Παλαιοσέλι – Ορειβατικό Καταφύγιο – Δρακόλιμνη Σμόλικα –

Αγ. Παρασκευή

Αφετηρία: Παλαιοσέλι

Τέρμα: Αγ. Παρασκευή

Μήκος διαδρομής: 17 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 8 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση:

1.000 μ. – 2.200 μ. – 1.050 μ.

Τύπος διαδρομής: μονοπάτι

Σήμανση: καλή

Βαθμός δυσκολίας: υψηλός

Σημεία ενδιαφέροντος: η Δρακόλιμνη

του Σμόλικα, η θέα της Τύμφης,

τα υποαλπικά οροπέδια.

Κόνιτσα – Τραπεζίτσα

Αφετηρία: Κόνιτσα (εξωκλήσι Αγ. Αθανασίου)

Τέρμα: κορυφή Τραπεζίτσα

Μήκος διαδρομής: 5 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 3 ώρες και 30 λεπτά

Υψομετρική διαβάθμιση: 900 μ. – 2.022 μ.

Τύπος διαδρομή: μονοπάτι

Σήμανση: πρόχειρη

Βαθμός δυσκολίας: πολύ υψηλός

Σημεία ενδιαφέροντος: η θέα της χαράδρας του Αώου, της Τύμφης, του Σμόλικα και του Γράμμου.

Βρυσοχώρι – Ι.Μ. Αγίας Τριάδας

Αφετηρία: Βρυσοχώρι

Τέρμα: Ι.Μ. Αγίας Τριάδας

Μήκος διαδρομής: 6,5 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 3 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 990 μ. – 940 μ.

Τύπος διαδρομής: μονοπάτι (δασική οδός σε μερικά σημεία)

Σήμανση: πρόχειρη

Βαθμός δυσκολίας: μέτριος

Σημεία ενδιαφέροντος: ο οικισμός του Βρυσοχωρίου, η Ι.Μ. Αγ. Τριάδας (1667), η θέα της Τύμφης.

Κόνιτσα – Βρυσοχώρι

Αφετηρία: Γεφύρι Κόνιτσας

Τέρμα: Βρυσοχώρι

Μήκος διαδρομής: 14 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 12 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 450 μ. – 900 μ.

Τύπος διαδρομής: δασική οδός, μονοπάτι

Σήμανση: πρόχειρη

Βαθμός δυσκολίας: πολύ υψηλός

Σημεία ενδιαφέροντος: η γέφυρα της Κόνιτσας (1870), η Ι.Μ. Παναγίας Στομίου (1774), η χαράδρα του Αώου, τα γεφύρια στο Βρυσοχώρι.

Κόνιτσα – Ι.Μ. Παναγίας Στομίου

Αφετηρία: Κόνιτσα

Τέρμα: Ι.Μ. Παναγίας Στομίου

Μήκος διαδρομής: 6 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 2 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 450 μ. – 800 μ.

Τύπος διαδρομής: δασική οδός, μονοπάτιι

Σήμανση: καλή

Βαθμός δυσκολίας: μέτριος

Σημεία ενδιαφέροντος: η γέφυρα της Κόνιτσας (1870), η Ι.Μ. Παναγιάς Στομίου (1774), η θέα της χαράδρας του Αώου και της Τύμφης.

Κόνιτσα – Χαράδρα Αώου –

Δρακόλιμνη Τύμφης

Αφετηρία: Κόνιτσα

Τέρμα: Δρακόλιμνη Τύμφης

Μήκος διαδρομής: 12 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 7 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 450 μ. – 2.100 μ.

Τύπος διαδρομής: δασική οδός στην αρχή της διαδρομής, μονοπάτι στην υπόλοιπη διαδρομή

Σήμανση: πρόχειρη

Βαθμός δυσκολίας: αρκετά υψηλός

Σημεία ενδιαφέροντος: η χαράδρα του Αώου, η Δρακόλιμνη της Τύμφης, το γεφύρι της Κόνιτσας (1870), η Ι.Μ. Παναγίας Στομίου (1774).

Τσεπέλοβο – Δρακόλιμνη Τύμφης

Αφετηρία: Τσεπέλοβο

Τέρμα: Δρακόλιμνη Τύμφης

Μήκος διαδρομής: 14 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 6 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 1.080 μ. – 1.950 μ. – 1.750 μ. – 2.100 μ.

Τύπος διαδρομής: μονοπάτι

Σήμανση: πρόχειρη

Βαθμός δυσκολίας: πολύ υψηλός

Σημεία ενδιαφέροντος: τα υπαλπικά λιβάδια, οι μικρές λίμνες, οι ορθοπλαγιές, οι χαράδρες.

Φαράγγι Βικάκι (Σελάτο) – Ι.Μ. Αγίου Ιωάννη Ρογκοβού

Αφετηρία: Περιοχή «Μανέτες» 3 χλμ. μετά τον οικισμό του Καπεσόβου προς το Τσεπέλοβο

Τέρμα: Ι.Μ. Αγίου Ιωάννη Ρογκοβού

Μήκος διαδρομής: 2 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 2 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 1.070 μ. – 800 μ. – 990 μ.

Τύπος διαδρομής: μονοπάτι

Σήμανση: πρόχειρη

Βαθμός δυσκολίας: μέτριος

Σημεία ενδιαφέροντος: η Ι.Μ. Αγ. Ιωάννη Ρογκοβού (1028-1034) ανακαινίστηκε το 1749, το φαράγγι Βικάκι, η εξαιρετική θέα στην ευρύτερη περιοχή, τα πέτρινα γεφύρια.

Μεγάλο Πάπιγκο – Άνω Κλειδωνιά

Αφετηρία: Μεγάλο Πάπιγκο

Τέρμα: Άνω Κλειδωνιά

Μήκος διαδρομής: 4,5 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 2 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 1.050 μ. – 900 μ.

Τύπος διαδρομής: μονοπάτι

Σήμανση: μέτρια

Βαθμός δυσκολίας: μέτριος

Σημεία ενδιαφέροντος: η θέα του φαραγγιού του Βίκου και των πύργων της Αστράκας.

Μικρό Πάπιγκο – Αστράκα

Αφετηρία: Μικρό Πάπιγκο

Τέρμα: κορυφή Αστράκα

Μήκος διαδρομής: 5 χλμ.

Διάρκεια διαδρομής: 5 ώρες

Υψομετρική διαβάθμιση: 1.050 μ. – 2.436 μ.

Τύπος διαδρομής: μονοπάτι

Σήμανση: καλή στην αρχή της διαδρομής και πρόχειρη στο υπόλοιπο τμήμα

Βαθμός δυσκολίας: υψηλός

Σημεία ενδιαφέροντος: το Κέντρο Πληροφόρησης Παπίγκου του Εθνικού Πάρκου Βόρειας Πίνδου, το Κέντρο Ενημέρωσης για το Γεωπάρκο Βίκου – Αώου, τα υποαλπικά οροπέδια, οι ορθοπλαγιές, η πανοραμική θέα της περιοχής. Παρακάμπτοντας τη βασική διαδρομή, μπορείτε να επισκεφθείτε το βάραθρο της Προβατίνας που είναι από τα μεγαλύτερα σε βάθος σπήλαια του κόσμου (407 μ.). Η σήμανση προς το βάραθρο είναι πρόχειρη και η διάρκεια της παράκαμψης είναι περίπου 30 λεπτά.