από την Αφρική προς την Ευρώπη και αντίστοιχα την τελευταία, το φθινόπωρο. Η ύπαρξη αρκετών τύπων οικοτόπων, αλλά και η γειτνίαση με την ανοιχτή θάλασσα επιτρέπουν την άμεση στάθμευση μεγάλης ποικιλίας από μεταναστευτικά είδη ανεξαρτήτως ταξινομικής κατηγορίας ή οικολογικής προτίμησης. Πάντως τα αρπακτικά πτηνά ευνοούνται ιδιαίτερα, καθώς υπάρχει χώρος αναζήτησης τροφής, με αποτέλεσμα να έχουν ως τώρα καταγραφεί 29 είδη ημερόβιων αρπακτικών και ένας σημαντικός αριθμός νυκτόβιων.

/ The Asterousia Mountains are part of the Natura 2000 network of nature protection areas (Site Code GR4310005) due to their immense environmental and archaeological significance. The territory is an important habitat for birds of prey, as well as for migratory and other bird species; according to records, 192 species can be observed here. This number is quite high considering the area size (according to unpublished data from the NHMC, it corresponds to 55% of all the species documented in the entire island). This is largely due to the heterogeneity of the ecosystems but also to the geographical location. The Asterousia Mountains constitute the southernmost mountain mass in Greece, as well as in Europe. The region includes coastal areas that are the first dry land encountered by birds flying from Africa to Europe every spring and, correspondingly, the last one leaving behind every autumn. The diversity of habitats and the proximity to the open sea make it a convenient stop for a wide range of migratory species regardless of their taxon or environmental preference. Nonetheless, conditions are particularly favourable for birds of prey, as there are ample hunting grounds; as a result, 29 diurnal species have been documented to date, as well as a significant number of nocturnal ones.

## ΓΙΟΥΧΤΑΣ / MT. JUKTAS

**Ο Γιούχτας αποτελεί μια ενότητα μεγάλης βιολογικής, οικολογικής, αρχαιολογικής και αισθητικής αξίας. Είναι πολύ σημαντικός βιότοπος εξαιτίας της χλωρίδας και πανίδας του. Ειδικά για την ύπαρξη της αποικίας του όρνιου, ο Γιούχτας θεωρείται ένας από τους σημαντικότερους ορνιθοβιότοπους της Ευρώπης. Ο συνολικός αριθμός της ορνιθοπανίδας του Γιούχτα ανέρχεται μέχρι σήμερα στα 60 είδη. Από αυτά 27 είδη θεωρούνται μόνιμα στην περιοχή, ενώ 13 παρατηρούνται κατά τις ετήσιες μετακινήσεις τους προς το Νότιο ημισφαίριο. Δέκα είδη παρατηρούνται στην ευρύτερη περιοχή κατά την περίοδο του χειμώνα, ενώ πέντε θεωρούνται καλοκαιρινοί επισκέπτες. Τουλάχιστον 30 είδη φωλιάζουν σε μια περιοχή που περιλαμβάνει το βουνό, τους γύρω λόφους, τις περιμετρικές καλλιέργειες καθώς και τους οικισμούς.**

/ Mt. Juktas is an area of great biological, environmental, archaeological, and aesthetic value. It is a highly important habitat due to its flora and fauna. The colony of griffon vultures, in particular, makes Mt. Juktas one of the most important bird habitats in Europe. The total number of avifauna on Mt. Juktas so far is 60 species. Of these, 27 are considered local to the territory, and 13 can be observed during their annual journey to the southern hemisphere. Ten species are observable in the broader area during winter, whilst five are considered summer visitors. At least 30 species nest in an area that includes the mountain, the nearby hills, and the surrounding cultivated land and hamlets.

## ΥΔΡΟΒΙΟΤΟΠΟΙ / WETLANDS

**Τα τελευταία 10 χρόνια, η περιοχή του δήμου έχει αναδειχθεί και ως τόπος παρατήρησης μικροπουλιών στους νέους υδροβιότοπους που έχουν σχηματιστεί στα Δαμάνια (παραπόταμο του Αναποδάρη Ποταμού), στα Αρμανώγεια και στους εκτός των διοικητικών ορίων του δήμου Α.Α. (Αμουργέλλες, Ίνι-Μαχαιρά και Πάρτηρα). Τα Δαμάνια είναι κτισμένα πάνω στη λίμνη σε γήλοφο και μοιάζουν να κρέμονται πάνω από το νερό. Υπάρχει μονοπάτι και χωματόδρομος περιμετρικά της λίμνης για περπάτημα και παρατήρηση των λουλουδιών αλλά και των πολλών πουλιών που ανακάλυψαν πολύ γρήγορα αυτό το νέο υδροβιότοπο. Στη δυτική πλευρά της λίμνης υπάρχει μια μικρή προεξοχή στο έδαφος, ένας γήλοφος στην περιοχή που φέρει το όνομα Ζαβιανά, πάνω στον οποίο έχουν βρεθεί αρχαιότητες. Το φράγμα των Αρμανωγείων έχει έκταση 120 στρεμμάτων σε υψόμετρο 380 μ. και από την πρώτη στιγμή της δημιουργίας του αποτέλεσε πόλο έλξης για δεκάδες είδη ορνιθοπανίδας (κυρίως μεταναστευτικά).**

/ In the last decade, this Municipal area has emerged as a small-bird watching location in the newly created wetlands of Damania (tributary of the Anapodaris River), Armanogeia and in areas outside the Municipality's jurisdiction (Amourgelles, Ini-Machera, Partira). The Damania are built on a swell above the lake, seemingly suspended above its water. There is a path and dirt road around the lake for walking tours and flower identification, as well as bird-watching, since many avian species quickly discovered this

new wetland area. On the west side of the lake, a very small swell protrudes from the ground by the name of Zaviana, on which antiquities have been found. The Armanogeia Dam is a 120 square metre area, 380m above sea level. Since its creation, it has attracted dozens of species of avifauna.

## ΑΡΠΑΚΤΙΚΑ / BIRDS OF PREY

**Η Κρήτη φιλοξενεί 13 σημαντικά ημερόβια είδη αρπακτικών εκ των οποίων τα 7 θεωρούνται σημαντικά και το νησί αποτελεί ζωτικής σημασίας καταφύγιο. Ειδικά για το Γυπαετό και το Όρνιο, η Κρήτη αποτελεί το τελευταίο προπύργιο!**

**Τα αρπακτικά πουλιά της Κρήτης**
/ The predatory birds of Crete:
**Πληθυσμοί - αναπαραγωγικά ζευγάρια σε επίπεδο Κρήτης**
/ Populations - reproductive pairs throughout Crete

**Γυπαετός** / Bearded Vulture *(Gypaetus barbatus)*
**20-25 άτομα / 4-6 αναπαραγωγικά ζευγάρια (τα μοναδικά σε ολόκληρη την Ελλάδα). Είδος κινδυνεύον αφού απειλείται με εξαφάνιση** / 20-25 individuals / 4-6 reproducing pairs (the only ones in Greece). Endangered species close to becoming extinct

**Όρνιο** / Griffon Vulture *(Gyps fulvus)*
**380 άτομα / 140 αναπαραγωγικά ζευγάρια (≈ το 70% του ελληνικού πληθυσμού και ο μεγαλύτερος νησιωτικός πληθυσμός στον κόσμο)** / 380 individuals / 140 reproducing pairs (≈ 70% of the population in Greece and the largest island population in the world)

**Χρυσαετός** / Golden Eagle *(Homeyeri)*
**16-18 ζευγάρια (≈ το 10% του ελληνικού πληθυσμού)**
/ 16-18 pairs (≈ 10% of the Greek population)

**Σπιζαετός** / Bonelli's Eagle *(Hieraaetus fasciatus)*
**15 ζευγάρια (≈ το 10-20% του ελληνικού πληθυσμού). Η Κρήτη είναι από τα σημαντικότερα καταφύγια του είδους. Ανήκει στην κατηγορία των τρωτών ειδών (δηλαδή είδη που οι πληθυσμοί τους βρίσκονται υπό συνεχή πίεση)**
/ 15 pairs (≈ 10-20% of the population in Greece). Crete is one of the most important refuges of the species. It belongs to the vulnerable species category (those whose population is under constant pressure)

**Χρυσογέρακο** / Lanner Falcon *(Falco biarmicus)*
**6-9 ζευγάρια. Ανήκει στην κατηγορία των τρωτών ειδών**
/ 6-9 pairs. It belongs to the vulnerable species category

**Πετρίτης** / Peregrine Falcon *(Falco peregrinus)*
**70 ζευγάρια** / 70 pairs

**Μαυροπετρίτης** / Eleonora's Falcon *(Falco eleonore)*
**1106 ζευγάρια (≈ το 9% του ελληνικού πληθυσμού και 8% του παγκόσμιου)** / 1106 pairs (≈ 9% of the population in Greece and 8% of the population in the world)

**Αετογερακίνα** / Long-legged buzzard (Buteo rufinus)
**Κατατάσσεται στα σπάνια είδη** / Listed as a rare species

**Ιεραρχία στον τρόπο που τρώνε τα αρπακτικά...**
**Εάν υπάρχουν μόνο γύπες στο χώρο τροφής, προηγείται ο Μαυρόγυπας που αναλαμβάνει να κάνει τη «σκληρή δουλειά», να κατακερματίσει δηλαδή, με το ισχυρότατο ράμφος του, τα εξωτερικά μέρη του σφαγίου (δέρμα, ινώδη τμήματα, κ.ά.), μετά ακολουθεί το Όρνιο που, συνήθως, τρώει όλο το μαλακό μέρος του ζώου. Στη συνέχεια έρχεται ο Ασπροπάρης για τυχόν υπολείμματα και τέλος εμφανίζεται ο Γυπαετός (ή Κοκκαλάς) ο οποίος τρέφεται κυρίως με τα οστά των θνησιμαίων. Σε περιοχές που συνυπάρχουν και άλλα αρπακτικά, όπως λύκοι και τσακάλια, πάλι οι γύπες αποτελούν το κυρίαρχο είδος.**

/ Feeding hierarchy in the birds of prey...
If there are only vultures in the feeding area, Eleonora's Falcon does all the "hard work", which is breaking up the external parts of the animal (skin, sinew, etc.) with its powerful beak. Then follows the Griffon Vulture, which, usually, eats all soft tissue of the animal. Then it is the turn of the Egyptian Vulture for anything that might have been left over, and last arrives the Bearded Vulture (or Bonetaker) who feeds on the bones of carrion. In areas where there are other predators, such as wolves and jackals, vultures are still the dominant species.

/ Crete is home to 13 significant species of diurnal birds of prey, 7 of which are considered important, and the island is a vital refuge for them. Especially for the Bearded Vulture and the Griffon Vulture, Crete is the last safe haven!

## ΓΥΠΑΕΤΟΣ / BEARDED VULTURE *(Gypaetus barbatus)*

**Ο Γυπαετός είναι το σπανιότερο είδος γύπα στην Ευρωπαϊκή ήπειρο αλλά και στον ευρύτερο χώρο της Μεσογείου. Αποτελεί το μεγαλύτερο αρπακτικό σε μέγεθος (>110 cm, λόγω της μακριάς του ουράς), ενώ το άνοιγμα των φτερούγων ξεπερνά τα 2,50 μ. Το βάρος του σε σχέση με το μέγεθός του είναι μάλλον μικρό και κυμαίνεται ανάλογα με το φύλο στα 5-7 κιλά. Χαρακτηριστικό γνώρισμά του είναι ο κοντός λαιμός, σε σχέση με το όρνιο και η 'γενειάδα' κάτω από το ράμφος του, στην οποία και οφείλεται η ονομασία του (στα λατινικά barbatus σημαίνει «γενειοφόρος»). Έχει ένα γενικά επίμηκες, λεπτό σώμα, που μερικές φορές εμφανίζεται πιο «στρουμπουλό», λόγω της καμπουρωτής του στάσης. Τα ενήλικα άτομα έχουν ως επί το πλείστον σκουρογκρίζο χρώμα, με τη ράχη να πλησιάζει στο γκριζομπλέ ή γκριζόμαυρο χρώμα. Η κάτω επιφάνεια έχει μεν υπόλευκο χρώμα, αλλά σπάνια θα το δει κανείς αυτό, διότι συνήθως αποκτά ένα πορτοκαλοκίτρινο χρώμα**

σκουριάς. Το μέσο μέγεθος επικράτειας, όπου ψάχνει καθημερινά την τροφή του, είναι 350 τετρ. χλμ. Η δίαιτά του αποτελείται κατά 70-90% από κόκκαλα κτηνοτροφικών ζώων, κυρίως αιγοπροβάτων ή μικρών άγριων οπληφόρων, όπως αγριόγιδες και αγριοπρόβατα σε φυσικά ορεινά οικοσυστήματα αλλά και από τρωκτικά και μεταναστευτικά πουλιά που βρίσκει νεκρά στο χιόνι. Όμως, εκείνο που τον χαρακτηρίζει είναι ότι συνήθως περιφρονεί την πραγματική σάρκα και στρέφεται κατά 85-90% στα οστά και τον μυελό τους! Στην πραγματικότητα, είναι το μόνο είδος πτηνών που ειδικεύεται στη συγκεκριμένη τροφή. Για να σπάσει τα κόκκαλα, έχει τη συνήθεια να ρίχνει από ψηλά τα κόκαλα των πεθαμένων ζώων, γι' αυτό και το όνομα «κοκκαλάς» που του έχουν προσδώσει στην Κρήτη.

/ The Bearded Vulture is the rarest type of vulture in the European continent and in the broader Mediterranean region. It is the largest bird of prey on earth (>110cm, due to its tail), while its wingspan is wider than 2.50m. Its weight is quite small in relation to its size, around 5-7 kilos, depending on the sex of the animal. Its characteristics are a short neck, in relation to the buzzard, and its "beard" under its beak, which is where it got its name ("barbatus" in Latin means "bearded"). In general it has a long, thin body, which often seems rounder due to its hunched over stance. Adults are mainly dark grey in colour, their back tinted blue or black. Their underside is off-white but you will rarely see this as it usually turns rust coloured. Its average territory, in which it searches for food on a daily basis, is 350 sq.km. Its diet consists mainly of sheep and goats or small hoofed animals, such as wild goats and wild sheep, in their natural mountainous habitats, as well as rodents and migratory birds that it locates dead in the snow. What characterises it, however, is that it shuns flesh and mainly - 85-90% - feeds on bones and marrow! In reality, it is the only species of bird that specialises in this specific source of food. To break the bones of dead animals it usually drops them from high above, thus the name 'kokkalas' (bonetaker) they have given it in Crete.

**ΓΥΠΑΕΤΟΣ - Απειλή και προστασία**
/ BEARDED VULTURE - Threat and protection

Ο γυπαετός είναι είδος προτεραιότητας για την Ευρωπαϊκή Ένωση και προστατεύεται από την Οδηγία 79/409/ΕΟΚ, διότι τις τελευταίες δεκαετίες ο πληθυσμός του έχει μειωθεί δραματικά. Έχει επίσης καταχωρηθεί στα είδη που κινδυνεύουν με εξαφάνιση στο Ευρωπαϊκό και Ελληνικό Κόκκινο Βιβλίο Απειλούμενων Σπονδυλόζωων. Οι σημαντικότερες απειλές είναι η ανθρώπινη δραστηριότητα και συγκεκριμένα η λαθροθηρία, η χρήση δηλητηριασμένων δολωμάτων, η φόνευση με σκοπό την ταρίχευση, η σκοποβολή, η ανεπάρκεια τροφής (ιδιαίτερα σε περιοχές όπου η νομαδική κτηνοτροφία βρίσκεται σε παρακμή) και η καταστροφή των βιοτόπων του, κυρίως λόγω της ανάπτυξης του ορεινού τουρισμού και της διάνοιξης δασικών και αγροτικών δρόμων που αυξάνουν την όχληση του είδους αυτού το οποίο είναι ιδιαίτερα ευαίσθητο στην ανθρώπινη παρουσία. Για ένα είδος με τόσο αργό αναπαραγωγικό ρυθμό (κάθε χρόνο ή κάθε δύο χρόνια) και τόσο παρατεταμένο αναπαραγωγικό κύκλο (8 μήνες) είναι αδύνατο να αναπληρωθούν οι απώλειες που οφείλονται σε ανθρωπογενή αίτια. Τα τελευταία χρόνια γίνονται κάποιες προσπάθειες προστασίας του είδους από το ΜΦΙΚ με τη χρηματοδότηση της ΕΕ, με σκοπό την εφαρμογή ειδικών μέτρων διαχείρισης, όπως λεπτομερή πληθυσμιακή απογραφή, προστασία των χώρων φωλιάσματος, εγκατάσταση ταΐστρών (όπως στο Γιούχτα) κ.ο.κ.

/ The Bearded Vulture is a priority species for the European Union and it is protected by Community Directive 79/409/EEC, because over the last decades its population has decreased dramatically. It has also been listed among species that are endangered of becoming extinct in the European and in the Greek Red Book of Endangered Vertebrates. The most significant threats are human activity, specifically poaching, the use of poisoned bate, killing for taxidermy purposes, target practice, sparse food (especially in areas where nomadic animal farming is in decline) and the destruction of its habitats, mainly due to the development of mountain tourism and the opening of forest and agricultural roads that increase disturbance to this species, which is especially sensitive to human presence. For a species with such a slow reproductive pace (every one to two years) and such a long reproductive cycle (8 months), it is impossible to make up for the losses caused by human causes. Over the last few years some efforts have been made to protect the species by the Natural History Museum of Crete with funding from the EU, aiming at applying special management measures, such as a detailed population census, nesting ground protection, installation of feeding trays (as is the case on Mt. Juktas), etc.

## **ΟΡΝΙΟ** / Griffon Vulture
*(Gyps fulvus)*

**Το Όρνιο είναι είδος γύπα, που απαντάται στον ελλαδικό χώρο. Τα ενήλικα έχουν, γενικά, ανοιχτό καφέ έως ανοιχτό κοκκινοκαφέ χρώμα στο πάνω μέρος, με την κάτω επιφάνεια σε απαλό μπεζ.**
**Το κεφάλι και ο μακρύς λαιμός καλύπτονται με γκριζόλευκα πούπουλα, κρέμ στην κορυφή του κεφαλιού και στο κάτω μέρος του λαιμού.**

**Η αφράτη, πυκνή χαίτη (τραχηλιά) είναι λευκή, αλλά σπάνια ξεχωρίζει από μακριά. Το γαμψό, ισχυρό ράμφος έχει κιτρινωπό- πρασινοκίτρινο χρώμα και ανοικτό γκρι στη βάση.**
**Μήκος σώματος:** (93-)100 έως 110(-112) εκατοστά
**Άνοιγμα φτερούγων:** (234-)236 έως 274(-280) εκατοστά
**Βάρος:** (6,2-)6,5 έως 8,2(-8,5) κιλά.
**Είδος που σχηματίζει αποικίες, το όρνιο συναντάται σε ανοιχτές εκτάσεις με αραιή βλάστηση ενώ φωλιάζει σε απότομα βράχια χαμηλού, συνήθως, υψόμετρου. Ο χώρος αναζήτησης τροφής εκτείνεται συνήθως σε ακτίνα 30-40 χλμ. γύρω από την αποικία, αλλά περιπλανώμενα άτομα που ψάχνουν για τροφή μπορεί να παρατηρηθούν πολύ μακρύτερα (200-300 χλμ.). Τρέφεται με ψοφίμια κτηνοτροφικών ζώων μεσαίου ή μεγάλου μεγέθους όπως ιπποειδή και βοοειδή. Προτιμά κυρίως τα μαλακά μέρη των νεκρών ζώων, δείχνοντας ιδιαίτερη προτίμηση στα εντόσθια. Η οξεία του όραση, οι πτητικές του συνήθειες και κυρίως η αγελαία του συμπεριφορά το βοηθούν στο να εντοπίζει τα πτώματα πριν τη σήψη, γεγονός ιδιαίτερα ωφέλιμο σε θερμά κλίματα όπου τα νεκρά ζώα αποτελούν εστίες μόλυνσης. Μια ομάδα από 60-80 όρνια μπορεί να καταναλώσει ένα κουφάρι προβάτου μέσα σε 5-10 λεπτά ή ένα μεγάλο οπληφόρο (αγελάδα, άλογο κ.λπ.) σε 3-4 ώρες.**

/ The Griffon Vulture is a type of vulture encountered in Greece. The top part of adults is generally brown or reddish brown in colour and their bottom half is cream coloured. Their head and long neck is covered in greyish white feathers, cream coloured at the top of the head and the bottom of the neck. Their fluffy, full "mane" (ruff) is white, but can rarely be made out at a distance. Its sharp, powerful beak is yellowish-greenish in colour and light grey at its base.
**Body length:** (93-)100 to 110(-112) centimetres
**Wing span:** (234-)236 to 274(-280) centimetres
**Weight:** (6.2-)6.5 to 8.2(-8.5) kilos.
This species forms colonies and is encountered in open expanses with sparse vegetation, while it nests in steep cliffs at low altitudes. The territory in which they search for food has a radius of 30-40km from the colony, but wandering individuals may be spotted searching for food much further away (200-300km). It feeds on medium to large farm animal carrion, such as equine or bovine species. It mainly favours the tender parts of dead animals, with a great preference for entrails. Its sharp vision, flying habits and mainly its "pack" behaviour help it locate carrion before it begins to rot, which is very useful in such hot climates, where dead animals can also be sources of disease. A group of 60-80 vultures can consume a dead sheep in 5-10 minutes or a lager animal (cow, horse, etc.) in 3-4 hours.

**Θέσεις παρατήρησης αρπακτικών στα Αστερούσια όρη**
**Αμπάς:** Οδηγήστε μέχρι το χωριό Παράνυμφοι και συνεχίστε με το αυτοκίνητο προς το χωριό Μουρνιά. Στο δρόμο θα βρείτε πινακίδα «Αμπάς». Ακολουθήστε την και σταθμεύστε στο σημείο όπου σταματά ο δρόμος. Από εκεί υπάρχει μονοπάτι που οδηγεί στο περίφημο πέταλο που σχηματίζει ο γκρεμός του Αμπά, από όπου, εκτός από το πλήθος αρπακτικών που φωλιάζει εκεί, θα απολαύσετε τη θέα προς τα παράλια των Τριών Εκκλησιών και τον καταρράκτη 140μ. (την περίοδο των βροχών).
**Κορυφή Κόφινα:** από τα πιο εντυπωσιακά σημεία οπτικής προς όλη τη νότια Κρήτη και παρατήρησης αρπακτικών που πετάνε κατά δεκάδες πάνω από το ασβεστολιθικό έξαρμα του ιερού βουνού.
**Παρατηρητήριο στο δρόμο για τον Κουδουμά:**
Ξύλινο σπιτάκι που κατασκευάστηκε για χρήση παρατηρητηρίου. Αν δεν είναι ανοικτό όταν το επισκεφτείτε, κρατήσετε τη θέση ως κατάλληλη για παρατήρηση.

/ **Locations for the observation of birds of prey in the Asterousia Mountains**
**Abas Gorge:** Drive to the village of Paranymfoi and keep going towards the village of Mournia. As you drive you will come to a sign that says "Abas". Follow the sign and park where the road ends. From there follow the trail that leads to the renowned horseshoe formed by the cliffs of Abas Gorge, from where you can enjoy the view of Treis Ekklisies beach, the 140m waterfall (during the rainy season) and the large number of birds of prey that nest there.
**Kofinas Peak:** One of the most impressive views of southern Crete and an exceptional location for the observation of birds of prey, flying in groups of five or ten over the limestone outcrops of the 'Holy Mountain'.
**Observation point on the way to Koudoumas:** A wooden hut built to be used as an observation point. If it is not open when you visit, the spot is still a good location for bird watching.

**Προστατευόμενα είδη πτηνών με σημαντική παρουσία στην περιοχή του Δήμου Αρχανών-Αστερουσίων**
/ Protected bird species with considerable presence in the Municipality of Archanes-Asterousia region

## Αρπακτικά / Birds of Prey

**Όρνιο, το πιο συχνό είδος στο Γιούχτα. Το δεύτερο πιο κοινό είδος της περιοχής είναι το Βραχοκιρκίνεζο (Falco tinnunculus). Επίσης, η Γερακίνα (Buteo buteo), ο Πετρίτης (Falco peregrinus). Ο Γυπαετός (Gypaetus barbatus) έχει παρατηρηθεί στο βουνό, αλλά η εμφάνιση του είδους στην περιοχή θεωρείται περιστασιακή και πολύ σπάνια. Ο Σφηκιάρης (Pernis apivorus), ο Καλαμόκιρκος (Circus aeruginosus), ο Στεπόκιρκος (Circus macrourus), και το Μαυροκιρκίνεζο (Falco vespertinus) παρατηρούνται κατά τις μεταναστεύσεις τους. Το Κιρκινέζι επίσης αναφέρεται (Falco naumanni) στην περιοχή. Τέλος το Ξεφτέρι (Accipiter nisus) απαντάται το χειμώνα κυρίως στην Ανατολική και Νότια πλευρά του Γιούχτα αλλά πρόκειται για μεμονωμένα άτομα και όχι διαχειμάζοντα πληθυσμό.**
/ Griffon vultures, which are the most common species on Mt. Juktas; the second most common species in the region is the common kestrel (Falco tinnunculus). There are also common buzzards (Buteo buteo) and peregrine falcons (Falco peregrinus). Bearded vultures (Gypaetus barbatus), also known as lammergeiers, have also been spotted on the mountain, but their presence here is considered circumstantial and extremely rare. European honey buzzards (Pernis apivorus), Eurasian marsh harriers (Circus aeruginosus), pallid harriers (Circus macrourus), and red-footed falcons (Falco vespertinus) can also be seen during their migrations. Lesser kestrels (Falco naumanni) have also been spotted. Lastly, Eurasian sparrowhawks can be observed in the winter months on the eastern and southern slopes of Mt. Juktas, but these are mostly individual birds rather than wintering populations.

## Νυκτόβια / Nocturnal

**Δύο είδη νυκτόβιων αρπακτικών συναντώνται στην περιοχή, η Τυτό (Tyto alba) και ο Γκιώνης (Otus scops). Η Τυτό χρησιμοποιεί την ευρύτερη περιοχή ως χώρο κυνηγιού (καλλιέργειες, γυμνούς λόφους με χαμηλή βλάστηση και οικισμούς) αλλά δεν γνωρίζουμε αν φωλιάζει εντός των φυσικών ορίων του ορεινού όγκου του Γιούχτα. Ο Γκιώνης, αν και μεταναστευτικό είδος, παραμένει εδώ όλο το χρόνο, λόγω του ευνοϊκού κλίματος της Κρήτη (ήπιοι χειμώνες).**
/ Two species of nocturnal birds of prey are found in the area, barn owls (Tyto alba) and European scops owls (Otus scops). Barn owls use the broader area as hunting grounds (farmland, bare hills with low vegetation and hamlets), but it is not known if they nest within the natural boundaries of Mt. Juktas. European scops owls, although a migratory species, remain here throughout the year due to Crete's favourable climate (mild winters).

## Στρουθιόμορφα (δηλ. μικρόπουλα και κορακοειδή) / Passeriformes (i.e. small birds and corvids)

**Τα στρουθιόμορφα αποτελούν την πλειοψηφία των ειδών του Γιούχτα. 13 οικογένειες έχουν καταγραφεί με 35 συνολικά είδη (60% του συνολικού αριθμού των ειδών του Γιούχτα). 18 είδη συναντούνται στην περιοχή όλο το χρόνο, δύο μόνο το καλοκαίρι, εννιά μόνο το χειμώνα ενώ έξι κατά την μετανάστευση (Ανοιξιάτικη ή Φθινοπωρινή). 19 είδη έχουν καταγραφεί ως φωλιάζοντα, ενώ ο αριθμός αυτός κυμαίνεται σε ετήσια βάση ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες και την αφθονία τροφής. Αξίζει να αναφέρουμε την ύπαρξη μιας μικρής αποικίας Καργιών (Corvus monedula) γύρω στα 30-40 άτομα καθώς και την παρουσία ορισμένων βραχόβιων ειδών όπως ο Πετροκότσυφας (Monticola solitarius) και το Αγριοπερίστερο (Columba livia). Η πλειονότητα των υπολοίπων ειδών είναι τυπικά της θαμνώδους βλάστησης (μακκίας) και των φρυγάνων.**
/ Passeriformes make up the majority of species on Mt. Juktas. Thirteen families have been documented, with a total of 35 species (60% of all species on Mt. Juktas). Eighteen of these can be found in the region throughout the year, two only during summer, nine only during winter, and six during migration periods (spring or autumn). Nineteen species have been recorded as nesting in the area. This number fluctuates on a yearly basis depending on weather conditions and the availability of food. Also worth noting is the small colony of western jackdaws (Corvus monedula), which numbers approximately 30 - 40 individuals, as well as the presence of certain rock-dwelling species like the blue rock thrush (Monticola solitarius) and the rock dove (Columba livia). Most of the remaining species are typical for this territory of scrubland vegetation (maquis).

## Πίνακας με πουλιά που συχνάζουν στα Αστερούσια
## / Table of birds that frequent the Asterousia Mountain Range

**Θαλασσοκόρακας /** European shag *(Phalacrocorax aristotelis)*
**ΠΟΥ: Απόκρημνα σημεία μεταξύ Λέντα και κόβπου Σαλαμιάς στα δυτικά και ίσως κοντά στη Μονή Κουδουμά, ανατολικά των Τριών Εκκλησιών** / **WHERE**: Precipitous spots between Lenta and Salamia Bay in the west and, perhaps, around Koudoumas Monastery, east of Treis Ekklisies.

**Χρυσαετός** / Golden eagle *(Aquila chrysaetos)*
**ΠΟΥ: Στα Αστερούσια όρη εντοπίζονται τρεις επικράτειες Χρυσαετών. Η μία ενεργή (στο κεντρικό τμήμα του βουνού) χρησιμοποιείται από ένα αναπαραγωγικό ζευγάρι.** / **WHERE:** There are three golden eagle territories in the Asterousia Mountains. One of them (in the central part of the mountain) is active and is being used by a reproductive pair.

**Μικροτσικνιάς** / Little bittern *(Ixobrychus minutus)* • **Νυκτοκόρακας** / Black-crowned night heron *(Nycticorax nycticorax)* • **Κρυπτοτσικνιάς** / Squacco heron *(Ardeola ralloides)* • **Λευκοτσικνιάς** / Little egret (Egretta garzetta) • **Πορφυροτσικνιάς** / Purple heron *(Ardea purpurea)*
**ΠΟΥ: Εκβολή του Αναποδάρη, Φοινικόδασος Αγίου Νικήτα** / **WHERE:** The estuary of the Anapodaris River, the palm forest of Agios Nikitas.

**Μαυροπελαργός** / Black stork *(Ciconia nigra)*
**Το είδος χρειάζεται συνδυασμό υγροτοπικών εκτάσεων και υγρόφιλων, μικτών ή κωνοφόρων ημιορεινών και ορεινών δασών για να καλύψει τις ανάγκες της αναπαραγωγής του. Φωλεοποιεί σε ψηλά δένδρα ή βράχια, ενώ τρέφεται σε γειτονικούς υγροτόπους και ποτάμια. ΠΟΤΕ: φθινοπωρινή περίοδο** / In order to meet its reproductive needs, this species requires a combination of wetland areas and broadleaf, mixed, or coniferous sub-mountain or mountain forests. Black storks nest in high trees or rocks and feed in nearby wetlands and rivers. **WHEN:** During autumn.

**Τσίφτης** / Black kite *(Milvus migrans)*
**Αρπακτικό των πεδινών και ημιπεδινών εκτάσεων. Φωλιάζει στις παρυφές υγροτόπων κυρίως σε δένδρα και σπανιότερα σε βράχους. ΠΟΤΕ: Κυρίως την άνοιξη αλλά και το φθινόπωρο.** / Birds of prey that favour low-lying areas nest on the fringes of wetlands, mainly in trees and, to a lesser extent, on rocks. **WHEN:** Mostly in spring but also in autumn.

**Σφηκιάρης** / European honey buzzard, also known as the common pern *(Pernis apivorus)*
**Δασόβιο είδος. Φωλιάζει σε δένδρα και προτιμά τα φυλλοβόλα και ιδίως τις οξιές. ΠΟΤΕ: Μάρτιο-τέλη Μαΐου και ξανά Αύγουστο - Νοέμβριο.** / A woodland species. They nest in trees and prefer deciduous ones, especially beech. **WHEN:** March to late May and again August to November.

**Βασιλαετός** / Eastern imperial eagle *(Aquila heliaca)*
**ΠΟΥ: Κοιλάδα Μίντρη, πεδιάδα Μεσαράς. Είδος συνδεδεμένο με το παραδοσιακό τοπίο των πεδινών περιοχών, όπου υπάρχει το μωσαϊκό των εκτατικών καλλιεργειών δημητριακών, με βοσκολίβαδα και μικρούς φυσικούς υγροτόπους). ΠΟΤΕ: Άνοιξη και φθινόπωρο με λίγες παρατηρήσεις επίσης το χειμώνα** / **WHERE:** The Mintris Valley, the Mesara Plain. A species linked to the traditional landscape of lowland areas, with their mosaic of expansive grain fields, meadow pastures, and small natural wetlands. **WHEN:** Spring and autumn, with a few sightings during winter.

**Στεπαετός** / Steppe eagle *(Aquila nipalensis)*: **ΠΟΥ: Κοιλάδα Μίντρη** / **WHERE:** The Mintris Valley

**Μουστακοτσιροβάκος** / Rüppel's warbler *(Sylvia rueppelli)*
**ΠΟΥ: Δυτικά της περιοχής μελέτης (Μιαμού, Λέντας, Κρότος, Τρυπητή, Σαλαμιά, Άγιος Ιωάννης), Κοιλάδα Μίντρη (Φωλιάζει στη νότια πλευρά της οροσειράς σε όλο το μήκος της αλλά απουσιάζει στις πολύ υποβαθμισμένες φρυγανικές περιοχές και τα πυκνότερα σημεία του δάσους)** / **WHERE:** West of the study area (Miamou, Lentas, Krotos, Trypiti, Salamia, Agios Ioannis), the Mintris Valley (they nest along the entire length of the southern side of the mountain range with the exception of highly degraded scrubland (phrygana) and the denser parts of the forest).

**Χρυσογέρακο** / Lanner falcon *(Falco biarmicus)*
**Φωλιάζει κυρίως σε βράχια σε περιοχές χαμηλού υψομέτρου (<400μ.) αν και στην Κρήτη έχει παρατηρηθεί και μέχρι τα 1600μ.**
/ They nest primarily on rocks in low-altitude areas (<400m) but in Crete, they have been spotted at altitudes as high as 1600m.

**Καλιακούδα** / Red-billed chough *(Pyrrhocorax pyrrhocorax)*
**ΠΟΥ: Διάσπαρτα σημεία με κυριότερα τις κορυφές του Κόφινα και το φαράγγι**
**του Αχεντριά (Μεσοχωριού). Στην περιοχή έχει βρεθεί να φωλιάζει σε απότομα φαράγγια και σε βάραθρα σε υψόμετρο 400-1700 μ.**
/ **WHERE:** Various scattered locations, the main one being the peak of Mt. Kofinas and Achentrias Gorge (near Mesochorio).
In this region, they have been found to nest in steep gorges and rock crevasses, at altitudes of 400 - 1700m.

**Βλάχος** / Ortolan bunting *(Emberiza hortulana)*
**ΠΟΥ: Φωλιάζει σε σχετικά υποβαθμισμένες φρυγανικές θέσεις με κυρίαρχο είδος την αστοιβίδα, αντίθετα αποφεύγει μακί, δάση και τις φρυγανικές περιοχές σε ασβεστολιθικό υπόστρωμα. Μάλλον προτιμά θέσεις όπου υπάρχουν κοντά μαντριά και ποτίστρες.**
**ΠΟΤΕ: Κοινός καλοκαιρινός επισκέπτης Απρίλιο-Σεπτέμβριο και σπάνια περαστικό**
/ **WHERE:** They nest in relatively degraded scrubland areas dominated by astoivida (Sarcopoterium spinosum) plants, and they avoid maquis, forests and scrubland over limestone substrate. They probably prefer spots near sheepfolds and troughs.
**WHEN:** A frequent visitor during summers, April - September, and, rarely, just passing through.

**Φιδαετός** / Short-toed snake eagle *(Circaetus gallicus)*
**ΠΟΥ: Εκτάσεις με αραιή δενδρώδη ή θαμνώδη βλάστηση. ΠΟΤΕ: Άνοιξη από τα τέλη Φεβρουαρίου ως και τις αρχές Μαΐου και το φθινόπωρο, Σεπτέμβριο-Νοέμβριο** / **WHERE:** Areas with sparse tree- or shrub- growth. **WHEN:** Spring, from late February until early May, and autumn, from September to November.

**Φιλάδελφος** / Bonelli's eagle *(Hieraaetus fasciatus)*
**ΠΟΥ: Λεκάνη της Μεσογείου, την Μέση Ανατολή αλλά και την Κεντρική Ασία (Απόμερα μέρη με βράχια και ανοιχτές εκτάσεις χωρίς όμως να είναι σπάνιο και κοντά σε καλλιέργειες, δάση και θαμνώνες).**
/ **WHERE:** The Mediterranean Basin, the Middle East, and Central Asia (remote areas with rocks and open land, although it is also not uncommon near farmland, forests and shrubland.

**Πίνακας με πουλιά που δεν έχουν υπάρχουν συστηματικές καταγραφές εντός του Δήμου Α.Α., αλλά λόγω της οικολογίας τους πιθανολογείται ότι θα τα βρούμε και εδώ, ιδιαίτερα στις Λιμνοδεξαμενές και στους ΥΓΡΟΤΟΠΟΥΣ ΤΩΝ ΔΑΜΑΝΙΩΝ & ΑΡΜΑΝΩΓΕΙΩΝ** / Table of birds that have not been thoroughly documented in the Municipality of Archanes - Asterousia but are likely to be found here due to the ecology, particularly around the reservoirs and the WETLANDS OF DAMANIA AND ARMANOGEIA.

**Πελαργός** / White stork *(Ciconia ciconia)*
**ΠΟΤΕ:** Κυρίως το φθινόπωρο. **ΠΟΥ:** Εκβολή του Αναποδάρη, πεδιάδα Μεσαράς όπου υπάρχουν ανοιχτά λιβάδια και καλλιέργειες σιτηρών και αρκετές ακρίδες για τροφή. Πιθανά στις λίμνοδεξαμενές του Δήμου. / **WHEN:** Mostly in autumn. **WHERE:** The estuary of the Anapodaris River and the Mesara Plain, where there are open meadows and grain fields and plenty of grasshoppers to eat; possibly also around Municipality reservoirs.

**Βαλτόπαπια** / Ferruginous duck, also known as the ferruginous pochard *(Aythya nyroca)*
**ΠΟΤΕ:** Σχεδόν κάθε εποχή του χρόνου αλλά κυρίως το φθινόπωρο. **ΠΟΥ:** Εκβολή του Αναποδάρη, πιθανά στις λίμνοδεξαμενές του Δήμου. / **WHEN:** Almost all year round, but mostly in autumn. **WHERE:** The estuary of the Anapodaris River, possibly also around Municipality reservoirs.

**Σαΐνι** / Levant sparrowhawk *(Accipiter brevipes)*: **ΠΟΤΕ:** Απρίλιο-Μάιο. **ΠΟΥ:** Εκβολή του Αναποδάρη / **WHEN**: April - May. **WHERE**: The estuary of the Anapodaris River.

**Λιβαδόκιρκος** / Montagu's harrier *(Circus pygargus)*
**ΠΟΤΕ:** Σε μικρές ομάδες τους μήνες Μάρτιο-Μάιο και σε μικρούς αριθμούς το φθινόπωρο. **ΠΟΥ:** Εκβολή του Αναποδάρη, πιθανά στις λίμνοδεξαμενές του Δήμου. / **WHEN:** In small group in the March - May period and in small numbers in autumn. **WHERE:** The estuary of the Anapodaris River, possibly also around Municipality reservoirs.

**Αετογερακίνα** / Long-legged buzzard *(Buteo rufinus)*
Φωλιάζει σε βράχους σε δασώδεις περιοχές και σπανίως σε δένδρα. Για τη διατροφή της χρησιμοποιεί ανοικτές λοφώδεις εκτάσεις με αραιή θαμνώδη ή δενδρώδη βλάστηση. / They nest in rocks in forested areas and, rarely, in trees. They feed in open hilly land with sparse shrub- or tree- growth.

**Σταυραετός** / Booted eagle *(Hieraaetus pennatus)*
**ΠΟΤΕ:** Έρχεται στην Ελλάδα κατά τον Μάρτιο-Απρίλιο και φεύγει νωρίς τον Οκτώβριο για την ανατολική και Κεντρική Αφρική, όπου διαχειμάζει από την Κρήτη. **ΠΟΥ:** Περιοχή της Μεσαράς / **WHEN:** They arrive in Greece between March and April and depart in early October for East and Central Africa, where they winter. **WHERE:** The region of Mesara Plain.

**Κιρκινέζι** / Lesser kestrel *(Falco naumanni)*
**ΠΟΤΕ:** Περιόδους μετανάστευσης. **ΠΟΥ:** Φώλιασμα δυτικά των Αστερουσίων κοντά στο Τυμπάκι (τρέφεται σε ανοικτές εκτάσεις με χαμηλή βλάστηση (λιβάδια, καλλιέργειες δημητριακών κ.λπ). / **WHEN:** Migration periods. **WHERE:** They nest west of the Asterousia Mountains, near Tympaki (they feed in open areas with low-growth vegetation; e.g. meadows, grain fields).

**Μαυροπετρίτης** / Eleonora's falcon *(Falco eleonorae)*
**ΠΟΤΕ:** Περιόδους μετανάστευσης. **ΠΟΥ:** Δορυφορικές κοντινές νησίδες (Χρυσή, Παξιμάδια κτλ.)
/ **WHEN:** Migation periods. **WHERE:** Nearby islets (Chrysi, Paximadia, etc.)

**Μικροπουλάδα** / Little crake *(Porzana parva)* • **Καλαμοκανάς /** Black-winged stilt, also known as the common stilt or pied stilt *(Himantopus himantopus)* • **Πετροτριλίδα /** Eurasian stone curlew, also known as the Eurasian thick-knee *(Burhinus oedicnemus)*
• **Λασπότρυγγας** / Wood sandpiper *(Tringa glareola)*
**ΠΟΤΕ:** Κυρίως την άνοιξη. **ΠΟΥ:** Εκβολή του Αναποδάρη. Έχει καταγραφεί επίσης σε σημεία με νερό στην πεδιάδα της Μεσαράς, πιθανόν στις λίμνες του Δήμου. / **WHEN**: Mostly in spring. **WHERE**: The estuary of the Anapodaris River. They have also been documented in parts of Mesara Plain where there is water, possibly also around Municipality reservoirs.

**Γιδοβύζι** / European nightjar *(Caprimulgus europaeus)*
**ΠΟΥ:** Πεδιάδα της Μεσαράς, εκβολή του Αναποδάρη, περιοχές με φρύγανα αρκεί να υπάρχουν μεμονωμένα δέντρα και μαντριά, συνθήκη που ικανοποιείται στο μεγαλύτερο μέρος του βουνού. Μάλλον σπάνιο πάνω από τα 900 μ., πιθανά στις λίμνες του Δήμου.
/ **WHERE:** Mesara Plain, the estuary of the Anapodaris River, and scrubland areas, as long as there are is the odd tree and sheepfold-a condition that is met in most parts of the mountain. They are rather rare at altitudes above 900m; possibly also around Municipality reservoirs.

**Μουστακοποταμίδα** / Moustached warbler *(Acrocephalus melanopogon)*
**ΠΟΥ:** Εκβολή του Αναποδάρη. / **WHERE:** The estuary of the Anapodaris River.

**Αλκυόνη** / Common kingfisher *(Alcedo atthis)*: **ΠΟΤΕ:** Από Ιούλιο-Οκτώβριο, σπανιότερο την άνοιξη. **ΠΟΥ:** Εκβολή Αναποδάρη αλλά και σε όλη την ακτογραμμή, πιθανόν στις λίμνες του Δήμου / WHEN: July - October, rarer during spring. WHERE: The estuary of the Anapodaris River, as well as along the entire coastline, possibly also around Municipality reservoirs.

**Μικρογαλιάντρα** / Greater short-toed lark *(Calandrella brachydactyla)*
**ΠΟΤΕ:** Καλοκαιρινός αναπαραγόμενος επισκέπτης. **ΠΟΥ:** Επίπεδες περιοχές της ορεινής ζώνης (υψίπεδο Κόφινα), σε οροπέδια αλλά και σε λίγα σημεία με ελάχιστη βλάστηση στην ακτογραμμή. Εκβολή Αναποδάρη. / **WHEN:** A breeding summer visitor. **WHERE:** Flat areas in the mountainous zone (Kofinas Plateau), highland areas, certain areas of sparse vegetation along the coast, and the estuary of the Anapodaris River.

**Δενδροσταρήθρα** / Woodlark *(Lullula arborea)*
**ΠΟΥ:** Βρίσκεται παντού σχεδόν στην οροσειρά εκτός από τα πυκνότερα σημεία του δάσους του Κουδουμά.
/ **WHERE:** It can be found almost everywhere in the mountain range except in the denser parts of Koudoumas forest.

**Χαμοκελάδα** / Tawny pipit *(Anthus campestris)*
**ΠΟΤΕ:** Άνοιξη και το φθινόπωρο. **ΠΟΥ:** Επίπεδες περιοχές της ορεινής ζώνης (υψίπεδο Κόφινα), σε οροπέδια αλλά και σε λίγα σημεία με ελάχιστη βλάστηση στην ακτογραμμή. Εκβολή Αναποδάρη. / **WHEN:** Spring and autumn. **WHERE:** Flat areas in the mountainous zone (Kofinas Plateau), highland areas, certain areas of sparse vegetation along the coast, and the estuary of the Anapodaris River.

**Νεροποταμίδα** / Aquatic warbler *(Acrocephalus paludicola)*: **ΠΟΥ: Εκβολή του Αναποδάρη, πιθανόν στις λίμνες του Δήμου.**
/ **WHERE**: The estuary of the Anapodaris River, possibly also around Municipality reservoirs.

**Δρυομυγοχάφτης** / Semi-collared flycatcher *(Ficedula semitorquata)*
**ΠΟΥ:** Περιοχή του πευκοδάσους του Κουδουμά. / **WHERE:** The area around the pine forest of Koudoumas.

**Κρικομυγοχάφτης** / Collared flycatcher *(Ficedula albicollis)*
**ΠΟΥ:** Περιοχή του πευκοδάσους του Κουδουμά, αλλά και σε πιο ανοικτές εκτάσεις (μακί, καλλιέργειες).
/ **WHERE:** The area around the pine forest of Koudoumas, as well as in open-land areas (maquis, farmland).

**Αρτέμης** / Scopoli's shearwater *(Calonectris diomedea)*
**ΠΟΥ:** Ανοιχτή θάλασσα. Πιθανόν σε νησίδες που υπάρχουν νότια των δυτικών Αστερουσίων (εκτός περιοχής Δήμου).
/ **WHERE:** Open sea. Possibly on the islets lying south of the western Asterousia Mountains.

# ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

## RELIGIOUS ROUTES

**Από τα πλέον χαρακτηριστικά γνωρίσματα της κρητικής ανθρωπογεωγραφίας και πολιτισμού είναι η κυριαρχία του θρησκευτικού στοιχείου στο τοπίο, μέσα από την παρουσία εκατοντάδων μικρών, κατά κανόνα, εκκλησιών σε κάθε γωνιά της κρητικής γης.**
**Ακολουθώντας μια πρακτική που κρατά χιλιάδες χρόνια, ο κάτοικος της περιοχής επέλεγε τους λατρευτικούς του χώρους σε τοποθεσίες που έκρινε ότι εξέπεμπαν μια ιδιαίτερη ενέργεια και που, συνήθως, συνδέονταν με τα στοιχεία της φύσης: κορυφές λόφων και βουνών, πηγές νερού, απόκρημνες χαράδρες, εκβολές ποταμών. Σε πολλές περιπτώσεις, στα απομεινάρια αυτών των αρχαίων λατρευτικών τόπων, χτίστηκαν μεταγενέστερα χριστιανικά εκκλησάκια που συνέχιζαν την προσπάθεια του ανθρώπου για επικοινωνία με το θείο.**
**Έτσι περιηγούμενοι το Δήμο, θα μείνετε έκπληκτοι από το πλήθος των εκκλησιών που θα συναντήσετε ακόμα και στα πιο απόμακρα και δύσβατα μέρη.**
**Πολλά από αυτά υπήρξαν ερημητήρια για καλόγερους που επέλεξαν τη μοναστική ζωή.**
**Σε κάθε χωριό, μικρό ή μεγάλο, θα συναντήσετε πολλές εκκλησίες. Όλες θεωρούνται σημαντικές, αλλά μία, συνήθως είναι αφιερωμένη στον «πολιούχο», τον άγιο δηλαδή ή τον προστάτη του χωριού, ενώ εκτός οικισμών ξεφυτρώνουν μικρά γραφικά ξωκλήσια παντού, άλλοτε ανακαινισμένα και άλλοτε ταλαιπωρημένα από τα στοιχεία της φύσης και το χρόνο.**

/ One of the most characteristic features of Cretan culture and human geography is religion's dominance over the landscape through the presence of hundreds of (mostly) small churches that can be found in every niche and corner of the island.
In-keeping with a practice that goes back thousands of years, inhabitants of the area would choose as their place of worship locations that they believed exuded a distinct energy, which were usually associated with the elements: hilltops and mountain peaks, springs, steep gorges, and river estuaries. In many cases, Christian chapels were erected on the sites of earlier, ancient places of worship, continuing humankind's efforts to commune with the divine. There is an astounding number of churches to be

seen whilst touring the region of Archanes-Asterousia, even in the most remote and inaccessible locations. Many of these were once hermitages, used by monks who practised asceticism.
Multiple churches can also be found in each village, whatever its size. All of them are considered important, and one is usually dedicated to the patron/matron saint and protector of the village. Outside the limits of the hamlets and villages, little picturesque chapels dot the landscape, some restored and others weathered by the elements and the passing of time

**Αστερούσια: το Άγιο Όρος της Κρήτης**
**Τα Αστερούσια είναι μια από τις σπουδαιότερες κοιτίδες του χριστιανισμού και του μοναχισμού στην Κρήτη. Εδώ καταγράφεται η μεγαλύτερη πυκνότητα σε σκήτες και τόπους λατρείας, γεγονός που δικαιολογεί τον τίτλο που τους έχει αποδοθεί ως το Άγιο Όρος της Κρήτης. Η μορφολογία του εδάφους, μακριά από τις πόλεις, τα χωριά, γεμάτη σπηλιές, φαράγγια και απόμερα μέρη και οι κλιματολογικές συνθήκες, καθιστούσαν τον τόπο ιδανικό για την άνθηση του μοναχισμού και ιδιαίτερα του ασκητισμού.**

**/ The Asterousia Range: The Holy Mountain of Crete**
The Asterousia Range is one of the most important cradles of Christianity and monasticism on Crete. It is the densest area in cloisters and places of worship, a fact that vindicates its title as the Holy Mountain of Crete. Due to the morphology of the terrain, its relative distance from cities and villages, the multitude of caves, ravines, remote areas and climate conditions, this area was ideal for monks and especially hermits.

# ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑ
# MONASTERIES

## Μονή της Παναγίας της Καρδιώτισσας
## / Panagia Kardiotissa Convent

**Τα απομεινάρια της εκκλησίας της Παναγίας βρίσκονται πολύ κοντά στην περίφημη «Γέφυρα στο Καρυδάκι». Το μοναστήρι έπαψε να χρησιμοποιείται λόγω των περιοριστικών μέτρων που επιβλήθηκαν για χάρη του έργου ύδρευσης του Ηρακλείου (Φραντζέσκο Μοροζίνη).**
**Η κατασκευή της εκκλησίας πρέπει να έγινε πριν το 1.200 μ.Χ. Πρόκειται για μία τρίκλιτη Βασιλική, επιφάνειας 60 τ.μ., με θολοσκέπαστο νάρθηκα, μπροστά από το μεσαίο και το νότιο κλίτος.**

/ The ruins of the church of Panagia are located very close to the famous 'Gefyra sto Karydaki' [Bridge at Karydaki]. The monastery was forced to stop operating due to the restrictive measures imposed to enable the Heraklion water supply works (Francesco Morosini).
It was probably built before 1200 A.D. The church is a three-aisled basilica with a floor area of 60m$^2$. There is a domed narthex, in front of the middle and southern aisles

## Των Καλογράδων τα κελλιά (Γιούχτας)
## / 'Ton Kalogradon Ta Kelia' (The Monks' Cells) (Mt. Juktas)

**Στη δυτική απόκρημνη πλαγιά του Γιούχτα είναι σκαρφαλωμένο ένα παλιό ερειπωμένο μοναστήρι, «Των Καλογράδων τα Κελιά». Πολλοί πιστεύουν ότι εκεί ήταν και το ερημητήριο του Αγίου Παύλου. Το μοναστήρι ήταν ένα από τα πολλά σημεία μοναχισμού πάνω στο Γιούχτα και γύρω από αυτόν, όπου ήκμασαν επί Ενετοκρατίας και παρήκμασαν επί Τουρκοκρατίας λόγω εκτεταμένων λεηλασιών. Σήμερα σώζονται, σχετικά σε καλή κατάσταση, δύο κτίσματα· το ένα αποτελείται από έναν οχυρωματικό τοίχο με εσωτερικό υπαίθριο χώρο και μια κάμαρα χτισμένη μέσα στο βράχο, το άλλο βρίσκεται λίγα μέτρα πιο νότια - μάλλον ήταν η δεξαμενή όπου συγκέντρωναν νερό - το οποίο έβγαινε όπως φαίνεται από μια μεγάλη τρύπα στο βράχο, που σήμερα έχει στερέψει.**
**Η πρόσβαση σε αυτό είναι δύσκολη, αν όχι επικίνδυνη, και γίνεται από δύο σημεία: από την κορυφή, λίγο πριν το εκκλησάκι του Αφέντη Χριστού και από τους πρόποδες του Γιούχτα**

/ There is an old, abandoned convent perched on the steep, western slopes of Mt. Juktas, known as Ton Kalogradon Ta Kelia-literally, The Monks' Cells.
Many believe that this was the location of Saint Paul's hermitage. The convent was one of many places of monasticism on and around Mt. Juktas, which flourished during the period of Venetian rule and then declined during the period of Ottoman rule, due to extensive pillaging.
Two structures still survive in moderately good condition: One comprises of a defensive wall with an inner courtyard and a chamber cut out of the rock-

face, and the other is located a few metres to the south and was likely used to collect the water that flowed from a rather large opening in the rock face; the spring, however, has now run dry.
Access to the site is difficult, if not dangerous. It can be reached either from the mountain peak, just before the Afenti Christou (Lord Christ) chapel, or from the foot of Mt. Juktas

## Μονή Σπηλιώτισσας
/ Spiliotissa Monastery

**Στην αρχή του φαραγγιού της Σπηλιώτισσας (από τη μεριά του Αγίου Βασιλείου) βρίσκεται το Σιναϊτικό γυναικείο μοναστήρι που είναι επισκέψιμο συγκεκριμένες ημέρες και ώρες (κατόπιν συννενόησης. τηλ.: 2810 741370).**
**Ο ναός τη Μονής είναι χτισμένος σε βράχο όπου, κατά μια παράδοση, βρέθηκε η εικόνα της Παναγίας. Τα ίχνη των τοιχογραφιών επάνω στο βράχο του σπηλαίου της Παναγίας χρονολογούνται από τον 15ο αιώνα. Γύρω στα 1600 φαίνεται πως η Μονή ήκμαζε. Η Μονή πέρασε στη δικαιοδοσία της Μονής Σινά κατά την περίοδο 1649-1669.**

/ At the beginning of the Spiliotissa Gorge (on the side of Agios Vasileios) you will find the Sinai convent of Panagia Spiliotissa. The convent initially operated as a monastery and, today, it is one of the smallest active convents on Crete. Visits to the convent can be arranged (Tel: 2810 741370).
The chapel of the monastery is built on a rock, on which, according to tradition, an icon of the Virgin Mary was found. What remains of the murals on the rock in Panagia cave dates back to the 15th century. It seems that the monastery flourished at around 1600. It came under the jurisdiction of Sinai Monastery during the 1649-1669 period. The first primary school in the region was founded here.

## Ι.Μ Αγίου Νικήτα
/ Holy Monastery of St. Nikitas

**Το μοναστήρι είναι αφιερωμένο στον Άγιο Νικήτα και θεωρείται από πολλούς πιστούς θαυματουργό. Ο ιερός αυτός τόπος ήταν ερημητήριο και σκήτη πνευματικής άσκησης κυρίως από τους μοναχούς της Μονής Κουδουμά. Ο ναός είναι χτισμένος σε σπηλαιώδη κοιλότητα και με βάση τον ελάχιστα διατηρούμενο τοιχογραφικό διάκοσμο του σπηλαιώδους ναού, σε δύο αλλεπάλληλα στρώματα. Η Μονή φαίνεται ότι ιδρύθηκε τον 14ο-15ο αι., όταν ο αναχωρητισμός είχε διαδοθεί ευρέως στην περιοχή των Αστερουσίων. Αριστερά του ιερού Βήματος, σε μικρότερο σπήλαιο που λειτουργεί ως Διακονικό, λέγεται ότι ρέει αγίασμα από σταλακτίτες. Σήμερα υπάγεται διοικητικά στη Ιερά Μητρόπολη Αρκαλοχωρίου, Καστελλίου και Βιάννου. Το μοναστήρι είναι κατάφυτο από ελαιόδεντρα και άλλα οπωροφόρα δέντρα, ενώ διαθέτει ένα συγκρότημα με αρκετά κελιά όπου μπορούν να διανυκτερεύσουν και επισκέπτες κατόπιν συνεννόησης με τον επιστάτη που διαμένει μόνιμα εκεί.**

/ Many consider this monastery miraculous. This holy site used to be a hermitage and cloister for the spiritual work of monks, mainly from Koudoumas Monastery. The church was built in a cave and, as indicated by its scantily preserved two-layer murals, the Monastery was probably built in the 14th-15th centuries, when anachoreticism was widely spread in the Asterousia Mountain Range. To the left of the holy bema (sanctuary), a smaller cavern used by deacons, is said to have stalactites that drip holy water.
At present, it is administrated by the newly established Arkalohori, Kastelli and Viannos diocese.
The monastery is rife with olives and other fruit-bearing trees, and features a cluster of cells where visitors can spend the night following arrangements with the caretaker, who lives on the premises.

## Αγ. Παύλος, Παράνυμφοι
/ Holy Monastery of Agios Pavlos, Paranymfoi

**Η Μονή Αποστόλου Παύλου χρονολογείται από την εποχή της Ενετοκρατίας και λειτουργούσε ως ερημητήριο μέχρι τα μέσα περίπου του 20ου αι. Η επιλογή της θέσης του μοναστηριού δεν ήταν τυχαία. Πάνω στην οδό σύνδεσης των Παρανύμφων με τη Μονή Κουδουμά, πάνω από τους επιβλητικούς και ιδανικούς για ασκητεία γκρεμούς και βραχοσπηλιές των Αστερουσίων και, κυρίως, ανατολικά του ιερού κορυφής στον Κόφινα. Η Μονή ήκμασε την**

εποχή που ο λόγιος Ιωσήφ Φιλάγρης διηύθυνε τη γειτονική μονή των Τριών Ιεραρχών στην τοποθεσία Λουσούδι. Το μοναστήρι λειτούργησε σε όλο το διάστημα της Ενετοκρατίας και ανακαταλήφθηκε την περίοδο της τουρκικής κατάκτησης. Κατά την Τουρκοκρατία απογυμνώθηκε από τα περιουσιακά της στοιχεία και όταν κατά το 19ο αι. έγιναν προσπάθειες ανασύστασής της, οι κάτοικοι των Παρανύμφων και του Πλατανιά έσπευσαν να προσφέρουν χρήματα. Η ραγδαία ανάπτυξη του Κουδουμά επηρέασε και αυτή τη μονή που σταδιακά εγκαταλείφθηκε. Ακριβώς κάτω από το εκκλησάκι, που είναι χτισμένο σε ένα φυσικό μπαλκόνι, ξεκινά απότομο φαράγγι και οι γκρεμοί των νοτίων Αστερουσίων που είναι ένα από τα πιο επιβλητικά σημεία της Κρήτης. Η τοποθεσία αυτή όπου βρίσκεται είναι ιδανική για εγκατάσταση πληθυσμών και πιθανότατα είχε προσελκύσει πολλούς και κατά την αρχαιότητα, κρίνοντας από τα διάσπαρτα ευρήματα σε όλη την περιοχή.
Ο ναός ανήκει στον τύπο της μονόκλιτης βασιλικής με νάρθηκα, ενώ το οξυκόρυφο θύρωμα της εισόδου είναι λαξευτό σε πωρόλιθο, τυπικό για την περίοδο της Ενετοκρατίας. Στο εσωτερικό του ναού σώζονται κάποια τμήματα από τις πολύ όμορφες αρχικές τοιχογραφίες που κάποτε κοσμούσαν το ναό στις οποίες έχει γίνει πρόχειρη συντήρηση. Στην αυλή της Μονής φαίνονται ερείπια από τα κελιά των μοναχών, που είναι προσαρτημένα στο κτίριο του ναού, καθώς και κάποιοι τάφοι.

/ The Agios Pavlos Monastery [St. Paul] dates back to the Venetian rule period. It used to operate as a hermitage site until about the mid-20th century. This location was not chosen in random; it is on the road from Paranymfoi to Koudoumas Monastery, above the imposing cliffs and rocky caves of the Asterousia, which is ideal for hermits.
The Monastery flourished when scholar Iosif Filagris ran the neighbouring Treion Ierarchon Monastery, at Lousoudi ton Kapetanianon. Agios Pavlos Monastery operated throughout the Venetian era. During the Ottoman rule, it was stripped of its belongings and when, during the 19th century, attempts were made to re-establish it, the residents of Paranymfoi and Platanas eagerly offered their money. The rapid growth of Koudoumas Monastery had a negative impact on the Monastery, which was gradually abandoned. Right below the chapel, which is built on a natural balcony, starts a precipitous ravine and the cliffs of the south Asterousia, one of the most imposing locations on Crete. This area is ideal for settlement, and had likely attracted numerous residents during antiquity, judging by the archaeological findings interspersed in the entire area.
Architecturally, this Monastery is a single-nave basilica with a narthex, while the pointed door-frame is carved in limestone, a typical practice in the Venetian era. In the church interior, parts of the beautiful original murals that used to adorn it are still visible and have been roughly repaired. In the Monastery yard there are ruins of monk cells, annexed to the church, as well as a few graves.

## Ι. Μ. Αγίου Γεωργίου Επανωσήφη
/ Holy Monastery of St. George Epanosifis

Η Μονή του Αγίου Γεωργίου του Απανωσήφη ή Επανωσήφη είναι από τις πιο πολυπληθείς ανδρικές μονές στην Κρήτη και ένα από τα πιο φημισμένα μοναστήρια στο νησί.
Η Μονή χρονολογείται από το τέλος της Ενετοκρατίας κι αμέσως απέκτησε μεγάλη φήμη που τα επόμενα χρόνια έγινε ένα από τα μεγαλύτερα προσκυνήματα της Κρήτης.
Η μονή ιδρύθηκε γύρω στα 1600, από το μοναχό Παΐσιο, ο οποίος ξεκίνησε από τη Μονή Αγ. Αντωνίου Απεζανών για να πάει στη Μονή Αγκαράθου. Διανυκτέρευσε όμως στα κτήματα του ενετού Λαγγουβάρδου κοντά στο Κακό Χωριό (το σημερινό Μεταξοχώρι) και όταν στον ύπνο του είδε τον Άγιο Γεώργιο, έκτισε εκεί την Μονή Επανωσήφη.
Την περίοδο της τουρκικής επιδρομής (1645-1669), η Μονή Επανωσήφη αρχίζει να αναπτύσσεται και να αποκτά τα πρώτα σημαντικά περιουσιακά της στοιχεία. Στα χρόνια της Τουρκοκρατίας διατηρούσε σχολείο και πλούσια βιβλιοθήκη. Συγχρόνως ζούσαν στο Μοναστήρι λόγιοι Μοναχοί, οι οποίοι ανέπτυξαν δράση ως αντιγραφείς βιβλίων, ως υμνογράφοι, ή ως διδάσκαλοι.
Η πνευματική ακτινοβολία της Μονής και η οικονομική της άνθιση συνεχίζονται και κατά τα προεπαναστατικά χρόνια. Η επανάσταση όμως του 1821 υπήρξε καθοριστικός σταθμός για τη ζωή της Μονής. Πολλοί μοναχοί σφαγιάστηκαν και κειμήλια πουλήθηκαν για να αγοραστούν όπλα για τον αγώνα.

**Κατά την επανάσταση του 1866 οι πατέρες της Μονής μαζί με τον Ηγούμενο Σωφρόνιο διαδραμάτισαν ενεργό ρόλο. Εκείνη την περίοδο η Εκκλησία ανέλαβε να συντηρεί από τα έσοδα των μοναστηριών τα σχολεία της Κρήτης.**
**Το 1941 οι Μοναχοί του Επανωσήφη πήραν μέρος στη Μάχη της Κρήτης. Το Ηγουμενείο έγινε νοσοκομείο για τους τραυματίες και πάνω από 100 αστικές οικογένειες βρήκαν καταφύγιο στο μοναστήρι.**
**Τα επίσημα πανηγύρια της είναι 2 φορές το χρόνο· την 23η Απριλίου (του Αγίου Γεωργίου) και την 3η Νοεμβρίου (ανακομιδή των Ιερών Λειψάνων του Αγίου Γεωργίου).**

/ The Monastery of Agios Georgios [St. George] Apanosifis or 'Epanosifis' is one of the more populous and famous monasteries on Crete. It was established at the end of Venetian rule and soon gained a lot of fame. As a result, it became one of the biggest pilgrimage sites on Crete. The monastery was founded in 1600 by Brother Paisios, a monk travelling from the Apezana Monastery to Agarathos Monastery. He spent the night at the property of Venetian Lagouvardos, near Kako Horio (present-day Metaksohori), and built Epanosifis Monastery after a visitation by Saint George himself in a dream. During the Ottoman occupation (1645-1669), the Epanosifis Monastery started to develop and gained its first significant possessions. By the 18th century, the Monastery was flourishing. Most travellers who visited Crete also stopped at Epanosifis Monastery and many of them recorded information on the monastic society, the Monks' customs, the monastery's spiritual achievements as well as the structure of the building complex.
The Monastery's spiritual achievements and its economic development continued until the years preceding the Greek Liberation War of 1821, which was a decisive point in the Monastery's life. A lot of monks were slaughtered by the enemy, while heirlooms were sold to buy arms.
The holy fathers of the Monastery together with Abbot Sofronios played an active part in the revolution of 1866. During that time, the Christian Church committed to supporting the schools of the island with the monasteries' income.
In 1941, the Epanosifis Monks participated in the Battle of Crete. The Abbot's room was turned into a hospital for the wounded and more than 100 urban families took refuge at the Monastery.
Epanosifis Monastery holds celebrations twice a year, and scores of churchgoers participate: one on 23 April, the feast honouring Saint George's martyrdom, and another on 3 November, the date of the translation of Saint George's holy relics.

## Μονή Αγίου Δημητρίου στο Μεσοχωριό / Agios Dimitrios Monastery, Mesochorio

**Η ερειπωμένη Μονή βρίσκεται στη βόρεια πλευρά των Αστερουσίων στο δρόμο που οδηγεί προς τον Αχεντριά. Σύμφωνα με τις σωζόμενες μαρτυρίες, η Μονή υπήρχε από την εποχή της Ενετοκρατίας, ενώ σε πηγή του 1848 αναφέρεται ως «ερημομοναστήριο». Ήταν μικρό, με λίγους μοναχούς που ασχολούνταν με την κτηνοτροφία. Τα ερείπιά του που σώζονται γύρω από το ναό, μόλις που διακρίνονται σήμερα, παρόλο που οι παλαιότεροι κάτοικοι της περιοχής θυμούνται εκτεταμένο συγκρότημα κτιρίων.**
**Η παράδοση μιλάει για συνεχείς λεηλασίες από τους Τούρκους, που όπως φαίνεται ήταν και ο λόγος που εγκαταλείφθηκε και καταστράφηκε ολοσχερώς η Μονή. Σύμφωνα με τους ιστορικούς, «η θέση του σε μια περιοχή που προσφερόταν για τη φιλοξενία των χαΐνηδων και η γειτνίασή του με τα Τουρκοχώρια της εύφορης Μεσαράς αποτελούν στοιχεία που μας επιτρέπουν να υποθέσουμε ότι το μοναστήρι αυτό καταστράφηκε ολοκληρωτικά κατά την επανάσταση του 1821».**

/ The dilapidated monastery is located in the northern part of the Asterousia Mountains, on the road that leads to Achentrias. According to surviving accounts, the monastery dates to the period of Venetian rule, and, in an 1848 source, it is referred to as 'erimomonastirio'-'deserted monastery'.
It was small, and its few monks were engaged in livestock farming. The ruins that still survive around its church are now barely discernible, but older inhabitants of the area recall an entire building complex. Oral tradition talks of constant pillaging by the Ottomans, and this appears to be one of the reasons why the monastery was abandoned and completely destroyed. According to historians, "its location, in an area particularly well-suited for providing shelter to rebels and its proximity to the

Tourkochoria (Turks' villages) of the fertile plain of Mesara support the theory that the monastery was completely destroyed during the Greek Liberation War of 1821".

## Παναγία Τσούτσουρα
/ Panagia at Tsoutsouras

**Ο πολύ προσεκτικός επισκέπτης του Τσούτσουρα, θα παρατηρήσει ανάμεσα σε σύγχρονα τουριστικά καταλύματα τα ερείπια των κελιών παλιάς Μονής που σώζονται πολύ κοντά στη θάλασσα και σε αρκετή απόσταση από το Ναό της Παναγίας.**
**Η αλήθεια είναι ότι στις μέρες μας, λόγω της εκτεταμένης δόμησης, γύρω από το ναό της Παναγίας δεν υπάρχει πια τίποτα που να θυμίζει παλιό μοναστήρι ή ερημητήριο. Σύμφωνα με την έκταση που καταλαμβάνουν τα ερείπια, κρίνεται ότι εδώ ζούσαν τουλάχιστον 3-4 μοναχοί.**

/ Amongst the various modern tourist accommodation properties, keen-eyed visitors to Tsoutsouras will notice the ruins of an old monastery's cells, close to the beach and at some distance from the church of the Panagia.
The truth is that, today, as a result of extensive development in the area, there is nothing left around the church reminiscent of a monastery or hermitage. Judging by the area over which the ruins are spread, it is believed that at least 3-4 monks once lived here.

## Τρεις Εκκλησιές
/ Treis Ekklisies

**Η τοπική παράδοση θέλει τον όρμο των Τριών Εκκλησιών τόπο ερημητισμού κατά τα παλαιότερα χρόνια. Μετά το 1900 έγινε εξάρτημα του Κουδουμά. Οι εκκλησίες της Παναγίας του Χριστού και του Αγίου Γεωργίου ήταν τοιχογραφημένες.**

/ Local tradition has it that the bay of Treis Ekklisies ('Three Churches') was once a place of asceticism. After 1900, it was annexed to Koudoumas Monastery. The churches-dedicated to the Virgin Mary, Christ, and Saint George-all feature murals.

## Μαριδάκι
/ Μαριδάκι

**Γύρω από το ανακαινισμένο ναό της Θεοτόκου, στον μικρό παραλιακό οικισμό του Μαριδακίου, υπάρχουν κτίρια που παλαιότερα είχαν χρησιμοποιηθεί από μοναχούς και ερημίτες (τα τελευταία χρόνια χρησιμοποιήθηκαν ως γραφεία του πολιτιστικού συλλόγου Μαριδακίου). Δεν είναι γνωστό αν και πότε ξεκίνησε να λειτουργεί μοναστήρι. Σύμφωνα όμως με τις πηγές, στις αρχές του 20ου αιώνα λειτούργησε εδώ μικρή Μονή με τουλάχιστον 3 μοναχούς.**

/ In the vicinity of the restored church of Theotokos ('Mother of God'), in the small seaside hamlet of Maridaki, there are three buildings that were once used by monks and hermits (and which, more recently, served as the offices of the hamlet's cultural centre). It is not known if and when this was first used as a monastery. However, according to sources, this was the location of a small monastery with at least three monks in the early 20th century.

# ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ
## SUGGESTED RELIGIOUS ITINERARIES

**Εάν επιλέξετε να γνωρίσετε την περιοχή του Δήμου εστιάζοντας στα θρησκευτικά του μνημεία και γεγονότα, σας προτείνουμε να σχεδιάσετε το ταξίδι σας με κριτήριο είτε χρονολογικό, βάσει των μεγάλων εορτών του Χριστιανισμού, είτε χωροταξικό. Ξεκινώντας από το πρώτο σας προτείνουμε:**

/ For those who wish to explore the municipality whilst focusing on religious monuments and events, we recommend that trips be planned either around a specific time of year, to coincide with the great feasts of Christianity, or around specific locations.
For trips planned around a specific time of year, we recommend:

**Περίοδο Πάσχα:**
**Κορυφαία γιορτή της Χριστιανοσύνης. Όπου κι αν βρεθείτε τη Μεγάλη Εβδομάδα θα απολαύσετε τα θρησκευτικά τελετουργικά και εκκλησιαστικές λειτουργίες σε όλα τα χωριά του Δήμου. Επιλέξτε για τη Μεγάλη Παρασκευή τη Μονή Επανωσήφη, όπου, μετά τη λιτάνευση του Επιταφίου όλοι κατευθύνονται αρχικά στο κοιμητήριο και στη συνέχεια πηγαίνουν στο υπόστεγο των προβάτων προκειμένου αυτά να περάσουν κάτω από τον Επιτάφιο. Και μια και θα βρίσκεστε εδώ, μη χάσετε στις 23 Απριλίου (του Αη Γιωργιού, λίγο μετά την Κυριακή του Πάσχα), στην ίδια Μονή τη Γιορτή Επανωσήφη με τα γεωργαλίδικα άλογα.**

/ Easter:
The greatest of Eastern Orthodox Christianity feasts. During Holy Week, religious rituals and church ceremonies can be enjoyed at all villages throughout the municipality. Epanosifis Monastery is a good choice for Holy Friday. After the procession of the Epitaphios, everyone heads first to the cemetery and then to the sheepfold, and the Epitaphios is held high to allow the sheep to pass under it. Also in the area and very much worth experiencing are the celebrations on Saint George's day, held either on Easter Monday or on 23 April, if it is after Easter. These are also held at Epanosifis Monastery and feature 'georgalidika' or Mesara horses-a rare Cretan breed.

**Δεκαπενταύγουστος:**
**Η δεύτερη σημαντικότερη ημέρα, εορτασμου της Κοίμησης της Θεοτόκου. Η Παναγία τιμάται σε πλήθος από ναούς, εκκλησίες και ξωκλήσια εντός και εκτός των χωριών κι έτσι, όπου κι αν βρεθείτε, θα συναντήσετε αρτοκλασίες, λειτουργίες, πανηγύρια και πλείστα δρώμενα που, επ' ευκαιρία του καλοκαιριού, συνδυάζονται με απολαυστικά μπάνια στις θάλασσες και με βόλτες στα βουνά. Αν βρεθείτε στη μέση περίπου του Δήμου, μην ξεχάσετε να επισκεφτείτε τη Μονή Σπηλιώτισσας στον Άγιο Βασίλειο, όπου τελείται εορτασμός και είναι από τις ελάχιστες φορές που το κατανυκτικό μοναστήρι ανοίγει για το ευρύ κοινό.**

/ Dekapentavgoustos
(lit. 15 August, the Dormition of the Virgin):
This is an important day of celebration commemorating the Dormition of the Theotokos (Mother of God). Virgin Mary is honoured across scores of chapels and churches of all sizes, in villages and across the countryside. Artoklasies (lit. Breaking of the Bread, a service during which priests bless and break five loaves of bread), liturgies, special masses, festivities, and numerous events are held throughout the entire region and, since it is in the summer, they can be combined with swimming in the sea and exploring the mountains. In the municipality's central region, just outside the hamlet of Agios Vasileios, the celebrations at Spiliotissa Convent-one of the rare occasions that the devout convent opens its doors to the public-should not be missed.

## Εάν επιλέξετε το ταξίδι σας με κριτήριο χωροταξικό, τότε σας προτείνουμε:

**Α) Ενότητα «Άγιο Όρος της Κρήτης».**
**Στα Αστερούσια με τις μοναστικές κοινότητες και το πλήθος από ξωκλήσια που ξεπροβάλλουν από παντού, μαζί με πιστούς που τελούν μυστήρια σε ανύποπτες ημέρες του χρόνου.**

**Διαδρομή Α1 (οδικώς):**
**Χάρακας > Παρανύμφοι > Μονή Αγίου Παύλου > Μονή Τριών Ιεραρχών στο Λουσούδι > Μονή Κουδουμά > Αγία Μονή.**

**Διαδρομή Α2 (οδικώς & πεζοπορώντας):**
**Χάρακας > Παρανύμφοι > Μονή Αγίου Παύλου > (από εδώ πεζοπορία από 3 ως 4 ώρες) > Μονή Κουδουμά.**

**Διαδρομή Α3 (οδικώς):**
**Πύργος > Τρεις Εκκλησιές (Μονή).**

**Διαδρομή Α4 (οδικώς):**
**Πύργος > Μεσοχωριό (Μονή) > Αχεντριάς > Μονή Αγίου Νικήτα και φοινικόδασος.**

**Διαδρομή Α5 (οδικώς - πεζοπορικώς):**
**Πύργος > Μεσοχωριό (Μονή Αγίου Δημητρίου) > Αχεντριάς > Μονή Αγίου Νικήτα και φοινικόδασος > Μαριδάκι (Μονή) > (από εδώ πεζοπορώντας από μισή έως μία ώρα) > Τσούτσουρας (Μονή Παναγίας Τσούτσουρα).**

**Β) Ενότητα μεσόγεια ζώνη**
**Δήμου Αρχανών Αστερουσίων**

**Διαδρομή Β1 (οδικώς - πεζοπορικώς):**
**Ηράκλειο > Κάτω Αρχάνες > Φουρνί > από εδώ πεζοπορώντας μέχρι την Παναγία την Καρυδακιανή και επιστροφή στο αυτοκίνητο > (συνεχίζετε από εδώ οδικώς) Πάνω Αρχάνες > δυτικές υπώρειες του Γιούχτα κάτω από τα Κελιά των Καλογράδων (τα προσεγγίζετε με προσοχή πεζοπορώντας σε μονοπάτι που δύσκολα διακρίνεται και επιστρέφετε από το ίδιο σημείο) > (οδικώς) Κορυφή Γιούχτα - Μονή Σωτήρα Χριστού.**

**Διαδρομή Β2 (οδικώς):**
**Ηράκλειο > Πεζά > Άγιος Βασίλιος > Μονή Σπηλιώτισσας > Χουδέτσι > Μονή Επανωσήφη.**

**Διαδρομή Β3 (οδικώς - πεζοπορώντας):**
**Ηράκλειο > Πεζά > Άγιος Βασίλιος > Χουδέτσι (από εδώ πεζοπορώντας μισή ώρα μέσα από το φαράγγι της Σπηλιώτισσας για να καταλήξετε στο ομώνυμο μοναστήρι και επιστροφή για να πάρετε το αυτοκίνητο).**

/ For trips planned around specific places, we recommend:

**A) Theme: 'The Holy Mountain of Crete'**
Tours of the Asterousia Mountain Range, with its monastic communities and scores of chapels that seem to just sprout out of the landscape, following the faithful in their rites on various days of the year.

**Route A1 (driving):**
Charakas > Paranymfoi > Agiou Pavlou (St. Paul) Monastery > Treis Ierarches (Three Hierarchs) Monastery in Lousoudi > Koudoumas Monastery > Agia Moni

**Route A2 (driving & hiking):**
Charakas > Paranymfoi > Agiou Pavlou (St. Paul) Monastery > (3-4 hours hiking) > Koudoumas Monastery

**Route A3 (driving):**
Pyrgos > Treis Ekklisies (Three Churches Monastery)

**Route A4 (driving):**
Pyrgos > Mesochorio (Monastery) > Achentrias > Agiou Nikita (St. Nikitas) Monastery and the palm forest.

**Route A5 (driving & hiking):**
Pyrgos, Mesochorio (Agiou Dimitriou [St. Demetrius] Monastery) > Achentrias > Agiou Nikita (St. Nikitas) Monastery and the palm forest > Maridaki (Monastery) > (30-60' hiking) > Tsoutsouras (Panagia Monastery)

**B) Theme: the Mediterranean region of the Municipality of Archanes - Asterousia**

**Route B1 (driving & hiking):** Heraklion > Kato Archanes > Fourni > hike to Panagia Karydakiani (Virgin Mary of Karydaki) and then back to the car > (continue by road to) Pano Archanes > western foot of Mt. Juktas, just below 'Kelia ton Kalogradon' (Monks' Cells) (care must be taken as the path that leads there is hard to discern) > (by road to) Mt. Juktas' peak - the Sotiras Christos (Christ the Saviour) Monastery.

**Route B2 (driving):**
Heraklion > Peza > Agios Vasileios > Spiliotissa Convent > Houdetsi > Epanosifis Monastery.

**Route B3 (driving & hiking):**
Heraklion > Peza > Agios Vasileios > Houdetsi (from here, hike half an hour through Spiliotissa Gorge to reach the Spiliotissa Convent and then head back to the car).

# ΔΡΟΜΟΙ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ
## WINE ROUTES

**Οι Δρόμοι του Κρασιού Νομού Ηρακλείου είναι διαδρομές που δημιουργήθηκαν από το Δίκτυο Οινοποιών και που έχουν σχεδιαστεί με τρόπο ώστε να μπορέσετε να γνωρίσετε όσο το δυνατόν περισσότερες αντιπροσωπευτικές αμπελουργικές-οινοπαραγωγικές ζώνες της περιοχής.**
**Συνδυάζουν τη διέλευση από περιοχές με αξιόλογη παρουσία μνημείων και ιστορικών χώρων που συνδέθηκαν με το κρασί από την αρχαιότητα, από παραδοσιακούς οικισμούς, περιοχές και μονοπάτια φυσικού κάλλους και από τα πιο αξιόλογα οινοποιεία, όπου μπορείτε να γευτείτε κρασιά και τοπικά εδέσματα.**

/ The Wine Routes of the Prefecture of Heraklion are routes that were created by the Winemaker's Network, and which have been designed in such a way that you have the opportunity to become acquainted with the largest possible number of representative grape-wine producing zones in the region. They combine travelling through regions with a noteworthy presence of monuments and historical sites associated with wine since antiquity, traditional hamlets, sites and trails of natural beauty, and the most noteworthy wineries where you can try wines and local delicacies.

### Περιγραφή διαδρομής
/ Route description

**Ακολουθώντας τη Λεωφόρο Κνωσού (στην πόλη του Ηρακλείου) στην έξοδο της πόλης συναντούμε τον αρχαιολογικό χώρο της Κνωσού. Σε μικρή απόσταση περιμετρικά από το ανάκτορο βρίσκονται και άλλα σημαντικά μινωικά μνημεία όπως η «Βασιλική έπαυλη», το «Μικρό Ανάκτορο», το «Καραβάν Σαράι», το «Σπίτι του Αρχιερέα», ο «Βασιλικός Τάφος - Ιερό» και η «Οικία του Διονύσου».**

**Στη συνέχεια ακολουθούμε την πανέμορφη κοιλάδα νότια της Κνωσού και ήδη αρχίζουμε να συναντάμε τους πρώτους αμπελώνες. Σε μικρή απόσταση, στα Σπήλια, διακρίνουμε την παλιά υδατογέφυρα του υδραγωγείου που μετέφερε στο Ηράκλειο τα νερά των πηγών της περιοχής των Αρχανών. Νοτιότερα από τα Σπήλια φθάνουμε στην διασταύρωση ανατολικά του δρόμου προς το χωριό Σκαλάνι που βρίσκεται στην κορυφογραμμή ενός λόφου κατάφυτου από αμπέλια. Αν επιλέξουμε να συνεχίσουμε νότια ακολουθώντας το δρόμο που διασχίζει την μικρή κοιλάδα που βρίσκεται ο συνοικισμός Πατσίδες, θα έχουμε την ευκαιρία να θαυμάσουμε ένα υπέροχο αγροτικό τοπίο με τους αμπελώνες να αναπτύσσονται στις πλαγιές της κοιλάδας μέχρι το χωριό Κάτω Αρχάνες. Σε μικρή απόσταση νοτιότερα φθάνουμε στις Αρχάνες, έναν από τους πλέον ανθηρούς αγροτικούς οικισμούς της Ελλάδας με βαθιές ρίζες στη μινωική αρχαιότητα και με μεγάλη οινοπαραγωγική παράδοση.**

**Δυτικά του οικισμού δεσπόζει το βουνό του Γιούχτα και διάσπαρτες αρχαιότητες όπως το μινωικό νεκροταφείο στην θέση Φουρνί, το Ιερό στα Ανεμόσπηλια και το Ιερό Κορυφής.**
**Εάν ακολουθήσουμε τον δρόμο νότια των Αρχανών θα βρεθούμε στον οικισμό του Βαθύπετρου, όπου βρίσκεται το Μινωικό Μέγαρο με το σταφυλοπιεστήριο, ένα από τα σημαντικότερα μνημεία της μινωικής περιόδου. Από τις Αρχάνες ακολουθώντας τον ανηφορικό δρόμο και αφού διασχίσουμε την κορυφή του λόφου ανατολικά, αντικρίζουμε την κατάφυτη από αμπέλια περιοχή των Κουνάβων, όπου φθάνουμε αφού διασχίσουμε το χωριό Καταλαγάρι.**
**Στη συνέχεια, νότια των Κουνάβων συναντούμε την κοιλάδα των Πεζών, το μεγαλύτερο οινοπαραγωγικό κέντρο της Κρήτης, και στις πλαγιές των τριγύρω λόφων απλωμένα τα παραδοσιακά αμπελοχώρια της περιοχής: Αγιές Παρασκιές, Καλλονή, Άγιος Βασίλειος.**

**Αν ακολουθήσουμε το δρόμο βόρεια από τις Αγιές Παρασκιές θα βρεθούμε στη Μυρτιά, έδρα του Μουσείου Νίκου Καζαντζάκη.**

**Ο δρόμος νότια από τις Αγιές Παρασκιές μας οδηγεί μέσα από ένα πανέμορφο λοφώδες τοπίο στην κοιλάδα του χωριού Μελέσες και νοτιότερα στο Αλάγνι με τους αμπελώνες τους να διαμορφώνουν ένα από τα ομορφότερα αγροτικά τοπία της Κρήτης. Από τα Πεζά, εάν ακολουθήσουμε**

**το δρόμο που διασχίζει τα χωριά Καλλονή και Άγιο Βασίλειο θα φθάσουμε στο Χουδέτσι, έναν οικισμό κρυμμένο στις πλαγιές μιας πανέμορφης κοιλάδας, που στην έξοδό της ανοίγεται ένα τοπίο με απέραντους αμπελώνες, ανοικτό στα νότια της ενδοχώρας του νομού.**

**Ακολουθώντας τον επαρχιακό δρόμο νότια από το Χουδέτσι και αφού περάσουμε από την Μονή Επανωσήφη συνεχίζουμε προς τα χωριά Μεταξοχώρι, Χαράκι, Μαδέ, Μελιδοχώρι και Βοριά, που τα τελευταία χρόνια παίζουν σημαντικό ρόλο στην οινοπαραγωγική διαδικασία της ευρύτερης περιοχής.**

/ Following Leoforos Knossou (in the city of Heraklion) will lead you to the city exit where the archaeological site of Knossos is located. At a short distance around the palace there are other Minoan monuments scattered, such as the 'Royal Mansion', the 'Small Palace', 'Caravan Sarai', the 'House of the High Priest', the 'Royal Tomb-Sanctuary', and the 'Villa of Dionysus'.
Continue along the beautiful valley south of Knossos and you will come across the first vineyards in no time. A short distance away, at Spilia, you will make out the old aqueduct that used to transfer spring water from the Archanes range to Heraklion. To the south of Spilia you will arrive at the intersection to the east of the road leading to the village of Sakalani, which is located on the ridge of a hill covered in vineyards. If you continue south, following the road crossing the small valley of Patsides hamlet, you will have the opportunity to admire a wonderful agricultural landscape with vineyards growing on the slopes of the valley all the way to Kato Archanes village. A little further to the south you will reach Archanes, one of the most flourishing farmers' hamlets in Greece, with deep roots in Minoan antiquity and a rich wine producing tradition.
To the south of the hamlet Mt. Juktas towers and antiquities are to be found all around, such as the Minoan cemetery at Fourni, the Sanctuary at Anemospilia and the Peak Sanctuary.

If you take the road leading south from Archanes you will reach the abandoned hamlet of Vathypetro, where the Minoan Mansion with the grape press is located, one of the most important monuments of the Minoan Period. From Archanes follow the ascending road and cross the peak of the hill to the east to come face to face with the district of Kounavoi, lush with vineyards, which you reach by crossing the village of Katalagari.

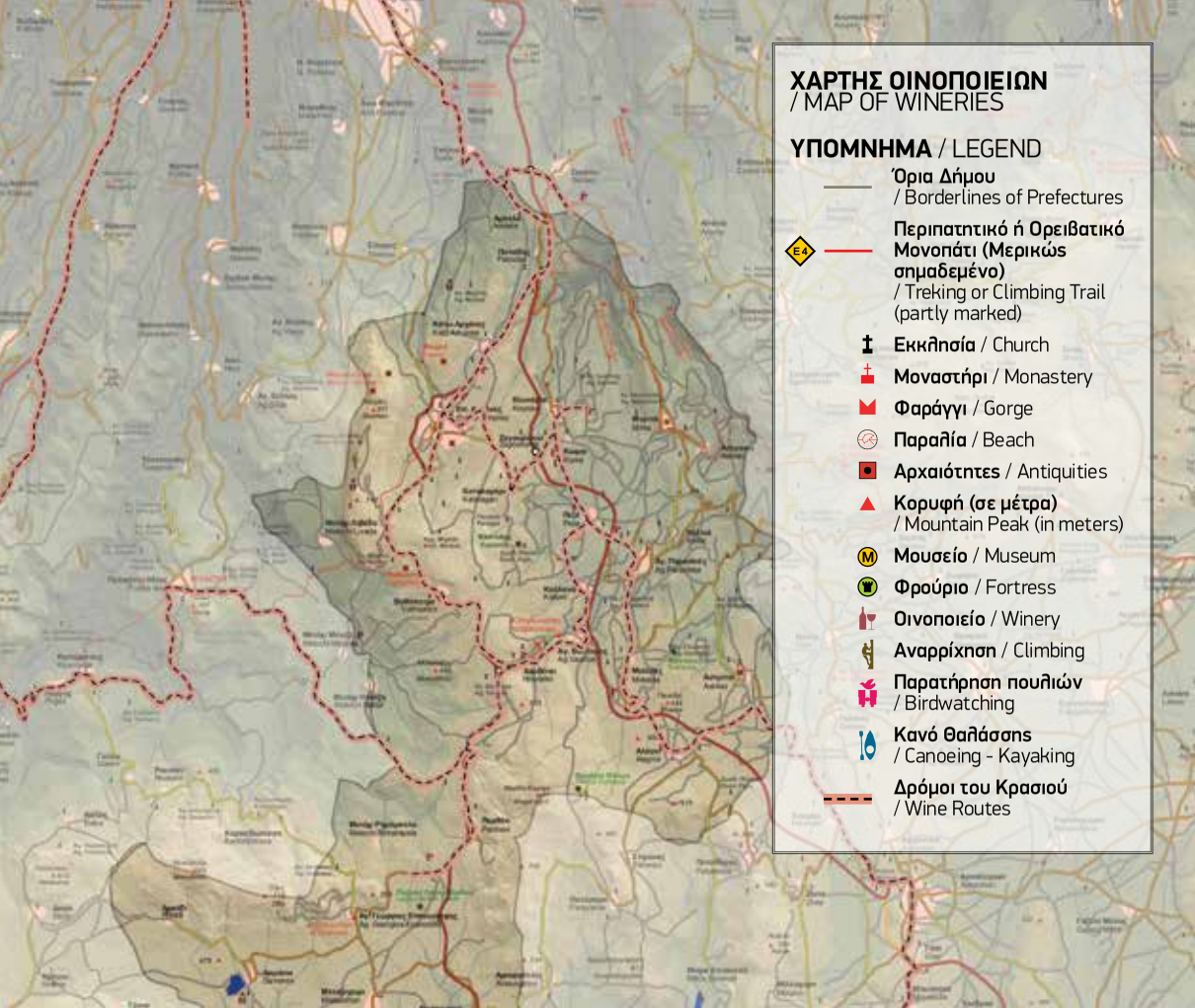
Further along, to the south of Kounavoi lies the valley of Peza, the largest wine producing centre of Crete; the slopes of the surrounding hills are dotted with the traditional vineyard villages of the region: Agies Paraskies, Kalloni, Agios Vasileios.

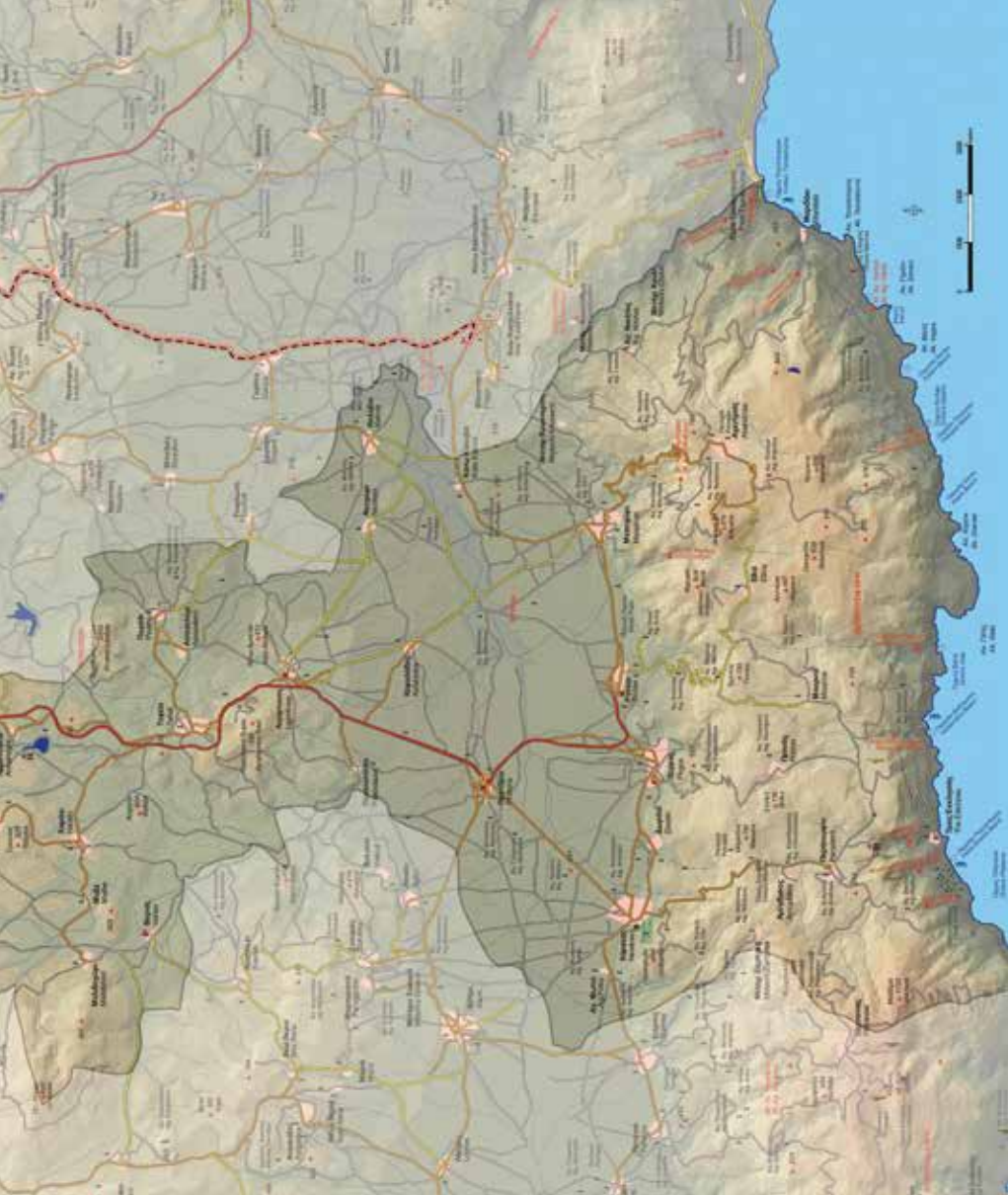
Take the road heading north from Agies Paraskies and you will find Myrtia, home of the Nikos Kazantzakis Museum.

The road leading south from Agies Paraskies journeys through a beautiful hilly landscape in the valley of Meleses village and further south to Alagni, its vineyards creating one of the most beautiful rural landscapes in Crete. From Peza take the road crossing the villages of Kalloni and Agios Vasileios to reach Houdetsi, a hamlet hidden on the hillsides of a gorgeous valley, at the exit of which rolls out a landscape with endless vineyards, opening out onto the south of the prefecture's hinterland.

Following the country road to the south of Houdetsi, after passing Epanosifis Monastery, continue to the villages of Metaxochori, Charaki, Madé, Melidochori, and Vorias, which have been playing a significant role in the wine producing process of the broader region over the last few years.

This is where the wine routes of the Municipality of Archanes-Asterousia end, and the routes that pass through neighbouring Municipalities continue. You can learn more about these routes from the Winemaker's Network (www.winesofcrete.gr) or from leaflets available at all wineries and the Town Hall.


ΧΑΡΤΗΣ ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΩΝ
/ MAP OF WINERIES
ΥΠΟΜΝΗΜΑ / LEGEND
Όρια Δήμου
/ Borderlines of Prefectures
E4
Περιπατητικό ή Ορειβατικό Μονοπάτι (Μερικώς σημαδεμένο)
/ Treking or Climbing Trail (partly marked)
Εκκλησία / Church
Μοναστήρι / Monastery
Φαράγγι / Gorge
Παραλία / Beach
Αρχαιότητες / Antiquities
Κορυφή (σε μέτρα)
/ Mountain Peak (in meters)
Μουσείο / Museum
Φρούριο / Fortress
Οινοποιείο / Winery
Αναρρίχηση / Climbing
Παρατήρηση πουλιών
/ Birdwatching
Κανό Θαλάσσης
/ Canoeing - Kayaking
Δρόμοι του Κρασιού
/ Wine Routes



# ΠΗΓΕΣ
# SOURCES

## Βιβλία / Books


- Βασιλάκης, «Κρήτη: Φυσικό Περιβάλλον - Ιστορία - Μουσεία - Αρχαιολογικοί χώροι και Μνημεία».
- Μπρομιράκης Γ., «Canyoning στα φαράγγια της Κρήτης», εκδ. Road, 2007
- Παναγιωτάκης Γ., Κρήτη: τι πρέπει να γνωρίζετε
- Ριζόπουλος Παν., «Ιερά και Σεβασμία Μονή Αγίου Γεωργίου Επανωσήφη Ηρακλείου Κρήτης», Ηλεκτρονική Μηνιαία Ορθόδοξη Εκκλησιαστική Εφημερίδα
- Σπανάκης Σ., «Κρήτη: Τουρισμός, Ιστορία, Αρχαιολογία», Α' και Β' τόμος, Εκδ. Σφακιανός, 1964.
- Σπανάκης Σ. «Πόλεις και Χωριά της Κρήτης στο πέρασμα των αιώνων», Εκδ. Ίτανος, 2006.
- Συριόπουλος Γ.Θ., «Η προϊστορική κατοίκισης της Ελλάδος», Βιβλιοθήκη της εν Αθήναις Αρχαιολογικής Εταιρείας, Αρ. 139, Αθήναι, 1994.
- Τζομπανάκη Χρυσούλα, «Οι Αρχάνες και η αρχιτεκτονική τους», Εκδ. Χ.Τζομπανάκη, 2002
- Χανιώτης Άγγελος, «Οι Αρχάνες στα ιστορικά χρόνια (100π.Χ.-100μ.Χ.)».
- Ψιλάκης Ν., «Μοναστήρια και Ερημητήρια της Κρήτης», Εκδ. Καρμάνωρ, 2002.
- Ψιλάκη Μ. & Ν., Κρητική παραδοσιακή κουζίνα: Το θαύμα της κρητικής διατροφής, εκδ. Καρμάνωρ, Ηράκλειο 2001.
- Ψιλάκη Μ. & Ν., Τα βότανα στην κουζίνα: Μαγειρική με επιλογές από το φαρμακείο της φύσης, εκδ. Καρμάνωρ, Ηράκλειο 2001.
- Ψιλάκης Ν., Λαϊκές Τελετουργίες στην Κρήτη - έθιμα στον κύκλο του χρόνου, εκδ. Καρμάνωρ, Ηράκλειο 2005.
- Ψιλάκης Μ. & Ν., Ο πολιτισμός της ελιάς: Το ελαιόλαδο, εκδ. Καρμάνωρ, Ηράκλειο 2003.
- Buondelmonti C., Περιγραφή της Νήσου Κρήτης: Ένας γύρος της Κρήτης στα 1415, Εκδ. Μικρός Ναυτίλος, 2002.
- Pashley, Travels in Crete.
- Σκουντάκης Εμμ., «Αρχαία Έλτυνα: Το Όνομα της Πόλης μέσα από τις Πηγές», στο Μυλοποτάκη Αικ. Κ. (επιμ.), Έλτυνα - Sconavi - Κουνάβοι. Από τα Αρχαϊκά στα Νεότερα Χρόνια, Ηράκλειο 2007, σ. 47-65.

- Vasilakis, A "Kriti: Fysiko Perivallon - Istoria - Mouseia - Arxaiologikoi horoi ke Mnimeia" [Crete: Natural Environment - History - Museums - Archaeological Sites and Monuments]
- Bromirakis, G., "Canyonning sta faraggia tis Kritis" [Canyoning in the Cretan Gorges], Road, 2007
- Panagiotakis, G. "Kriti: Ti prepei na gnorizete" [Crete: What you need to know]
- Rizopoulos, Pan. "Iera ke Sevasmia Moni Agiou Georgiou Epanosifi Irakleiou Kritis" [Holy and Honourable Monastery of St. George Epanosifis Irakleion Crete], Ilektroniki Miniaia Orthodoxi Ekklisiastiki Efimerida [Electronic Monthly Religious Newspaper]
- Spanakis, S. "Kriti: Tourismos, Istoria, Archeologia" [Crete: Tourism, History, Archaeology], Tomes A and B, Sfakianos, 1964
- Spanakis, S. "Polis ke Horia tis Kritis sto perasma ton eonon" [Cities and Villages of Crete through the centuries], Itanos, 2006
- Syriopoulos, G. Th. "I proistoriki katoikisis tis Ellados" [Prehistoric habitation of Greece], Library of Athenian Archaeological Company, N. 139, Athens, 1994
- Tzompanaki, Chrysoula, "Oi Archanes ke I architektoniki tous" [Archanes and its architecture], H. Tzompanaki, 2002
- Chaniotis, Angelos "Oi Archanes sta istorika chronia (100 p.H - 100 m.H.)" [Archanes in the historic years (100 B.C. - 100 A.D.).
- Psilakis, N. "Monastiria ke Erimitiria tis Kritis" [Monasteries and Hermitages of Crete], Karmanor, 2002.
- Psilakis, M. & N. "Kritiki paradosiaki kouzina. To thavma tis kritikis diatrofis" [Traditional Cretan Cuisine: The Wonder of the Cretan Diet], Karmanor, Heraklion 2001.
- Psilakis, M. & N. "Ta votana stin kouzina: Mageiriki me epiloges apo to farmakeio tis fysis" [Herbs in the kitchen: Cooking with nature's medicine cabinet]. Karmanor, Heraklion 2001.
- Psilakis, N., "Laikes Teletourgies stin Kriti - ethima ston kyklo tou hronou" [Folk rituals in Crete - Customs in the circle of the year], Karmanor, Heraklion 2005.
- Psilakis, M. & N. "O politismos tis elias: To eleolado" [The civilisation of the olive: Olive Oil], Karmanor, Heraklion 2003.
- Buondelmonti, C., "Perigrafi tis Nisou Kritis: Enas gyros tis Kritis sta 1415" [A description of the island of Crete: A tour of Crete in 1415] Mikros Naftilos, 2002.
- Pashley, R. Travels in Crete.
- Skountakis, Emm. "Archea Eltyna: To Onoma tis Polis mesa apo tis Piges" [Ancient Eltyna: The city's name through Sources] in Mylopotaki, Aik. K. (ed.), Eltyna - Sconavi - Kounavoi. Apo ta Archaika sta Neotera Chronia [From Archaic to Later years], Heraklion 2007, pp. 47-65.


## Μελέτες / Studies


- Ειδική Περιβαλλοντική Μελέτη Αστερουσίων, Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης, ΕΝΔΙΑΙΤΗΜΑ.
- Το Φυσικό Περιβάλλον του Γιούχτα, Κ.Β. Παραγκαμιάν, Οργανισμός Ανάπτυξης Βασιλείων - Κάτω Αρχανών - Σκαλανίου-Αρχανών
- Διαχειριστικό Σχέδιο Γιούχτα, («Έργα για την προστασία διαχείριση & ανάδειξη του Γιούχτα και ένταξή του στο οικολογικό αρχαιολογικό πάρκο Γιούχτα») ειδική περιβαλλοντική μελέτη οικολογικού αρχαιολογικού πάρκου Γιούχτα, ΕΠΕΜ, ΥΠΕΧΩΔΕ, 1999
- Επιχειρησιακό Πρόγραμμα Δήμου Αρχανών Αστερουσίων 2011-2013, Πεζά, 2011
- Αντωνακάκη Ειρήνη, «Δαμάντρι ένα μινωικό κέντρο στην ανατολική Μεσαρά», περίληψη εισήγησης στο 11° ΔΙΕΘΝΕΣ ΚΡΗΤΟΛΟΓΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ.
- Το Ηράκλειον και ο Νομός του, έκδοση Νομαρχία Ηρακλείου.

- Specialised Environmental Study of Asterousia, Natural History Museum of Crete, ENDIAITIMA.
- "To Fysiko Perivallon tou Yuchta" [The natural environment of Juktas], K.V. Paragkamian, Vasileia - Kato Archanes - Skalani-Archanes Development Organisation
- Management Plan for Juktas ("Works for the protection, management and promotion of Juktas and its integration in the ecological archaeological park of Juktas"), specialised environmental study for the ecological archaeological park of Juktas, EPEM (Environmental Planning and Management), Ministry of Environment, Town and Country Planning and Public Works, 1999
- MUNICIPALITY OF ARCHANES ASTEROUSIA OPERATIONAL PROGRAMME 2011-2013, Peza, 2011

- Antonakaki, Eirini, "Damantri ena minoiko kentro stin anatoliki Mesara" [Damantri, a Minoan Centre in east Mesara, introduction summary at the 11th International Cretological Congress
- To Irakleion ke o Nomos tou [Heraklion and its Prefecture], published by the Prefecture of Heraklion.


## Websites


- **Επίσημη ιστοσελίδα ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ για τους αρχαιολογικούς χώρους της Ελλάδας (Πρόγραμμα ΟΔΥΣΣΕΑΣ) odysseus.culture.gr**
- **Επίσημη ιστοσελίδα της ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΗΣ ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ ΚΑΣΤΕΛΛΙΟΥ ΚΑΙ ΒΙΑΝΝΟΥ ΙΕΡΟ ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑ «ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΗΤΑΣ» ΑΧΕΝΤΡΙΑ» imakb.gr/Mitropoli_Agios_Nikitas.htm**
- **Επίσημη ιστοσελίδα του ΙΤΕ-Ινστιτούτο Μεσογειακών Σπουδών – Ψηφιακή Κρήτη: Αρχαιολογικές Θέσεις» digitalcrete.ims.forth.gr**
- **Επίσημη ιστοσελίδα «Πολιτιστική Πύλη αρχιπελάγους Αιγαίου», Ίδρυμα Μείζονος Πολιτισμού, egeonet.gr**
- **diavatis.gr**
- **skondinakis.blogspot.gr**
- **cretanbeaches.com**
- **frontoffice-147.dev.edu.uoc.gr/culture/ archaeological-sites/archanes.html**
- **malathiros.blogspot.com/2008/05/blog-post_6545.html**
- **Νομαρχιακή Επιτροπή Τουριστικής Προβολής**
- **nhmc.uoc.gr/el**
- **Wikipedia**
- **Destinationcrete.gr**
- **Ιστοσελίδα "Archaeology and Arts', archaiologia.gr**
- **2° Γυμνάσιο Αρχανών**
- **kastra.eu/castlegr.php?kastro=kavalou**
- **Σακελαράκη Έφη, «Αρχαιολογική Συλλογή Αρχανών» http://www.dimos-archanon-asterousion.gr/culture /archaeological-museum//archaeological-museum.html**

- MINISTRY OF CULTURE AND SPORTS Official Website for the archaeological sites of Greece (ODYSSEUS programme) odysseus.culture.gr
- Official website of the Holy Archdiocese of Arkalochori, Kastelli and Viannou imakb.gr/Mitropoli_Agios_Nikitas.htm
- Official website of FORTH-Institute for Mediterranean Studies – "Digital Crete: Archaeological Sites" digitalcrete.ims.forth.gr
- Official website "Cultural Portal of the Aegean Archipelago", Foundation of the Hellenic World, egeonet.gr
- diavatis.gr
- skondinakis.blogspot.gr
- cretanbeaches.com
- frontoffice-147.dev.edu.uoc.gr/culture/ archaeological-sites /archanes.html
- malathiros.blogspot.com/2008/05/blog-post_6545.html
- Prefecture Commissariat for the Promotion of Tourism nhmc.uoc.gr/el
- Wikipedia
- Destinationcrete.gr
- "Archaeology and Arts" Website, archaiologia.gr
- 2nd Gymnasion school of Archanes
- kastra.eu/castlegr.php?kastro=kavalou
- Sakelaraki, Efi, "Archeologiki Sholi Acharnon" [Archaeological School of Archanes] www.dimos-archanon-asterousion.gr/culture/archaeological -museum/ archaeological-museum.html

**Αναζητήστε τα ταξιδιωτικά έντυπα του Δήμου στα σημεία πληροφόρησης του κοινού**
/ Locate the Municipality's travel brochures at the public information centres

**Ο οδηγός τσέπης που κρατάτε στα χέρια σας είναι γραμμένος με τη ματιά του ταξιδιώτη που αποζητά να γνωρίσει σε βάθος τις ομορφιές της πιο κεντρικής περιοχής της Κρήτης: του Δήμου Αρχανών-Αστερουσίων. Του ταξιδιώτη που είναι έτοιμος να βουτήξει στα βάθη της ιστορίας, να περιπλανηθεί στη σύγχρονη ψυχή του κατοίκου του, να εξερευνήσει κάθε άγνωστη γωνιά του τοπίου του. Του ταξιδιώτη που αποζητά να δει, να αγγίξει, να μυρίσει, να αφουγκραστεί την ψυχή του... μάλλον ανεξερεύνητου αυτού τόπου.**
**Αρχαιολογικοί χώροι, θρησκευτικά μνημεία, προστατευόμενες περιοχές, μονοπάτια της φύσης και θεματικές διαδρομές, πολιτισμός, γαστρονομία, οινοτουρισμός, χωριά, αγροτική παράδοση, σκιαγραφούνται με σκοπό να σας προκαλέσουν το εξερευνητικό ενδιαφέρον και να αποτελέσουν την αρχή της ταξιδιωτικής σας εμπειρίας. Σχεδιάστε τα ταξίδια σας από πριν, μελετώντας το έντυπο αυτό, σε συνδυασμό με τον εξειδικευμένο τουριστικό οδηγό για τις διαδρομές και το χάρτη που έχει εκδώσει ο Δήμος και βήμα-βήμα, καταστρώστε τις διαδρομές που μπορείτε να ακολουθήσετε ανάλογα με τις προτιμήσεις σας.**

**Καλό ταξίδι!**

/ The pocket travel guide you are reading was written from the point of view of a visitor looking to discover the beauty of the most central part of Crete: the Municipality of Archanes-Asterousia. A traveler ready to dive into the depths of history, to wander in the contemporary soul of its inhabitants, to explore every nook and cranny of its landscape. A traveler wishing to see, touch, smell and hear the soul of this rather unexplored place. The descriptions of archaeological sites, religious monuments, protected areas, natural pathways and themed tours, culture, culinary delights, wine tourism, villages and rural traditions intend to awake the explorer in you and aim to become the beginning of your traveling experience. Plan ahead for your trips, studying this brochure together with the route tourist guide and the map the Municipality has published and lay out your prefered routes, depending on your preference.

# ΑΝΑΚΑΛΥΨΤΕ / DISCOVER

- **Αρχαίους οικισμούς και μινωικά ιερά κορυφής** / Ancient settlements and Minoan peak sanctuaries
- **Βενετσιάνικα μνημεία και κάστρα** / Venetian monuments and castles
- **Τα καταφύγια του γυπαετού** / The griffon vulture's refuges
- **Ορθοπλαγιές και επιβλητικά φαράγγια** / Steep and imposing gorges
- **Υδροβιότοπους για μικροπούλια** / Small bird wetland habitats
- **Υποθαλάσσιες σπηλιές και αλυκές** / Undersea caverns and salt marshes
- **Το 3ο σημαντικότερο φοινικόδασος της Κρήτης** / The third most important palm forest on Crete
- **Σπάνια απολιθώματα** / Rare fossils
- **«Τράπεζα» τοπικών σπόρων** / Local seed bank
- **Μονές, εκκλησίες και ασκηταριά** / Monasteries and hermitages
- **10 πεζοπορικά μονοπάτια της φύσης** / 10 natural trekking trails
- **5 διαδρομές mountain bike** / 5 mountain bike routes
- **7 φαράγγια canyoning** / 7 gorges for canyoning
- **4 δρόμους του κρασιού** / 4 wine routes
- **55 παραδοσιακούς οικισμούς** / 55 traditional vilages and hamlets

**ISBN:** 978-960-7850-09-6

www.archanes-asterousia.gr
www.dimos-archanon-asterousion.gr

Ο.Σ.Α.Π.Υ.
του Ε.Π Κρήτης
και Νήσων Αιγαίου
2007-2013.

ΕΣΠΑ 2007-2013
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

**Με την συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης**