 **ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**

 **CAMPUS ΓΑΙΟΠΟΛΙΣ - ΛΑΡΙΣΑ**

 **ΓΡΑΦΕΙΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

 **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΕΤΟΣ 2024-2025**

 **Πληροφορίες: Μπούτλας Γεώργιος**

 **Email:** **boutlasg@uth.gr****boutlas@teilar.gr** **- Site: sports.teilar.gr**

 **Sports Centre – Gym University of Thessaly**

 ***Α Ν Α Κ Ο Ι Ν Ω Σ Η***

 ***Rafting στο Άραχθο ποταμό.***

***Το Γραφείο Φυσικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στη Λάρισας campus Γαιόπολις στα πλαίσια των αθλητικών και πολιτιστικών δραστηριοτήτων διοργανώνει για όλους τους φοιτητές/ριες, εργαζομένους του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας ανεξαρτήτου πόλεως , φοιτητές/ριες, του προγράμματος erasmus φοιτητές/ριες, erasmus ,*** ***φοιτητές/ριες του ξενόγλωσσου προγράμματος της ιατρικής (STUDENTS OF THE MEDICAL ENGLISH DEGREE PROGRAM ) μονοήμερη εκπαιδευτική άσκηση στην φύση ( rafting στον Άραχθο) και επίσκεψη στην πόλη των Ιωαννίνων στις 23 Νοεμβρίου 2024.***

 ***Οι εκδρομές (αποδράσεις) έχουν εκπαιδευτικό, ψυχαγωγικό, αθλητικό, πολιτιστικό και κοινωνικό χαρακτήρα. Αναχώρηση το πρωί στις 06:00 από την Πλατεία Εβραίων για τους φοιτητές που μένουν στο κέντρο και 6:15 από την κεντρική είσοδο του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στη Λάρισα (Συγκρότημα Γαιόπολις) για τους φοιτητές του Erasmus & τους φοιτητές που μένουν στην Εστία με προορισμό τον Άραχθο ποταμό. Μετά την άφιξη μας θα προμηθευθούμε τον απαραίτητο εξοπλισμό(στολή , παπούτσια neopren, αδιάβροχο, σωσίβιο, κράνος και κουπί), τον οποίο και θα φορέσουμε. Αφού ντυθούμε, μεταφερόμαστε στην έναρξη της κατάβασης. Εκεί γίνεται ένα briefing της διαδικασίας που θα ακολουθήσει. Η κατάβαση ξεκινά και έχει διάρκεια 3 ώρες περίπου. Είναι μια διαδρομή 9,5χλμ και έχει στροφές με ενδιαφέροντα περάσματα 2ου και 3ου βαθμού. Μία εύκολη διαδρομή ιδανική για αρχάριους. Δεν απαιτείται προηγούμενη εμπειρία και το ποτάμι είναι κλάσης III. Ωστόσο η διαδρομή έχει συνεχόμενους κυματισμούς, έντονες στροφές και περάσματα 2ου – 3ου βαθμού. Ξεκινά από το τη Γέφυρα Πολιτσάς στο Αμπελοχώρι και καταλήγει στη γέφυρα της Πλάκας, διασχίζοντας το ομορφότερο τμήμα του ποταμού. Στη μέση της διαδρομής στάση για κολύμπι κάτω από το καταρράχτη της Κλίφκης. Η είσοδος στο στενό φαράγγι του Αράχθου είναι επιβλητική με κατακόρυφες ορθοπλαγιές 700μ. Στην έξοδο του φαραγγιού δεσπόζει το ψηλότερο μονότοξο γεφύρι της Ελλάδος, το γεφύρι της Πλάκας. Στη συνέχεια θα γευματίσουμε σε παραδοσιακή ταβέρνα , με παραδοσιακά ηπειρώτικα φαγητά στην πόλη των Ιωαννίνων.***

 ***Επιστροφή περίπου 9:30μμ.***

***Τι χρειάζεται να έχετε μαζί σας : Μικρή πετσέτα- Μαγιό ή δεύτερη αλλαξιά εσώρουχα (καλό θα είναι να φοράτε το μαγιό σας το πρωί ). Πλαστική σακούλα για τα βρεγμένα ρούχα.- Προσωπικά φάρμακα, αν κάποιος ακολουθεί κάποια φαρμακευτική αγωγή. -Σχοινάκι για τα γυαλιά για όσους φορούν γυαλιά. Σάκο ευρύχωρο για να τοποθετήσετε τα ρούχα σας. Δηλώσεις συμμετοχής:Καθημερινά στο Γραφείο Φυσικής Αγωγής από 09:00 εως13:00 ή στο Email: boutlasg@uth.gr - boutlas@teilar.gr f,b: Γιώργος Μπούτλας ή στο τηλέφωνο:241 0 684347 vod. 6947521370, (Γιώργος Μπούτλας). Για τις εγγραφές θα τηρηθεί απόλυτη σειρά προτεραιότητας. Η θέση θα κατοχυρώνεται μόνο με την καταβολή του ποσού της συμμετοχής στο Γραφείο Φυσικής Αγωγής. Συμμετοχή 45 ευρώ κατ’ άτομο το αργότερο έως τις 16/11/2024. Περιλαμβάνονται: Μεταφορά με λεωφορείο στα Γιάννενα (Άραχθο) , έμπειρος συνοδός καθ΄όλη την διάρκεια της εκπαίδευσης, τοπικές μετακινήσεις (από την βάση στο ποτάμι και επιστροφή), πλήρης εξοπλισμός Rafting ( βάρκα , σωσίβια , κουπιά , κράνη , στολές κλπ.). Ακύρωση της εκδρομής και επιστροφή του συνολικού ποσού, γίνεται μόνο όταν η ακύρωση πραγματοποιηθεί πέντε ημέρες πριν την πραγματοποίηση της εκδρομής.***

***Το Γραφείο Φυσικής Αγωγής διατηρεί το δικαίωμα να ακυρώσει ή να αλλάξει την ημερομηνία διεξαγωγής της δραστηριότητας όταν επικρατούν ακραία καιρικά φαινόμενα η όταν δεν συμπληρωθεί ο απαιτούμενος αριθμός φοιτητών για την πραγματοποίηση της δραστηριότητας. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επισκεφτείτε την ηλεκτρονική σελίδα του Γραφείου Φυσικής Αγωγής*** [***http://sports.teilar.gr/***](http://sports.teilar.gr/)