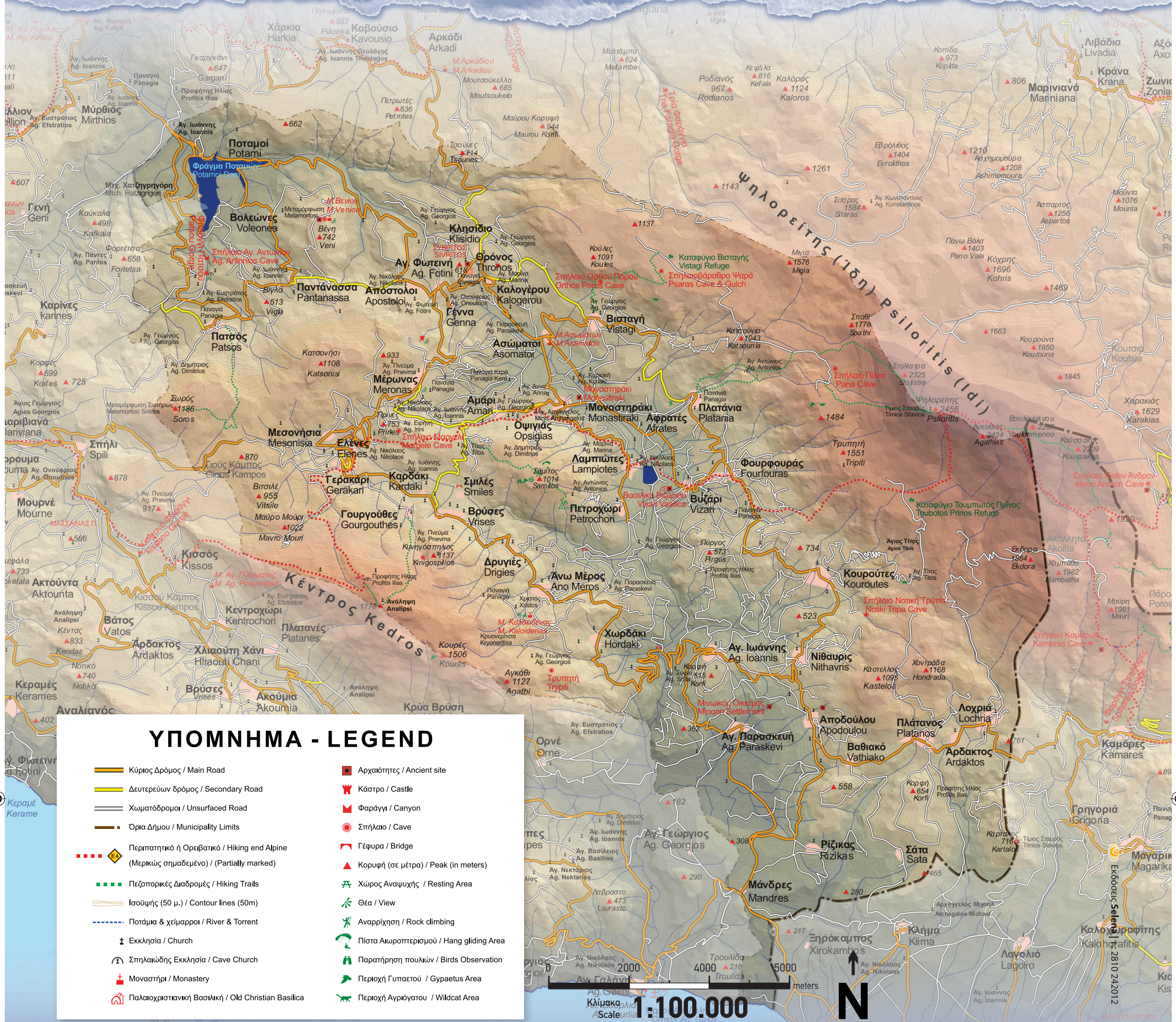


ΠΕΖΟΠΟΡΩΝΤΑΣ ΣΤΑ ΑΜΑΡΙΩΤΙΚΑ ΒΟΥΝΑ

Hiking the Amari mountains

ΔΗΜΟΣ ΑΜΑΡΙΟΥ | MUNICIPALITY OF AMARI
 Αγία Φωτεινή Αμαρίου - Ρέθυμνο - Κρήτη
 Aghia Fotini Amari - Rethymno - Crete
 T. +30 28333 40201- Fax. +30 28330 22104
 www.amariguide.gr | info@amari.gov.gr



ΥΠΟΜΝΗΜΑ - LEGEND

- | | |
|---|---|
| Κύριος Δρόμος / Main Road | Αρχαίοσημείο / Ancient site |
| Δευτερεύων δρόμος / Secondary Road | Κάστρο / Castle |
| Χωματόδρομος / Unsurfaced Road | Φαράγγι / Canyon |
| Όρια Δήμου / Municipality Limits | Σπήλαιο / Cave |
| Περιπατητικό ή Ορειβατικό / Hiking end Alpine (Μερικώς σηματοδωμένο) / (Partially marked) | Γέφυρα / Bridge |
| Πεζοπορικές Διαδρομές / Hiking Trails | Γκόμα (σε μέτρα) / Peak (in meters) |
| Ισοψείς (50 μ.) / Contour Lines (50m) | Χώρος Αναψυχής / Resting Area |
| Πόταμα & χείμαυροι / River & Torrent | Θέα / View |
| Εκκλησία / Church | Αναρρίχηση / Rock climbing |
| Σπηλαιώδης Εκκλησία / Cave Church | Πίστα Ακρωτηριασμού / Hang gliding Area |
| Μοναστήρι / Monastery | Παρατήρηση πουλιών / Birds Observation |
| Παλαιοχριστιανική Βασιλική / Old Christian Basilica | Περιοχή Γυπαεστού / Gypaetus Area |
| | Περιοχή Αγριόγατου / Wildcat Area |

Το Ευρωπαϊκό Ορειβατικό Μονοπάτι E4 στο Δήμο Αμαρίου

Το Ευρωπαϊκό Ορειβατικό μονοπάτι E4 διασχίζει τον Δήμο Αμαρίου προσφέροντας ορισμένες από τις πιο ενδιαφέρουσες διαδρομές του. Ακολουθώντας τις γεμάτες από αρώματα και εικόνες τοπικές διαδρομές του E4, ο πεζοπόρος θα συναντήσει χωριά και παραδοσιακές παραγωγικές δραστηριότητες, θα ανακαλύψει πολλές από τις εκφράσεις της κρητικής φύσης και θα απολαύσει σημαντικούς φυσικούς σχηματισμούς και ένα μεγάλο μέρος από τα ιστορικά μνημεία του Αμαρίου. Συνολικά τα τμήματα του E4 που διασχίζουν το δήμο Αμαρίου καλύπτονται από τέσσερις διαδρομές οι οποίες ξεκινάνε από το Σπήλι στα δυτικά και καταλήγουν στην κορυφή Τίμιος Σταυρός του Ψηλορείτη.



The European Path E4 in Amari valley

European Path E4 crosses Amari municipality offering some of its most interesting routes. Following the local routes of E4 that are full of smells and images, hiker will meet villages and traditional productive activities, discover many expressions of Cretan nature and enjoy important nature formations and a big part of Amari's historical monuments. Overall, four routes of path E4 cross Amari municipality that start west from Spili and end to the peak Holy Cross of Psiloritis.



Το έργο «Σήμανση και Πληροφοριακό Υλικό Δήμου Αμαρίου» είναι ενταγμένο στον Άξονα Προτεραιότητας 7 "Αειφόρος Ανάπτυξη και Ποιότητα Ζωής στην Περιφέρεια Κρήτης" με Κ.Θ.Π. 61 «Ολοκληρωμένα Σχέδια για την Αστική και Αγροτική Ανάπτυξη» στο πλαίσιο του προγράμματος «Ολοκληρωμένα Σχέδια Ανάπτυξης Περιοχών (ΟΣΑΠΥ) Δήμου Αμαρίου» του Ε.Π. Κρήτης και Νήσων Αγίου 2007-2013. Το έργο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης (ΕΤΠΑ).



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ακολουθώντας τον επαρχιακό δρόμο **Σπήλι** (1) για Αγία Γαλήνη, μετά από 2 χλμ., συναντάμε αριστερά μας μικρή εκκλησία και διαμορφωμένη πηγή. Αμέσως μετά την πηγή στα 200 μέτρα αριστερά ακολουθούμε το χωματόδρομο (2) για περίπου 80 μέτρα και στην συνέχεια στρίβουμε δεξιά. Στα 700 μέτρα και αφού έχουμε διασχίσει συστάδα δένδρων συναντούμε δεξιά μας μικρό εκκλησία (3). Συνεχίζουμε στο χωματόδρομο για περίπου 1,5 χλμ. και φθάνουμε σε ασφαλτοστρωμένο δρόμο (4) τον οποίο ακολουθούμε δεξιά για περίπου 500 μέτρα έως το χωριό **Κισσός** (5). Περνάμε έξω από τον όμορφο βυζαντινό ναό του **Αγ. Περνήματος** και ακολουθούμε το καρόδρομο στα βόρεια του οικισμού με ανατολική κατεύθυνση για περίπου 650 μέτρα. Στο τέλος του χωματόδρομου (6) συνεχίζουμε ανατολικά για άλλα 200 μέτρα σε δυσδιάκριτο μονοπάτι και αμέσως μετά στρίβουμε αριστερά (7) και αρχίζουμε να ανηφορίζουμε κάθετα. Διασχίζουμε ίχνη από ξερολιθιές και ανεβαίνουμε πλέον την απότομη βραχώδη γυμνή πλαγιά προς το διάσελο (8) βόρεια στο οποίο φθάνουμε μετά από 700 μέτρα κοπιαστικής ανόδου. Συνεχίζουμε ανατολικά ακολουθώντας την κορυφογραμμή και συναντούμε κάθετα κοψίματα βράχων. Αναρριχώμαστε για λίγα μέτρα στην απότομη πλαγιά και ανεβαίνουμε σε μικρό πλάτωμα. Τώρα πιά διακρίνουμε μαύρα και κίτρινα σημάδια που μας οδηγούν για 15' περίπου πορείας σε λούκι το οποίο ακολουθώντας ανεβαίνουμε σε άλλο μικρότερο πλάτωμα. Από αυτό το σημείο προχωρούμε για 1.000 μέτρα περίπου και εμφανίζεται μπροστά μας ανατολική η κορυφή του Κέδρους και αριστερά χαμηλά το εκκλησάκι του Προφήτη Ηλία. Ανεβαίνουμε για λίγο ακόμα και συναντάμε την πινακίδα (9) που μας οδηγεί αριστερά βόρεια για Γερακάρι. Συνεχίζουμε ακολουθώντας τα πυκνά σημάδια για την κορυφή των 1.776 μέτρων (10).

Στην κορυφή υπάρχει το μικρό εκκλησάκι της **Ανάληψης**. Επιστρέφουμε πίσω στο σημείο που είχαμε συναντήσει την πινακίδα και ακολουθούμε πλέον ελαφρά βόρειοδυτική πορεία κατηφορίζοντας στα 1.500 μέτρα υψόμετρο όπου συναντάμε το εξωκλήσι του **Προφήτη Ηλία** (11) και πιο κάτω από αυτό πηγή με δροσερό νερό και δίπλα του εικονοστάσι. Κατεβαίνουμε διασχίζοντας κάθετο μεγάλο λούκι και φθάνουμε σε ρεματιά (12) με μικροδάφνες και αμέσως μετά σε χωματόδρομο (13) τον οποίο ακολουθούμε αριστερά, βορειοδυτικά.

Στην συνέχεια στρίβουμε βορειοανατολικά και εμφανίζεται χαμηλά το χωριό Γερακάρι. Τώρα πια έχουμε αφήσει το γυμνό βραχώδες τοπίο και διασχίζουμε κήπους με κεραισιές. Αγνούμε τις πολλές διακλαδώσεις του κεντρικού χωματόδρομου έως τον επαρχιακό δρόμο (14) Σπήλι – Γερακάρι τον οποίο ακολουθούμε δεξιά.

Αφού περάσουμε δίπλα από βρύση με πόσιμο νερό μπαίνουμε στο **Γερακάρι** (15) στην βόρεια πλαγιά του **Κέδρου**.

Σπήλι - Κισσός - Κέδρος - Γερακάρι Spili - Kissos - Kedros - Gerakari	
ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΜΗΚΟΣ ROUTE LENGTH	18,5 χλμ. km
ΩΡΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DURATION	7 ώρες 30 λεπτά 7 hours & 30 minutes
ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ SUGGESTED PERIOD	Άνοιξη - Οκτώβριο Spring - October
ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DIFFICULTY LEVEL	Σχετικά δύσκολη ανάβαση στην κορυφή του Κέδρου It includes a relatively difficult climb to the top of Mount Kédros
ΕΙΔΟΣ ΣΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ MARKER'S TYPE	E4 (Κίτρινα και μαύρα σημάδια) E4 (black and yellow marks)

We pass by the beautiful Byzantine church of **Agio Pnevma** (the Holy Spirit), and follow the cart track on the north side of the settlement in an easterly direction, for about 650 m. At the end of the dirt road (6), we continue eastwards for another 200 m, on a vague path. Then, we turn left (7) and begin to climb steeply. We pass the remains of dry-stone walls. The slope is steep, rocky and bare; we ascend it towards a saddle (8), north of which we arrive after 700 m of laborious climb. We continue eastwards, walking along the mountain line and encountering several clefts in the rock. We climb on the steep slope for a few metres, and then to a small flat area. By now, we can see black and yellow marks that lead us in a narrow gully. Following it for approximately 15 minutes, we climb to another, even smaller flat area. From this point, we proceed for approximately 1.000 m, and then the summit of Kedros appears ahead of us, to the east. Down below to our right, the chapel of **Profitis Ilias** can be seen. We climb a little higher and then come to a sign (9) that leads us to Gerakari, northwards, to our left. We continue following the frequent marks, until the 1.776 m high mountain top (10).

On the top there is a little chapel of **Analipsi** (Ascension). We return to the point where we had encountered the sign, and follow a somewhat north-westerly course, descending to an altitude of 1.500 m, where we come upon the chapel of **Profitis Ilias** (11). A little further down, there is a spring with cool water and a small shrine next to it. We descend going through a big, almost vertical gully and reach a ravine (12) with oleanders. Immediately after, we come to a dirt road (13), which we follow in a north-westerly direction, to the left. We then turn in a north-easterly direction and, belows, the village of Gerakari comes into view. By now, we have left the bare, rocky landscape, and walk through cherry orchards. We ignore the many branches of the main unsurfaced road, until we reach the main road (14) that connects Spili with **Gerakari**, which we follow to our right.

Having passed by a fountain with drinking water, we enter Gerakari (15), on the northern slope of Mount **Kedros**.



Μετά την πλατεία Ηρώων στη **Γερακάρι** (1), προχωρούμε 450 μέτρα στη βόρεια έξοδο του χωριού, στρίβουμε δεξιά στο χωματόδρομο (2) τον οποίο εγκαταλείπουμε μετά από 150 μέτρα και κατεβαίνουμε σε δυσδιάκριτο μονοπάτι το οποίο διασχίζει τη μικρή ρεματιά (3) και στην συνέχεια ανηφορίζει στο χωριό **Ελένες** (4).

Από την βόρεια άκρη του χωριού ακολουθούμε ανατολικά τον χωματόδρομο, αγνούμε δεξιά παράκλιμη και μετά από 400 μέτρα περίπου στα αριστερά μας ξεκινάει το δυσδιάκριτο μονοπάτι (5) το οποίο ανηφορίζει στη θαμνώνη πλαγιά του λόφου μέχρι μικρό επίμηκες πλάτωμα. Στην συνέχεια ακολουθούμε τα σχετικά συχνά σήματα και στην ανατολική κορυφογραμμή του λόφου συναντούμε χωματόδρομο (6) ο οποίος μας οδηγεί ανατολικά χαμηλά σε πλάτωμα με αμπελία από όπου ακολουθούμε βόρεια τον ασφαλτοστρωμένο δρόμο (7).

Ανατολικά δεσπόζει η μικρή χαρακτηριστική κορυφή του όρους **Σάμπτος**. Συναντούμε το εκκλησάκι του **Αγίου Τίτου** (8) βόρεια από το οποίο ξεκινάει χωματόδρομος, προχωρούμε ανατολικά για 200 μέτρα περίπου και συναντούμε περιφραγή της οποίας την εξωτερική βόρεια πλευρά ακολουθούμε διασχίζοντας δυσδιάκριτο μονοπάτι στη θαμνώνη πλαγιά. Μετά από 1 χλμ. περίπου αριστερά μας συναντάμε διακλάδωση (9) του μονοπατιού προς βορρά που κατηφορίζει στο χωριό Αμάρι. Ακολουθώντας αυτήν την διακλάδωση λίγα μέτρα παρακάτω συναντάμε βρύση με πόσιμο νερό και μετά από 5' φθάνουμε στο ιστορικό όμορφο χωριό **Αμάρι** (10), την παλιά πρωτεύουσα της ομώνυμης επαρχίας.

Από το Αμάρι ακολουθούμε το επαρχιακό δρόμο ανατολικά, διασχίζουμε το χωριό **Οψιγιάς** (11) και στην συνέχεια συναντούμε το **Μοναστηράκι** (12) όπου μπορούμε να επισκεφτούμε μία από τις σημαντικότερες αρχαιολογικές θέσεις της παλαιοανακτορικής περιόδου της μινωικής Κρήτης. Ακολουθούμε νότια τον επαρχιακό δρόμο, συναντούμε το μικρό εκκλησάκι της **Αγ. Μαρίας** (13) και συνεχίζουμε για το χωριό **Λαμπιώτες** (14).

Χαμηλά ανατολικά στο βάθος της κοιλάδας βλέπουμε την λιμνοδεξαμενή του Βιζαρίου και ψηλά απέναντι ορθώνεται πλέον η νοτιοδυτική πλαγιά του Ψηλορείτη και διακρίνεται καθαρά η κορυφή του. Από την βόρεια πλευρά του χωριού ακολουθούμε κατηφορικά το δρόμο έως τη ρεματιά (15) την οποία διασχίζουμε και στην συνέχεια προχωρούμε νότια, αρχικά παράλληλα με το ποτάμι και σε 400 μέτρα βρισκόμαστε στην **Λιμνοδεξαμενή του Βιζαρίου** την οποία παρακάμπτουμε από βορρά και στα μέσα της ανατολικής της πλευράς συναντούμε χωματόδρομο (16) με ανατολική κατεύθυνση και μετά από 400 μέτρα βρισκόμαστε στον επαρχιακό δρόμο (17) Ρεθύμνου - Φουρφουρά τον οποίο ακολουθούμε ανατολικά έως το **Βιζάρι** (18). Συνεχίζουμε στον επαρχιακό δρόμο για περίπου 450 μέτρα, συναντούμε χωματόδρομο (19) ο οποίος ανηφορίζει δεξιά, περνάει βόρεια από το νεκροταφείο και καταλήγει στο **Φουρφουρά** (20), τελευταίο χωριό πριν από την ανάβαση στον ορεινό όγκο του Ψηλορείτη.

Γερακάρι - Αμάρι - Φουρφουράς Gerakari - Amari - Fourfouras	
ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΜΗΚΟΣ ROUTE LENGTH	15 χλμ. km
ΩΡΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DURATION	4 ώρες 45 λεπτά 4 hours & 45 minutes
ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ SUGGESTED PERIOD	Όλο το χρόνο All year round
ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DIFFICULTY LEVEL	Σχετικά εύκολη διαδρομή Relatively easy
ΕΙΔΟΣ ΣΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ MARKER'S TYPE	E4 (Κίτρινα και μαύρα σημάδια) E4 (black and yellow marks)

up along the bushy hill slope, to a small oblong flat area. We follow the relatively frequent marks and come to a dirt road (6) on the eastern ridge of the hill that leads down to the east, in a flat area with vineyards; from there, we follow the asphalt road (7) northwards. To the east, the small, characteristic summit of **Mount Samitos** dominates. We then reach the chapel of **Agios Titos** (8), north of which an unsurfaced road begins. We continue eastwards for about 200 m and come to a fenced area; we walk along its northern side, on a path hard to discern, along a bushy slope.

After approximately 1 km, we come to a turn of the path (9) towards the north, which descends to the village of Amari; following this left-hand turn-off, a few metres further down we come upon a drinking fountain. About 5 minutes later, we arrive at the beautiful historical village of **Amari** (10), the old capital of the district that has the same name.

From Amari, we follow the main road eastwards, pass through the village of **Opsigias** (11) and then reach **Monastiraki** (12). There, we can visit one of the most important archaeological sites of the Old Palace period of **Minoan Crete**.

We next follow the main road southwards, reach the chapel of **Agia Marina** (13) and continue towards the village of **Lambiotas** (14). Down below, in the valley, we see the reservoir of Vyzari. By now, high above us rises the south-eastern slope of Psiloritis, its summit being easily distinguishable.

From the northern part of the village, we go down the road until the course of the stream (15), which we cross. Then, we continue southwards, initially parallel to the stream, and in 400 m arrive at the **reservoir of Vyzari**, which we bypass from the north. Halfway to its eastern side, we come to a dirt road (16) which goes towards the east, and after 400 m we reach the main road (17) between Rethymnon and Fourfouras, which we follow eastwards until **Vyzari** (18).

We continue on the main road for about 450 m, and then come to a dirt road (19), which ascends to the right, passes north of a cemetery and ends at **Fourfouras** (20), the last village before the climb to the Psiloritis massif.



Από το **Φουρφουρά** (1) ακολουθούμε με νότια κατεύθυνση, για περίπου 150 μέτρα νότια τον ασφαλτοστρωμένο δρόμο. Αριστερά μας στην αρχή ανηφορικό χωματόδρομο (2), πληροφοριακή πινακίδα του Ε.Ο.Σ. Ρεθύμνης μας δίνει συνοπτικές πληροφορίες για την πορεία προς το καταφύγιο.

Σε μικρή απόσταση από την αρχή του χωματόδρομου στρίβουμε δεξιά νοτιοανατολικά, διασχίζουμε τους πυκνούς ελαιώνες της πλαγιάς και αφού περάσουμε δίπλα από μικρό εξωκλήσι βρισκόμαστε σε διακλάδωση (3) και ακολουθούμε την αριστερή πορεία για 300 περίπου μέτρα έως την επίσημη διασταύρωση (4) της οποίας ακολουθούμε την δεξιά ανηφορική πορεία ανάμεσα στους θάμνους και τις αγριοαμυγδαλιές της πλαγιάς για περίπου 500 μέτρα μέχρι που φθάνουμε σε διαμορφωμένο χώρο πηγής (5) με πόσιμο νερό, σε υψόμετρο 700 μέτρα περίπου.

Ακριβώς στα δεξιά της πηγής ξεκινάει το μονοπάτι, το οποίο ακολουθούμε ελαφρά νοτιοανατολικά ανάμεσα σε θάμνους και πρίνους. Μετά από λίγα μέτρα στρίβουμε βόρεια, διασχίζουμε το ξερό ρέμα και αρχίζουμε την ανάβαση ακολουθώντας τα σήματα και το ευκρινές μονοπάτι που ελίσσεται στην πλαγιά.

Σε 20' από την πηγή φθάνουμε στην κορυφή της πλαγιάς σε σημείο όπου δεξιά χαμηλά ανοίγεται τεράστια φυσική χολάνη με το όνομα «**Βυθρί**» (6). Ταυτόχρονα ανοίγεται και η θέα προς την πλευρά του χωριού **Κουρούτες**. Για λίγο ακολουθούμε την κορυφογραμμή της πλαγιάς έχοντας δεξιά μας το Βυθρί και μόλις το προσπεράσουμε στρίβουμε ελαφρά αριστερά ακολουθώντας την βάση της απότομης πλαγιάς. (Βορειοανατολικά από το Βυθρί, στην ρίζα του κάθετου βράχου ψηλά στην πλαγιά, βρίσκεται η πηγή «**Απλύτρα**» (7) σε υψόμετρο 1300 μέτρων). Μετά από 10' από το Βυθρί και αφού έχουμε μπει στην ζώνη των πρίνουν φθάνουμε σε μικρό φαράγγι που σχηματίζει το ρέμα, και συνεχίζουμε ανάμεσα σε βραχώδη περάσματα να ανεβαίνουμε ανατολικά την απότομη πλαγιά. Σε 1 ώρα και 15' περίπου συνολικής πορείας από την πηγή, ακολουθώντας το μονοπάτι με την σχετικά πυκνή σήμανση, φθάνουμε στην κορυφή της πλαγιάς (8) όπου ανοίγεται ένα σχετικά μεγάλο τοπίο κατάφυτο από πρίνους ανάμεσα στους οποίους ελίσσεται το μονοπάτι με καθαρά ανατολική κατεύθυνση και σε άλλα 40' περίπου φθάνουμε στο καταφύγιο του **Ε.Ο.Σ. Ρεθύμνης** (9), σε υψόμετρο 1500 μέτρων.

(Ο συνολικός δρόμος πορείας από τον Φουρφουρά είναι 3 ώρες & 45' περίπου.

Στο τμήμα της διαδρομής από την αρχή του μονοπατιού (πηγή στα 700 μέτρα υψόμετρο) έως και το καταφύγιο, η σήμανση με πινακίδες του E4 είναι επαρκής καθώς επίσης σχετικά πυκνή είναι και η σήμανση με κίτρινο & μαύρο χρώμα στα βράχια).

Φουρφουράς – Απλύτρα ή Τουμποτός Πρίνος (Καταφύγιο Ε.Ο.Σ. Ρεθύμνου) Fourfouras - Aplytra or Toumbotos Prinós	
ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΜΗΚΟΣ ROUTE LENGTH	7,5 χλμ. km
ΩΡΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DURATION	3 ώρες 45 λεπτά 3 hours & 45 minutes
ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ SUGGESTED PERIOD	Όλο το χρόνο All year round
ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DIFFICULTY LEVEL	Σχετικές δυσκολίες στο τμήμα Φουρφουρά - καταφύγιο The section Fourfouras – mountain shelter is fairly difficult
ΕΙΔΟΣ ΣΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ MARKER'S TYPE	E4 (Κίτρινα και μαύρα σημάδια) E4 (black and yellow marks)

among bushes and wild almond trees, for about 500 m, until we reach a drinking fountain (5), at an altitude of approximately 700 m.

Just at the right side of the fountain a path begins, which we follow in a rather south-easterly direction, between bushes and oaks.

A few meters further on we turn towards the north, cross adrywater course and begin to ascend, following the marks on the distinct path, which winds up the slope; 20 minutes after the water spring, we reach the top of the slope, at a point where low to the right a huge natural swallow hole, named «**Vithri**» (6), can be seen. We can also enjoy the view towards the village of **Kouroutes**.

We follow the mountain line for a while, having Vithri on our right side; once we are past it, we turn slightly left, walking along the base of a steep slope.

North-east of **Vithri**, at the foot of a vertical rock, up the hill, at an altitude of 1.300 m, the spring of «**Aplytra**» (7) is to be found.

10 minutes after Vithri, and having entered the oak zone, we reach a small gorge formed by a stream, and continue to climb the steep slope, towards the east, through rocky sections.

Approximately 1 hour and 15 minutes from the spring, following the path which has relatively frequent markings, we arrive at the top of the slope (8). There, a fairly even landscape full of oaks, among which the path meanders in a clearly easterly direction, opens up. After another 40 minutes, approximately, we arrive at the Mountain Shelter of **E.O.S. Rethymnou** (9), at an altitude of 1.500 m.

The whole route from Fourfouras takes about 3 hours and 45 minutes. In the section of the route from the beginning of the path -water spring at 700 m- until the shelter, the E4 signs are sufficient and the yellow and black markings on the rocks are relatively frequent.

Πίσω ακριβώς από το καταφύγιο του Ε.Ο.Σ. υπάρχει ο χαρακτηριστικός «**Τουμποτός Πρίνος**» αριστερά του οποίου ξεκινάει το μονοπάτι (1) για την ανάβαση στην κορυφή.

Η πορεία είναι σταθερά ανηφορική, γίνεται σε ευδιάκριτο μονοπάτι έχοντας σχεδόν πάντα οπτική επαφή με το διάσελο ανάμεσα στις κορυφές του Αγκαθιά ανατολικά και του Τιμίου Σταυρού δυτικά. Για 45' περίπου έχουμε αριστερά μας τον Ξερό γείμαρο παράλληλα με τον οποίο ανεβαίνουμε μέχρι που συναντάμε δεξιά μας μικρή καταβόθρα (2) σε σημείο από όπου έχουμε καταπληκτική θέα προς ολόκληρο το νότιο τμήμα του νομού Ρεθύμνης.

Αμέσως μετά την καταβόθρα προχωρούμε ανατολικά, διασχίζουμε μικρό πλάτωμα καλυμμένο με αγκανθώδη βλάστηση και από την ρίζα της βραχώδους πλαγιάς (3) στρίβουμε βόρεια ακολουθώντας πάντα το ευδιάκριτο και καλά σηματοδοτημένο μονοπάτι το οποίο ακολουθεί την νοτιοδυτική πλαγιά του Αγκαθιά μέχρι το διάσελο (4) στο οποίο φθάνουμε μετά από συνολική πορεία 3 ωρών και 10' περίπου.

(Αυτό αυτό το σημείο πλέον ανοίγεται μπροστά μας μεγάλο τμήμα της βόρειας Κρήτης και του Κρητικού πελάγους.)

Ακολουθώντας αριστερά την κορυφογραμμή σε 20' φθάνουμε στην κορυφή του **Τιμίου Σταυρού** (5), το υψηλότερο σημείο του **Ψηλορείτη** και της Κρήτης με υψόμετρο 2.456 m.

Καταφύγιο Ε.Ο.Σ. Ρεθύμνου - Τιμίου Σταυρός (Κορυφή Ψηλορείτη) MOUNTAIN SHELTER OF E.O.S. RETHYMNOY-TIMIOS STAVROS (PSILORITIS TOP)	
ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΜΗΚΟΣ ROUTE LENGTH	4 χλμ. km
ΩΡΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DURATION	3 ώρες 30 λεπτά 3 hours & 30 minutes
ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ SUGGESTED PERIOD	Απρίλιος - Οκτώβριος April - October
ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ DIFFICULTY LEVEL	Πορεία σε μεγάλα υψόμετρα - Γυμνό τοπίο χωρίς ισκίο Hiking at high altitudes, in a bare landscape without any shade
ΕΙΔΟΣ ΣΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ MARKER'S TYPE	E4 (κόκκινα σημάδια - σωροί πέτρας) E4 (red marks and stone cairns)

Immediately after the cavern we continue eastwards and pass through a *small flat area* covered with scrub. From the foot of a rocky slope (3) we turn northwards, constantly following the distinct and well-marked path, which goes along the south-western slope of Agathias; we continue until the saddle (4), where we arrive after approximately 3 hours and 10 minutes, in total.

(From this point, a large view of northern Crete, as well as of the Cretan Sea, opens up ahead of us.)

Following the mountain line to our left, in 20 minutes we reach the summit of **Timios Stavros** (5), the highest peak of **Psiloritis** and of all Crete, with an altitude of 2.456 m.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ	USEFUL INFORMATION
<p>Διαδρομές</p> <p>Οι πληροφορίες που παρέχονται, είναι ακριβείς κατά τη στιγμή της έρευνας και καταγραφής τους και δεν δεσμεύουν τον Δήμο Αμαρίου 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).</p> <p>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.</p>	<p>Routes</p> <p>Though the information contained here is accurate at the time of writing, it is not likely to remain so for ever, and Amari municipality might intend to make some changes in the future. Changes may come about from human intervention (agriculture, shepherding, public works) or from the climate (local torrential downpours can rip trails apart).</p> <p>It's possible to meet closed fences in routes that cross pastoral areas thus, make sure to close again the doors you pass. Keep a distance from pastoral dogs and try to avoid behaviours that might be considered as aggressive.</p>
<p>Ασφάλεια</p> <p>Σε γενικές γραμμές οι διαδρομές της περιοχής είναι βατές χωρίς ιδιαίτερες δυσκολίες και τεχνικές απαιτήσεις.</p> <p>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.</p>	<p>Safety</p> <p>Generally the E4 in Crete is 'do-able' – without overmuch difficulty or technical requirements.</p> <p>Please understand that anyone taking these routes does so at their own risk. This information should be combined with a full appreciation on the part of the walker of the risks that are attendant on walking in unfamiliar areas – and a mature assessment and acceptance of a personal responsibility for one's own actions.</p>
<p>Σήμανση</p> <p>Δεν υπάρχει σήμανση σε όλα τα τμήματα των δαιδρομών. Επίσης, πολλά τμήματα των διαδρομών δεν είναι καν χαραγμένα και ακολουθούν την πορεία από γιδόστρατες.</p>	<p>Signs</p> <p>There is no sign in every part of the routes. Moreover, some route parts are not even engraved and follow the route in some goat paths.</p>
<p>Πληροφόρηση</p> <p>Σημεία Πληροφόρησης και Διανομής Εντύπων Δημαρχείο Αγίας Φωτεινής (info kiosk).</p>	<p>Information</p> <p>Information points and of flyers distribution Town Hall of St. Fotini village (info kiosk).</p>

