

ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ & ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΟΥΣ ΣΤΗΝ ΗΜΑΘΙΑ

του Νίκου Ι. Πάζη
πτυχιούχου Τουριστικών Επιχειρήσεων

Συνέχεια από το προηγούμενο τεύχος

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΕΠΙΒΑΡΥΝΟΥΝ ΤΟ ΦΥΣΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

1. Παρατήρηση άγριας ζωής

Σημαντική δραστηριότητα στο εξωτερικό, σε συνδυασμό με άλλες δραστηριότητες εδώ. Το 90% των ανθρώπων που κινούνται στο βουνό και δεν μπορούν να διακρίνουν τί υπάρχει γύρω τους. Εξειδικευμένοι συνοδοί βουνού ενημερώνουν και αναλύουν τα στοιχεία για την κάθε περιοχή.

- Γεωλογία (πετρώματα - σχηματισμοί)
- Πανίδα - πτηνοπανίδα (ζώα - ίχνη - πουλιά - φωνές)
- Χλωρίδα - μυκοχλωρίδα (δέντρα - θάμνοι - αγριολούλουδα - μανιτάρια)
- Ανθρώπινες δραστηριότητες (ορεινές καλλιέργειες, κλπ.)

Παράλληλη δραστηριότητα είναι και η επιστημονική έρευνα.

2. Ορειβασία

Η ορειβασία είναι ένα άθλημα μη ανταγωνιστικό, βάσει του Νομικού Διατάγματος 75/75. Όπως κάθε άθλημα έχει τους κανόνες του και τις προδιαγραφές του. Οι κανόνες αυτοί είναι άγνωστοι στο ευρύ κοινό με αποτέλεσμα η ορει-

βασία από την μια να συγχέεται με την ορεινή πεζοπορία, από την άλλη να αποκτά διαστάσεις μύθου με ηρωικά κατορθώματα. Ορειβασία, είναι η ανάβαση στο βουνό από πλευρές όπου απαιτείται τεχνική και τεχνικά μέσα. Στην Ελλάδα η ορειβασία ήταν σχεδόν άγνωστη. Η προσπάθεια για την διάδοσή της έβρισκε συνεχώς εμπόδια, από την μια οι κοινωνικές συνθήκες, από την άλλη οι εσωσωματιακές και εξωσωματιακές διαμάχες. Σήμερα, οι κοινωνικές συνθήκες έχουν αλλάξει αρκετά, οι νέοι όλο και περισσότερο αγαπούν το βουνό και τη δράση πάνω σ' αυτό.

3. Ορεινή Πεζοπορία (Trekking)

Η οδοιπορία είναι τόσο παλιά όσο και τα ανθρώπινα πόδια. Οι οδοιπόροι κινούνται άλλοτε με ανυπομονησία και άλλοτε με φόβο, άλλοτε απορροφημένοι από τις σκέψεις τους κι άλλο-





τε εξωστρεφείς παρατηρητές του χώρου και της φύσης, άλλοτε με νοσταλγία και άλλοτε με προσμονή του «νέου». Οι Ευρωπαίοι περιηγητές της Ανατολής θα γράψουν χιλιάδες σελίδες οδεύοντας, για διαφορετικούς λόγους δια μέσου του ελληνικού χώρου. Ο Πρώσος Bartholdy θα μιλήσει για την ολοκληρωτική απουσία αμαξιτών δρόμων στην Ελλάδα των αρχών του 19ου αιώνα. Το 1730 ο Άγγλος Thompson θα οδοιπορήσει δια μέσου της Αττικής ως τον Ισθμό της Κορίνθου, το 1809 ο Gell θα συνθέσει έναν δρομοδείκτη για πεζοπόρους από την παραλία του Σαρωνικού ως την Αθήνα, ενώ την ίδια χρονιά ο πρώτος έλληνας ταξιδιωτικός οδηγός που είδε στα Τρίκαλα ο Leake εμπεριέχει έναν δρομοδείκτη «από Αθήνας εις Εύριπον»:

Από Αθήνας εις Κηφισίαν 3 ώρες πορεία

Από Κηφισίαν εις Μαραθώνα 3 ώρες πορεία

Από Μαραθώνα εις Ωρωπόν 6 ώρες πορεία κλπ.

Σήμερα, σε ένα πλουραλιστικό σύστημα μεταφορών, το «ιλιγγιώδες» μπορεί να συμπληρώνεται από αυτό που ακολουθεί τους φυσικούς - σωματικούς ρυθμούς. Οι επιταγές του κυκλοφοριακού έργου, που συνήθως περιορίζονται στην ταχύτητα, την ασφάλεια, την άνεση και την οικονομία, μπορούν να συμπεριλάβουν την αναψυχή, την επικοινωνία, την άσκηση. Δεν είναι περιέργο το γεγονός ότι η κρίση του υπαίθριου

χώρου αναψυχής τροφοδοτεί μια αγωνιώδη ζήτηση αυθεντικότητας, τόσο υπό τη μορφή περιοχών που δεν έχουν υποστεί μεγάλες επεμβάσεις όσο και υπό τη μορφή κοινοτήτων που δεν έχουν προσχωρήσει ή ενσωματωθεί πλήρως στον μεταβιομηχανικό συρμό. Παράλληλα, όμως, μ' αυτές τις αναζητήσεις, εκδηλώνεται και η αναζήτηση νέων σχέσεων με τον υπαίθριο χώρο μέσα από ιδιαίτσες κυκλοφοριακές πρακτικές και ιδιαίτερα με

την πεζοπορία. Οι πρακτικές αυτές αναπτύσσονται περισσότερο σε χώρες με μεγάλη φυσιολατρική παράδοση. Το ευρωπαϊκό μονοπάτι E4, του οποίου η χάραξη ξεκίνησε το 1987, οδηγεί τον περιπατητή από τα Πυρηναία ως τη χώρα μας δια μέσου ενός μεγάλου τμήματος της Κεντρικής και Νότιας Ευρώπης.

Η ορεινή πεζοπορία είναι μια εξαιρετικά αξιόλογη αλλά και χρήσιμη δραστηριότητα που έχει στόχο την ανάβαση στο βουνό από διαδρομές όπου δεν υπάρχουν τεχνικές δυσκολίες. Ενώ, η πεζοπορία είναι η κίνηση με τα πόδια και μόνο, η ορεινή πεζοπορία είναι η κίνηση με τα πόδια στο βουνό από βατά μέρη. Η πολυήμερη πεζοπορία στα μεγάλα ορεινά συγκροτήματα ονομάζεται Trekking και αποτελεί σήμερα μια από τις αναπτυσσόμενες δραστηριότητες σε όλο τον κόσμο. Μέσα από αυτή τη δραστηριότητα οι πεζοπόροι γνωρίζουν τις σπάνιες φυσικές καλλονές του ορεινού όγκου καθώς και τα σημεία εκείνα που έχουν πλούσιο ιστορικό και αρχαιολογικό ενδιαφέρον.

4. Αναρρίχηση Βράχου

Η αναρρίχηση βράχου χωρίζεται σε δύο τομείς. Ελεύθερη και τεχνητή. Ελεύθερη είναι αυτή κατά την οποία προσπαθούμε να ανεβούμε ένα βράχο εκμεταλλευόμενοι τη φυσική μορφή του βράχου για πιασίματα και πατήματα και έτσι προωθούμαστε. Στην ελεύθερη αναρρίχηση

χρησιμοποιείται ένα πλήθος υλικών τα οποία όμως μας ασφαλίζουν και επεμβαίνουν σε περίπτωση πτώσης, ενώ στην τεχνητή τα υλικά χρησιμοποιούνται άλλες φορές για προώθηση και την αντικατάσταση φυσικών μέσων. Η αναρρίχηση είναι δευτερεύον σπορ και συμπληρώνει τις δραστηριότητες της ορειβασίας και πεζοπορίας.

5. Σπηλαιολογία

Συμπληρωματική δραστηριότητα της πεζοπορίας. Τα σπήλαια παρουσιάζουν ποικιλομορφία και χρειάζεται ειδική εκπαίδευση, τεχνική και εξοπλισμός για την είσοδο σε αυτά. Τα σπήλαια βρίσκονται κυρίως σε ασβεστολιθικούς σχηματισμούς. Η σπηλαιολογία θα έπρεπε να πραγματοποιείται, βάσει νομοθεσίας, από επιστήμονες (πχ βιολόγους) και μόνο, ύστερα από ειδική άδεια η οποία θα έπρεπε να παραχωρείται από την αρχαιολογική υπηρεσία. Επίσης, τα σπήλαια θεωρούνται μη επισκέψιμα επειδή χαρακτηρίζονται ως αρχαιολογικοί χώροι. Ο μόνος δημόσιος οργανισμός που εκμεταλλεύεται μερικά από αυτά είναι ο ΕΟΤ (βλέπε Σπήλαια Ιωαννίνων).

6. Rafting

Τα τελευταία πέντε χρόνια, στο αλφαριθμητικό της ελληνικής πραγματικότητας, έχει πάρει τη θέση του το Rafting, δηλαδή η κατάβαση των ποταμών με φουσκωτές βάρκες, ειδικά σχεδιασμένες για ποταμούς πολύ ή λιγότερο ορμητικούς. Η πρώτη κατάβαση στην Ελλάδα έγινε στο Νέστο με ξύλινες βάρκες. Το 1989 έγινε η πρώτη οργανωμένη κατάβαση πάλι στο Νέστο με ειδικό φουσκωτό σκάφος χωρητικότητας



(6-10 ατόμων) καθώς και με πλήρη ατομικό εξοπλισμό των συμμετεχόντων (ειδική στολή - κράνος - κουπί - σωσίβιο). Η ηλικία αυτών που συμμετέχουν στις καταβάσεις είναι από 10 έως 60 ετών. Δεν χρειάζεται προηγούμενη εμπειρία, αλλά μια μικρή εκπαίδευση πριν την κατάβαση που γίνεται από τον συνοδό, οποίος ακολουθεί πάντα και κατευθύνει πλήρωμα και βάρκα.

Τα Rafts λοιπόν μπορεί να είναι 5,7,9,11 ή και περισσότερων ατόμων φουσκωτά, όπου στο δεξιό και αριστερό πλωτήρα κάθεται το πλήρωμα, και στο πίσω μέρος του σκάφους ο πηδα-



λιούχος. Ο αριθμός των ανεξάρτητων αεροθαλάμων είναι μεγαλύτερος των πέντε κι ο λόγος ότι αν για οποιαδήποτε αιτία τρυπήσει μία πλευρά του Raft, να μην υπάρξει βύθιση, αλλά να μπορεί να συνεχιστεί η κατάβαση μέχρι του σημείου που η πρόσβαση σε κάποιον δρόμο είναι εύκολη ή και μέχρι του τέλους της διαδρομής. Επίσης οι βάρκες είναι αυτοασφαλισμένες κι αυτό επιτυγχάνεται με τις τρύπες που υπάρχουν στην περίμετρο του πυθμένα της βάρκας έτσι ώστε



το νερό που μπαίνει στο φουσκωτό, βάση της αρχής των συγκοινωνούντων δοχείων να είναι στο ίδιο επίπεδο με την επιφάνεια του ποταμού. Το πλήρωμα ενός Raft κωπηλατεί με τα canoe κουπιά (στη μια άκρη πέλαμα στην άλλη λαβή) και σαν απαραίτητο εξοπλισμό φοράει: κράνος, σωσίβιο, αδιάβροχο, Long John (στολή από νεοπρένιο), κάλτσες νεοπρένιου. Στην αφετηρία της διαδρομής ο οδηγός δίνει τις απαραίτητες οδηγίες στο πλήρωμα, τους μαθαίνει τα παραγγέλματα και τους ενημερώνει για το βαθμό δυσκολίας της διαδρομής. Οι ποταμοί βαθμολογούνται, ως προς τη δυσκολία τους, από το 1 ως το 6. Στην Ελλάδα, οι διαδρομές δεν ξεπερνούν τον τέταρτο βαθμό και είναι (οι μέχρι στιγμής) οι εξής:

Βοϊδομάτης:	2 ^{ου} βαθμού
Αραχθος:	3 ^{ου} -4 ^{ου} βαθμού
Εύηνος:	2 ^{ου} βαθμού
Ταυρωπός:	2 ^{ου} βαθμού
Βενέτικος:	1 ^{ου} -2 ^{ου} βαθμού
Τρικεριώτης:	3 ^{ου} βαθμού
Αχελώος:	1 ^{ου} 2 ^{ου} βαθμού

Οι αρχάριοι μπορούν να κάνουν rafting στους ποταμούς μέχρι 2ου βαθμού (αν φυσικά τηρούνται οι κανόνες ασφαλείας). Άλλωστε υπάρχουν και απρόβλεπτα περιστατικά που όταν πρόκειται για αρχάριους απαιτούν ιδιαίτερη επαγρύπνηση από το συνοδό.

7. Καγιάκ

Πριν από 100 χρόνια, ένα στενό κανό που το χαρακτηριστικό του ήταν το σχήμα του με δύο μυτερές άκρες, άρχισε να εμφανίζεται στους ποταμούς και τις λίμνες της Γερμανίας, ζωντανεύοντας έτσι μια απέρατη δημοφιλή επιδίωξη πολύ πριν ονειρευτεί κανείς το σέρφινγκ. Στα χέρια των Γερμανών «σπόρτσμαν» και τεχνιτών, τα καγιάκ που αρχικώς, πέτσινα χρησιμοποιούνταν ως βάρκες κυνηγιού από τους Εσκιμώους, αναπτύχθηκαν σε μια μεγάλη ποικιλία αγωνιστικών κανών. Το να διαπλέει κανείς τους ορμητικούς χειμάρρους των βουνών με κανό είναι από τις πιο συναρπαστικές και επικίνδυνες συνάμα μορφές σπορ. Στην Ελλάδα η πρώτη εμφάνιση των καγιάκ, έγινε το 1984, ενώ το 1986 οργανώθηκε η πρώτη σχολή καγιάκ στον Βοϊδομάτη από τον ΕΟΣ Αχαρνών. Σε όλη τη Δυτική Μακεδονία έχει γίνει αναγνώριση όλων των πιο σημαντικών διαδρομών από διάσημους καγιάκερς ενώ έχουν εκδώσει στη Γερμανία και σχετικό έντυπο προτεινόμενων διαδρομών. Στην Ημαθία η Οινotour αξιοποιεί τον ποταμό Αλιάκμονα για ολιγόωρες και πολυήμερες εξορμήσεις με καγιάκ.

8. Ορεινή ποδηλασία (mountain bike)

Μιλώντας για το mountain bike ή ποδήλατο βουνού ας φανταστούμε ένα ποδήλατο που μπορεί να μας πάει παντού. Μέσα στην πόλη, σε δασικούς δρόμους, σε ορεινά μονοπάτια και σε άλλα μέρη που θα διέλυαν ένα κοινό ποδήλατο. Το ποδήλατο βουνού έχει τύχει μεγάλης εκτίμησης στις Αλπικές χώρες τόσο για μετακίνηση



όσο και ως σπορ. Διοργανώνονται κάθε χρόνο δεκάδες αγώνες τοπικού όσο και εθνικού χαρακτήρα. Στην Ελλάδα το 1991 γίνονται οι πρώτοι αγώνες ποδηλάτου βουνού στην Πάρνηθα, λειτουργώντας ως ερέθισμα για την προσέλκυση νέων ανθρώπων γύρω από την δραστηριότητα.

9. Orienteering

Το Orienteering είναι ένα δημοφιλές άθλημα στη Βόρεια Ευρώπη στο οποίο νέοι και ενήλικες βρίσκουν μεγάλη ευχαρίστηση μέσα από την πρόκληση της εύρεσης σταθμών ελέγχου σε όμορφες γεωγραφικές περιοχές, δάσους και βοσκοτόπων. Είναι ένα σπορ που παρέχει ευχαρίστηση σε όλα τα επίπεδα συναγωνισμού, αλλά όπου η τεχνική είναι ζωτικής σημασίας για να θριαμβεύσει ο αγωνιζόμενος πάνω στις δύσκολες λεπτομέρειες του χάρτη και του εδάφους και έτσι να ικανοποιηθεί πλήρως από τον αγώνα. Το άθλημα του Orienteering προέρχεται από τη Σουηδία, μία χώρα με πλούσια

δάση και πατέρας του είναι ο Σουηδός Ernst Kilander. Το orienteering είναι ένα ατομικό άθλημα το οποίο απαιτεί αυτοσυγκέντρωση για να διατηρηθεί κανείς πάνω στην επιλεγμένη διαδρομή.

10. Αλεξίπτωτο πλαγιάς (παραπέντε)

Παραπέντε, το νέο όνομα στην οικογένεια των σπορ, που κατακτά όλο και περισσότερους φίλους με ραγδαίους ρυθμούς. Με το παραπέντε έχει τη δυνατότητα ο αθλητής να πραγματοποιήσει αυτά, που σε άλλες εποχές φάνταζαν

απραγματοποίητα ή απλά ιστορίες επιστημονικής φαντασίας. Τη δεκαετία του '60 ο αμερικανικός στρατός άρχισε να χρησιμοποιεί στο Βιετνάμ μια νέα εφεύρεση το αλεξίπτωτο gum-air. Ένα αλεξίπτωτο το οποίο δεν επιβράδυνε απλώς την πώση αλλά ανέπτυσε και οριζόντια ταχύτητα, δηλαδή πέταγε. Το αλεξίπτωτο αποτελείται από δύο παραλληλόγραμμα πανιά ραμμένα κατά μήκος και στο πίσω και στο πίσω μέρος ώστε να δημιουργούνται κυψέλες ανοιχτές μπροστά. Το parapente εκμεταλλεύεται τα



θερμικά ρεύματα για να παραμείνει στον αέρα και χρειάζεται ειδική εκπαίδευση και γνώση για μια σωστή και ασφαλή πτήση. Οι ομπρέλες των βουνών το πιο θεαματικό ίσως ορεινό σπορ, μετράνε ήδη χιλιάδες πιστούς στην Γαλλία, τη Γερμανία, την Ελβετία, ακόμη και στην Ελλάδα την τελευταία πενταετία. Η Ελλάδα όχι μόνο προσφέρεται για paragante αλλά είναι ένα από τα ιδανικότερα μέρη στην Ευρώπη σε αερολογικές συνθήκες και σε μορφολογία εδάφους.

11. Σκι εκτός πίστας (ορειβατικό σκι)

Η φύση του αλπικού σκι είναι η κατάβαση με χιονοπέδιλα από όλες τις πλαγιές κάτω από



οποιοδήποτε συνθήκες (καιρού, χιονιού, κλίσης). Ένα άθλημα - χόμπι που απευθύνεται σε άτομα με καλή έως άφογη φυσική κατάσταση. Μία αναμέτρηση με τα στοιχεία της φύσης και εν τέλει με τον ίδιο τους τον εαυτό. Ένας καλός χιονοδρόμος προσαρμόζει τις γνώσεις του και την εμπειρία του γλιστρώντας στην πούδρα, στον πάγο, ανάμεσα από δένδρα, μέσα σε λούκια και απότομες πλαγιές με την ίδια άνεση και σιγουριά που γλιστράει μέσα σε μία καλά προετοιμασμένη πίστα ενός χιονοδρομικού κέντρου. Η περιπέτεια, η άνοδος της αδρεναλίνης, η αντιμετώπιση δυσκολιών είναι μέσα στη φύση του σκιέρ. Όπως νιώθει ένας ορειβάτης μετά την κατάκτηση μιας δύσκολης κορφής έτσι νιώθει και ένας χιονοδρόμος μετά την κατάβαση μιας δύσκολης πλαγιάς. Δεν πρέπει να παραλείψου-

με και την καλλιτεχνική πλευρά του, εκτός της πίστας αφού ο κάθε χιονοδρόμος θέλει να ζωγραφίσει με τα ίχνη του βάζοντας την υπογραφή του στο παρθένο λευκό.

Το σκι εκτός πίστας κρύβει αρκετούς κινδύνους γι' αυτό απαιτεί κάποιες γνώσεις ασφαλείας και τον κατάλληλο εξοπλισμό. Καθώς απομακρύνεται ο χιονοδρόμος από τα πλαίσια του χιονοδρομικού κέντρου εισέρχεται σε περιοχές που μπορεί με κάποιο λάθος να γίνουν επικίνδυνες. Η μεγάλη κλίση, οι παγωμένες πλαγιές, τα δύσκολα χιόνια, οι κορνίζες, οι χιονοστιβάδες απαιτούν προσοχή και σίγουρες κινήσεις. Η

κατάβαση μιας μεγάλης εκτός πίστας διαδρομής πάντα πρέπει να γίνεται από περισσότερους από δύο χιονοδρόμους με την ενεργό συμμετοχή οδηγών που γνωρίζουν καλά το βουνό και τις κακοτοπιές του. Η γνώση πρώτων βοηθειών κρίνεται υποχρεωτική.

12. Παιδικά Ορειβατικά Κέντρα

Κέντρα όπου οργανώνονται και υλοποιούνται στη φύση εκδρομές και κατασκηνώσεις σε συνδυασμό με υποδόριες δραστηριότητες για νέους 8-18 ετών.

13. Τοξοβολία

Ολυμπιακό άθλημα, συμπληρωματικό όλων των δραστηριοτήτων. Το τόξο αποτελείται από τη λαβή, τα δύο σκέλη και τη χορδή. Χρησιμοποιώντας βέλη προσπαθούμε να πετύχουμε το στόχο. Η τοξοβολία καλλιεργεί τις ικανότητες της ισορροπίας και της αυτοσυγκέντρωσης.

14. Inter Company Challenge

Πρωτότυποι, διεπιχειρησιακοί αγώνες με σπορ περιπέτειας. Ένας θεσμός που καθιερώνεται και στην Ελλάδα. Προσφέρει προβολή και κύρος στις επιχειρήσεις, διασκέδαση και ομαδικότητα στο προσωπικό τους.

15. Περιήγηση με άλογα

Η περιήγηση με τα άλογα έχει κοινά σημεία



με την ορεινή πεζοπορία. Το σημαντικό εδώ, είναι ότι απολαμβάνει κανείς τις χαρές και τη γοητεία της φύσης χωρίς να κουράζεται. Τα άλογα περιήγησης χρησιμοποιούνται για δύο λόγους. Ο πρώτος λόγος είναι η καθ' αυτό περιήγηση πάνω στα άλογα, από μονοπάτια και δασικούς δρόμους, ενώ η δεύτερη είναι η μετακίνηση με τα πόδια, ενώ τα άλογα μεταφέρουν τον εξοπλισμό τουλάχιστον όταν πρόκειται για πολυήμερες διασχίσεις.

16. Ιστορικές Ξεναγήσεις

Στη Γαλλία ξεναγοί, συνοδοί και οδηγοί βουνού κρατούν σε ενδιαφέρον τα group τους, ενημερώνοντάς τους για τα ιστορικά μνημεία (εκκλησίες - γέφυρες - κτίρια) για τα φυσικά



μνημεία (φαράγγια - σπήλαια) με ολοκληρωμένα προγράμματα επίσκεψης και εκπαίδευσης.

17. Επιβίωση

Δραστηριότητα άγνωστη προς το παρόν, φέρνει τους επισκέπτες σε άμεση επαφή με τη φύση. Στήσιμο κατασκήνωσης σε πυκνά δάση όπου διδάσκονται αρχές επιβίωσης, Πρώτες Βοήθειες, εύρεση τροφής, προσανατολισμός, κατασκευή καλύβας κλπ.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΥΠΟΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

Πρακτικά Συνεδρίου: «Τουρισμός και Περιβάλλον στις νησιωτικές περιφέρειες», Μ. Λογοθέτη «Νέες μορφές τουρισμού συμβατές με το περιβάλλον», σελ. 261 – 273, Σ. Αυγερινού – Κολωνία: «Πολιτιστικές Διαδρομές: μια σύγχρονη πρόταση εναλλακτικής τουριστικής ανάπτυξης», σελ. 273-276, Ε. Παππάς «Ανάπτυξη ήπιων δραστηριοτήτων αναψυχής σε περιοχές προστασίας της φύσης: προοπτικές και προϋποθέσεις», σελ. 258-259

Πρακτικά Περιφέρειας Κρήτης. «Μελέτη Τουρ. ανάπτυξης Κρήτης», κεφ. Η: «Κοινοτικές δράσεις για τον τουρισμό»

Πρόγραμμα «Recite», έκδοση Περιφέρεια Κρήτης γραφείο τουρισμού, κεφ. 3, «Διερεύνηση και αξιολόγηση των δυνατοτήτων για ανάπτυξη και προώθηση εναλλακτικών μορφών τουρισμού στην Κρήτη», υποκεφ. 3.1.2: Οικοτουρισμός – Φυσιολατρικός τουρισμός.

Πρακτικά συνεδρίου «Τουριστική Ανάπτυξη Περιφέρειας Δυτικής Μακεδονίας» Ιούλιος 1994 εισήγηση κ. Α. Διανέλλου, «Δραστηριότητες Ήπιων Μορφών Τουρισμού», σελ.150.

Περιοδικό «Νέα Οικολογία», Οκτώβριος 1995, σελ.56, «Πεζοπορίας εγκώμιον», κ. Γιάννη Σχίζα.

Συνέντευξη από κ. Κ. Παραγκαμιάν, βιολόγο - σπηλαιολόγο, καθηγητή Πανεπιστημίου Κρήτης, Μάιος 1997.

Περιοδικό «Κορφές», Τεύχος 124, Μάρτιος - Απρίλιος 1997, σελ.22, «Rafting στον Βοϊδομάτη» κ.Ν. Κυρίτσης.

Περιοδικό «Κορφές», σελ. Τεύχος «Τί είναι Orienteering;», κ. Κ. Κουκουρή.

Περιοδικό «Κορφές», Τεύχος 119, Μάιος - Ιούνιος 1996, σελ. 34, 35, «Απόδραση στις Κορφές», κ. Σ. Τζανίνης

Περιοδικό «Κορφές», Τεύχος 123, Ιανουάριος - Φεβρουάριος 1997, σελ. 47, «Σκι εκτός πίστας, στο Βελούχι, το πραγματικό σκι», κ. Γ. Κλαουδάτος.