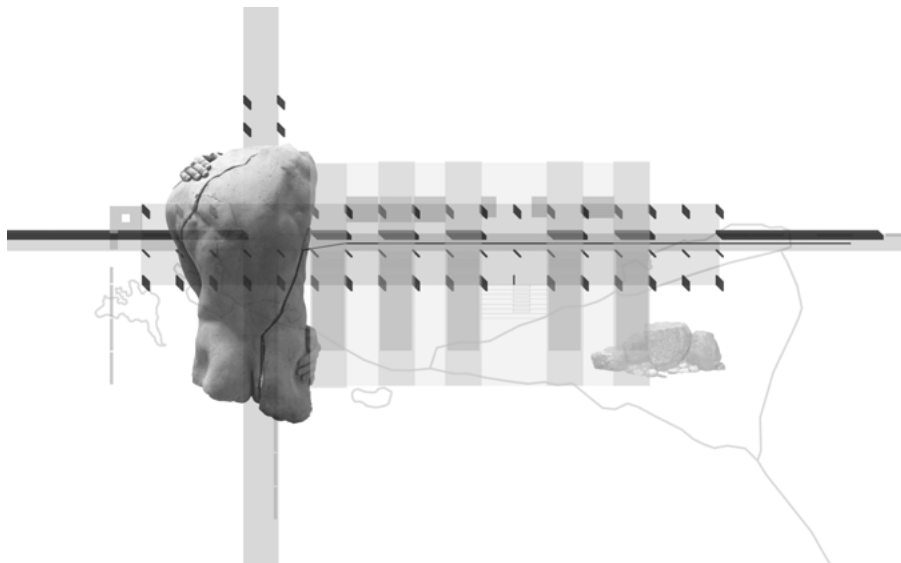


Κέντρο Θερμαλισμού και Ευεξίας στις Ιαματικές Πηγές Καλλιδρόμου



Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο  
Τμήμα Αρχιτεκτόνων Μηχανικών

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ  
Αθήνα, Ιούνιος 2024

Τίτλος:  
**Πορεία προς την ίαση:**  
**κέντρο θερμαλισμού και ευεξίας στις ιαματικές**  
**πηγές Καλλιδρόμου**

Σπουδάστρια:  
Ναούμ Μαρία (ατ17303)

Επιβλέπουσα καθηγήτρια:  
Τσιράκη Σοφία

*Στον μπαμπά μου, Θωμά Ναούμ...*

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

#### 1 | ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

- A. ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΝΟΙΑ ΤΟΥ ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ
- B. ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- Γ. ΓΕΩΘΕΡΜΙΚΟ ΠΕΔΙΟ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΟ ΝΕΡΟ
- Δ. ΛΟΥΤΡΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ
- Ε. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΛΟΥΤΡΙΚΩΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ
- Ζ. ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ.

#### 2 | ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΥΡΥΤΕΡΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ

- A. ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ.
- B. ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ
- Γ. ΧΑΡΤΗΣ ΟΔΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΕΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ
- Δ. ΧΑΡΤΗΣ ΠΟΤΑΜΩΝ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ
- Ε. ΧΑΡΤΗΣ ΕΥΡΥΤΕΡΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ

#### 3 | ΠΕΡΙΟΧΗ ΜΕΛΕΤΗΣ

- A. ΠΡΟΣΒΑΣΕΙΣ-
- B. ΜΕΓΑΛΑ ΨΩΡΟΝΕΡΙΑ
- Γ. ΜΙΚΡΑ ΨΩΡΟΝΕΡΙΑ
- Δ. Ο ΜΥΘΟΣ
- Ε. ΟΙ ΕΚΦΑΝΣΕΙΣ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ
- Ζ. ΧΛΩΡΙΔΑ ΚΑΙ ΠΑΝΙΔΑ
- Η. ΤΟ ΑΝΑΓΛΥΦΟ

#### 4 | Η ΠΡΟΤΑΣΗ

- A. ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΙΔΕΑ
- B. ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ
- Γ. ΣΥΝΘΕΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ
- Δ. ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ - ΑΝΑΛΟΓΙΕΣ - ΦΕΡΩΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
- Ε. ΑΝΤΙΑΗΠΤΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ
- Ζ. ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ
- Η. ΤΜΗΜΑ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
- Θ. ΑΞΟΝΟΜΕΤΡΙΚΑ ΣΧΕΔΙΑ

#### 5 | ΣΧΕΙΔΑ

#### 6 | ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΜΑΚΕΤΑΣ

#### 7| ΦΩΤΟΡΕΑΛΙΣΤΙΚΕΣ ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΕΙΣ

#### 8 | ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι

#### 9 | ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ

#### 10 | ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΑ



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η παρούσα διπλωματική εργασία εκπονήθηκε από την Μαρία Ναούμ, σπουδάστρια αρχιτεκτονικής στο ΕΜΠ, με επιβλέπουσα καθηγήτρια την κα. Τσιράκη Σοφία. Θέμα της διπλωματικής αποτελεί ο σχεδιασμός ενός Κέντρου Ευεξίας και Θερμαλισμού στις ιαματικές πηγές Καλλιδρόμου, γνωστές και ως Ψωρονέρια. Η ονομασία των συγκεκριμένων ιαματικών πηγών προέκυψε από την ιδιότητα του ιαματικού νερού να θεραπεύει και την ψωρίαση, γεγονός που ήταν γνωστό ήδη από την αρχαιότητα.

Η εργασία αυτή, περιλαμβάνει την έρευνα της έννοιας του θερμαλισμού και των λουτρικών εγκαταστάσεων, μια εκτενή μελέτη που αγγίζει τις ευρύτερες θεματικές που διαμορφώνουν την ευρύτερη ταυτότητα του νομού Φθιώτιδας και μια οργανωμένη ανάλυση της υφιστάμενης κατάστασης της περιοχής μελέτης. Η πρόταση που την συνοδεύει περιλαμβάνει μια μεσαίας-μεγάλης κλίμακας επέμβαση, η οποία αποσκοπεί στην ανάδειξη του φυσικού κάλλους και των ευεργετικών δυνατοτήτων των ιαματικών φυσικών πόρων της περιοχής.

Η περιοχή μελέτης επιλέχθηκε με βάση το προσωπικό ενδιαφέρον για τα ιαματικά λουτρά, την προσωπική καταγωγή από χωριό της ευρύτερης περιοχής και την αναγκαιότητα ανάδειξης του φυσικού και ιαματικού πλούτου του τόπου. Σύμφωνα με τον μύθο, η θεά Αθηνά ζήτησε από τη θεά Γαία να δημιουργήσει τις πηγές Καλλιδρόμου, προσφέροντάς τις ως δώρο στον Ηρακλή προκειμένου εκείνος να θεραπεύει τις πληγές του μετά από κάθε άθλο και να αναπαύεται ψυχικά. Η ιδιαίτερη ατμόσφαιρα του τοπίου, η εμβληματική παρουσία του νερού και του βουνού, καθώς και το μυθολογικό στοιχείο που φορτίζει την περιοχή, έθεσαν τα θεμέλια της συνθετικής ιδέας και των προθέσεων του σχεδιασμού. Έπειτα από μία μακροσκελή έρευνα, ανάλυση και αξιοποίηση των χαρακτηριστικών αυτών, λήφθηκαν τα απαραίτητα εφόδια για τον σχεδιασμό.

Η κεντρική ιδέα της αρχιτεκτονικής πρότασης αποτελεί μια μεταφορική αναφορά στις πληγές του Ηρακλή, οι οποίες πρόκειται να θεραπευτούν με το ιαματικό νερό. Έτσι, ένας επιμήκης άξονας- διαδρομή κατά μήκος του βουνού έρχεται να αποτυπώσει την ιδέα της πληγής, όπου κάθετοι σε αυτόν ιαματικοί-θεραπευτικοί χώροι έρχονται ως ράμματα να “συρράψουν” αυτή τη πληγή και κατ’ επέκταση να την θεραπεύσουν. Ο άξονας-πληγή αποτελεί τον βασικό άξονα κίνησης του επισκέπτη ενώ οι χώροι που αναπτύσσονται εκατέρωθεν αυτής, φιλοξενούν τις διάφορες υπηρεσίες και λειτουργίες του κέντρου ευεξίας και θερμαλισμού.

Παρατηρώντας την ευρύτερη περιοχή των ιαματικών πηγών προκύπτει ο διαχωρισμός της σε τρεις επιμέρους ζώνες: τα Μεγάλα Ψωρονέρια, τα μικρά Ψωρονέρια, και την ενδιάμεση-κεντρική ζώνη η οποία χαρακτηρίζεται από πικνή βλάστηση. Πρωταρχική ανάγκη, λοιπόν, αποτελεί η σύνδεση των διασπαρμένων λιμνών μεταξύ τους, (Μεγάλα και Μικρά Ψωρονέρια) καθώς και η ανάδειξη του φυσικού τοπίου μέσω της παρουσίας του κριτίου. Στην προσπάθεια αυτή, κρίνεται σημαντική η ενεργοποίηση της κεντρικής ζώνης, η οποία επιτρέπει τη σύνδεση με το βουνό και προσφέρει νέες δυνατότητες στον περπατητή ή λούόμενο. Βασικός στόχος του σχεδιασμού είναι η δημιουργία υποδομών που θα λειτουργήσουν συμπληρωματικά ως προς τις λίμνες, χωρίς να επιβληθούν σε αυτές και χωρίς να καταργήσουν τον δημόσιο χαρακτήρα του τόπου, αλλά προσθέτοντας δραστηριότητες και υπηρεσίες θεραπευτικές για το σώμα και την ψυχή. Τα κύρια υλικά που χρησιμοποιούνται είναι η πέτρα -στον άξονα της βασικής κίνησης- και το εμφανές σκυρόδεμα -στους θεραπευτικούς ιαματικούς χώρους. Το νερό και το παιχνίδι του φωτός προσδίδουν μια μυστική ατμόσφαιρα στις ιαματικές λειτουργίες, ενισχύοντας την πολυαισθητηριακή εμπειρία του χώρου.

## **1 | ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ**

A. ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΝΟΙΑ ΤΟΥ ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ

B. ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Γ. ΓΕΩΘΕΡΜΙΚΟ ΠΕΔΙΟ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΟ ΝΕΡΟ

Δ. ΛΟΥΤΡΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

Ε. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΛΟΥΤΡΙΚΩΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

Ζ. ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ.

## A. ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΘΕΜΑ ΤΟΥ ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ

Ο **Θερμαλισμός** συνιστά ένα εκτεταμένο πεδίο θεραπευτικών πρακτικών που αξιοποιούν φυσικούς ιαματικούς πόρους με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση ή αποκατάσταση της σωματικής και ψυχικής υγείας. Ο όρος “**φυσικοί ιαματικοί πόροι**” αναφέρεται σε γήινα φυσικά υλικά που, στην αυθεντική τους μορφή, διαθέτουν θεραπευτικές ιδιότητες. Η χρήση αυτών των πόρων διαφοροποιείται ανάλογα με το είδος τους (νερό, πηλός, σπήλαιο, κλίμα), γεγονός που οδηγεί σε διακριτές κατηγορίες θεραπευτικών προσεγγίσεων. Συνεπώς, ο θερμαλισμός περιλαμβάνει ως κύριες κατηγορίες τη θαλασσοθεραπεία, την κλιματοθεραπεία, την υδροθεραπεία, την πηλοθεραπεία και τη σπηλαιοθεραπεία, κάθε μία εκ των οποίων αντιστοιχεί σε συγκεκριμένη χρήση των ιαματικών φυσικών πόρων.

**Θερμαλιστική θεραπεία** είναι ένα σύνολο ενεργειών και σχέσεων με το ιαματικό νερό, τον πηλό, τους υδρατμούς και το περιβάλλον, που συγκροτούν, για συγκεκριμένη χρονική διάρκεια, σε ένα θερμαλιστικό κέντρο, ένα ιδιαίτερο μοντέλο ζωής.

**Θερμαλιστικό κέντρο** είναι χώρος, με ιδιαίτερα οικολογικά, ιστορικά, πολιτισμικά χαρακτηριστικά, στον οποίο ο επισκέπτης φροντίζει την προσωπική, σωματική και ψυχική του υγεία με τη χρήση ιαματικών φυσικών πόρων. Στα θερμαλιστικά κέντρα προωθείται μία διευρυμένη εκδοχή της έννοιας της θεραπείας όχι μόνο επανορθωτική, ούτε μόνο προληπτική, αλλά βασισμένη σε μία στρατηγική προώθησης της υγείας.

### ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΣ

#### θαλασσοθεραπεία



#### κλιματοθεραπεία



#### υδροθεραπεία



#### πηλοθεραπεία



#### σπηλαιοθεραπεία



α. Θαλασσοθεραπεία στην παράκτια ιαματική πηγή του Αγίου Φωκά στην Κω



β. Τα ιαματικά λουτρά των Μεθάνων



γ. Θερμή πηγή Λουτρακίου Αριδαίας-Πόζαρ



δ. Φυσικός ταμιευτήρας πηλού Δήμου Φιλίππων



ε. Σπηλαιοθεραπεία σε σπήλαιο της Γερμανίας

## B. ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η **υδροθεραπεία** πρόκειται για θεραπεία με χρήση ιαματικού νερού, σε μορφή πάγου, υγρού ή ατμού, για μείωση των συμπτωμάτων διαφόρων λοιμώξεων, οξέος ή χρόνιου πόνου, προβλημάτων του κυκλοφορικού και άλλων. Στόχος είναι να διεγερθεί μια ανοσολογική ανταπόκριση ή να αποτοξινωθεί το σώμα με την αλλαγή της θερμοκρασίας του. Η υδροθεραπεία διακρίνεται σε **εσωτερική** και **εξωτερική** υδροθεραπεία. Στην εσωτερική υδροθεραπεία ανήκει η **εισπνοθεραπεία**, η **ποσιθεραπεία** και οι **πλύσεις**, ενώ στην εξωτερική ανήκουν τα **ιαματικά λουτρά**, οι **καταιονήσεις**, οι **υδρομαλάξεις** και η **υδροκινησιοθεραπεία**.

### ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

#### A. ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

##### α. εισπνοθεραπεία



Η εισπνοθεραπεία βασίζεται στη μετατροπή των ιαματικών νερών σε μικροσταγονίδια μέσω ειδικών συσκευών και στην εκμετάλλευση των αερίων που εμπεριέχονται σε αυτά.

-2 εβδομάδες με συχνότητα 1-2 φ. την ημέρα  
-Προβλήματα αναπνευστικού συστήματος

##### β. ποσιθεραπεία



Ως αγωγή επιτυγχάνεται με την πόση ορισμένης ποσότητας ιαματικού νερού. Η δόση εξαρτάται από τις φυσικοχημικές ιδιότητες των νερών.

-3-4 εβδομάδες  
-Παθήσεις ανώτερου πεπτικού συστήματος

##### γ. πλύσεις



Στις πλύσεις περιλαμβάνονται οι ρινικές, οι στοματικές και οι γυναικολογικές πλύσεις. Οι ρινικές πλύσεις γίνονται χρησιμοποιώντας ιαματικά νερά με μικρή ή μεγάλη πίεση.

-5-15' της ώρας  
-Συχνά για παροδοντοπάθειες

#### A. ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

##### α. ιαματικά λουτρά



Χωρίζονται σε: ψυχρά (μέχρι 20°C), υπόθερμα (20-30°C), θερμά (30-40 °C) και υπέρθερμα (άνω των 40 °C). Γίνεται με ολική ή μερική εμβύθιση του σώματος σε ατομικό λουτήρα ή πισίνα  
-20' της ώρας  
-ρευματοπάθειες, αρθροπάθειες, δερματοπάθειες, αγγειοπαθήσεις

##### β. καταιονήσεις



Μπορεί να είναι ψυχρές, χλιαρές, θερμές και υπέρθερμες. Χωρίζονται στις υψηλής πίεσης (1,5- 5 atm) και σε καταιονήσεις χαμηλής πίεσης (0,5- 1,5 atm).  
-2 εβδομάδες με συχνότητα 1-2 φ. την ημέρα  
-Προβλήματα αναπνευστικού συστήματος

##### γ. υδρομαλάξεις



Πρόκειται για την εφαρμογή πίεσης στο ανθρώπινο σώμα όσο βρίσκεται αυτό μέσα στο ιαματικό νερό. Η θερμοκρασία του νερού 34-37 °C.  
-20' της ώρας  
-κατάγματα, κακώσεις, οσφυαλγίες, αρθροπάθειες

##### γ. υδροκινησιοθεραπεία

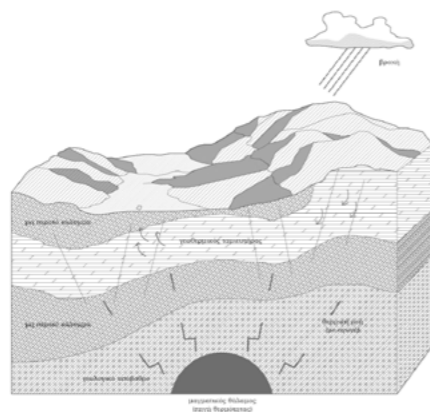


Ο συνδυασμός της λουτροθεραπείας και της κινησιοθεραπείας μέσα στο νερό.  
-5-15' της ώρας  
-Συχνά για παροδοντοπάθειες

## Γ. ΓΕΩΘΕΡΜΙΚΟ ΠΕΔΙΟ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΟ ΝΕΡΟ

Στην υδροθεραπεία, το ιαματικό νερό, όπως υποδηλώνει και ο όρος, συνιστά το κεντρικό στοιχείο της διαδικασίας. Το νερό αυτό αναβλύζει φυσικά ή αντλείται από ιαματικές πηγές, οι οποίες αποτελούν φυσικές εκδηλώσεις γεωθερμικών πεδίων. Ρήγματα και άλλες μορφές τεκτονικής ασυνέχειας λειτουργούν ως αγωγοί, επιτρέποντας την ανοδική πορεία του θερμού νερού από το υπέδαφος προς την επιφάνεια της γης. Κατά την κατεισδυτική του πορεία στο υπέδαφος, το νερό θερμαίνεται μέσω της επαφής του με τα θερμά πετρώματα και, όντας πλέον ελαφρύτερο, ανέρχεται προς την επιφάνεια, αντικαθιστώμενο από ψυχρότερα νερά. Έτσι, δημιουργείται ένα συνεχώς ανανεούμενο κυκλοφορικό σύστημα, το οποίο μεταφέρει θερμότητα από τα βάθη στην επιφάνεια. Ως ένα λειτουργικό γεωθερμικό σύστημα, παράγει ρευστά υψηλών θερμοκρασιών, ικανά να προσφέρουν πολλαπλά οφέλη στον άνθρωπο.

Κατά τη διάρκεια της κυκλοφορίας του στο υπέδαφος, το ιαματικό νερό έρχεται σε επαφή με ηφαιστειογενή πετρώματα, εμπλουτίζεται με μεταλλικά στοιχεία, και αποκτά τις ευεργετικές του ιδιότητες. Τα συχνότερα ανευρισκόμενα μεταλλικά συστατικά περιλαμβάνουν το θείο, το ασβέστιο, το μαγνήσιο, τον σίδηρο και το ράδιο.



πηγή διαγράμματος: Βαρέλη Αικατερίνη, Κωστή Χριστίνα. Πορεία προς την ίαση: Κέντρο Θερμάλισμού και Ευεξίας στις πηγές του Καλλιδρόμου

Οι θεραπευτικές ιδιότητες των ιαματικών νερών αποδίδονται στις βιολογικές δράσεις που προκαλεί η χρήση τους στον ανθρώπινο οργανισμό. Συγκεκριμένα:

### A. Μηχανική δράση ↑

Η άνωση και η υδροστατική πίεση μειώνουν το βάρος του σώματος και κατανέμουν την πίεση ομοιόμορφα, οδηγώντας σε χαλάρωση και μείωση του πόνου.

### B. Θερμική δράση 🌡️

Η θερμότητα ενεργοποιεί τους θερμορυθμιστικούς μηχανισμούς, επιταχύνει τις μεταβολικές και οξειδοαναγωγικές διαδικασίες, προκαλώντας διαστολή των επιφανειακών αιμοφόρων αγγείων και αύξηση της αιμάτωσης, διευκολύνοντας παράλληλα τη σύσπαση των μυών.

### Γ. Χημική δράση 🧪

Τα χημικά στοιχεία των ιαματικών νερών, όπως το βρώμιο (Br), το ιώδιο (I) και το θείο (S), απορροφώνται μέσω του δέρματος, ενισχύοντας τις θεραπευτικές επιδράσεις.

## Δ. ΛΟΥΤΡΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

Η αξιοποίηση των ιαματικών νερών επιτυγχάνεται μέσω της διαδικασίας των λουτρών. Λουτρό ορίζεται ως η εμβύθιση του σώματος σε ψυχρό ή θερμό νερό. Η σημασία αυτής της πρακτικής έγινε αντιληπτή από τον άνθρωπο ήδη από την αρχαιότητα. Στοιχεία λουτρικών εγκαταστάσεων έχουν εντοπιστεί σε παλάτια της Μεσοποταμίας που χρονολογούνται από το 4500 π.Χ., γεγονός που υποδηλώνει ότι οι αρχαίοι πολιτισμοί αναγνώριζαν και αξιοποιούσαν τις εξυγιαντικές και εξαγνιστικές ιδιότητες των ιαματικών νερών.





## Ε. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΛΟΥΤΡΙΚΩΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

### Προϊστορική περίοδος

Στην ιστορική πορεία της ανθρωπότητας, το ιαματικό νερό των θερμομεταλλικών πηγών απέκτησε από πολύ νωρίς ουσιαδή ρόλο. Αρχαίοι πολιτισμοί, όπως οι Πέρσες, οι Αιγύπτιοι, οι Ισραηλίτες και οι Ινδοί, απέδιδαν στις ψυχρές και θερμές πηγές ιδιαίτερες ιδιότητες. Σύμφωνα με βιβλιογραφικές πηγές, οι γερμανικές και κέλτικες φυλές, καθώς και οι αρχαίοι σλαβικοί λαοί, θεωρούσαν τα φυσικά νερά και τα φυσικά αέρια δώρα των θεών, πιστεύοντας ότι οι θερμές πηγές όχι μόνο εξυπηρετούσαν τον καθαρισμό του σώματος αλλά και προσέφεραν θεραπεία για πληγές και πόνους. Η πρακτική αυτή αντικατοπτρίζει τις πρώιμες φάσεις μιας θρησκευτικής και ιατρικής προσέγγισης που συνδέεται με την εξυγιαντική και εξαγνιστική δύναμη των θερμών υδάτων.

### Αρχαία Ελλάδα

Στην αρχαία Ελλάδα, το νερό δεν περιοριζόταν στη χρήση του ως μέσο καθαριότητας, αλλά ενσωματώθηκε και στις ιαματικές και θρησκευτικές τελετουργίες. Τα πρώτα δημόσια κτίρια που συνδέονταν με την καθαριότητα του σώματος, τα Ασκληπεία, κατασκευάστηκαν τον 5ο αιώνα π.Χ. Συνήθως βρίσκονταν κοντά σε ιαματικές πηγές, ποτάμια ή τη θάλασσα και χαρακτηρίζονταν από μια σαφή, τριμερή δομή.

### Ρωμαϊκά χρόνια

Κατά τη ρωμαϊκή περίοδο, τα λουτρά ενσωματώθηκαν πλήρως στην καθημερινή ζωή και, παράλληλα με άλλα πολιτιστικά δρώμενα, αποτέλεσαν σημαντικό τμήμα των κτιριακών και πολεοδομικών συγκροτημάτων, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στον προσανατολισμό τους.

### Βυζάντιο- μεσαίωνας

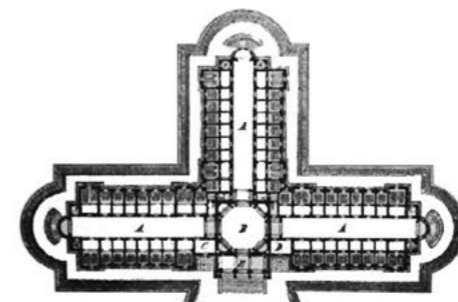
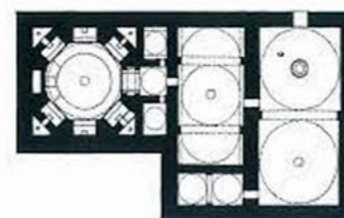
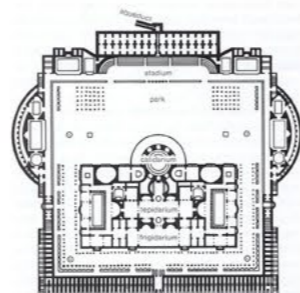
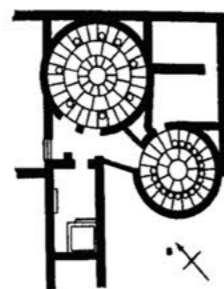
Στη βυζαντινή περίοδο, η σημασία του λουτρού μειώθηκε, καθώς θεωρήθηκε ασύμβατο με τις χριστιανικές ηθικές αξίες. Ωστόσο, η σύνδεση της λούσης με τη βάπτισμα και τη σωματική ίαση, είτε ιατρική είτε θαυματουργική, συνέβαλε στην σταδιακή επανένταξη του στον χριστιανικό τρόπο ζωής. Η ύπαρξη βυζαντινών λουτρών μετά την πτώση της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας υπήρξε καθοριστική για την ανάπτυξη των τουρκικών λουτρών, τα οποία, μέσω της κατάσχεσης και μετατροπής σε ατμόλουτρα (χαμάμ), συνδέθηκαν

### 15ος - 19ος αι. μ.Χ

Στα τέλη του 17ου και κατά τον 18ο αιώνα, αναδύονται νέες θεωρήσεις και μελέτες σχετικά με τη σχέση του ανθρώπου με τη φύση. Τα λουτρά αποκτούν πλέον έναν έντονο θεραπευτικό προσανατολισμό. Μετά το 1850, σημειώνεται ραγδαία ανάπτυξη της λουτροθεραπείας, καθιστώντας τον 19ο αιώνα την περίοδο κυριαρχίας αυτής της ιδέας.

### 20ος - 21ος αι. μ.Χ

Στον 20ό αιώνα, οι λουτρικές δομές αλλάζουν, με τις συμμετρικές κατόψεις να αντικαθίστανται από γραμμικές διατάξεις, ενώ οι τεχνολογικές εξελίξεις βελτιώνουν την ποιότητα του εσωτερικού περιβάλλοντος. Μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, η υπερβολική τεχνολογική ανάπτυξη προκάλεσε ψυχολογικές πιέσεις, καθιστώντας τη λουτροθεραπεία επιτακτική ανάγκη, απαιτώντας ταυτόχρονα την εφαρμογή επιστημονικών και ιατρικών κριτηρίων. Έτσι, αρχίζει μια νέα περίοδος μεγάλης ανοικοδόμησης λουτρικών κέντρων και



## Ζ. ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ

Σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία στην Ελλάδα, έχουν αναγνωρισθεί 88 ιαματικοί φυσικοί πόροι. Από αυτούς, ένας αφορά εκπομπές υδρατμών (Αμάραντος Ιωαννίνων), δύο αναφέρονται σε ιαματικό πηλό (Κρηνίδες, Πικρολίμνη), ενώ οι υπόλοιποι 85 αντιστοιχούν σε θερμές ή ψυχρές πηγές νερού, πολλές εκ των οποίων περιέχουν επίσης αέρια όπως υδρόθειο και διοξείδιο του άνθρακα.

Η γεωγραφική κατανομή των ιαματικών πηγών στον ελλαδικό χώρο παρουσιάζει ενδιαφέροντα χαρακτηριστικά. Οι περισσότερες πηγές εντοπίζονται κοντά στις ακτές, ενώ λιγότερες βρίσκονται σε πεδινές εκτάσεις και ακόμα λιγότερες σε ορεινούς όγκους. Αυτή η κατανομή δεν είναι τυχαία, αλλά συνδέεται άμεσα με τη μορφολογία του εδάφους και τους γεωλογικούς παράγοντες που την επηρέασαν. Συγκεκριμένα, η θέση των ιαματικών πηγών καθορίζεται από τρεις κύριους παράγοντες: τον τεκτονικό προσανατολισμό, την ηφαιστειότητα και τις τοπικές γεωλογικές συνθήκες. Αυτοί οι παράγοντες καθορίζουν τις συνθήκες κάτω από τις οποίες το ιαματικό νερό αναδύεται στην επιφάνεια, αποδίδοντας τις χαρακτηριστικές θεραπευτικές του ιδιότητες.



**Α. Τεκτονικός Προσανατολισμός**  
Οι θερμές μεταλλικές πηγές εμφανίζονται στα ρήγματα ή στη διασταύρωση των ρηγμάτων μετά από τεκτονικά γεγονότα.



**Β. Ηφαιστειότητα**  
Οι θερμές πηγές αποτελούν μεταηφαιστειακά γεγονότα.



**Α. Τεκτονικός Προσανατολισμός**  
Οι θερμές μεταλλικές πηγές εμφανίζονται στα ρήγματα ή στη διασταύρωση των ρηγμάτων μετά από τεκτονικά γεγονότα.



Θερμά Σερρών

Λουτρά Κύθνου

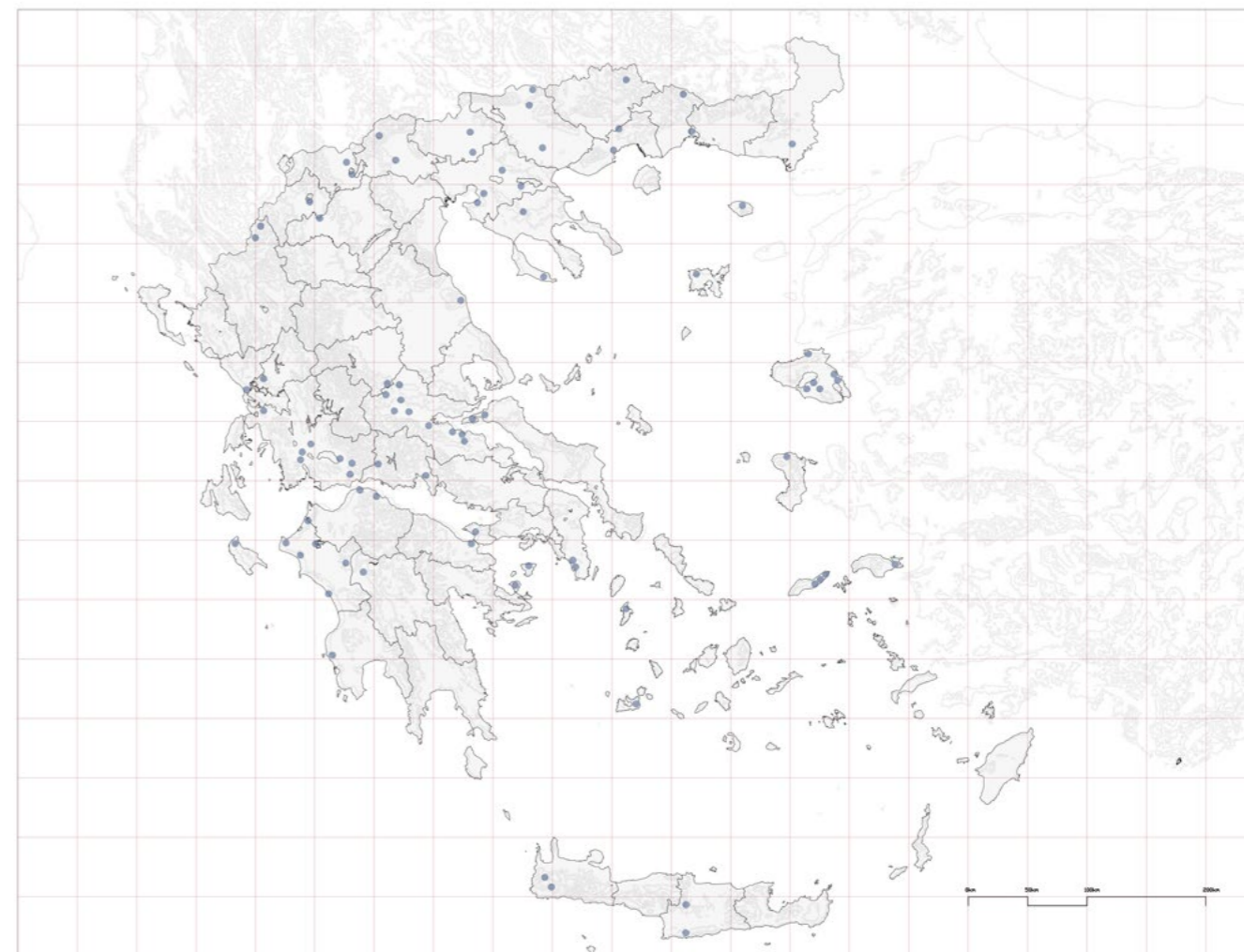
Λουτρά Πόζαρ

Λουτρά Σαμοθράκης

Λουτρά Κόνιτσας

Λουτρά Τρίφου

πηγή διαγράμματος: Βαρέλη Αικατερίνη, Κοστή Χριστίνα. Πορεία προς την ίαση: Κέντρο Θερμαλισμού και Ευεξίας στις πηγές του Καλλιδρόμου



## **2 | ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΥΡΥΤΕΡΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ**

A. ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

B. ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Γ. ΧΑΡΤΗΣ ΟΔΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΕΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Δ. ΧΑΡΤΗΣ ΠΟΤΑΜΩΝ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

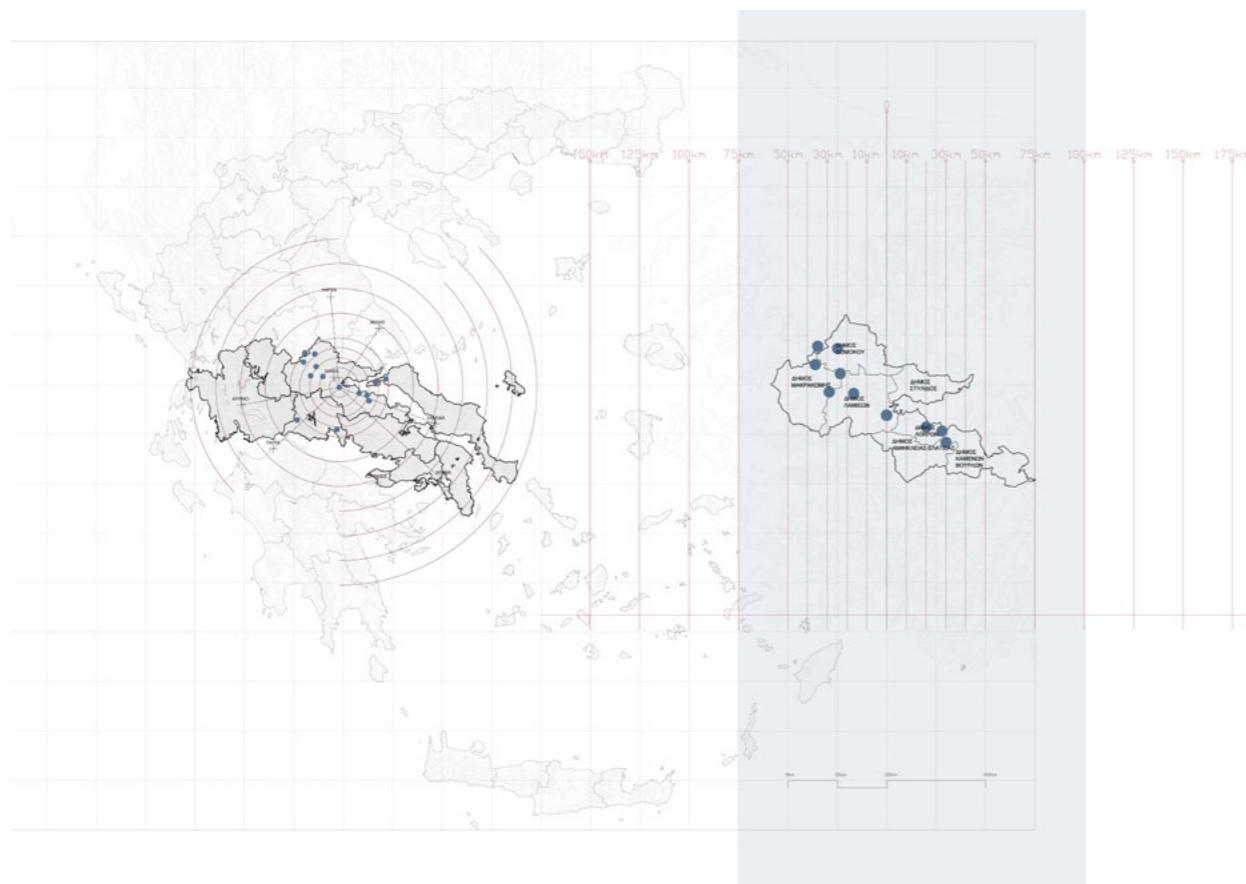
Ε. ΧΑΡΤΗΣ ΕΥΡΥΤΕΡΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ

## Α. ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΣΤΕΡΕΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

Αρχικά βλέπουμε την κατανομή των ιαματικών πηγών στη Στερεά Ελλάδα και στη συνέχεια εστιάζουμε στον Νομό Φθιώτιδας, στον οποίο ανήκει η περιοχή μελέτης μας.

Οι ιαματικές πηγές της Φθιώτιδας αποτελούν από την αρχαιότητα ένα σημαντικό σημείο αναφοράς της. Συμβάλλουν στην πρόληψη, τη διατήρηση και βελτίωση της σωματικής και ψυχικής υγείας του ανθρώπου. Ακόμα το θερμό νερό αποτελεί ανανεώσιμο ενεργειακό πόρο με πολλαπλά δυναμικά οφέλη για την ανάπτυξη της περιοχής. Οι σημαντικότερες, επίσημα αναγνωρισμένες ιαματικές πηγές της Φθιώτιδας είναι τα Καμένα Βούρλα, οι πηγές Κονιαβίτη, οι πηγές των Θερμοπυλών, οι πηγές Καλλιδρόμου- με τις οποίες θα ασχοληθούμε-, της Υπάτης, του Πλατυστόμου, της Παλαιοβράχας και της Δρανίστας- Καΐτσας.

Όλες οι παραπάνω φαίνονται σε ενδεικτικές φωτογραφίες καθώς σημειώνεται οι θερμοκρασία των νερών και οι παθήσεις που καταπολεμούν.



## Β. ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

### Καμένα Βούρλα

Τα Καμένα Βούρλα είναι αναμφισβήτητα οι πιο γνωστές και κατατάσσονται στις σημαντικότερες ιαματικές πηγές της Ευρώπης. Διο υδροθεραπευτήρια λειτουργούν στην περιοχή ενώ οι ευκάλυπτοι που περιβάλλουν το χώρο βοηθούν ακόμα περισσότερο.



### Κονιαβίτη

Μόλις 1 χλμ. μακρύτερα βρίσκονται τα λουτρά Κονιαβίτη που περιέχουν υδρόθειο και είναι ιδανικά για παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος και ρευματοπάθειες ενώ φημίζονται για τις καλλυντικές τους ιδιότητες.



### Θερμοπυλών

Τα λουτρά των Θερμοπυλών είναι ήδη γνωστά από τους μυθικούς χρόνους, αφού η Αθηνά ζήτησε από τη Γαία να τα δημιουργήσει για να ανανεώνουν τον Ηρακλή μετά τους άθλους του. Και εδώ υπάρχουν άρτιες υποδομές για τους λουόμενους.



### Καλλιδρόμου (Ψωρονέρια)

Τα λουτρά Καλλιδρόμου είναι επίσης ευεργετικά για πληθώρα παθήσεων. Συναντάμε δύο περιοχές πηγών, τα μεγάλα και τα μικρά Ψωρονέρια.



### Παλαιοβράχας

Στην Παλαιοβράχα υπάρχουν επίσης ιαματικές πηγές που περιέχουν θείο, γλυκερίνη, μεταβορικό οξύ και άλλες καταπραυντικές ουσίες.



### Πλατυστόμου

Στους πρόποδες του Όθρου αναβλύζουν επίσης ιαματικά νερά. Ένα μεγάλο ξεναδοχείο, κέντρο ευεξίας φιλοξενεί υπηρεσίες υδροθεραπείας.



### Υπάτης

Τα λουτρά της Υπάτης είναι αφιερωμένα στην Αφροδίτη. Εκεί υπάρχει Οργανωμένο θεραπευτήριο όπου καθιστά την περιοχή ιδιαίτερα δημοφιλή.



### Δρανίστας – Καΐτσας

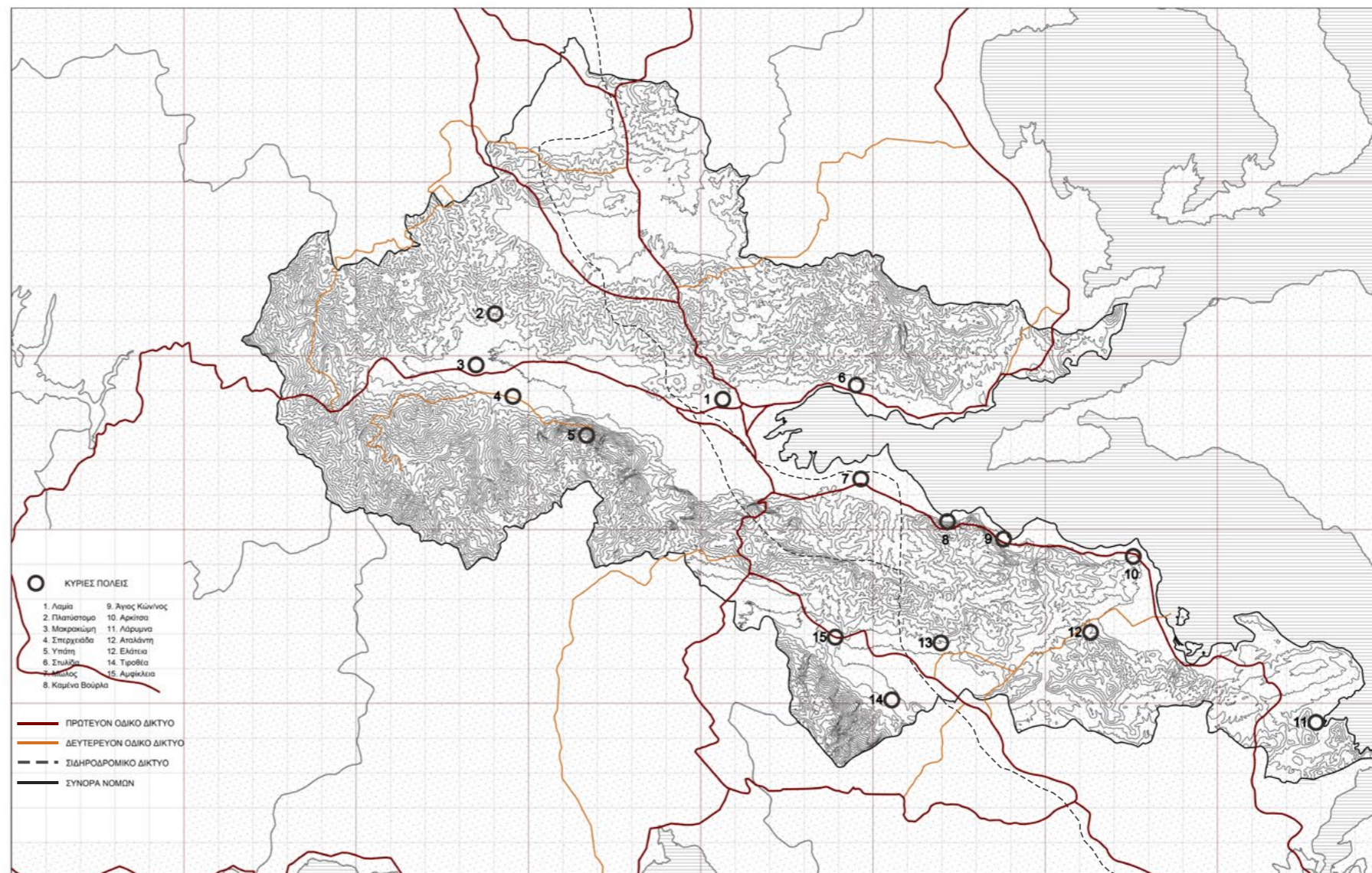
Οι εγκαταστάσεις λουτροθεραπείας περιλαμβάνουν 23 ατομικούς λουτήρες ενώ τα νερά είναι αλκαλικά



### Γ. ΧΑΡΤΗΣ ΟΔΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΕΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

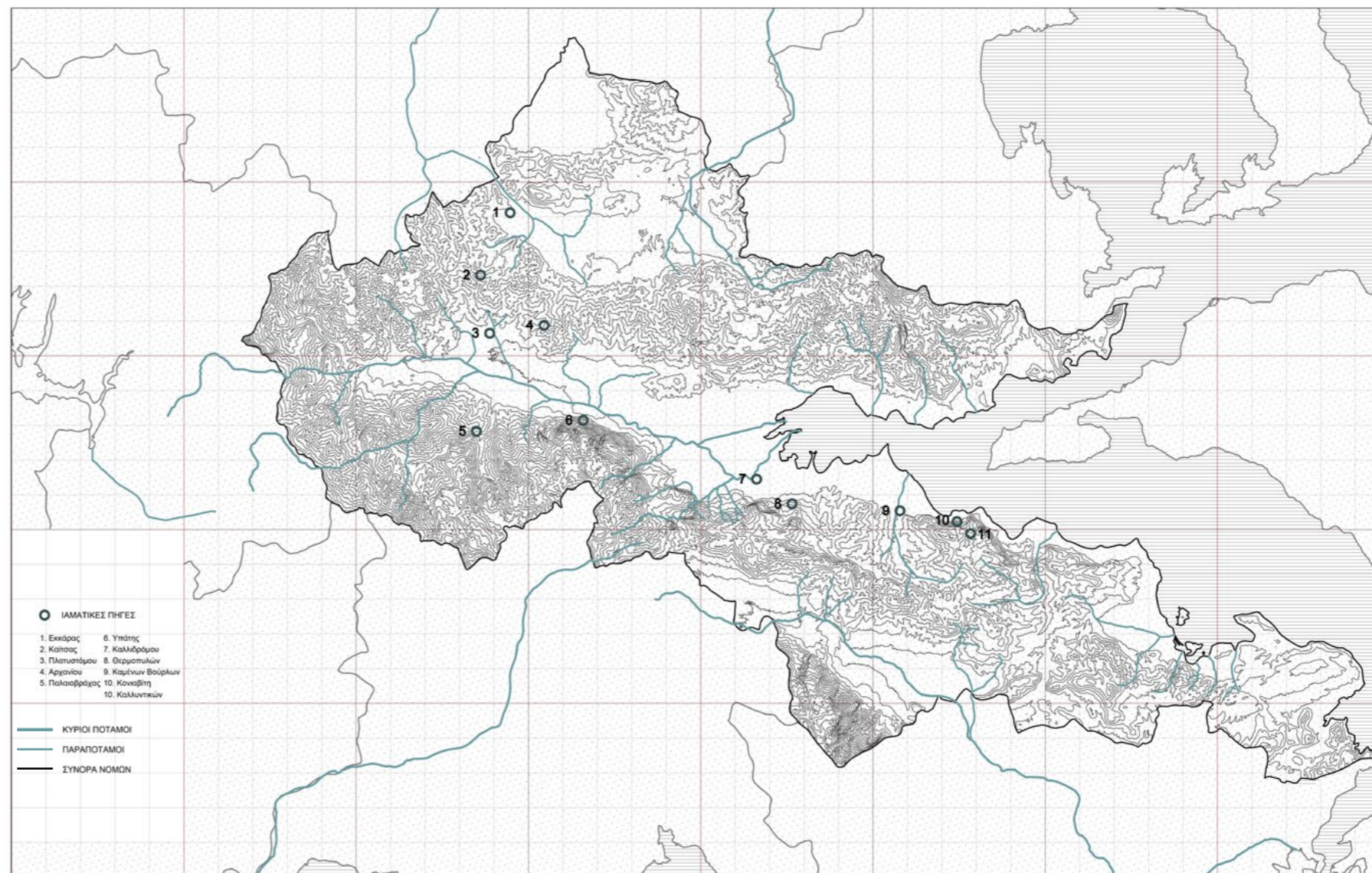
Σε αυτό το σημείο αναλύονται περαιτέρω ο νομός Φθιώτιδας με δύο χάρτες.

Στον πρώτο χάρτη αναγράφονται οι σημαντικότερες πόλεις της Φθιώτιδας καθώς και το οδικό δίκτυο. Πρωτεύουσα και μεγαλύτερη πόλη της Φθιώτιδας είναι η Λαμία. Επίσης, σημαντικές πόλεις είναι ο Μώλος, τα Καμένα Βούρλα, ο Άγιος Κωνσταντίνος, η Αρκίτσα, η Αταλάντη, η Ελάτεια, η Λάρυμνα, η Αμφίκλεια, η Τιθορέα, η Στυλίδα, η Υπάτη, η Μακρακώμη, η Σπερχειάδα, το Πλατύστομο και ο Δομοκός. Παράλληλα, στον χάρτη αυτόν, αναγράφεται το οδικό δίκτυο του νομού με τους σημαντικότερους κύριους και δευτερεύοντες οδικούς άξονες καθώς και το σιδηροδρομικό δίκτυο.



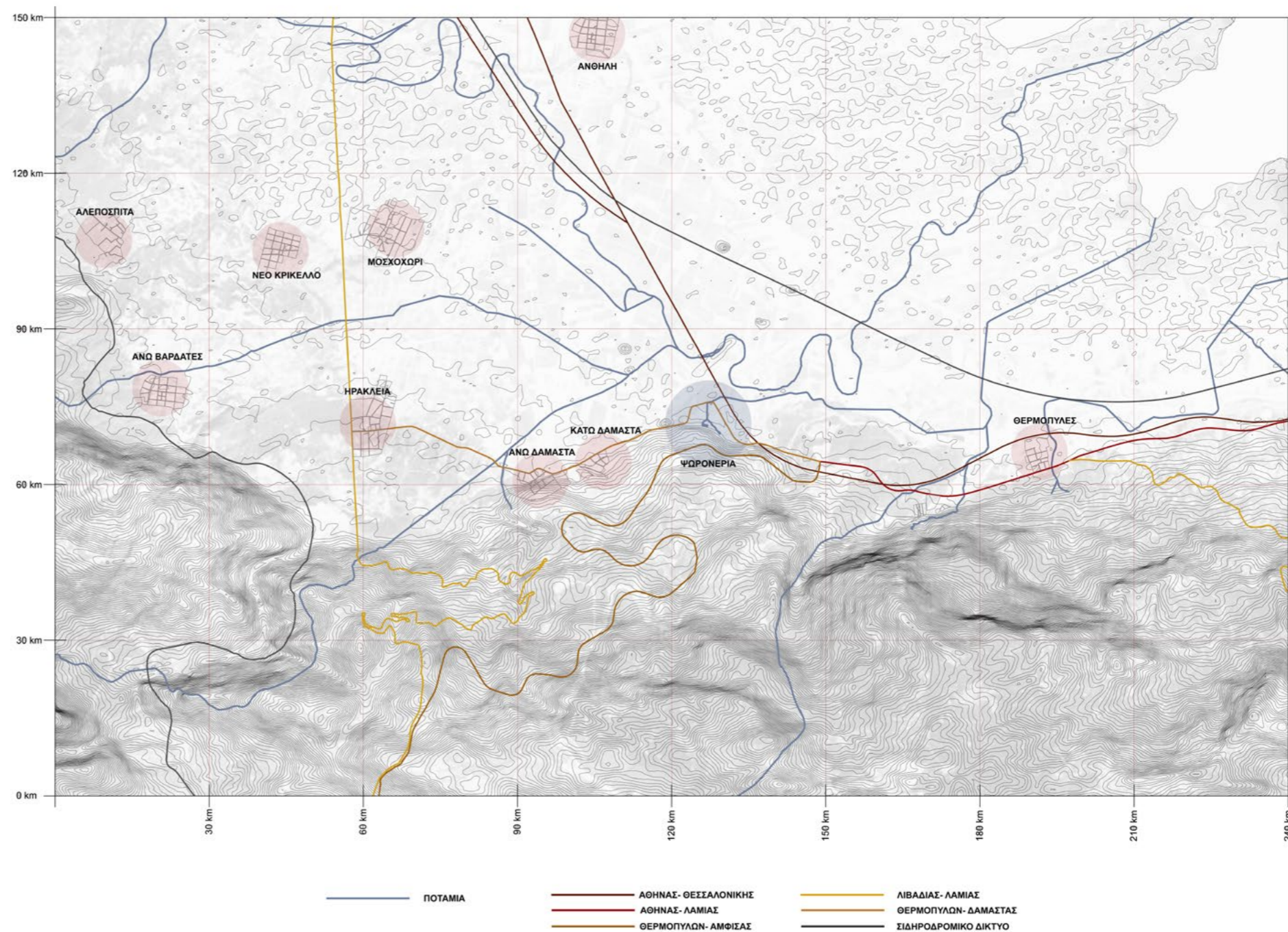
## Δ. ΧΑΡΤΗΣ ΠΟΤΑΜΩΝ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Στον δεύτερο χάρτη αναγράφονται όλοι οι σημαντικοί ποταμοί και οι ιαματικές πηγές τις Φθιώτιδας. Τις ιαματικές πηγές αποτελούν οι ιαματικές πηγές της Εκκάρας, της Καιτσας, του Πλατυστόμου, Αρχαίου, Παλαιοβράχας, Υπάτης, Καλλιδρόμου (Ψωρονέρια), Θερμοπυλών, Καμένων Βούρλων, Κονιαβίτη και Καλλυντικών. Όσον αφορά τους ποταμούς, ο κύριος ποταμός του νομού, που μαζί με τους παραποτάμους του ποτίζει όλη τη Φθιώτιδα, είναι ο Σπερχειός με μήκος 80 χλμ. με κυριότερο παραπόταμο τον Γοργοπόταμο.



**Ε. ΧΑΡΤΗΣ ΕΥΡΥΤΕΡΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ**

Τέλος, και προτού προχωρήσουμε στην περιοχή μελέτης εστιάζουμε σε ένα χάρτη της ευρύτερης περιοχής, όπου αναγράφονται οι γύρω οικισμοί και το οδικό δίκτυο. Τους σημαντικότερους οικισμούς γύρω από την περιοχή μελέτης αποτελούν τα Αλεπόσιπτα, το Νέο Κρίκελλο, το Μοσχοχώρι, οι Άνω Βαρδάτες, η Ηρακλεία, η Άνω Δαμάστα, η κάτω Δαμάστα, η Ανθήλη και οι Θερμοπύλες. Επιπρόσθετα, αναγράφονται τα σημαντικότερα ποτάμια καθώς και το κυρίως οδικό δίκτυο, με σημαντικότερους οδικούς άξονες, τον άξονα Αθήνα- Θεσσαλονίκης, Αθήνας- Λαμίας, Θερμοπυλών - Αμφισσας, Λιβαδειάς- Λαμίας και Θερμοπυλών- Δαμάστας.



### **3 | ΠΕΡΙΟΧΗ ΜΕΛΕΤΗΣ**

A. ΠΡΟΣΒΑΣΕΙΣ-

B. ΜΕΓΑΛΑ ΨΩΡΟΝΕΡΙΑ

Γ. ΜΙΚΡΑ ΨΩΡΟΝΕΡΙΑ

Δ. Ο ΜΥΘΟΣ

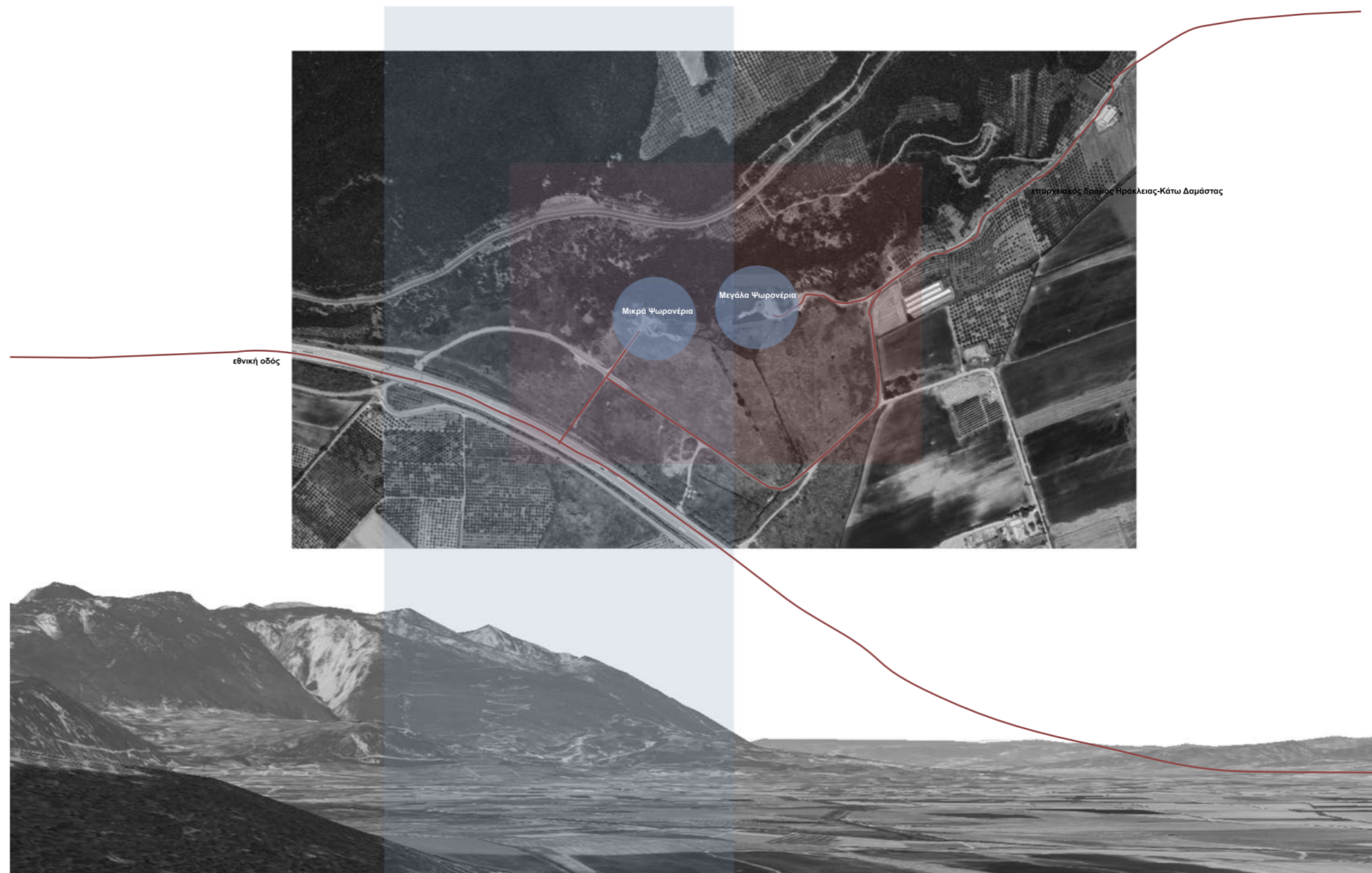
Ε. ΟΙ ΕΚΦΑΝΣΕΙΣ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ

Ζ. ΧΛΩΡΙΔΑ ΚΑΙ ΠΑΝΙΔΑ



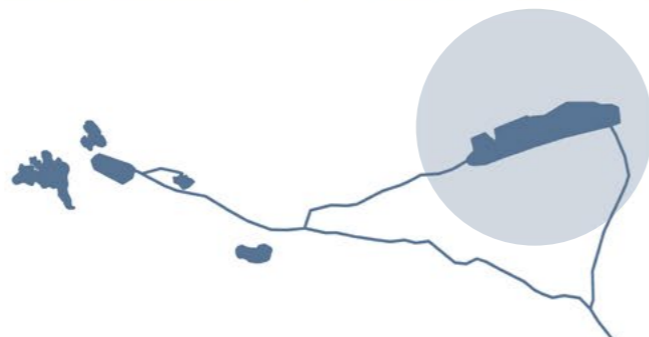
### Α. ΠΡΟΣΒΑΣΕΙΣ

Οι πηγές του Καλλιδρόμου ή Ψωρονέρια βρίσκονται στους πρόποδες του όρους Καλλιδρόμου. Είναι υδροθειούχες, μέσης θερμοκρασίας (33°C), ενώ σε σημεία εντοπίζονται και διάφοροι βάλτοι. Η περιοχή μελέτης διακρίνεται στα μεγάλα και στα μικρά Ψωρονέρια, γι' αυτό και η πρόσβαση σε αυτά είναι διπλή.



## Β. ΜΕΓΑΛΑ ΨΩΡΟΝΕΡΙΑ

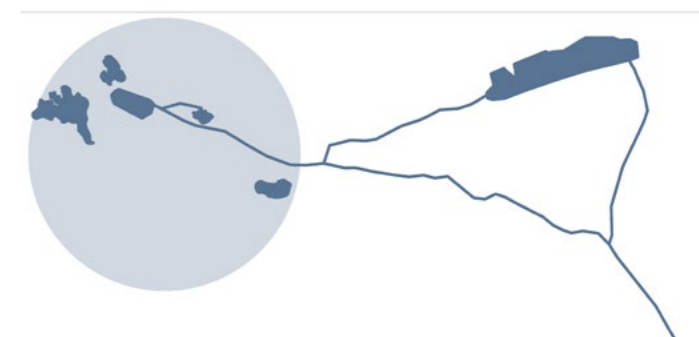
Η πρόσβαση στην περιοχή των Μεγάλων Ψωρονέριων πραγματοποιείται μέσω του επαρχιακού οδικού άξονα Ηράκλειας - Κάτω Δαμάστας, ενώ η πρόσβαση στα Μικρά Ψωρονέρια εξυπηρετείται από την Εθνική Οδό. Τα Μεγάλα Ψωρονέρια αποτελούν τον κύριο πόλο έλξης των επισκεπτών, δεδομένης της ύπαρξης μιας μεγάλης ιαματικής λίμνης στο κεντρικό τους σημείο. Στην τοποθεσία, οι επισκέπτες συναντούν έναν μικρό χώρο στάθμευσης και ορισμένες ξύλινες κατασκευές που λειτουργούν ως αποδυτήρια, προσφέροντας βασικές υποδομές για τη διευκόλυνση των λουόμενων. Επιπλέον, ένα μεταλλικό στέγαστρο, το οποίο έχει κατασκευαστεί από τους κατοίκους των γύρω περιοχών, παρέχει την αναγκαία σκίαση πάνω από τη λίμνη. Τέλος, στον χώρο υπάρχουν μερικά ρολόγια και κρεμάστρες, που έχουν τοποθετηθεί από τους επισκέπτες για την εξυπηρέτηση των αναγκών τους.



## Γ. ΜΙΚΡΑ ΨΩΡΟΝΕΡΙΑ

Από την άλλη μεριά, τα Μικρά Ψωρονέρια, παρόλο που διαθέτουν άμεση πρόσβαση από την Εθνική Οδό, διατηρούν έναν πιο απομονωμένο και ήσυχο χαρακτήρα. Η απευθείας πρόσβαση σε αυτά είναι δυσχερής, καθώς το υπάρχον μονοπάτι καταλήγει σε αδιέξοδο λόγω της πυκνής βλάστησης που επικρατεί στην περιοχή. Παρ' όλα αυτά, οι πηγές στα Μικρά Ψωρονέρια είναι επισκέψιμες από συγκεκριμένους λουόμενους, οι οποίοι αναζητούν μεγαλύτερη απομόνωση και ηρεμία.

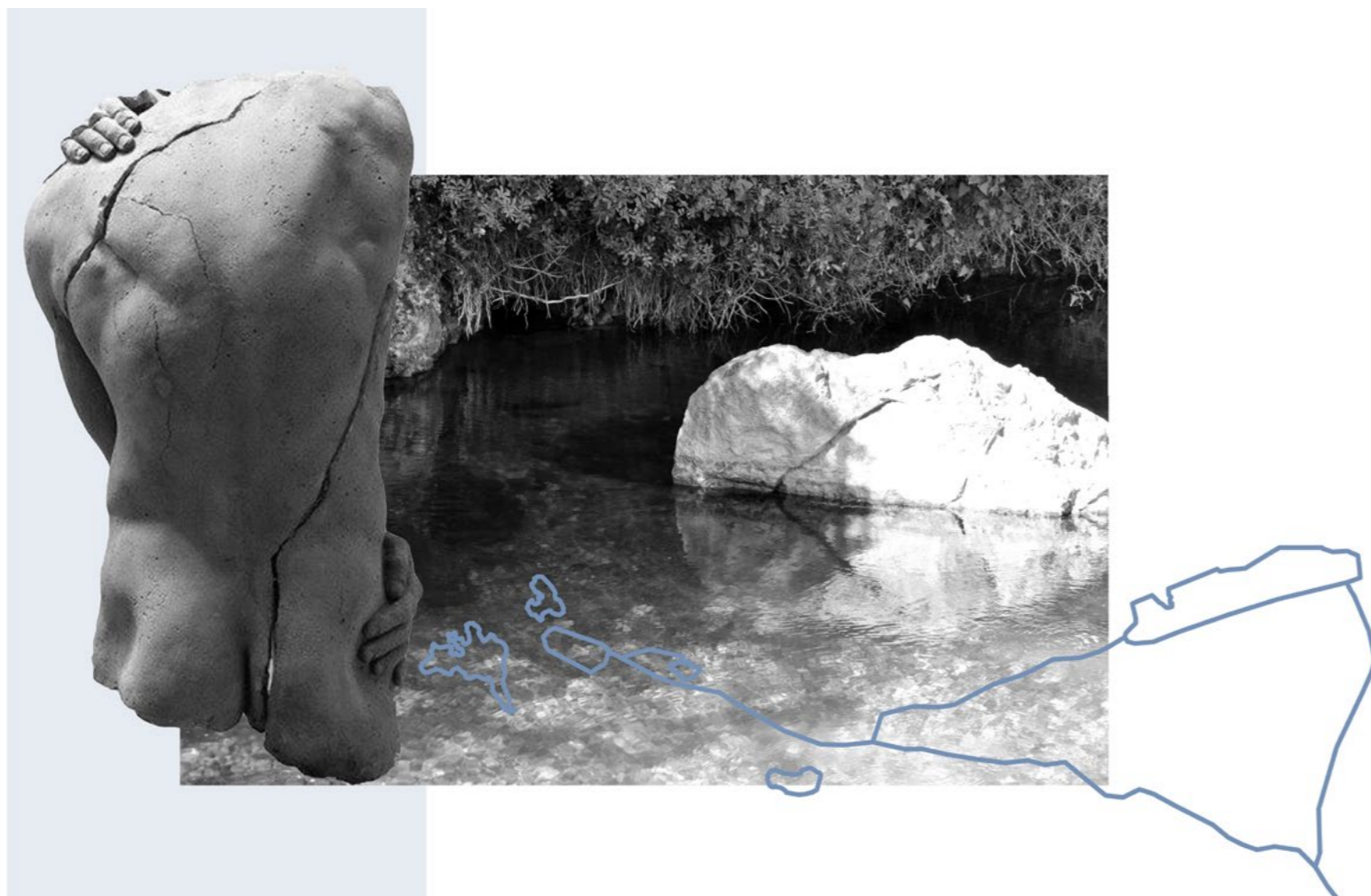
Συνολικά, η περιοχή παρέμβασης χαρακτηρίζεται από την παρουσία τριών διακριτών ζωνών, καθεμία εκ των οποίων διαθέτει μοναδικά ποιοτικά χαρακτηριστικά: τα Μεγάλα Ψωρονέρια, τα Μικρά Ψωρονέρια, και μία τρίτη ζώνη, η οποία εκτείνεται ανάμεσα στις δύο πρώτες και χαρακτηρίζεται από την πυκνή βλάστηση που την καθιστά δυσπρόσιτη.





#### Δ. Ο ΜΥΘΟΣ

Σύμφωνα με την παράδοση, η θεά Αθηνά ζήτησε από τη Γαία να φτιάξει τις πηγές του Καλλιδρόμου και των Θερμοπυλών και τις δώρισε στον Ηρακλή για να γιατρεύει τις πληγές του μετά από κάθε άθλο.



#### Ε. ΟΙ ΕΚΦΑΝΣΕΙΣ ΤΟΥ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΝΕΡΟΥ

Ο πρώτος ήχος που ακούς φτάνοντας εκεί είναι του τρεχούμενου νερού, και αυτό που αμέσως αποσπά τη ματιά σου είναι ο αγνός που χορεύει πάνω από την επιφάνεια της λίμνης και σε προσκαλεί να κουρνιαξείς στην αγκαλιά της... Όσο κι αν ακούγεται παράξενο, η ιδανική ώρα για να επισκεφτείς τα λουτρά Καλλιδρόμου είναι αφού πέσει καλά το σκοτάδι... Μόνο στην απόλυτη ησυχία και μοναξιά της νύχτας μπορείς να αφουγκραστείς τους ψιθύρους του νερού. Εκεί, σ' αυτή την ιδανική θερμοκρασία για το ανθρώπινο σώμα, είναι λες και ζαναγυρίζεις στη μήτρα της μητέρας σου, όπου περιβάλλεσαι από το αμνιακό υγρό που σε προστατεύει...

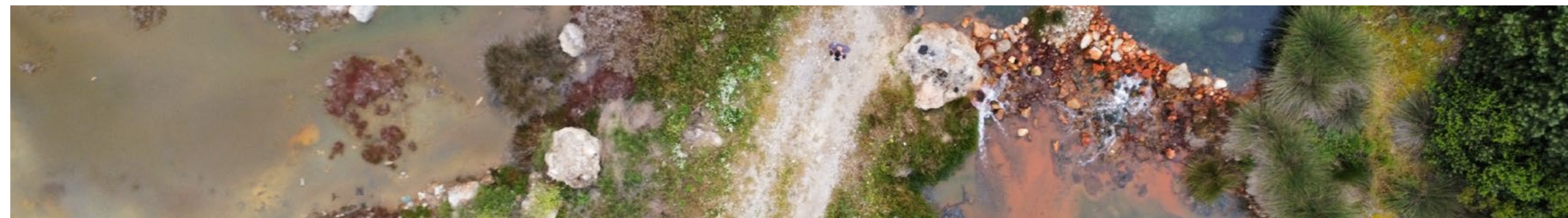
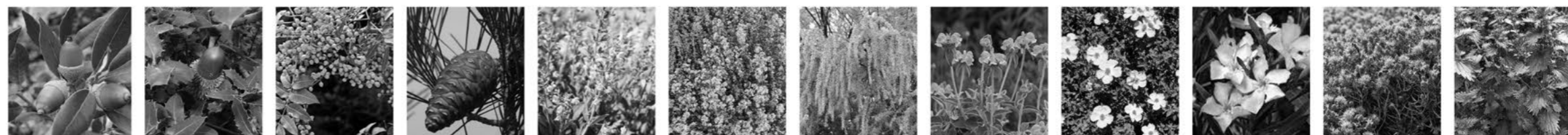
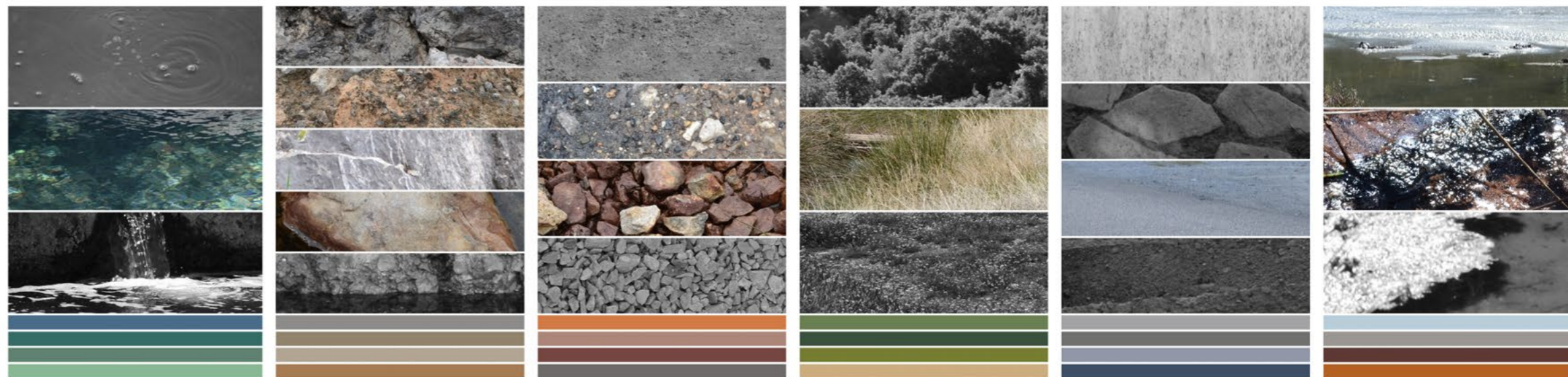
Με τον ανακουφιστικό ήχο του ιαματικού νερού που αναβλύζει από τον βυθό, η αίσθηση αυτή γίνεται όλο και πιο μυστικιστική, πιο αρχέγονη. Κλείνοντας τα μάτια, έχεις όλο και πιο έντονη την αίσθηση της επιστροφής στη μήτρα. Μόνο που αυτή τη φορά, ανήκεις στη μητέρα - γη. Εκείνη, όπως πίστευαν και οι ασθενείς στα αρχαία Ασκληπιεία, μάς δέχεται ζανά για να μάς θεραπεύσει, να μάς δώσει ζανά ζωή.



## Ζ. Ο ΤΟΠΟΣ - ΧΛΩΡΙΔΑ ΚΑΙ ΠΑΝΙΔΑ

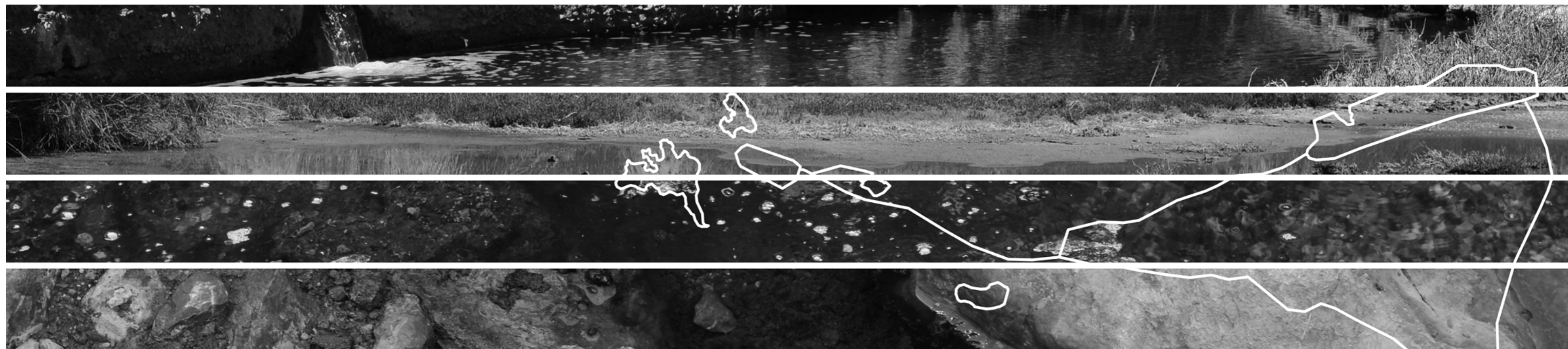
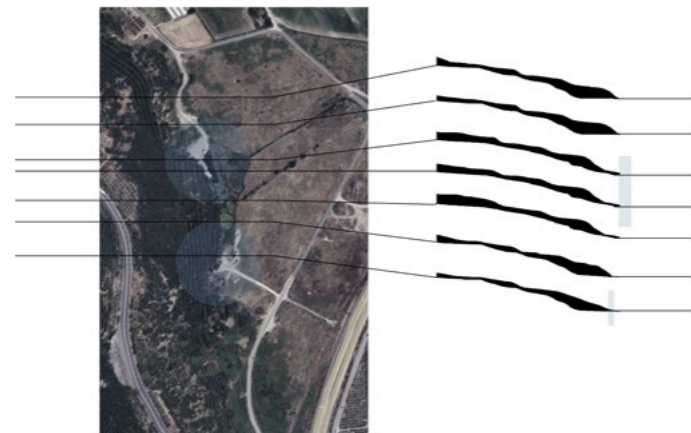
Το όρος Καλλίδρομο διαθέτει εκτεταμένα δάση από έλατα και μαύρη πεύκη, ενώ σε χαμηλότερα υψόμετρα παρατηρούνται περιοχές με χαμηλότερη και πιο διάσπαρτη βλάστηση. Στην περιοχή γύρω από τις λίμνες, καταγράφεται μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα χλωρίδα, που κυριαρχείται από αειθαλή και ενδημικά είδη. Επιπλέον, εμφανίζονται εκτεταμένοι θαμνώνες με κύρια φυτικά είδη την άρια (*Quercus ilex*), το πουρνάρι (*Quercus coccifera*), την κοκκορεβιθιά (*Pistacia terebinthus*), τη χαλέπιο πεύκη (*Pinus halepensis*) και το αλμυρικό (*Tamarix ramosissima*). Στην περιοχή απαντώνται επίσης και πλήθος βοτάνων, όπως η ρίγανη, το θυμάρι, οι φασκομηλιές και οι τσουκνίδες, τα οποία ενισχύουν τον θεραπευτικό χαρακτήρα του τοπίου.

Επιπλέον, η πανίδα της περιοχής είναι ιδιαίτερα αξιόλογη, καθώς το Καλλίδρομο αποτελεί μία από τις νοτιότερες περιοχές εμφάνισης της καφέ αρκούδας τόσο στην Ελλάδα όσο και στην Ευρώπη. Σημαντική είναι επίσης και η ορνιθοπανίδα, με χαρακτηριστικότερα είδη τον μαυροπελαργό και τον δρυοκολάπτη, γεγονός που ενισχύει την οικολογική και βιολογική σημασία της περιοχής.



### ΤΟ ΑΝΑΓΛΥΦΟ

Ως προς τη γεωμορφολογία, το έδαφος είναι έντονα βραχώδες, ασβεστολιθικό, με ψηλή βλάστηση στη νότια πλευρά, ενώ στη βόρεια εντοπίζεται πεδινή έκταση με χαμηλή βλάστηση.



#### **4 | Η ΠΡΟΤΑΣΗ**

A. ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΙΔΕΑ

B. ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ

Γ. ΣΥΝΘΕΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Δ. ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ - ΑΝΑΛΟΓΙΕΣ - ΦΕΡΩΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ

E. ΑΝΤΙΛΗΠΤΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ

Z. ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ

H. ΤΜΗΜΑ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Θ. ΑΞΟΝΟΜΕΤΡΙΚΑ ΣΧΕΔΙΑ

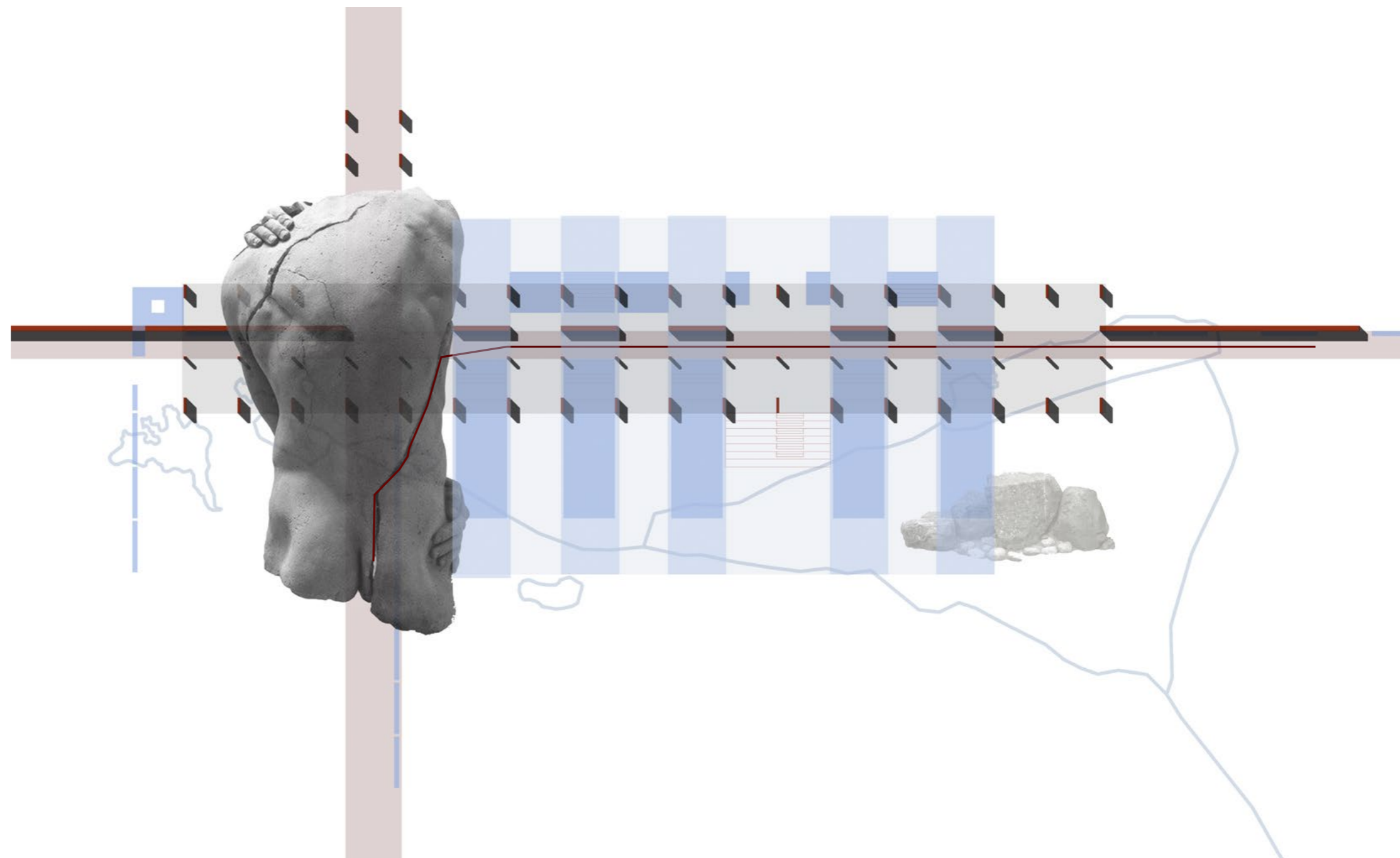
## ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΙΔΕΑ

Με αφορμή τον μύθο του Ηρακλή, η κεντρική ιδέα ταυτίζεται με την έννοια της πληγής στο τοπίο που θεραπεύεται μέσω της σχέσης του με το νερό. Έτσι, βασική χειρονομία είναι η δημιουργία ενός σκισίματος στον βράχο, μιας διαδρομής, η οποία αποτελεί βασική ραχοκοκαλιά της σύνθεσης. Παράλληλα, οι άξονες του ιαματικού νερού έρχονται ως ράμματα να συρράψουν- θεραπεύσουν αυτόν τον άξονα- πληγή, μεταφορικά και κυριολεκτικά, αφού φιλοξενούν τους ιαματικούς,θεραπευτικούς χώρους ίασης.

## ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ

Παρατηρώντας τις πηγές του Καλλιδρόμου, πρωταρχική ανάγκη αποτελεί η σύνδεση των διασπαρμένων λιμνών μεταξύ τους, καθώς και η ανάδειξη του φυσικού τοπίου. Στην προσπάθεια αυτή, κρίνεται σημαντική η ενεργοποίηση της κεντρικής ζώνης, η οποία επιτρέπει τη σύνδεση με το βουνό και προσφέρει νέες δυνατότητες στον περιπατητή ή λουόμενο. Παράλληλα, γεννιέται η ανάγκη για τον σχεδιασμό ενός κτιρίου μεσαίας-μεγάλης κλίμακας που θα λειτουργεί ως πέρασμα - στάση και θα συνομιλεί με τα φυσικά στοιχεία του τόπου, δημιουργώντας μία νέα τοπιογραφία. Επιπλέον, βασικό μέλημα αποτελεί η χθόνια σχέση με το έδαφος για τη δημιουργία ενός εσωστρεφούς χώρου και μιας μυστικιστικής ατμόσφαιρας.

Στόχος του σχεδιασμού είναι η δημιουργία υποδομών που θα λειτουργήσουν συμπληρωματικά ως προς τις λίμνες, χωρίς να επιβληθούν σε αυτές και χωρίς να καταργήσουν τον δημόσιο χαρακτήρα του τόπου, αλλά προσθέτοντας θεραπευτικές δραστηριότητες και υπηρεσίες για το σώμα και την ψυχή. Δεδομένης της μοναδικότητας του τοπίου και του γεωμορφολογικού του ενδιαφέροντος, δε θα μπορούσε να παραληφθεί η λειτουργία του και ως κέντρο ενημέρωσης, καθώς επίσης και ως ένα σημείο παρατήρησης της ευρύτερης περιοχής.





## ΣΥΝΘΕΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Βάση της προηγούμενης μελέτης προέκυψαν τα αρχιτεκτονικά στοιχεία, τα οποία τελικά χρησιμοποιήθηκαν για τη συγκρότηση της βασικής δομής του κτιρίου. Αυτά είναι:

Ο **άξονας**, όπου κατά μήκος του κτιρίου ορίζει την κίνηση-πληγή

Ο **πέτρινος τοίχος**, κατά μήκος του βασικού άξονα κίνησης αποσκοπεί στην ομαλή ένταξη του κτιρίου στο φυσικό περιβάλλον.

Οι **κλειστοί χώροι**, στους οποίους βρίσκονται οι λειτουργίες και υπηρεσίες του κέντρου θερμαλισμού και χωρίζονται σε ζώνες, ανάλογα με τη χρήση τους.

Οι **ημιυπαίθριοι χώροι**, οι οποίοι χρησιμοποιούνται για τον αερισμό, φωτισμό των κλειστών χώρων καθώς και λειτουργούν ως χώροι στάσεις και ανάπαυσης.

Οι εξ' ολοκλήρου **υπόσκαφοι χώροι** στους οποίους τοποθετούνται οι εκθεσιακοί χώροι, και φωτίζονται με τετραγωνικούς φεγγίτες.

Ο **πύργος και το παρατηρητήριο**- ως στοιχεία-εξάρσεις- τοποθετούνται για τη σηματοδότηση των δύο εισόδων.

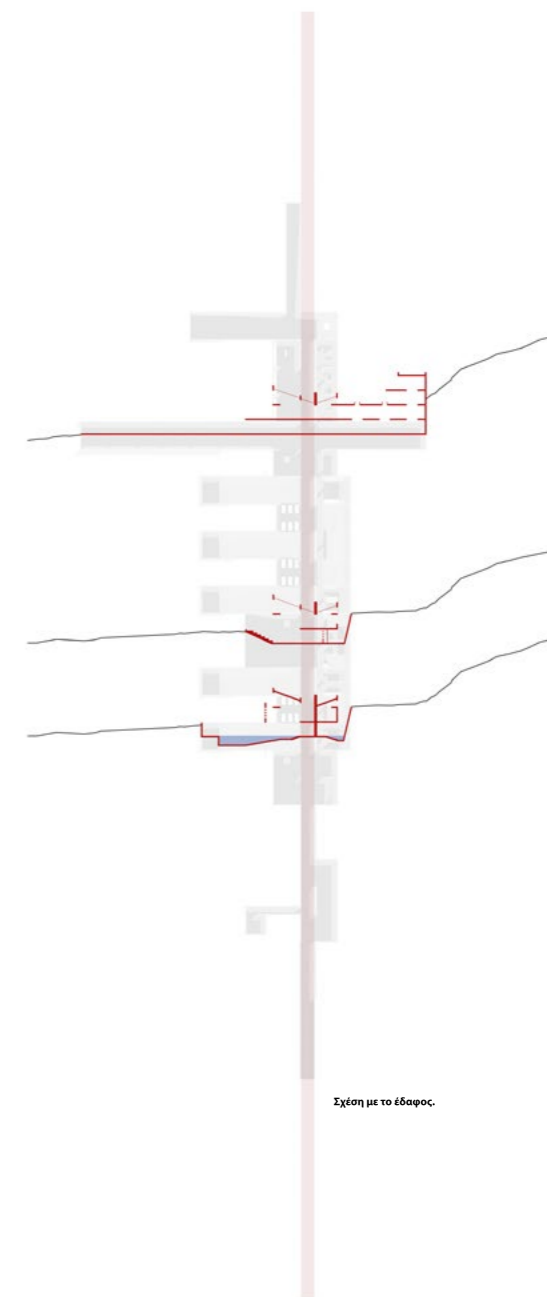
Οι **ημιυπαίθριοι χώροι** χρησιμοποιούνται για τον φωτισμό και τον αερισμό των εσωτερικών χώρων καθώς επίσης λειτουργούν ως σημεία στάσης και ανάπαυσης.

Οι **κάθετοι στη κίνηση τοίχοι-ράμματα**, οι οποίοι οριοθετούν τις ιαματικές θεραπευτικές λειτουργίες.

Τα **κλωστρά** τοποθετούνται μπροστά από τις πισίνες, σηματοδοτώντας την παρουσία τους.

Ο **κεκλιμένος τοίχος**, στη πίσω μεριά του κτιρίου σηματοδοτεί το λειτουργικό τμήμα του κτιρίου που απευθύνεται στην υδροθεραπεία.

Το **στοιχείο του νερού**, ως βασικό στοιχείο του κέντρου ευεξίας, βρίσκεται τόσο στις ιαματικές πισίνες όσο και σημειακά στον άξονα κίνησης σηματοδοτώντας την ιαματική πορεία.

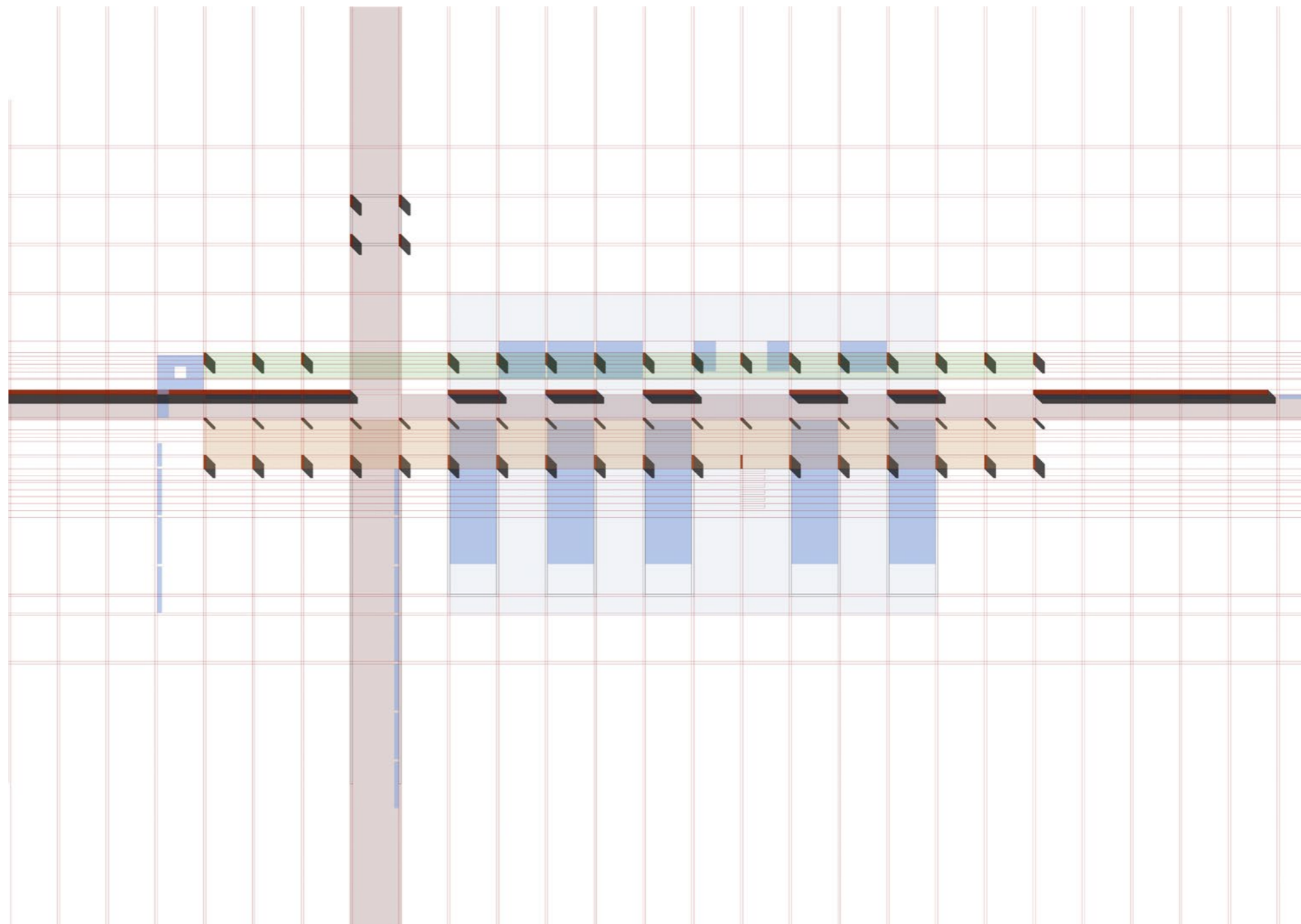


### ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ - ΑΝΑΛΟΓΙΕΣ - ΦΕΡΩΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ

Ο άξονας- διαδρομή διασχίζει το κτίριο έχοντας ως πρωταρχικό στόχο την ενοποίηση των 2 περιοχών των λιμνών. Τόσο εσωτερικά και υπογείως, όσο και στην πρώτη στάθμη, παραμένει ο βασικός άξονας κίνησης γύρω από τον οποίο αρθρώνονται οι χώροι.

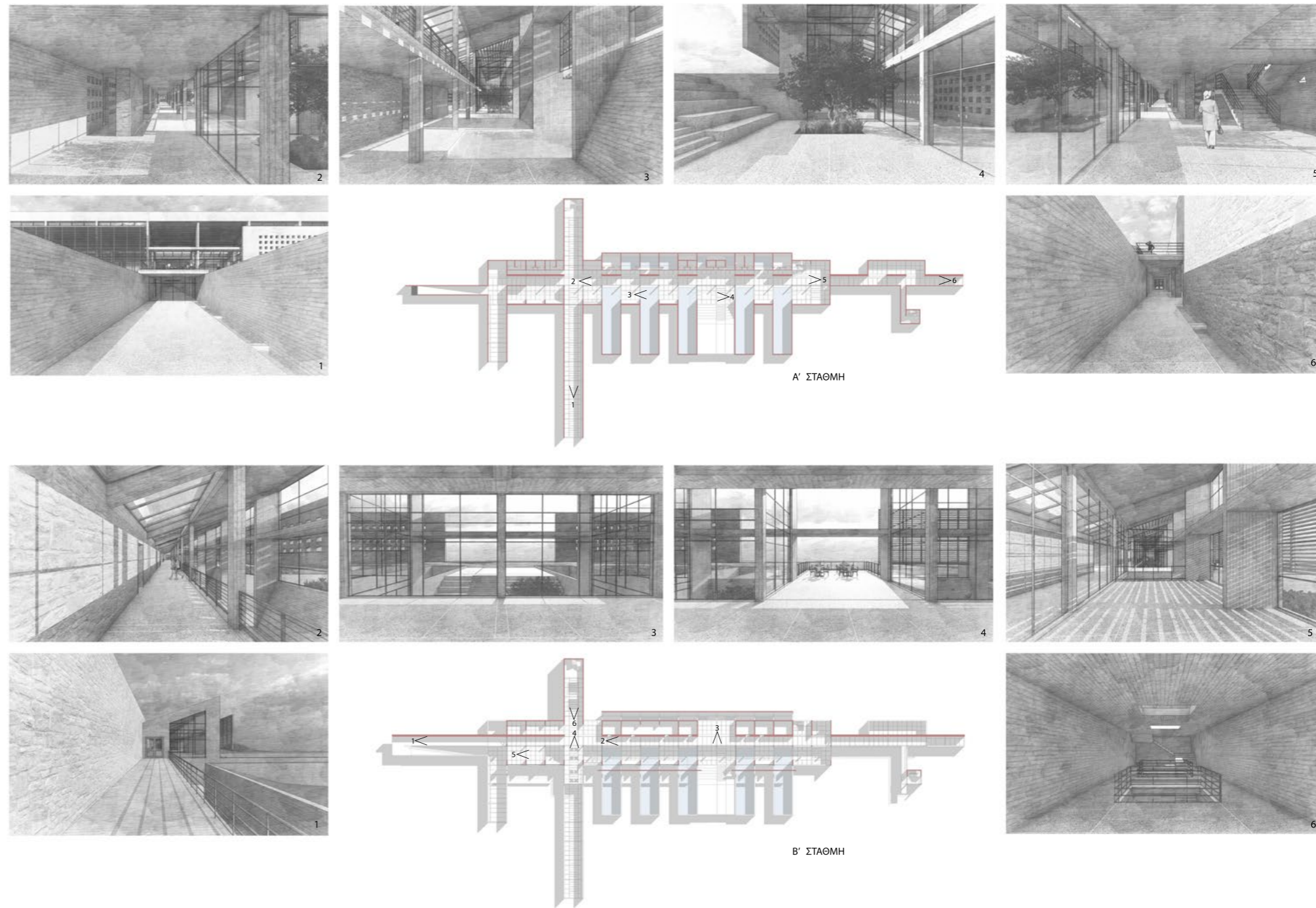
Ο άξονας αυτός χωρίζει το κτίριο σε δύο βασικές ζώνες : την μπροστινή ζώνη, στην οποία βρίσκονται οι δημόσιες λειτουργίες της υδροθεραπείας και τη πίσω ζώνη, στην οποία βρίσκονται οι ατομικές λειτουργίες, υπηρεσίες καθώς και οι βοηθητικές χρήσεις. Ο κάθετος στην κίνηση άξονας, σηματοδοτεί την κύρια υποδοχή του κτιρίου και καταλήγει στον πύργο.

Οι αναλογίες έπαιξαν σημαντικό ρόλο στη διαδικασία της σύνθεσης. Τα φέροντα στοιχεία, από οπλισμένο σκυρόδεμα τοποθετούνται σε αξονική απόσταση των 6 μέτρων δημιουργώντας τον βασικό κάναβο του κτιρίου. Το πλάτος της μπροστινής ζώνης (6 μέτρα) είναι άμεσα συνδεδεμένο με τη ζώνη της κίνησης (3 μέτρα) καθώς και με της πίσω ζώνης (4,5 μέτρα). Έτσι η διάσταση του 1,5 επί 1,5 μέτρα εντοπίζεται σε όλο το κτίριο ως τη διάσταση της πλακόστρωσης. Ο κάναβος, λοιπόν, του φέροντος οργανισμού ορίζει τον ρυθμό ολόκληρου του κτιρίου και οργανώνει τις όψεις και τους διαδοχικούς εσωτερικούς χώρους.



**ΑΝΤΙΑΗΠΤΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ- ΟΠΤΙΚΕΣ ΦΥΓΕΣ**

Σε αυτό το διάγραμμα αποτυπώνεται σε μορφή σκίτσων η εμπειρία του χώρου. Σημειώνεται, τόσο στο ισόγειο όσο και στον όροφο, η ζώνη κίνησης, η διαμπερότητα του κτιρίου από άκρη σε άκρη, το τμήμα της υδροθεραπείας με τις καθετες στον αξονα πισίνες και οι ημιυπαίθριοι χώροι. Βλέπουμε τον διπλού- ύψους χώρο των ιαματικών δεξαμενών, όπου κάποιος, διασχίζοντας τον πρώτο όροφο έχει θέα προς τις δημόσιες πισίνες.

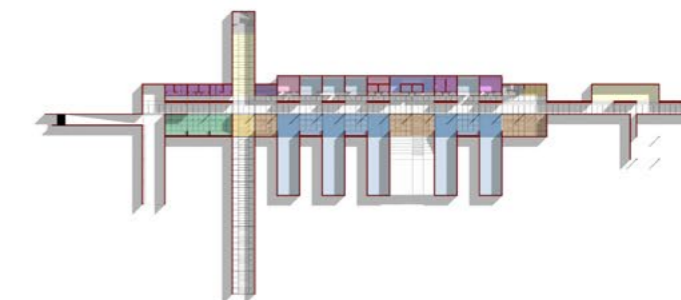
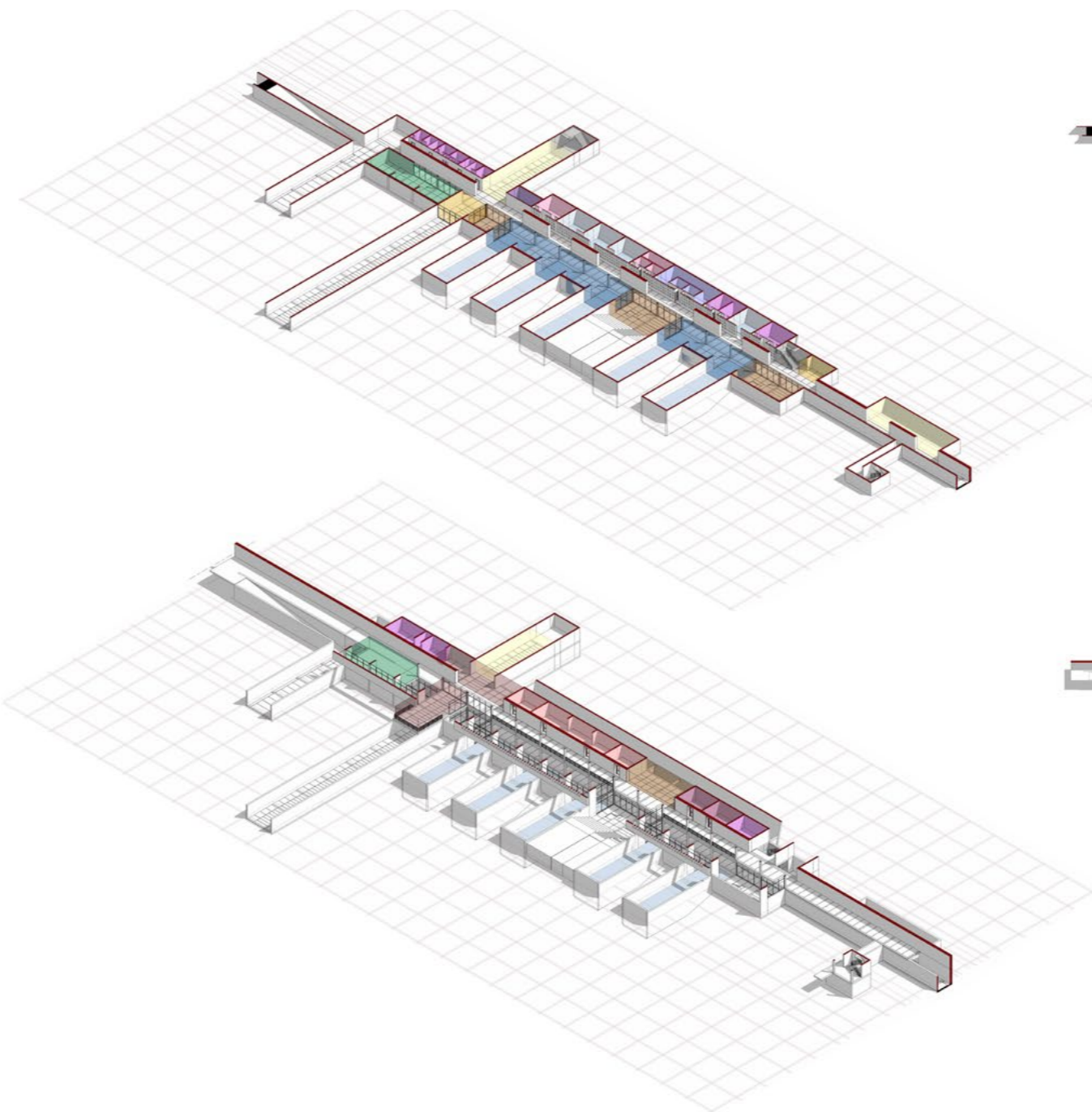


## Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ - ΚΤΙΡΙΟΛΟΓΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το λειτουργικό πρόγραμμα του κέντρου προκύπτει μέσα από ένα σενάριο θεραπείας άμεσα συσχετισμένο με το ανθρώπινο σώμα, καθιστώντας έτσι τον χώρο αφηγηματικό, με έμφαση στην εμπειρία του εσωτερικού. Έτσι, διαμορφώνεται μια πορεία που οδηγεί τον θεραπευόμενο στους διάφορους, εσωστρεφείς χώρους, βασισμένη στις ιαματικές του ανάγκες του. Οι λειτουργίες αναπτύσσονται σε 2 στάθμες.

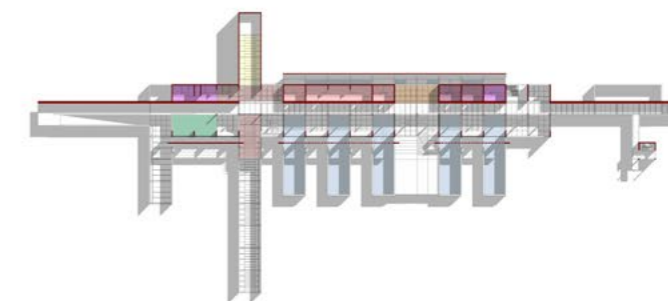
Η στάθμη του ισογείου περιλαμβάνει διπλή υποδοχή (πρωτεύουσα και δευτερεύουσα), 2 εκθεσιακούς χώρους χώρους αποδυτηρίων, ντουζ και WC, που αναπτύσσονται και από τις δύο πλευρές της εκάστοτε υποδοχής, τρεις δημόσιες λουτρικές δεξαμενές θερμού, χλιαρού και ψυχρού ύδατος, μία κολυμβητική δεξαμενή, μία δεξαμενή πηλοθεραπείας, ατομικές πισίνες απομόνωσης, ατομική πισίνα υδρομασάζ, σάουνα, χαμάμ ανδρών και γυναικών, γυμναστήριο καθώς και βοηθητικούς χώρους συντήρησης του τμήματος της υδροθεραπείας.

Η στάθμη του ορόφου διαθέτει ιατρείο, φυσικοθεραπευτήριο, αίθουσες για μασάζ και υπηρεσίες ευεξίας, ένα καφέ-αναψυκτήριο, αποδυτήρια, WC καθώς και έναν μικρότερο εκθεσιακό χώρο.



**A' ΣΤΑΘΜΗ**

A Ζώνη	B Ζώνη
Κοινόχρηστες πισίνες (298 τ.μ)	Ατομικές πισίνες (72 τ.μ)
Ημιπαίθριοι χώροι (180 τ.μ)	Χώροι υγιεινής (WC, ντουζ, lockers) (90 τ.μ)
Διπλή Υποδοχή (63 τ.μ)	Χαμάμ (36 τ.μ)
Γυμναστήριο (108 τ.μ)	Σάουνα (36 τ.μ)
	Εκθεσιακός χώρος (189 τ.μ)
	Κλιμακοστάσιο (54 τ.μ)



**B' ΣΤΑΘΜΗ**

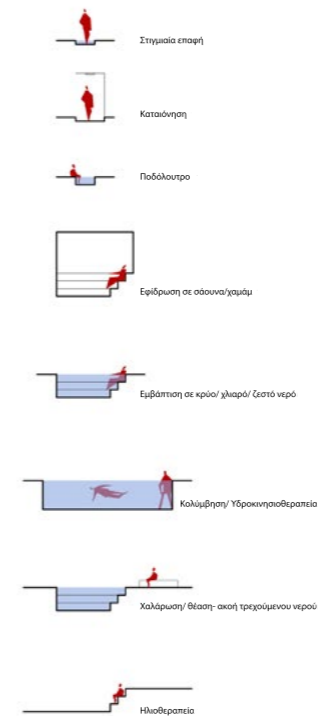
A Ζώνη	B Ζώνη
Γυμναστήριο (72 τ.μ)	Ιατρεία (72 τ.μ)
Ημιπαίθριος καφέ (72 τ.μ)	Χώροι υγιεινής (WC, ντουζ, lockers) (81 τ.μ)
	Χώροι Ευεξίας (135 τ.μ)
	Κλιμακοστάσιο (54 τ.μ)
	Εκθεσιακός χώρος (72 τ.μ)
	Καφέ (81 τ.μ)
	Ημιπαίθριος χώρος (54 τ.μ)

## ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

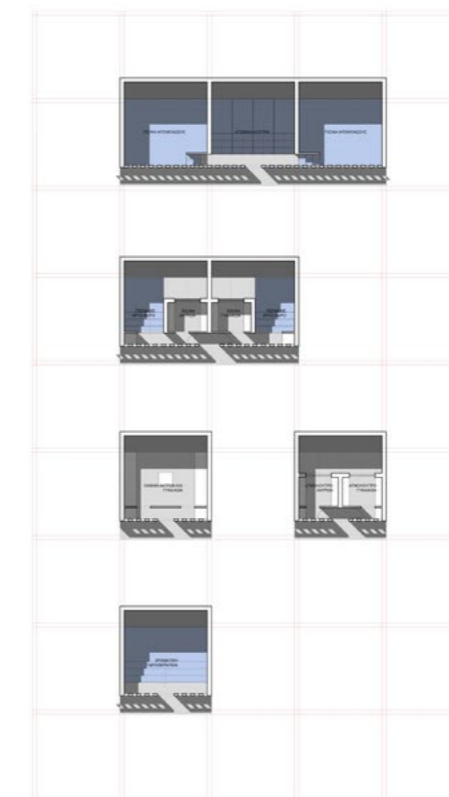
Σε αυτό το σημείο εστιάζουμε στο τμήμα της υδροθεραπείας του ισογείου. Όπως αναφέρθηκε και προηγουμένως, στην μπροστινή ζώνη του κτιρίου βρίσκονται οι χώροι με τον δημόσιο χαρακτήρα, με τις ανοιχτές πισίνες προς όλους. Συγκεκριμένα, οι 3 πισίνες, διαφέρουν ως προς τη θερμοκρασία τους, πισίνα με κρύο, εγλαιό και με θερμό νερό, ενώ οι άλλες δύο απευθύνονται στην υδροκινησιοθεραπεία και στην πηλοθεραπεία. Ενδιάμεσα στις πισίνες βρίσκονται οι χώροι στάσης και ανάπαυσης, με ξαπλώστρες εκατέρωθεν. Ο άξονας της δευτερεύουσας κίνησης οδηγεί στους ατομικούς ιαματικούς χώρους. Συγκεκριμένα, στην Β ζώνη, βρίσκονται ατομικά λουτρά απομόνωσης διαφορετικών θερμοκρασιών, ατομικές πισίνες με υδρομαλάξεις, ατομικά και ομαδικά ατμόλουτρα, σάουνας ανδρών και γυναικών με δικές τους πισίνες, ατομική πισίνα αρωματοθεραπείας και χαλάρωσης καθώς και όλα τα απαραίτητα ντουζ, αποδυτήρια και WC.

Στο τμήμα της σάουνας συναντάμε και ένα μικρό υπαίθριο χώρο και πισίνες με κρύο νερό καθώς η ολοκληρωμένη εμπειρία της σάουνας προϋποθέτει 10' της ώρας σάουνα σε υψηλές θερμοκρασίες, ύστερα έκθεση του ατόμου στον εξωτερικό, δροσερό χώρο και 1-5' έκθεση στο κρύο νερό.

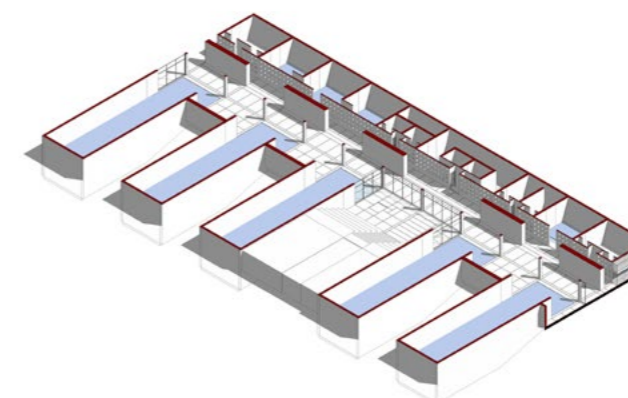
Αντίστοιχα, ο υπαίθριος χώρος, βρίσκεται και στο τμήμα των ατμολουτρών, για τον ίδιο λόγο.



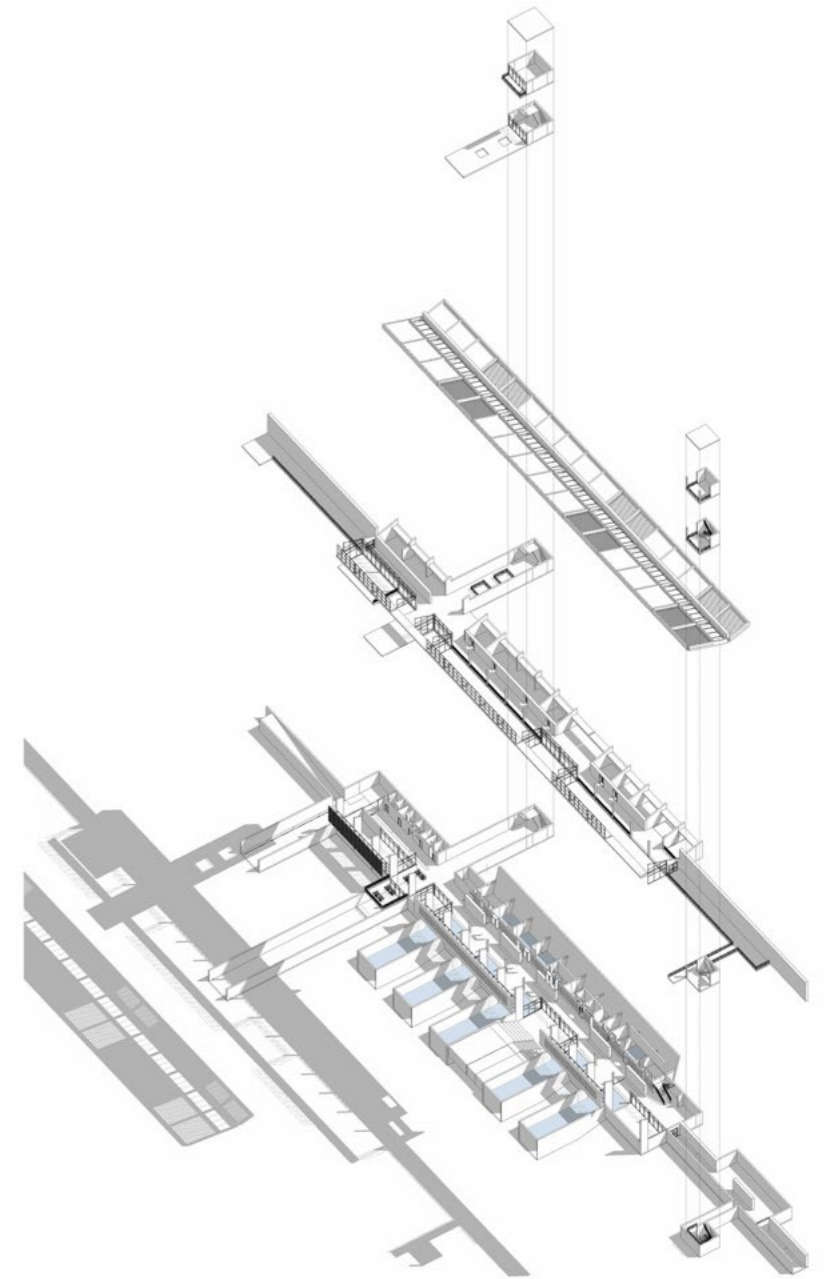
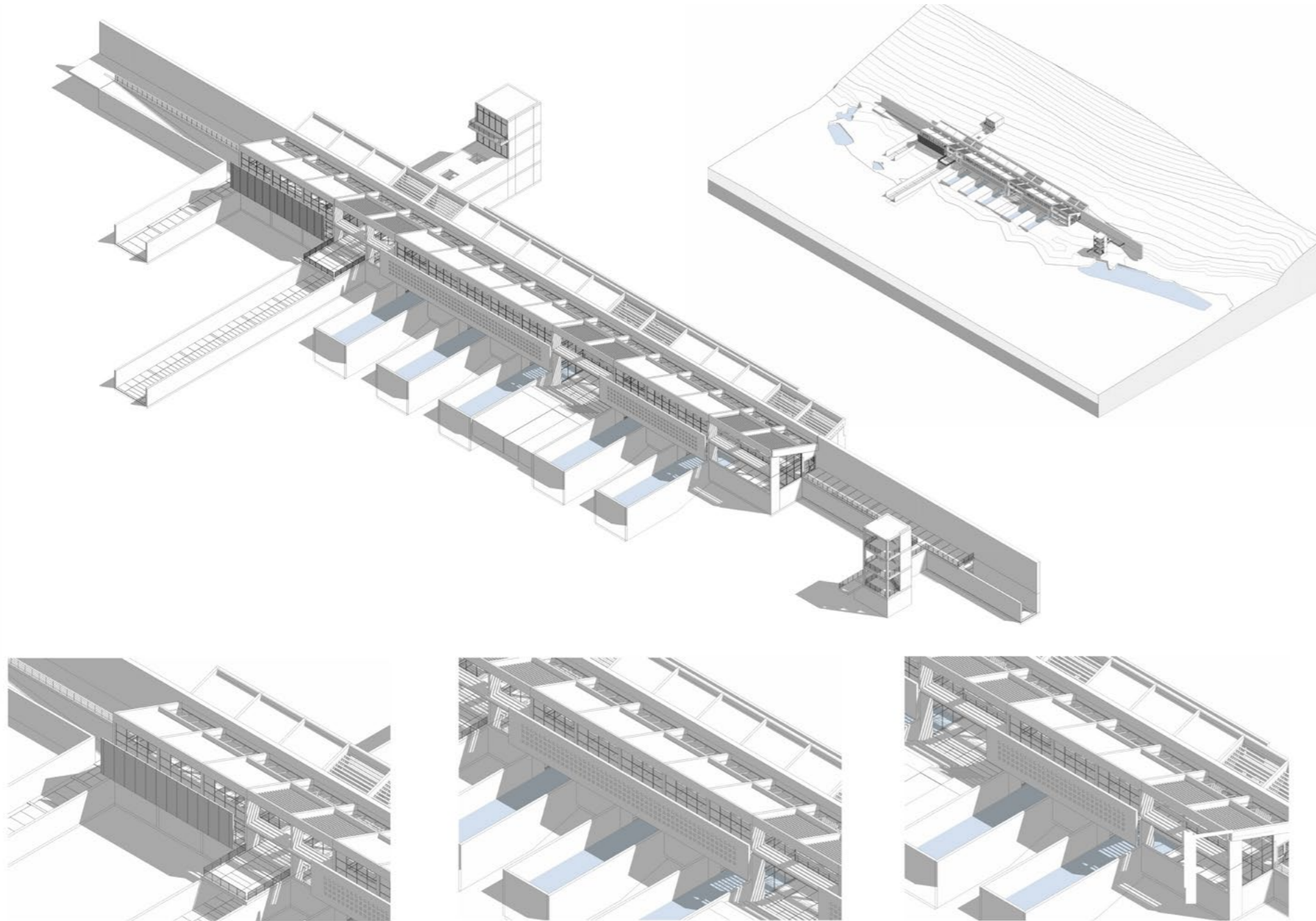
Σχέση ανθρώπινου σώματος - χώρου - νερού



Κατόψεις λειτουργιών της Β' ζώνης του τμήματος της υδροθεραπείας (κλίμακα 1/100)



Αξονομετρική αναπαράσταση του τμήματος της υδροθεραπείας





## ΣΧΕΔΙΑ

### Κάτοψη ισογείου.

Καθώς ο επισκέπτης εισέρχεται στο κέντρο ευεξίας, συναντά έναν χώρο υποδοχής και ενημέρωσης, με έναν ημιυπαίθριο χώρο όπου υπάρχουν βρύσες με ιαματικό νερό για ποσιθεραπεία. Πίσω και αριστερά βρίσκονται τα αποδυτήρια, lockers και οι χώροι υγιεινής, όπου ο λουόμενος μπορεί να προετοιμαστεί κατάλληλα για να αρχίσει την πορεία της ίασης είτε να μεταβεί στο γυμναστήριο που βρίσκεται στην πτέρυγα πίσω από την υποδοχή. Ο κάθετος αυτός άξονας της υποδοχής, συνεχίζει ως εκθεσιακός χώρος, με εκθέματα και αγάλματα που απευθύνονται στον μύθο της περιοχής που προσαναφέρθηκε. Στην κυρίως πορεία του τμήματος της υδροθεραπείας, βρίσκονται διαδοχικά οι πισίνες με κρύο, χλιαρό, ζεστό νερό, η κολυμβητική δεξαμενή και η πισίνα πηλοθεραπείας. Ενδιάμεσα στις πισίνες, υπάρχουν χώροι στάσης και ανάπαυσης ενώ στο κέντρο της πορείας υπάρχει ένας ημιυπαίθριος χώρος με αμφιθέατρο και φύτευση για στάση, ηλιοθεραπεία και χαλάρωση. Καθώς ο λουόμενος διαρχίζει τον κύριο άξονα κίνησης, μπορεί, όποτε θέλει να μεταβεί στον δευτερεύοντα άξονα κίνησης και απ' αυτόν, στα ατομικά λουτρά, στις σάουνες και στα ατμόλουτρα. Η διαδρομή προς τη συγκεκριμένη κατεύθυνση καταλήγει εξωτερικά του κτιρίου στη μεγάλη λίμνη, όπου ο επισκέπτης μπορεί να απολαύσει τη λουτροθεραπεία στο φυσικό τοπίο. Αντίστοιχα, κάποιος ερχόμενος από τη μεγάλη λίμνη, μπορεί να ακολουθήσει την πορεία προς το εσωτερικό του κέντρου ευεξίας, έχοντας και τη δυνατότητα να μεταβεί στο παρατηρητήριο, και από εκεί, στην πάνω στάθμη του κτιρίου. Στην πορεία του, συναντά εκθεσιακό χώρο με τρία αγάλματα (του Ηρακλή, της Θεάς Αθηνάς και της Γαίας), εισέρχεται σε έναν χώρο υποδοχής, και χρησιμοποιώντας τους αντίστοιχους βοηθητικούς χώρους προετοιμάζεται κατάλληλα για να περιηγηθεί στη στάθμη της υδροθεραπείας με την αντίστροφη πορεία που αναφέρθηκε. Αυτή τη φορά, η κίνηση καταλήγει σε εξωτερικό χώρο, και στο στοιχείο του νερού, όπου, εξωτερικά, νοηματοδοτεί τη πορεία προς τις μικρές φυσικές λίμνες.

### Κάτοψη ορόφου.

Ο επισκέπτης μπορεί να προσεγγίσει τον όροφο του κτιρίου από δύο διαφορετικές μεριές και να ακολουθήσει τον βασικό άξονα κίνησης, έχοντας ως θέα τις δημόσιες πισίνες. Πίσω από τον πέτρινο τοίχο, συναντάμε δύο πτέρυγες, αυτή των ιατρείων και αυτή των χώρων ευεξίας, με τους απαραίτητους χώρους υγιεινής. Συγκεκριμένα, στη μικρότερη πτέρυγα, των ιατρείων, μπορεί κάποιος να μεταβεί σε ιατρεία πρώτων βοηθειών και σε φυσικοθεραπευτήριο. Στο τμήμα των χώρων ευεξίας, ανήκουν μια μεγάλη αίθουσα με μασάζ ευεξίας- με ενσωματωμένους χώρους για ποδόλουτρα και εισπνοθεραπεία, αίθουσα για βελονισμό, βοτανοθεραπεία, μοξαθεραπεία και αισθητικές θεραπείες. Ανάμεσα στις δύο αυτές πτέρυγες, παρεμβάλλεται ένας ημιυπαίθριος χώρος με θέα το βουνό από τη μία πλευρά και τον ημιυπαίθριο χώρο της κάτω στάθμης από την άλλη. Στην αριστερή πλευρά, βρίσκεται το καφέ-αναψυκτήριο, με το χώρο παρασκευής καθώς και τα απαραίτητα WC. Το καφέ συνεχίζει και στον ημιυπαίθριο χώρο με θέα το τοπίο. Στην ίδια μεριά βρίσκεται και το πατάρι του γυμναστηρίου, κατάλληλο για χρήσεις όπως πιλατες και γιογκα. Τέλος, ο επισκέπτης μπορεί να κατευθυνθεί προς τον πύργο, περνώντας από τον εκθεσιακό χώρο. Τα ανοίγματα στη πλάκα συμβάλουν στον φωτισμό του ισογείου από τους φεγγίτες.

## ΣΧΕΔΙΑ

### Βόρεια όψη.

Στην όψη αυτή, είναι εμφανές, πως ο κánaβος του κριτίου δίνει ρυθμό στις όψεις. Οι πισίνες, όπως είπαμε και προηγουμένως νοηματοδοτούνται με κλωστρά ενώ η πτέρυγα του γυμναστηρίου με περσίδες. Φαίνονται ακόμα και οι ενδιάμεσοι ημιυπαίθριοι χώροι με τις περσίδες υπό κλίση. Ο χώρος της εισόδου, με τον πύργο στον ίδιο άξονα καθώς και το παρατηρητήριο στη δεξιά μεριά.

### Ανατολική και Δυτική όψη.

Φαίνεται η σχέση του κτιρίου με το έδαφος, οι διαφοροποίηση των αναλογιών- κίνηση- α' ζώνη και β' ζώνη, το παρατηρητήριο καθώς και οι φυσικές λίμνες, ανατολικά και δυτικά αντίστοιχα.

### Τομή Α-Α

Η τομή στην αριστερή ζώνη. Βλέπουμε τον διπλού- ύψους χώρο του γυμναστηρίου, έναν χώρο με ντουζιέρες, το εσωτερικό του καφέ, τη ζώνη κίνησης στο κέντρο.

### Τομή Β-Β

Η εγκάρσια τομή στον άξονα της κύριας υποδοχής και του πύργου. Στο ισόγειο, βλέπουμε την υποδοχή και τον εκθεσιακό διάδρομο ενώ στον όροφο τον ημιυπαίθριο χώρο του καφέ και τη συνέχεια του εκθεσιακού χώρου με τους τετραγωνικούς φεγγίτες για φωτισμό. Ο πύργος αναπτύσσεται σε 4 στάθμες ως πολυχώρος και ως χώρος θέασης της ευρύτερης περιοχής.

### Τομή Γ-Γ

Σε αυτή την τομή βλέπουμε την δημόσια πισίνα χλιαρού νερού και το ατομικό λουτρό απομόνωσης στο πίσω μέρος. Στο ατομικό λουτρό φαίνεται και ο κεκλιμένος τοίχος που αναπτύσσεται κατά μήκος του τμήματος της υδροθεραπείας. Στον όροφο, αναπτύσσονται τα μασάζ ευεξίας.

### Τομή Δ-Δ

Σε αυτή την εγκάρσια τομή στου ημιυπαίθριους χώρους της σύνθεσης και συγκεκριμένα, στο κεντρικό τμήμα με το αμφιθέατρο για ανάπαυση και ηλιοθεραπεία. Στη Β ζώνη αναπτύσσεται ο χώρος της σάουνας.

### Τομή Ε-Ε

Σε αυτή τη τομή φαίνεται ο ενδιάμεσος χώρος στις δημόσιες πισίνες, με τις ξαπλώστρες και τον κεκλιμένο τοίχο, ενώ στο πίσω μέρος η ατομική πισίνα αρωματικής υδροθεραπείας. Στον όροφο βρίσκεται το φυσικοθεραπευτήριο.

### Τομή Ζ-Ζ

Σε αυτή την εγκάρσια τομή προς τη μεριά της δεύτερης εισόδου. Φαίνονται οι στάθμες του παρατηρίου και ο διπλού ορόφου εκθεσιακός χώρος που συναντά κανείς στην πορεία του προς το εσωτερικό του κτιρίου.

### Τομή Η-Η

Σε αυτή τη τομή δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στον άξονα κίνησης ενώ γίνεται ορατός ο κύριος χώρος της υδροθεραπείας, ο οποίος είναι διπλού ύψους

### Τομή Θ-Θ

Η πιο οργανωτική τομή στο πίσω μέρος και κατά μήκος του κτιρίου με τις ατομικές βοηθητικές λειτουργίες.

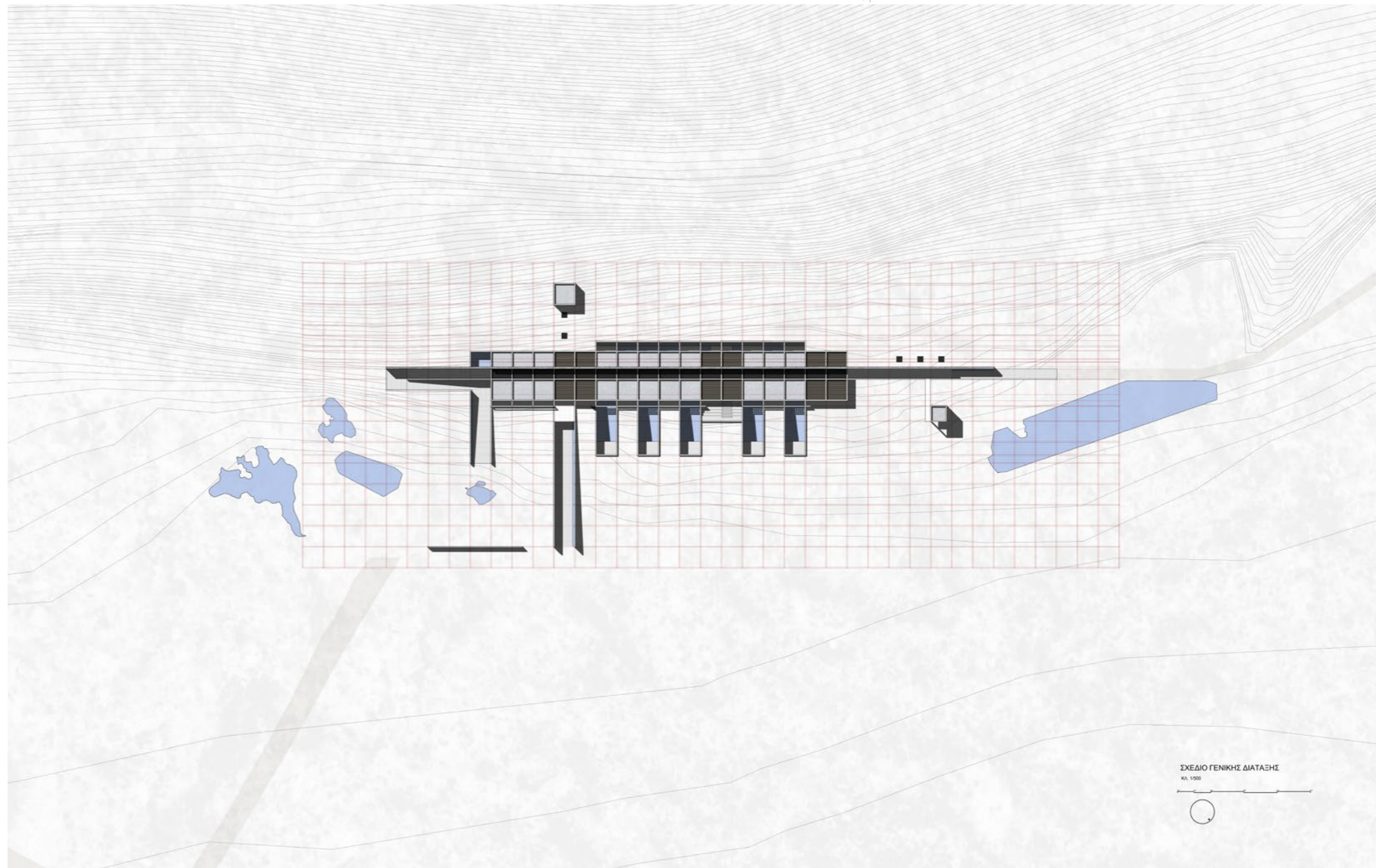


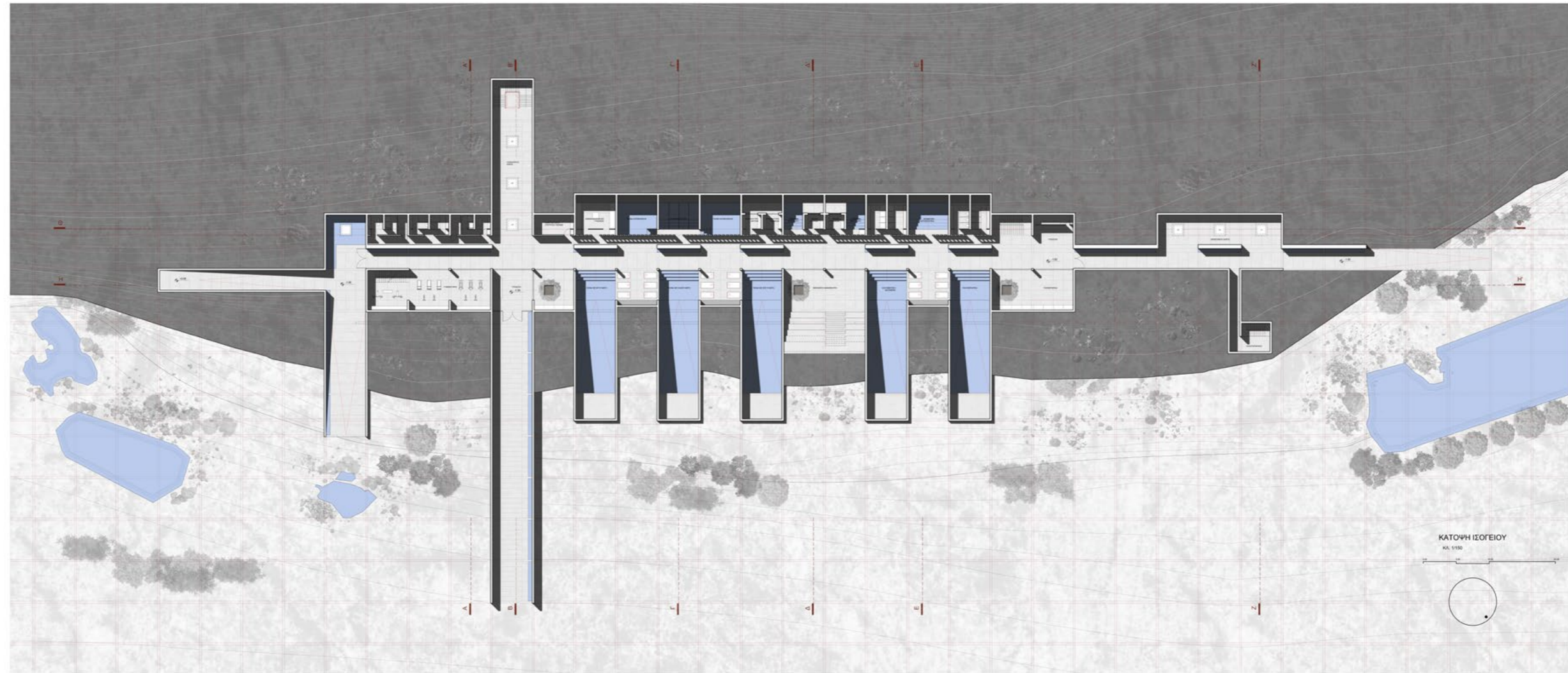
## ΣΧΕΔΙΑ

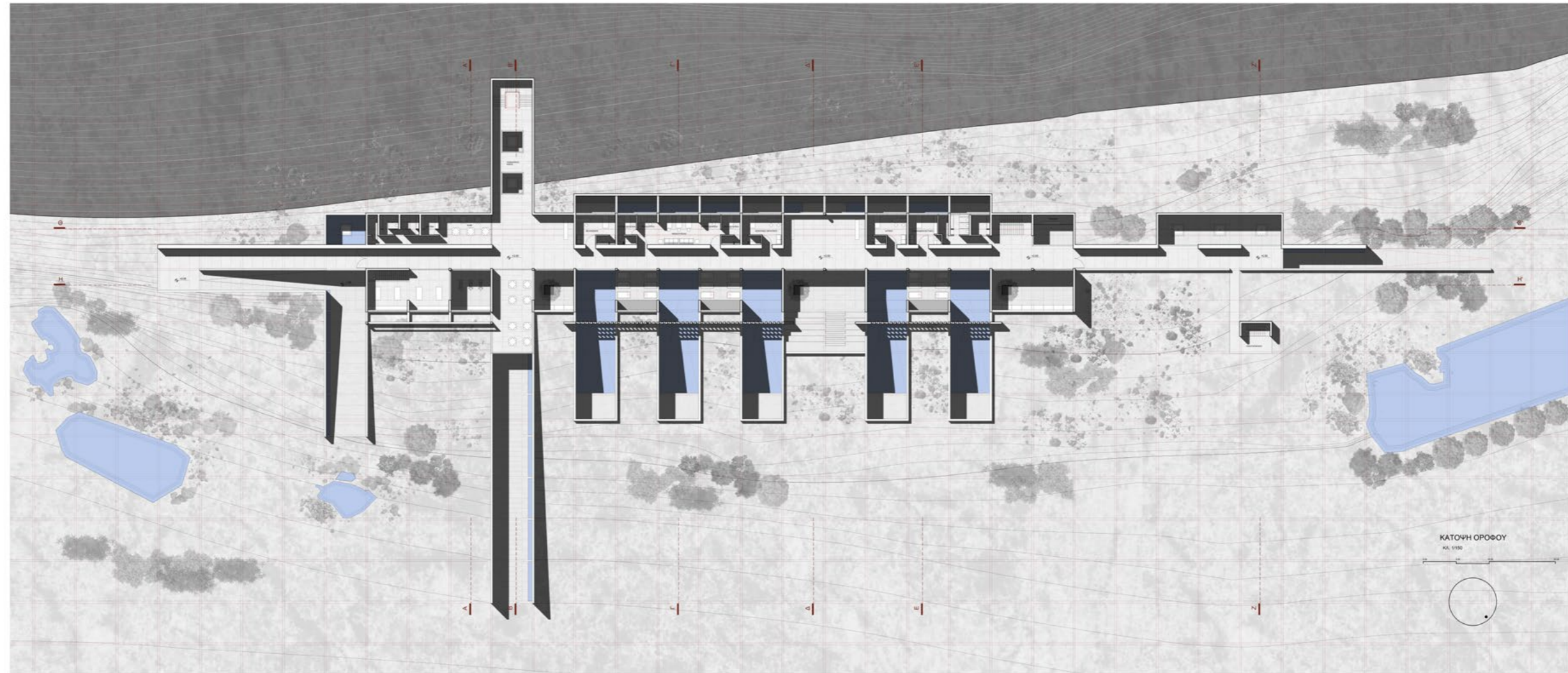
### Κάτοψη γενικής διάταξης 1/500

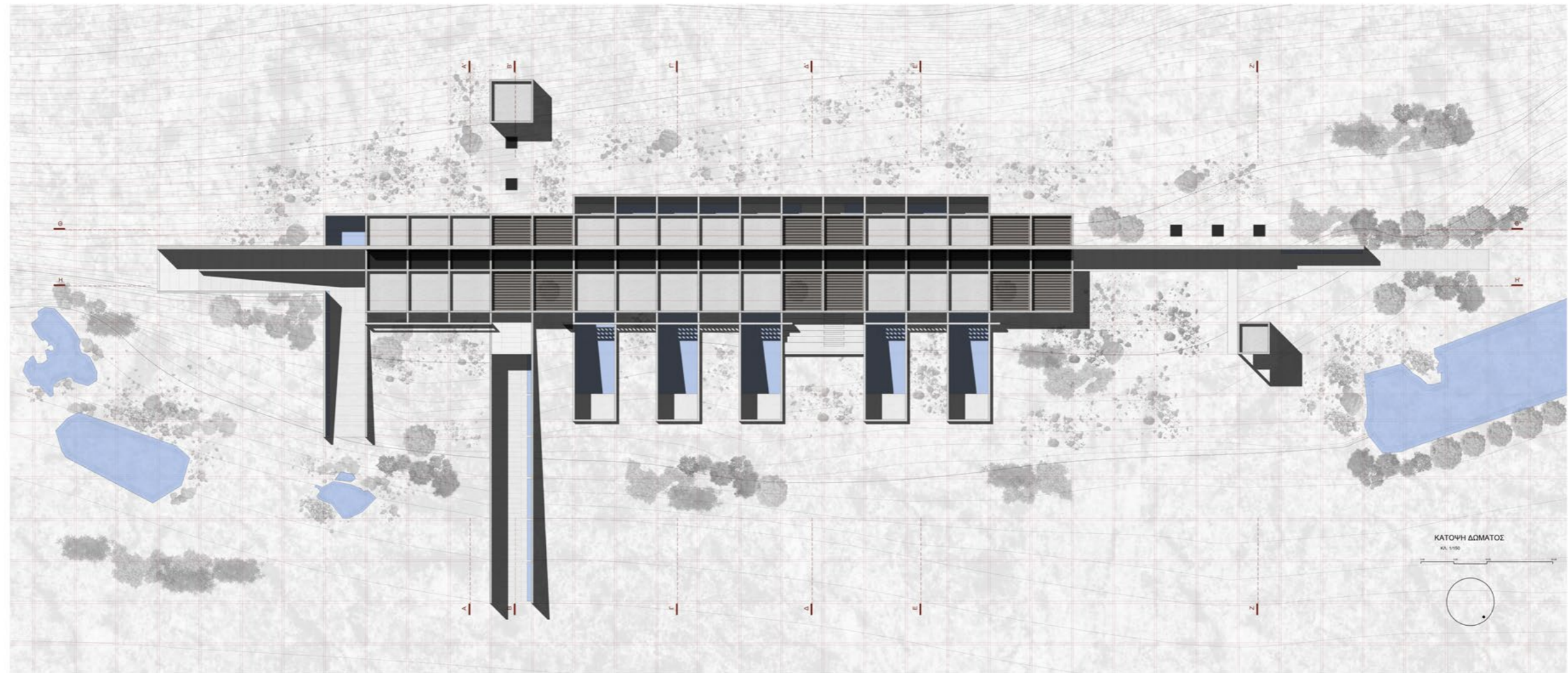
Στην κάτοψη αυτή φαίνονται οι δύο προσβάσεις στο κτίριο. Από τη πλευρά της κύριας εισόδου, ο παράδρομος από την εθνική καταλήγει σε ένα σημείο στάθμευσης, μπροστά από τις μικρές λίμνες. Ο επισκέπτης μπορεί να συνεχίσει τη πορεία του και να κατευθυνθεί προς το εσωτερικό του κτιρίου, αρχίζοντας την ιαματική περιήγησή του. Ερχόμενος από την άλλη πλευρά, της μεγάλης λίμνης, από τον επαρχιακό δρόμο, ο επισκέπτης συναντά τη μεγάλη φυσική λίμνη και μπορεί να περιηγηθεί στο κτίριο, προσεγγίζοντας το από τη δευτερεύουσα είσοδο.

Ακόμα, από την κάτοψη δώματος, διακρίνεται η ζώνη κίνησης ως βασική ραχοκοκαλιά της σύνθεσης. Τέλος, διακρίνονται οι ημιυπαίθριοι ενδιάμεσοι χώροι με τις περσίδες καθώς και τη διαφοροποίηση των αναλογιών της μπροστά- κύριας- και πίσω- δευτερεύουσας ζώνης.

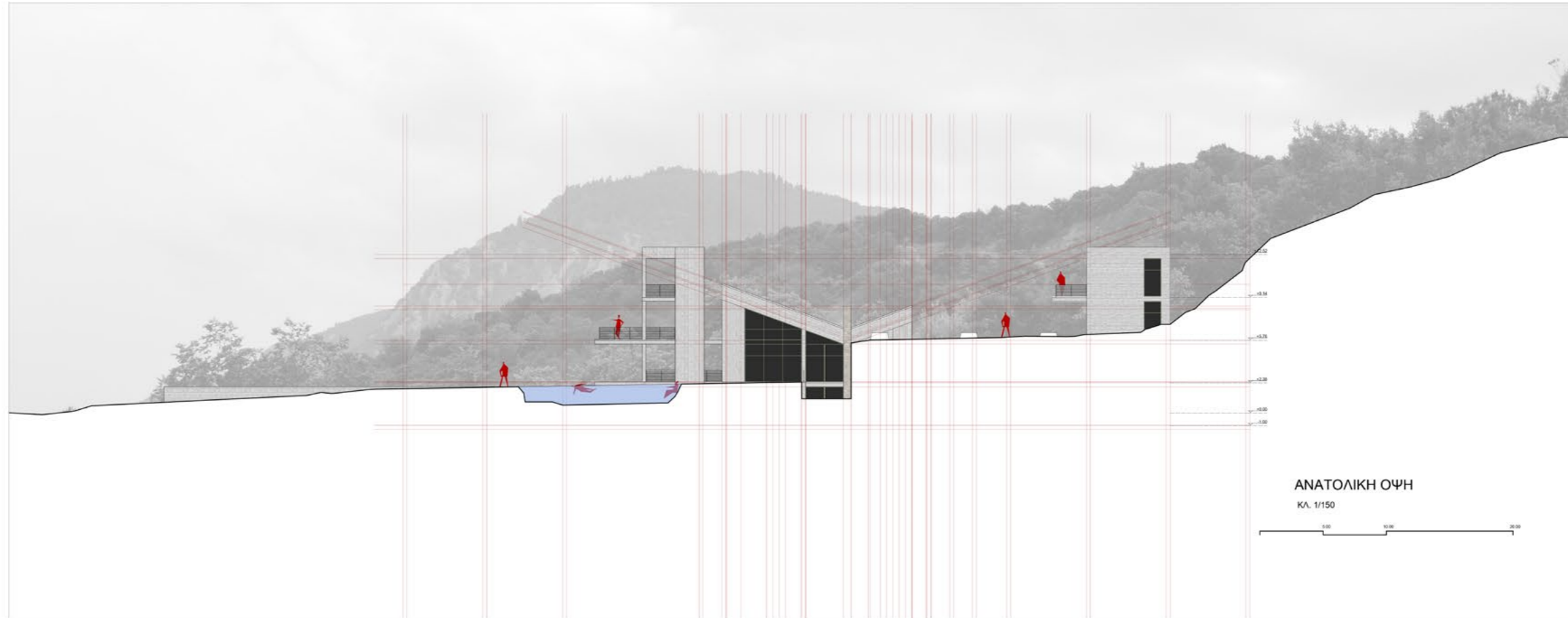


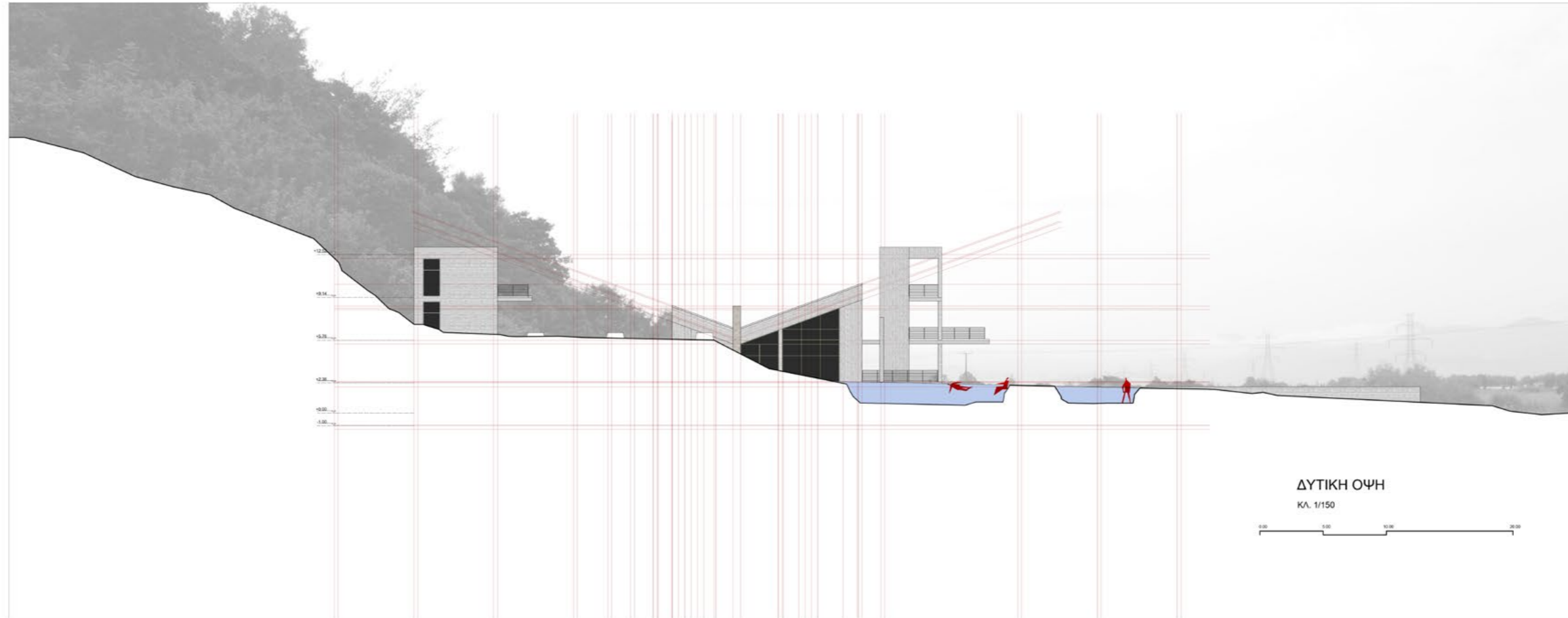


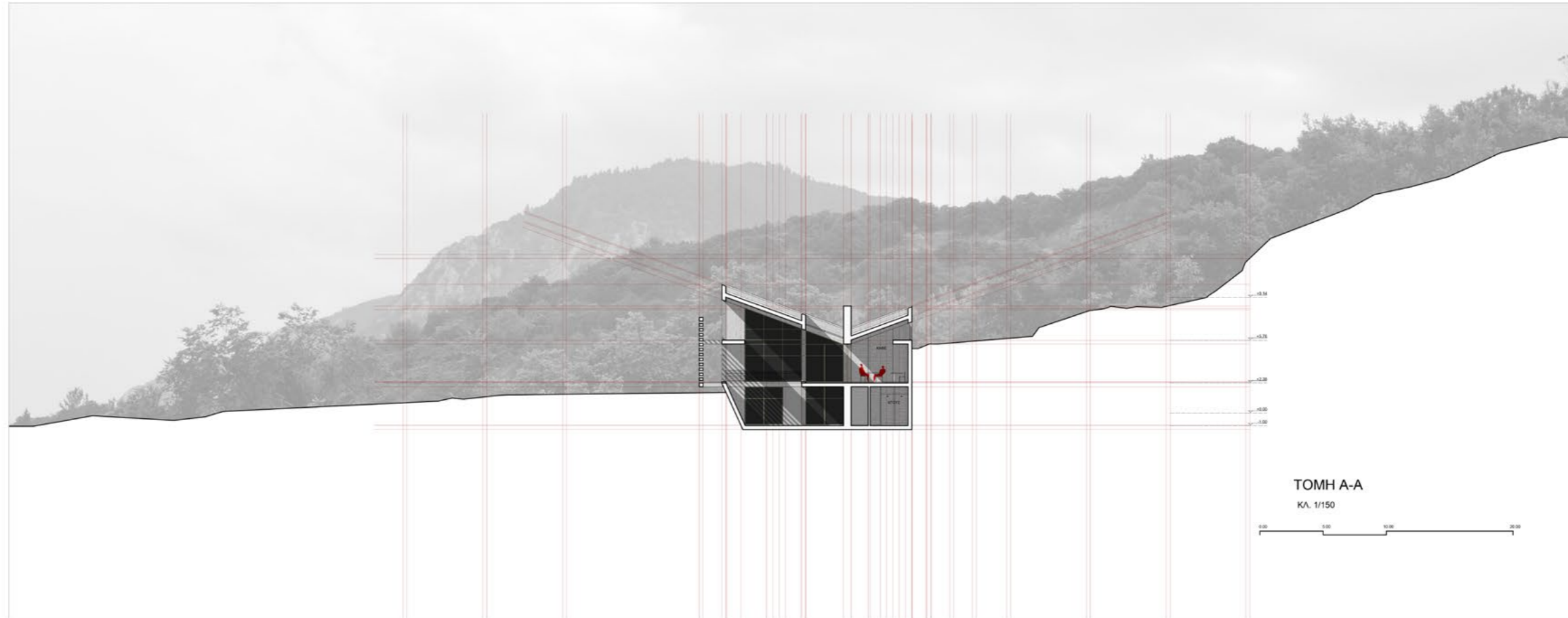




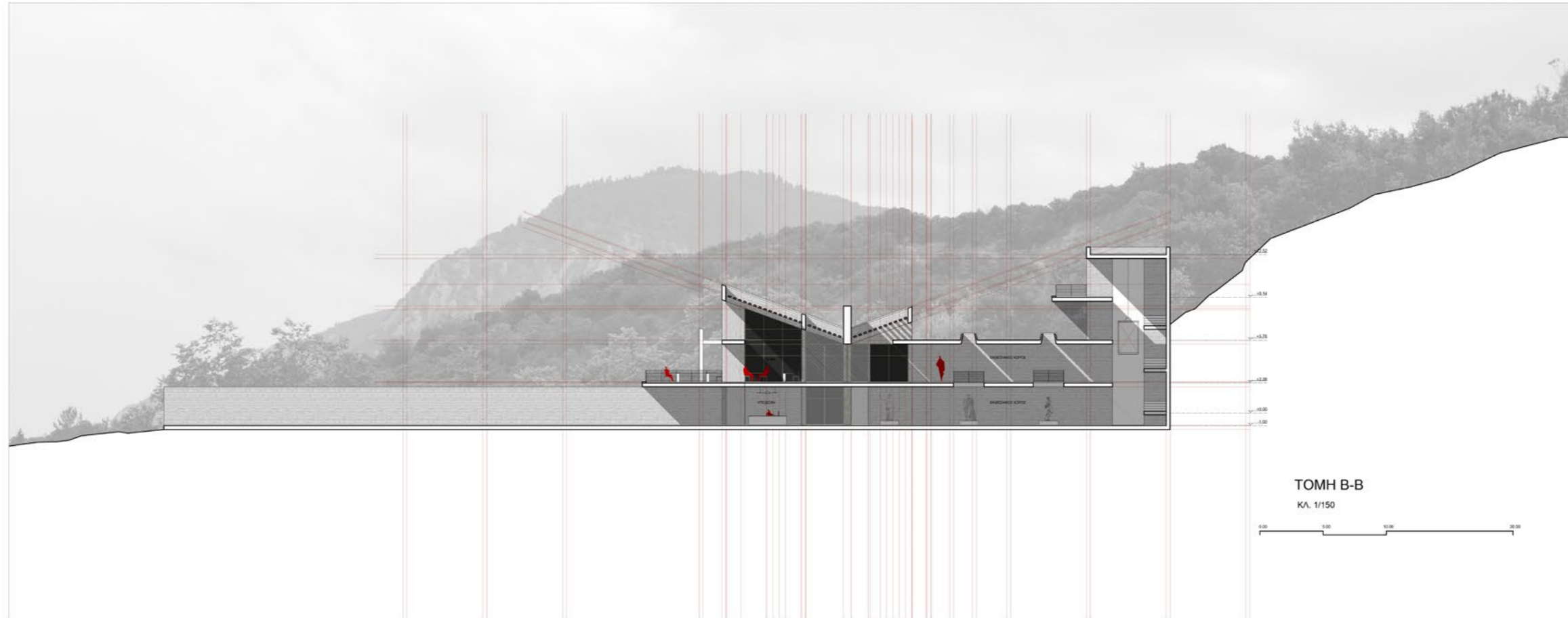


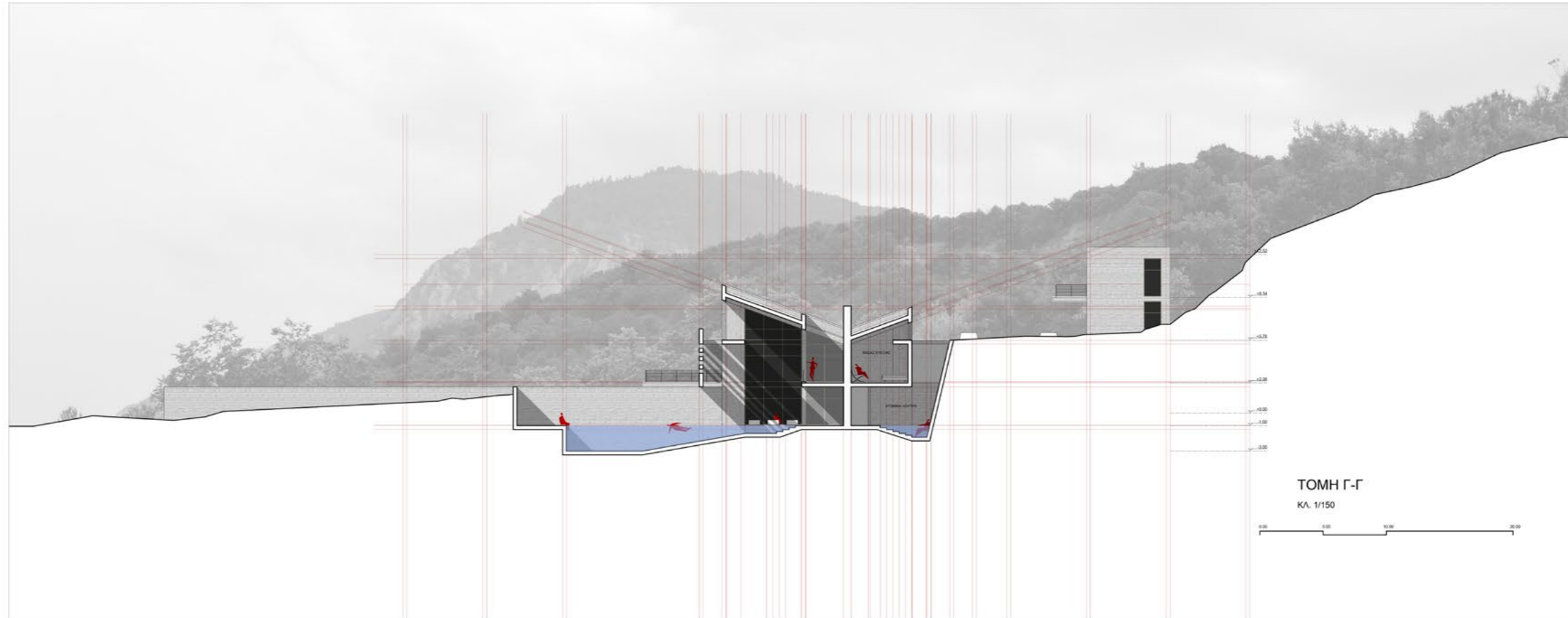


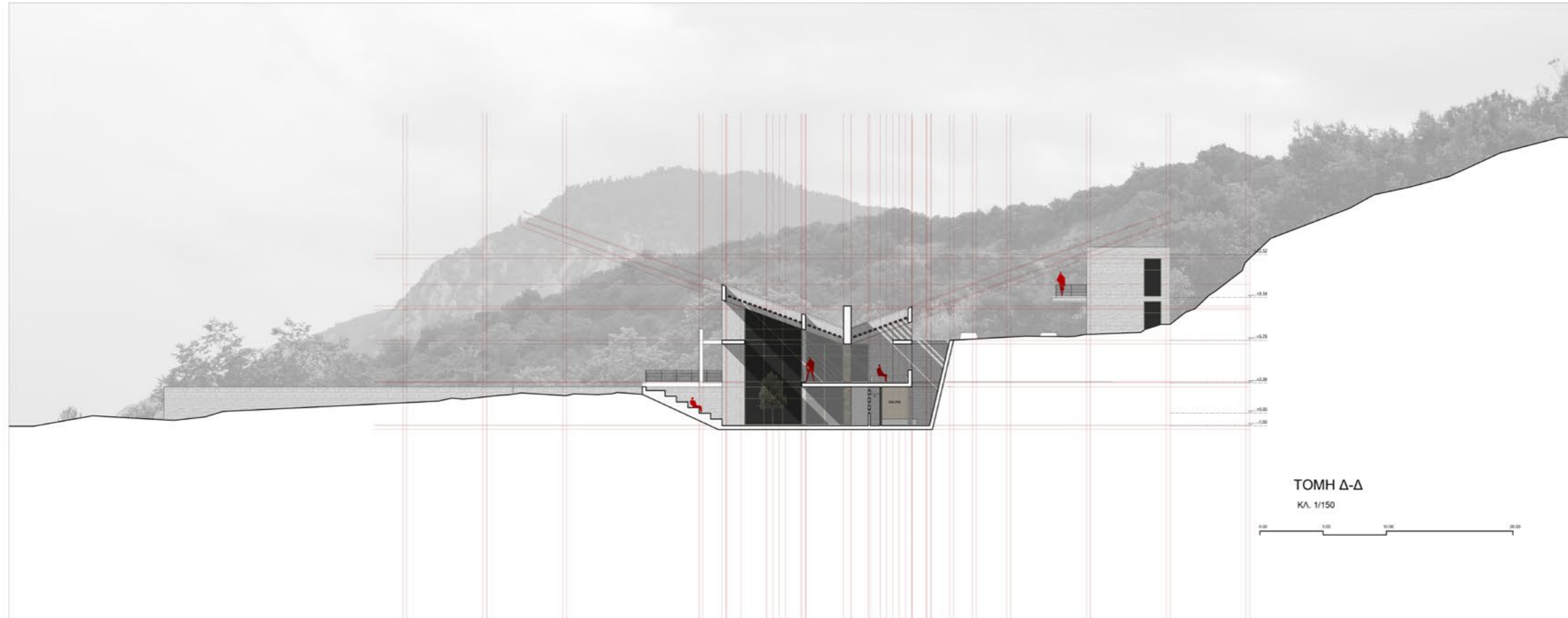


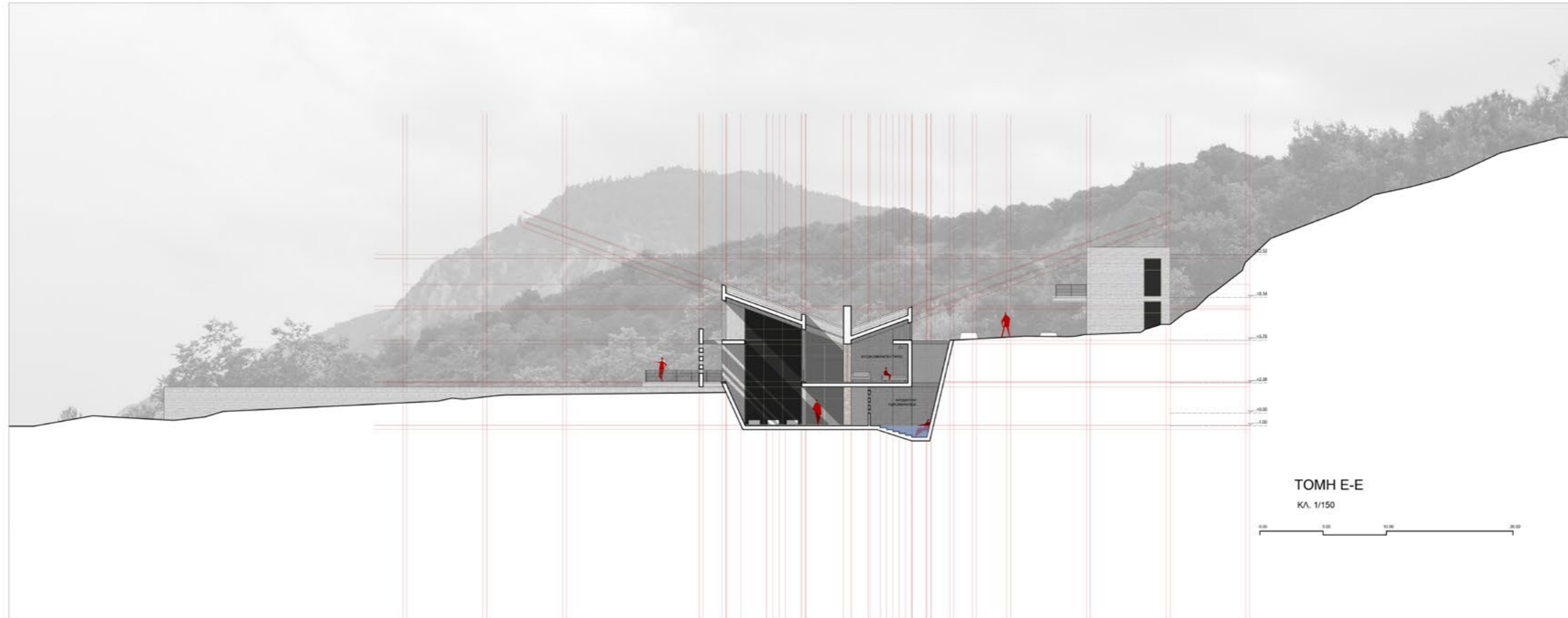






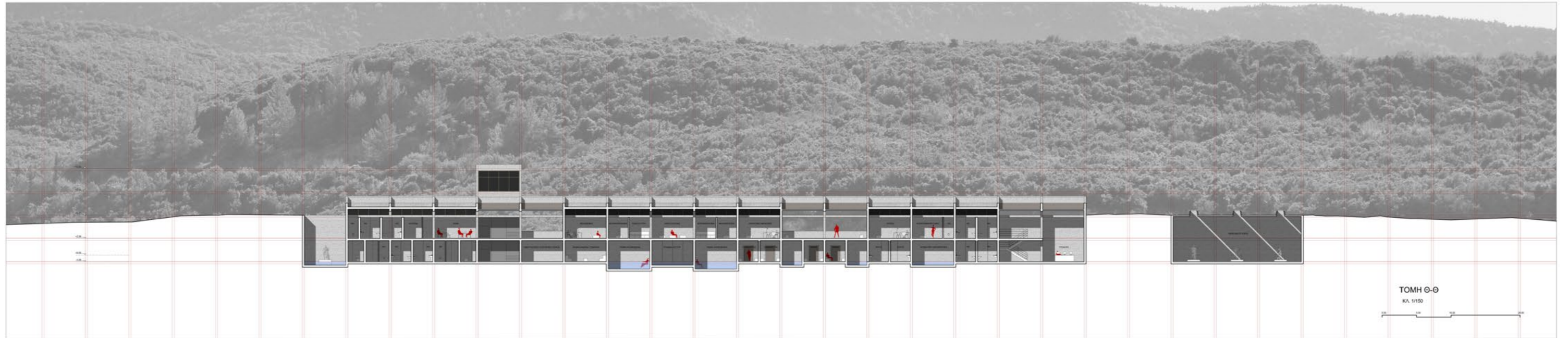






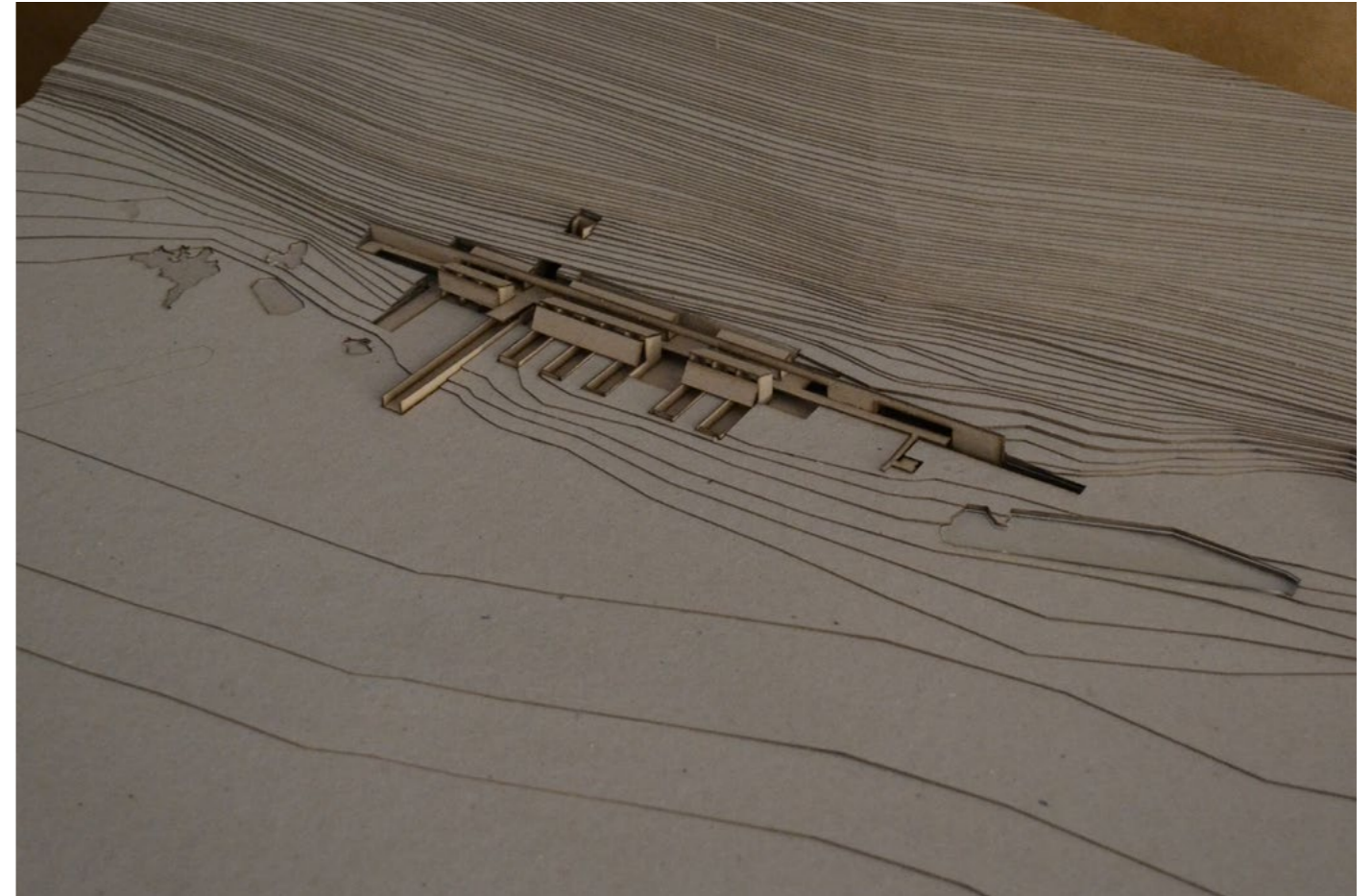
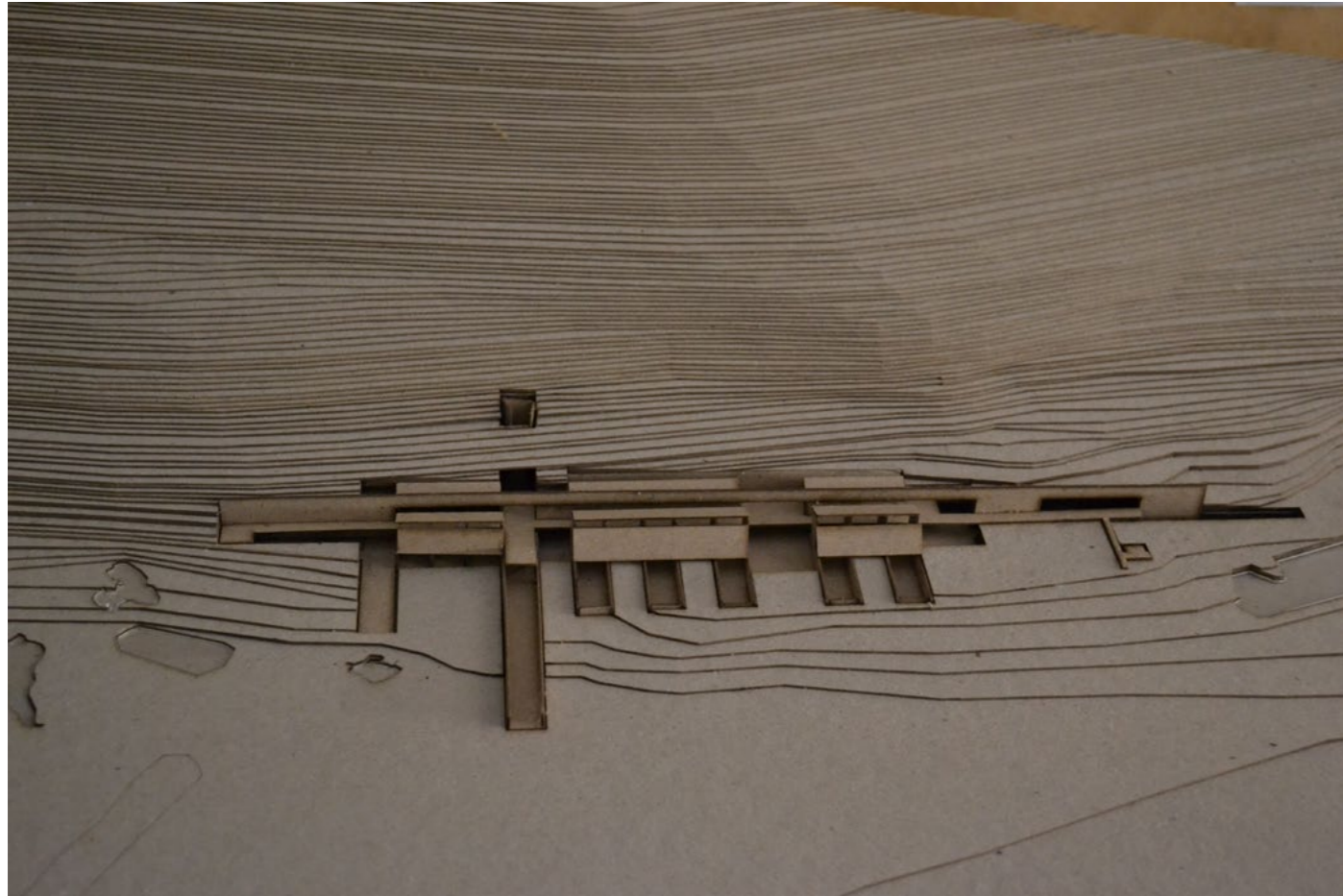


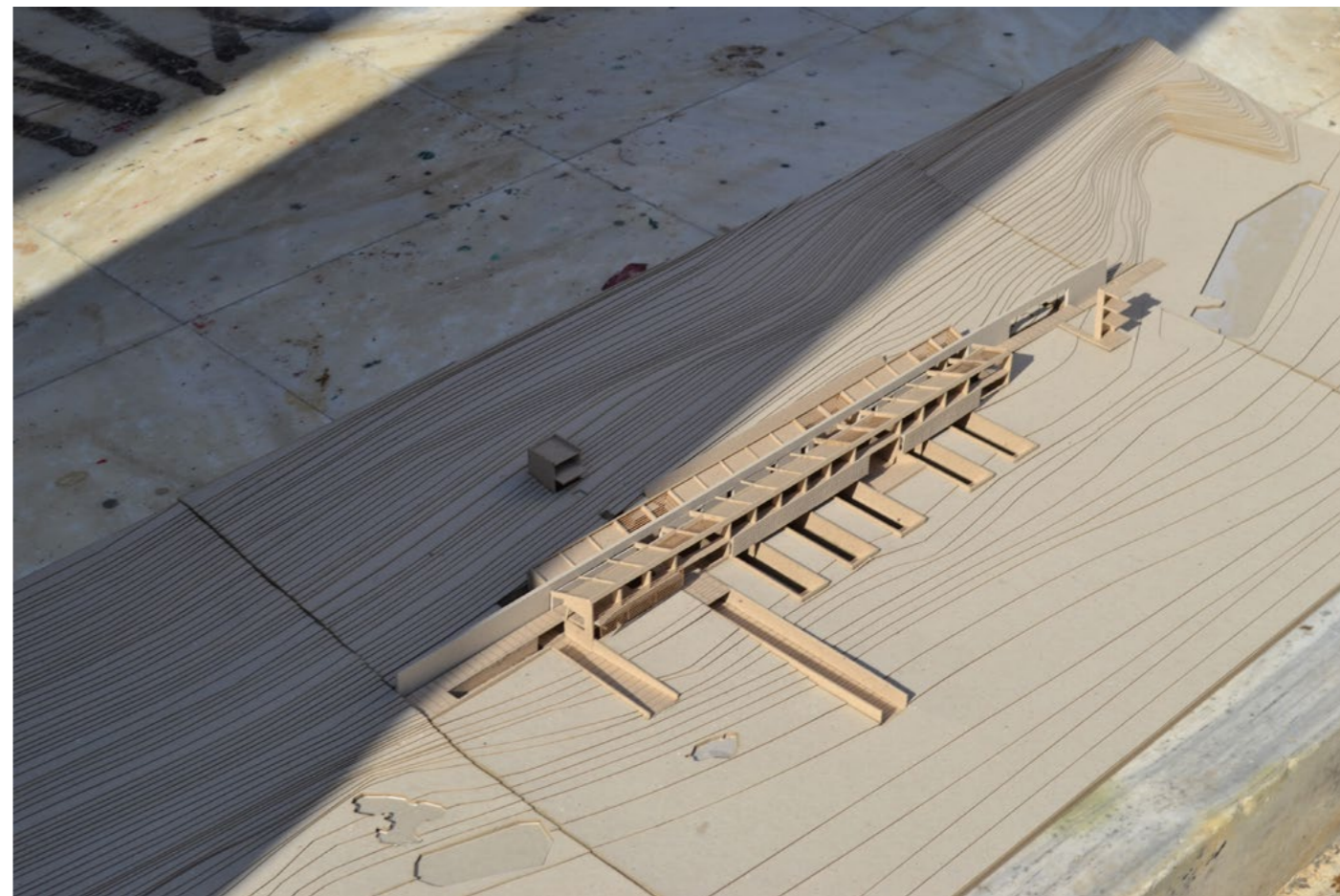


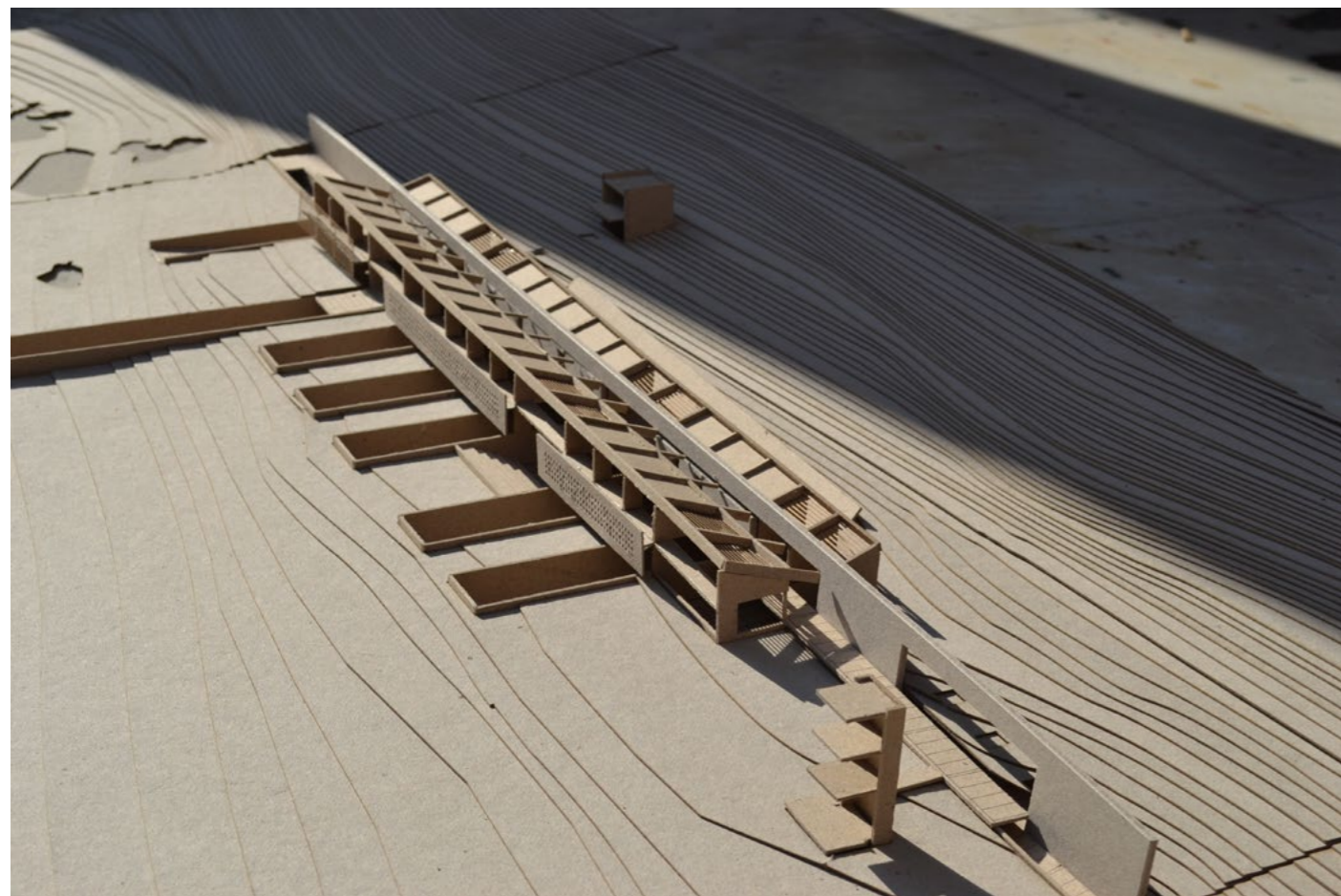


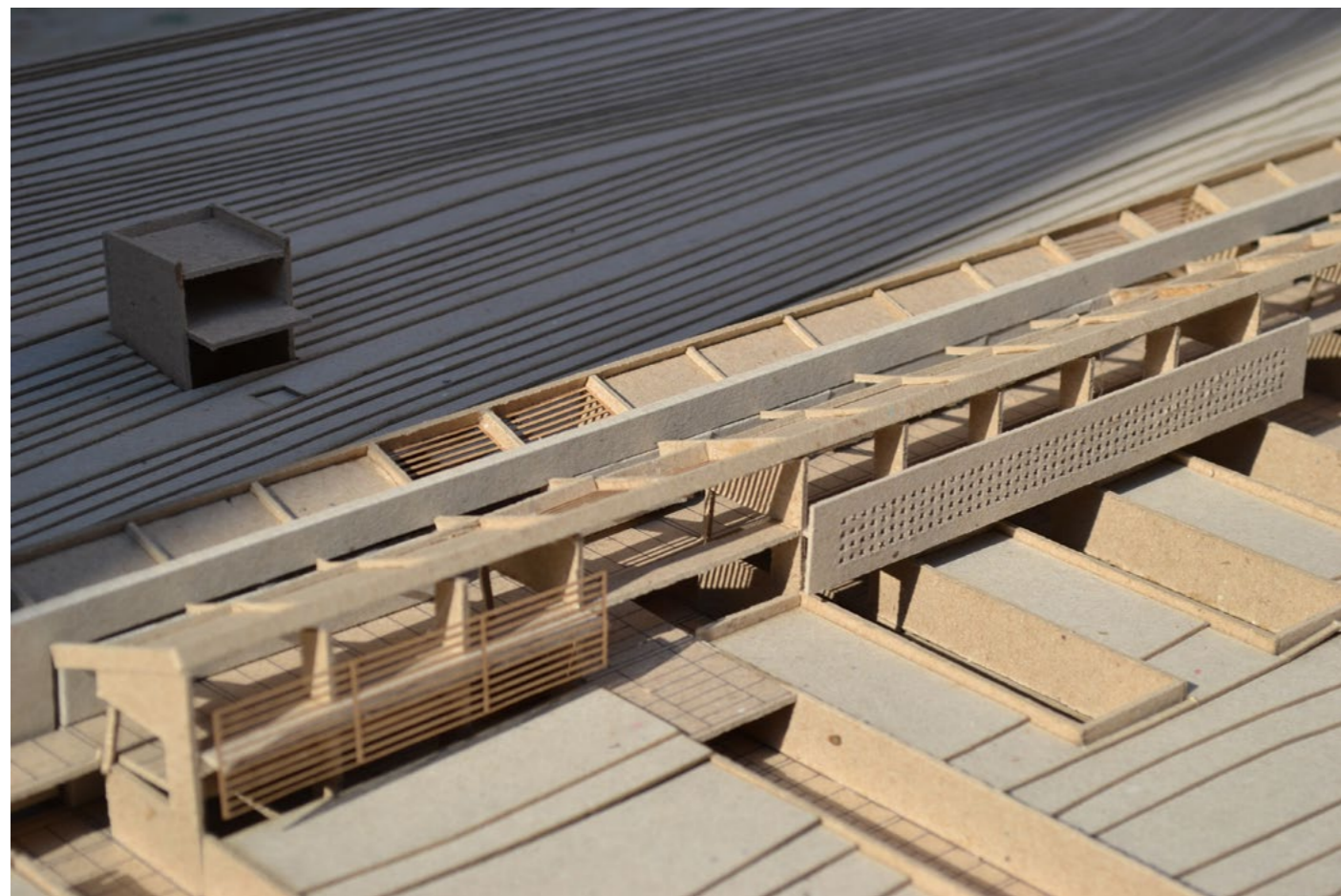
## **6 | ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΜΑΚΕΤΑΣ**



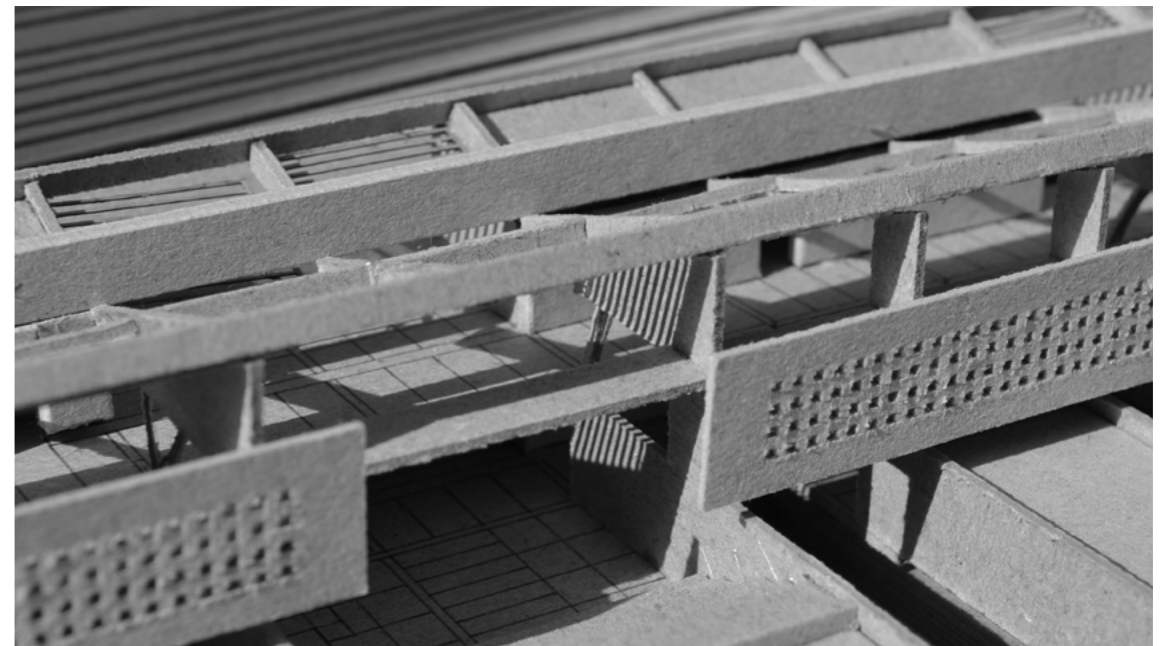
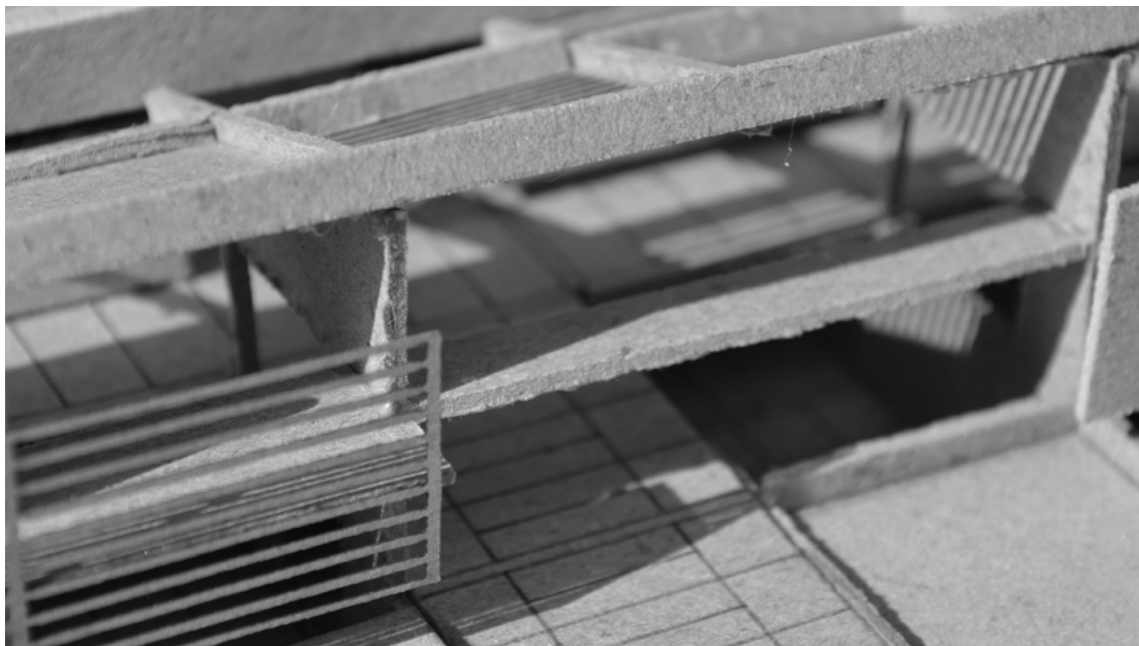
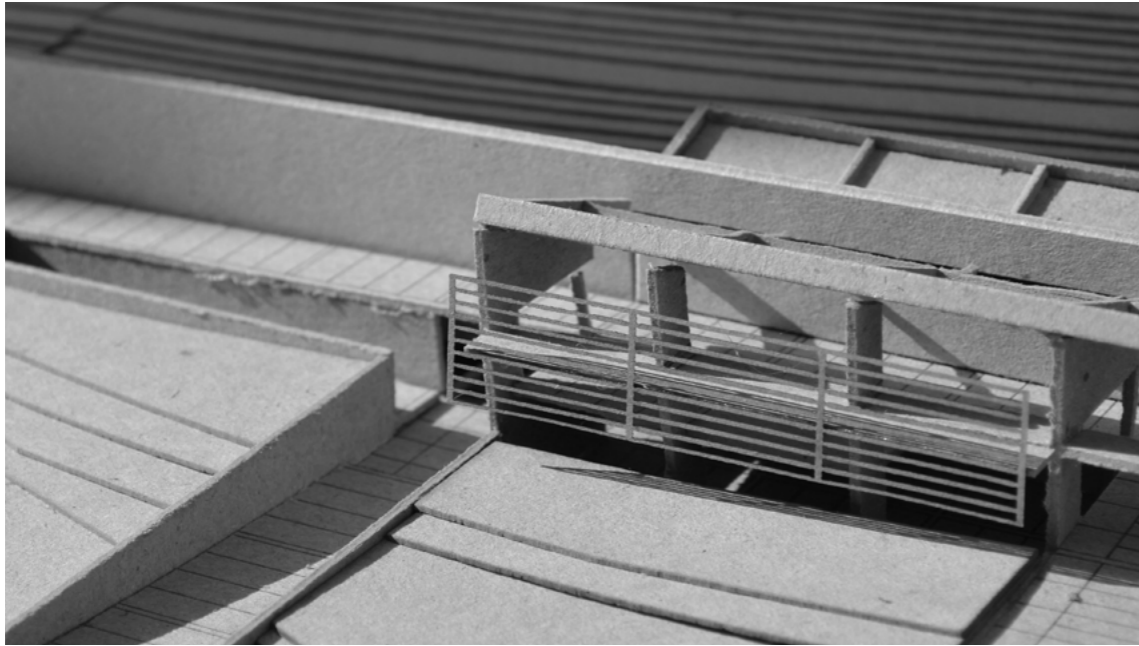


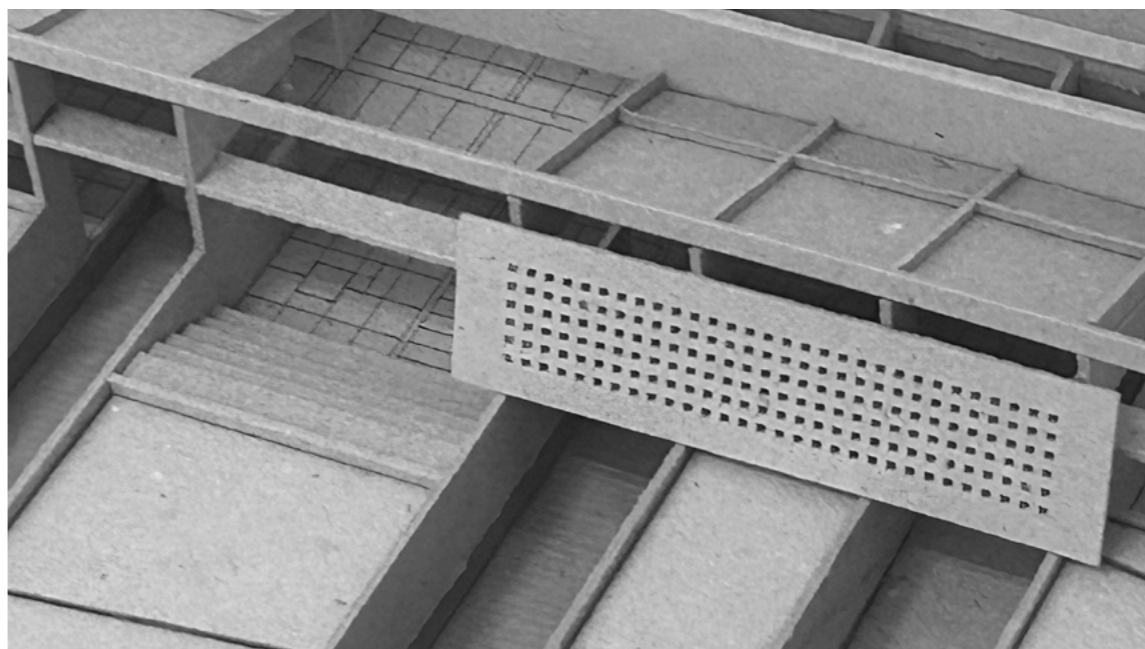
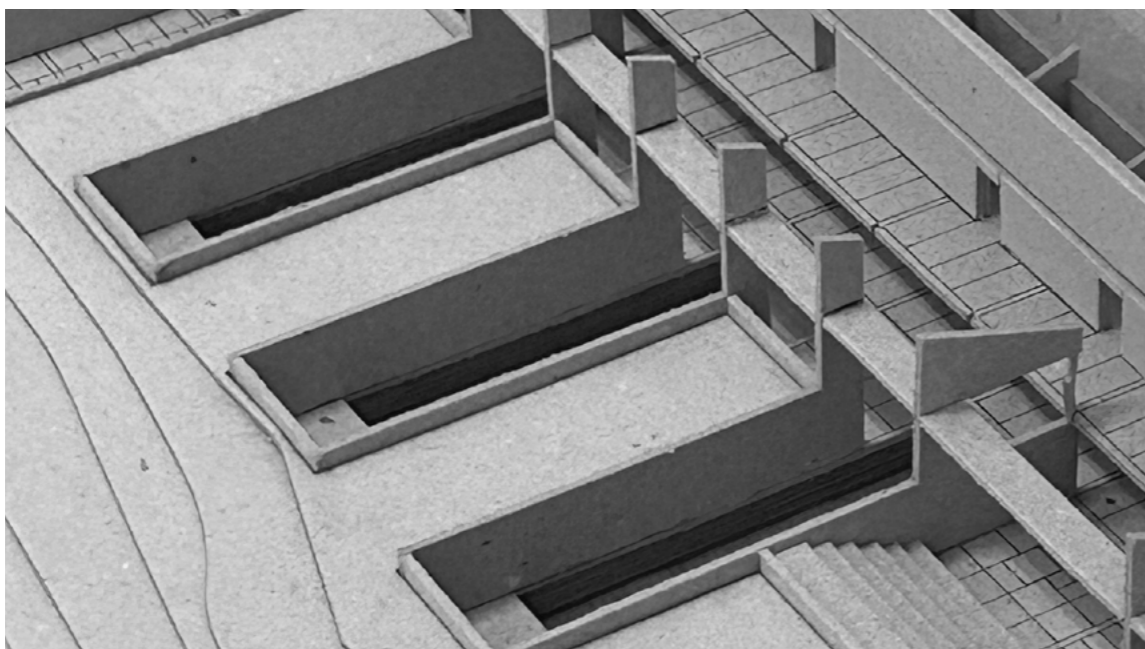
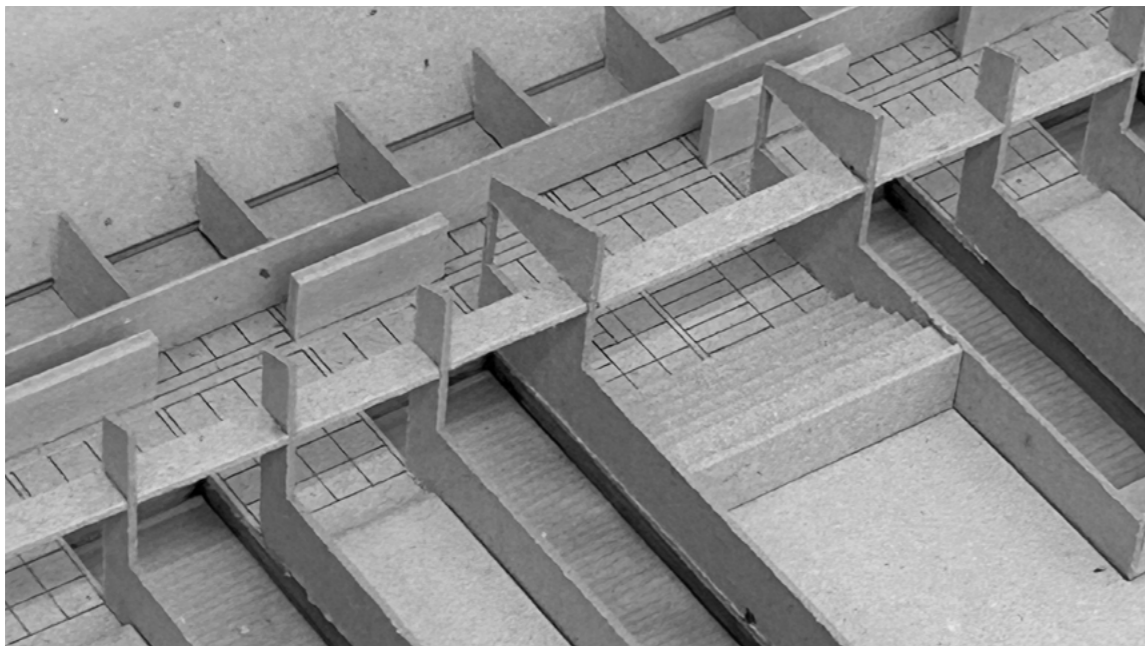












## 7 | ΦΩΤΟΡΕΑΛΙΣΤΙΚΕΣ ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΕΙΣ





εγκάρσια τομή 1



εγκάρσια τομή 2



λήψη κύριας εισόδου



εσωτερική λήψη  
τιμήματος γυμναστηρίου



εξωτερική λήψη  
δευτερεύουσας  
υποδοχής



εξωτερική λήψη  
ορόφου



λήψη δευτερεύουσας εισόδου



εσωτερική λήψη τμήματος υδροθεραπείας



εσωτερική λήψη δευτερεύουσας υποδοχής



εσωτερική λήψη τμήματος υδροθεραπείας



λήψη αιθρίου με  
αμφιθέατρο



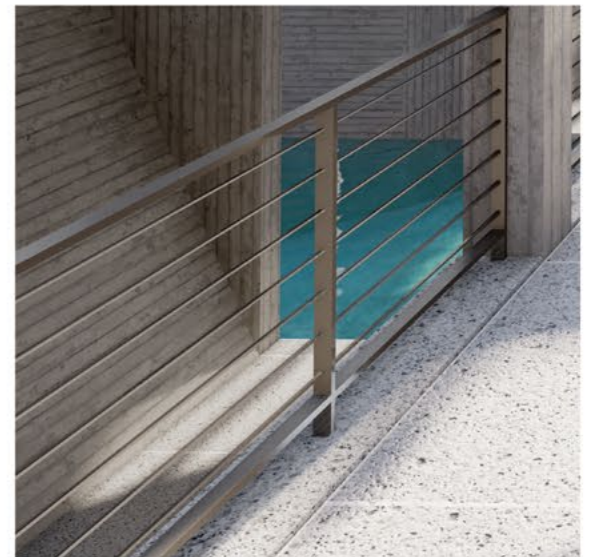
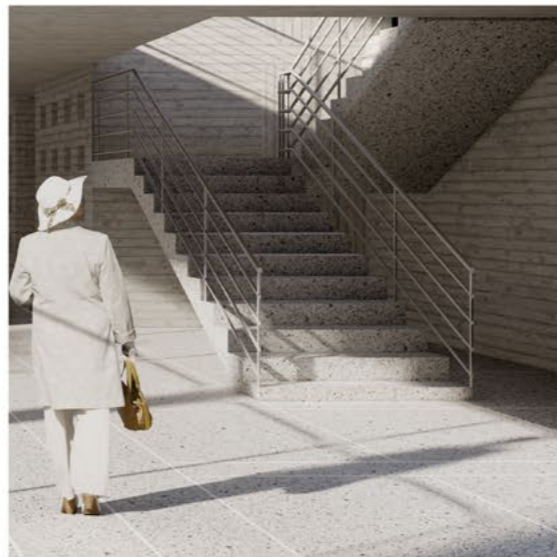
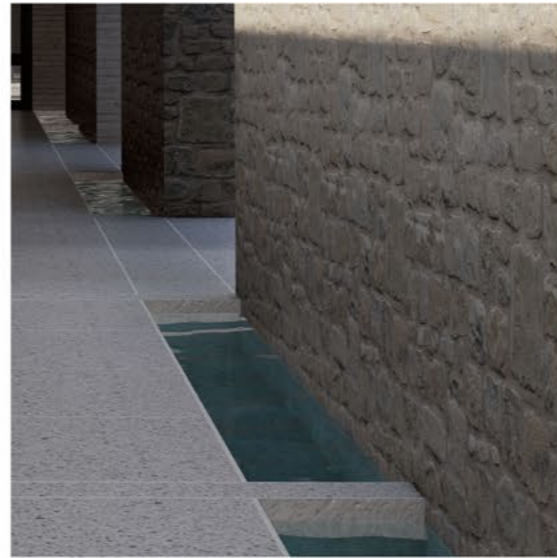
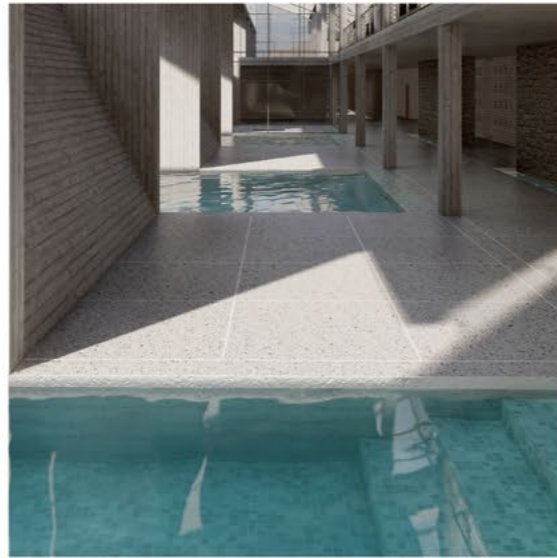
λήψη διαδρόμου  
ορόφου



εσωτερική λήψη  
πiscinas με χλιαρό νερό



λήψη διαδρόμου  
ορόφου



## **8 | ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι**

A. ALVARO SIZA, SWIMMING POOLS

B. PETER ZUMTHOR, THERME VALS

## ALVARO SIZA, SWIMMING POOLS

## Γενικά στοιχεία

Ο λόγος που επιλέχθηκε να μελετηθεί η συγκεκριμένη σύνθεση είναι οι ενδιαφέρουσες υλικές και άυλες αρχιτεκτονικές της ποιότητες και, συγκεκριμένα, ο ιδιαίτερος χειρισμός του φωτός, της υλικότητας και η εγγύτητα στη φύση και τον τόπο. Πρόκειται για ένα κτίριο που συνδυάζει το *ανθρωπογενές στοιχείο* με το *φυσικό περιβάλλον*: η λιτότητα, η δομική καθαρότητα και η γραμμικότητα, ως βασικές συνθετικές αρχές, συνδυάζονται με τα φυσικά στοιχεία όπως το φως, ο αέρας, ο ωκεανός και το φυσικό βραχώδες ανάγλυφο της ακτογραμμής, δημιουργώντας μια μοναδική πολυαισθητηριακή εμπειρία για τους χρήστες. Οι εσωτερικοί χώροι εκπέμπουν μια μυστηριώδη, ήρεμη και σιωπηλή ατμόσφαιρα, ενώ ο ιδιαίτερος χειρισμός ως προς τη χωροθέτηση του κτιρίου και την εναρμόνισή του με το φυσικό περιβάλλον καλούν τον άνθρωπο να βιώσει τον τόπο με όλες του τις αισθήσεις, να τον ακούσει, να τον μυρίσει και, τέλος, να έρθει σε επαφή με τον ωκεανό μέσω της κολύμβησης.

Το συγκρότημα Leca Swimming Pools του Πορτογάλου αρχιτέκτονα Alvaro Siza, βρίσκεται στην παραλία Leca de Palmeira, στη βόρεια ακτογραμμή του Matosinhos, μιας μικρής πόλης που αποτελεί και γενέτειρα του Siza. Το έργο απλώνεται κατά μήκος της παραλιακής λεωφόρου Leca de Palmeira, δίπλα στις ακτές του Ατλαντικού Ωκεανού. Το 1959 η πόλη του Matosinhos ζήτησε από μια τοπική κατασκευαστική εταιρεία τη μελέτη και τον προϋπολογισμό για τη δημιουργία δημόσιων πισίνων στις ακτές της



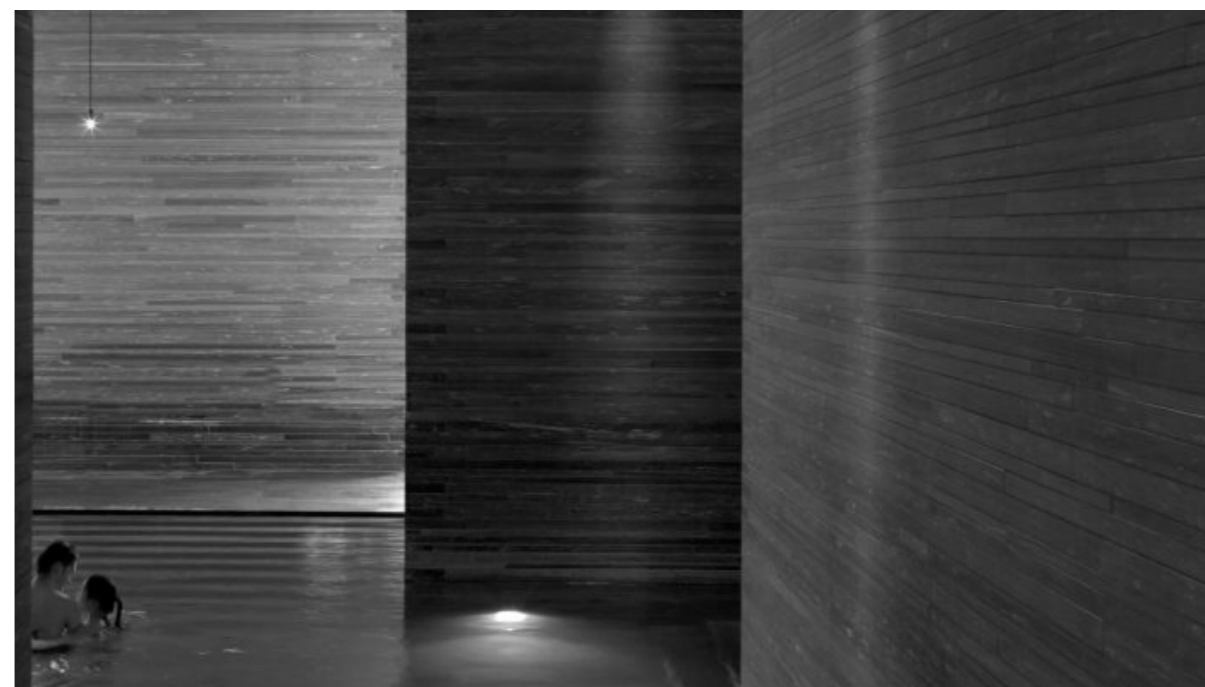
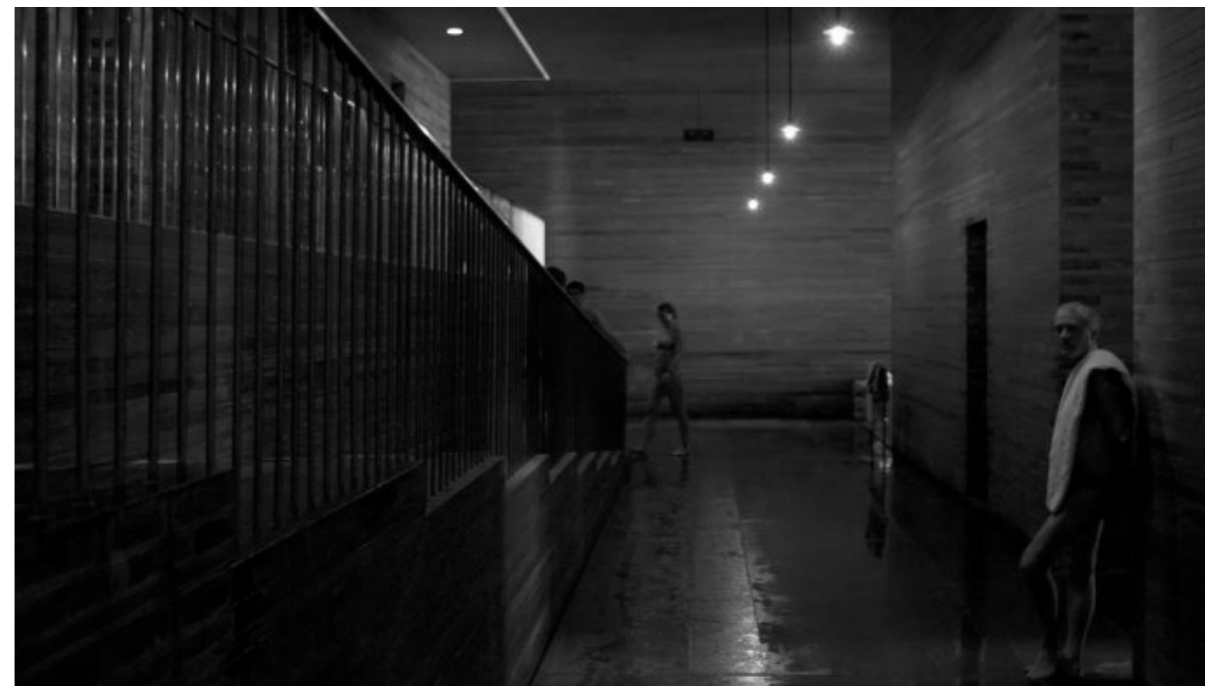
## PETER ZUMTHOR, THERME VALS

### Γενικά στοιχεία

Ο λόγος που επιλέχθηκε να μελετηθεί το Therme Vals είναι η σύνθεση αρχιτεκτονικών στοιχείων που συνομιλούν με το ανθρώπινο σώμα, αφυπνίζουν τις αισθήσεις και συμβάλλουν στη δημιουργία μιας μοναδικής ατμόσφαιρας καθώς και μιας ανεπανάληπτης πολυαισθητηριακής εμπειρίας των χρηστών. Οι σημαντικότερες από αυτές τις αρχιτεκτονικές ποιότητες είναι το φως, η πέτρα και το νερό, των οποίων ο συνδυασμός και ο ιδιαίτερος χειρισμός εξελίσσεται από την αρχή της συνθετικής διαδικασίας, διαμορφώνοντας ένα χωρικό αποτέλεσμα που επιτρέπει στους χρήστες να ορίσουν το δικό τους υπαρξιακό βάθος.

Τα λουτρά Therme Vals αποτελούν μέρος του ομώνυμου ξενοδοχειακού συγκροτήματος στο χωριό Vals, το οποίο ανήκει στο καντόνι Graubunden της Ελβετίας, στις Κεντρικές Ανατολικές Άλπεις και βρίσκεται πάνω στις μοναδικές ιαματικές πηγές της ευρύτερης περιοχής.<sup>1</sup> Το 1990 η κοινότητα του Vals αναθέτει στον Peter Zumthor και τους συνεργάτες του τη σχεδίαση ενός αυτοτελούς κτιρίου, ενός κέντρου ευεξίας, χτισμένο στην πλαγιά δίπλα στο ξενοδοχείο, έχοντας μια «χαλαρή» σύνδεση με αυτό. Το κτίριο αυτό αποτελεί έναν *αυτόνομο χώρο ιαματικών λουτρών*, ο οποίος προορίζεται για την τοπική κοινότητα αλλά συμβάλλει, επίσης, και στην τουριστική υποδομή. Το νέο κτίριο, λοιπόν, επρόκειτο να αντικαταστήσει τα παλιά ιαματικά λουτρά του ξενοδοχείου που χτίστηκαν το 1960, αποτελώντας έναν πόλο έλξης νέων και τοπικών επισκεπτών.<sup>2</sup>

Τα τελικά σχέδια ολοκληρώνονται το 1995 και η κατασκευή του κτιρίου διαρκεί τρία χρόνια, από το 1993 μέχρι το 1996, όταν και ολοκληρώνεται. Κατά τη διαδικασία της σύνθεσης, βασική σχεδιαστική πρόθεση ήταν η δημιουργία διαφορετικών αρχιτεκτονικών ποιοτήτων με ποικιλία στον φωτισμό, τα υλικά, τα χρώματα, τον ήχο και το κλίμα, οι οποίες θα συνέβαλαν στην απόλαυση του στοιχείου του νερού και στη στενή επαφή του ανθρώπινου σώματος με την πέτρα. Στόχος της δημιουργίας του κτιρίου ήταν ανάδειξη της φιλοσοφίας των λουτρών καθώς και η παροχή μιας τελετουργικής εμπειρίας χαλάρωσης, γαλήνης και αναψυχής.<sup>3</sup>



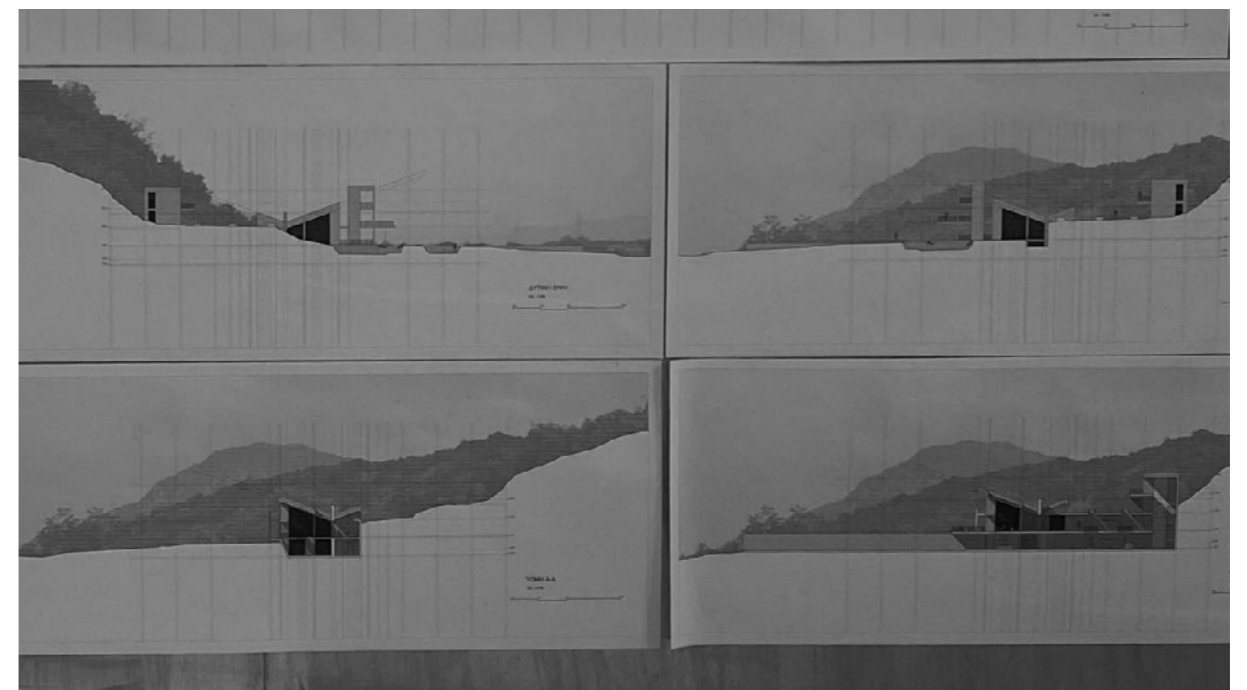
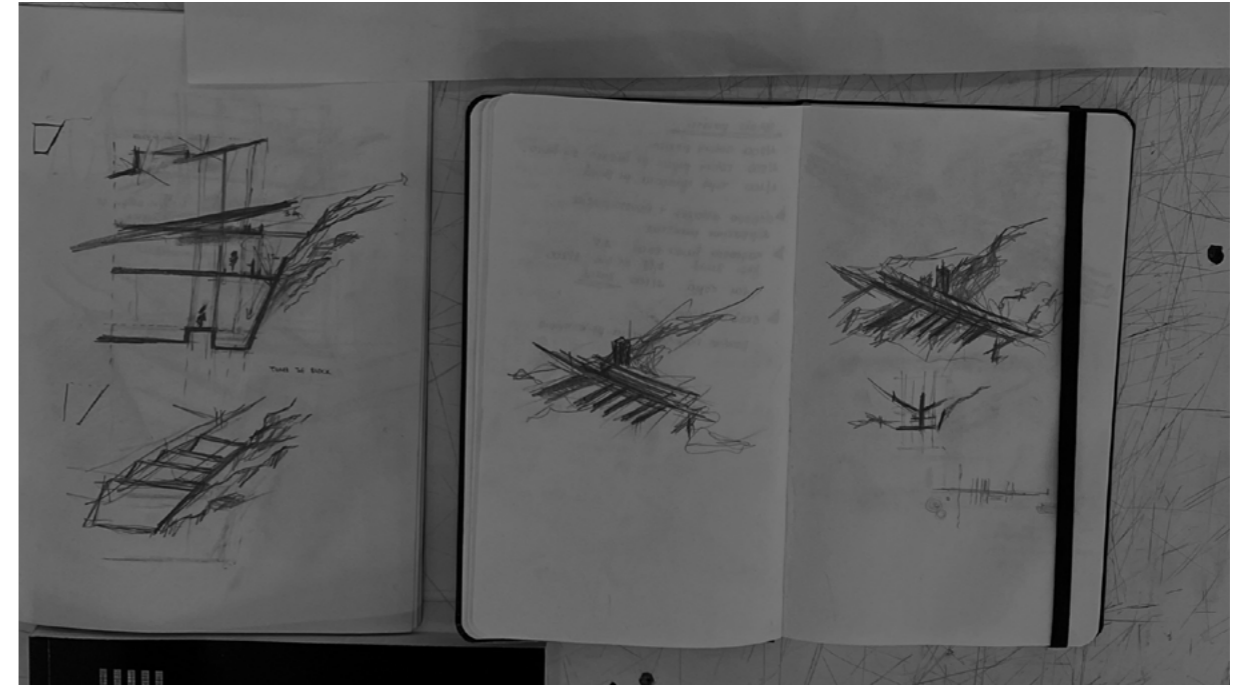
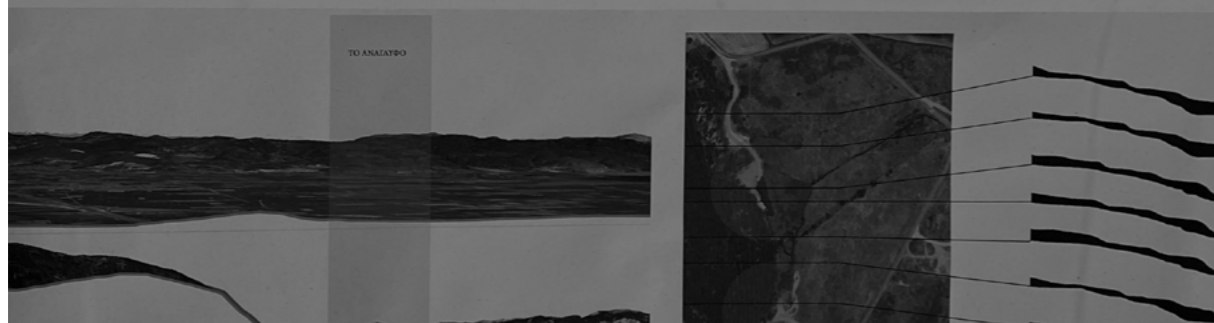
<sup>1</sup> Therme Vals, *Wikipedia*

<sup>2</sup> Zumthor P., *Peter Zumthor Therme Vals*, σελ.23

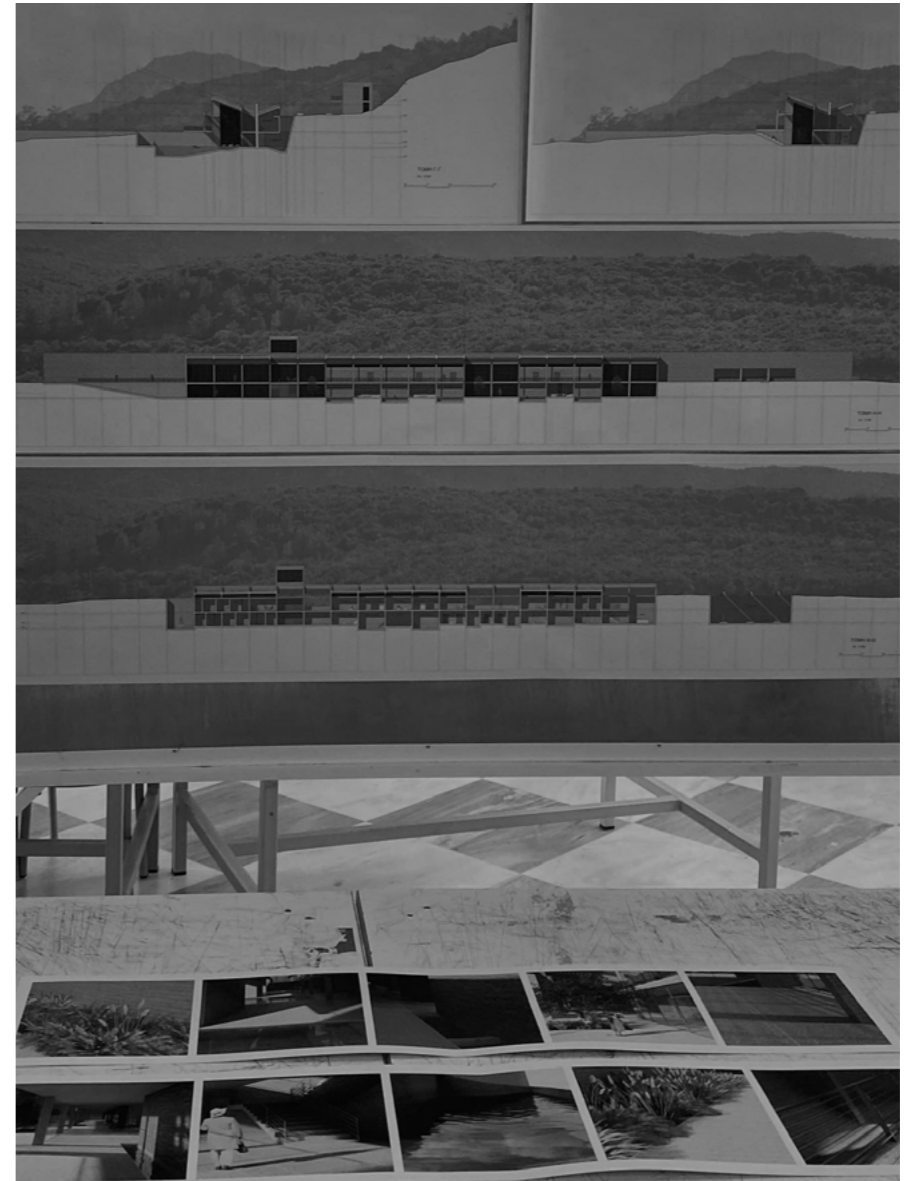
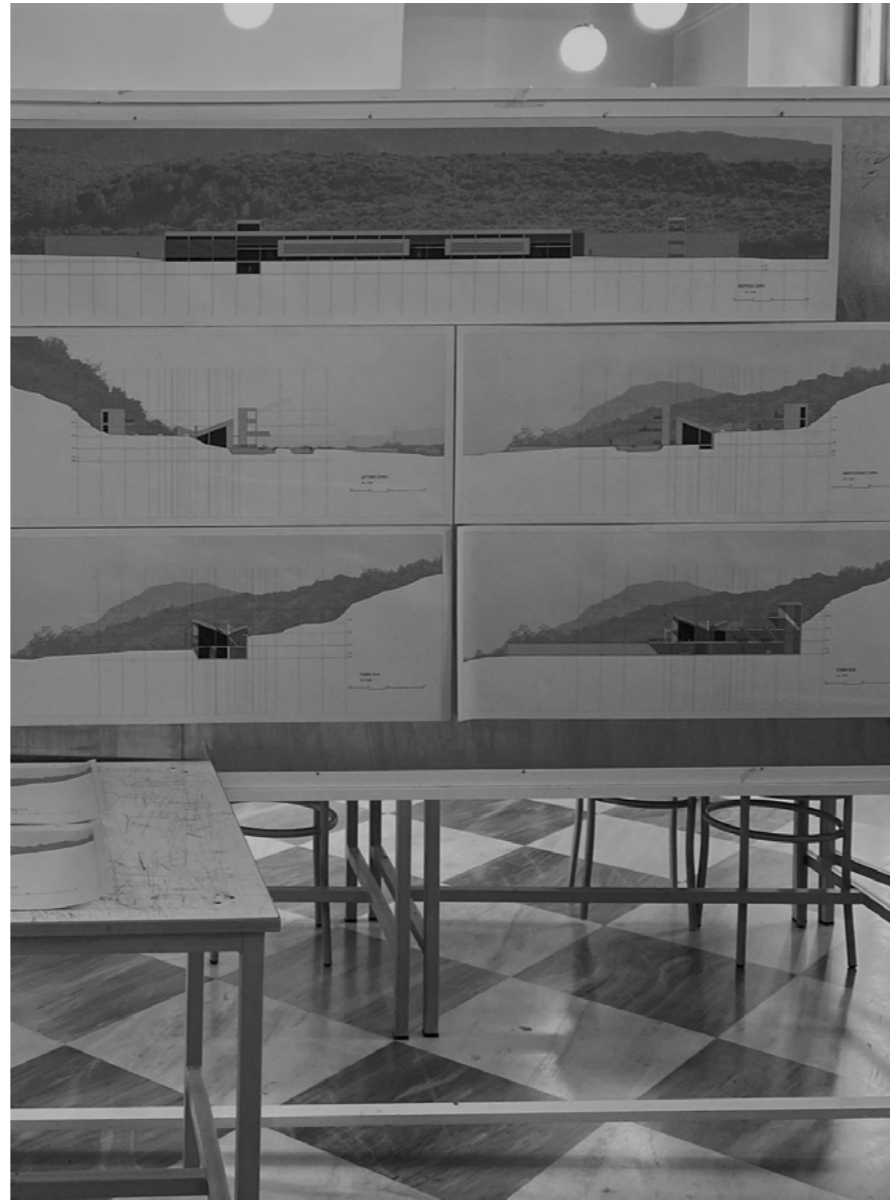
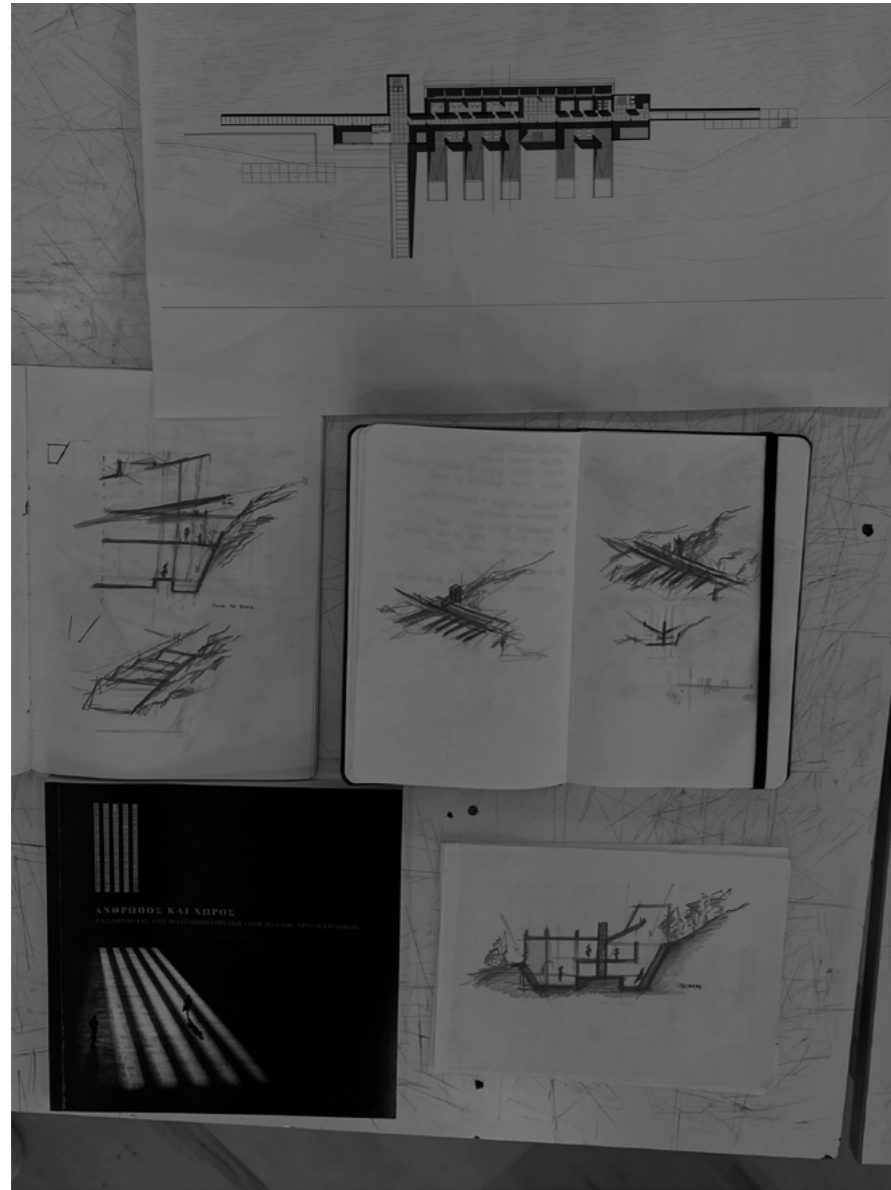
<sup>3</sup> Zumthor P., ο.π., σελ.60



**9 | ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ**







#### **ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

Ευχαριστώ θερμά την καθηγήτριά μου, Τσιράκη Σοφία, για την συμβολή της και πολύτιμη καθοδήγησή της κατά τη διάρκεια της παρούσας εργασίας. Ακόμα, ευχαριστώ την οικογένειά μου, για τη στήριξη σε όλη τη διάρκεια της ακαδημαϊκής μου πορείας. Και τέλος, ευχαριστώ όλους μου τους φίλους για την καθοριστική τους βοήθεια και ψυχολογική τους υποστήριξη.

## 10 | ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

## ΒΙΒΛΙΑ

Αγγελίδης Ζήσης. Ιαματικοί Φυσικοί Πόροι και Θερμαλισμός. Θεσσαλονίκη:Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Ελευθερίου Κορδελιού, 2008.

Μπίρης Τάσος Κ. Αρχιτεκτονικής Σημάδια και Διδάγματα: Στο Ίχνος της ΣυνθετικήςΔομής. Αθήνα: Μορφωτικό Ίδρυμα Εθνικής Τραπέζης, 2016.

Πάλλασμαα Γιουχάνι. Τα Μάτια του Δέρματος: Η Αρχιτεκτονική και οι Αισθήσεις. Μετάφραση: Τουρνικιώτης Παναγιώτης Τουρνικιώτης Γιάννης. Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης, 2022.

## ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΕΣ ΔΙΑΤΡΙΒΕΣ

Παζινού Ευαγγελία. Δημιουργία ατμόσφαιρας στην αρχιτεκτονική. Μία πρόκληση στον σχεδιασμό του δημόσιου αστικού χώρου. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2017. Διδακτορική διατριβή. Ανακτήθηκε στις 9/9/2022 <<https://ikee.lib.auth.gr/record/288990/files/GRI-2017-19160.pdf>>

Χατζησάββα Δήμητρα. (2009). Η έννοια του τόπου στις αρχιτεκτονικές θεωρίες και πρακτικές. Σχέσεις φιλοσοφίας και αρχιτεκτονικής στον 20 ο αιώνα. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2009. Διδακτορική διατριβή. Ανακτήθηκε στις 9/9/2022 <<https://ikee.lib.auth.gr/record/113960/files/GRI-2009-3507.pdf>>

## ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ / ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

Αθάνα Πολυξένη. Πολυαισθητηριακότητα, Σώμα Και Αρχιτεκτονική Στο Έργο Του Juhani Pallasmaa. Τμήμα Αρχιτεκτόνων Μηχανικών, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2020.

Βαρέλη Αικατερίνη, Κωστή Χριστίνα. Πορεία προς την ίαση: Κέντρο Θερμαλισμού και Ευεξίας στις πηγές του Καλλιδρόμου, Τμήμα Αρχιτεκτόνων Μηχανικών, Εθνικό Μτσόβιο Πολυτεχνείο, 2023

Βαρέλη Αικατερίνη, Ναούμ Μαρία. Άνθρωπος και Χώρος: Αναζητώντας την Πολυαισθητηριακή Εμπειρία της Αρχιτεκτονικής, Τμήμα Αρχιτεκτόνων Μηχανικών, Εθνικό Μτσόβιο Πολυτεχνείο, 2023

## ΒΙΝΤΕΟ

Στα ιαματικά λουτρά Καλλιδρόμου. Σκηνοθεσία: CineManiaξ. YouTube, 2021.

## ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΙ ΤΟΠΟΙ

Θερμαλισμός. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 4/1/2024 from <<https://el.wikipedia.org>>

Υδροθεραπεία. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 4/1/2024 from <<https://el.wikipedia.org>>

Ψωρονέρια, Καλλυντικά, Θερμοπόλεις: Ένα Σαββατοκύριακο με υπερβολική δόση ιαματικών λουτρών. Lifo. 2020. Retrieved 9/9/2022 from <<https://www.lifo.gr/tropos-zois/travel/psoroneriakallyntika-thermopyles-ena-sabbatokyriako-me-yperboliki-dosi>>

Ιαματικές πηγές. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 5/1/2024 from <<https://el.wiktionary.org>>

Φθιώτιδα. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 5/1/2024 from <<https://el.wiktionary.org>>

Στερεά Ελλάδα. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 5/1/2024 from <<https://el.wiktionary.org>>

Ιαματικοί φυσικοί πόροι. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 5/1/2024 from <<https://el.wikipedia.org>>

Λουτρικές εγκαταστάσεις. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 5/1/2024 from <<https://el.wikipedia.org>>

Church of the light. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 9/4/2024 from <[https://en.wikipedia.org/wiki/Church\\_of\\_the\\_Light](https://en.wikipedia.org/wiki/Church_of_the_Light)>

Therme Vals. (n.d.). Wikipedia. Retrieved 10/4/2024 from <[https://el.wikipedia.org/wiki/Therme\\_Vals](https://el.wikipedia.org/wiki/Therme_Vals)>

Swimming Pools, <https://www.archdaily.com/150272/ad-classics-leca-swimming-pools-alvaro-siza>. Retrieved 11/4/2024

