

## 19<sup>ο</sup> ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ / ΒΟΥΔΑΠΕΣΤΗ

Άγγελος  
Βλαχόπουλος

Ευαγγελία  
Πλατανιώτη

**«ΣΤΟΝ ΑΦΡΟ»**

Τρία Χάλκινα Μετάλλια για την Ελλάδα



# Quotes

Κυριάκος  
Γιαννόπουλος  
Πρόεδρος ΚΟΕ

## «Υπερηφάνεια»



Εθνική Ανδρών - 3η στο Παγκόσμιο της Βουδαπέστης



Ευαγγελία Πλατανιώτη - 2 χάλκινα στο σόλο

«Τα πρώτα μας  
μετάλλια στην  
καλλιτεχνική  
κολύμβηση  
στην ιστορία.

Συχαρητήρια στην  
Ευαγγελία και στις  
προπονήτριες.

Συνεχίζουμε!»



ΧΑΛΚΙΝΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ

ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ | ΒΟΥΔΑΠΕΣΤΗ 2022

ΕΘΝΙΚΗ!  
ΕΘΝΙΚΗ!



ΣΥΓΧΑΡΗΤΗΡΙΑ!

***Stoiximan***  
ΜΕΓΑΛΟΣ ΧΟΡΗΓΟΣ

21+ | ΠΑΙΞΕ ΥΠΕΥΘΥΝΑ



# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ



- 06 Ευαγγελία Πλατανιώτη
- 12 Άγγελος Βλάχουπουλος
- 16 Θεοδωρής Βλάχος
- 20 Απόστολος Χρήστου
- 26 Αδελφές Πλευρίτου
- 32 Βασίλης Σοφικίτης
- 36 Εθνική Ομάδα Νέων Γυναικών
- 42 Άκης Οικονόμου



- 46 Παγκόσμιο Πρωτάθλημα υδατοσφαίρισης Κ16
- 62 Δέσποινα Καράμπελα
- 66 Άρης Γρηγοριάδης
- 70 Δημήτρης Μάρκος – Αλέξανδρος Μοράρης
- 72 Έλινα Φραγκάκη Κρυσταλένια Γιαλαμά
- 76 Θωμάς Μπίμης – Νίκος Συρανίδης
- 80 Λάμπρος Κωνσταντόπουλος
- 84 Χοσέ Μηράσκο Κατά
- 88 Αντώνης Τσώνος
- 90 Νίκος Χριστοφορίδη
- 94 Μαίρη Μηνναδάκη
- 98 ΚΟ Καθαμαριάς
- 102 Σοφία Κτενά
- 104 Αλέξανδρος Ξιάρχου
- 105 Flashback



ΤΟ ΕΠΙΣΗΜΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

ΔΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

Λεωφόρος Συγγρού 137 (3ος όρ.) 17121 Νέα Σμύρνη, Αθήνα  
E-mail: info@koe.org.gr Τηλ.: 210 9851020, 210 9850964

[www.koe.org.gr](http://www.koe.org.gr)

Παραγωγή: AGENDA SPORT ACTION

Δημιουργικός Σχεδιασμός: BRIGHT MEDIA

Φωτογραφίες: Instant Photos

Διαφημιστικό τμήμα: Γιώργος Αρνιακός



# ΟΜΙΛΟΣ ΕΛΛΑΚΤΩΡ

## Επενδύουμε σε έναν σύγχρονο και βιώσιμο κόσμο.

Ο Όμιλος ΕΛΛΑΚΤΩΡ είναι ένας από τους μεγαλύτερους ομίλους σύγχρονων έργων Υποδομής, Ενέργειας και Περιβάλλοντος στην Ελλάδα και ένας εκ των κορυφαίων στη ΝΑ Ευρώπη. Με διεθνή παρουσία και στρατηγικές επενδύσεις στους τομείς της Κατασκευής, των Παραχωρήσεων, του Περιβάλλοντος, των Ανανεώσιμων Πηγών Ενέργειας και της Ανάπτυξης Ακινήτων, θέτει τις βάσεις για τη δημιουργία μιας σύγχρονης χώρας. Συνδυάζοντας τα 70 έτη ιστορίας, την τεχνογνωσία των ανθρώπων του και την καινοτόμα φιλοσοφία του, ο Όμιλος ΕΛΛΑΚΤΩΡ επιχειρεί με περιβαλλοντική και κοινωνική συνείδηση, συμβάλλοντας στην ανάπτυξη και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής και στοχεύοντας στη συνεχή δημιουργία προστιθέμενης αξίας για το σύνολο της κοινωνίας.



Δημιουργεί σύγχρονα έργα υψηλής αρτιότητας που συμβάλλουν στην εξέλιξη του κλάδου των υποδομών.



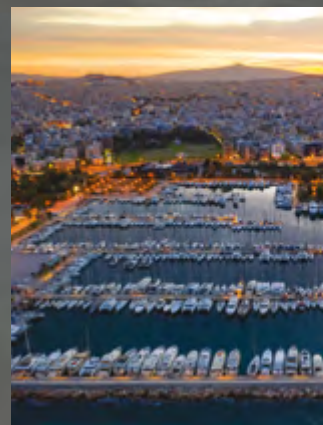
Ανοίγει το δρόμο σε μεγάλα έργα Παραχώρησης.



Λειτουργεί σύγχρονες μονάδες επεξεργασίας αποβλήτων & παραγωγής ενέργειας με τεχνολογίες αιχμής.



Επενδύει στην ανάπτυξη, την κατασκευή και τη λειτουργία έργων ΑΠΕ με σεβασμό στο περιβάλλον και τις τοπικές κοινωνίες.



Αναπτύσσει σύγχρονα επενδυτικά έργα οικιστικής, εμπορικής & τουριστικής ανάπτυξης.





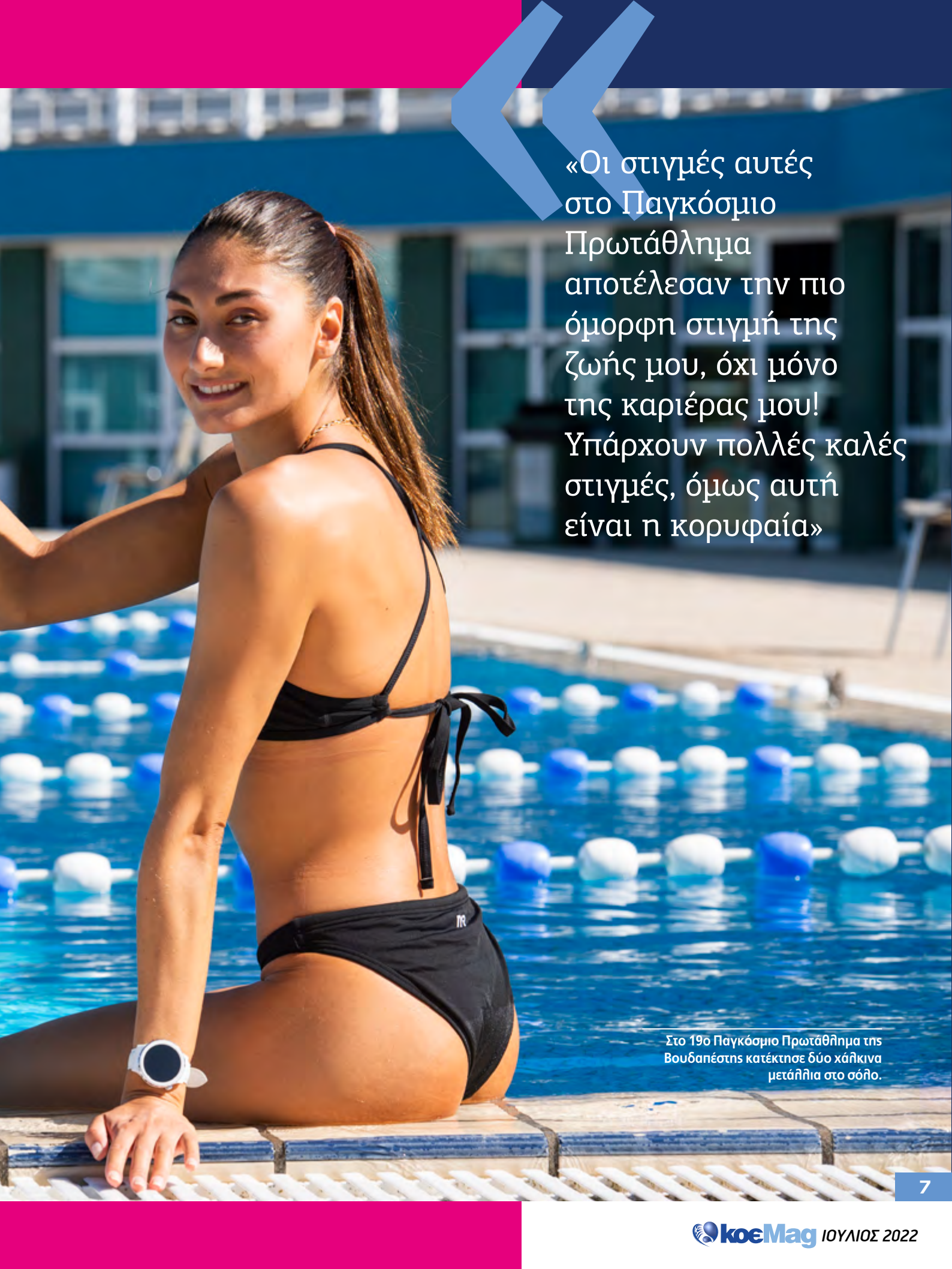
# ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΠΛΑΤΑΝΙΩΤΗ

# «Ποτέ δεν είναι αργά για το όνειρο»

Με τα επιτεύγματά της θεωρείται αναμφισβήτη η κορυφαία αθλήτρια της καλλιτεχνικής κολύμβησης που έχει περάσει από την Ελλάδα







«Οι στιγμές αυτές  
στο Παγκόσμιο  
Πρωτάθλημα  
αποτέλεσαν την πιο  
όμορφη στιγμή της  
ζωής μου, όχι μόνο  
της καριέρας μου!  
Υπάρχουν πολλές καλές  
στιγμές, όμως αυτή  
είναι η κορυφαία»

Στο 19ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της  
Βουδαπέστης κατέκτησε δύο χάλκινα  
μετάλλια στο σόλο.





Η Ευαγγελία Πλατανιώτη κατέκτησε δύο μετάλλια (ένα αργυρό, ένα χάλκινο) στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 2021, δύο ακόμη χάλκινα στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 2022, ενώ έχει λάβει μέρος σε τρεις Ολυμπιακούς Αγώνες (2012, 2016, 2021)



Η Ευαγγελία Πλατανιώτη ξεκίνησε την Καλλιτεχνική Κολύμβηση το 2001, ενώ ωρύτερα ασχολούνταν με το μπαλέτο, την κολύμβηση και τη ρυθμική γυμναστική. Η αγάπη της για το χορό και το νερό την οδήγησαν αναπόφευκτα στην καλλιτεχνική, κάνοντας τα πρώτα της βήματα στον Αρίωνα Γλυφάδας.

Στη συνέχεια μεταπήδησε στον ΑΝΟ Αργυρούπολης και έπειτα μετεγγράφη στα Σκαθάρια, ενώ από φέτος ανήκει στο δυναμικό του Νηρέα Χαλανδρίου. Με τα επιτεύγματά της θεωρείται αναμφισβήτητη η κορυφαία αθλήτρια της καλλιτεχνικής κολύμβησης που έχει περάσει από την Ελλάδα. Στο 19ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της Βουδαπέστης κατέκτησε δύο χάλκινα μετάλλια. Έχει κατακτήσει δύο μετάλλια (ένα αργυρό, ένα χάλκινο) στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 202, επίσης στη Βουδαπέστη, ενώ έχει λάβει μέρος σε τρεις Ολυμπιακούς Αγώνες (2012, 2016, 2021), ανεξάρτητα που στους τελευταίους στο Τόκιο έλαβε μέρος μόνο στον προκριματικό του ντουέτο με την Εβελίνα Παπάζογλου, πριν η ελληνική αποστολή πληγεί από την Covid-19 και αναγκαστεί να αποσυρθεί.

Σε επίπεδο νεανίδων έχει κατακτήσει το 2011 ένα μετάλλιο στο ντουέτο στο Ευρωπαϊκό, ενώ η συγκομιδή των μεταλλίων ξεκίνησε το 2009, όταν πήρε την πρώτη θέση στο Comen Cup, με την Ελλάδα να τερματίζει πάνω και από τη Ρωσία.

Η ίδια αναφέρεται στον εαυτό τις και τις Ελληνίδες που έχουν γράψει ιστορία στο χώρο, όπως η Χριστίνα Θαλασσινίδη και Ναταλία Ανθοπούλου, με ευρωπαϊκά μετάλλια στο παλμαρέ τους: «Προσπάθησα να κάνω πάντα το καλύτερο σε ένα χώρο που αγαπώ υπερβολικά. **Δεν ήθελα ποτέ να φτάσω ή να ξεπεράσω κάποιον, παρά μόνο να είμαι η καλύτερη εκδοχή του εαυτού μου. Η Χριστίνα και η Ναταλία έχουν γράψει τη δική τους ιστορία και είναι αξίες θαυμασμού**».

Για το πως κράτησε το όνομά της ως «Ευαγγελία» και δεν το άλλαξε σε κάποιο υποκοριστικό, σχολιάζει γελώντας: «Δεν έκανα υπερβολική προσπάθεια, όμως επέμεινα όταν κάποιοι προσπάθησαν να με αποκαλέσουν με διαφορετικό τρόπο όπως το «Βαγγελίτσα»!».

Τα επιτεύγματά της στη Βουδαπέστη τον περασμένο μήνα ήταν παραπάνω από αξιοθαύμαστα. Ερωτηθείσα για το αν αποτέλεσαν την σημαντικότερη στιγμή της καριέρας της, τονίζει με έμφαση πως «Οι στιγμές αυτές στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα αποτέλεσαν την πιο όμορφη στιγμή της ζωής μου, όχι μόνο της καριέρας μου! Υπάρχουν πολλές καλές στιγμές, όμως αυτή είναι η κορυφαία. Η Βουδαπέστη σημαίνει πολλά για εμένα, ίσως θα έπρεπε να μείνω εκεί (γέλια), όμως είμαι ερωτευμένη με την Ελλάδα. Η Βουδαπέστη είναι μια πανέμορφη πόλη».

Η σπουδαία πρωταθλήτρια δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στις δυσάρεστες στιγμές που βίωσε στο Τόκιο: «Ήταν πολύ δύσκολες αυτές οι στιγμές τότε. Θα τις χαρακτήριζα ως εφιάλη αθλήτρια είμαι τόσο περήφανη με τον εαυτό μου και όλη την υπερπροσπάθεια που κατέβαλα. Από το πως ανάρρωσα και κατάφερα να βρεθώ στο Τόκιο και να αγωνιστώ. Έχω κρατήσει μόνο τα όμορφα και αυτό το μετάλλιο (σ.σ στη Βουδαπέστη) ήρθε για να σβήσει την παραμικρή πικρία που μου άφησε το Τόκιο».



Όνειρο της να κλείσει την καριέρα της με μια συμμετοχή και διάκριση στους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Παρίσι



«Την περσινή χρονιά είχα αποφασίσει ότι μετά το Τόκιο θα παραιτούμουν. Όμως, μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες και ένα διάλειμμα το οποίο με παρότρυνε να πάρω η προπονήτρια μου Αναστασία Γκούτσεβα, επέστρεψα στην ενεργό δράση. Άλλαξα γνώμη και αυτό το οφείλω στις Αναστασία Γκούτσεβα και Άννα Ταρες. Η Άννα μου είχε πει πως μπορώ να κατακτήσω ένα παγκόσμιο μετάλλιο, κάτι που το κράτησα και υλοποίησα το όνειρό μου με τη βοήθεια της Αναστασίας Γκούτσεβα, είμαι ευτυχισμένη για αυτό. Δεν μπορώ επίσης να παραβλέψω πως η Σοφία Μαϊλκογεώργου, που αποτελεί το νέο ντουέτο μου, αποτέλεσε ένα επιπλέον κίνητρο καθώς έβλεπα το πόσο ταιριάζουμε σαν δίδυμο κατά τη διάρκεια αυτής της προετοιμασίας όπου και πραγματοποιήσαμε μια σπουδαία εμφάνιση. Την ευχαριστώ πολύ για τη συνεργασία».



«Μετά το Τόκιο, ήθελα να βάλω τέλος στην καριέρα μου. Άλλαξα γνώμη μετά από μεγάλο χρονικό διάστημα και το οφείλω στις δύο σημαντικές προπονήτριες που έχουν χαράξει τη ζωή μου, την **Αναστασία Γκούτσεβα** και την **Άννα Ταρές**»







Πως όμως βλέπει το μέλλον της η Ευαγγελία στο εξής; «Δεν γνωρίζω τι επιφυλάσσει το μέλλον, κοιτάζω μόνο το σήμερα. Πέρυσι είχα κουραστεί σωματικά και ψυχικά με την προετοιμασία για το Τόκιο, υπήρχαν στιγμές που κάναμε προπόνηση στις 4 τα ξημερώματα και είναι κρίμα το πως εξελίχθηκαν τα πράγματα. Έχω πετύχει πλέον τα πάντα, έχω κατακτήσει ευρωπαϊκά και παγκόσμια μετάλλια και έχω συμμετοχή σε Ολυμπιακούς Αγώνες. Φυσικά και θέλω μια τέταρτη Ολυμπιάδα στο Παρίσι, ωστόσο βλέποντας και κάνοντας. Μακάρι να κλείσω την καριέρα με μια όμορφη ανάμνηση από τους Ολυμπιακούς Αγώνες».

Για το αν θα παραμείνει στο χώρο αφότου αποσυρθεί από την ενεργό δράση: «Δεν γνωρίζω ακόμη, ωστόσο θα ήθελα να ασχοληθώ με τη χορογραφία, έχω επίσης και πτυχίο προπονητικής. Θα ήθελα να μπορέσω να βοηθήσω τα νέα παιδιά. Έχω σπουδάσει στο ΠΑΠΕΙ Οργάνωση και Διοίκηση Επιχειρήσεων, ωστόσο δεν έχω το χρόνο να ασκήσω το επάγγελμά μου λόγω των πολύ αυξημένων υποχρεώσεών μου με το άθλημα».

Στο ερώτημα γιατί να ασχοληθεί ένα νέο παιδί με την Καλλιτεχνική Κολύμβηση, καθώς επίσης και στο αν η

ίδια, εάν είχε παιδί, θα το παρότρυνε να μπει στο χώρο, απαντά πως «αν το παιδί αγαπά πολύ το νερό και το χορό, δεν υπάρχει καλύτερο άθλημα. Να σημειωθεί πως δεν πρόκειται για ένα σπορ μόνο για γυναίκες. Στο εξωτερικό μπορούμε να δούμε πως όλοι, εφόσον τους αρέσει, μπορούν να ασχοληθούν».

Για τη Ρωσία, τη μεγαλύτερη δύναμη του χώρου, η Ευαγγελία Πηλατανιώτη σχολιάζει: «Η Ρωσία είναι μια κορυφαία δύναμη. Ίσως κάποιες φορές να μην άξιζε το χρυσό, ωστόσο είναι η κορυφαία ομάδα του πλανήτη. Βέβαια, είναι βαρετό να γνωρίζεις από πριν τους αγώνες, το αποτέλεσμα, πως δηλαδή η Ρωσία θα κερδίσει. Η απουσία της από το Παγκόσμιο είναι μεν πρόβλημα, ωστόσο μεγαλύτερο πρόβλημα αποτελεί ότι χάνονται ζωές στην Ουκρανία από τον πόλεμο. Ο αθλητισμός περνά σε δεύτερη μοίρα».

Στο ερώτημα για το ποια θεωρεί μεγαλύτερη αθλήτρια όλων των εποχών, τονίζει ότι «αναμφίβολα θεωρώ την Γαλλίδα Ντιντιέ, που τη σέβονται όλοι», ενώ για το γεγονός ότι το αγώνισμα του σόλο δεν αποτελεί Ολυμπιακό άθλημα, σχολιάζει: «είναι πολύ κακό κατά τη γνώμη μου, αφού μιλάμε για την ανάδειξη της καλύτερης αθλήτριας».

Η Ευαγγελία αφιερώνει άπλητο χρόνο στις προπονήσεις και τους αγώνες, ωστόσο δεν βιοπορίζεται από το άθλημα της καλλιτεχνικής κολύμβησης: «Δυστυχώς δεν είναι εφικτό. Αξιοποιώ τα social media και μέσω του προφίλ μου μπορώ να εξασφαλίζω όσα μου χρειάζονται».

Για όσους τη στήριξαν τους τελευταίους δύσκολους μήνες, καταλήγει: «Θέλω να ευχαριστήσω τους πάντες, και όσους με βοήθησαν αθλητικά και όσους πήγαν να μου κάνουν «κακό» αθλητικά με έκαναν δυνατότερη. Ευχαριστώ όλες τις προπονήτριες που πέρασαν από την καριέρα μου, την Αναστασία Γκούτσεβα, που χάρη σε εκείνη ασχολήθηκα ξανά με το άθλημα και καταφέραμε να γράψουμε ξανά ιστορία έπειτα από την νίκη του 2009 που πάλη στο αγώνισμα του σόλο καταφέραμε να κερδίσουμε την υπερδύναμη Ρωσία. Θέλω επίσης να πω ένα ευχαριστώ σε όλο το προπονητικό δυναμικό και τους φυσικοθεραπευτές καθώς και την υπεύθυνη της καλλιτεχνικής κολύμβησης, Δέσποινα Καράμπελα. Αφιερώνω τα μετάλλια της Βουδαπέστης στην Αναστασία Γκούτσεβα». **K**

**«Δεν ήθελα ποτέ να φτάσω ή να ξεπεράσω κάποιον, παρά μόνο να είμαι η καλύτερη εκδοχή του εαυτού μου» υποστηρίζει η Ευαγγελία**

▶ Δείτε **ΕΔΩ** όλα τα αποτελέσματα των αγώνων της καλλιτεχνικής κολύμβησης στην Βουδαπέστη, τις επιτυχίες της Ευαγγελίας Πηλατανιώτη και την συνολική εικόνα της Εθνικής ομάδας στην συγκεκριμένη διοργάνωση.







«Φυσικά και θέλω μια τέταρτη Ολυμπιάδα στο Παρίσι, ωστόσο βλέποντας και κάνοντας. Μακάρι να κλείσω την καριέρα με μια όμορφη ανάμνηση από τους Ολυμπιακούς Αγώνες»

«Αφιερώνω τα μετάλλια της Βουδαπέστης στην Αναστασία Γκούτσεβα»







## ΑΓΓΕΛΟΣ ΒΛΑΧΟΠΟΥΛΟΣ

Πρωταγωνιστής φέτος σε Τσάμπιονς Λιγκ και Παγκόσμιο Πρωτάθλημα ο Άγγελος Βλαχόπουλος



Ο Άγγελος Βλαχόπουλος τη φετινή σεζόν ήταν από τους κορυφαίους παίκτες στον κόσμο, σε διασυλλογικό αλλά και εθνικό επίπεδο





Ο Άγγελος Βλαχόπουλος τη σεζόν που ολοκληρώθηκε πραγματοποίησε τρομερές εμφανίσεις και άγγιξε όλες τις κορυφές, τόσο με τη Νόβι Μπέογκραντ όσο και με την Εθνική ομάδα

## «Το χρυσό δεν θα αργήσει να έρθει»

**Α**σταμάτητος, υπερηχητικός, κορυφαίος. Ο Άγγελος Βλαχόπουλος τη σεζόν που ολοκληρώθηκε πραγματοποίησε τρομερές εμφανίσεις και άγγιξε όλες τις κορυφές, τόσο με τη Νόβι Μπέογκραντ όσο και με την Εθνική ομάδα.

Μίλησε αποκλειστικά στο ΚΟΕ Magazine ερωτηθείς για τα πάντα και άνοιξε την καρδιά του εξιστορώντας το ξεκίνημά του στο χώρο, ποιοι ήταν εκείνοι που τον βοήθησαν και τον στήριξαν καθώς επίσης και πως βλέπει ο ίδιος την εξέλιξη της γαλανόλευκης εκ των έσω.

Ξεκινώντας, σχετικά με τους ανθρώπους που στάθηκαν δίπλα του από το ξεκίνημα, ο Άγγελος θυμάται: «Οι προπονητές που

με βοήθησαν πολύ ήταν ο πρώτος μου προπονητής, ο Άγγελος Κηλότσικας, που χάρη σε εκείνον ξεκίνησα να αγαπώ το πόλο. Υπάρχουν πολλοί ακόμη που μπορώ να αναφέρω, τον Τάσο Τσικάρη, τον Όμηρο Πολυχρονόπουλο, τον Γιάννη Γιαννουρή, τον Τεό Λοράντο, τον Θωδωρή Βλάχο, τον Νόρμπερτ Νταμπρόφσκι (μαζί στην Έγκερ επί τρία χρόνια) και πολλούς ακόμη, που με βοήθησαν με το δικό τους τρόπο. Νομίζω όμως πως το μεγαλύτερο «ευχαριστώ» όλων το οφείλω στους γονείς και την οικογένειά μου που ήταν πάντα δίπλα μου. Από τις μετακινήσεις που με βοηθούσαν να πηγαίνω στο Ποσειδώνιο κολυμβητήριο για προπόνηση μέχρι τις θυσίες που έκαναν για εμένα. Είχα πάντοτε φαγητό και κάναμε αθλητική διατρο- ➔



φή στο σπίτι, κάτι που βοήθησε στην υγεία και τις επιδόσεις μου. Οι γονείς μου ήταν το Α και το Ω».

Ο Έλληνας πρωταθλητής έφτασε μέχρι την πηγή φέτος με τη Νόβι, στον Τελικό του Τσάμπιονς Λιγκ ανδρών, όντας μάλιστα πρωταγωνιστής της ομάδας του. Ωστόσο, δυστυχώς «νερό» δεν ήπια, καθώς η πανίσχυρη Προ Ρέκο επικράτησε στα πέναλτι με 17-16. Αναφερόμενος στα επόμενα πλάνα του, σχολίασε: «Δεν έχω κάποιο συγκεκριμένο πλάνο. Έχω στόχο να αγωνιστώ στις επόμενες δύο Ολυμπιάδες, ωστόσο ποτέ δεν ξέρεις τι μέλλει γενέσθαι. Θα μου άρεσε μετέπειτα να γίνω προπονητής σε ομάδα υψηλού επιπέδου που να κάνει πρωταθλητισμό και προσπάθω να εξελίσσομαι και σε αυτό το κομμάτι».

Ερωτηθείς για το χάλκινο μετάλλιο στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της Βουδαπέστης και το εάν η Εθνική μας θα μπορούσε να έχει πετύχει κάτι ακόμη μεγαλύτερο, ο Άγγελος απαντά: **«Θεωρώ πως ήμασταν πιο κοντά από ποτέ να πάρουμε το χρυσό, ωστόσο υπήρξαν ορισμένες ατυχίες και λάθη που μας στέρησαν το όνειρο αυτό. Στις επόμενες διοργανώσεις σίγουρα στόχος είναι το μετάλλιο και να μείνει η ομάδα στις κορυφαίες τέσσερις και από εκεί και πέρα θεωρώ πως ένα χρυσό μετάλλιο δεν θα αργήσει. Η Εθνική μας ομάδα έχει φτάσει τρεις φορές κοντά. Η αρχή έγινε στο Καζάν με μια φοβερή ομάδα με ψυχή, που έπαιζε ο ένας για τον άλλο, αλλά χάσαμε τον ημιτελικό στα πέναλτι. Μια ομάδα με δυνατούς παίκτες-πρότυπα. Στο Τόκιο είχαμε μια νέα ομάδα, «νέο αίμα», παιδιά με όρεξη όπως και τώρα. Πιστεύω πως κάθε ομάδα είναι η συνέχεια της προηγούμενης, όπως και τα παιδιά μετά από εμάς θα στοχεύουν σε ακόμη περισσότερους τίτλους και επιτυχίες. Αυτή είναι η εξέλιξη που θα πρέπει να έχει γενικά ο αθλητισμός. Το ότι δεν έχουμε φτάσει στην κορυφή ενός Ευρωπαϊκού ή Παγκόσμιου πρωταθλήματος οφείλεται σε συγκυρίες. Αν συνεχίσουμε έτσι, θα έρθει κάποια στιγμή, είμαι βέβαιος».**

Στο ερώτημα για το ποιοί παίκτες από το παρελθόν πιστεύει πως θα μπορούσαν να αγωνιστούν στην σημερινή Εθνική ομάδα, σχολιάζει: **«Δύο παίκτες που θα έβαζα σίγουρα στην τωρινή ομάδα είναι ο Μανώλης Μυλωνάκης και ο Χρήστος Αφρουδάκης. Τους θεωρώ το συνδεδεμένο κρίκο της προηγούμενης γενιάς με τη δική μας. Είναι εξαιρετικά παιδιά, με ήθος και γνωρίζουν την ομάδα πολύ καλά. Θα ήθελα σίγουρα στο μετάλλιο του Τόκιο να είναι μαζί μας και να το έχουμε κατακτήσει μαζί».**

Ο Άγγελος Βλαχόπουλος εκτός πισίνας αγαπά το ψάρεμα αλιλά και τον μηχανοκίνητο αθλητισμό. Στο ερώτημα για τα χόμπι του εκτός του πόλο αλιλά και τους αθλητές και προπονητές που θαυμάζει, τονίζει:

«Από χόμπι λατρεύω το ψάρεμα και το ψαροτούφεκο, που δυστυχώς δεν το κάνω συχνά λόγω των υποχρεώσεων. Μου αρέσουν επίσης τα αυτοκίνητα και να παρακολουθώ αγώνες ή να πάω σε κάποια πίστα με το αυτοκίνητό μου να οδηγώ. **Υποστηρίζω τον Λιούις Χάμιλτον και τον Βαλεντίνο Ρόσι. Στο μπάσκετ υποστηρίζω και θαυμάζω**



**τον Γιώργο Πρίντζη και στο τένις τον Νόβακ Τζόκοβιτς. Από προπονητές στο πόλο μου αρέσει πολύ ο Ντάβιντ Μάρτιν της Εθνικής Ισπανίας και ο αδελφός του, Χεσούς Μάρτιν της Μπαρτσελόνα, αλιλά και ο Ντέγιαν Σάβιτς».**

Όπως αναφέρει, υποστηρίζει τον Ολυμπιακό από τη στιγμή που αγωνίστηκε εκεί και παρακολουθεί τους αγώνες σε οποιοδήποτε άθλημα, ενώ του αρέσει συνολικά το πως λειτουργεί ο σύλλογος.

Τέλος, ο Έλληνας χάλκινος παγκόσμιος πρωταθλητής έδωσε και τη δική του συμβουλή στα νέα παιδιά που μπαίνουν στο χώρο της υδατοσφαίρισης: **«Μια συμβουλή θα έδινα στα νέα παιδιά είναι το να ξεπερνούν την οποιαδήποτε δυσκολία και χωρίς να σταματούν, να συνεχίζουν και να ξεπερνούν τον εαυτό τους μέχρι να φτάσουν στον τελικό στόχο. Η Ελλάδα θεωρώ πως προπονητικά βρίσκεται σε πολύ ψηλό επίπεδο σε σχέση με άλλες χώρες. Επίσης, ο ανταγωνισμός στο ελληνικό πρωτάθλημα έχει ανέβει αισθητά και όλο αυτό συμβάλλει και στην επιτυχία και τη βελτίωση της εθνικής ομάδας, καθώς επίσης και στο να έρθουν περισσότερα παιδιά αλιλά και χορηγοί στις πισίνες».** **k**



Ο άσος της Νόβι Μπέογκραντ θεωρεί πως η Εθνική ομάδα εξελίσσεται διαρκώς και ένα χρυσό σε μεγάλη διοργάνωση δεν θα αργήσει να έρθει



Με το χάλκινο μετάλλιο στο στήθος και την ευχή το επόμενο να είναι χρυσό

«Έχω στόχο να αγωνιστώ στις επόμενες δύο Ολυμπιάδες, ωστόσο ποτέ δεν ξέρεις τι μέλλει γενέσθαι»



## INTERVIEW

Μεγάλος πρωταγωνιστής σε μια ακόμη χρυσή σελίδα της Εθνικής μας ομάδας υδατοσφαίρισης ανδρών ο Θοδωρής Βλάχος, οδηγώντας τον περασμένο μήνα τη γαλανόλευκη σε ένα ακόμη μετάλλιο, χάλκινο, στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Υγρού Στίβου της Βουδαπέστης.

ΘΟΔΩΡΗΣ ΒΛΑΧΟΣ





# Στο Παρίσι για μετάλλιο, γιατί όχι και χρυσό

**Ο**μοσπονδιακός τεχνικός μοιάζει να είναι ο ιδανικός καπετάνιος αυτής της Εθνικής, η οποία δεν έχει ταβάνι και στοχεύει κάθε φορά και ψηλότερα. Ο Θοδωρής Βλάχος μίλησε στο ΚΟΕ Magazine εφ' όλης της ύλης, αποκάλυψε τα πλάνα του για το εγγύς και μακροπρόθεσμο μέλλον και αναφέρθηκε και στις πρόσφατες αλλαγές στην καριέρα του, μετά την αποχώρησή του από τον Ολυμπιακό.

Ερωτηθείς για το αν ήταν δίκαιο το τελικό αποτέλεσμα του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος της Βουδαπέστας, ο Ομοσπονδιακός τεχνικός ήταν σαφής: «Φυσικά ήταν δίκαιο το αποτέλεσμα, η Ισπανία έπαιξε για τρίτο συνεχόμενο τελικό τα τελευταία χρόνια, ως τώρα πάντοτε έχανε στις λεπτομέρειες. Είναι επίσης η ομάδα που δεν είχε αλλαγές σε σχέση με το Τόκιο και άξιζε την πρώτη θέση, όπως αντίστοιχα η Ιταλία άξιζε τη δεύτερη θέση, καθώς στον ημιτελικό ήταν καλύτερη από εμάς. Παρότι πιστεύουμε πως είμαστε ανώτεροι τους αγωνιστικά, αυτό πρέπει να το δείχνουμε στο νερό. **Πήραμε αυτό που μας άξιζε, ένα μετάλλιο. Δείξαμε τα δόντια μας από την αρχή του Ολυμπιακού κύκλου και αποδείξαμε πως πάμε για μετάλλιο και διάκριση σε κάθε διοργάνωση.**

▶ Δείτε [ΕΔΩ](#) την συνολική παρουσία της Εθνικής στο 19ο παγκόσμιο πρωτάθλημα της Βουδαπέστας.

Στην ερώτηση για τις μεγάλες αλλαγές στην ομάδα με την αποχώρηση παικτών και προσθήκη νέων προσώπων: «Πράγματι, όπως και μετά το Ρίο έτσι και τώρα, προβαίνουμε σε αλλαγές σαν ομάδα κατά τη διάρκεια του προολυμπιακού κύκλου. Ήδη υπάρχουν πέντε νέοι παίκτες με ποιότητα, που διακρίνονται με τις ομάδες τους».

Αναφορικά με την προετοιμασία ενόψει του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος του Σπλιτ στα τέλη Αυγούστου, ο Θοδωρής Βλάχος σχολιάζει: «Από τις 14 Ιουλίου έχει ξεκινήσει η προετοιμασία μας για το Σπλιτ. Τα παιδιά ξεκουράστηκαν και έκαναν ολιγοήμερες διακοπές. Είναι η πρώτη χρονιά που δεν θα ξεκουραστούν τον Αύγουστο και **θεωρώ πως οι υποχρεώσεις στο Ευρωπαϊκό θα είναι ακόμα πιο δύσκολες σε σχέση με τη Βουδαπέστη.** Στον όμιλό μας έχουμε δύο εξαιρετικές ομάδες: την οικοδόσπινα Κροατία και τη Γαλλία, που προετοιμάζεται βελτιωμένη ενόψει των Ολυμπιακών Αγώνων, ενώ έχει δύο «προσθήκες», τον Μποντέγκας και έναν τερματοφύλακα καταγόμενο από το Μαυροβούνιο. Προσωπικά διαφωνώ με την απόκτηση υπηκόων από ξένους αθλητές για να παίζουν σε Εθνικές ομάδες, είναι κάτι που εμείς ακόμα και σε δύσκολες καταστάσεις ποτέ δεν πράξαμε».

▶ Δείτε [ΕΔΩ](#) την κλήρωση της Εθνικής για το Παγκόσμιο πρωτάθλημα του Σπλιτ. ➔



Συνεχίζοντας, αναφερόμενος στους στόχους της Ελλάδας από το συγκεκριμένο τουρνουά, ο έμπειρος κόουτς επεσήμανε: «Στο Σπλιτ πάμε για την πρωτιά στον Όμιλό μας και να βρεθούμε στην πρώτη 4άδα διεκδικώντας ένα μετάλλιο. Θα εμφανιστούμε χωρίς τον Μάνο Ζερδεβά και το Γιάννη Φουντούλη, που δυστυχώς τραυματίστηκαν και δεν θα συμμετάσχουν. Δεν το σκέφτομαι, είναι μια πρόκληση για αυτούς που θα παίξουν. Εύχομαι να γυρίσουν σύντομα κοντά μας».

Όπως είναι γνωστό, ο Θεοδωρής Βλάχος ήταν επί 11 συναπτά έτη προπονητής του Ολυμπιακού και τα τελευταία οκτώ είναι και προπονητής της Εθνικής ομάδας. Έπρεπε να πάρει μια απόφαση και αποδέχτηκε την πρόταση της ΚΟΕ, με αποτέλεσμα να συνεχίσει μόνο στην Εθνική, αφήνοντας στο παρελθόν τον ΟΣΦΠ: «Έχω κουραστεί να συζητώ το συγκεκριμένο ζήτημα, ωστόσο θα κάνω μια ακόμη αναφορά. Όλοι κρινόμαστε εκ του αποτελέσματος. Τα αποτελέσματα θεωρώ πως ήταν ικανοποιητικά ως τώρα, ωστόσο πλέον κοιτάζω το αύριο. Ήταν δική μου απόφαση, κανένας δε με υποχρέωσε και νομίζω πως έπραξα σωστά. Η ΚΟΕ πέρυσι έκανε προς τιμήν της ένα βήμα πίσω και μου επέτρεψε να παραμείνω στον Ολυμπιακό ακόμη μια σεζόν. Ήθελα πολύ να συνεχίσω στην Εθνική. Μετά το Τόκιο και την κατάκτηση του ασημένιου μεταλλίου, οι δυναμικές αυτές της ομάδας αποτελούν μια μεγάλη πρόκληση για μένα. Με τον Ολυμπιακό έφτασα στην κορυφή και το Τσάμπιονς Λιγκ. Τώρα θέλω να διεκδικήσω μια κορυφή και με την Εθνική ομάδα».

Ο δρόμος για το Παρίσι και η διάκριση εκεί, δεν θα είναι εύκολος, μια άποψη που ενστερνίζεται φυσικά και ο Ομοσπονδιακός μας τεχνικός: «Αρχικά, στόχος μας είναι να καταφέρουμε να πάμε στο Παρίσι. Όλοι γνωρίζουν τις δυσκολίες, μετά από εκεί, **στόχος φυσικά θα είναι η κατάκτηση ενός μεταλλίου. Εάν γίνεται, ένα καλύτερο ακόμη και από αυτό που κατακτήσαμε στο Τόκιο.** Υπάρχει μια ταύτιση απόψεων με τη διοίκηση της Ομοσπονδίας, ξέρουμε όλοι πως τα πάντα μπορούν να συμβούν. **Κανένας δεν έχει κάνει συμβόλαιο με την επιτυχία.** Εμείς πρέπει να δώσουμε στα παιδιά όλα τα εφόδια, να κάνουμε σωστές και δίκαιες επιλογές, να εξαντλήσουμε όλα τα περιθώρια αποφυγής λαθών. Πρέπει να αναδείξουμε την

ποιότητα της ομάδας και να πάμε στα μεγάλα ραντεβού με στόχο να παραμείνουμε στο υψηλότερο επίπεδο. Η διάθεση του Κυριάκου Γιαννόπουλου και του Γιώργου Αφρουδάκη είναι μεγάλη, όλα πάνε κατ' ευχύν. Έχω τους κορυφαίους συνεργάτες και ό,τι χρειαζόμαστε από πλευράς προετοιμασίας».

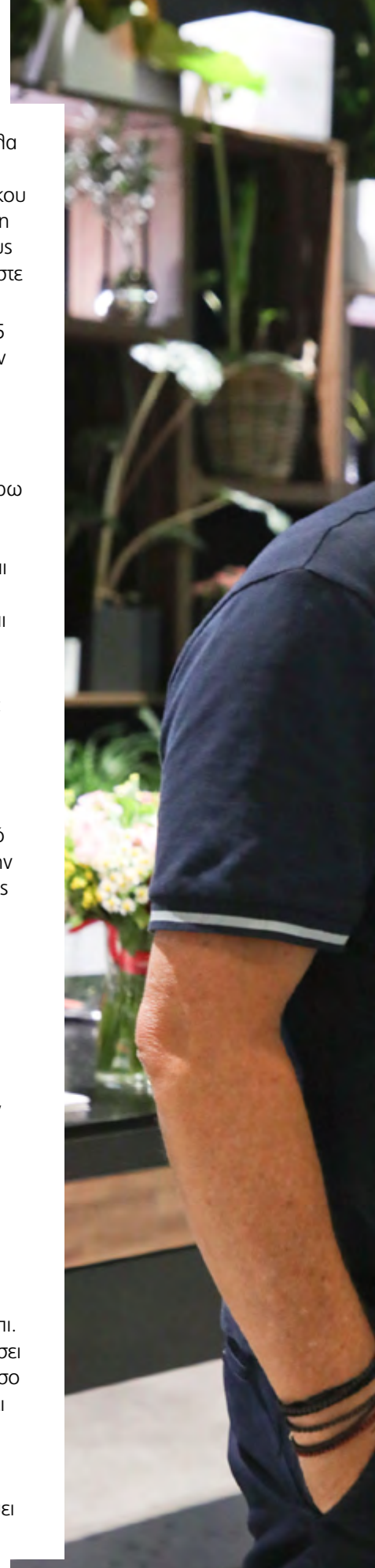
Ο Θεοδωρής Βλάχος βρίσκεται στο χώρο 35 χρόνια. Μιλώντας για ανθρώπους που ήταν δίπλα του και τον στήριξαν, υπογραμμίζει: «Δεν θέλω να αδικήσω κανέναν. Δεν έχω κολλητούς, έχω φίλίες και σχέσεις που διέπονται από αλληλοεκτίμηση και αλληλοσεβασμό. Αν μπορούσα να αναφέρω κάποιον ξεχωριστά, θα ανέφερα το φίλο και συνάδελφο Νίκο Μαμούρη, έναν πολύ αξιόλογο άνθρωπο τον οποίο εμπιστεύομαι με κλειστά μάτια διότι δεν μου λείπει αυτά που θέλω να ακούσω, αλλιώς αυτό που είναι σωστό».

Για το πως σκέφτεται τη ζωή του μόλις αποσυρθεί από το χώρο της προπονητικής: «Για όλα υπάρχει ένα τέλος. Μπορεί να μη το βλέπω ακόμη, αλλιώς το γνωρίζω. Δεν ξέρω τι θα ακολουθήσει, αλλιώς ξέρω σίγουρα πως θα συνεχίσω να ασχολούμαι με το πόλο, δε μπορώ να ζήσω μακριά από τις πισίνες. Δεν θα ασχολούμουν ποτέ με την πολιτική, έχω τις πεποιθήσεις και τις απόψεις μου αλλιώς δεν είναι κάτι που με απασχολεί. Προτεραιότητα για εμένα είναι η οικογένεια και η επαγγελματική αποκατάσταση».

Τι συμβουλές θα έδινε στα νέα παιδιά που θαυμάζουν τον ίδιο και τους αθλητές του ο Θεοδωρής Βλάχος;

«Θα πρέπει να αγαπούν αυτό που κάνουν. Αν το αγαπούν, θα πρέπει να το υπηρετούν με σκληρή δουλειά. Να μη θεωρούν ότι αδικούνται, αλλιώς ακόμη και αν νιώσουν κάτι τέτοιο, να αποτελεί το έναυσμα για να δουλέψουν ακόμη σκληρότερα».

Το μεγάλο χόμπι του είναι η ζωγραφική. Από μικρό παιδί τη λιάτρευε και στο τέλος της καριέρας του ως αθλητής, έκανε και μαθήματα για να βελτιωθεί σε αυτό το χόμπι. Μπορεί τώρα να δυσκολεύεται να το ασκήσει τακτικά, λόγω της αυξημένης πίεσης, ωστόσο σίγουρα κάποια στιγμή μόλις ολοκληρώσει την καριέρα του, όπως υποστηρίζει θα αποτυπώσει εκεί όλες τις εμπειρίες της ζωής του, με φόντο φυσικά το γαλάζιο της θάλασσας και του νερού, που τον συνοδεύει σε ολόκληρη τη ζωή του. **k**





«Στο Σπλιτ πάμε για την πρωτιά στον Όμιλό μας και να βρεθούμε στην πρώτη 4άδα διεκδικώντας ένα μετάλλιο»

«Η ΚΟΕ πέρυσι έκανε προς τιμήν της ένα βήμα πίσω και μου επέτρεψε να παραμείνω στον Ολυμπιακό ακόμη μια σεζόν. Ήθελα πολύ να συνεχίσω στην Εθνική. Μετά το Τόκιο και την κατάκτηση του ασημένιου μεταλλίου, οι δυναμικές αυτές της ομάδας αποτελούν μια μεγάλη πρόκληση για μένα»






ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΥ

# Πρωταγωνιστής σε όλα τα μεγάλα ραντεβού

20

Στις 19/06/2022, στη Βουδαπέστη στον ημιτελικό των 50μ. ύπτιο με 52.09 έκανε ρεκόρ αγώνων και απέδειξε τις ικανότητές του ακόμη μια φορά



«Με εξαίρεση μια μικρή παύση στην πρώτη χρονιά στους Άνδρες, νομίζω πως είμαι παρών σε όλα τα μεγάλα μίτινγκ και δείχνω μια θετική εικόνα. Η εικόνα αυτή πιστεύω πως οφείλεται στην επιμονή, υπομονή και προσπάθεια που καταβάλλω στην προπόνηση».

**Π**αρών σχεδόν σε κάθε μεγάλη διοργάνωση, με πάμπολλες διακρίσεις τόσο εγχώρια όσο και σε διεθνείς διοργανώσεις, αποτελεί το «σήμερα» αθλή και το «αύριο» της ελληνικής κοιλύμβησης και πολύ πρόσφατα το απέδειξε ακόμη μια φορά, με την παρουσία του σε δύο τελικούς στο 19ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της Βουδαπέστης. **Έναν στα 50μ. ύπτιο, στο οποίο τον ημιτελικό μάλιστα πέτυχε και πανελλήνιο ρεκόρ με 24.39, και έναν στα 100μ. ύπτιο όπου κατετάγη 5ος με το εξαιρετικό 52.57.**

► Στον παρακάτω σύνδεσμο μπορείτε να δείτε την κούρσα του τελικού στα 100μ. ύπτιο, όπου ο Χρήστου κατέλαβε την 5η θέση (<https://www.youtube.com/watch?v=dG0oJHqX3UM>)

Ο 25χρονος αθλητής, σε μια άκρως ενδιαφέρουσα συνέντευξη για το KOE Magazine, ερωτηθείς για τη σταθερότητά που επιδεικνύει και τη διαρκή παρουσία του σε μεγά-

λες διοργανώσεις όλα τα τελευταία χρόνια, σημειώνει πως «με εξαίρεση μια μικρή παύση στην πρώτη χρονιά στους Άνδρες, νομίζω πως είμαι παρών σε όλα τα μεγάλα μίτινγκ και δείχνω μια θετική εικόνα. Η εικόνα αυτή πιστεύω πως οφείλεται στην επιμονή, υπομονή και προσπάθεια που καταβάλλω στην προπόνηση».

Ο Έλληνας πρωταθλητής του Ολυμπιακού έχει κατακτήσει πλήθος σημαντικών μεταλλίων τα τελευταία χρόνια: «Στους εφήβους παγκόσμιος πρωταθλητής το 2013, το 2014 χρυσό στα 100μ. ύπτιο με παγκόσμιο ρεκόρ εφήβων και το 2016, 2018, 2021 έχω τρία σερί χάλκινα στα 100μ. ύπτιο και ένα ακόμη χάλκινο στο Καζάν τον περασμένο Δεκέμβρη. Δεν γνωρίζω για πόσο καιρό ακόμη θα βρίσκομαι σε κορυφαίο επίπεδο, επόμενος στόχος αυτή τη στιγμή αποτελεί η Ολυμπιάδα στο Παρίσι το 2024, όπου εκεί θα κλείσει ένας κύκλος και από εκεί και έπειτα θα δω σε τι κατάσταση θα βρίσκομαι. Μακάρι να κατα-





φέρω να βρίσκομαι σε καλή κατάσταση ώστε να αγωνιστώ και στους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Λος Άντζελες».

Σε όλες τις διοργανώσεις παρών ο Απόστολος, μοιάζει ακούραστος και στην ερώτηση για το εάν προλαβαίνει να ξεκουραστεί συμμετέχοντας σε τόσες πολλές διοργανώσεις σε συνδυασμό φυσικά με τις σκληρές προπονήσεις καθημερινά, απαντά πως «σίγουρα χρειάζονται και διακοπές, θα έχω λίγες μέρες μετά το Ευρωπαϊκό να ξεκουραστώ και μετά ξεκινά ο επόμενος κύκλος. Ίσως επισκεφθώ και τη Χαλκιδική, δεν χρειάζομαι περισσότερο διάστημα για ξεκούραση».

Αναφερόμενος στο εάν θα πρέπει να κάνει επιλογές στις διοργανώσεις που λαμβάνει μέρος, τονίζει ότι «**χρειάζεται και αυτό, ωστόσο από την άλλη πλευρά κάθε διοργάνωση αποτελεί μια ευκαιρία να διεκδικήσεις κάτι και δεν πρέπει να την αφήνεις να πηγαίνει χαμένη.** Εφόσον φυσικά συμφωνεί με το προπονητικό σου πρόγραμμα, θεωρώ πως δεν πρέπει να μένεις εκτός από τα μεγάλα ραντεβού».

Για το αν ο Έλληνας κολυμβητής καταφέρνει σήμερα να λαμβάνει απολαβές που του αρκούν για να βιοπορίζεται αποκλειστικά από το άθλημα, ο Απόστολος Χρήστου υποστηρίζει: «Εάν είσαι σε κορυφαίο επίπεδο και συμμετέχεις και στο ISL που θεωρείται επαγγελματικό πρωτάθλημα, κατά μια έννοια είσαι επαγγελματίας. Υπάρχουν επίσης και οι χορηγοί και παρότι δεν βιοπορίζεσαι από αυτό για πάντα, μπορείς να ασχοληθείς για μερικά χρόνια αποκλειστικά με το χώρο εάν αγωνίζεσαι σε υψηλό επίπεδο».

Η καθημερινότητα ενός πρωταθλητή της κολύμβησης δεν μπορεί να θεωρηθεί εύκολη. Παρόλα αυτά, ο ίδιος ο Απόστολος απαντά πως «**πλέον η καθημερινότητα έχει γίνει αρκετά πιο εύκολη, καθώς έχω ολοκληρώσει πλέον και τις σπουδές μου στα Ναυτιλιακά. Έτσι, η κολύμβηση είναι η μόνη μου προτεραιότητα τη δεδομένη στιγμή, μια καθημερινότητα με προπονήσεις αθλά και χρόνο για ξεκούραση ευτυχώς.**

Παρόλα αυτά, φυσικά δεν μπορούν να λείπουν οι θυσίες: «Μπορώ να πω ότι δε στερήθηκα πολλά σε σχέση με όσα έχω κερδίσει μέσα στην πισίνα. Ναι μεν ως νέος στερείσαι ίσως φίλους, προσωπικές στιγμές και εξόδους, ωστόσο η κολύμβηση μου έχει διαμορφώσει το χαρακτήρα, μου έχει προσφέρει πειθαρχία, συνέπεια, υπομονή σε όλους τους τομείς της ζωής μου, με αποτέλεσμα να έχω λάβει μεγάλα εφόδια για το μέλλον μου».

## «Δεν υπάρχει ταβάνι»

Στις 19/06/2022, στη Βουδαπέστη στον ημιτελικό των 50μ. ύπτιο με 52.09 έκανε ρεκόρ αγώνων και απέδειξε τις ικανότητές του ακόμη μια φορά: «Ήταν μια πολύ γρήγορη κούρσα, ένιωθα καλά αθλά δεν περίμενα μια τέτοια επίδοση. Το ρεκόρ ήταν μια πολύ ευχάριστη εξέλιξη ενώ μου έδωσε και προσδοκίες ενόψει του τελικού. Πάντα ο ύπνος



Παρών ανελλιπώς σε όλα τα μεγάλα κολυμβητικά ραντεβού ο Απόστολος Χρήστου



Απόστολος και Παναγιώτης αχώριστοι αποτελούν το συνδυασμό της επιτυχίας



«Δεν γνωρίζω για πόσο καιρό ακόμη θα βρίσκομαι σε κορυφαίο επίπεδο, επόμενος στόχος αυτή τη στιγμή αποτελεί η Ολυμπιάδα στο Παρίσι το 2024, όπου εκεί θα κλείσει ένας κύκλος και από εκεί και έπειτα θα δω σε τι κατάσταση θα βρίσκομαι. Μακάρι να καταφέρω να βρίσκομαι σε καλή κατάσταση ώστε να αγωνιστώ και στους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Λος Άντζελες»



το προηγούμενο βράδυ είναι πιο ελαφρύς λόγω της αγωνίας για τον τελικό και σίγουρα αποτελεί μια τεράστια εμπειρία η συμμετοχή σε τέτοιο τελικό. Θεωρούσα πως μπορούσα να κατακτήσω ένα μετάλλιο, ωστόσο τα πράγματα στον τελικό ήταν πολύ δύσκολα αφού χρειαζόμουν χρόνους παγκοσμίου ρεκόρ για να βρεθώ στα μετάλλια. **Πλέον πιστεύω έχω ξεπεράσει το ταβάνι που είχα στο μυαλό μου, δεν περίμενα ποτέ μια τέτοια επίδοση. Επομένως από εδώ και στο εξής δεν υπάρχει ταβάνι, περιορισμός και νομίζω ότι μπορώ να διεκδικήσω τα πάντα με αυτό ή με έναν ακόμη καλύτερο χρόνο».**

► Δείτε [ΕΔΩ](#) την υπέροχη κούρσα του Απόστολου στον ημιτελικό του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος και το 52.09 που πέτυχε και το οποίο ήταν ρεκόρ αγώνων.

Ο Απόστολος Χρήστου επέλεξε να παραμείνει στην Ελλάδα και δεν μετακόμισε στο εξωτερικό για να συνεχίσει την καριέρα του: «Αφότου κέρδισα στα 17 το χρυσό στο Ντουμπάι, είχα κάποιες προτάσεις για εξωτερικό, ωστόσο εφόσον είχα ήδη εξασφαλίσει και την είσοδό μου στο Πανεπιστήμιο και θεώρησα ότι είχα όσα χρειαζόνταν εδώ, δε βρήκα λόγο να μετακομίσω στην Αμερική. Δεν μετανιώνω για αυτό και όλα βαίνουν καλώς».

Για τη στήριξη που έχει ως τώρα, σημειώνει: «Φυσικά πάνω από όλους η οικογένειά μου, που με στήριξε παντού και ο πατέρας μου με σωστές επιλογές με έφερε σε ένα σημείο που μπορούσα πλέον να ξεδιπλώσω τις δυνατότητές μου. Υπάρχουν επίσης και οι χορηγοί που με στηρίζουν καθημερινά και με διευκολύνουν σε όλα».





Κάθε διοργάνωση αποτελεί ευκαιρία για περισσότερα μετάλλια σύμφωνα με τον Απόστολο



«Ήταν μια πολύ γρήγορη κούρσα, ένιωθα καλά αλλά δεν περίμενα μια τέτοια επίδοση. Το ρεκόρ ήταν μια πολύ ευχάριστη εξέλιξη ενώ μου έδωσε και προσδοκίες ενόψει του τελικού»

Ο Απόστολος διατηρεί πολύ καλές σχέσεις με τους υπόλοιπους πρωταθλητές κολύμβησης της χώρας μας, με τους οποίους μιλά με τα καλύτερα λόγια.

Για τον Κρίστιαν Γκολομέεβ: «Τον γνώρισα το 2015 στο Καζάν, η πρώτη μας αποστολή μαζί. Τα τελευταία τέσσερα χρόνια μένουμε και στο ίδιο δωμάτιο στις μεγάλες διοργανώσεις, είναι ένας σπουδαίος αθλητής με μεγάλες κατακτήσεις. Είναι ένα εξαιρετικό παιδί με αρχές και ήθος, ενώ έχει τεράστιο ταλέντο και αντίληψη μέσα στο νερό, κάτι που με εντυπωσιάζει. Έχει φτάσει στο σημείο πλέον να μπορεί να διαχειριστεί πολύ κρίσιμες κούρσες με την απαραίτητη συγκέντρωση».

Για την Άννα Ντουντουνάκη: «Την έχω γνωρίσει καλύτερα τα τελευταία χρόνια, είμαστε φίλοι. Έχει ένα τεράστιο ταλέντο, επιμονή και αναζητά διαρκώς την τελειότητα και τη βελτίωση. Την εκτιμώ πολύ σαν άνθρωπο».

Για τον Ανδρέα Βαζαίο: «Επίσης εξαιρετικός στο κολύμπι, δουλεύει πολύ σκληρά. Με έχει εντυπωσιάσει η πορεία του στην 25άρα πισίνα, έχω δει όλες του τις κούρσες. Είναι της λεπτομέρειας και δεν αφήνει τίποτα στην τύχη».

Για το μέλλον της ελληνικής κολύμβησης, ο Απόστολος Χρήστου σχολιάζει: «Έχουμε μια πολύ δυνατή φουρνιά και σίγουρα θα έχουμε και άλλους εξαιρετικούς κολυμβητές τα επόμενα χρόνια. Υπάρχουν αθλητές με προοπτικές και θα φέρουν και νέες επιτυχίες στο χώρο, έχουμε πολύ καλούς προπονητές και εξαιρετικό υλικό».

Το πρότυπό του αποτελεί ο σπουδαίος Άρης Γρηγοριάδης, ο κολυμβητής που κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του Μόντρεαλ το 2005: «Ο Άρης σίγουρα αποτελεί πρότυπο για εμένα, με τελικούς, κατακτήσεις και σπουδαίες επιδόσεις. Μου έχει μείνει στο μυαλό, μαζί με το Σπύρο Γιαννιώτη με τον οποίο συνεργαστήκαμε μαζί δυο χρόνια πριν το Ρίο και ο οποίος επίσης αποτελεί ένα σπουδαίο αθλητή».

Για το Ευρωπαϊκό της Ρώμης τον ερχόμενο Αύγουστο, στο οποίο θα λάβει μέρος, δεν θα μπορούσε να μη στοχεύσει ψηλά: «Θέλω να πιστεύω ότι μπορώ να διεκδικήσω ένα μετάλλιο. Σε ένα τελικό μπορούν να συμβούν τα

πάντα. Σίγουρα δεν θα είναι εύκολα, ειδικά με τις επιδόσεις που είδαμε και στο Παγκόσμιο, πιστεύω να είμαι σε καλή κατάσταση και να κάνω μια δυνατή κούρσα».

## «Γλυκόπικρη ανάμνηση από τη Βουδαπέστη»

Ο **Παναγιώτης Βελέντζας** είναι ο προπονητής του Χρήστου τα τελευταία χρόνια και φυσικά έχει τεράστιο μερίδιο στις επιτυχίες του πρωταθλητή μας, έχοντας συμβάλει τα μέγιστα στην ορθή προπόνηση και προετοιμασία του και παρέχοντάς του φυσικά την καλύτερη δυνατή υποστήριξη.

«Τις κούρσες του Απόστολου τις ζω πολύ έντονα», υποστηρίζει. «Στη Βουδαπέστη έμεινα πολύ ευχαριστημένος από τις επιδόσεις και τους χρόνους του και πετύχαμε τους στόχους μας στο 100%. Μου αφήνει μια πολύ ωραία ανάμνηση το Παγκόσμιο αυτό πρωτάθλημα. Σίγουρα μένει μια πίκρα για τη μη κατάκτηση ενός μεταλλίου, αλλά ευτυχώς το κολύμπι δε σταματά στη Βουδαπέστη, δεν υπάρχει ταβάνι. **Ο ουρανός είναι ψηλά και εμείς συνεχίζουμε να στοχεύουμε ψηλότερα. Ο αρχικός στόχος ήταν οι δύο τελικοί, το πετύχαμε και δεν θα μπορούσαμε να πούμε ότι υπάρχει απογοήτευση».**

Για το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα της Ρώμης που ακολουθεί τον ερχόμενο μήνα, ο Παναγιώτης Βελέντζας τονίζει: «Αυτή τη στιγμή ο Αποστόλης θα πάει στη Ρώμη με την πρώτη επίδοση στα 50μ. και τη δεύτερη επίδοση στα 100μ. ανάμεσα στους Ευρωπαίους. Δουλεύουμε πάντα βήμα-βήμα, προκριματικός, ημιτελικός, τελικός. Η πρώτη σκέψη φυσικά είναι να είναι υγιής ο Αποστόλης, να δουλέψουμε σκληρά και να εμφανιστεί όσο το δυνατόν καλύτερος στο Ευρωπαϊκό».

Για το αν ένας αθλητής θα πρέπει να κάνει επιλογές στις διοργανώσεις στις οποίες θα λάβει μέρος θεωρεί ότι «με κάποιες προϋποθέσεις, πρέπει να γίνονται επιλογές. Σίγουρα σε κάποια διοργάνωση θα δώσουμε μεγαλύτερη έμφαση, σε κάποια άλλη θα κάνουμε ένα πέρασμα, σε ένα ευρωπαϊκό πριν την Ολυμπιάδα δε θα λάβουμε μέρος, ωστόσο θα συμφωνήσω με τον Αποστόλη ότι όπου μπορούμε πρέπει να συμμετέχουμε. Ένας αθλητής σε υψηλό επίπεδο πρέπει να φροντίζει να είναι σε καλή κατάσταση σε κάθε μεγάλη διοργάνωση».

Τέλος, ο έμπειρος προπονητής εκφράζει την πεποίθηση αλλά και τον προσωπικό στόχο του ίδιου για το πώς μπορεί ένας Έλληνας κολυμβητής να προετοιμαστεί και να είναι στο ίδιο επίπεδο με τους υπόλοιπους Ευρωπαίους, παρά τις όποιες δυσκολίες στην προετοιμασία και τις υποδομές: «Σαν Έλληνας προπονητής, το μεγαλύτερο στοίχημα που είχα βάλει με τον εαυτό μου ήταν να φτάσω με έναν αθλητή μου σε ένα πολύ υψηλό επίπεδο, αποδεικνύοντας ότι και εδώ στην Ελλάδα μπορεί να επιτευχθεί. **Οι συνθήκες δεν είναι ιδανικές εδώ, ωστόσο το επίπεδο κολυμβητών και προπονητών μας είναι υψηλό και κάνουμε πάντοτε το καλύτερο δυνατό παρά τις αντιξοότητες για να έχουμε παρόμοιες συνθήκες με τους εκάστοτε αντιπάλους μας και φυσικά να βρισκόμαστε ανάμεσα στους κορυφαίους».** **k**

«Σαν Έλληνας προπονητής, το μεγαλύτερο στοίχημα που είχα βάλει με τον εαυτό μου ήταν να φτάσω με έναν αθλητή μου σε ένα πολύ υψηλό επίπεδο, αποδεικνύοντας ότι και εδώ στην Ελλάδα μπορεί να επιτευχθεί»



### Παναγιώτης Βελέντζας

«Μου αφήνει μια πολύ ωραία ανάμνηση το Παγκόσμιο αυτό πρωτάθλημα. Σίγουρα μένει μια πίκρα για τη μη κατάκτηση ενός μεταλλίου, αλλά ευτυχώς το κολύμπι δε σταματά στη Βουδαπέστη, δεν υπάρχει ταβάνι»



ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ, ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΑΙ ΒΑΣΩ ΠΛΕΥΡΙΤΟΥ

# Αχώριστες παντού



Αχώριστες εντός και εκτός πισίνας. Οι τρεις αδελφές, Μαργαρίτα, Ελευθερία και Βάσω Πλευρίτου, συμπαίκτριες στον Ολυμπιακό αλλά και την Εθνική ομάδα, έχουν ένα κοινό όνειρο, το Παρίσι



**Δ**εν συναντούμε συχνά το φαινόμενο τρεις αδελφές να αγωνίζονται μαζί, στο ίδιο άθλημα, τον ίδιο σύλλογο και την Εθνική ομάδα. **Και όμως, οι τρεις αδελφές Πλευρίτου, Μαργαρίτα, Ελευθερία και Βασιλική, έχουν πετύχει κάτι πρωτόγνωρο, αφού έχουν ακολουθήσει μέχρι στιγμής ακριβώς την ίδια αθλητική σταδιοδρομία στο χώρο της υδατοσφαίρισης, έχουν κατακτήσει πάμπολλους τίτλους με τον Ολυμπιακό σε πανελλήνιο και πανευρωπαϊκό επίπεδο και συνεχίζουν χέρι-χέρι, με στόχο το όνειρο της συμμετοχής σε μια Ολυμπιάδα.**

Παίρνοντας πρώτη το λόγο η **Μαργαρίτα**, σε μια αποκλειστική συνέντευξη για το ΚΟΕ Magazine, αναφέρεται στο ξεκίνημα των τριών κοριτσιών από τη Θεσσαλονίκη μέχρι τη μετακίνηση στον Πειραιά και την καθιέρωση στην Εθνική ομάδα γυναικών.

**«Με τα κορίτσια παίζουμε όλα τα χρόνια μαζί, μαζί πήγαμε και οι τρεις στον Ολυμπιακό από τον Ηρακλή Θεσσαλονίκης.** Καταγόμαστε από την Ηλιούπολη Θεσσαλονίκης και στην πισίνα ξεκινήσαμε από τον Ηρακλή, λόγω του Εθνικού Κολλυμβητηρίου που μας εξυπηρετούσε για τις προπονήσεις. Πρώτη ξεκίνησα εγώ, με διαφορά όμως λιγότερη του ενός μήνα ακολούθησαν και τα κορίτσια. Ο πρώτος μου προπονητής ήταν Γιώτης Ιωακειμίδης. Στη συνέχεια, ο τότε τεχνικός του ΟΣΦΠ, Χάρης Παυλίδης, μας είδε να αγωνιζόμαστε, μίλησε με τον πατέρα μας και μας ζήτησε στον Ολυμπιακό. Έτσι, μεταφερθήκαμε στον Πειραιά, παίζουμε συνολικά 18

**«Σίγουρα η δυνατότητα της Εθνικής ομάδας είναι μεγαλύτερη από τα αποτελέσματα που έχουμε δείξει ως τώρα και ευελπιστώ να έρθουν σιγά σιγά και οι μεγάλοι τίτλοι. Είναι αυτό που μας λείπει»**



**Μαργαρίτα**



χρόνια πόλο. Γνωρίζουμε πως κάποια στιγμή λόγω συγκυριών να μην αγωνιζόμαστε μαζί και έχουμε συμβιβαστεί με αυτό».

Αναφορικά με την παρουσία στην Εθνική γυναικών αθλήτρια και την πικρία της μη συμμετοχής μέχρι στιγμής σε κάποια Ολυμπιάδα, η Μαργαρίτα Πλευρίτου σημειώνει: «Σίγουρα η δυνατότητα της Εθνικής ομάδας είναι μεγαλύτερη από τα αποτελέσματα που έχουμε δείξει ως τώρα και ευελπιστώ να έρθουν σιγά σιγά και οι μεγάλοι τίτλοι. Είναι αυτό που μας λείπει. Πραγματικά είναι ένα «αγκάθι» για εμάς και όποτε σκέφτομαι τα παιχνίδια αυτά στεναχωριέμαι, διότι έχουμε ταλέντο σαν εθνική ομάδα όμως δε μας έχει βγει στα κρίσιμα ματς. Όμως, είμαι αισιόδοξη και πιστεύω πως αυτή τη φορά θα τα καταφέρουμε».

Η 27χρονη πρωταθλήτρια Ευρώπης με τον Ολυμπιακό, δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στο επερχόμενο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του Σπλιτ, που θα πραγματοποιηθεί το διάστημα 27 Αυγούστου – 10 Σεπτεμβρίου.

«Πιστεύω μέχρι το Ευρωπαϊκό θα έχουμε δέσει σαν ομάδα, καθότι έχουμε 2 μήνες προετοιμασίας συνολικά. Αντίθετα, στο Παγκόσμιο της Βουδαπέστης είχαμε ελάχιστο χρόνο να γνωρίσουμε συστήματα και να εξασκηθούμε. Με την Ολλανδία φάνηκε ότι «κοιλήσαμε» και πιστεύω στο Ευρωπαϊκό θα έχουμε πολύ καλύτερη απόδοση».

Τέλος, η Μαργαρίτα ρωτήθηκε και για την εκλογή της στη FINA, ως εκπρόσωπος των αθλητριών, μια ιδιαίτερα τιμητική διάκριση: «Μπορώ να πω πως είμαι πολύ ικανοποιημένη για την προσωπική μου αυτή διάκριση. Θα προσπαθήσω να κάνω το άθλημα καλύτερο, θα μιλήσω με τις αρχηγούς των Εθνικών ομάδων και θέλω να έχουν τη δυνατότητα όλοι ανεξαιρέτως να εκφέρουν τη γνώμη και τις θέσεις τους.

**Μια δική μου πρόταση είναι να διεξάγονται όλα τα αθλήματα του υγρού στίβου μαζί στις μεγάλες διοργανώσεις, όπως το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα, και όχι να είναι το πόλο ξεχωριστά μόνο του όπως συμβαίνει στο Ευρωπαϊκό».**

Στη συνέχεια, τη σκυτάλη πήρε η **Ελευθερία** Πλευρίτου, η δεύτερη αδελφή της οικογένειας, γεννηθείσα το 1997: «Στην περίπτωση μας, ταιριάζει η έκφραση «έτυχε και πέτυχε». Είχαμε όλες μας κλίση με το πόλο, μας άρεσε, είχαμε τρομερή ομάδα με τον Ηρακλή και παίρναμε κάθε χρόνο μετάλλια. Συγκεκριμένα εμείς οι τρεις είχαμε ταλέντο, συνεχίσαμε να δουλεύουμε και φτάσαμε στον Ολυμπιακό. Είχαμε την «άνεση» στο άθλημα αυτό και μας άρεσε. Όταν ήρθαμε σε ΟΣΦΠ είχαμε ήδη «σκληραγωγηθεί», λόγω της έντονης προπόνησης που είχαμε συνηθίσει με τον Ηρακλή. Τα τελευταία χρόνια σε Ολυμπιακό και Εθνική ομάδα αγωνιζόμαστε διαρκώς μαζί και μάλιστα συχνά στην ίδια επτάδα. Είμαστε σε υψηλό επίπεδο και τα πράγματα πήραν τη ροή μόνα τους».

Ερωτηθείσα για το πως σκέφτεται τη ζωή της μετά το πόλο και την απόσυρσή της από την ενεργό δράση, η Ελευθερία



«Στην περίπτωση μας, ταιριάζει η έκφραση «έτυχε και πέτυχε»

**Ελευθερία**





▶ Δείτε **ΕΔΩ** τα αποτελέσματα της Εθνικής γυναικών στο 19ο Παγκόσμιο πρωτάθλημα της Βουδαπέστης.

▶ Δείτε **ΕΔΩ** την κλήρωση της Εθνικής στο Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα του Σπλιτ που θα γίνει στην Κροατία τέλη Αυγούστου.



«Η ομάδα μας απαρτίζεται από εξαιρετικές αθλήτριες. Αν συνεχίσουμε έτσι στον ίδιο ρυθμό και με την ίδια οργάνωση, θεωρώ πως μέχρι το 2024, που δεν είναι καθόλου μακρινός στόχος, μπορούμε να φτάσουμε στο Παρίσι και να πετύχουμε το όνειρό μας»

**Βάσω**



Πλευρίτου φαίνεται πως έχει ήδη σχεδιάσει τα πλάνα της.

«Μετά το πόλο, που έχει ημερομηνία λήξης όπως και γενικότερα ο πρωταθλητισμός, είχα πάντα άγχος τι θέλω να κάνω. Προς το παρόν, ο μεγάλος στόχος παραμένουν οι Ολυμπιακοί Αγώνες, καθώς έχουμε χάσει ήδη δύο προολυμπιακά τουρνουά και αυτό μου αφήνει μια πικρία. Εγώ προσωπικά μαζί με την Μαργαρίτα που σπουδάσαμε μαζί ναυτιλιακά, παρακολούθησαμε τη σχολή και πήραμε το πτυχίο μας, κάτι που θεωρώ πολύ σημαντικό. Εφόσον έχω το πτυχίο πλέον, θα εστιάσω αρχικά στην Ολυμπιάδα και μετά θα δούμε αναλόγως αν και πώς θα αλληλάξουν οι προτεραιότητες στη ζωή μου».

Για το όνειρο της συμμετοχής στο Παρίσι το 2024, η Ελευθερία Πλευρίτου τονίζει: **«Μεγάλος στόχος και όνειρο το Παρίσι. Είχαμε αποκλειστεί με δύσκολο τρόπο και το 2016 και το 20201 μια φορά από την Ρωσία και μια από την Ολλανδία. Θέλουμε να κάνουμε τώρα το μεγάλο βήμα και να βρεθούμε στο Παρίσι. Δυστυχώς το σύστημα πρόκρισης είναι δύσκολο για τις ευρωπαϊκές ομάδες που διεκδικούν ένα εισιτήριο. Μέχρι πριν το Τόκιο, η δυσκολία ήταν από την 4άδα και πάνω, αφού είχες ήδη προκριθεί στους Αγώνες. Πλέον, είναι δυσκολότερη η πρόκριση παρά καθαυτή η συμμετοχή στους Ολυμπιακούς Αγώνες».**

Σε σχέση με το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της Βουδαπέστης, όπου η Ελλάδα κατέλαβε την 7η θέση, αλλήλα και με το επερχόμενο Ευρωπαϊκό του Σπλιτ, η Ελευθερία υπογράμμισε: **«Στο Παγκόσμιο έκλαψα, διότι υπήρχαν μεγάλες προσδοκίες. Στο ματς με την Ολλανδία ήξερα πως χάσαμε διότι δεν ήμασταν εμείς καλές. Μου βγήκε πίκρα, δεν ήταν η μέρα μας, υπήρξε στεναχώρια και νεύρα. Αναφορικά με το Σπλιτ, θεωρώ πως είμαστε πέντε ομάδες το ίδιο καλές, ξεχωρίζω την Ισπανία ποιοτικά. Ωστόσο, έχουμε παρόμοια δυναμική και εξαρτάται σε τι μέρα θα βρεθούμε στα παιχνίδια της τετράδας. Πολλά μπορούν να συμβούν, δεν υπάρχει εύκολο και δύσκολο ματς και έχουμε πολύ δρόμο ακόμη μπροστά μας και να δούμε ένα-ένα τα παιχνίδια. Ολλανδία και Ουγγαρία αποτελούν τα πρώτα κρίσιμα ματς. Ο πρώτος του ομίλου έχει το αβαντάζ για τα νοκ-άουτ».**

Τελευταία παίρνει το λόγο η **Βάσω**, η νεότερη της οικογένειας, γεννημένη το 1998: «Όπως είπε και η Μαργαρίτα, ενώ είμαστε πολλά χρόνια μαζί, είναι πιθανό να μην αγωνιζόμαστε μια ζωή παρέα. Ωστόσο, δε θεωρώ πως κάτι τέτοιο με αγχώνει ούτε με στεναχωρεί. Είμαστε πολύ καλές αθλήτριες και τα πάντα είναι για το καλό μας».

Αναφορικά με τις σπουδές της, τα χόμπι και τη ζωή της στον Πειραιά αντί για τη Θεσσαλονίκη όπου γεννήθηκε, η νεαρή αθλήτρια αναφέρει: «Σπουδάζω οδοντιατρική αυτή τη στιγμή, τα άλλα δύο κορίτσια ναυτιλιακά. Στον ελεύθερο χρόνο μου κυρίως προσπαθώ να χαλαρώνω και να ξεκουράζομαι. Μένουμε μαζί στο ίδιο σπίτι στον Πειραιά και οι τρεις και είμαστε χαρούμενες εδώ».





«Μεγάλος στόχος και όνειρο το Παρίσι. Είχαμε αποκλειστεί με δύσκολο τρόπο και το 2016 και το 2021 μια φορά από τη Ρωσία και μια από την Ολλανδία. Θέλουμε να κάνουμε τώρα το μεγάλο βήμα και να βρεθούμε στο Παρίσι»



Όπως αναφέρει η Βάσω, η Εθνική ομάδα στη Βουδαπέστη είχε μεγάλους στόχους που δυστυχώς δεν επετεύχθησαν στο βαθμό που θα ήθελαν όλοι, παρόλα αυτά υπάρχει μεγάλη αισιοδοξία καθώς πρόκειται για μια νεοσύστατη ομάδα:

«Στη Βουδαπέστη πιστεύαμε στο κάτι παραπάνω, η ομάδα απαρτίζεται από εξαιρετικές αθλήτριες και έχουμε παίξει ξανά μαζί οι περισσότερες. Δυστυχώς δεν τα καταφέραμε, όμως είμαστε νέα ομάδα και προχωράμε παρακάτω στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα στο Σπλιτ. **Όσο εύκολο είναι να βρεθείς στην κορυφή άλλο τόσο εύκολο να βρεθείς στην 5η θέση. Χρειάζεται συγκέντρωση και να παρουσιαστείς όπως πρέπει στα ματς της τετράδας.**»

Τέλος, δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στην Ολυμπιάδα του 2024: «Η ομάδα μας απαρτίζεται από εξαιρετικές αθλήτριες. Αν συνεχίσουμε έτσι στον ίδιο ρυθμό και με την ίδια οργάνωση, θεωρώ πως μέχρι το 2024, που δεν είναι καθόλου μακρινός στόχος, μπορούμε να φτάσουμε στο Παρίσι και να πετύχουμε το όνειρό μας». **K**



# ΒΑΣΙΛΗΣ ΣΟΦΙΚΙΤΗΣ

ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΕΦΗΒΩΝ- ΟΤΟΠΕΝΙ - ΡΟΥΜΑΝΙΑ

## «Ο κόπος και οι θυσίες μου δικαιώθηκαν»

Ο νεαρός κολυμβητής του Ολυμπιακού κολύμπησε τα 400 μικτής ατομικής σε χρόνο 4.22.22 και κατέκτησε την 3η θέση και το χάλκινο μετάλλιο, μια σπουδαία διάκριση για την ελληνική αποστολή.





«Σίγουρα το χρυσό ήταν στις δυνατότητές μου, αλλά εφόσον ήρθε αυτό το μετάλλιο, είναι κάτι μεγάλο. Προχωράμε βήμα βήμα»

Ένα από τα πλέον ανερχόμενα ονόματα της ελληνικής κλασικής κολύμβησης είναι αυτό του Βασίλη Σοφικίτη. Πρόκειται για τον αθλητή που πρωταγωνίστησε στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Εφήβων που διεξήχθη στο Οτοπένι της Ρουμανίας.

**Ο** Βασίλης, μιλώντας στο ΚΟΕ Magazine, μας συστήθηκε, αποκάλυψε τα πρώτα του βήματα στο χώρο αθλή και τους στόχους του για το εγγύς και μακρινό μέλλον.

«Ξεκίνησα το κολύμπι πολύ μικρός, σε ηλικία 5 ετών. Μπαίνοντας σε μια πισίνα ένιωσα αμέσως ενθουσιασμό. Ξεκίνησα στη Νέα Σμύρνη και τον Πανιώνιο και με παρακίνησαν τα αδέρφια μου, ο Αργύρης και η Αναστασία, που ήταν ήδη στο χώρο. Φέτος είμαι για δεύτερη χρονιά αθλητής του Ολυμπιακού, όπου με εμπιστεύτηκαν, με στηρίζουν και τους ευχαριστώ πολύ. **Κολυμπάω κυρίως μικτές, 200 και 400μ. καθώς και 200μ. πρόσθιο. Νομίζω ότι το 400άρι είναι αυτό που ταιριάζει στο σωματότυπό μου και το πως κολυμπάω»**

Πρότυπο του νεαρού αθλητή αποτελεί ο συναθλητής του, Απόστολος Παπαστάμος, ο οποίος κατέχει το Παγκόσμιο Ρεκόρ Εφήβων με επίδοση 4.11.93.

«Το δικό μου ατομικό ρεκόρ είναι 4.20.81. Έχοντας ως πρότυπο ένα τόσο μεγάλο αθλητή

και σωστό χαρακτήρα, με τόσες διακρίσεις, θέλεις και εσύ να φτάσεις εκεί. Σίγουρα αποτελεί κίνητρο να φτάσω κάποτε και εγώ σε ένα υψηλό επίπεδο».

Στο Οτοπένι, όπως λέει, ο Βασίλης ήξερε πως έχει δυνατότητες για μετάλλιο.

«Όλη τη χρονιά δουλέψαμε πολύ σκληρά με τον Άκη Οικονόμου και τον Νίκο Φλεριανό. Ήταν αναμενόμενο, ως αθλητής που βλέπω πάντα το βάθρο, να κυνηγάω να κατακτήσω ένα μετάλλιο. Το μετάλλιο αυτό ήρθε και είμαι πανευτυχής. Σίγουρα το χρυσό ήταν στις δυνατότητές μου, αλλά εφόσον ήρθε αυτό το μετάλλιο, είναι κάτι μεγάλο. Προχωράμε βήμα βήμα».

Λίγες μέρες πριν τους αγώνες, ο 18χρονος κολυμβητής βρέθηκε θετικός στον Covid-19 και κινδύνεψε να χάσει το πρωτάθλημα. Ο ίδιος θυμάται:

«Στον τυπικό έλεγχο πριν αποχωρήσει η αποστολή, βρέθηκα θετικός και εκεί πίστεψα ότι μπορεί να χάσω την ευκαιρία να κατακτήσω αυτό το μετάλλιο. Κάναμε υπομονή και περιμέναμε αποτελέσματα επόμενων ημε-







ρών. Την Τρίτη τελικά ήλυθηκε το πρόβλημα, ήμουν αρνητικός και έφτασα στη Ρουμανία. Είχαμε πάει με στόχο το μετάλλιο αθλήτρια η ψυχολογία μου επηρεάστηκε και ήμουν με το άγχος του αν θα συμμετάσχω. **Όταν όμως έφτασα στον τελικό, σκέφτηκα το στόχο μου και την προσπάθεια που κατέβαλα όλο το χρόνο. Είπα στον εαυτό μου πως οι αθλητές είναι στα μέτρα μου και να μη σκέφτομαι τίποτα άλλο πέρα από το να κάνω το καλύτερο που μπορούσα».**


Πως όμως ένιωσε όταν βγήκε

από το νερό και είδε τον εαυτό του στα μετάλλια;

**«Έχοντας καταλάβει ότι μπορεί να είμαι στα μετάλλια, κοίταξα τον πίνακα και είδα την 3η θέση. Ένωσα μεγάλη χαρά διότι το μετάλλιο αυτό ήταν κάτι ξεχωριστό για εμένα. Ο κόπος και οι θυσίες μου δικαιώθηκαν».**

Επόμενος στόχος τώρα για το Βασίλη Σοφικίτη, το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Εφήβων που διεξάγεται στη Λίμα του Περού, το διάστημα 23-28 Αυγούστου.

«Θα είναι ένα μεγάλο ταξίδι, μια ξεχωριστή εμπειρία. Αξίζει τον



**«Δεν μπορώ να κρύψω πως το όνειρό μου είναι η Ολυμπιάδα στο Παρίσι».**



Ο Βασίλης με τον προπονητή του Άκη Οικονόμου

«Έχοντας καταλάβει ότι μπορεί να είμαι στα μετάλλια, κοίταξα τον πίνακα και είδα την 3η θέση. Ένιωσα μεγάλη χαρά διότι το μετάλλιο αυτό ήταν κάτι ξεχωριστό για εμένα. Ο κόπος και οι θυσίες μου δικαιώθηκαν».



κόπο και θα είναι μεγάλη χαρά να εκπροσωπήσω τη χώρα μου σε ένα Παγκόσμιο. Δεν γνωρίζω ακόμη τι μπορεί να καταφέρω, αλλά μέσα από την προετοιμασία μου, μάλλον στη Θεσσαλονίκη, και με τη βοήθεια των προπονητών μου, θα δούμε που μπορώ να στοχεύσω».

Όνειρο του Βασίλη, όπως τονίζει χαρακτηριστικά, είναι η συμμετοχή στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Παρισιού, το 2024.

«Δεν μπορώ να κρύψω πως το όνειρό μου είναι η Ολυμπιάδα στο Παρίσι. Βλέποντας από μικρή ηλικία στην τηλεόραση το επίπεδο

όλων αυτών των αθλητών, ένιωθα πάντα μια ζήλια και θέλω πολύ να δω τον εαυτό μου σε μια τόσο μεγάλη διοργάνωση. Στο εξωτερικό, πρότυπό μου είναι ο Μάικλ Φελιπς, που κατέχει και το παγκόσμιο ρεκόρ στο αγώνισμά μου».

Τέλος, δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στους προπονητές που τον έχουν βοηθήσει στη μέχρι σήμερα σταδιοδρομία του: **«Ευχαριστώ πολύ τον Κώστα Τοκμετζίδη από τον Πανιώνιο και φυσικά τον Άκη Οικονόμου, που μου έδειξαν εμπιστοσύνη και με βοήθησαν να κατακτήσω το μετάλλιο αυτό».** **k**



ΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΝΕΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

# Χρυσές





# στις καρδιές μας

Μια ακόμη λαμπρή σελίδα έγραψε η Εθνική μας ομάδα Νέων Γυναικών προ ολίγων ημερών, κατακτώντας το χάλκινο μετάλλιο στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα που διεξήχθη στη Νετάνια του Ισραήλ.







Οι αδελφές Τσιμάρια



Σάντα Στεφανία-Σιούτη Χριστίνα

**Τ**α κορίτσια της Ευτυχίας Καραγιάννη ανέβηκαν πανάξια στο τρίτο σκαλί του ευρωπαϊκού βάρθρου επικρατώντας στο μικρό τελικό με 10-9 της Ολλανδίας και απέδειξαν ξανά τα τεράστια βήματα προόδου που έχει πραγματοποιήσει σε βάθος χρόνου η ελληνική υδατοσφαίριση.

Όπως άθλησσε τόνισε και η Ομοσπονδιακή τεχνικός αμέσως μετά την ολοκλήρωση των αγωνιστικών υποχρεώσεων της ομάδας και την κατάκτηση του μεταλλίου, «έχει ξεκινήσει ένας κύκλος συσσωρευμένων αγωνιστικών υποχρεώσεων για τα κορίτσια αυτά, που αποτελούν ένα σημαντικό κομμάτι του παρόντος και του άμεσου μέλλοντος των Εθνικών μας ομάδων και για το άθλημά μας γενικότερα».

Μια εκ των πρωταγωνιστριών της επιτυχίας, η Στεφανία Σάντα, μίλησε στο περιοδικό της ΚΟΕ και τόνισε πως υπάρχει μεν η ικανοποίηση για το χάλκινο, παρόλα αυτά οι στόχοι στις επερχόμενες διοργανώσεις είναι ακόμη υψηλότεροι:

«Το μετάλλιο στην Νετάνια αποδεικνύει την προσπάθεια και τη θέληση όλων των αθλητριών της ομάδας. Σίγουρα



ο στόχος ήταν η πρωτιά, ωστόσο στον αθλητισμό υπάρχουν οι νίκες και οι ήττες. Δυστυχώς στα ημιτελικά δεν τα καταφέραμε να προκριθούμε στον τελικό, που αποτελούσε μεγάλο στόχο, παρόλα αυτά και ο μικρός τελικός ήταν μια πρόκληση, καθώς μπορούσαμε να μείνουμε εκτός μεταλλίων. Τα δώσαμε όλα στο τελευταίο ματς και νομίζω η διαφορά στην απόδοσή μας φάνηκε. **Όσον αφορά το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Νεανίδων στο Βελιγράδι (Αύγουστος), έχω ένα καλό προαίσθημα πως θα τα πάμε καλά και μπορούμε να βρεθούμε στην κορυφή του κόσμου. Αρκεί φυσικά να δείξουμε θάρρος, θέληση, πάθος, συγκέντρωση και καθαρό μυαλό».**

Από την πλευρά της, η Χριστίνα Σιούτη, μια ακόμη εκ των κορυφαίων της ελληνικής αποστολής, υπογράμμισε:

«Το μετάλλιο αυτό ήταν πολύ σημαντικό για εμάς. Δεν κάναμε τις καλύτερες εμφανίσεις που θα μπορούσαμε στο τουρνουά, παρόλα αυτά καταφέραμε να κερδίσουμε ένα μετάλλιο. Στόχος μας σε κάθε διοργάνωση είναι η κορυφή και όταν αυτό δεν είναι εφικτό, παλεύουμε για την καλύτερη δυνατή θέση. Φέτος είναι ένα μεγάλο καλοκαίρι γεμάτο διοργανώσεις διαφόρων ηλικιακών κατηγοριών. Σειρά έχει το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Νεανίδων που λαμβάνει χώρα στο Βελιγράδι. Ξεκάθαρος στόχος μας στο Παγκόσμιο είναι η κατάκτηση της πρώτης θέσης. Πέρσι δείξαμε ένα πολύ καλό πρόσωπο και φέτος πιστεύω ότι θα είμαστε κατάλληλα προετοιμασμένες για το χρυσό μετάλλιο που όλεις τόσο επιθυμούμε. Στο κλεί-

«Έχει ξεκινήσει ένας κύκλος συσσωρευμένων αγωνιστικών υποχρεώσεων για τα κορίτσια αυτά, που αποτελούν ένα σημαντικό κομμάτι του παρόντος και του άμεσου μέλλοντος των Εθνικών μας ομάδων και για το άθλημά μας γενικότερα»

**Ευτυχία Καραγιάννη**  
Ομοσπονδιακή προπονήτρια





σιμο του καλοκαιριού είναι το ευρωπαϊκό πρωτάθλημα των γυναικών στο Σπλιτ, με στόχο μια θέση στην τετράδα και γιατί όχι την κατάκτηση της κορυφής. Έχουμε έναν απαιτητικό όμιλο. Η ομάδα αυτή είναι αρκετά ανανεωμένη και χρειάζεται χρόνο για να δείξει την ποιότητά της».

Τέλος, στο περιοδικό της ΚΟΕ μίλησε για την επιτυχία της Εθνικής μας Νέων Γυναικών και η πορτιέρο της γαλανόλευκης, Λυδία Μαυρωτά:

«Προσωπικά νιώθω πολύ περήφανη για την ομάδα μας. Δεν ξεκινήσαμε με τόσο καλές εμφανίσεις αλλά αυτό δεν μας κράτησε πίσω, αντιθέτως στην πορεία συγκεντρωθήκαμε, το παλέψαμε και κερδίσαμε ένα μετάλλιο. Πάίξαμε πολύ δυνατά παιχνίδια με πολύ καλές ομάδες πράγμα που μας εξελίσσει σε ομαδικό και ατομικό επίπεδο. **Κρατάμε θετικά και αρνητικά από αυτό το τουρνουά και προχωράμε κοιτώντας τους επόμενους στόχους μας».** **K**

► Δείτε [ΕΔΩ](#) την πορεία της Εθνικής στους αγώνες της Νετάνια (αποτελέσματα, κατάταξη και το ρόστερ).



Σάντα Στεφανία



Σιούτη Χριστίνα



Λυδία Μαυρωτά



«Ξεκάθαρος στόχος μας  
στο Παγκόσμιο είναι  
η κατάκτηση  
της πρώτης  
θέσης»

«Στόχος μας σε κάθε διοργάνωση είναι η κορυφή και όταν αυτό  
δεν είναι εφικτό, παλεύουμε για την καλύτερη δυνατή θέση»



Photo credit: Gilad Kavalerchik

41



# ΑΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΕΦΗΒΩΝ- ΟΤΟΠΕΝΙ - ΡΟΥΜΑΝΙΑ

«Ευκαιρία να  
κεφαλαιοποιήσουμε  
τις επιτυχίες μας»

Ο Άκης Οικονόμου είναι ομοσπονδιακός τεχνικός των Εθνικών ομάδων κλασικής κολύμβησης και προπονητής του κορυφαίου Έλληνα κολυμβητή, Κριστιάν Γκολομέεβ.



## «Αναλογιζόμενος τα προβλήματα που αντιμετωπίσαμε και το πως είδα να φτάνει η ομάδα στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα, θεωρώ πως είχαμε μια παρουσία καλύτερη από ότι είχα φανταστεί»

**Σ**ε μια άκρως ενδιαφέρουσα συνέντευξή του στο ΚΟΕ Magazine, με την ολοκλήρωση των πρώτων μεγάλων θερινών κολυμβητικών διοργανώσεων, ο Άκης Οικονόμου έκανε το δικό του απολογισμό, ενώ δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στις επερχόμενες διοργανώσεις σε Ρώμη (Ευρωπαϊκό Πρωταθλήμα) και Λίμα (Παγκόσμιο Εφήβων).

«Μια πολύ δύσκολη και απαιτητική αγωνιστική σεζόν φτάνει στο τέλος της. Μια χρονιά που είχε για πρώτη φορά πολλές δυνατές και σπουδαίες αγωνιστικές διοργανώσεις με την ιδιαιτερότητα να ακολουθεί μικρό χρονικό διάστημα μεταξύ τους. **Πρόκειται για μια μεταολυμπιακή χρονιά, κάτι που δυσκόλεψε πολύ την προετοιμασία των κολυμβητών αλλά και την στρατηγική των προπονητών ώστε να μπορέσουν να προετοιμάσουν τους αθλητές τους.**»

Η πρώτη μεγάλη διοργάνωση του καλοκαιριού, το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της Βουδαπέστης, βρήκε την ελληνική αποστολή χωρίς μετάλλιο αλλά με συμμετοχή σε τρεις τελικούς, τέσσερις ημιτελικούς και ένα ρεκόρ αγώνων.

«Ξεκινώντας με ένα μικρό απολογισμό για την ελληνική κολυμβηση από το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της Βουδαπέστης, θα μπορούσαμε να πούμε πως ήταν ένα κατά γενική ομολογία ιδιαίτερο πρωτάθλημα, από την άποψη ότι υπήρξαν σημαντικές απουσίες, ενώ παρουσιάστηκε το φαινόμενο να υπάρχουν αρκετές πολύ γρήγορες κούρσες και κάποιες σημαντικά πιο αργές, ειδικά στις γυναίκες, που έδιναν την ευκαιρία για μια σχετικά πιο εύκολη διάκριση. Η ελληνική ομάδα παρότι αντιμετώπισε αρκετά προβλήματα στην προετοιμασία των αθλητών, είτε λόγω του ότι αντιμετώπισαν θέματα υγείας, είτε γιατί χρειάζονταν κάποιοι ένα αγωνιστικό διάλειμμα για αποφόρτιση, είχε μια πολύ καλή αγωνιστική παρουσία», ανέφερε ο Άκης Οικονόμου και προσέθεσε:

«Η παρουσία των κολυμβητών μας σε τρεις τελικούς (Χρήστου 50 και 100μ. Ύπτιο, Γκολομέεβ 50μ. ελεύθερο), σε ημιτελικούς (Ντουντουάκη 50 και 100μ. Πεταλούδα -Δράκου 50μ. Ύπτιο, Μακρυγιάννης 200μ. Ύπτιο), η επίτευξη ενός ρεκόρ αγώνων (Χρήστου 100μ. Ύπτιο στον ημιτελικό), αλλά και η ένταξη νέων αθλητών στην ομάδα (Μπίλλας-Δρασιδου-Μάρκος -Δαμασιώτη), σίγουρα αποτελούν επιτυχία, παρότι σίγουρα μένει μια μικρή πικρία ότι χάθηκε στις λεπτομέρειες για ένα μετάλλιο που τόσο κοντά έφτασε ο Απόστολος. Όμως, αναλογιζόμενος τα προβλήματα

που αντιμετωπίσαμε και το πως είδα να φτάνει η ομάδα στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα, θεωρώ πως είχαμε μια παρουσία καλύτερη από ότι είχα φανταστεί».

Σχετικά με τους Μεσογειακούς Αγώνες που διεξήχθησαν στο Οράν της Αλγερίας, όπου η ελληνική αποστολή κατέκτησε πλήθος μεταλλίων, ο Ομοσπονδιακός προπονητής εμφανίστηκε ιδιαίτερα ικανοποιημένος.

«Παρότι σχεδόν πέντε μέρες μετά την λήξη του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος η ίδια περίπου ομάδα χρειάστηκε να ταξιδέψει στην Αλγερία και να αγωνιστεί, το σύνολο των δεκατριών μεταλλίων (παρά την απουσία δυο σημαντικών μονάδων, του Χρήστου και της Δράκου αλλά με την ενίσχυση του Ανδρέα Βαζαίου), μόνο ικανοποίηση μπορεί να φέρει. Το να καταφέρεις να συγκεντρωθείς και να μείνεις αγωνιστικά και πνευματικά σε φόρμα για μεγάλο χρονικό διάστημα μόνο δεδομένο δεν πρέπει να θεωρείται και τα συγχαρητήρια ανήκουν και στους προπονητές και στους αθλητές της ελληνικής αποστολής. Μεγάλο κέρδος θεωρώ και πάλι την παρουσία νέων αθλητών, που απέδειξαν ότι παίρνοντας την ευκαιρία, μπορούν μελλοντικά να αποτελέσουν σημαντικό σημείο αναφοράς».

Τελευταία διοργάνωση, παράλληλα με τους Μεσογειακούς Αγώνες, ήταν οι Πανευρωπαϊκοί αγώνες Νέων-Νεανίδων στο Οτοπένι της Ρουμανίας. Μια διοργάνωση όπου ξανά η Ελλάδα έφερε επιτυχίες και σκόρπισε ικανοποίηση, σύμφωνα με τον Άκη Οικονό-







«Το να καταφέρεις να συγκεντρωθείς και να μείνεις αγωνιστικά και πνευματικά σε φόρμα για μεγάλο χρονικό διάστημα μόνο δεδομένο δεν πρέπει να θεωρείται και τα συγχαρητήρια ανήκουν και στους προπονητές και στους αθλητές της ελληνικής αποστολής»

μου: «Οι αγώνες αυτοί πλέον διακρίνονται από υψηλό επίπεδο ανταγωνισμού και σπουδαίων επιδόσεων. Ο απολογισμός των τεσσάρων τελικών, με ένα χάλκινο μετάλλιο στα 400μ μικτής ατομικής (Βασίλης Σοφικίτης), μια τέταρτη θέση στα 200μ Ύψτιο (Απόστολος Σισκος με νέο πανελλήνιο ρεκόρ Εφήβων), η έβδομη θέση Σοφικίτης στα 200 μικτής ατομικής, 4Χ100 μικτή ομαδική Σίσκος, Κυπριανίδης, Τσακσίρας, Χρυσομάλλης και η παρουσία σε εννέα ημιτελικούς θεωρώ ότι αφήνουν θετικό πρόσημο. **Η απόφαση της ΚΟΕ να στείλει την μεγαλύτερη ομάδα που έχει ποτέ σταλεί σε τέτοιου επιπέδου αγώνες είναι πολύ σημαντική, οι νέοι αθλητές μετά από δυο πολύ δύσκολα χρόνια πρέπει να έχουν την δυνατότητα να συμμετέχουν σε τέτοιες διοργανώσεις για να αποκτήσουν εμπειρίες, να παραμένουν ενεργοί και ταυτόχρονα να βλέπουν σε τι πρέπει να βελτιώνονται.** Πολλές φορές τα οφέλη (εκτός από τα αγωνιστικά) είναι ορατά αρκετό καιρό μετά».

Τέλος, ο Ομοσπονδιακός τεχνικός αναφέρθηκε και στις

δυο πολύ σημαντικές επερχόμενες κολυμβητικές διοργανώσεις, το Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ανδρών – Γυναικών στη Ρώμη αλλά και το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Εφήβων -Νεανίδων στη Λίμα.

«Ξεκάθαρος στόχος είναι η καλύτερη δυνατή εμφάνιση με την επίτευξη όσο το δυνατόν περισσότερων συμμετοχών σε τελικούς – ημιτελικούς. Η πεποίθησή μου είναι ότι οι αθλητές θα μπορέσουν να ανταποκριθούν. Η ελληνική κολύμβηση έχει αυτή την στιγμή την ευκαιρία να κεφαλαιοποιήσει τις επιτυχίες των τελευταίων ετών από σπουδαίους αθλητές αλλά και το πολύ υψηλό επίπεδο προπονητικής που διαθέτει. Από τη στιγμή που και η ΚΟΕ βρίσκεται «μπροστάρnis» σε αυτή την προσπάθεια, θεωρώ πως αυτό είναι εφικτό. Πρέπει ενόψει των Ολυμπιακών Αγώνων του 2024, να φέρουμε κοντά όσους έχουν προσφέρει τόσα με τις επιτυχίες τους στην ελληνική κολύμβηση με τους νέους αθλητές που θα αποτελέσουν το μέλλον». **k**

«Η ελληνική κολύμβηση έχει αυτή την στιγμή την ευκαιρία να κεφαλαιοποιήσει τις επιτυχίες των τελευταίων ετών από σπουδαίους αθλητές αλλά και το πολύ υψηλό επίπεδο προπονητικής που διαθέτει»





ΕΠΙΣΗΜΟΣ ΧΟΡΗΓΟΣ Κ.Ο.Ε

# arena



arenagreece



arena.veto.gr

Αποκλειστικός Αντιπρόσωπος για την Ελλάδα  
ΒΕΤΟ ΑΕΒΕ 25ης Μαρτίου 12, 17778, Ταύρος Τ: 210.48.39.480, info@veto.gr





**Fina**

WORLD  
WOMEN'S AND MEN'S U16  
WATER POLO  
CHAMPIONSHIPS

ΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΠΑΙΔΩΝ

«Υψηλό που μας επιτρέπει  
να ονειρευόμαστε»



## Ο Βόλος είναι η πόλη που θα φιλοξενήσει το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα υδατοσφαίρισης Παιδών, μια διοργάνωση όπου η Εθνική μας ομάδα έχει μεγάλες αξιώσεις.

Οι αγώνες του τουρνουά θα διεξαχθούν από 21 έως 27 Αυγούστου και ο Ομοσπονδιακός Προπονητής **Φώντας Λεμπέσης**, αθλήτρια και ο **Φώντας Μαρκόπουλος**, ο συνεργάτης του, μίλησαν στο ΚΟΕ Magazine για τους στόχους και τις προσδοκίες που υπάρχουν από το συγκεκριμένο τουρνουά.

«Πέρσι στην Πορτογαλία ήταν η πρώτη εμφάνιση αυτής της φουρνιάς για όλη την Ευρώπη, και μάλιστα έπειτα από αποχή λόγω καραντίνας. Τα παιδιά ανταποκρίθηκαν με τον καλύτερο τρόπο και κατακτήσαμε το χάλκινο μετάλλιο. Φέτος, κάνοντας προπονήσεις όλη τη χρονιά με τις ομάδες τους, είναι εμφανής η βελτίωση, όπως φυσικά και των αντιπάλων μας. Δεν υπάρχει δηλαδή κάποιο σταθερό μέτρο σύγκρισης, ώστε να εξάγουμε ασφαλή συμπεράσματα», αναφέρει χαρακτηριστικά ο Φώντας Λεμπέσης και προσθέτει: **«Προσωπικά έχω την αίσθηση πως διαθέτουμε καλό υλικό, που μας επιτρέπει να ονειρευόμαστε ότι, με πολλή δουλειά, κάποια στιγμή αυτή η ομάδα θα φτάσει στην κορυφή. Δεν γνωρίζω αν θα είναι φέτος ή στα επόμενα χρόνια, αλλά σίγουρα στο Βόλο θα προσπαθήσουμε για το καλύτερο. Το ότι η διοργάνωση γίνεται σε μια ελληνική πόλη, μπορεί να αποδειχθεί και καλό και κακό, καθώς είναι δύσκολο να προβλέψει κανείς πως παιδιά 16 χρονών θα διαχειριστούν συναισθηματικά τον παράγοντα έδρα, αν θα αγχωθούν ή αν θα αποκτήσουν φτερά με τόσο κόσμο στο πλευρό τους. Οψόμεθα»**

### «Πάμε για το χρυσό»

Από την πλευρά του, ο Φώντας Μαρκόπουλος θεωρεί πως η πρόσφατη προϊστορία αυτής της ομάδας μπορεί να αποδειχθεί κομβικής σημασίας στο Βόλο: «Η Εθνική Παιδών του 2022 (Κ16) είναι η συνέχεια της περσινής Κ15 που συμμετείχε στο Λουλέ της Πορτογαλίας στο Πανευρωπαϊκό. Και αυτό είναι από τα θετικά στοιχεία μιας και τα ίδια παιδιά έχουν την τύχη, (και εμείς φυσικά) να συμμετάσχουν μετά το Πανευρωπαϊκό και σε ένα Παγκόσμιο



Φώντας Λεμπέσης

Φώντας Μαρκόπουλος



#### Προπονητές: Φώντας Μαρκόπουλος, Φώντας Λεμπέσης

1η σειρά: Μίντο Μπαγιούμι, Γιώργος Σιαμάς, Σπύρος Λυκούδης, Ορέστης Ζερβουδάκης, Χρήστος Μαυριόπουλος, Κωνσταντίνος Καπράγκος, Δημήτρης Κρατημένος

2η σειρά: Σήφης Κόκκινος, Σπυθοθέων Καρατζάς, Βασίλης Χωματάς, Πάνος Αποστολάκος, Δημήτρης Μαστρογιαννάκος, Δημήτρης Αραπογιάννης, Δημήτρης Γάτος, Θάνος Βασιλούδης

3η σειρά: Κωνσταντίνος Μπέλης, Δημήτρης Κορίτσας, Λάζαρος Βεκρής, Γιώργος Σιαμάς, Στέφανος Καψοκαβάδης, Άρης Βέλλιος, Γιάννης Γαβριήλ, Βαγγέλης Λεμονής

4η σειρά: Νίκος Αγγιτέλης, Γιάννης Μαυροβουνιώτης, Νίκος Βερβερίδης, Άγγελος Χατζής, Γιώργος Μπράκης, Θανάσης Παπαδόπουλος, Χρήστος Λασκαρίδης, Ξενοφών Μαυραγάνης



Πρωτάθλημα. Οι περσινοί Πανερωπαϊκοί ήταν το «βάπτισμα» αυτών των παιδιών και μάλιστα κάτω από δύσκολες συνθήκες. Μην ξεχνάμε ότι η περσινή ομάδα είχε ελάχιστο χρόνο προετοιμασίας.»

Αναφορικά με τους στόχους της ομάδας στο επερχόμενο τουρνουά, συμπληρώνει: «Το μετάλλιο στην Πορτογαλία επιβράβευσε τις εμφανίσεις μας σε όλο το τουρνουά. Και ερχόμαστε στο παρόν, στις σημερινές απαιτήσεις που οριοθετούν μάλιστα και τον αρχικό μας στόχο. Να παραμείνουμε δηλαδή σε αυτό το επίπεδο.

**Να πατήσουμε γερά στα πόδια μας και να εδραιωθούμε στο βήμα αυτό που πετύχαμε με ένα νέο μετάλλιο.** Η φετινή χρονιά βέβαια ήταν μια τελείως διαφορετική χρονιά, πολύ γεμάτη και πολύ κοπιαστική, και είχε, ούτε λίγο ούτε πολύ, δώδεκα συνολικά καμπ».

Ο Φώντας Μαρκόπουλος αναφέρθηκε και στη σημαντικότητα του να δίνεται η πρέπουσα προσοχή στις μικρές ηλικίες, ώστε να μπορεί η ελληνική υδατοσφαίριση να κάνει νέα άλματα προόδου: **«Η Εθνική Παίδων έχει μια μεγάλη ιδιαιτερότητα, είναι το πρώτο σκαλοπάτι των Εθνικών Ομάδων** και πρέπει να δουλεύει έχοντας παράλληλους στόχους. Τόσο στο κομμάτι της ανάπτυξης, όσο και στο καθαρά αγωνιστικό της συγκεκριμένης χρονιάς. Και βέβαια με απώτερο στόχο, την Εθνική Ανδρών, ώστε να συνεχίσει στον δρόμο των επιτυχιών όπου βαδίζει αθλά και στην δημιουργία μιας υπερδύναμης και μιας Ελληνικής σχολής. Για αυτό λοιπόν οφείλουμε, όπως και πράξαμε, να βλέπουμε και να δουλεύουμε και τις μικρότερες ηλικίες για την επόμενη μέρα της Ελληνικής Υδατοσφαίρισης, όχι μόνο στην Αθήνα αθλά και σε όλη την Ελλάδα με την διενέργεια κεντρικών και περιφερειακών καμπ. **Οι στόχοι και το όνειρο μας δεν αλληάζουν και όνειρο μας είναι το χρυσό. Αυτό κοιτάμε, εκεί ψηλά ανεβάζουμε τον πήχη».**



Η άμυνα: Βασιλούδης Θάνος, Κορίτσας Δημήτρης, Βερβεριδής Νίκος, Παπαδόπουλος Θανάσης, Μαυραγάνης Ξενοφών

Η περιφέρεια: Σιαμάς Χρήστος, Μαστρογιαννάκος Δημήτρης, Χατζής Άγγελος, Μπαγιούμι Μίντο, Αραπογιάννης Δημήτρης, Μπέλλεσης Κων/νος







Η περιφέρεια: Σιαμάς  
Γιώργος, Αποστολάκος  
Πάνος, Λασκαρίδης  
Χρήστος, Λυκούδης  
Σπύρος, Καπράγκος  
Κωνσταντίνος, Κόκκινος  
Σήφης

Οι φουταριστοί μας:  
Βέλλιος Άρης, Χωματάς  
Βασίλης, Καρατζάς  
Σπυθολέων, Γαβριήλ  
Γιάννης, Ζερβουδάκης  
Ορέστης, Μητράκης  
Γιώργος

## Χώρες που συμμετέχουν

Ελλάδα  
Αζερμπαϊτζαν  
Καζακστάν  
Λετονία  
Ν. Αφρική  
Ελβετία  
Ισπανία  
Μαυροβούνιο  
Πολωνία  
Σερβία  
Σλοβενία  
Ιταλία  
Τουρκία  
Γερμανία  
Αυστραλία  
Κροατία  
Αίγυπτος  
Γεωργία  
Ουγγαρία  
Μάλτα  
Κουβέιτ  
ΗΠΑ  
Πορτογαλία  
Ουκρανία  
Ιαπωνία



Οι τερματοφύλακες:  
Μαυροβουνιώτης  
Γιάννης, Κρατημένος  
Δημήτρης, Γάτος  
Δημήτρης, Καψοκαβάδης  
Στέφανος, Βεκρής  
Λάζαρος, Μαυριόπουλος  
Χρήστος, Λεμονής  
Βαγγέλης.





Εκτός των δύο προπονητών, στο ΚΟΕΜαγ μίλησαν και επτά φερέλιδες διεθνείς από την ομάδα Παίδων, οι οποίοι κλήθηκαν να απαντήσουν σε εννέα ερωτήσεις συνθέτοντας ένα σύντομο βιογραφικό σημείωμα: ημερομηνία γέννησης, σωματείο, θέσεις που αγωνίζονται, τις σημαντικότερες (5) διακρίσεις στην καριέρα τους με την ομάδα ή την Εθνική ομάδα, το πρότυπό τους, το χόμπι τους, το όνειρό τους στον αθλητισμό, την άποψη για το παγκόσμιο πρωτάθλημα που θα γίνει στον Βόλο, τους ανθρώπους που τους στήριξαν έως σήμερα και τέλος σε ποιον Έλληνα παίκτη θα ήθελαν να μοιάσουν;





## ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΡΑΤΗΜΕΝΟΣ

Γεννήθηκε στις 17/04/2006 και αγωνίζεται στον ΠΑΟ ως τερματοφύλακας. Οι σημαντικότερες διακρίσεις στην καριέρα του αποτελούν η κατάκτηση της 3ης θέσης στο πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα με την Εθνική Παιδών, η ανάδειξη ως καλύτερος τερματοφύλακας του ευρωπαϊκού, η 1η θέση στο πρωτάθλημα εφήβων, η κατάκτηση της 1ης θέσης στο πρωτάθλημα παιδών και πρωτιά στο πρωτάθλημα μίνι παιδών Κ13. Πρότυπό του αποτελεί ο Γιόζιπ Πάβιτς, τον οποίο θαμνάται, βλέπει στην τηλεόραση και τον θεωρεί πρότυπο αθλητή και ανθρώπου. Ως κόμπι έχει το πινγκ πονγκ, ενώ το όνειρό του αποτελεί το να αγωνιστεί στην εθνική ανδρών και ύστερα σε μια Ολυμπιάδα. Αναφορικά με το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στο Βόλο, εμφανίζεται χαρούμενος που γίνεται πρώτη στην χώρα μας τέτοια διοργάνωση για αυτές τις ηλικίες και ευελπιστεί το κολυμβητήριο να γεμίσει με Έλληνες που θα υποστηρίξουν την ομάδα. Μάλιστα, θεωρεί πως η κατάκτηση του τίτλου είναι μονόδρομος. Ο νεαρός πορτιέρο τονίζει πως οι γονείς και ιδιαίτερα η μητέρα του ήταν πάντα στο πλάι του, όπως και οι προπονητές του, Λεμπέσης και Πιρπιρής, των οποίων τη συμβολή θεωρεί ανεκτίμητη. Ο ίδιος θέλει όπως ήξει να μοιάσει στο Μάνο Ζερδεβά.



## ΙΩΣΗΦ (Σήφης) ΚΟΚΚΙΝΟΣ

Ο Ιωσήφ Κόκκινος γεννήθηκε στις 15/04/2006. Αγωνίζεται στον Α.Ο.Π.Φ. ως περιφερειακός στις θέσεις 4 και 5 αήλα και ως αμυντικός. Η κατάκτηση του Μ.Β.Ρ. στο Calcaterra tournament στην Ιταλία το 2019 αήλα και η διάκριση της 3ης θέσης στο πανευρωπαϊκό στο Λουλέ με την εθνική ομάδα παιδών το 2021 αποτελούν τις κορυφαίες στιγμές της καριέρας του. Θαυμάζει ιδιαίτερα τον Σέρβο αριστερόχειρα Ντούσαν Μάντιτς και κόμπι του είναι η μουσική. Η συμμετοχή στους Ολυμπιακούς Αγώνες είναι το όνειρό του, ενώ αναφορικά με το παγκόσμιο πρωτάθλημα στον Βόλο, πιστεύει πως μόνο με το χρυσό μετάλλιο θα υπάρχει απόλυτη ικανοποίηση. Οι άνθρωποι που τον έχουν στηρίξει ιδιαίτερα είναι οι γονείς του και φυσικά οι προπονητές του, ο Γιώργος Καραγεωργόπουλος αήλα και ο Αργύρης Θεοδωρόπουλος. Θέλει να μοιάσει στον Άγγελο Βλάχοπουλο.



## ΣΠΥΘΟΛΕΩΝ ΚΑΡΑΤΖΑΣ

Ο Σπυθολέων Καρατζάς γεννήθηκε στις 18/12/2006 και αγωνίζεται στον ΠΑΟΚ ως Φουνταριστος. Κορυφαίες στιγμές αποτελούν το Χρυσό μετάλλιο στην κατηγορία νέων ανδρών το 2022, το Χρυσό στην κατηγορία μίνι παιδων το 2018, το Ασημένιο στο πρωτάθλημα παιδων το 2020, το Ασημένιο μετάλλιο στην κατηγορία παιδων το 2021 και το Χάλκινο στο ευρωπαϊκό Κ15 το 2021. Πρότυπό του ο Μάρτον Βάμος και χόμπι το μπάσκετ.

Όνειρό του αποτελεί μια συμμετοχή σε Ολυμπιακούς Αγώνες, ενώ αναφορικά με το Παγκόσμιο στο Βόλο θεωρεί πλεονέκτημα το γεγονός ότι διοργανώνεται στην χώρα μας και πιστεύει ότι αν παίξει η ομάδα με μυσικό αθλή και με ψυχή, μπορεί να πετύχει μια πολύ καλή διάκριση. Η οικογένειά του όπως λέει είναι το πιο μεγάλο στήριγμα, ενώ φυσικά και οι προπονητές και συμπαίκτες του είναι δίπλα του στα δύσκολα. Θέλει να μοιάσει στον Κωνσταντίνο Μουρίκη.



## ΚΩΣΤΑΣ ΚΑΠΡΑΓΚΟΣ

Γεννηθείς στις 19/7/2006, αγωνίζεται στον ΠΑΟΚ, στις θέσεις κυρίως 4 και 2 και άμυνα φουνταριστού. Κορυφαίες στιγμές αποτελούν τα μετάλλια σε μίνι παίδες (2018, χρυσό), παίδες (2019, ασημένιο), Παίδες (2020, ασημένιο), εφήβους (2021, ασημένιο), το χάλκινο μετάλλιο στο πανευρωπαϊκό στην Πορτογαλία 2021 και η κατάκτηση του χρυσού με την ομάδα νέων ανδρών το 2022. Αγαπημένοι παίκτες ο σπουδαίος Μάνουελ Εστιάρτε και ο Φελίπε Περόνε, χόμπι του το σνόουμπορντ. Όνειρό του να εκπροσωπήσει την πατρίδα του σε μια Ολυμπιάδα. Σε σχέση με το Παγκόσμιο στο Βόλο εκφράζει την ικανοποίηση που η ομάδα θα έχει τον κόσμο δίπλα της και πιστεύει πως με ταπεινότητα και σκληρή δουλειά η ομάδα θα βρεθεί μέσα στα μετάλλια και γιατί όχι και στην κορυφή. Στήριγμα η οικογένειά του και οι προπονητές Λάμπρος Βογιατζόγλου, Βαγγέλης Βλαζακας και ο γυμναστής του Κωνσταντίνος Παπαδημητρίου. Πρότυπά του οι Γιώργος Μαυρωτάς και Άγγελος Βλαχόπουλος.



## ΟΡΕΣΤΗΣ ΖΕΡΒΟΥΔΑΚΗΣ

Ο Ορεστής Ζερβουδάκης γεννήθηκε στις 03/10/2006, αγωνίζεται στον ΠΑΟ ως αμυντικός αθλητή και Φουνταριστός. Οι διακρίσεις του είναι: χρυσό μετάλλιο (Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Μίνι Παίδων 2019), χρυσό μετάλλιο (Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Παίδων 2021) χρυσό μετάλλιο (Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων 2021) χάλκινο μετάλλιο (Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Νέων Ανδρών 2022) χάλκινο μετάλλιο (Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Κ15 στο Λουλέ 2021). Πρότυπά του όπως αναφέρει, αποτελούν ο σπουδαίος Σέρβος Ντούσαν Μάντιτς. Του αρέσει να παρακολουθεί ταινίες και η μουσική, ενώ ονειρεύεται να αγωνιστεί στη σπουδαιότερη των διοργανώσεων με την Ελλάδα, τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Αναφορικά με το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στο Βόλο, το χαρακτηρίζει ως μια πρόκληση για τη γαλιανόλευκη και το ελληνικό πόλο των μικρών κατηγοριών. Η οικογένειά του όπως αναφέρει είναι πάντα δίπλα του και τον στηρίζει, όπως και το σωματείο του, ο ΠΑΟ. Δίπλα του είναι επίσης και οι καθηγητές του στη Γερμανική Σχολή Αθηνών, που τον καθοδηγούν και τον υποστηρίζουν ώστε να συνδυάζει τη μάθηση με τον αθλητισμό. Ο ίδιος θέλει να μοιάσει στο Γιάννη Φουντούλη, τόσο στις επιτυχίες όσο και στο ήθος.



## ΠΑΝΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΑΚΟΣ

Ο Πάνος Αποστολάκος είναι 16 ετών και είναι αθλητής του ΑΟΠΦ. Αγωνίζεται κυρίως και στα δυο άκρα, δηλαδή αριστερά και δεξιά, αθλητής επίσης και ως αμυντικός φουνταριστού. Στην καριέρα του μέχρι στιγμής ξεχωρίζει κάποιες στιγμές, μεταξύ τους τα 4 πρωταθλήματα που έχει κατακτήσει σε κατηγορίες μίνι παιδών, παιδών και εφήβων, καθώς και την Τρίτη θέση στο ευρωπαϊκό Κ15 στο Λουλέ. Το κύριο πρότυπό του είναι ο Σέρβος Αντρίγια Πρλταϊνοβιτς και θέλει να μοιάσει στον Άγγελο Βλαχόπουλο. Του αρέσουν τα ταξίδια και το κύριο όνειρο του είναι να παίξει στην εθνική ομάδα καθώς και να κερδίσει ένα χρυσό μετάλλιο ως παίκτης της. Θεωρεί πως φέτος στο Βόλο είναι μια καλή ευκαιρία να δείξει η ομάδα την πολύ καλή δουλειά που γίνεται στην χώρα μας έχοντας και την βοήθεια από Έλληνες φιλάθλους. Οι γονείς και τα αδέρφια του είναι πάντα δίπλα και τον στηρίζουν.



## ΧΡΗΣΤΟΣ ΣΙΑΜΑΣ

Γεννήθηκε στις 20 Ιουνίου 2006, αγωνίζεται στον ΠΑΟ στις θέσεις 1 και 2. Κορυφαίες στιγμές χαρακτηρίζει το χάλκινο μετάλλιο στο Ευρωπαϊκό στο Λουλέ το 2021, το χρυσό μετάλλιο στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα Παίδων με τον ΠΑΟ, το χρυσό μετάλλιο στο Πανελλήνιο Εφήβων (2021), το ασημένιο μετάλλιο στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα Παίδων και το ασημένιο μετάλλιο στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα Μίνι Παίδων το 2017. Αγαπημένος παίκτης ο Ντούσαν Μάντιτς και κόμπος του το Μπάσκετ. Έχει ως όνειρο να συμμετάσχει στους Ολυμπιακούς αγώνες και για το Παγκόσμιο στο Βόλο θεωρεί πως είναι μια πολύ καλή ευκαιρία να διακριθεί η εθνική μας σε παγκόσμιο επίπεδο. Ευχαριστεί για τη στήριξη του το σύλλογό του, τους προπονητές και κυρίως τους συμπαίκτες του. Θέλει να μοιάσει στον Άγγελο Βλαχόπουλο.





larissa  
volos  
GREECE 2022



## ΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ

# «Στόχος μας το μετάλλιο»



Τα κορίτσια που ακολούθησαν τα καμπ προπαρασκευής της Εθνικής ομάδας κορασίδων.

1η σειρά από αριστερά:  
Τσιάρα Βασιλική, Κύρκου Μίνα, Καραμπέτσου Αριάδνη, Παπαδόπουλου Μάρω (προπονητής Τσόκας Γιώργος), Μπετά Ελένη, Γαλανοπούλου Θεοφάνια, Πιοβάν Νίκη, Μπεκρή Αθανασία.

2η σειρά από αριστερά: Κρασσά Νεφέλη, Φουράκη Ασπασία, Παρασκευόπουλου Ηλιάννα, Κακλή Μάγια, Μπίκου Αναστασία, Κακαΐδη Ραφαέλα, Κηλασιανού Μίνα, Γεωργούση Σοφία, Λαμπαθάκη Δήμητρα.

3η σειρά: Μαηλιού Ευαγγελία, Κανελλοπούλου Ιωάννα, Κωνσταντοπούλου Ευτυχία, Δρακωτού Δέσποινα, Λαλιούση Σταματίνα, Τσουγγρή Νίκη, Κοβάτσεβιτς Νεφέλη, Μαργαρίτη Κασιάνα.

4η σειρά: Άννα Χατζηγεωργάκη (προπονήτρια)

## Ιδιαίτερα μεγάλες είναι οι προσδοκίες για την Εθνική μας ομάδα κορασίδων, ενόψει του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος στη Λάρισα



Οι τερματοφύλακες, Αναστασία Μπεκρή, Ευτυχία Κωνσταντοπούλου, Ευαγγελία Μαλλίου και κάτω η Τσιάρα Βασιλική

**Μ**ια σπουδαία διοργάνωση θα λάβει μέρος τον ερχόμενο Αύγουστο στη Λάρισα, αναφορικά με την υδατοσφαίριση. Ο λόγος φυσικά για το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κορασίδων, που θα διεξαχθεί από τις 21 έως τις 27 Αυγούστου.

Η ελληνική αποστολή έχει ήδη πραγματοποιήσει το μεγαλύτερο μέρος της προετοιμασίας της και είναι διψασμένη για μια διάκριση και φυσικά ένα μετάλλιο.

Ο Ομοσπονδιακός τεχνικός, **Γιώργος Τσόκας**, μιλώντας στο ΚΟΕ Magazine, εμφανίζεται ιδιαίτερα ευτυχής και αισιόδοξος για την ομάδα του και τονίζει: «Πρόκειται για μια διοργάνωση όπου επιδιώκουμε τη διάκριση. Διεξάγεται στην Ελλάδα, στη Λάρισα, κάτι που αποτελεί πολύ σημαντικό παράγοντα για εμάς, και ειδικά δε σε μια περιοχή όπου καλλιεργείται η γυναικεία υδατοσφαίριση και η οποία μάλιστα έχει και μια ομάδα της στα σαλόνια της Α1, τον ΝΟ Λάρισας».

Αναφορικά με την προετοιμασία μέχρι στιγμής, ο κ. Τσόκας τονίζει: «Ξεκινήσαμε από πολύ νωρίς την προπαρασκευή για να είμαστε πανέτοιμοι για αυτή τη διοργάνωση. Ήδη μέχρι το τέλος της προετοιμασίας θα πραγματοποιηθούν έξι Καμπ, το πρώτο εκ των οποίων ήταν από τις 11 Ιουνίου έως 5 Ιουλίου, ενώ ακολουθεί το μεγαλύτερο, από 18 Ιουλίου μέχρι την αναχώρηση για τη Λάρισα. Στο διάστημα αυτό, η προετοιμασία ήταν ποιοτική, διεξήχθησαν φιλικά παιχνίδια με την Κ19 του Ισραήλ και με την Κ19 της Ουγγαρίας, πολύ χρήσιμα ματς για εμάς. Ακολουθούν κοινές προπονήσεις και προετοιμασία με την Εθνική νεανίδων που θα λάβει μέρος στο Παγκόσμιο στο Βελιγράδι, ενώ έχουν προγραμματιστεί και δυνατές προετοιμασίες με τις ομάδες των ΗΠΑ και Αυστραλίας. Υπάρχει μεγάλη διάθεση από τις κοπέλες του γκρουπ, που προετοιμάζονται εντατικά και κάνουν καθημερινά δύο προπονήσεις».



Ο Γιώργος Τσόκας και η Άννα Χατζηγεωργάκη





Γιώργος Τσόκας, Άννα Χατζηγεωργάκη και Δημήτρης Κύρκος (έφορος)

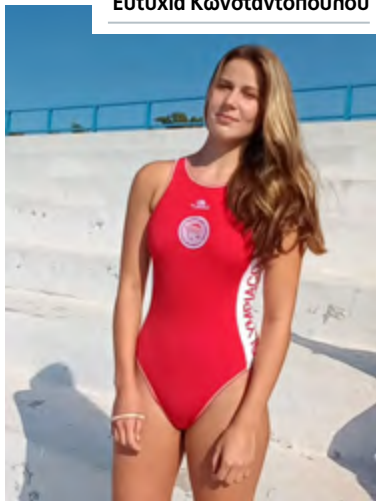
## «Έχουμε θέσει ψηλά τον πήχη»

Ο στόχος της ομάδας; Σαφής. «Πρόκειται για μια ομάδα που το 2021 στο Ευρωπαϊκό της Ουγγαρίας πήρε την 4η θέση και έδειξε τον πρωταγωνιστικό της ρόλο.

Βέβαια, από τις ομάδες που έλαβαν μέρος στο Ζέντες το 2021, λείπει η ομάδα που ξεχώρισε, η Ρωσία, που δε θα μπορέσει να λάβει μέρος στο Παγκόσμιο για τους γνωστούς λόγους. **Στόχος μας σίγουρα είναι το μετάλλιο, έχουμε θέσει ψηλά τον πήχη και δεν κρυβόμαστε πίσω από το δάχτυλό μας.** Φυσικά έχουμε ως πρωταρχικό στόχο την οκτάδα και βήμα-βήμα θα δούμε που μπορούμε να φτάσουμε. **Διαθέτουμε ένα αξιόμαχο σύνολο, δε στηρίζομαστε σε άτομα αθλή είμαστε μια οικογένεια.** Οι αντίπαλοί μας είναι λίγο-πολύ γνωστοί, παρότι δεν έχουμε εικόνα από ΗΠΑ και Αυστραλία, που γνωρίζουμε ότι πάντα έχουν ποιοτικό σύνολο. Θα παλέψουμε για τη μεγάλη διάκριση. **Θα ήθελα να ευχαριστήσω την ΚΟΕ για την ευκαιρία να έχω τις τύχες της ομάδας αυτής στα χέρια μου. Τον πρόεδρο Κυριάκο Γιαννόπουλο και την προπονήτρια της γυναικείας ομάδας, Αλεξία Καμμένου».**

Στο ίδιο μήκος κύματος και οι δηλώσεις της Άννας Χατζηγεωργάκη, βοηθού του Γιώργου Τσόκα, η οποία υπογραμμίζει ότι «η συγκεκριμένη ομάδα των γεννηθειών το 2006 και νεότερων, έχει πολύ ταλέντο. **Αγωνίζονται όλες οι κοπέλες της ομάδας στην Α1, έχουν μεγάλες εμπειρίες με παρουσία στις ομάδες γυναικών και διαπιστώσαμε στα καμπ προετοιμασίας την άριστη δουλειά που γίνεται στα σωματεία.** Το ίδιο διαπιστώσαμε και στα πρωταθλήματα νεανίδων και κορασίδων. Υπάρχουν σπουδαίες υποδομές, εμείς σκαλί-σκαλί θα διεκδικήσουμε την πρόκριση, πρώτα στην οκτάδα, έπειτα στην τετράδα και φυσικά στο τέλος τα μετάλλια. Εάν μπορούμε στα μετάλλια, όλα είναι πιθανά».

Ευτυχία Κωνσταντοπούλου



Νεφέλη Κοβάτσεβιτς



Αριάδνη Καραμπέτσου



## ΕΘΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ



### Χώρες που συμμετέχουν

Ελλάδα  
 Ιταλία  
 Ιαπωνία  
 Ν. Αφρική  
 Ουγγαρία  
 Ισραήλ  
 Ολλανδία  
 Τουρκία  
 ΗΠΑ  
 Ισπανία  
 Ελβετία  
 Αυστραλία  
 Κροατία



## Κώστας Αγοραστός ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΡΧΗΣ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ



## Βόλος & Λάρισα ενώνουν δυνάμεις

Είναι μοναδική τιμή και χαρά για την Περιφέρεια Θεσσαλίας να φιλοξενεί για πρώτη φορά στην ιστορία της παγκόσμιας υδατοσφαίρισης το παγκόσμιο πρωτάθλημα Fina Youth Men (U16) Water Polo World Championship και Fina Youth Women (U16) Water Polo World Championship. Βόλος και Λάρισα ενώνουν δυνάμεις σε μια απαιτητική, παγκόσμιας ακτινοβολίας αθλητική διοργάνωση που υπόσχεται συναρπαστικό θέαμα στον υγρό στίβο, με τη συμμετοχή 25 εθνικών συγκροτημάτων παιδών να αγωνίζονται στο Βόλο και 13 εθνικών συγκροτημάτων κορασίδων στη Λάρισα. Ευχαριστώ την Κοιμηβητική Ομοσπονδία Ελλάδας για την εμπιστοσύνη με την οποία περιβάλλει διαχρονικά τη Θεσσαλία, ευχαριστώ για την άριστη, ειλικρινή και δημιουργική συνεργασία, ευχα-

ριστώ για την έμπρακτη αναγνώριση της εμπειρίας και της τεχνογνωσίας μας στη διοργάνωση και φιλοξενία μεγάλων αθλητικών γεγονότων. Η Θεσσαλία βρίσκεται σταθερά στο καλεντάρι του παγκόσμιου πόλο και μέσω του αθλητισμού προβάλλεται και ταξιδεύει στις πέντε ηπείρους. Ο αθλητισμός μπαίνει στο dna των νέων παιδιών που γίνονται πρεσβευτές της πατρίδας μας σε όλη την υφήλιο. Οι μεγάλες διοργανώσεις αφήνουν πίσω τους και μια μεγάλη παρακαταθήκη, με προστιθέμενη αξία και σημαντικά οφέλη για τις τοπικές κοινωνίες, τον τουρισμό, τον πολιτισμό, την τοπική αγορά και την οικονομία. Στις 20-27 Αυγούστου είμαστε όλοι εκεί, στα Κοιμηβητήρια του Βόλου και της Λάρισας για να απολαύσουμε εντυπωσιακό θέαμα, να γιορτάσουμε το ευ αγωνίζεσθαι, να στηρίξουμε την πορεία των Εθνικών μας Ομάδων και να χειροκροτήσουμε τις προσπάθειες των νέων αθλητριών και αθλητών που πρωταγωνιστούν στην παγκόσμια υδατοσφαίριση.





«Δείξαμε πόσο έτοιμοι είμαστε και οργανωτικά και σε θέμα εγκαταστάσεων και έτσι θα συνεχιστεί η αγαστή συνεργασία με την ΚΟΕ την οποία διατηρούμε πολλά χρόνια».



ΓΙΩΡΓΟΣ  
ΒΛΙΩΡΑΣ

# Είμαστε πανέτοιμοι





Το κλειστό κολυμβητήριο «Βασίλης Πολύμερος»

## Ο Βόλος αμέσως μετά την πανδημία έρχεται να παίξει πρωταγωνιστικό ρόλο με διεθνείς εκδηλώσεις που φιλοξενεί στην Ελλάδα η ΚΟΕ. Μια εξ' αυτών που θα πραγματοποιηθεί αυτό το καλοκαίρι είναι το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κ16 Παίδων, το διάστημα 20-27 Αυγούστου.

Ο Πρόεδρος του Αθλητικού και Πολιτιστικού Οργανισμού του Βόλου, Γιώργος Βηλιώρας, μίλησε αποκλειστικά στο ΚΟΕ Magazine για το σπουδαίο τουρνουά του Αυγούστου, που αποτελεί την πρώτη διοργάνωση την οποία αναλαμβάνει η πόλη του Βόλου επί εποχής της νέας διοίκησης της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος.

«Είναι ένα Παγκόσμιο Πρωτάθλημα που είχε αποφασιστεί να γίνει στο Βόλο πριν τρία χρόνια, ωστόσο η πανδημία ήταν ανασταλτικός παράγοντας. Πήραμε αυτή την απόφαση με τη νέα διοίκηση της Ομοσπονδίας και με αφορμή το ότι το χειμώνα έγινε εδώ η κοινή προετοιμασία της Εθνικής ανδρών με τις ΗΠΑ, αλλά και τα εγκαίνια της αναβάθμισης του κολυμβητηρίου της Νέας Ιωνίας. Δείξαμε πόσο έτοιμοι είμαστε και οργανωτικά και σε θέμα εγκαταστάσεων και έτσι θα

συνεχιστεί η αγαστή συνεργασία με την ΚΟΕ την οποία διατηρούμε πολλά χρόνια».

Αναφορικά με το πως βαίνουν οι προετοιμασίες του τουρνουά, ο Γιώργος Βηλιώρας υπογράμμισε: «Θα λάβουν μέρος 25 ομάδες και απαιτείται μεγάλη οργάνωση, εμείς δεν ανησυχούμε και έχουμε ανθρώπους με εμπειρία, που θα διοργανώσουν τα πάντα άψογα, όπως και το εθελοντικό κίνημα που αποτελεί σημαντικό κομμάτι της διοργάνωσης. Τέτοια γεγονότα δίνουν προβολή στην πόλη αλλά και οικονομική ανάσα».

Ο κόσμος είναι σημαντικός για τέτοιες διοργανώσεις και ο Βόλος έχει αποδείξει πολλαπλάσιες πως αγαπά τον υγρό στίβο: **«Ο φίλαθλος κόσμος αγαπά το πόλο, στο οποίο έχει μακρά παράδοση. Πολλές φορές στο παρελθόν το κολυμβητήριο παρουσιάστηκε**

**μικρό για να φιλοξενήσει όλο αυτό τον κόσμο που δείχνει ενδιαφέρον.** Ελπίζω και φέτος να είναι ίδια η ανταπόκριση και φυσικά το ζητούμενο είναι να το παρακολουθήσει και να το ευχαριστηθεί ο κόσμος. **Είναι η πρώτη μεγάλη συνεργασία με τη νέα διοίκηση της ΚΟΕ».**

Για το Βοιωτή Ομοσπονδιακό τεχνικό Θοδωρή Βλάχο, που οδήγησε την Εθνική μας ομάδα ανδρών στο αργυρό μετάλλιο στο Τόκιο, αναφέρει: «Με το Θοδωρή έχουμε επαφή, είμαστε φίλοι από παλιά. **Είναι ιδιαίτερη τιμή και χαρά που ένας άνθρωπος της πόλης μας ήταν πρωτομάστορας της επιτυχίας αυτής** και για αυτό άλληλωση τιμήθηκε από το Δήμο, όπως και όλα τα παιδιά της ομάδας. Ευελπιστούμε και είμαστε βέβαιοι πως θα συνεχίσουν να μας κάνουν υπερήφανους».





# ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΜΟΡΑΣ

## «Πρόκληση για μας το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα»

**Ο Βαγγέλης Μόρας, Πρόεδρος του Αθλητικού και Πολιτιστικού Οργανισμού του Δήμου Λάρισας, μιλά στο περιοδικό της ΚΟΕ και αναφέρεται στη φιλοξενία του Παγκόσμιου Πρωταθλήματος Κορασίδων, με τη συμμετοχή 13 ομάδων από όλο τον πλανήτη.**

Στο Δήμο και το Κολυμβητήριο της Λάρισας θα πραγματοποιηθεί το διάστημα 21-27 Αυγούστου, ένα σπουδαίο αθλητικό γεγονός για τη χώρα μας, το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κορασίδων (K-16).

Ο Βαγγέλης Μόρας, Πρόεδρος του Αθλητικού και Πολιτιστικού Οργανισμού του Δήμου Λάρισας, μιλά στο περιοδικό της ΚΟΕ και αναφέρεται στη φιλοξενία του μεγάλου τουρνουά, με τη συμμετοχή 13 ομάδων από όλο τον πλανήτη.

**«Ήταν επιτακτική ανάγκη για την πόλη μας η διοργάνωση μιας τόσο σπουδαίας διοργάνωσης, σε ένα από τα πιο σύγχρονα κολυμβητήρια της χώρας, στο ανοικτό κολυμβητήριο της πόλης. Πρόκειται για μια εγκατάσταση που δημιουργήθηκε για να φιλοξενεί τέτοιου είδους αγώνες σε πανελλήνιο, πανευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο»,** αναφέρει ο διάσημος πρώην ποδοσφαιριστής, με μεγάλη καριέρα σε Ελλάδα και εξωτερικό, προσθέτοντας:

**«Είναι μια «ένεση» για όλους εκείνους που τόσα χρόνια μοχθούν στη**

**Λάρισα για την ανάπτυξη της υδατοσφαίρισης,** κάτι που αποδεικνύεται και από τις επιδόσεις των σωματείων της περιοχής. Στηρίζουμε τις πρωτοβουλίες αυτές και είμαστε πολύ χαρούμενοι που θα υποδεχθούμε εδώ τις αθλήτριες, τους προπονητές, τους συνοδούς και όλο τον κόσμο που θα δώσει το «παρών». Πρόκειται για μια διοργάνωση που στηρίζει πέραν του Δήμου, και η Περιφέρεια Θεσσαλίας».

Σε σχέση με το πως προχωρά η προετοιμασία ενόψει του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος, ο Βαγγέλης Μόρας υπογραμμίζει: «Προβλήματα δεν υπάρχουν, έχουμε ένα σύγχρονο κολυμβητήριο και η οργάνωση του συγκεκριμένου τουρνουά, η οποία εντείνεται το τελευταίο διάστημα, αποτελεί για εμάς μια μεγάλη πρόκληση. Ένα μεγάλο θέμα για εμάς είναι και ο εθελοντισμός, κάτι που δεν υπάρχει αυτή τη στιγμή στην πόλη. Θα θέλαμε να δημιουργήσουμε μια «δεξαμενή» από ανθρώπους που έχουν ενδιαφέρον να στηρίζουν τις προσπάθειες αυτές».

«Ήταν επιτακτική ανάγκη για την πόλη μας η διοργάνωση μιας τόσο σπουδαίας διοργάνωσης, σε ένα από τα πιο σύγχρονα κολυμβητήρια της χώρας, στο ανοικτό κολυμβητήριο της πόλης».



Τέλος, αναφορικά με το ποιες ενέργειες θα πραγματοποιηθούν από το Δήμο προκειμένου να αξιοποιηθεί στο έπακρο η συγκεκριμένη ευκαιρία, ο Βαγγέλης Μόρας τονίζει:

«Αναζητούμε λύσεις για τον τρόπο με τον οποίο όσοι θα επισκεφθούν την πόλη μας, να μπορέσουν να

δουν και να ανακαλύψουν τις ομορφιές της περιοχής μας, που είναι πολλές. Μακάρι να καταφέρουμε να παρέχουμε καλύψεις που θα προσφέρουν τα μέγιστα σε όσους θα παρευρεθούν εδώ και εύχομαι να απολαύσουν τις ομορφιές της περιφέρειας Θεσσαλίας και του Δήμου της Λάρισας».

## ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΤΣΑΝΤΩΝΗΣ

«Μοναδική ευκαιρία για τη Θεσσαλία»



Για το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κορασίδων (Κ-16) που θα πραγματοποιηθεί στο δημοτικό Κολυμβητήριο της Λάρισας (21-27 Αυγούστου) αλλά και το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Παιδων στο Βόλο το ίδιο διάστημα, μίλησε στο περιοδικό της ΚΟΕ και ο Γιώργος Κατσαντώνης, ο Πρόεδρος της Περιφερειακής Επιτροπής Θεσσαλίας.

«Με μεγάλη χαρά αποδεχθήκαμε την πρό(σ)κληση για τη διοργάνωση του Παγκοσμίου Πρωταθλήματος Πόλο Παιδων Κορασίδων, κάτι που συμβαίνει για πρώτη φορά στα χρονικά! Αποτελεί ιδιαίτερη τιμή για τη Θεσσαλία η εμπιστοσύνη που έδειξε η Κολυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδος και ειδικά ο πρόεδρος της, Κυριάκος Γιαννόπουλος, στις πόλεις της Λάρισας και του Βόλου. Φυσικά, τίποτα δεν θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί δίχως την αρωγή της Περιφέρειας Θεσσαλίας με πρωτεργάτη τον

περιφερειάρχη κύριο Κώστα Αγοραστό, αλλά και του Δήμου Λαρισαίων με επικεφαλής τον δήμαρχο κύριο Απόστολο Καλογιάννη», υποστήριξε ο Γιώργος Κατσαντώνης και στη συνέχεια τόνισε την σημαντικότητα του να αξιοποιηθεί η συγκεκριμένη ευκαιρία από το νομό Θεσσαλίας για την τουριστική προβολή του.

«Οι δύο πόλεις το διάστημα 21-27 Αυγούστου θα γεμίσουν με τους φιλοξενούμενους αθλητές και αθλήτριες και τους συνοδούς αυτών, οπότε θα είναι και μια τεράστια ευκαιρία για την τουριστική προβολή τους. Τα παιχνίδια των Παιδων θα πραγματοποιηθούν στον Βόλο, ενώ τα αντίστοιχα των Κορασίδων στη Λάρισα. Οι προετοιμασίες είναι πυρετώδεις. Περιμένουμε όλους του Θεσσαλιούς συμπολίτες μας να στηρίξουν αυτήν την προσπάθεια, να γεμίσουν τα κολυμβητήρια και να διαφημίσουν την ελληνική φιλοξενία».



ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΑ

# «Προτεραιότητα στον αθλητή»

Η Δέσποινα Καράμπελα είναι Έφορος του αθλήματος της καλλιτεχνικής κολύμβησης στην Ελλάδα και ειδική γραμματέας της ΚΟΕ. Επι σειρά ετών στο χώρο του υγρού στίβου.

Η Δέσποινα Καράμπελα ανήκει στο χώρο του Υγρού Στίβου από τεσσάρων ετών

«Για να βοηθήσεις διοικητικά, θα πρέπει να εστιάσεις στο βασικό πυρήνα, τους αθλητές»

# IMPOSSIBLE

*it's a dare*

«Τα παιδιά θέλουν ένα πρότυπο και εμείς έχουμε πολλά πρότυπα»

**A**πό την ηλικία των τεσσάρων ετών βρισκείται στον αθλητισμό. Πρώην αθλήτρια του ΑΝΟΓ και της Εθνικής ομάδας κλασικής κολύμβησης, στην πεταλούδα, διετέλεσε επίσης και βοηθός των Ομοσπονδιακών Προπονητών στα κλιμάκια, ενώ στη συνέχεια ίδρυσε το σωματείο, τη ΣΚ Ροή, που ξεκίνησε ως Δελφίνια, σε μια πολύ νεαρή ηλικία.

Είναι Πρόεδρος του συγκεκριμένου σωματείου, που διατηρεί τρία τμήματα αφιερωμένα κυρίως στα «φυτώρια», τις νεαρές ηλικίες και ο πήχης, όπως υποστηρίζει, έχει ανέβει πολύ.

Ποιος θα πρέπει να είναι οι προτεραιότητες που οφείλει να θέσει το συμβούλιο της ΚΟΕ στο άμεσο μέλλον, σύμφωνα με την κ. Καράμπελα;

«Ζούμε σε μια μετα-covid εποχή, που τα πράγματα στον αθλητισμό δεν είναι εύκολα. **Για δύο-τρία χρόνια οι αθλητές βγήκαν εκτός ρυθμού.** Το «φυτώριο» σχεδόν εξαφανίστηκε. Πρόκειται για μεγάλη αποχή από την πισίνα, ειδικά δε για τα μικρά παιδιά, ήταν μεγάλο το διάστημα. Εμάς βασικός μας στόχος είναι η ενασχόληση με τα φυτώρια. Η ΚΟΕ εστιάζει πολύ

στις μικρές κατηγορίες. Δεύτερον, για να μπορέσει να αντιμετωπιστεί το πλήγμα του covid-19 στα σωματεία, η Ομοσπονδία πρέπει να είναι να είναι δίπλα τους, να τα αφουγκράζεται και να δίνει λύσεις στα προβλήματα, είτε μέσω της ΓΓΑ είτε μέσω της ΕΟΕ. Οι δυνάμεις πρέπει να είναι ενωμένες».

«Ευτυχώς όλη η νέα διοίκηση της ΚΟΕ απαρτίζεται από ανθρώπους του χώρου», υπογραμμίζει



«Για να βοηθήσεις διοικητικά, θα πρέπει να εστιάσεις στο βασικό πυρήνα, τους αθλητές»

Με ποιο τρόπο θα μπορεί η ΚΟΕ να είναι κοντά στα σωματεία έμπρακτα:

«Θα πρέπει - τονίζει- να είναι κοντά σε όλα τα σωματεία, και στην Αθήνα και στην περιφέρεια. Οι περιφερειακές επιτροπές οφείλουν, με λύσεις και προτάσεις, να βρίσκονται κοντά τους. Επίσης, τα σωματεία θα πρέπει και τα ίδια να κάνουν δράσεις και κινήσεις για τους αθλητές μας. Να τους προβάλλουν ως «star». Όπως στο τένις, όπου για παράδειγμα έγινε ευρέως γνωστό μέσω του Τσιτσιπά, έτσι και για εμάς το σωστό μάρκετινγκ θα παίξει πολύ βασικό ρόλο στην ανάπτυξη των σωματείων και στο να προσέλθουν ξανά μικρά παιδιά. Τα παιδιά θέλουν ένα πρότυπο και εμείς έχουμε πολλά πρότυπα».

Με δεδομένη την ενεργειακή κρίση και το κόστος λειτουργίας των κολυμβητηρίων που έχει αυξηθεί κατακόρυφα, πώς μπορούν να λειτουργήσουν τα

σωματεία και πώς μπορεί να κινηθεί η πολιτεία;

**«Το κοχύμπι ήταν πάντα ένα κοστοβόρο άθλημα, λόγω του μεγάλου κόστους λειτουργίας της πισίνας.** Πόσω μάλλον τη σημερινή εποχή. Έχουν γίνει προτάσεις, πρέπει να είμαστε όλοι ενωμένοι και να δούμε τι βοήθεια μπορεί να παρασχεθεί και τι επιχορηγήσεις για τους Δήμους και τους ιδιώτες που έχουν αναλάβει τα κολυμβητήρια. Έχουμε την Πολιτεία κοντά μας με κάποιες κινήσεις που διαδραματίζονται, είναι αρωγός με τη στάση της και θεωρούμε πως με τέτοιες ενέργειες, θα εξακολουθήσει να είναι κοντά μας».

Αναφορικά με τα πρώτα βήματα που έγιναν από τη νέα διοίκηση της ΚΟΕ, η Δέσποινα Καράμπελη σχολιάζει: «το μεγαλύτερο πρόβλημα που αντιμετωπίσαμε είναι ότι προερχόμαστε έπειτα από μια Διοίκηση 36 ετών της ΚΟΕ. Αυτό από μόνο

του ήταν ένα πρόβλημα, διότι δεν γνωρίζαμε ούτε το ανθρώπινο δυναμικό ούτε και πολλά ακόμη, επομένως ήμασταν σε προσαρμογή. **Ευτυχώς όλη η νέα διοίκηση απαρτίζεται από ανθρώπους του χώρου.** Με πρωτεργάτη τον Πρόεδρο, κ. Γιαννόπουλο, ό,τι κάνουμε το κάνουμε για τον αθλητή και τον προπονητή. Ως πρώην αθλήτρια το θεωρώ αυτό ό,τι πιο σημαντικό. Για να βοηθήσεις διοικητικά, θα πρέπει να εστιάζεις στο βασικό πυρήνα, τους αθλητές».

Ως μέλος της ΚΟΕ και έφορος του αθλήματος της καλλιτεχνικής κολύμβησης τι θα ζητούσε από την αθλητική ηγεσία του τόπου;

«Βλέποντας την προσπάθεια που καταβάλλεται, δεν θα ήθελα να ζητήσω άμεσα κάτι, διότι βλέπω μετά από χρόνια την πρόθεση να επικρατήσει μια τάξη. Αυτό εμένα με καλύπτει, προφανώς δεν μπορούν να λυθούν όλα τα προβλήματα με τη

μία. **Ο κ. Αυγενάκης έχει δώσει δύναμη στα σωματεία και αυτό αρχικά είναι σημαντικό-τατο. Είναι πανταχού παρών, δίπλα και στον Πρόεδρο και στα σωματεία.** Γίνεται προσπάθεια να λυθεί ένα πρόβλημα τη φορά».

Στο Ευρωπαϊκό και το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα είχαμε κάποιες σημαντικές διακρίσεις με κατακτήσεις μεταλλίων, ωστόσο η Εθνική μας λόγω του covid-19 που έπληξε την ομάδα, δεν συμμετείχε στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο.

**«Ό,τι δεν σε σκοτώνει σε κάνει δυνατότερο. Ήταν ένα μεγάλο πλήγμα, όμως ήταν και ένα γερό μάθημα.** Ο Πρόεδρος κ. Γιαννόπουλος μας στήριξε στα άσχημα. Δεν αφήνει ούτε τον αθλητή ούτε τον παράγοντα να «πέσει» στα δύσκολα. Εμείς από την πλευρά μας, κρατιόμαστε από τα θετικά αγωνιστικά αποτελέσματα για να πάμε ακόμη πιο ψηλά». **k**



Έμφαση στα «φυτώρια» θα πρέπει να δίνουν τα σωματεία, σύμφωνα με τη Δέσποινα Καράμπεφα



## ΑΡΗΣ ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗΣ

Το χρυσό στο  
Μόντρεαλ και  
η παγκόσμια  
καταξίωση

Ο Άρης Γρηγοριάδης έχει αφήσει ανεξίτηλο το στίγμα του στην ελληνική κλασική κολύμβηση, καθώς αποτελεί το μοναδικό Έλληνα που έχει κατακτήσει χρυσό μετάλλιο σε Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Υγρού Στίβου.

«Φορτωμένος» με μετάλλια, με «βαρύτερα» όλων φυσικά αυτό του Παγκοσμίου στο Μόντρεαλ αλλά και του Ευρωπαϊκού στο Ντέμπερσεν



«Θέλω να σταθώ ιδιαίτερα και στο χρυσό μετάλλιο που κατέκτησα πριν από δέκα χρόνια, στην Ουγγαρία, στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα και στα 100 μέτρα ύπτιο. Έχει ιδιαίτερη βαρύτητα για μένα, αφού εκείνη την περίοδο, μέσα στην μεγάλη ελληνική οικονομική κρίση, αντιμετωπίζαμε τεράστια προβλήματα με τον προπονητή μου»

**Η**ταν 31 Ιουλίου 2005 όταν στο παγκόσμιο πρωτάθλημα του Μόντρεαλ κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο στα 50 μέτρα ύπτιο με επίδοση 24.95. Φυσικά, αυτή δεν είναι η μοναδική του σπουδαία διάκριση, αφού και το 2012 κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του Ντέμπρετσεν, στα 100 μέτρα ύπτιο.

▶ Δείτε [ΕΔΩ](#) την χρυσή κούρσα του Άρη Γρηγοριάδη στο Μόντρεαλ.

Που βρίσκεται όμως σήμερα ο Άρης Γρηγοριάδης; Ασχολείται ακόμα με την κλασική κολύμβηση;

«Βρίσκομαι στην αγαπημένη μου Θεσσαλονίκη. Ζω δηλαδή στην Ελλάδα, στο καλύτερο μέρος του πλανήτη, για να δουλεύεις, να βρίσκεσαι, να υπάρχεις. Προπονώ νεαρούς αθλητές και αθλήτριες και έχω πάντα δίπλα μου τον προπονητή μου, τον Χρυσάφη Βαγγελακάκη, ο οποίος έχει σημαδέψει την καριέρα και την ζωή μου τα τελευταία 25 χρόνια» τονίζει ο Άρης και προσθέτει:

«Στην Θεσσαλονίκη υπάρχουν εγκαταστάσεις που βελτιώθηκαν τα τελευταία χρόνια και αυτό είναι πολύ σπουδαίο για την σωστή δουλειά και την εξέλιξη στην καριέρα πολλών ταλαντούχων παιδιών. Κολυμβητήρια όπως το Εθνικό και το Ποσειδώνιο. **Σίγουρα προτεραιότητα θα πρέπει να αποτελεί η άψογη**

**λειτουργία των κολυμβητηρίων, ώστε να έχουμε την προσέλευση νέων παιδιών, που αποτελούν την καρδιά και τον κορμό της κολύμβησης.** Οι σύλλογοι να λειτουργούν σωστά και τα παιδιά αυτά σιγά-σιγά να γίνουν οι αυριανοί πρωταθλητές».

Ο παγκόσμιος πρωταθλητής εκτιμά ότι οι σωστές εγκαταστάσεις δημιουργούν τις προϋποθέσεις για την εξέλιξη ενός αθλητή.

«Στην εποχή μου η ελληνική κολύμβηση γνώρισε μια άνθηση. Η δεκαετία του 2000 ήταν η δεκαετία των Ολυμπιακών αγώνων της Αθήνας, ωστόσο η συνέχεια δεν ήταν ανάλογη και υπήρξε σημαντική υποβάθμιση στην πορεία. Τα τελευταία χρόνια υπάρχει μια εκ νέου ανάπτυξη και θέλουμε να την κρατήσουμε. Είμαστε πόλη που παράγει σπουδαίους κολυμβητές και χρειάζεται υποστήριξη και παροχές».

Σήμερα ο Άρης παραμένει ως προπονητής στον χώρο και παρακολουθεί στενά την εξέλιξη στο χώρο της ελληνικής και παγκόσμιας κολύμβησης.

«Παραμένω στον χώρο και διατηρώ δυνατές φιλίες και άριστες σχέσεις με πολλούς. Τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό. Ιδιαίτερη είναι η επικοινωνία μου με τον Σπύρο Γιαννιώτη, έναν μοναδικό άνθρωπο και αθλητή. Τον βλέπω στους αγώνες και έχουμε μια πολύ





Μαζί με τον προπονητή του,  
Χρυσόφη Βαγγελάκκη

«Η ελληνική κολύμβηση σήμερα βρίσκεται σε πολύ καλά χέρια, και με τον Κρίστιαν Γκολομέεβ, με τον Ανδρέα Βαζαίο, την Άννα Ντουντουνάκη και τον Απόστολο Χρήστου»



ανθρώπινη σχέση. **Ο Σπύρος για μένα υπήρξε ο υπ' αριθμόν «ένα» κολυμβητής στην χώρα. Ένας αθλητής που προσπάθησε και κατάφερε σε ηλικία 36 ετών να κατακτήσει ένα ολυμπιακό μετάλλιο. Ένας απίστευτος άνθρωπος με μια γλυκιά τρέλα για το άθλημα που αγάπησε. Ένα άτομο με ασταίρευτο πείσμα, ένα παιδί με ατελείωτα ψυχικά αποθέματα.** Ένας μεγάλος άνθρωπος και υπέροχος αθλητής».

### **«Το μέλλον της ελληνικής κολύμβησης προδιαγράφεται λαμπρό»**

Ο Άρης Γρηγοριάδης εκφράζεται κολακευτικά και για τα παιδιά που έχουν οδηγήσει την κλασική κολύμβηση σε σπουδαίες επιτυχίες και αποτελούν σημαντικούς πρεσβευτές της Ελλάδας στο άθλημα.

«Η ελληνική κολύμβηση σήμερα βρίσκεται σε πολύ καλά χέρια, με τον Κρίστιαν Γκολομέεβ, με τον Ανδρέα Βαζαίο, την Άννα Ντουντουνάκη και τον Απόστολο Χρήστου, ο οποίος έκανε φέτος την καλύτερή του χρονιά με αποκορύφωμα τις επιδόσεις του στη Βουδαπέστη. Είναι ένα παιδί προσηλωμένο στο στόχο του, εξαιρετικός αθλητής και δεν αμφιβάλλω πως η κολύμβηση του χρωστά ένα χρυσό μετάλλιο και θεωρώ πως θα τα καταφέρει. Πρόκειται για τέσσερα παιδιά που μας κάνουν υπερήφανους και τα οποία είναι σε θέση να

μας εκπροσωπήσουν επάξια σε οποιαδήποτε μεγάλη διοργάνωση».

Ο Άρης Γρηγοριάδης παρακολουθεί φυσικά και την διεθνή σκηνή. Αναφέρεται στις μεγάλες προσωπικότητες του αθλήματος και ξεχωρίζει τον Μάικλ Φέλπς, το φαινόμενο της παγκόσμιας κολύμβησης.

«Τα λόγια είναι περιττά όταν εκφράζεσαι για τον Μάικλ Φέλπς. Φαινόμενο όχι για την κλασική κολύμβηση, αθλή για τον παγκόσμιο αθλητισμό. Μοναδικές φυσιογνωμίες στο άθλημά μας ήταν επίσης ο Ρώσος Αλεξάντερ Ποπόφ, η Ιταλίδα Φεντερίκα Πελεγκρίνι που ξεχώρισε για την διάρκειά της, αφού πρωταγωνίστησε για 20 και πλέον χρόνια, ο Αυστραλός Ιαν Θόρπ, ο πρόσθιος Αντάμ Πίτι και ο Ολλανδός Βαν Ντε Χούγκεμπαντ».

Ολοκληρώνοντας την αναφορά του στο χτες, ο Άρης Γρηγοριάδης στέκεται στις μοναδικές στιγμές της υπεροχής καριέρας του.

«Το χρυσό μετάλλιο τον Ιούλιο του 2005 στο παγκόσμιο πρωτάθλημα του Μόντρεαλ, ήταν αναμφίβολα η μεγαλύτερη επιτυχία της καριέρας μου. Είχα τον καλύτερο χρόνο και δικαίωσα τα προγνωστικά. Είμαι ευγνώμων για αυτή την επιτυχία που πέρασε στην ιστορία του αθλήματος. Θέλω όμως να σταθώ ιδιαίτερα και στο χρυσό μετάλλιο που κατέκτησα πριν από δέκα χρόνια, στην Ουγγαρία, στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα και στα 100 μέτρα ύπτιο. Έχει ιδιαίτερη βαρύτητα για

Αισιόδοξος ο Άρνης πως με τη νέα διοίκηση της ΚΟΕ, η κοθύμβηση βρίσκεται σε ασφαλή χέρια



«Ήταν 31 Ιουλίου 2005 όταν στο παγκόσμιο πρωτάθλημα του Μόντρεαλ κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο στα 50 μέτρα ύπτιο με επίδοση 24.95»



Στην πολυαγαπημένη του Θεσσαλονίκη ζει και εργάζεται ως προπονητής τα τελευταία χρόνια ο Άρνης Γρηγοριάδης

μένα, αφού εκείνη την περίοδο, μέσα στην μεγάλη ελληνική οικονομική κρίση, αντιμετωπίζαμε τεράστια προβλήματα με τον προπονητή μου. Κλειστά κολυμβητήρια, μεγάλη ταλαιπωρία, δυσβάσταχτη αβεβαιότητα. Αλλάζαμε συνέχεια τα προπονητικά μας σχέδια. Νομίζω το χρυσό αυτό μετάλλιο έχει την ίδια αξία για μένα με εκείνο του 2005».

Τέλος, ο σπουδαίος πρώην πρωταθλητής αναφέρεται και στη νέα διοίκηση της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος και το έργο της μέχρι στιγμής:

**«Η ΚΟΕ είναι ανανεωμένη και λύνει τα όποια προβλήματα, βοηθά τα σωματεία και τους αθλητές μας. Αποτελείται από πρώην πρωταθλητές κολύμβησης, που γνωρίζουν ακριβώς πως λειτουργεί ο χώρος. Από τον Πρόεδρο μέχρι τα υπόλοιπα στελέχη, όλοι έχουν άποψη γνώση και κατανόηση των προβλημάτων και των αναγκών του αθλήματος. Υπάρχει φυσικά και ο σπουδαίος Σπύρος Γιαννιώτης ως προπονητής, ο οποίος με την εμπειρία του αποτελεί ένα αναπόσπαστο κομμάτι. Χρειάζεται από την πολιτεία μεγαλύτερη οικονομική υποστήριξη διότι ο χώρος του υγρού στίβου έχει φέρει σπουδαίες ολυμπιακές επιτυχίες και θεωρώ πως εάν υπάρξει η στήριξη αυτή, η συνέχεια θα είναι σπουδαία».** **K**



Ο Σπύρος για μένα υπήρξε ο υπ' αριθμόν «ένα» κολυμβητής στην χώρα. Ένας αθλητής που προσπάθησε και κατάφερε σε ηλικία 36 ετών να κατακτήσει ένα ολυμπιακό μετάλλιο.



# ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΑΡΚΟΣ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΟΡΑΡΗΣ

## Ο απόλυτος πρωταγωνιστής του Οράν

Κυρίαρχος των Μεσογειακών Αγώνων κολύμβησης που διεξήχθησαν στο Οράν της Αλγερίας ήταν από ελληνικής πλευράς ο Δημήτρης Μάρκος, κατακτώντας συνολικά πέντε μετάλλια και αποδεικνύοντας ξανά το μεγάλο ταλέντο και τη σκληρή δουλειά που έχει αφιερώσει.





Ο 20χρονος κολυμβητής κατέκτησε δύο χρυσά, στα 400 ελεύθερο και 4X200 ελεύθερο ανδρών και τρία ασημένια μετάλλια, στα 200 ελεύθερο, 1500 ελεύθερο και 4X100 ελεύθερο, αποτελώντας αναμφισβήτητα το πρόσωπο της ελληνικής αποστολής.

**Ο** Δημήτρης Μάρκος αθλή και ο προπονητής του, Αλέξανδρος Μοράρης, μίλησαν στο περιοδικό της ΚΟΕ για την εξέλιξη και την μέχρι σήμερα πορεία του νεαρού κολυμβητή αθλή και την πειθαρχία που έχει επιδείξει.

Πρώτος παίρνει το λόγο ο Αλέξανδρος Μοράρης, προπονητής από το 1998, από την μικρή πισίνα έως την αγωνιστική ομάδα. Ο κόουτς του Δημήτρη, που έχει συνεργαστεί με το Μάρκο Μανταλούφα για επτά χρόνια στον Ποσειδώνα Ιλισίων κερδίζοντας το πρωτάθλημα στα age groups και στη συνέχεια εργάστηκε σε Παλαιό Φάληρο και ΝΟ Καλαμακίου, αναφέρει για τον νεαρό αθλητή του:

**«Ο Δημήτρης δεν είχε την καλύτερη τεχνική, δεν είχε καλά πόδια, καθόλου καλούς δελφινισμούς, έχει όμως το μεγαλύτερο ταλέντο. Το ταλέντο της δουλειάς. Χάρη σε αυτό τα βελτίωσε όλα, πάντα ήταν αγωνιστής. Με πίστεψε και με ακολούθησε. Κάνει συνέχεια πράξη όλες τις συμβουλές και τις οδηγίες μου και γενικότερα ό,τι βάλει στο μυαλό του το πραγματοποιεί»**

Στη συνέχεια ο έμπειρος τεχνικός προσθέτει: «Σαν άνθρωπος είναι υπερβολικά περήφανος, αποφασιστικός, πεισματάρης και πολύ καλό παιδί. Αγωνιστικά δεν έχει όρια. **Θα συνεχίσει να εργάζεται για τα όνειρά του, ξέρει να μαθαίνει από τις δυσκολίες και θα βελτιώνεται κάθε χρόνο γιατί γνωρίζει εκ των προτέρων ότι αυτό θα τον κάνει κορυφαίο».**

Τι λέει ο ίδιος ο Έλληνας πρωταθλητής για την μέχρι στιγμής σταδιοδρομία του, τις επιτυχίες αθλή και τους ανθρώπους που τον βοήθησαν μέχρι σήμερα;

«Σίγουρα την παρουσία μου στην πισίνα την οφείλω στους γονείς μου. Εκείνοι με ώθησαν στο άθλημα, το γνώρισα και το αγάπησα. Είναι δίπλα μου πάντα, ακόμα και όταν δεν ήταν κανείς άλλος και αυτό δεν θα το ξεχάσω ποτέ», αναφέρει ο 20χρονος κολυμβητής του ΝΟ Καλαμακίου και προσθέτει:

**«Η μεγαλύτερη μου χαρά στις πισίνες μέχρι σήμερα είναι όταν έπιασα το όριο για τους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Τόκιο. Δεν έχω κάποιο αγαπημένο αγώνισμα στο κολύμπι, τα λητρεύω όλα και μου αρέσει που το καθένα έχει τη δυσκολία του και μία εντελώς διαφορετική τακτική».**

Στην ερώτηση για το αν έχει σκεφτεί να αποχωρήσει από την Ελλάδα και να ακολουθήσει καριέρα στο εξωτερικό, ο Δημήτρης ξεκαθαρίζει πως **«δεν θα έφευγα ποτέ από την Ελλάδα και αυτό γιατί είμαι συναισθηματικός άνθρωπος και πιστεύω πως, όσο καλύτερες συνθήκες και να έβρισκα στο εξωτερικό, δεν θα μπορούσα να αποδώσω το ίδιο».**

Τέλος, αναφορικά με τους επόμενους στόχους του μέσα στο 2022, υπογραμμίζει πως φυσικά αποτελεί μια εξέλιξη η οποία θα τον οδηγήσει στην Ολυμπιάδα του 2024: «Οι στόχοι μου για το 2022 είναι να βελτιωθώ, να κάνω ατομικά ρεκόρ τα οποία μπορούν με φέρουν πιο κοντά στο στόχο μου για το 2024, τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Ένα ρητό που με έχει αγγίξει βαθιά είναι το εξής "never forget the one who saw you when you were invisible to others" («μην ξεχνάς αυτόν που σε πρόσεξε όταν για τους άλλους ήσουν αόρατος»).



**«Η μεγαλύτερη μου χαρά στις πισίνες μέχρι σήμερα είναι όταν έπιασα το όριο για τους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Τόκιο.»**



ΕΛΕΝΑ ΦΡΑΓΚΑΚΗ / ΚΡΥΣΤΑΛΕΝΙΑ ΓΙΑΛΑΜΑ

# Το ντουέτο των επιτυχιών



Το ντουέτο κατέκτησε την πέμπτη θέση στον τελικό του τεχνικού ντουέτου και την τέταρτη σε αυτόν του ελεύθερου ντουέτου, αφήνοντας τεράστιες υποσχέσεις για το μέλλον.



Αχώριστα εντός και εκτός πισίνας τα δύο κορίτσια



**Κρυσταλένια Γιαλαμά**

«Αυτό που μας ενδιαφέρει περισσότερο είναι ότι οι προπονήτριες μας και εμείς οι ίδιες είμαστε ευχαριστημένες και περήφανες από την παρουσία μας σαν ομάδα σε αυτό το πρωτάθλημα»

**Έλενα Φραγκάκη**

«Είμαστε μια πολύ δυνατή ομάδα με πολύ καλές εμφανίσεις σε όλα τα προγράμματα, ακόμα και αν αυτό δεν αποτυπώθηκε όπως θα θέλαμε βαθμολογικά»



**Η** Έλενα Φραγκάκη και η Κρυσταλένια Γιαλαμά είναι τα πλέον ανερχόμενα ονόματα στο χώρο της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης στην Ελλάδα, κάτι που απέδειξαν με τις εξαιρετικές εμφανίσεις τους στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νεανίδων που διεξήχθη στο Αλικάντε της Ισπανίας.

Το ντουέτο κατέκτησε την πέμπτη θέση στον τελικό του τεχνικού ντουέτου και την τέταρτη σε αυτόν του ελεύθερου ντουέτου, αφήνοντας τεράστιες υποσχέσεις για το μέλλον. Ποιες είναι όμως οι δύο ανερχόμενες αθλήτριες και πως βλέπουν το μέλλον τους στο άθλημα;

## ΕΛΕΝΑ ΦΡΑΓΚΑΚΗ

**Η Έλενα Φραγκάκη είναι 18 ετών και ασχολείται με την καλλιτεχνική κολύμβηση από την ηλικία των πέντε.** Είναι μέλος της Εθνικής από τα 12 της χρόνια, με πολλές όμορφες στιγμές και διακρίσεις. Η ίδια ξεχωρίζει την 6η θέση στο Παγκόσμιο της Γκουανγκτζού, τη 2η θέση στο Ευρωπαϊκό της Βουδαπέστης στο κόμπο, την πρόκριση στην Ολυμπιάδα του Τόκιο, την κατάκτηση της 4ης θέσης στο κόμπο στο Παγκόσμιο της Βουδαπέστης, καθώς φυσικά και τη διάκριση στο Αλικάντε.

Μιλώντας στο περιοδικό της ΚΟΕ για την παρουσία της στο







Όπως αναφέρει τόσο η Κρυσταλένια όσο και η Έλενα, η συνεργασία τους είναι εξαιρετική λόγω του δεσίματος που έχουν ως προσωπικότητες



Εξαιρετικές εντυπώσεις άφησαν οι δύο κοπέλες στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νεανίδων του Αλικάντε, συμμετέχοντας μαζί σε δύο τελικούς

Ευρωπαϊκό Νεανίδων και τους επόμενους στόχους της, η Έλενα υπογράμμισε:

«Οι αγώνες στην Ισπανία θεωρώ ότι αποτέλεσαν ένα ακόμα κίνητρο για να γίνουμε καλύτερες και να εξελιχθούμε. Είμαστε μια πολύ δυνατή ομάδα με πολύ καλές εμφανίσεις σε όλα τα προγράμματα, ακόμα και αν αυτό δεν αποτυπώθηκε όπως θα θέλαμε βαθμολογικά. Οι αγωνιστικές μας υποχρεώσεις παρόλα αυτά βρίσκονται πολύ μακριά από το τέλος τους, καθώς έχουμε το πανευρωπαϊκό γυναικών και το παγκόσμιο τζούνιор τα οποία είναι εξίσου σημαντικά».

Όσον αφορά τη συνεργασία της με την Κρυσταλένια



«Με την Κρυσταλένια μένουμε στο ίδιο σπίτι 4 χρόνια τώρα, είμαστε όλη μέρα μαζί, συνεννοούμαστε με τα μάτια πλέον.»

Γιαλαμά, τονίζει πως «με την Κρυσταλένια μένουμε στο ίδιο σπίτι 4 χρόνια τώρα, είμαστε όλη μέρα μαζί, συνεννοούμαστε με τα μάτια πλέον. **Δεν μπορώ να σκεφτώ κάποιον άλλο με το οποίο θα ταίριαζα περισσότερο για ντουέτο. Συνεργαζόμαστε άψογα, ακούει η μια την άλλη, καταλαβαίνει η μια την άλλη, και βοηθά η μια την άλλη».**

## ΚΡΥΣΤΑΛΕΝΙΑ ΓΙΑΛΛΑΜΑ

**Η Κρυσταλένια Γιαλαμά είναι επίσης 18 ετών και ασχολείται με τον υγρό στίβο τα τελευταία 14. Ξεκίνησε με κλασική κολύμβηση στην ηλικία των τεσσάρων και άρχισε να ασχολείται με την καλλιτεχνική κολύμβηση έπειτα από δυο χρόνια, στην Αθλητική Ακαδημία του Ωρίωνα στο Ηράκλειο Κρήτης.**

Αποτελεί βασικό μέλος τις εθνικές ομάδας από το 2017 μέχρι και σήμερα. Οι πιο σημαντικές διακρίσεις της, όπως υποστηρίζει, είναι η 2η θέση στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα γυναικών στην

Βουδαπέστη το 2021, η πρόκριση για τους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Τόκιο το 2021, η 4η θέση στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στην Βουδαπέστη το 2022 και 3η θέση στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νεανίδων στο Αλικαντε.

«Το Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νεανίδων στο Αλικαντε ολοκληρώθηκε με πολύ όμορφο τρόπο και δυο χάλκινα μετάλλια στις αποσκευές μας. Όμως, αυτό που μας ενδιαφέρει περισσότερο είναι ότι οι προπονητές μας και εμείς οι ίδιες είμαστε ευχαριστημένες και περήφανες από την παρουσία μας σαν ομάδα σε αυτό το πρωτάθλημα. Ακούσαμε θετικά σχόλια από πολλούς διεθνείς κριτές αθλά και από τον κόσμο στην Ελλάδα. Αυτό δείχνει την δυναμική και το μέλλον αυτής της ομάδας και ως είναι σχετικά νεόδμητη», αναφέρει η Κρυσταλένια αναφορικά με τις διακρίσεις της.

Αναφορικά με τους επερχόμενους στόχους και τις προσδοκίες ενόψει των επόμενων διοργανώσεων, υποστηρίζει: «Οι επόμενοι στόχοι μας αυτό το καλοκαίρι είναι η καλύτερη προετοιμασία για το Πανευρω-

παϊκό Πρωτάθλημα Γυναικών στην Ρώμη, όπου σκοπός μας είναι να δείξουμε μια πιο βελτιωμένη και δυνατή εικόνα από το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα που έγινε πρόσφατα στην Βουδαπέστη. Το ίδιο ακριβώς ισχύει και για το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Νεανίδων στον Καναδά που ακολουθεί λίγες μέρες μετά την Ρώμη».

Τέλος, η Κρυσταλένια δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στο ντουέτο της εντός και εκτός πισίνας με την Έλενα Φραγκάκη: «Με την Έλενα, καθώς είμαστε στην ίδια ηλικία, γνωριζόμαστε από την πρώτη μας χρονιά στην εθνική ομάδα, το 2017. Από τότε μέχρι και σήμερα είμαστε σε όλες τις αποστολές μαζί. Έχουμε δεθεί παρά πολύ, ειδικότερα τα δυο τελευταία χρόνια. **Έτσι, πέρα από την καλή μας σχέση ως συναθλήτριες κάνουμε παρέα και περνάμε πολύ χρόνο μαζί εκτός προπόνησης.**

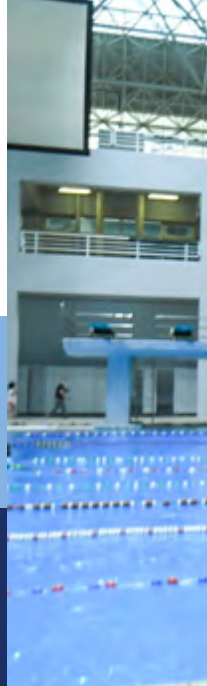
**Αυτό έχει ως αποτέλεσμα την άψογη συνεργασία μας στο ντουέτο που δημιουργήθηκε φέτος και αυτό φαίνεται στην επίδοσή μας σε όσους αγώνες έχουμε λάβει μέρος». **K****





Θωμάς Μπίμης – Νίκος Συρανίδης

# Από το Θαύμα στην απαξίωση



Η 16η Αυγούστου 2004 αποτελεί μια ιστορική ημέρα για τον ελληνικό υγρό στίβο, με τους Συρανίδη και Μπίμη να κατακτούν το χρυσό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας

Η 16η Αυγούστου 2004 αποτελεί μια ιστορική ημέρα για τον ελληνικό υγρό στίβο, ημέρα κατά την οποία πραγματοποιήθηκε η μεγαλύτερη έκπληξη στο αγώνισμα των καταδύσεων στην ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων.



«Άλλαξε η ζωή μας από εκείνη τη μέρα», θυμάται ο Νίκος Συρανίδης

**Δ**ίδυμο Θωμάς Μπίμης - Νίκος Συρανίδης, στα 3μ. συγχρονισμένων καταδύσεων. Ένας τελικός σε ένα κατάμεστο κολυμβητήριο του ΟΑΚΑ, που ξεκίνησε περίπου στις 21:00. Η Ελλάδα δεν είχε διακρίσεις ως τότε στο άθλημα των καταδύσεων και έγραψε ιστορία με τα δύο αυτά παιδιά. Προπονητής του Θωμά Μπίμη ήταν ο νυν Ομοσπονδιακός τεχνικός Πέτρος Φυρίγος, ενώ προπονητής του Νίκου Συρανίδη ήταν ο Γιούρι Αρταμόνοφ.

Τα ζευγάρια του τελικού ήταν οκτώ: Κίνα, Ρωσία, Γερμανία, Αυστραλία, Βρετανία, Κούβα, ΗΠΑ και Ελλάδα. Τα δυο παιδιά είχαν μια κρυφή ελπίδα για ένα μετάλλιο, ένα χάλκινο μετάλλιο και μαζί όλοι οι Έλληνες που παρακολουθούσαν με αγωνία. Η Ελλάδα εκείνη τη στιγμή βρισκόταν στην 5η θέση στην κατάταξη αναφορικά με τη βαθμολογία. Στόχος των δύο καταδυτών ήταν να μην βρεθούν κάτω από την 5η θέση και κρυφή ελπίδα ένα μετάλλιο. Οι αντίπαλοι ήταν περίφημοι, ήταν φαβορί και ήταν ξεκάθαρο πως Κινέζοι, Ρώσοι και Αμερικάνοι ήταν μπροστά από εμάς.

Σε ένα κατάμεστο κολυμβητήριο (πολλοί Κινέζοι θεατές), έγιναν πράγματα και θάματα. Τα μεγάλα φαβορί έκαναν λάθος βουτιές και οι ελπίδες για κάτι καλύτερο από την 4η θέση άρχισαν να εμφανίζονται.

**Η μεγάλη έκπληξη προδιαγράφονταν. Και πράγματι συνέβη! Με 353.34 βαθμούς άφησαν πίσω όλα τα φαβορί και κατέκτησαν το χρυσό, κόντρα σε κάθε προγνωστικό.**

► Δείτε το βίντεο της «χρυσής» βουτιάς [ΕΔΩ](#).

### «Άλλαξε η ζωή μας από εκείνη την ημέρα»

Είναι χαρακτηριστικό το σχόλιο του Θωμά Μπίμη: «Ποτέ δεν κοιτάζω τους άλλους ή τον πίνακα. Δεν θέλω να επηρεάζομαι. Ωστόσο δεν μπορώ να ξεχάσω το γεγονός ότι είδα με τα μάτια μου τους Κινέζους να χάνουν μια βουτιά. Ο Κινέζος καταδύτης έπεσε πολύ άσχημα και μηδενίστηκε. Τότε είπα από μέσα μου «λες;». Και τότε συνέβη το απίστευτο».

Ο Νίκος Συρανίδης από την πλευρά του θυμάται: «Το χρυσό δεν το περιμέναμε ποτέ. Ελπίζαμε στο θαύμα ενός μεταλλίου, αλλά το χρυσό δεν το περιμέναμε. Άλλαξε η ζωή μας από εκείνη τη μέρα. Σε μια χώρα χωρίς παράδοση στις καταδύσεις, δώσαμε στην Ελλάδα το σημαντικότερο μετάλλιο στο χώρο του υγρού Στίβου».

«Το χρυσό δεν το περιμέναμε ποτέ. Ελπίζαμε στο θαύμα ενός μεταλλίου, αλλά το χρυσό δεν το περιμέναμε. Άλλαξε η ζωή μας από εκείνη τη μέρα. Σε μια χώρα χωρίς παράδοση στις καταδύσεις, δώσαμε στην Ελλάδα το σημαντικότερο μετάλλιο στο χώρο του υγρού Στίβου»





**Ο Νίκος Συρανήδης εμφανίστηκε στη φωτογράφιση με τα δύο παιδιά του, την Βίκυ (11 ετών) και το Γιώργο (13 ετών).**



Ο Θωμάς Μπίμης προσθέτει: «Κοίταζα τον πίνακα σαν χαζός! Δεν το πίστευα», αναφερόμενος στη στιγμή της βαθμολογίας που χάρισε στη χώρα μας το χρυσό.

Τα δύο παιδιά από εκείνη την διάκριση πήραν τα προνόμια που τους άρμοζαν. Ο Νίκος Συρανήδης είναι σήμερα Πλωτάρχης του Πολεμικού Ναυτικού, ενώ ο Θωμάς Μπίμης βρισκόταν στο Ναυτικό Σώμα ήδη πριν τους αγώνες και αυτό που πέτυχε είναι ότι κέρδισε ένα βαθμό και είναι πλέον και ο ίδιος Πλωτάρχης.

### **Οι ανεκπλήρωτες υποσχέσεις**

Παρόλα αυτά, και οι δύο πρωταθλητές εμφανίζονται απογοητευμένοι από το γεγονός ότι μετά από την σπουδαία αυτή επιτυχία, τίποτα δεν άλλαξε ουσιαστικά στο χώρο των καταδύσεων διότι η Ελλάδα έχασε την ευκαιρία να δώσει την ώθηση που έπρεπε στο άθλημα.

«Τοηλώ να πω», σημειώνει ο Θωμάς Μπίμης, «ότι το μετάλλιο αυτό ήταν δυστυχώς η ταφόνηλα του αθλήματος και όχι το σκαλοπάτι για να πάει μπροστά. Δεν φταίμε εμείς για αυτό, αλλιώς κάποιοι άλλοι οι οποίοι θα έπρεπε να ζητήσουν συγγνώμη. Δυστυχώς μικροπολιτικά προβλήματα και καρεκλοθηρία ώθησαν το άθλημα προς τα πίσω αντί για μπροστά. Ό,τι δεν έγινε τόσα χρόνια στο χώρο της ΚΟΕ, θα ήταν υπέροχο να διαφοροποιηθεί τώρα με τη νέα διοίκηση. Ζητάμε ταυτονότητα, να λειτουργήσουν ξανά τα καταδυτήρια. Αυτή τη στιγμή υπάρχει μόνο το κλειστό του ΟΑΚΑ, για δύο ώρες την ημέρα, όπου εκεί προετοιμάζονται τα τρία σωματεία αλλά και οι αθλητές της εθνικής ομάδας. Την ίδια ώρα στο χώρο βρίσκονται αθλητές ΑΜΕΑ. Το καταδυτήριο στον Άγιο Κοσμά είναι κλειστό από το 2011. Στο υπάρχον καταδυτήριο κάνουν προπονήσεις τα υπόλοιπα αθλήματα αλλά όχι οι καταδυτές. Αλλά και στην υπόλοιπη χώρα τα καταδυτήρια υστερούν σε υποδομές και είναι εγκαταλεημένα, μεταξύ των οποίων και αυτό στην Πάτρα στο «Αντώνης Πεπανός» όπου εμείς είχαμε κάνει την





Οι δύο Ολυμπιονίκες σήμερα βρίσκονται στο Ναυτικό Σώμα, ως Πλωτάρχες



«Ό,τι δεν έγινε τόσα χρόνια στο χώρο της ΚΟΕ, θα ήταν υπέροχο να διαφοροποιηθεί τώρα με τη νέα διοίκηση. Ζητάμε τα αυτονόητα, να λειτουργήσουν ξανά τα καταδυτήρια»

προετοιμασία για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Δεν υπάρχουν σωματεία να υποστηρίξουν τις καταδύσεις στην Πάτρα και ακόμη και ο βατήρας του 1μ. έχει καταργηθεί για τις ανάγκες των υπολοίπων αθλημάτων. Φημοιολογείται επίσης ότι στο ιστορικό κολυμβητήριο του Ζαπείου, σε περίπτωση ανακατασκευής δεν θα υπάρχει πύργος καταδύσεων. Δεν υπάρχει επομένως ανοικτό καταδυτήριο στην Ελλάδα και ζητούμε από τους ιθύνοντες να δώσουν λύση στα τεράστια ζητήματα υποδομών».

Ο Νίκος Συρανίδης από την πλευρά του προσθέτει: **«Υπάρχει ένα πλάνο που οι υπεύθυνοι γνωρίζουν και η νέα διοίκηση της Ομοσπονδίας πρέπει να το στηρίξει για να μπορέσει το άθλημα να προχωρήσει.** Δεν υπάρχουν υποδομές, τα καταδυτήρια αντιμετωπίζουν προβλήματα και θα πρέπει να ανακαινιστούν. Το άθλημα είναι ασφαλές όταν υπάρχουν ασφαλείς υποδομές. Πρόσφατα έγιναν σημαντικές αλλαγές στο ΟΑΚΑ για να καταστεί το πιο σημαντικό κολυμβητικό κέντρο της Ευρώπης. Στο πλαίσιο αυτό αποφασίστηκε να καταργηθεί ο πύργος των καταδύσεων στο ανοικτό κολυμβητήριο έτσι ώστε να δημιουργηθούν νέες πισίνες για τις ανάγκες όλων των αθλημάτων. Αυτό σημαίνει ότι το κλειστό καταδυτήριο θα πρέπει κανονικά να περάσει αποκλειστικά στη διάθεση των καταδυτών. **Δεν ζητούμε κάτι παράλογο, αλλά κάτι εφικτό. Δυστυχώς από το μετάλλιο του 2004 και ύστερα δεν υπήρξαν άνθρωποι να νοιαστούν για το άθλημα, παρά μόνο ελάχιστοι που ήθελαν να υπηρετήσουν το χώρο με προθυμία.** Μας ζητούσαν να φέρουμε επιτυχίες για να μπορέσει να αναδειχθεί το άθλημα και παρότι φέραμε το σπουδαιότερο μετάλλιο όλων, το άθλημα πήγε πίσω. Ήταν τέτοια η απογοήτευση που αποχώρησα από το χώρο, επέστρεψα όμως το 2015 βλέποντας την πλήρη αποσύνθεση και δημιουργήσα ένα δικό μου σωματείο, τους «Πέντε κύκλους». Παραμένω στο χώρο προσπαθώντας να δώσω λύσεις με την παρουσία και την εμπειρία μου, για να μπορέσει το άθλημα να επιστρέψει εκεί που του αρμόζει». **k**



Ο Θωμάς Μπίμης αγκαλιά με τον 11χρονο γιο του, Δημήτρη.



ΛΑΜΠΡΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΟΠΟΥΛΟΣ



Ζωντανή  
εγκυκλοπαίδεια

## Λάμπρος Κωνσταντόπουλος, ετών 91. Ένας από τους μετρημένους στα δάχτυλα του ενός χεριού μεγάλους πρωταγωνιστές του Υγρού Στίβου στην Ελλάδα θυμάται τα πάντα στο χώρο.

Από 15 ετών βρίσκεται στον υγρό στίβο, αρχικά ως κολυμβητής του ιστορικού ΝΟΠ

**Ε**ίναι μια ολόκληρη εγκυκλοπαίδεια για το χώρο μας. Αμέτρητες φωτογραφίες και πολλή στοιχεία. Όσοι τον γνώρισαν όσα χρόνια βρισκόταν μέσα στα κολυμβητήρια, μιλούν για έναν άνθρωπο σπουδαίο. Θα αιφνιδιαστούν θετικά όταν τον δουν και του σφίξουν το χέρι. Οι διαφορές είναι ελάχιστες, ο Λάμπρος παραμένει νέος.

Ποιος είναι ο Λάμπρος Κωνσταντόπουλος; Γεννήθηκε στην Πάτρα τον Ιούνιο του 1931, στα Ψηλά Αθώνια. Από 15 ετών βρίσκεται στον υγρό στίβο, αρχικά ως αθλητής, κολυμβητής του ιστορικού ΝΟΠ. Μάλιστα, αμέσως μετά τον πόλεμο αναδείχθηκε νικητής σε πανελλήνιους αγώνες, ως κολυμβητής στο πρόσθιο. Κατέκτησε μετάλλια ως παις και αργότερα ως έφηβος, στο αγώνισμα του προσθίου στο Ζάππειο κολυμβητήριο.

**Στη συνέχεια ασχολήθηκε με το πόλο, όπου αγωνίστηκε από το 1948 μέχρι το 1951 στον ΝΟΠ και στη συνέχεια σταμάτησε τον αθλητισμό σε ηλικία μόλις 20 ετών.** Όπως αναφέρει χαρακτηριστικά, «ένιωθα ότι είχα τις δυνατότητες να είμαι πρωταγωνιστής, δεν ήμουν όμως ο καλύτερος», και έτσι ξεκίνησε να ασχολείται με τα διοικητικά.

Έτσι, φτάνοντας στην Αθήνα το 1952 ξεκίνησε να εργάζεται σε μια μεγάλη οικογενειακή επιχείρηση της εποχής, την Εταιρεία Οδών και Οδοστρωμάτων. Ήταν από το 1951 κριτής, χρονομέτρης και επόπτης γραμμών στο πόλο, ενώ από το 1955 και έπειτα ήταν διαιτητής.

«Εγώ και ο Ανδρέας Καλομοίρης, μετέπειτα πρόεδρος του ΣΕΔΥ, ήμασταν οι υπεύθυνοι διαιτησίας στο άθλημα, ενώ οι θρύλοι της διαιτησίας αργότερα, Λάκης Τσαντάς και Τάκης Παναγάκος, ήταν επόπτες γραμμών. Ασχολήθηκα με το πόλο ως διαιτητής από το 1955 έως το 1974. Βέβαια, από το 1967 μέχρι το 1974, την περίοδο της Δικτατορίας, ήταν μακριά από το άθλημα και προτίμησε να απέχει.

Επίσης, αποτέλεσε μέλος μιας επιτροπής της δεκαετίας του '60 που είχε δημιουργηθεί από την τότε κολυμβητική ομοσπονδία πάνω σε οργανωτικό επίπεδο, και η οποία αποτελούνταν από τον ίδιο, το μετέπειτα πρόεδρο της ΚΟΕ Δημήτρη Ζωγράφο και τον Πατρινό

πολίστα, Νίκο Τασόπουλο. Μέχρι και εκφωνητής ήταν ο Λάμπρος.

«Ναι, εγώ ήμουν που εκφωνούσα τα αποτελέσματα στο Ζάππειο Κολυμβητήριο», αναφέρει.

**Αμέσως μετά τη Δικτατορία, το 1974, με εντολή κυβέρνησης Καραμανλή, ο Αχιλλέας Καραμανλής ανέθεσε στον σπουδαίο παράγοντα Κώστα Παπαναστασίου να βρει άτομα μη χουντικά να καταλάβουν καίριες θέσεις στον αθλητισμό. Ο Παπαναστασίου προσέγγισε τον Κωνσταντόπουλο και του είπε: «Θα αναλάβεις μια θέση στο ΔΣ της ΚΟΕ».**

Ορίστηκε έφορος των Εθνικών ομάδων από το 1974 έως το 1984 στις διοικήσεις με προέδρους τον Γιάννη Μασουρίδη και τον Δημήτρη Ζωγράφο. Έπειτα, ήρθε στα πράγματα ο Δημήτρης Διαθεσόπουλος και τότε απομακρύνθηκε από την ΚΟΕ ο Λάμπρος, μέχρι το 1991 όταν την προεδρία ανέλαβε ο Γιάννης Παληός και έως το 1993 ο Λάμπρος διετέλεσε ως Α' Αντιπρόεδρος της Ομοσπονδίας.

Έπειτα, για τους επόμενους 14 μήνες διετέλεσε Πρόεδρος της Ομοσπονδίας.

Να σημειωθεί πως έγινε ο πρώτος παράγοντας στην ιστορία που μετείχε σε επιτροπές των διεθνών ομοσπονδιών. Από το 1979 ως το 1984 ήταν υπεύθυνος στην τεχνική επιτροπή υδατοσφαίρισης της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας.

Ο Λάμπρος ήταν παντρεμένος με την Πηνελόπη Λασκαρίδου, που κατάγονταν από την Αλεξάνδρεια της Αιγύπτου και απέκτησαν ένα γιο, το Γιάννη, που σήμερα είναι καθηγητής στο ΠΑΠΕΙ. Η γυναίκα του έφυγε από τη ζωή το 2003.

**Ο ίδιος βρίσκεται στο χώρο 75 χρόνια, άθλοτε ως ενεργό μέλος, αθλητής, κολυμβητής, πολίστας, διαιτητής, παράγοντας, Αντιπρόεδρος, Πρόεδρος και τα τελευταία χρόνια φίλαθλος και εραστής του χώρου.** Γνωρίζει τους πάντες και τρέφει μεγάλη εκτίμηση για την τωρινή διοίκηση, τον Πρόεδρο Κυριάκο Γιαννόπουλο και τους συνεργάτες του.

«Οι άνθρωποι αυτοί με τιμούν με τον τρόπο που →





μου συμπεριφέρονται, είναι πάντα δίπλα μου. Δυστυχώς επί εποχής της προηγούμενης Διοίκησης, κανένας δεν με θυμήθηκε, ένα τηλέφωνο, μια πρόσκληση. Πιστεύω πως λόγω της ιστορίας μου στο χώρο, έπρεπε να έχω δεχθεί μια επικοινωνία, μια πρόσκληση, είναι το παράπονό μου. Αντίθετα, ο νέος Πρόεδρος ο κ. Γιαννόπουλος αμέσως με προσέγγισε και με προσκάλεσε στην τελική φάση του κυπέλλου στη Βουλιαγμένη πέρυσι. Επίσης, όταν θέλησαν να τιμήσουν τους κορυφαίους του 2021 με προσκάλεσαν στην εκδήλωση. Θέλω να ευχαριστήσω δημόσια τη διοίκηση που μου δείχνει την εκτίμησή της».

Ο Λάμπρος Κωνσταντόπουλος είχε να θυμηθεί αρκετές ανέκδοτες ιστορίες. Αμέτρητες φωτογραφίες στο αρχείο του, για άλλες εποχές. Θυμάται τη δεκαετία του '40 και του '50 στην Πάτρα, τότε που ξεκινούσε την καριέρα ως αθλητής.

Αναφορικά με τον τρόπο που κολυμπούσαν τότε οι αθλητές στην Πάτρα, θυμάται **«οι προπονήσεις μας γίνονταν στο λιμενοβραχίωνα της Αγίου Νικολάου. Υπήρχε μια πλωτή εξέδρα που χρησιμοποιούσαμε για την αφετηρία και τον τερματισμό στην κολύμβηση. Δεν θα ξεχάσω το 1952 όταν κάποια στιγμή ο Ανδρέας Γεωργιάδης, πρόεδρος του**

ΝΟΠ χρειάστηκε τον Γιάννη Τούμπα, Ναύαρχο και μετέπειτα πρόεδρο της ΚΟΕ, να βοηθήσει στην αντιμετώπιση των κάκιστων καιρικών συνθηκών και του αέρα κατά τη διάρκεια των αγώνων.

Ο Γεωργιάδης κάλεσε τον Τούμπα και του είπε: «Ναύαρχε, κάνε κάτι, δεν μπορούν να γίνουν αγώνες». Μέσα σε λίγη ώρα, επτά πλοία του Πολεμικού Ναυτικού βρέθηκαν στο Λιμάνι της Πάτρας ως κυματοθραύστες και μας επέτρεψαν να κάνουμε αγώνες».

Στη συνέχεια, αναπολεί: «Το 1961, όταν ο ΝΟΠ έπαιζε με τον ΑΟΠΦ στο Ζάππειο, δεν υπήρχαν οκτάληπτα και 13άδες. Παίζαμε με επτά παίκτες αυστηρά και υπήρχαν πεντάληπτα. Όγδοος δεν υπήρχε και εάν ένας παίκτης τραυματιζόταν, έπρεπε να μείνει στο παιχνίδι μέχρι τέλους, καθώς μόνο με ιατρική γνωμάτευση μπορούσε κάποιος να αποχωρήσει και να αντικατασταθεί. Οι αποβολές ήταν αθλιώδεις. Ο αθλητής επέστρεφε στο ματς μόλις έμπαινε το επόμενο γκολ. Σε εκείνο το ματς κερδίζαμε 1-0, ήμασταν καλύτεροι και τέρμα είχαμε τον Δηλιέρνια. Τότε, παίζοντας με λιγότερο, φωνάζαμε στον τερματοφύλακα να δεχθεί το γκολ για να επιστρέψει ο παίκτης που είχε αποβληθεί. Ο Δηλιέρνιας φώναζε «δεν δέχομαι τίποτα» και συνέχισε πραγματοποιώντας μια εξαιρετική εμφάνιση. Το παιχνίδι τελικά έληξε με 1-0!».

Στις ανέκδοτες ιστορίες του, μπορεί να προστεθεί η περιπέτεια με έναν εκ των κορυφαίων τερματοφυλάκων κατά τη γνώμη του, Αλέκου Μοναστηριώτη του Ολυμπιακού, που σε ένα παιχνίδι του ΟΣΦΠ με τον ΝΟΠ, όταν είδε τον Παπαδόπουλο των αντιπάλων να πλησιάζει για να σκοράρει, μπροστά στα έκπληκτα μάτια εκατοντάδων φιλάθλων, έφυγε από το τέρμα του και έκατσε στη γωνία. Τότε, ο αθλητής της πατρινης ομάδας έκπληκτος ενώ ετοιμάστηκε να σκοράρει, άκουσε τη φωνή του Μοναστηριώτη να του λέει «σταμάτα, σφύριξε ο διαιτητής». Ο Παπαδόπουλος δεν μπορούσε να αντιληφθεί τι έγινε, οι παίκτες του Ολυμπιακού των πλησίασαν και του πήραν τη μπάλα!».

Σήμερα ο Λάμπρος παρακολουθεί τις εξελίξεις και εκφράζει τη γνώμη του. **«Παλιότερα δεν μπορούσαν να ασχοληθούν τόσο άνθρωποι με τον υγρό στίβο καθώς υπήρχε μόνο το κολυμβητήριο του Ζαππείου και αργότερα μισό κολυμβητήριο στη σχολή Ναυτικών Δοκίμων. Πόσοι θα μπορούσαν να ασχοληθούν υπό αυτές τις συνθήκες; Σήμερα υπάρχουν εκατοντάδες κολυμβητήρια ανά την Ελλάδα και αυτό φυσικά φέρνει τον κόσμο κοντά στον υγρό στίβο».**

Τιμώντας ανθρώπους που τίμησαν με



Το δελτίο εισόδου του Λάμπρου στο κολυμβητήριο του Ζαππείου, το 1951.

Το δελτίο αθλητού του Λάμπρου Κωνσταντόπουλου, το 1949, ως κολυμβητής του ΝΟΠ.







Πρωταθλητής προσθίου στην κολύμβηση ο Λάμπρος (πρώτος από αριστερά) την δεκαετία του 40, αμέσως μετά τον πόλεμο!



Κολυμβητικοί αγώνες στο λιμάνι της Πάτρας την δεκαετία του 50. Ο Λάμπρος διακρίνεται πρώτος καθήμενος από αριστερά. Μια εξέδρα ειδικά διαμορφωμένη για την γραμματεία των αγώνων και τους αθλητικούς συντάκτες της εποχής.



Διαιτητής ο Λάμπρος Κωνσταντόπουλος στο πόλο σε Ελλάδα και εξωτερικό.

Οι νικητές των 100 μ. προσθίου (εκ δεξιών): Κωνσταντόπουλος, Νικολόπουλος και Άγροστόπουλος.



Το 1991, ως αντιπρόεδρος της ΚΟΕ, στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα. Διακρίνονται από αριστερά: Ζώτος (προπονητής), Γκρινιαζάκης, Αυλωνίτου, Κωνσταντόπουλος, Κανδρής, Παπανικολάου και Θωμάκος (παράγοντας ΕΚΟΦ).



Ο Λάμπρος Κωνσταντόπουλος (αριστερά) διετέλεσε Α αντιπρόεδρος της ΕΚΟΦ (ΚΟΕ), την περίοδο 1991-93, με πρόεδρο τον Γιάννη Παηδό και β' αντιπρόεδρο τον Σπύρο Καπράλλο.



ΝΟΠ (δεκαετία 60): Όρθιοι: Νίκος Λουκάτος, Λάμπρος Κωνσταντόπουλος, Νώντας Πετραλιάς, Νίκος Τασσόπουλος, Νίκος Μολόχας. Καθιστοί: Νίκος Τσιάγκας, Ζαχαρόπουλος.



Κάιρο 1958 Εθνική ομάδα: Ο Λάμπρος Κωνσταντόπουλος όρθιος πρώτος από δεξιά. Στην φωτογραφία διακρίνονται μορφές του υγρού σιβου της χώρας.



Πειραιάς (δεκαετία 60): Μάκης Χαρίτος, Δημήτρης Ζωγράφος, Λάσλο Σάροσι, Λάμπρος Κωνσταντόπουλος, Απόστολος Στολιάκης, Ανδρέας Καλομοίρης, Ανδρέας Γεωργιάδης, Τάσος Στριφτούλιας.

τη σειράς του το χώρο, ξεκινά με τους διοικητικούς παράγοντες: «Πώς μπορεί να λησμονηθεί ο Νώντας Πετραλιάς, ιδρυτικό μέλος του ΝΟΠ, ένας άνθρωπος που υπηρέτησε το χώρο αργότερα ήταν διακεκριμένος δικηγόρος, ΓΓΑ και Αντιπρόεδρος της ΚΟΕ; Ένας άλλος σπουδαίος παράγοντας ήταν ο Ανδρέας Γεωργιάδης, ενώ κανένας δε μπορεί να λησμονήσει το έργο του επί αρκετά έτη Προέδρου, Δημήτρη Διαθεσόπουλου. Θέλω να σταθώ και στο Γιάννη Γιαννουρή, επί σειρά ετών πρωταγωνιστή ως αθλητή, προπονητή και σήμερα Διευθυντή της Ομοσπονδίας. Ο Σπύρος Καπράλλος, χρόνια στο χώρο ως παράγοντας, ο Πάννης Τούμπας, ο Ναύαρχος με τη σπουδαία προσωπικότητα, ο Κυριάκος Γιαννόπουλος που για

πρώτη φορά με τους συνεργάτες του, δημιουργώντας ένα ιστορικό τρίδυμο, ήρθε στα διοικητικά σήμερα και με τον ποιοτικό τρόπο που διοικεί, μεγαλώνει την ΚΟΕ. Κατάφερε να επιστρατεύσει μεγάλους πρωταγωνιστές όπως ο Σπύρος Καπράλλος και Γιώργος Μαυρωτάς, για την καλύτερη δυνατή διοίκηση της Ομοσπονδίας». Ως αθλητές και προπονητές που έμειναν στην ιστορία θυμάται τον Γιώργο Μπία, έναν τεράστιο προπονητή, τον εν ζωή Ανδρέα Ζώτο, τον Βαγγέλη Βούλιτσο, μεγάλο κολυμβητή και πολίστα και επί σειρά ετών Ομοσπονδιακό προπονητή. Τον «Πατριάρχη» Ανδρέα Γαρούφαλλο και έναν εκ των κορυφαίων παικτών και προπονητών στην Ελλάδα. Τον Γιάννη Γιαννουρή, τον Βαγγέλη

Βλάχο, που οδήγησε τον Ολυμπιακό και την Εθνική ομάδα στην κορυφή του αθλήματος. Τον Κώστα τον Πρέκα, καταδύτη και σπουδαίο ηθοποιό, τον Γιώργο Καναρέλλη, τον καταδύτη του ΠΑΟ. Τις σπουδαίες κολυμβήτριες, Ελένη Αυλωνίτου, Τζένη Σωτηρίου, Σοφία Δάρρα, Ελένη Ρουσάκη, Βιβή Πρωτόπαπα, Καίτη Μπαξεβανέλη, Μπούμπα Ρουμπέν, που πρωταγωνιστούσαν τις προηγούμενες δεκαετίες. Τους Αλέκο Ζήσιμο, Αλέκο Καρύδη, τον Κώστα και Βαγγέλη Κοσκινά και πολλούς ακόμη. Από το πόλο, ο Θυμαράς, ο Καφμανώλης, ο Μοναστηριώτης και πάρα πολλοί ακόμη. «Και φυσικά δε λησμονώ την Εθνική μας ομάδα που κατέκτησε το αργυρό μετάλλιο στο Τόκιο», καταλήγει. **k**





Χοσέ Μπράσκο Κατά. Ένας Καταλανός που διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στο ελληνικό πόλο και συνέδεσε το όνομά του τόσο με την Εθνική ομάδα όσο και με τους ελληνικούς συλλόγους στο παρελθόν.

## Χοσέ Μπράσκο Κατά

# Ένας Καταλανός με ελληνική ψυχή

**Ο «Πέπε» είναι ο άνθρωπος που ανέπτυξε όσο κανένας άλλος το ισπανικό πόλο και το μετέτρεψε από κομπάρσο σε πρωταγωνιστή της παγκόσμιας υδατοσφαίρισης.**

**Σ**ήμερα ζει στη Βαρκελώνη, είναι 93 ετών, διατηρεί φιλίες με την Ελλάδα και παρουσιάζεται από το περιοδικό ΚΟΕ Mag κάτω από ιδιαίτερες συνθήκες. Τα τελευταία χρόνια λόγω ηλικίας δεν είναι σε θέση να ακούσει ικανοποιητικά, όμως το μυαλό και η ψυχή του Χοσέ με το ψευδώνυμο «Πέπε», είναι ακμαία. Ο ίδιος επικοινωνήσε μαζί μας γραπτώς και απάντησε σε όλα τα ερωτήματα που του θέσαμε.

Ένωσε μεγάλη χαρά που μιλήσαμε μαζί του και η συζήτηση περιστράφηκε γύρω από θέματα που θυμάται πολύ έντονα, παρότι έχουν παρέλθει 40 χρόνια από τότε που κλήθηκε να θητεύσει προπονητής στην Εθνική ανδρών.

### Από τη Βαρκελώνη στην Ελλάδα

Γεννήθηκε το 1929 στη Βαρκελώνη και έπαιξε πόλο σε υψηλό επίπεδο στην Μεντεράνι και την Μονζουίκ, δυο ομάδες της πόλης. Αργότερα, θήτευσε ως προπονητής στην Μονζουίκ, από το 1965 ως το 1972, οδηγώντας την στην κατάκτηση του πρωταθλήματος Ισπανίας, ενώ από το 1969 μέχρι το 1972 ήταν βοηθός του Ομοσπονδιακού προπονητή Μπάντι Ζόλιομι, ο οποίος αποτέλεσε και τον μέντορά του.

Ο «Πέπε» είναι ο άνθρωπος που ανέπτυξε όσο κανένας άλλος το ισπανικό πόλο και το μετέτρεψε από κομπάρσο σε πρωταγωνιστή της παγκόσμιας υδατοσφαίρισης. Από το 1973 μέχρι το 1978 ήταν ο πρώτος προπονητής της Εθνικής Ισπανίας, με την οποία αναρριχήθηκε ψηλά και την κατέστησε μια εκ των κορυφαίων στον κόσμο. Μάλιστα, στο διάστημα εκείνο οι μικρές εθνικές της Ισπανίας κατακτούσαν διαρκώς τίτλους στα πρωταθλήματα υποδομών, ενώ η



Στην Ελλάδα έμεινε δύο χρόνια, μέχρι και το 1984 όταν και επέστρεψε στην Ισπανία

Εθνική ανδρών μπήκε στην πρώτη οκτάδα του Παγκόσμιου Χάρτη.

**Λίγο αργότερα, ανέλαβε την Εθνική Ελλάδος αποδεχόμενος την πρόσκληση της Ομοσπονδίας και την οδήγησε στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Λος Άντζελς το 1984.** Στην καριέρα του υπηρέτησε επίσης την Εθνική Σαουδικής Αραβίας και εργάστηκε στην Ιταλική Ορτίτζα, στην ισπανική Σαμπαντέλη, την Μπαρτσελονέτα, την Ζάμαλεκ από την Αίγυπτο, τον ΝΟ Χίου και τον ΝΟ Βουλιαγμένης.

Ο «Πέπε» ήταν «άρρωστος», παθιασμένος με το πόλο και ήθελε να προωθή διαρκώς τα νέα παιδιά.



Πρώτος από αριστερά στην πίσω σειρά με την Εθνική μας ομάδα



► Η Εθνική Ελλάδος κατά την αναχώρηση για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 1984 στο Λος Άντζελς.





Η Εθνική Ισπανίας το 1978. Ο «Πεπε» τρίτος από δεξιά, όρθιος.

Έμεινε στην ιστορία ως ο άνθρωπος που έδινε ευκαιρίες σε πολλή νέα παιδιά και εκείνος που ανέδειξε έναν εκ των κορυφαίων όλων των εποχών, τον Μανουέλ Εστιάρτε, αθλητή και τον Γιώργο Μαυρωτά, που κλήθηκε υπό τις οδηγίες του στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Λος Άντζελες σε ηλικία μόλις 17 ετών.

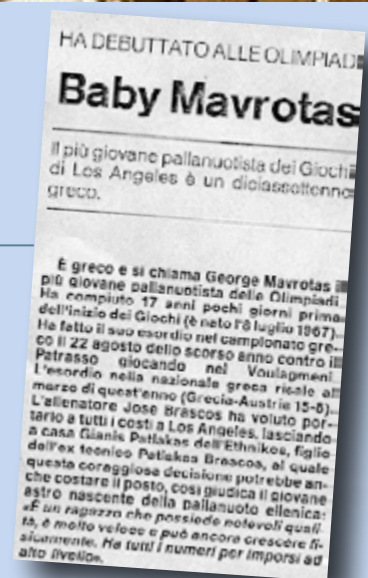
«Δεν ήρθα πρώτη φορά στην Ελλάδα το 1983 αλλά το 1969, όταν με κάλεσαν να διευθύνω αγώνες ως διαιτητής του ελληνικού πρωταθλήματος. Δεν θα ξεχάσω τον αγώνα ανάμεσα σε Ολυμπιακό και Εθνικό, αλλά και ένα παιχνίδι στην Πάτρα ανάμεσα σε Πάτρα και Ολυμπιακό, που διεξήχθη στη θάλασσα».

### Garyfallos, grande boss!

**Για το πως βρέθηκε στην Ελλάδα ο σπουδαίος Καταλανός θυμάται: «Γαρύφαλλος, grande boss!».** Ο Ανδρέας Γαρύφαλλος, ο πατριάρχης της ελληνικής υδατοσφαίρισης είναι εκείνος που κάλεσε τον Μπράσκο στην Εθνική ομάδα για να αφήσει εποχή.

Στην Ελλάδα έμεινε δύο χρόνια, μέχρι και το 1984 όταν και επέστρεψε στην Ισπανία. Στη σύνθεσή του τότε είχε μεγάλους πρωταγωνιστές, όπως ο νυν πρόεδρος της ΚΟΕ Κυριάκος Γιαννόπουλος, ο νυν Γενικός Γραμματέας Αθλητισμού Γιώργος Μαυρωτάς, ο Σπύρος Καπράλλος, πρόεδρος της Εθνικής Ολυμπιακής Επιτροπής και ο Γιάννης Γιαννουρής, Γενικός Γραμματέας της ΚΟΕ.

«Δεν μπορώ να ξεχωρίσω παίκτης, όλοι ήταν εξαιρετικοί. Ο κορυφαίος όμως ήταν ο Σωτήρης Σταθάκης, του Εθνικού. Αυτό που θυμάμαι έντονα είναι οι περιπέτειες όταν κάλεσα τον Γιώργο Μαυρωτά σε ηλικία 16 ετών και στη συνέχεια τον πήρα στην αποστολή στο Λος Άντζελες μόλις στα 17. Πολλοί τότε μου ασκούσαν κακόπιστη κριτική γιατί τον κάλεσα σε τόσο νεαρή ηλικία».



**1: Στο Ιλίσιο κολυμβητήριο, δίνοντας οδηγίες στους Έλληνες διεθνείς**

**2: Η Εθνική Νέων της Ισπανίας που ξεκίνησε να μπαίνει στο κάδρο της παγκόσμιας υδατοσφαίρισης. Ο Πεπε πρώτος από δεξιά, όρθιος**

**3: Επί θητείας του, η Εθνική Ισπανίας καταξιώθηκε στο παγκόσμιο πόλο.**

**4: Δίπλα τον μέντορά του, Μπαντί Ζόλιομι**

**5: «Baby Mavrotas». Ο «Πέπε» δέχθηκε αρνητική κριτική για την επιλογή να πάρει στην Εθνική Ελλάδα τον 17χρονο τότε Γιώργο Μαυρωτά.**





Στην Ορτίτζα , όπου ήταν προπονητής στην ανδρική ομάδα

Για το αν διατηρεί φίλους στην πατρίδα μας, ο «Πεπ» του ελληνικού πόλο σχολίασε: «Βεβαίως και διατηρώ φίλους, θα σταθώ ιδιαίτερα στο Γιάννη Γιαννουρή αθλητή και στην οικογένεια Αφρουδάκη, τον Πολύβιο και τα παιδιά Γιώργο, Χρήστο και Ζάχο. Έχω επίσης φίλους στη Χίο, δεν μπορώ καν να τους απαριθμήσω όλους».

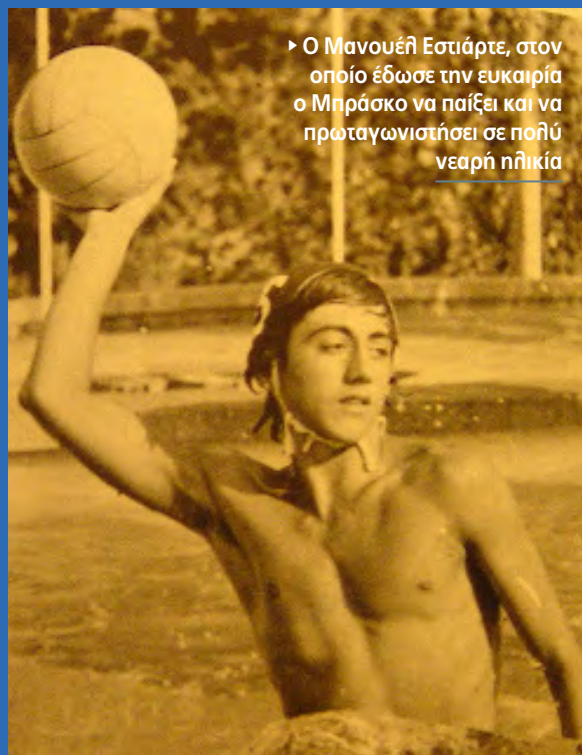
Ήρθε τελευταία φορά στην Ελλάδα το 2010 εξέφρασε και την άποψή του για το παρόν ελληνικό πόλο: «Παρακολουθώ στενά τις επιτυχίες της ελληνικής υδατοσφαίρισης τα τελευταία χρόνια. **Η Ελλάδα έχει σωματεία που εργάζονται σκληρά και σπουδαίους προπονητές που παράγουν διαρκώς ταλέντα. Εκεί οφείλονται οι επιτυχίες του ελληνικού πόλο».**

Τέλος, αναφορικά με τον πρωταγωνιστικό ρόλο ανθρώπων που αποτέλεσαν κάποτε παίκτες του, σχολίασε: «Μπορώ να σας πω με σιγουριά πως το πόλο προσφέρει ένα πολύ ποιοτικό και παραγωγικό μυστικό. Όσοι παίζουν πόλο το γνωρίζουν. Ο Γιάννης Γιαννουρής αποτελεί το μεγάλο μυστικό, "the big brain" του ελληνικού πόλο». **K**



► Με την ομάδα στρατού της Ισπανίας, πρώτος από δεξιά στην πίσω σειρά

Ο «Πέπε» ήταν «άρρωστος», παθιασμένος με το πόλο και ήθελε να προωθεί διαρκώς τα νέα παιδιά.



► Ο Μανουέλ Εστιάρτε, στον οποίο έδωσε την ευκαιρία ο Μπράσκο να παίξει και να πρωταγωνιστήσει σε πολύ νεαρή ηλικία



Η Εθνική Ισπανίας στις αρχές του '60. Ο «Πεπε» διακρίνεται τέταρτος στη σειρά.





Η παρουσία του στα 400  
μικτής προκάλεσε μεγάλη  
αίσθηση, αφού σε ηλικία  
65 ετών τόλμησε να  
κολυμπήσει στο πιο δύσκολο  
αγώνισμα και μάλιστα  
πέτυχε επίδοση 6.50.78

## ΑΝΤΩΝΗΣ ΤΣΩΝΟΣ

# Ένας «έφηβος» ετών 65



Ο Αντώνης Τσώνος γεννήθηκε το 1957 και από το 1969  
βρίσκεται ανελλιπώς στο κολυμβητήριο.





**Ε**ίμαι ένας από τους μεγάλους πρωταγωνιστές, αρχικά στο χώρο της κλασικής κολύμβησης και στη συνέχεια της Ανοικτής θάλασσας και των Masters.

Από το 1969 μετείχε στα Εθνικά πρωταθλήματα με τα χρώματα του Εθνικού Πειραιά. Ο Αντώνης μέχρι και σήμερα ασχολείται με το κολύμπι και δίνει το σύνθημα και ένα μήνυμα να τον ακολουθήσουν όλοι οι συναθλητές του, που είναι απόντες και έχουν απομακρυνθεί από τις πισίνες.

«Στα Masters, συμμετέχουν μεν αρκετοί κολυμβητές, αλλά όχι όσοι θα έπρεπε. Περισσότερα άτομα από τη δική μου γενιά, που τώρα είναι ελάχιστα, να έρχονται στην πισίνα και να συνδυάζουν το χόμπι τους με μια ευκαιρία για άσκηση για λόγους υγείας. Τους καλώ να ξεκινήσουν να λαμβάνουν μέρος στους αγώνες και είμαι βέβαιος πως δε θα το μετανιώσουν».

Ο Αντώνης Τσώνος κολύμησε πηλά σε μεγάλα ονόματα του χώρου, τη δεκαετία του '70 και του '80'.



«Τι να πρωτοθυμηθώ, συγκινητικές στιγμές», αναφέρει στο περιοδικό της ΚΟΕ. «Βρέθηκα δίπλα σε μεγάλους αθλητές όπως ο Τέρης Κουτουμάνης, οι Βαγγέλης και Κώστας Κοσκινάς, αργότερα ο Χαράλαμπος Παπανικολάου και ο Μανώλης Κανδρός. Επίσης, αγωνίστηκα δίπλα στις αθλήτριες που έχουν γράψει ιστορία, όπως η Ελένη Αυλωνίτου, η Σοφία Δάρρα, η Έλλη Ρουσάκη, η Ελένη Φούντα, η Βιβή Πρωτόπαπα και πολλές ακόμη».

Σήμερα συνεχίζει ακόμη την ενασχόλησή του με το χώρο που αγαπά. **Πρόσφατα πήρε μέρος στο Πανελλήνιο Masters που διεξήχθη αρχές Ιουλίου στον Άλιμο. Εκεί, κολύμησε σε τρία αγωνίσματα, στα 50 πεταλούδα, τα 200 ελεύθερο και τα 400 μικτής ατομικής.**

Μάλιστα, η παρουσία του στα 400 μικτής προκάλεσε μεγάλη αίσθηση, αφού σε ηλικία 65 ετών τόλμησε να κολυμπήσει στο πιο δύσκολο αγώνισμα και μάλιστα πέτυχε επίδοση 6.50.78, χρόνο ιδιαίτερα αξιόλογο δεδομένης της ηλικίας του.

Σήμερα ο Αντώνης Τσώνος ζει μεταξύ Ωρεών Ιστιαίας και Αθήνας και μάλιστα δεν έχει εγκαταλείψει την προπονητική. **Έχει ένα σωματείο δικό του, το Δίαυλο Ωρεών Ιστιαίας, με 30 παιδιά που προπονούνται ενάμιση μήνα το χρόνο στην ανοικτή θάλασσα**, αφού από την περιοχή ριείπει ένα κολυμβητήριο.

«Μου αρέσει να μεταφέρω τις γνώσεις και εμπειρίες μου στα νέα παιδιά και να τα ενθαρρύνω να ασχοληθούν με το χώρο που τόσο αγαπάμε», καταλήγει. **k**



► Μαζί με τις Σοφία Ψιλόηλιγνου και Βίκυ Κουβέλη που αγωνίζονται ακόμη μέχρι σήμερα στους αγώνες Masters και μαραθώνιας κολύμβησης





# ΝΙΚΟΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΗΣ

## Το πόλο στην Ελλάδα έχει κάνει άλματα προόδου



Ο Νίκος εργάζεται σήμερα  
ως ορθοπεδικός

Ο Νίκος Χριστοφορίδης αποτελεί μια μεγάλη προσωπικότητα στο χώρο του ελληνικού πόλο, ένας πρώην υδατοσφαιριστής που αγωνίστηκε με μεγάλη επιτυχία σε διασυλλογικό και εθνικό επίπεδο στη θέση του τερματοφύλακα.

Ο Νίκος Χριστοφορίδης στην τελετή λήξης  
των Ολυμπιακών Αγώνων της Σεούλ, το 1988





Με το τρόπαιο στα χέρια μετά τη λήξη του τελικού, μια από τις κορυφαίες στιγμές της καριέρας του

«Θυμάμαι μια διπλή επέμβαση απέναντι στον θρυλικό Τάμας Φάραγκο από τα 2 μέτρα. Γενικότερα είχα αυτό το χαρακτηριστικό, ότι κατάφερα να μένω πολλή ώρα στον αέρα και έπιανα αρκετά κοντινά σουτ τα οποία δεν ήταν εύκολα»

**Γ**εννήθηκε στη Χίο πριν 57 χρόνια και ξεκίνησε με στίβο και κολύμπι στον ΝΟ Χίου (αίμα εις μήκος και 400άρι). Στα 15 του χρόνια ξεκίνησε την ενασχόληση με το πόλο ως τερματοφύλακας, μια επιλογή του τότε προπονητή του, του Ιταλού Κηλαούντιο Σιθβέστρι και έκτοτε έμεινε για πάντα στη θέση αυτή.

Ο ίδιος δεν έφυγε ποτέ από τη Χίο, κάτι το οποίο μέχρι σήμερα χαρακτηρίζει ως ένα «πλάθος» της ομάδας του. **Όπως αναφέρει, όταν τον ζήτησε ο Ολυμπιακός, οι συμπαίκτης του δεν ήθελαν να αποχωρήσει για να μην διαλυθεί το σύνολο και ουσιαστικά ο ίδιος εξαναγκάστηκε να παραμείνει στο Νησί.** Από το 1981 μέχρι το 1993 ήταν στο ανδρικό τμήμα του συλλόγου και εν τέλει έκλεισε την αγωνιστική καριέρα του στον ΝΟ Χίου.

«Αν είχα την ευκαιρία να πάω στον Ολυμπιακό, θα είχα θεωρώ σαφώς μεγαλύτερες προοπτικές εξέλιξης και βελτίωσης ως παίκτης», σημειώνει.

## Ο τελικός της ζωής του και η Σεούλ

Στην Εθνική ομάδα αγωνίστηκε από το 1983, συμμετέχοντας μάλιστα στο προολυμπιακό τουρνουά με την ανδρική ομάδα, ωστόσο δεν βρέθηκε στην τελική αποστολή της Ολυμπιάδας του 1984. Συμμετείχε 220 φορές με την Εθνική ομάδα και το 1988 έλαβε μέρος στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Σεούλ.

Ως καλύτερη στιγμή της αγωνιστικής του καριέρας, ο Νίκος Χριστοφορίδης χαρακτηρίζει την κατάκτηση του κυπέλλου με τη Χίο το 1990 απέναντι στον ΑΝΟΓ με 8-5 στο Ζάππειο Κολυμβητήριο, ενώ με την Εθνική ομάδα ξεχωρίζει φυσικά τη συμμετοχή στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Σεούλ.

Όταν ερωτήθηκε να απαριθμήσει τους καλύτερους παίκτες κατά την εποχή που ο ίδιος αγωνιζόταν, ο Νίκος Χριστοφορίδης δυσκολεύτηκε να ξεχωρίσει κάποιους: «Αρώνης, Γιαννόπουλος, Σελητόπουλος, Σαμαρτζίδης (με τον οποίο όπως





## ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ - ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΙΓΑΙΟΥ

αναφέρει αγωνίστηκε μαζί περίπου 200 φορές με την Εθνική ομάδα), Μαυρωτάς, Βενετόπουλος και Καϊάφας. Όλοι τους ήταν εξαιρετικοί, μου είναι δύσκολο να ξεχωρίσω κάποιους περισσότερο».

Από την περίοδο που αγωνιζόταν ως παίκτης μέχρι και σήμερα, το ελληνικό πόλο έχει πραγματοποιήσει νέα άλματα προόδου, με αποκορύφωμα το αργυρό μετάλλιο στο Τόκιο, και ο ίδιος δίνει τη δική του εξήγηση για αυτό: «Το ελληνικό πόλο έγινε καλύτερο με τα χρόνια, διότι καθιερώθηκαν οι διπλές προπονήσεις όλη τη χρονιά, υπάρχει περισσότερη πειθαρχία και εντονότερες προπονήσεις».

Για την νυν Εθνική μας ομάδα ανδρών, ο Νίκος Χριστοφορίδης σχολιάζει: **«Βρισκόμαστε σε πολύ καλό δρόμο, οι παίκτες έχουν βρει τα πατήματά τους και τον προπονητή που ταιριάζει στην ομάδα και το σύνολο. Δεν λείπει τίποτα από την ομάδα, υπάρχει πάθος και αυτοπεποίθηση, η οποία είναι πολύ σημαντική».**

Για την παράδοση της Χίου στο χώρο του πόλο που κρατά μέχρι και σήμερα, παράγοντας διαρκώς νέους και αξιόλογους παίκτες, όπως τονίζει «πέρα από τον αρχηγό το Γιάννη Φουντούλη, έχουν βγει δεκάδες παιδιά από το νησί μας, όπως ο Κώστας Γκιουβέτσος και πολλή ακόμη παιδιά που απαρτίζουν τις ομάδες Νέων, Εφήβων και Παίδων. Η Χίος έχει χτίσει μεγάλη παράδοση στο χώρο ανά τα χρόνια».

Τα προβλήματα και οι δυσκολίες που αντιμετωπίζει ο ΝΟ Χίου είναι γνωστά και δυσχεραίνουν πολύ την ομαλή λειτουργία του συλλόγου, κάτι που δεν θα μπορούσε να μείνει ασχολίαστο από τον πρώην πορτιέρο του συλλόγου: «Τα προβλήματα αυτά οφείλονται κυρίως στο γεγονός ότι από πολύ ωρίς τα παιδιά δέχονται προτάσεις από άλλους συλλόγους και φεύγουν για να ανοίξουν τα φτερά τους. Με τον Γκιουβέτση και τον Γκίλη στη σύνθεσή της, η ομάδα της Χίου θα μπορούσε να βγαίνει στην πρώτη εξέδρα του πρωταθλήματος. Επίσης, θα πρέπει ο σύλλογος να βάλει το χέρι στην τσέπη και να επιλύσει τα όσα προβλήματα τον μαστίζουν οικονομικά, ώστε να προχωρήσει. Μην ξεχνάμε και το πρόβλημα έλλειψης κολυμβητηρίου αθλά και τις διαρκείς μετακινήσεις της ομάδας που δημιουργούν επιπλέον κόπωση. Αποφασίστηκε την κρισιμότερη στιγμή να γίνουν κάποιες αλλαγές στο κολυμβητήριο της Χίου και οι παίκτες προπονούσαν στην Αθήνα, εδώ κι εκεί. Ευτυχώς η ομάδα κατάφερε να παραμείνει στην κατηγορία, έστω και αν βρέθηκε στο χείλος του υποβιβασμού».

Ερωτηθείς για το αν θυμάται κάποιες επεμβάσεις από την αγωνιστική του καριέρα οι οποίες να έμειναν χαραγμένες στη μνήμη του, αναπολεί: «Θυμάμαι μια διπλή επέμβαση απέναντι στον θρυλικό Τάμας Φάραγκο από τα 2 μέτρα. Γενικότερα είχα αυτό το χαρακτηριστικό, ότι κατάφερα να μένω πολλή ώρα στον αέρα και έπιανα αρκετά κοντινά σουτ τα οποία δεν ήταν εύκολα».

Ο Νίκος Χριστοφορίδης σήμερα επί σειρά ετών ασκεί το



Με την διαπίστευση και το μετάλλιο από την Ολυμπιάδα της Σεούλ το 1988

Ο σπουδαίος πρώην πορτιέρο στον τελικό Χίος - Γλυφάδα το 1990, όπου στέφθηκε κυπελλούχος



επάγγελμα του ορθοπεδικού: **«Κάποτε είχα σκοπό να γίνω μηχανολόγος, αλλά βλέποντας τα βιβλία ιατρικής του αδερφού μου, αποφάσισα να ακολουθήσω το ίδιο μονοπάτι και μάλιστα επέλεξα εξ αρχής την ειδικότητα του ορθοπεδικού, που ακολουθώ μέχρι και σήμερα».**

Για τα προβλήματα που αντιμετωπίζει ο χώρος της υδατοσφαίρισης εν έτει 2022, σχολιάζει: «Χρειάζεται χρηματική αρωγή στους συλλόγους, που αντιμετωπίζουν οικονομικά προβλήματα. Επίσης, θα έπρεπε να διοργανώνονται σημαντικά τουρνουά για όλες τις ηλικιακές ομάδες, ώστε να αποκτούν εμπειρίες οι νέοι αθλητές», ενώ για τη συμβουλή που θα έδινε προς τα νέα παιδιά που εντάσσονται στο χώρο υπογράμμισε: «Θα πρέπει αν το αγαπούν πραγματικά, να ασχοληθούν εντατικά με το άθλημα. Να εργαστούν σκληρά και η ώρα της ανταμοιβής θα έρθει».





Δίπλα στο γιο του, επίσης πολίσιτα, Γιώργο που πέρυσι αγωνίστηκε στο ΝΟ Χίου



Ο Νίκος Χριστοφορίδης (στη μεσαία σειρά, 3ος από αριστερά) με την Εθνική Ελλάδος, την οποία εκπροσώπησε για περισσότερες από 200 φορές.



Ο Γιώργος ακολουθεί τα βήματα του πατέρα του και αγάπησε το πόλο από την πρώτη μέρα

## Νίκος Χριστοφορίδης

«Χρειάζεται χρηματική αρωγή στους συλλόγους, που αντιμετωπίζουν οικονομικά προβλήματα. Επίσης, θα έπρεπε να διοργανώνονται σημαντικά τουρνουά για όλες τις ηλικιακές ομάδες, ώστε να αποκτούν εμπειρίες οι νέοι αθλητές»

Από την πλευρά του, το καμάρι του Νίκου, ο γιος του **Γιώργος Χριστοφορίδης**, επίσης πολίσιτας που την περασμένη σεζόν αγωνίστηκε στη Χίο και από τη νέα χρονιά θα ανήκει στο ρόστερ του Νηρέα Χαλανδρίου, μιλώντας για τον πατέρα του αναφέρει: «Δεν πρόλαβα να τον δω να αγωνίζεται, έχω δει όμως βίντεο όπως τον τελικό κόντρα στον ΑΝΟΓ αθλή και με την Εθνική ομάδα. Ήταν ένας εξαιρετικός τερματοφύλακας και ξέρω ότι έμεινε πολλή ώρα έξω από το νερό, κάτι που προκαλούσε τρόπο στους αντιπάλους. Αυτό με ώθησε και από μικρός ξεκίνησα και γω την κολύμβηση και στη συνέχεια άρχισα το πόλο, το οποίο και αγάπησα και είναι κάτι το οποίο απολαμβάνω πολύ μέχρι σήμερα». **k**





ΜΑΙΡΗ ΜΗΝΑΔΑΚΗ

# «Σπουδαίο να κάνεις αυτό που αγαπάς»



Η Μαίρη Μηναδάκη είναι μια από τις πιο χαρακτηριστικές φιγούρες της κλασικής κολύμβησης και του υγρού στίβου στην Κρήτη.

Γεννηθείσα την 1η Γενάρη του 1951, υπήρξε έφορος κολύμβησης και γραμματέας από το 1982 έως το 1991, ενώ στη συνέχεια έκανε τη μετάβαση στο κολυμβητικό τμήμα του ΟΦΗ, έπειτα από πρόσκληση του προέδρου Λευτέρη Αυγερού.

Έκανε ένα πέρασμα από το 1997 από το 1999 ως υπεύθυνη του κολυμβητηρίου του ΝΟΗ. Από το 2000 έως το 2003 υπήρξε αρωγός στην προσπάθεια του νεοσύστατου κολυμβητικού τμήματος των Αργοναυτών, ενώ στη συνέχεια έγινε υπεύθυνη οργάνωσης στα Δελφίνια Ηρακλείου, όπου βρίσκεται μέχρι σήμερα.





Στη Λαμπαδηδρομία του 2012 στην Κνωσσό

«Μόνο κέρδος είχα από την παρουσία στο χώρο διότι κάνω αυτό που αγαπώ. Είναι σπουδαίο να κάνεις αυτό που αγαπάς, ειδικά δε με επιτυχία.»

Με τον πρόεδρο της ΚΟΕ Κυριάκο Γιαννόπουλο και την πρόεδρο της περιφερειακής επιτροπής Κρήτης της ΚΟΕ την κυρία Αλέξια Δραμιντού – Μαρίνη

**Επίσης, ήταν ο άνθρωπος που έφερε στην Ελλάδα τον Τσέ-τσο Γκολομέβ και που μαζί με την Μαρία Μπουη, ως έφοροι του ΟΦΗ, υπέγραψαν την ελληνοποίηση όλης της οικογένει-ας και του Κρίστιαν.**

Σε μια αποκλειστική συνέντευξη στο ΚΟΕ Magazine, η Μαίρη Μναδάκη μίλησε εφ' όλης της ύλης.

Ξεκίνησε αναφερόμενη στους ανθρώπους που στήριξαν την κοιλύμ-βηση στην Κρήτη και έμειναν χαραγμένοι στη μνήμη της: «Υπάρ-χουν πολλοί. Ένας εξ αυτών που θυμάμαι με περίσσια αγάπη, είναι ο Λάκης Ζαμπιώζης, όπως επίσης και ο Μανώλης Νεοκοσμίδης. Δεν θέλω να παραλείψω το Μανώλη Κουφάκη του ΝΟΡ, τον «Ναύ-αρχο», κ. Μανιουδάκη και τον Μανώλη Κακουλιάκη».

Στη συνέχεια, μίλησε για τα οφέλη που η ίδια θεωρεί πως έχει αποκομίσει με την ενασχόλησή της με το χώρο του υγρού στίβου: **«Μόνο κέρδος είχα από την παρουσία στο χώρο διότι κάνω αυτό που αγαπώ. Είναι σπουδαίο να κάνεις αυτό που αγα-πάς, ειδικά δε με επιτυχία. Το κοιλύμπι δεν το είδα επιπόλεια ποτέ, αηλλά πολύ σοβαρά και με βοήθησε και στις οικογενεια-κές μου επιλογές, γενικότερα ο τρόπος σκέψης που αποκομί-ζεις από τον αθλητισμό».**

Ποια προβλήματα υπάρχουν σήμερα στην Κρήτη και ζητούν άμεσα λύση, ήταν η επόμενη ερώτηση, στην οποία απάντησε πως «μια κλειστή 50άρα πισίνα την έχει ανάγκη η Κρήτη. Η πισίνα του Ηρακλείου αναβαθμίστηκε από τη διοίκηση του ΕΑΚΗ, έπειτα από πολλή χρόνια. Φημολογείται επίσης και για μια 33άρα που μπορεί να φιλοξενεί αγώνες στα 25μ. αγώνες πόλο, την έχει εξαγγείλει ο





«Το όνειρό μου είναι να δω Ολυμπιακούς Αγώνες από κοντά. Το 2004 δεν τα κατάφερα και θα ήθελα να καταφέρω να είμαι γερή και δυνατή και να επισκεφθώ το Παρίσι για τους επόμενους αγώνες.»

Με την Τόνια Μάχαιρα σε απονομή



2022, Α' Φάση Πανελληνίου Πρωταθλήματος, Χανιά

Με την ομάδα Dolphin Wiesbaden στην Κνωσσό 1987



Με τον δημοσιογράφο Αντώνη Παπουτσάκη





Βαλκανικοί  
Αγώνες 1985



Με την ομάδα  
του ΟΦΗ και  
τον Τσέσο  
Γκολομέεβ

νυν Υφυπουργός Αθλητισμού, κ. Αυγενάκης. Νομίζω τις έχει ανάγκη η περιφέρεια Κρήτης. Επιπλέον θα πρέπει να αναβαθμιστούν οι ήδη υπάρχουσες πισίνες».

Μιλώντας για κάποια ανέκδοτη ιστορία που έχει να θυμηθεί κατά την διάρκεια της παρουσίας της στο χώρο, σχολιάζει: «έχω σκεφτεί να γράψω βιβλίο με όλες τις ιστορίες αυτές που έχω βιώσει και δει ανά τα χρόνια. Ένα γεγονός που με κάνει να γελάω είναι όταν στο πρωτάθλημα το 1993 στη Θεσσαλονίκη, μπήκαμε σε ένα ταξί από την Τιμιακή και όπως μιλούσε στην ενδοεπικοινωνία ο οδηγός, με ανόητο τρόπο ήλω στους κολυμβητές στο πίσω κάθισμα «πέσαμε σε Τούρκο». Εκείνος αμέσως έβγαλε φιλια και σταμάτησε και άρχισε να μου φωνάζει πως δεν είναι Τούρκος αλλιώς μιλά Ποντιακά! (γέλια). Εγώ δεν είχα ξανακούσει Ποντιακά και αμέσως ξεκίνησε να μου ήλει πως ο ίδιος γνωρίζει όλα τα κρητικά τραγούδια. Έπειτα, ξεκίνησε να μιλά στην ενδοεπικοινωνία και να ενημερώνει όλους για το περιστατικό και με «ξεφώνησαν» όλοι!»

Για το τι θα ζητούσε από την Ομοσπονδία του σήμερα, εάν της δινόταν η ευκαιρία, υπογραμμίζει: «η Περιφέρεια Κρήτης έχει εκπρόσωπο στη διοίκηση της ΚΟΕ, την κ. Αλεξία Μαρίνη από το Ηράκλειο και **θα έλεγα στην νέα διοίκηση της ΚΟΕ να προσπαθεί με τον ίδιο τρόπο να προσπαθεί να στηρίξει την περιφέρεια και τους αθλητές της.** Επίσης, να δηλώνει συμμετοχές σε όλες τις μεγάλες διοργανώσεις με Εθνικές και προεθνικές ομάδες, ώστε οι αθλητές να έχουν κίνητρα να συνεχίζουν και να διακρίνονται. Ξέρω πως ο Πρόεδρος δείχνει ενδιαφέρον και προσπαθούν όλοι μαζί να προωθήσουν όλα τα αθλήματα του Υγρού Στίβου».

Έπειτα, έδωσε με το δικό της τρόπο συμβουλή στους αθλητές, τους προπονητές, τους παράγοντες αθλητά και τους γονείς των αθλητών: **«Για τους αθλητές θα ήθελα να συμβουλευτώ στο βαθμό που μπορώ, να μην τα παρατούν ποτέ παρά τις όποιες απογοητεύσεις. Ποτέ δεν έχω δει προσπάθεια να μην επιβραβεύεται και αυτό δεν πρέπει να το ξεχνούν ποτέ και να προσπαθούν πάντα για το καλύτερο.** Για τους προπονητές δεν είμαι αρμόδια να σχολιάσω, ωστόσο θεωρώ πως θα πρέπει να προσπαθούν να βοηθούν τους αθλητές τους μελετώντας τον καθένα ξεχωριστά. Όσο για τους παράγοντες, πιστεύω πως πρέπει να ακούν, να παρατηρούν, να είναι ανιδιοτελείς, εργατικοί και δίκαιοι, σύμφωνα πάντοτε με τους κανόνες».

Στη συνέχεια, κατέληξε: «όσο για τους γονείς των αθλητών, θα έλεγα να αναγνωρίσουν το μέγεθος της κολυμβητικής αξίας των παιδιών τους, όσο πιο αντικειμενικά μπορούν, συνεργαζόμενοι πάντα με τον προπονητή του. Να μην ακούν τους «ειδήμονες» της κερκίδας, παρά μόνο τους προπονητές».

Τέλος, ερωτηθείσα για το αν έχει κάποιο ανεκπλήρωτο όνειρο όλα αυτά τα χρόνια από το χώρο της κολύμβησης, παραδέχτηκε πως **«το όνειρό μου είναι να δω Ολυμπιακούς Αγώνες από κοντά. Το 2004 δεν τα κατάφερα και θα ήθελα να καταφέρω να είμαι γερή και δυνατή και να επισκεφθώ το Παρίσι για τους επόμενους αγώνες.** Έχω πάρει μεγάλη χαρά από το κολύμπι, δεν έχω κάποια ανεκπλήρωτη επιθυμία. Δεν ήμουν ποτέ υπερβολικά απαιτητική από εκείνη, έχω δει τόσα με την εμπειρία μου».





# Ευρωπαϊκό ΝΕΩΝ Το μέλληον τους ανήκει

Εντυπωσιακή ήταν η συγκομιδή της Εθνικής μας ομάδας Τεχνικής κολύμβησης Νέων / Νεανίδων στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα στο Πόζναν της Πολωνίας, καθώς αποκόμισε συνολικά 20 μετάλλια (6 χρυσά, 8 ασημένια, 6 χάλκινα).





Με τις εντυπωσιακές επιδόσεις τους στην Πολωνία, οι νεαροί αθλητές απέδειξαν ότι το άθλημα της Τεχνικής Κολύμβησης έχει μέλλον στη χώρα μας και πρέπει να στηριχθεί

**Η** Εθνική αποτελείται από 11 φερέλιπιδες αθλητές και αθλήτριες, οι οποίοι, έπειτα από μακρόχρονη προσπάθεια και αγωνιστική εξέλιξη, κατάφεραν να πετύχουν ένα υψηλό αγωνιστικό αποτέλεσμα, πολύ υψηλότερο των προσδοκιών που υπήρχαν πριν τη διοργάνωση, κάτι που αναφέρει χαρακτηριστικά και ο Ομοσπονδιακός τεχνικός Γιάννης Καλαϊτζογλίδης.

**Στην αποστολή έλαβαν μέρος οι Γιώργος Καϊτσουκαλάς, Απόστολος Λαμπαδάρης, Ηλίας Καψίδης, Νίκος Δαβίτης, Σάββας – Ευάγγελος Νικολαΐδης, Κατερίνα Μανιάτη, Γεωργία Περάκη, Γιολάντα Καπέρδα, Ζωή Κουτουρούσιου, Βαγγέλης Καρδάκος, Χριστίνα Βρέντζου.**

► Δείτε [ΕΔΩ](#) τα αποτελέσματα.

Τέσσερις αθλητές του συλλόγου ΚΟ Καλαμαριάς, μίλησαν στο ΚΟΕ Magazine και μοιράστηκαν ένα σύντομο βιογραφικό τους, ενώ απαρίθμησαν και τους στόχους και τις φιλοδοξίες τους.





## Ευάγγελος Σάββας Νικολαΐδης



Ονομάζομαι Ευάγγελος Σάββας Νικολαΐδης. Είμαι 17 ετών και κατοικώ στην Θεσσαλονίκη. Ήμουν αθλητής της κλασικής κολύμβησης για 7 χρόνια και τώρα είναι η 3η μου χρόνια που ασχολούμαι με την τεχνική κολύμβηση στον Κολυμβητικό Όμιλο Καλαμαριάς. Ξεκίνησα να κολυμπάω bifin τον Σεπτέμβριο του 2020 και τον Μάιο του 2021 άρχισα να ασχολούμαι με το μονοπεδιλο. Αυτό που με ώθησε στο μονοπεδιλο ήταν η ταχύτητά του αλλά και η αρμονία του πάνω στην επιφάνεια του νερού. Κατά την διάρκεια της χρονιάς κατάφερα και έπιασα το όριο εθνικής ομάδας νέων στα 1500 μέτρα επιφανείας που μου εξασφάλισε την συμμετοχή μου στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νέων-Νεανίδων στο Πόζναν.

Το να συμμετάσχει κάνεις σε μια ευρωπαϊκή διοργάνωση απ ότι σε ένα πανελλήνιο ή σε ένα πρωτάθλημα ΟΠΕΝ είναι τελείως διαφορετική εμπειρία. Σου δίνεται η δυνατότητα να κολυμπήσεις με αθλητές του εξωτερικού και έχεις την ευκαιρία να τους ανταγωνιστείς. Αυτή η εμπειρία θα μείνει χαραγμένη στην μνήμη μου. Πάραυτα θέλω να ευχαριστήσω του γονείς μου

που με στήριξαν οικονομικά σε αυτό το ταξίδι αλλά και τους προπονητές του συλλόγου μου, γιατί δίχως αυτούς δεν θα βρισκόμουν εδώ που βρίσκομαι.

Πιστεύω πως η τεχνική κολύμβηση έχει λαμπρό μέλλον μπροστά της. Οι διακρίσεις της χώρας μας σε ευρωπαϊκές και παγκόσμιες διοργανώσεις προσελκύουν όλο και περισσότερο κόσμο στο άθλημα. Η οικογένεια του αθλήματος μας συνεχίζει και θα συνεχίζει να μεγαλώνει. Δυστυχώς όμως το ίδιο το κράτος δυσκολεύει την εξήπλωση του αθλήματος μας. Υπάρχουν αρκετοί τρόποι που θα μπορούσαν να βοηθήσουν και ένας από αυτούς είναι η δημιουργία καινούργιων κολυμβητηρίων με σκοπό οι σύλλογοι του αθλήματος να κολυμπάνε σε καλύτερες συνθήκες.

Μετά την επιτυχία στην Πολωνία, ο στόχος μου είναι το πανελλήνιο πρωτάθλημα Open Water στην Λίμνη των Ιωαννίνων, να ξαναμπώ στην Εθνική και να συμμετάσχω στο παγκόσμιο πρωτάθλημα Open Water στην Ιταλία ώστε να ζήσω ένα νέο ταξίδι.

## Καλφίδης Ηλίας

Η πρώτη μου επαφή με το νερό ήταν στην ηλικία των τεσσάρων ετών και ξεκίνησα να ασχολούμαι με το άθλημα της τεχνικής κολύμβησης από την ηλικία των έξι ετών στον Κολυμβητικό Όμιλο Καλαμαριάς. Εκείνη την περίοδο ήμουν ο μικρότερος της ομάδας και βλέποντας τα μεγαλύτερα παιδιά τα οποία είχαν παγκόσμιες διακρίσεις θέλησα και εγώ να τους μοιάσω.

Ο στόχος μου επιτεύχθηκε για πρώτη φορά πέρυσι στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Νέων - Νεανίδων στην Ιταλία αλλά ακόμη περισσότερο φέτος στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα στην Πολωνία κατακτώντας το ασημένιο μετάλλιο στα 400μ και στα 800μ, το χάλκινο στα 1500μ και το χρυσό στην σκυτάλη 4\*100μ. Τους στόχους μου κατάφερα να τους πραγματοποιήσω με πολλή προπόνηση και φυσικά με την βοήθεια και την στήριξη των προπονητών μου (Βίκη Τσίκλη, Παύλο Μπάγκα και Στράτο Μαθαμαδάκη) και της οικογένειάς μου. Είμαι ευχαριστημένος με τις επιδόσεις μου στην Πολωνία αλλά θέλω στην επόμενη μεγάλη διοργάνωση να προσπαθήσω για κάτι πιο υψηλό. Θεωρώ πως πάντα πρέπει να θέτουμε υψηλότερους στόχους για οτιδήποτε στην ζωή μας. Επόμενοι στόχοι μου είναι το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Open Water στην Ιταλία και του χρόνου το Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ανδρών - Γυναικών. Στην Ελλάδα όλα τα αθλήματα είναι κάπως παραμελημένα και σε μεγαλύτερο βαθμό η τεχνική κολύμβηση. Η οικονομική στήριξη από την Πολιτεία δυστυχώς είναι ανεπαρκής παρόλο που το άθλημα κάθε χρόνο έχει πολλές διεθνείς διακρίσεις.





## Λαμπαδάρης Απόστολος

Είμαι αθλητής του Κολλυμβητικού Ομίλου Καλαμαριάς και είμαι μέλος της Εθνικής Ομάδας Νέων-Νεανίδων τα τελευταία 3 χρόνια. Από την αρχή της κολλυμβητικής μου καριέρας στην Τεχνική Κολλύμβηση προπονούμαι με τους ίδιους προπονητές, στο Δημοτικό Κολλυμβητήριο Καλαμαριάς. Πριν από όλα θα ήθελα να ευχαριστήσω τους προπονητές μου, την οικογένεια μου και την τοπική πολιτεία για την στήριξη που μου παρέχουν όλα αυτά τα χρόνια.

Αναμφίβολα αισθάνομαι ιδιαίτερα χαρούμενος, διότι κατάφερα να πετύχω τους στόχους που είχα θέσει με τους προπονητές μου, πριν τους αγώνες. Όταν βελτιώνεσαι και καταφέρνεις να κάνεις την υπέρβαση, σημειώνοντας ατομικά και Πανελλήνια ρεκόρ, τότε ολοκληρώνεις την βασική αποστολή σου. Περίμενα ότι με προπόνηση και υπομονή καθώς και με την συνεχή στήριξη των προπονητών μου και της οικογένειας μου, οι επιτυχίες θα ερχότουσαν και να που ήρθαν. Όλα καλά.

Οραματίζομαι και θέλω στο προσεχές μέλλον η τεχνική κολλύμβηση στην Ελλάδα να έχει τη θέση που πραγματικά της αξίζει. Πιστεύω ότι χρειαζόμαστε περισσότερη υποστήριξη από την πολιτεία, κίνητρα, και νέες ιδέες. Βέβαια βασικός άξονας είναι η προβολή του αθλήματος η οποία, αυτή τη στιγμή την στερείται το άθλημα. Μην ξεχνάμε ότι το εν λόγω Άθλημα είναι αναγνωρισμένο από την Διεθνή Ολυμπιακή Επιτροπή, όμως όπως και πολλά άλλα δεν βρίσκεται στο βασικό Πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων. Εύχομαι όλο και περισσότερα άτομα να ασχοληθούν με το άθλημα μας, αθλητά και με τον αθλητισμό γενικότερα.

Ο αθλητισμός σου μαθαίνει να παλεύεις για τους στόχους σου παρά τις αντιξοότητες, να έχεις υπομονή και σεβασμό προς τους άλλους. Αυτά είναι πράγματα που σε συντροφεύουν και σε βοηθάνε στο στίβο της ζωής. Εδώ και πολύ καιρό ονειρεύομαι την ένταξη της Τεχνικής Κολλύμβησης στο Πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων του Λος Άντζελες και την συμμετοχή μου σε αυτούς. Η συμμετοχή ενός αθλητή σε Ολυμπιακούς Αγώνες, θεωρώ ότι είναι η ύψιστη τιμή γι' αυτόν και την χώρα του.



## Κουτουρούσιου Ζωή

Ασχολούμαι με τον υγρό στίβο από όταν θυμάμαι τον εαυτό μου. Από μικρή ονειρεύομαι να εκπροσωπήσω την χώρα μου με την εμφάνιση της Εθνικής Ομάδας. Ήμουν χρόνια στο άθλημα της Κολλύμβησης και φέτος για πρώτη φορά αποφάσισα να ασχοληθώ με το άθλημα της Τεχνικής.

Μόλις σε ένα χρόνο κατάφερα επιτέλους να πετύχω το παιδικό μου όνειρο ως αθλήτρια της Εθνικής στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Νέων – Νεανίδων. Στην πραγματοποίηση του ονείρου μου ήταν αρωγοί οι προπονητές της ομάδας μου (ΚΟ Καλαμαριάς) Τσίκλη Βίκη, Μπάπκας Πάυλος και Μαλιμαδάκης Στράτος. Ο στόχος μου για την συγκεκριμένη διοργάνωση ήταν να πάω κάτω από τα 14 λεπτά στα 1500μ. Επιφανείας και το πέτυχα κατακτώντας το ασημένιο μετάλλιο, επομένως είμαι πολύ χαρούμενη και συγκινημένη, ευτυχισμένη για ένα τέτοιο κατόρθωμα και ακόμα δεν το έχω συνειδητοποιήσει. Πιστεύω τον χώρο τον οποίο υπηρετούμε όλοι και θεωρώ ότι το αύριο προβλέπεται λαμπρό και πολλά υποσχόμενο. Ανυπομονώ να δω τι επιφυλάσσει για μένα και ευελπιστώ να είναι εξίσου όμορφο με το παρόν.

Επόμενος στόχος το Πανελλήνιο και Παγκόσμιο πρωτάθλημα ανοιχτής θάλασσας, στοχεύοντας να συμπεριληφθώ στους 3 πρώτους Παγκοσμίως.





ΣΟΦΙΑ ΚΤΕΝΑ

# Από την **πiscίνα** στην Ιατρική

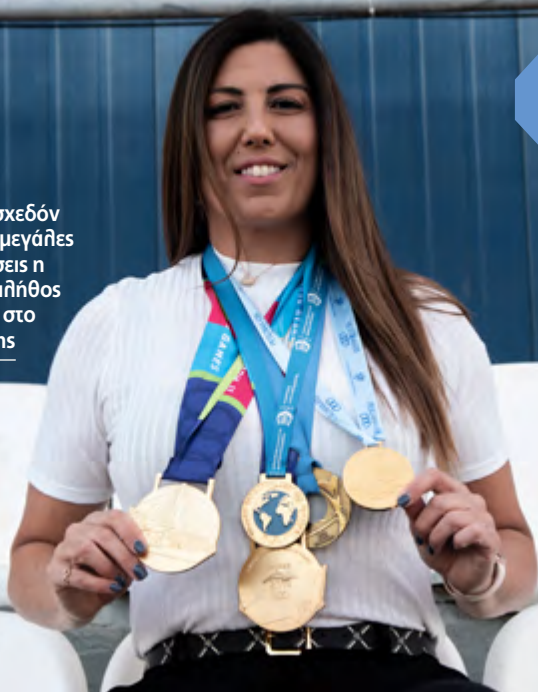
Η Σοφία Κτενά έχει μια ιδιαίτερη ιστορία. Ξεκίνησε από τις piscίνες από πολύ νεαρή ηλικία, στο Βόλο και έφτασε να θεωρείται μια από τις κορυφαίες αθλήτριες στο αγώνισμα της τεχνικής κολύμβησης παγκοσμίως, συνδυάζοντας τον πρωταθλητισμό με την επαγγελματική της σταδιοδρομία.



Η Βολιώτισσα κολυμβήτρια σήμερα εργάζεται ως γιατρός, δίνοντας το παράδειγμα προς μίμηση για όλους τους πρωταθλητές



Παρούσα σχεδόν σε όλες τις μεγάλες διοργανώσεις η Σοφία, με πλήθος μεταλλίων στο παλμαρέ της



Δεν διακρίνεται μόνο για τις αθλητικές της αρετές, αφού σήμερα η Βολιώτισσα κολυμβήτρια έχει τελειώσει τις σπουδές της στην Ιατρική σχολή και εργάζεται ως γιατρός

**Π**εκόρ, Ευρωπαϊκά και Παγκόσμια μετάλλια διαθέτει στο παλμαρέ της, αμέτρητες σπουδαίες κούρσες. Ωστόσο, δεν διακρίνεται μόνο για τις αθλητικές της αρετές, αφού σήμερα η Βολιώτισσα κολυμβήτρια έχει τελειώσει τις σπουδές της στην Ιατρική σχολή και εργάζεται ως γιατρός, **δίνοντας το παράδειγμα προς μίμηση για όλους τους πρωταθλητές ότι μπορούν να συνδυάσουν το πρωταθλητισμό με υψηλούς στόχους στην επαγγελματική τους κατάρτιση.**

Γεννημένη το 1986, ξεκίνησε την κολύμβηση μόλις στα τέσσερα χρόνια της από τον ΝΟΒΑ. Πέρα από Πρωταθλήτρια της τεχνικής κολύμβησης, είναι απόφοιτος των ΤΕΦΑΑ αθλή και της Ιατρικής. Η Σοφία Κτενά αποτελεί σίγουρα μια ξεχωριστή περίπτωση στο χώρο του αθλητισμού στην πατρίδα μας.

Τα πράγματα όμως δεν ήταν εύκολα στην πορεία της. Αμέσως μόλις ήρθαν οι πρώτες επιτυχίες σε πανελλήνιο επίπεδο, ήρθε και ο σοβαρός τραυματισμός στον αυχένα, που λίγο έλειψε να την αφήσει εκτός αθλητισμού πρόωρα. Η ίδια πείσμως, πάληψε και το ξεπέρασε, επιστρέφοντας μετά από δύο χρόνια στις πισίνες, σαρώνοντας τα πανελλήνια ρεκόρ και τα μετάλλια εντός και εκτός Ελλάδος.

**Το μεγάλο της απωθημένο ήταν πάντα η ιατρική,** παρότι είχε ήδη τελειώσει τα ΤΕΦΑΑ με δύο ειδικότητες, σε κολύμβηση και ειδική αγωγή. Και τελικά τα κατάφερε, επιτυγχάνοντας την εισαγωγή της στη σχολή της Ιατρικής κάνοντας χρήση του πλεονεκτήματος «άνευ» των αθλητών με επιτυχίες και μπήκε στη σχολή που αποτελούσε πάντα το μεγάλο της απωθημένο. Ένα επάγγελμα στο οποίο σήμερα έχει πλέον αφοσιωθεί πλήρως. Μάλιστα, πρόσφατα ως μέλος της ομάδας του Ελληνικού Ινστιτούτου Μελέτης της Σήψης στην Ελλάδα, αφιέρωσε άπειρες ώρες στις κλινικές μελέτες του φαρμάκου anakinra, κατά της Covid-19.

Έχοντας καταρρίψει πλήθος πανελλήνιων ρεκόρ και ευρισκόμενη διαρκώς στην πρώτη οκτάδα σε Ευρωπαϊκά και Παγκόσμια πρωταθλήματα, η Σοφία Κτενά είναι το ζωντανό παράδειγμα ότι με επιμονή, υπομονή και θέληση, ο συνδυασμός αθλητισμού και πρωταθλητισμού με μια άρτια επαγγελματική κατάρτιση είναι εφικτός. **k**

Η Σοφία εμβολιάζεται κατά της Covid-19, ενώ έχει αφιερώσει πάμπολλες ώρες στη μελέτη του φαρμάκου anakinra



Η Σοφία Κτενά αποτελεί μια εκ των κορυφαίων αθλητριών της τεχνικής κολύμβησης της εποχής της



Η Σοφία Κτενά συνεχίζει να κάνει υπερήφανη την πατρίδα μας εντός και εκτός πισίνας







### «Το μέλληον προδιαγράφεται λαμπρό»

**Ο** κ. Ξιάρχος παραχώρησε συνέντευξη στο περιοδικό της ΚΟΕ, αναφορικά με τη μεγάλη επιτυχία της Εθνικής μας Νέων-Νεανίδων στο Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα του Πόζναν της Πολωνίας, όπου οι Έλληνες κολυμβητές έφεραν συνολικά 20 μετάλλια, ενώ έκανε και αναφορά στο μέλληον του αθλήματος της Τεχνικής κολύμβησης στη χώρα μας και τους στόχους που έχει θέσει για αυτό η Κολυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδος.

«Αρχικά θα ήθελα να συγχαρώ τόσο τους αθλητές μας, όσο και τους προπονητές τους για τα εντυπωσιακά αποτελέσματα στο Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα του Πόζναν. Οι επιδόσεις και τα αποτελέσματα των αθλητών μας οφείλονται στην επένδυση που έχει γίνει τα τελευταία χρόνια και συνεχίζεται με μεγαλύτερο ρυθμό από την νέα διοίκηση της ΚΟΕ επάνω στο δίπτυχο προπονητής – αθλητής», αναφέρει ο Αλέξανδρος Ξιάρχος και συμπληρώνει: «Στο άθλημα μας έχουν πραγματοποιηθεί δυο σχολές προπονητών της ΓΓΑ το 2015 και το 2017, επιπέδου Γ', όπου προσφέρθηκαν υψηλού επιπέδου εξειδικευμένες γνώσεις στο έμπυχο προπονητικό δυναμικό της χώρας μας. Ο συνολικός αριθμός προπονητών που αποφοίτησε από αυτές ήταν κοντά στους 80. Επιπρόσθετα, η ΚΟΕ έχει διοργανώσει και το Παγκόσμιο επιμορφωτικό συνέδριο προπονητών το 2020 όπου το παρακολούθησε η πλειονότητα των Ελλήνων προπονητών. **Στόχος μας είναι να συνεχίσουμε με την δημιουργία νέων σχολών προπονητών της ΓΓΑ, όλων των επιπέδων όπου πρόκειται να υλοποιηθούν στο αμέσως επόμενο χρονικό διάστημα».**

**Ο Αλέξανδρος Ξιάρχος (αριστερά, με τον προπονητή Γιάννη Καλαϊτζόγλου) είναι τεχνικός σύμβουλος της ΚΟΕ και Τεχνικός Διευθυντής Αθλημάτων της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας (CMAS) αναφορικά με την Τεχνική Κολύμβηση.**



Αναφορικά με την προετοιμασία και την εξέλιξη των αθλητών στο χώρο, συμπληρώνει: «Όσον αφορά τους αθλητές μας, υλοποιούνται κάθε χρόνο προγράμματα επίλεκτων νεαρών αθλητών-τριών όπου πραγματοποιούνται προπονητικές συναντήσεις από άκρη σε άκρη της χώρας μας. Στόχος των προγραμμάτων αυτών είναι η δημιουργία βάσης επάνω σε θέματα τεχνικής. **Στο νέο μας προγραμματισμό για την επόμενη αγωνιστική χρονιά είναι η επέκταση του προγράμματος και σε υψηλότερο επίπεδο και η δημιουργία προ εθνικών ομάδων».**

Στην ερώτηση για το πως βλέπει ο ίδιος το μέλληον της Τεχνικής κολύμβησης στην Ελλάδα, σημειώνει: «Είμαι πολύ αισιόδοξος από τα υπάρχοντα αποτελέσματα τόσο σε επίπεδο υψηλού πρωταθλητισμού, όσο και σε επίπεδο βάσης. Αυτή τη στιγμή η Εθνική μας ομάδα Νέων – Νεανίδων είναι μια από τις μεγαλύτερες δυνάμεις παγκοσμίως. Οι συγκεκριμένοι αθλητές σύντομα θα στελεχώσουν και την αντίστοιχη εθνική ομάδα της κατηγορίας

ανδρών - γυναικών. Ταυτόχρονα, σε επίπεδο βάσης δημιουργούνται συνεχώς νέα σωματεία ανά την περιφέρεια, που σε αυτά στηρίζουμε και θα συνεχίσουμε να στηρίζουμε οποιαδήποτε προσπάθεια προς αυτή την κατεύθυνση.

Στο προσεχές Πανελλήνιο πρωτάθλημα που θα πραγματοποιηθεί στη Θεσσαλονίκη 28-31/7/22, αναμένουμε συμμετοχές από περισσότερα των 40 σωματείων και τουλάχιστον εξακοσίων αθλητών που θα συμμετέχουν, έπειτα από επίτευξη ορίου για το συγκεκριμένο πρωτάθλημα. Ακόμη κάτι ιδιαίτερα σημαντικό, το γεγονός ότι έπειτα από εισήγησή μας η ΚΟΕ ανέλαβε την πρωτοβουλία, έπειτα από πολλά χρόνια, να διοργανώσει σε συνεργασία με τον ΑΟ. Ποσειδώνα Ιωαννίνων το Πανελλήνιο πρωτάθλημα Open Water, που θα πραγματοποιηθεί στη λίμνη των Ιωαννίνων στις 1-3/8/22 και θα αποτελέσει ταυτόχρονα αγώνα πρόκρισης Εθνικών ομάδων. Έτσι το μέλληον του αθλήματος με τη στήριξη της ομοσπονδίας μας, προδιαγράφεται λαμπρό». **k**



# Μοναδικές στιγμές

**Σ**τις 21/07/1964 αναχώρησε για το Ισραήλ, για μια διακρατική συνάντηση ανάμεσα στην πατρίδα μας και το Ισραήλ, ολόκληρη η Εθνική μας ομάδα κολύμβησης, υδατοσφαίρισης και καταδύσεων.

Την περίοδο εκείνη, που δεν υπήρχαν ακόμη μεγάλες διεθνείς διοργανώσεις στο χώρο του υγρού στίβου, η συγκεκριμένη συνάντηση θεωρούνταν μείζονος σημασίας για το χώρο, εξ' ου ήλθωσαν και τα τόσα πολλαπλά ιστορικά ονόματα που ταξίδεψαν εκεί.

Ήταν μια χρυσή εποχή, όπου ο χώρος του υγρού στίβου ήταν μια μεγάλη οικογένεια. Δυνατές φιλίες και εξαιρετικές σχέσεις ανάμεσα σε όλους τους αθλητές, ακόμη και διαφορετικών σωματείων, αφού το μοναδικό κολυμβητήριο την περίοδο εκείνη ήταν το ιστορικό κολυμβητήριο του Ζαππείου και όλα τα μεγάλα γεγονότα διαδραματιζόνταν εκεί. Στιγμές μοναδικές.



Στην κάτω φωτογραφία εμφανίζονται κατά σειρά οι εξής σπουδαίοι αθλητές:

**Από άνω αριστερά:** Γιάννης Παλιός, Άλκης Μαγκριώτης, Γιώργος Θεοδωρακόπουλος, Νίκος Μολόχας, Κώστας Πρέκας (καταδύσεις), Πέτρος Χατζηκυριακάκης, Ανδρέας Γαρυφαλλός, Γιάννης Θυμαράς, Μανώλης Πατλάκας,

**Μεσαία σειρά από αριστερά:** Τάκης Μαθιουδάκης, Παναγιώτης Νεόφυτος (συνοδός προπονητής), Τάκης Βασιλόπουλος, Νώντας Πετραλιάς (αρχηγός αποστολής), Κίτσος Λούης, Νίκος Τασσόπουλος, Δημήτρης Τόμπρας, Λάσλο Σάρσι (προπονητής πόλο), Άκης Καλομοίρης, Αλέκος Ζήσιμος, Λάμπρος Κωνσταντόπουλος (συνοδός προπονητής), Δημήτρης Ζωγράφος (συνοδός)

**Κάτω σειρά:** Γιώργος Κασιδόκωστας, Έλλη Κουτουμάνη, Ελίνα Λούη, Σαρά Μπεχάρου, Πόπη Γεωργιάδου, Τζένη Σωτηρίου, Αθηνά Νεοφύτου, Γρηγόρης Καλοκαιρινός, Νίκος Τσάκας







Η μοναδική  
ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ  
5 που καλλιεργεί  
ΟΛΥΜΠΙΑΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ