

# *Χρόνια Πολλά*



*από τους  
Κορυφαίους!*

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ



12

08 Οι ευχές του προέδρου

10 Βραβεία ΠΣΑΤ - Στην κορυφή η Εθνική πόλο ανδρών

12 Οι κορυφαίοι της κολύμβησης

22 Οι κορυφαίοι της ανοικτής θάλασσας

30 Οι κορυφαίοι της υδατοσφαίρισης

40 Οι κορυφαίοι της καλλιτεχνικής

48 Οι κορυφαίοι των καταδύσεων

54 Οι κορυφαίοι της τεχνικής

64 Μεμβούρνη - παγκόσμιο 25μ

68 Μάικη Άντριου

74 Το νέο αίμα της κολύμβησης

80 Ράιαν Λόχτε

86 Άγγελος Φώσκολος

90 Οι Ιάπωνες της Α1

96 Μάριος Καπότσης - ΣΕΑΥ

100 Οι Ολυμπιονίκες του ΝΟΠ

108 Μιχάλης Σκαλοχωρίτης - ΣΕΔΥ

112 Μαίρη Παπαδημητρίου

116 Άθως Κραβαρίτης

120 Αγόρια στην καλλιτεχνική

124 Γιορτή και εταιρική ταυτότητα ΚΟΕ

126 Οι απώθειες

128 Νηρέας Ορεσιτιάδας

134 Οι Περιφέρειες της ΚΟΕ

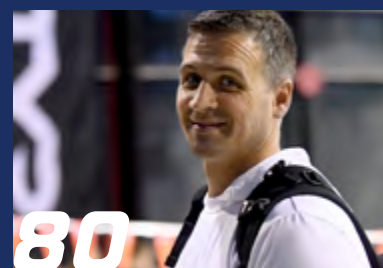
160 ΡΕΑ - Δημήτρης Μαθιόπουλος



30



64



80



90



100



116



128



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

Παραγωγή: AGENDA SPORT ACTION

Δημιουργικός Σχεδιασμός: BRIGHT MEDIA

Φωτογραφίσεις: Instant Photos

Διαφημιστικό τμήμα: Γιώργος Αρνιακός



***Stoiximan***



ΜΕΓΑΛΟΣ ΧΟΡΗΓΟΣ ΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ  
ΑΝΔΡΩΝ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΩΝ



***Καλή χρονιά από το***



# υς κορυφαίους μας





**Οι ΚΟΡΥΦΑΙΟΙ του 2022 φόρεσαν τα  
γιορτινά τους και έδωσαν το παρών στο  
χριστουγεννιάτικο ραντεβού του ΚοεΜΑΓ.**



Ευχαριστούμε για τη φωτογράφιση:  
Τον **Δήμο Ηλιούπολης** για την παραχώρηση του χώρου.  
Τον **Δημήτρη Μαντζουράνη (instant photos)** για τις φωτογραφίες του.  
Την **Κωνσταντίνα Σπανού** για το styling της εκδήλωσης.

**Σ**ήκωσαν το ποτήρι,  
ευχήθηκαν σε όλη  
την οικογένεια  
της κολυμβητικής  
Ομοσπονδίας, γεύτηκαν  
τα σπιτικά μελομακάρονα  
και τους κουραμπιέδες που  
είχε το εορταστικό μενού,  
έπαιξαν όμορφα τραγούδια  
στο πιάνο και τραγούδησαν  
για τις όμορφες ημέρες των  
Χριστουγέννων.

**Αποτελούν τα  
πρότυπά μας.** Είναι οι  
πρωταγωνιστές που όλα  
τα παιδιά που μεγαλώνουν  
στις πισίνες θέλουν να τους  
μοιάσουν. Να είναι αυτοί  
τον Δεκέμβρη του 2023 ή  
σε λίγα χρόνια στην θέση  
τους ως οι πρώτοι των  
πρώτων στα αθλήματα που  
υπηρετούν.

**Χρόνια πολλά και Καλή  
Χρονιά** από την **Ευαγγελία  
Πλατανιώτη** (κορυφαία της  
καλλιτεχνικής κολύμβησης),  
τον **Απόστολο Χρήστο**  
(ο καλύτερος στην  
κολύμβηση), την **Ειρήνη  
Νίνου** (κορυφαία  
πολίστρια), τον **Χρήστο  
Μπόνια** (το πιο καλό  
μονοπέδιλο στην χώρα),  
τον **Άγγελο Βλαχόπουλο**  
(ο πρώτος των πρώτων στο  
πόλο) και τον **Θάνο Τσιρίκο**  
(αυτός που κάνει τις  
καλύτερες βουτιές από τα  
10 μέτρα και δεν φοβάται).

Κάποιοι ήπιαν λίγο  
παραπάνω στην  
φωτογράφιση αλλά  
δεν σας το λέμε...

**Καλή χρονιά από  
τους κορυφαίους μας!**



## ***Οι ωραίες αναμνήσεις του 2022 και τα όνειρα της νέας χρονιάς***

«Εύχομαι το 2023 να είναι μια χρονιά ακόμα καλύτερη για την Κοιμηβητική Ομοσπονδία της Ελλάδας, τόσο σε οργάνωση και εκσυγχρονισμό, όσο και σε επιτυχίες των αθλητών μας στις Εθνικές Ομάδες. Εμείς από την πλευρά μας θα συνεχίσουμε αυτό το οποίο ξεκινήσαμε, με τον ίδιο ζήλο και όραμα και με την ίδια αγάπη, προκειμένου ο υγρός στίβος να προχωράει και να αναπτύσσεται έτσι όπως όλοι μας τον έχουμε ονειρευτεί.

Το 2022 μας γέμισε με ωραίες αναμνήσεις, οι οποίες προήλθαν μέσα από τα ποιοτικά πρωταθλήματα που οργανώσαμε σε όλη τη χώρα. Δημιούργησε επίσης ξεχωριστά συναισθήματα, σε ότι αφορά τις επιτυχίες των αθλητών μας στις διεθνείς διοργανώσεις. Βέβαια αφήνει και υποσχέσεις για καλύτερες ημέρες τις επόμενες χρονιές. Ο στόχος της Ομοσπονδίας είναι να γινόμαστε καλύτεροι μέρα με τη μέρα. Να έχουμε ακόμα μεγαλύτερες επιτυχίες όταν μετέχουμε στις διεθνείς διοργανώσεις και βέβαια ο μεγάλος μας στόχος είναι οι Ολυμπιακοί Αγώνες στο Παρίσι που θέλουμε να έχουμε την μεγαλύτερη αποστολή σε αθλητές και την καλύτερη σε επιτυχίες».

*Κυριάκος Γιαννόπουλος*  
Πρόεδρος ΚΟΕ



# 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.



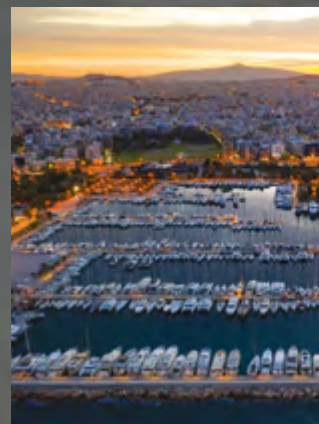
Ανοίγει το δρόμο σε μεγάλα έργα Παραχώρησης.



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.

# Back to back για την ΕΘΝΙΚΗ

Η Εθνική πόλο ανδρών αναδείχθηκε για δεύτερη διαδοχική χρονιά η κορυφαία ομάδα της Ελλάδας για το 2022



**Ο**ι κορυφαίοι του ελληνικού αθλητισμού σύμφωνα με τους αθλητικούς συντάκτες αναδείχθηκαν, με τον υγρό στίβο να έχει την τιμητική του στην ψηφοφορία του Πανελληνίου Συνδέσμου Αθλητικού Τύπου (ΠΣΑΤ).

Η μεγαλύτερη νίκη ήρθε από το πόλο, όπου στις κορυφαίες ομάδες της σεζόν ήταν η **Εθνική ανδρών**, η **Εθνική γυναικών** και ο **Ολυμπιακός**, κάνοντας ουσιαστικά την κατηγορία... μονοπώλιο του πόλο.

Ξεχωριστή αναφορά πρέπει να γίνει τόσο στον **Θοδωρή Βλάχο**, όσο και στον **Απόστολο Χρήστου**, με τον προπονητή της Εθνικής πόλο να είναι στην τριάδα για τον προπονητή της χρονιάς και τον πρωταθλητή της κολύμβησης να τερματίζει στην τέταρτη θέση της ψηφοφορίας για τον αθλητή της χρονιάς.

Στην πέμπτη θέση της σχετικής λίστας ήταν ο **Ανδρέας Βαζαίος**, με τον **Κριστιάν Γκολομέβ** να είναι 13ος. Στην 29η θέση της διαδικασίας ήταν ο **Βασίλης Σοφικίτης**.

Στις γυναίκες υπήρχε αρκετά μεγάλη... πολυφωνία, καθώς υπήρξαν υποψήφιοι από διαφορετικά αθλήματα. Την υψηλότερη θέση κατέκτησε η **Άννα Ντουντουάκη** που ήταν 6η, με την **Ευαγγελία Πλατανιώτη** να ακολουθεί στην επόμενη θέση και την **Ελευθερία Πλευρίτου** στη 10η.

Στην ομάδα της χρονιάς, εκτός από το... σάρωμα του πόλο υπήρξαν και άλλες ομάδες. Στη 13η θέση βρέθηκε η **Εθνική Γυναικών της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης**, ενώ μια θέση πιο κάτω ήταν η 4Χ200 του ελευθέρου στους άνδρες. Η **Εθνική Νεανίδων του πόλο** ήταν στη 15η θέση, ενώ το **Κόμπο Γυναικών της Καλλιτεχνικής κολύμβησης** ήταν στην 17η θέση της σχετικής λίστας.

Το πόλο δεν σταμάτησε εκεί τις διακρίσεις του στην ομάδα της χρονιάς, καθώς στην 21η, 22η και 26η θέση συναντούμε την **Εθνική Παιδών**, την **Εθνική Νέων Γυναικών** και την **Εθνική Νενίδων** αντίστοιχα. Στην 28η θέση βρέθηκε η **Εθνική Highlight Γυναικών Καλλιτεχνικής Κολύμβησης**, ενώ η **Εθνική Κορασίδων του πόλο** ήταν 29η. Στην 32η θέση βρέθηκε η **Εθνική 4x150μ Mixed Νέων Τεχνικής Κολύμβησης** και δύο θέσεις πιο κάτω η **Εθνική 4x100 Επιφανείας Νέων Τεχνικής Κολύμβησης**. Στην 38η θέση της ψηφοφορίας αναδείχθηκε η **4x100 Ελεύθερο Ανδρών Κολύμβησης** και μια θέση πιο πίσω η **Εθνική Νεανίδων της Τεχνικής**. Τέλος στην 49η θέση τερμάτισε το **Πόλο του Ολυμπιακού**.

Στον προπονητή της χρονιάς εκτός από τον Θοδωρή Βλάχο υπήρξαν και άλλοι τεχνικοί από τα «υγρά» αθλήματα, με την **Αλεξία Καμμένου** να είναι στην 4η θέση και τον **Παναγιώτη Βελέντζα**, προπονητή του Απόστολου Χρήστου, να βρίσκεται στην 10η θέση. Στη 12η θέση βρέθηκε ο **Αλέξαντρ Τσίριτς** του πόλο (Ολυμπιακός), με την **Χριστίνα Θαλασσινίδου** της Καλλιτεχνικής να είναι στη 14η θέση, την **Αντιγόνη Ρουμπέση** του πόλο στη 15η, ενώ μια θέση πιο πίσω ήταν η **Ευτυχία Καραγιάννη** από την υδατοσφαίριση. Η **Βαρβάρα Λιθαδιώτη** της Καλλιτεχνικής Κολύμβησης ήταν στη 20η θέση, με τον **Χάρη Παυλίδη** του πόλο να ακολουθεί στην επόμενη θέση. Ο **Τάσος Καράμπελας** από την κολύμβηση ήταν στην 23η, με την 24η να καταλαμβάνει η **Αναστασία Γκούτσεβα** της Καλλιτεχνικής. **Γιώργος Τσόκας** και **Φώντας Λεμπέσης** από το πόλο αναδείχθηκαν στην 30η και 31η θέση αντίστοιχα. **Άκης Οικονόμου** και **Αλέξανδρος Νικολόπουλος** της κολύμβησης ήταν στην 33η και 35η θέση αντίστοιχα.



Την τιμητική του είχε ο υγρός στίβος στην ψηφοφορία του ΠΣΑΤ



# Τα χρυσά παιδιά της κολύμβησης

Η επιλογή των κορυφαίων στην κλασική κολύμβηση, αλλά και στην ανοιχτή θάλασσα αποτελούν πρόταση του τμήματος κολύμβησης της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας.

Κορυφαίος κολυμβητής της χρονιάς στην κλασική κολύμβηση αναδείχθηκε ο **Απόστολος Χρήστου**, ενώ κορυφαίος νέος ήταν ο **Βασίλης Σοφικίτης**.

**Δημήτρης Μάρκος** και **Απόστολος Σίσκος** ήταν οι πιο ανερχόμενοι για το 2022.

Πιο ταλαντούχα κολυμβήτρια της χρονιάς αναδείχθηκε η **Αντωνία Ρακοπούλου**.

Προπονητής της χρονιάς ψηφίστηκε ο **Παναγιώτης Βελέντζας**, που ήταν ο άνθρωπος πίσω από τις μεγάλες επιτυχίες του Απόστολου Χρήστου σε Ευρωπαϊκά και Παγκόσμια πρωταθλήματα.

Καλύτερος ανερχόμενος Έλληνας προπονητής ήταν ο **Δημήτρης Παπαχαριζάνου**, ενώ ξεχωριστή αναφορά γίνεται στους προπονητές που ανέδειξαν την ομάδα αναπτυξιακών ηλικιών του Ωκεανού που πήρε το πρωτάθλημα, **Δημήτρη** και **Γιώργο Δαμασιώτη**.





## «Μου δίνει δύναμη για το Παρίσι»

**ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΥ**

🏆 Κορυφαίος Έλληνας κολυμβητής

*Ευχαριστώ πολύ για την επιλογή μου ως κορυφαίου κολυμβητή για το 2022 με βάση των επιτυχιών μου στους διεθνείς αγώνες. Μου δίνει δύναμη να συνεχίσω δυνατά για τα επόμενα χρόνια με μεγάλο στόχο την διάκριση στους Ολυμπιακούς αγώνες. Χρόνια πολλά καλή χρόνια με υγεία και επιτυχίες για την ελληνική κολύμβηση.*

## «Να αγαπήσετε το κολύμπι και να συνεχίσετε να δουλεύετε»



Είναι μεγάλη τιμή και συγκίνηση για μένα που η ΚΟΕ με ανέδειξε ως τον καλύτερο νέο κολυμβητή του 2022. Το 2022 ήταν για μένα μία χρονιά σταθμός για την κολυμβητική μου πορεία, μία νέα αφετηρία και ένα δυνατό κίνητρο να βάλω μεγαλύτερους και δυσκολότερους στόχους.

Το 2022 είχα την τιμή να εκπροσωπήσω την Ελλάδα σε δύο πολύ σημαντικές διορθώσεις, στο Πανευρωπαϊκό και στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα νέων. Κατάφερα να κατακτήσω από ένα χάλκινο μετάλλιο σε κάθε διοργάνωση.

Αυτή όμως η τεράστια επιτυχία ήταν αποτέλεσμα μιας ομαδικής δουλειάς και συνεργασίας. Με καθοδηγητές τον Άκη Οικονόμου και τον Νίκο Φλεριανό, αλλά και όλους όσους πλαισίωσαν το κλιμάκιο της Εθνικής, δουλέψαμε σε πολύ καλές συνθήκες στα κολυμβητήρια του ΟΑΚΑ.

Το λιγότερο λοιπόν που μπορώ να πω είναι ένα μεγάλο ευχαριστώ σε όλους όσους με βοήθησαν και σε αυτούς που με ανέδειξαν ως τον καλύτερο νέο κολυμβητή το 2022.

Το κολύμπι είναι ένα σημαντικό κομμάτι της ζωής μου και το έχω αγαπήσει, αλλά για να φτάσω σε αυτό το επίπεδο σίγουρα έχω κάνει θυσίες και έχω στερηθεί κάποιες προσωπικές μου απολαύσεις. Άξιζε όμως τον κόπο γιατί αυτά που έχω πάρει μέχρι τώρα από το κολύμπι είναι υπέροχα, μοναδικά και θα με συνοδεύουν σε όλη μου τη ζωή.

Σε λίγες μέρες αποχαιρετούμε το 2022. Κρατάω μαζί μου όλες αυτές τις πολύτιμες εμπειρίες που απέκτησα και με σκληρή και ομαδική δουλειά βάζουμε τους νέους μας στόχους για το 2023, που σίγουρα θα είναι δυσκολότεροι, ψηλότεροι και πιο απαιτητικοί.

Θα ευχηθώ σε όλη την κολυμβητική οικογένεια να έχουμε μία χρονιά με υγεία πάνω απ' όλα για όλους μας και στους συναθλητές μου εύχομαι καλή επιτυχία στους στόχους που έχει βάλει ο καθένας τη νέα χρονιά.

Από τις εμπειρίες μου μέχρι τώρα θα ήθελα να στείλω ένα μήνυμα στους μικρότερους νέους κολυμβητές. Να αγαπήσετε το κολύμπι, να συνεχίσετε να δουλεύετε και να είστε σίγουροι πως με σκληρή δουλειά μία μέρα, αργά ή γρήγορα, το κολύμπι θα σας ανταποδώσει πολλαπλάσια όλες τις θυσίες και τις στερήσεις που έχετε κάνει.

Καλή Χρονιά σε όλους μας!



Αναφορικά με τον δεύτερο στόχο έφτασα αρκετά κοντά πολλές φορές αλλά δεν μπόρεσα να κάνω το όνειρό μου πραγματικότητα. Αλλά δεν μπορώ να είμαι λυπημένος καθώς αυτός είναι ο αθλητισμός. Δεν μπορεί κάποιος να κερδίζει συνέχεια. Η ζωή είναι γεμάτο προκλήσεις, όποτε πρέπει να προσπαθούμε και να επιμένουμε στους στόχους μας και όχι να τα παρατάμε στην πρώτη δυσκολία που αντιμετωπίζουμε.

Η φετινή χρονιά είναι ακόμα πιο ιδιαίτερη διότι θα είναι η τελευταία χρονιά που θα αγωνιστώ ως έφηβος. Εύχομαι για το 2023 να είμαστε όλοι υγιείς πάνω από όλα και σε όλα τα παιδιά να πετύχουν τους στόχους που έχουν θέσει για την φετινή χρονιά. Φετινός μου στόχος είναι να πετύχω ότι δεν κατάφερα να κερδίσω πέρσι. Ένα μετάλλιο σε έναν μεγάλο αγώνα. Επιπλέον ένας στόχος που θέλω σίγουρα να κυνηγήσω μέσα στη χρονιά παρόλο που είμαι μικρός σε ηλικία είναι το Ολυμπιακό όριο. Δυστυχώς η πόλη της Θεσσαλονίκης αντιμετωπίζει αρκετά προβλήματα.

Ένα από αυτά είναι ο χώρος προπόνησης. Στην Θεσσαλονίκη λόγω ότι υπάρχουν αρκετές ομάδες οι διαδρομές που παίρνουμε είναι πάρα πολύ λίγες. Πράγμα που κάνει την διαδικασία της ετοιμασίας μας ακόμα πιο δύσκολη. Ένα άλλο πρόβλημα το οποίο αντιμετωπίζουμε είναι η θερμοκρασία του νερού. Κάποιες φορές το νερό της πισίνας είναι τόσο κρύο που δεν αντέχουμε να κάνουμε προπόνηση όποτε αυτό δημιουργεί προβλήματα και σε εμάς τους αθλητές και στους προπονητές.

Τελευταίο αλλά εξίσου σημαντικό πρόβλημα είναι ότι δεν έχουμε χώρους Γυμναστικής με θέρμανση μέσα στο κολυμβητήριο αλλά και χρονόμετρα υψηλής τεχνολογίας. Πράγμα που μας υποχρεώνει να πηγαίνουμε σε αγώνες στο εξωτερικό με δικά μας έξοδα.



## ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΣΙΣΚΟΣ

🏆 Ο πιο ανερχόμενος κολυμβητής

### «Η ζωή είναι γεμάτη προκλήσεις»

**Η** περσινή χρονιά για μένα ήταν πολύ ιδιαίτερη και η καλύτερη της καριέρας μου. Είχε πολλές χαρές και αρκετές λύπες. Το σίγουρο όμως είναι ότι απέκτησα τόσες πολλές εμπειρίες οι οποίες θα μου μείνουν αξέχαστες και θα τις θυμάμαι για όλη μου την ζωή.

Από την αρχή της χρονιάς είχα βάλει δυο στόχους. Ο πρώτος ήταν να εξασφαλίσω μια υποτροφία σε ένα Πανεπιστήμιο της Αμερικής και ένα μετάλλιο σε μια μεγάλη διοργάνωση όπως το Ευρωπαϊκό και το Παγκόσμιο νέων.

Τον πρώτο στόχο θεωρώ ότι τον πέτυχα και με το παραπάνω καθώς πήρα υποτροφία για μένα στο κορυφαίο Πανεπιστήμιο στο κόσμο, το Harvard University.

## «Νιώθω ευλογημένος»

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΑΡΚΟΣ**

✦ *Ανερχόμενος κολυμβητής*

**Τ**ο βραβείο του Καλύτερου Ανερχόμενου Κολυμβητή είναι άκρως τιμητικό. Ευχαριστώ όσους θεώρησαν ότι αξίζω ένα τέτοιο βραβείο. Τους ευχαριστώ που πιστεύουν σε εμένα! Νιώθω ευλογημένος που βρίσκομαι στον Υγρό Στίβο, κάνω αυτό που αγαπώ, εισπράττω την αγάπη από τους μικρότερους αθλητές. Γνωρίζω αρκετούς καθημερινά, έρχονται να μιλήσουμε, να φωτογραφηθούμε μαζί και βλέπω τη σπίθα στα μάτια τους. Αυτοί είναι το μέλλον και χαίρομαι να τους βλέπω να ονειρεύονται, να διψούν για δουλειά. Πρέπει όλοι να πιστεύουν στα όνειρα τους, να μην κοιτάζουν τα εμπόδια που τους βάζουν οι γύρω τους.

Ο αθλητής πρέπει να μάθει να πορεύεται μόνος του, να είναι μαχητής. Οι γύρω του δεν είναι ούτε φίλοι του, ούτε εχθροί του. Όλοι προσπαθούν να κάνουν το καλύτερο που μπορούν. Δεν θυμώνω με όσους είναι ανεπαρκείς, δεν ενθουσιάζομαι με όσους είναι εκδηλωτικοί.

Εύχομαι σε όλους υγεία!





## ΑΝΤΩΝΙΑ ΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ

🏆 Ο πιο ταλαντούχος κολυμβητής - τρια

**«Αυτές οι εμπειρίες μου δίνουν ένα ισχυρό κίνητρο για να συνεχίσω τη σκληρή δουλειά»**

Το 2022 ήταν μια πολύ σημαντική χρονιά για εμένα, γεμάτη από όμορφες στιγμές και εμπειρίες, καθώς και τις πρώτες μου συμμετοχές και διακρίσεις με την Εθνική ομάδα. Η πιο ξεχωριστή στιγμή τη χρονιά που πέρασε, ήταν η κατάκτηση του χάλκινου μεταλλίου στο Ολυμπιακό Φεστιβάλ Νέων, μια πολυαθλητική διοργάνωση όπου συμμετέχουν οι κορυφαίοι αθλητές της Ευρώπης 14-18 ετών. Αυτές οι εμπειρίες μου δίνουν ένα ισχυρό κίνητρο για να συνεχίσω τη σκληρή δουλειά ώστε να πετύχω ακόμα μεγαλύτερες διακρίσεις στο μέλλον. Οι επιπτώσεις της πανδημίας τα δύο προηγούμενα έτη σε συνδυασμό με την φετινή ενεργειακή κρίση έχουν δημιουργήσει πολλά προβλήματα στη λειτουργία των κολυμβητηρίων, με αποτέλεσμα να χάνονται ώρες προπόνησης και αυτό έχει αρνητικές συνέπειες για την εξέλιξη των αθλητών. Πιστεύω πως βασική προϋπόθεση για να συνεχίσουμε να έχουμε επιτυχίες στο μέλλον, είναι οι κατάλληλες συνθήκες προπόνησης και προετοιμασίας των αθλητών.

Εύχομαι το 2023 να είναι μια καλύτερη χρονιά και να φέρει υγεία, αισιοδοξία και πολλές αθλητικές επιτυχίες σε όλη την οικογένεια του Υγρού Στίβου.

## ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΒΕΛΕΝΤΖΑΣ

🏆 Κορυφαίος προπονητής κλασικής κολύμβησης

### «Υπερήφανος»

**Ε**ίμαι πολύ χαρούμενος και υπερήφανος που επιλέχθηκα ως καλύτερος Έλληνας προπονητής κολύμβησης με βάση τις επιτυχίες του Απόστολου για το 2022. Είναι το αποτέλεσμα σκληρής και συστηματικής δουλειάς όλα αυτά τα χρόνια. Μου δίνει δύναμη και κουράγιο να συνεχίσω δυνατά και για το 2023 αλλά με απώτερο και μεγάλο στόχο την Ολυμπιάδα στο Παρίσι το 2024. Θέλω να ευχαριστήσω όλους αυτούς που μας στηρίζουν, τους συνεργάτες μου και την οικογένεια μου που είναι δίπλα μου. Ευχαριστώ πολύ και εύχομαι ο καινούργιος χρόνος να φέρει υγεία και επιτυχίες για την ελληνική κολύμβηση.





## ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΠΑΠΑΧΑΡΙΖΑΝΟΥ

🏆 *Ανερχόμενος προπονητής κλασικής κολύμβησης*

**«Οι προσδοκίες μας να δικαιωθούν»**

**Θ**α ήθελα να ευχαριστήσω την ΚΟΕ για την ανάδειξή μου ως καλύτερο ανερχόμενο προπονητή για το 2022.

Η χρονιά που σε λίγες μέρες τελειώνει υπήρξε για μένα προσωπικά άλλα και για την Ελληνική Κολύμβηση εν γένει, μία χρονιά επιτυχιών αλλά και προκλήσεων. Ο διετής περιορισμός που όλοι μας υπομείναμε λόγω του Κορονοϊού και οι επιπτώσεις που αναπόφευκτα είχε στην προετοιμασία των κολυμβητών τα προηγούμενα χρόνια μας ανάγκασε να προσαρμοστούμε -τόσο οι προπονητές όσο και οι αθλητές- σε νέα προπονητικά δεδομένα και συνθήκες. Θεωρώ ότι με βάση τη συγκεκριμένη παράμετρο τα αποτελέσματα που είχε συνολικά η Ελληνική Κολύμβηση το 2022 ήταν τουλάχιστον ελπιδοφόρα και μας γεμίζουν με προσδοκίες για μεγάλες επιτυχίες στο μέλλον.

Ευχή μου είναι οι προσδοκίες μας να δικαιωθούν και να ανεβάσουμε -Ομοσπονδία, προπονητές, αθλητές- ο καθένας από το δικό του πόστο το επίπεδο της Ελληνικής κολύμβησης.

Βασική προϋπόθεση για αυτό είναι οι πισίνες να παραμείνουν ανοικτές. Θέλω να πιστεύω ότι δεν θα ζήσουμε ακόμα μία επανάληψη των δύο ετών της καραντίνας με κλειστά κολυμβητήρια -αυτή τη φορά λόγω ενεργειακού κόστους- καθώς κάτι τέτοιο θα ήταν καταστροφικό και οι συνέπειες ίσως μη ανατρέψιμες.

Κλείνοντας θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους τους συνεργάτες μου και τους αθλητές με τους οποίους συνεργάστηκα και να αφιερώσω τη βράβειυσή μου στη σύζυγό μου που τόσα χρόνια υπομένει τα δύσκολα ωράρια και τις ιδιοτροπίες του επαγγέλματός μου.

Εύχομαι σε όλους ένα υπέροχο και γεμάτο υγεία και αθλητικές επιτυχίες 2023».

# ΟΙ ΚΟΡΥΦΑΙΟΙ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ



## ΔΗΜΗΤΡΗΣ & ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΑΜΑΣΙΩΤΗΣ

🏊 Προπονητής πρωταθλήτριας ομάδας στις αναπτυξιακές ηλικίες (ΩΚΕΑΝΟΣ)

**«Στόχος μας πάντα η κορυφή»**

«Θα θέλαμε να δώσουμε συγχαρητήρια τόσο σε εσάς, όσο και στην ΚΟΕ για τη δημιουργία του περιοδικού. Εξαιρετική δουλειά και απαραίτητο εργαλείο για την ανάδειξη του υγρού στίβου. Ευχαριστούμε για το βήμα που μας δίνετε, ώστε να εκφραστούμε για την ομάδα μας τον ΑΟ ΩΚΕΑΝΟ και για την κατάκτηση του πρωταθλήματος των age group 2022.

Ο στόχος μας είναι πάντα η κορυφή και δεν κρύβουμε την ικανοποίησή μας για το γεγονός ότι για περισσότερο από μία δεκαετία βρισκόμαστε στην πρώτη τριάδα της κατάταξης αυτού του πρωταθλήματος. Η σταθερότητα του ΑΟ ΩΚΕΑΝΟΥ είναι ο δείκτης που επιβεβαιώνει ότι στην ομάδα μας γίνεται σοβαρή δουλειά. Την επιτυχία πιστώνονται όλοι οι συνάδελφοι προπονητές των ακαδημιών, της προαγωνιστικής και την αγωνιστικής ομάδας, οι αθλητές και οι οικογένειές τους που μας εμπιστεύονται, καθώς και όλοι οι συνεργάτες του σωματείου μας. Θα τους ευχαριστήσουμε όλους για ακόμα μια φορά και θα υποσχεθούμε ότι θα είμαστε δίπλα τους, ώστε να πανηγυρίσουμε και άλλες επιτυχίες.

Οι στόχοι για το 2023 είναι να είμαστε ψηλά στις κατατάξεις των πρωταθλημάτων όλων των κατηγοριών, να έχουμε περισσότερες συμμετοχές αθλητών μας στις εθνικές ομάδες και βέβαια επιτυχίες σε διεθνές επίπεδο. Ευχή όλων μας στο ΩΚΕΑΝΟ είναι η ελληνική κολύμβηση να προοδεύσει το 2023 ακόμη περισσότερο καθιστώντας το άθλημά μας από τα πιο αγαπητά στη χώρα μας.

Κλείνοντας θα θέλαμε να ζητήσουμε από όλους όσους έχουν θέση ευθύνης και έχουν τη δύναμη να στηρίξουν την ελληνική κολύμβηση να βοηθήσουν τους Έλληνες κολυμβητές-τριες στο σχολείο και στο πανεπιστήμιο, ώστε να μπορέσουν να προοδεύσουν ταυτόχρονα και στους δύο τομείς. ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ. Είναι πεποίθησή μας ότι σε αυτόν τον τομέα υστερούμε πολύ σε σχέση με τις προηγούμενες κολυμβητικά χώρες. Εάν καταφέρουμε συλλογικά όλοι οι εμπλεκόμενοι φορείς να λύσουμε αυτό το χρόνιο πρόβλημα, τότε θα ανταγωνιστούμε επί ίσοις όροις τις άλλες χώρες και θα "δώσουμε" στην κοινωνία άρτια εκπαιδευμένους ανθρώπους με τεράστιες ικανότητες.

ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ, ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ, ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ».



**Emerge**  
**Adopt**  
**Apply**  
**Accelerate**  
**Grow**

Your next big thing is out there. Just waiting to be engineered. Deloitte helps companies advance their futures by using new technologies to transform experiences and grow their businesses.

**Deloitte.**

# Οι διάδοχοι του Γιαννιώτη

Στην ανοιχτή θάλασσα κορυφαίος αθλητής της χρονιάς αναδείχθηκε ο **Άλκης Κυνηγάκης**, με τον **Γιάννη Σκαρή** να ανακηρύσσεται σε καλύτερο νέο κολυμβητή. Ανερχόμενος αθλητής της χρονιάς ήταν ο **Κώστας Ζαχαριάδης**, με τον **Βασίλη Κακουλάκη** να είναι ο πιο ταλαντούχος για το 2022. Είναι όλοι τους παιδιά που έχουν ως πρότυπο τον αργυρό ολυμπιονίκη του 2016, τον Σπύρο Γιαννιώτη.

Προπονητής της χρονιάς ήταν ο **Βασίλης Κοζομπόλης** και η πιο ανερχόμενη προπονήτρια η **Βασιλική Μπακούση**.





## ΑΛΚΗΣ ΚΥΝΗΓΑΚΗΣ

🏆 Καλύτερος κολυμβητής open water

### «Πήρα πολλά μαθήματα ζωής»

**Η**περσινή χρόνια ήταν η χειρότερη των τελευταίων ετών και δεν περίμενα καθόλου, μετά από μια τέτοια επιτυχία στους Ολυμπιακούς αγώνες (5η θέση στο Τόκιο), να έχω μια τόσο κακή και καταστροφική χρονιά. Ουσιαστικά κυνηγούσα να έχω μια αξιοπρεπέστατη εμφάνιση στο παγκόσμιο και ευρωπαϊκό πρωτάθλημα, όμως αυτό ήταν ανέφικτο διότι πρώτον οι άνθρωποι που είχα δίπλα μου φρόντισαν να δυσκολέψουν το έργο μου και δεύτερον κόλλησα δυο φορές covid19, γεγονότα που μου στοίχισαν προπονητικά και ψυχολογικά.

Το 2022 μου αφήνει μια μεγάλη πικρία αλλά και πολλά μαθήματα ζωής που πήρα. Έμαθα πολλά από τους ανθρώπους που είχα δίπλα μου με πολύ άσχημο τρόπο. Το μεγαλύτερο μάθημα που πήρα είναι να πορεύομαι με ανθρώπους που έχουμε κοινούς στόχους, κοινά οράματα, καλή επικοινωνία. Μόνο έτσι θεωρώ πως μπορούμε να ξεπεράσουμε και να επιλύσουμε όλα τα προβλήματα που παρουσιάζονται.

Στεναχωριέμαι πολύ για την περσινή χρόνια και τα αποτελέσματά της. Ελπίζω σε καλύτερες συνεργασίες και να έχουμε κοινούς στόχους, ώστε να μην κάνουμε ένα βήμα μπροστά και δύο πίσω.

Η νέα χρόνια εύχομαι να μας κάνει πιο σοφούς, πιο συνεργάσιμους και να βρίσκουμε λύσεις στα προβλήματα εάν θελουμε να πάμε μπροστά.

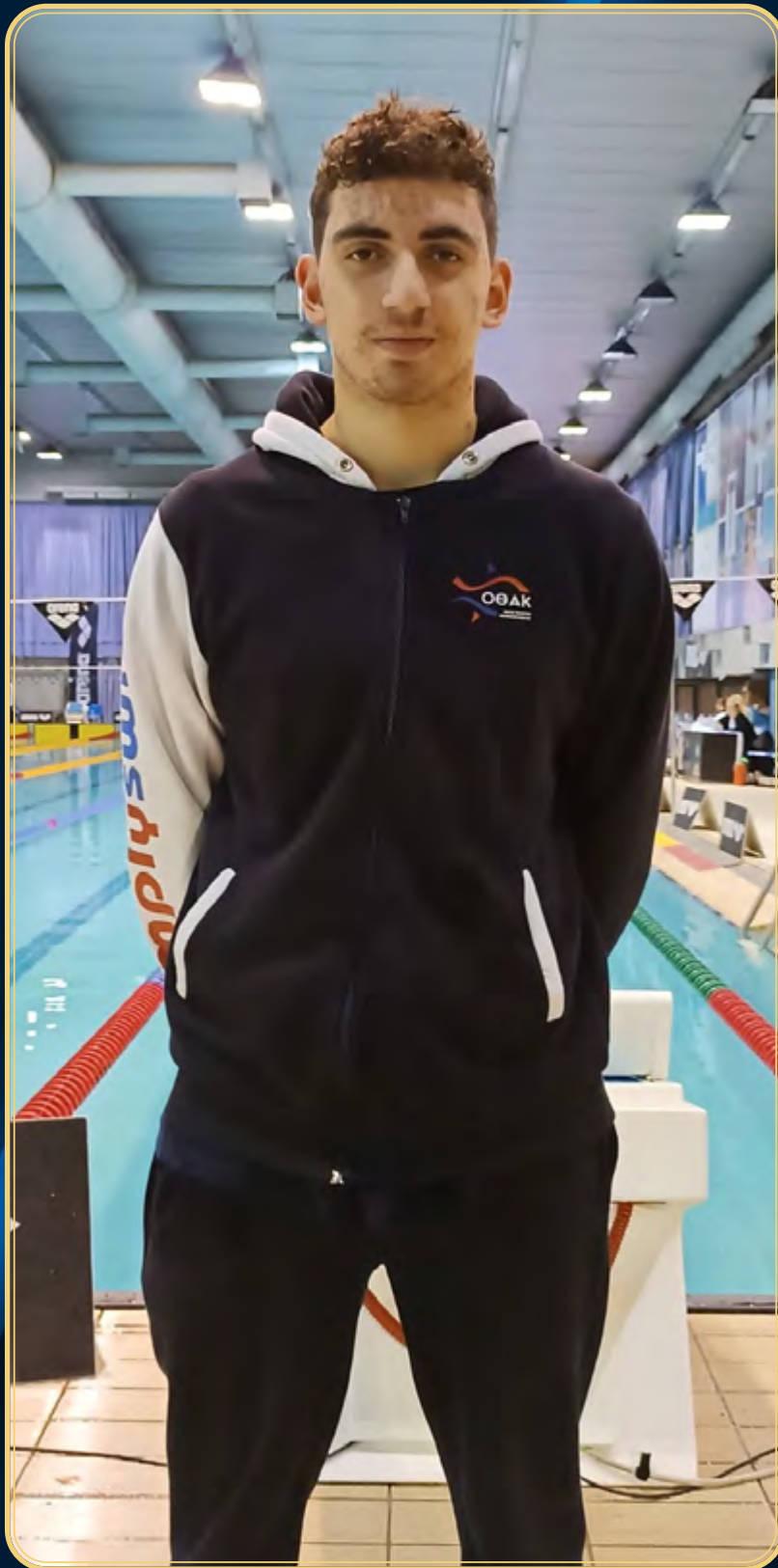
Με τιμάει που αναδείχθηκα ο καλύτερος αθλητής της ανοικτής θάλασσας και θέλω να ευχαριστήσω την Ομοσπονδία για την διάκριση αυτή.

Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω τον χορηγό που με στηρίζει (stoiximan), την ομάδα μου τον Α.Ο.Παλαιού Φαλήρου, τον Δημήτρη Αντωνάκη και τον Χάρη Πουγιά.

Θέλω να ευχαριστήσω τέλος τον κύριο Δημήτρη Αθυμαρίτη που δέχτηκε να δουλέψουμε μαζί με στόχο τους Ολυμπιακούς αγώνες στο Παρίσι. Είμαι παρά πολύ αισιόδοξος και χαρούμενος με αυτήν την συνεργασία.

## ΓΙΑΝΝΗΣ ΣΚΑΡΗΣ

★ Καλύτερος νέος κολυμβητής ανοικτής θάλασσας



### «Ευχή για νέες επιτυχίες το 2023»

Το 2022 για εμένα ήταν μια ξεχωριστή χρονιά, καθώς είχα αρκετές επιτυχίες τόσο στην ανοικτή θάλασσα όσο και στην πισίνα. Η πρώτη μου συμμετοχή με την Εθνική ομάδα ήταν τον Απρίλιο στο Multination στην Λεμεσό της Κύπρου όπου κατέλαβα και ένα χάλκινο μετάλλιο στην σκυταλοδρομία 4x200μ Ελεύθερο. Στη συνέχεια, ακολούθησε το Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ανοικτής Θάλασσας στο Σετούμπαλ της Πορτογαλίας όπου εκεί κατέκτησα την 14η θέση ανάμεσα σε 40 αθλητές αλλά και την 6η θέση με την σκυταλοδρομία 4x1250μ. Επιπλέον, πήρα την 1η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανοικτής Θάλασσας στα Άσπρα Σπίτια. Επίσης, συμμετείχα και στους Μεσογειακούς Αγώνες Ανοικτής Θάλασσας στο Βελιγράδι της Σερβίας όπου κατέλαβα την 7η θέση. Για την νέα χρονιά έχω εξίσου υψηλούς στόχους, παράλληλα σε πισίνα και ανοικτή θάλασσα καθώς θέλω να τα πάω ακόμα καλύτερα με περισσότερες διακρίσεις όπου είμαι πρόθυμος να αγωνιστώ για να τις πετύχω. Τέλος, εύχομαι το 2023 να έρθει με πολλές νέες επιτυχίες και διακρίσεις για όλη την οικογένεια του υγρού στίβου που γίνεται ολοένα και πιο δυνατή.



## ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΖΑΧΑΡΙΑΔΗΣ

🏊 Ανερχόμενος κολυμβητής ανοικτής θάλασσας

### «Χρονιά γεμάτη εμπειρίες»

**Α**ρχικά με τιμάει ιδιαίτερα αυτή η διάκριση. Θεωρώ πως παρά τις πολλές δυσκολίες που αντιμετώπισα το 2022 (τραυματισμούς-κορονοϊό- ελλιπής χώρος προπόνησης) ήταν μία χρονιά γεμάτη μαθήματα και εμπειρίες για το μέλλον. Ελπίζω το 2023 να είναι μια καλύτερη χρονιά σε όλους τους τομείς αλλά κυρίως στην υγεία μας και αγωνιστικά να καταφέρω να πετύχω τους στόχους μου σε θάλασσα και πισίνα.

Το αγώνισμα της ανοικτής θάλασσας είναι πολύ απαιτητικό καθώς εκτός από πολύ προπόνηση χρειάζεται και κατάλληλες συνθήκες προπόνησης τις οποίες δυστυχώς δεν διαθέτουμε στην Θεσσαλονίκη είτε αυτό είναι ανταγωνισμός είτε αυτό είναι χώρος για προπόνηση. Ελπίζω το 2023 να είναι όλα καλύτερα και να πετύχω ακόμα περισσότερα πράγματα!

### «Μου δίνει απίστευτη δύναμη η διάκριση αυτή»

«Είναι μεγάλη τιμή και μου δίνει απίστευτη δύναμη η διάκριση αυτή. Είμαι πολύ χαρούμενος που η σκληρή δουλειά όλης της χρονιάς απέδωσε καρπούς και μπόρεσα να ξεχωρίσω ανάμεσα σε τόσους αξιόλογους κολυμβητές. Το 2022 ήταν μια δύσκολη και απαιτητική χρονιά αλλά και πολύ επιτυχημένη. Συμμετείχα για πρώτη φορά με την εθνική ομάδα στους Πανευρωπαϊκούς αγώνες ανοικτής θαλάσσης στο Σετούμπαλ, πήρα 2 χρυσά μετάλλια στους πανελλήνιους αγώνες της κατηγορίας μου, 1 χρυσό μετάλλιο στο πανελλήνιο ανοικτής θάλασσας και η κορυφαία στιγμή το χρυσό μετάλλιο στους Μεσογειακούς αγώνες στο Βελιγράδι.

Έχω μια επιθυμία μόνο, να έχουμε και στο Ηράκλειο μια 50άρα κλειστή πισίνα ώστε να έχω της ίδιες ευκαιρίες στην προπόνηση και στους αγώνες με τους συναθλητές μου στην υπόλοιπη Ελλάδα.

Να προπονούμαι σε ζεστό νερό και να μην επηρεάζεται η προπόνηση μου και οι επιδόσεις μου στους αγώνες από τις καιρικές συνθήκες.

Την νέα χρονιά εύχομαι να έχουμε όλοι υγεία.

Για μένα προσωπικά εύχομαι να είμαι καλά ώστε να δουλεύω και να πετυχαίνω τους στόχους που βάζω με την προπονήτρια μου κ Βάνα Μπακούση, και να κερδίσω σε όσους τον δυνατόν περισσότερους αγώνες την συμμετοχή μου εκπροσωπώντας και φέρνοντας διακρίσεις για την Ελλάδα.

Καλή χρονιά σε όλους και πολλές κολυμβητικές επιτυχίες, όλοι οι αθλητές να πετύχουν τους στόχους τους.





## ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΚΟΖΟΜΠΟΛΗΣ

🏊 Κορυφαίος προπονητής ανοικτής θάλασσας

# Δυνατότητες μεγαλύτερων αποτελεσμάτων

«**Τ**ο 2022 ήταν μια πολύ ιδιαίτερη και απαιτητική χρονιά.

Αισθάνομαι την ανάγκη να ευχαριστήσω καταρχάς τους κολυμβητές-τριες για την εμπιστοσύνη τους και την προσπάθεια που κατέβαλλαν, τον Τεχνικό Σύμβουλο OWS κ. Σπύρο Γιαννιώτη, καθώς και την ΚΟΕ για την αμέριστη συμπαράσταση και στήριξη στην προετοιμασία και στις μεγάλες διεθνείς διοργανώσεις. Ευχαριστώ πολύ όλους για την τιμή που μου αποδίδεται. Μακάρι να είχε συνδυαστεί με μεγαλύτερες διακρίσεις των Ελλήνων αθλητών-τριων OWS. Η αλήθεια είναι, πως θα ήθελα ως προπονητής, να είχα βοηθήσει περισσότερο αθλητές-τριες μας, να αναδείξουν τις πραγματικές τους δυνατότητες, οι οποίες είναι μεγαλύτερες από αυτές που αποτυπώθηκαν στα αποτελέσματα του 2022. Έχει ξεκινήσει μια πολύ μεγάλη συλλογική προσπάθεια προς αυτή την κατεύθυνση, η οποία πιστεύω ότι θα ευοδωθεί στην επόμενη διετία.

Καλά Χριστούγεννα, με Υγεία, Ευτυχία, Ευημερία και Ειρήνη σε όλο τον Κόσμο! Εύχομαι το νέο έτος, να φέρει περισσότερα χαμόγελα, χαρές και ακόμα μεγαλύτερες επιτυχίες! Χρόνια Πολλά».

### «Το κολυμβητήριο είναι το δεύτερο σπίτι μου»

«Είναι μεγάλη τιμή και μου δίνει τεράστια χαρά αυτή η διάκριση. Είναι η αναγνώριση πολλών χρόνων σκληρής δουλειάς και υπάρχοντος τόσο καλοί συνάδερφοι, είναι κάτι που δεν το είχα καν σκεφτεί.

Είμαι στο χώρο από το '79, 4 χρονών παιδάκι. Το κολύμπι είναι κάτι που το λατρεύω και το κολυμβητήριο είναι το δεύτερο σπίτι μου.

Οι λύπες που περνάς και οι απογοητεύσεις είναι πολλές αλλά όταν έρθει η χαρά, η επιτυχία, η αναγνώριση τα επισκιάζει όλα.

Ήταν μια έντονη κολυμβητική χρονιά μετά από αγωνιστική απραξία λόγω covid.

Όμως είχαμε την χαρά σαν ομάδα και εγώ σαν προπονήτρια να έχουμε αρκετές διακρίσεις τόσο στην πισίνα όσο και στην θάλασσα.

Ξεκινήσαμε από τα πανελλήνια πρωταθλήματα, μετά στο Πανευρωπαϊκό στο Σετούμπαλ και τέλος η κορυφαία στιγμή η 1η θέση του αθλητή μας ΚΑΚΟΥΛΑΚΗ ΒΑΣΙΛΗ στους Μεσογειακούς αγώνες στο Βελιγράδι.

Όλα αυτά τα χρόνια, από αθλήτρια ως τώρα, έχω ένα μεγάλο παράπονο από την πολιτεία και τους τοπικούς φορείς, που ακούω από παιδί ότι θα υλοποιηθεί αλλά ποτέ δεν έχει γίνει.

Ένα κλειστό κολυμβητήριο 50μ., ώστε οι κολυμβητές μας να αγωνίζονται κάτω από τις ίδιες συνθήκες με τα υπόλοιπα παιδιά, να μην σκεφτόμαστε άραγε θα έχει αέρα, θα κάνει κρύο, θα έχει πολύ ζέστη; Στην προπόνηση θα μπορούσα να τους σταματήσω να πούμε 5 πράγματα ή θα παγώσουν;

Είναι κρίμα και άδικο σε μια πόλη τόσων πολλών κατοίκων, με τόσα παιδιά να περνάνε καθημερινά από το κολυμβητήριο, να έχουμε μετά από τόσα χρόνια το ίδιο πρόβλημα.

Εύχομαι από καρδιάς η νέα χρονιά να φέρει πάνω απ' όλα υγεία σε όλους. Να έχουμε ανοικτά κολυμβητήρια που να λειτουργούν χωρίς προβλήματα και να έρθουν πολλές και μεγάλες διακρίσεις στους Έλληνες κολυμβητές, γιατί έχουμε και πολύ καλούς αθλητές αλλά και πολύ



άξιους προπονητές, τόσο στις πισίνες όσο και στην ανοικτή θάλασσα!

Και στους δικούς μου αθλητές, να φτάσουν εκεί που δεν έχουν καν ονειρευτεί. να αγαπάνε αυτό που κάνουν και να έχουν όρεξη για δουλειά, όλα τα αλλά γίνονται μετά!

Καλές γιορτές και ευτυχισμένος ο καινούριος χρόνος σε όλους!"



ΕΠΙΣΗΜΟΣ ΧΟΡΗΓΟΣ Κ.Ο.Ε

# arena



arenagreece



arena.veto.gr

## Άγγελος και Ειρήνη δείχνουν τον δρόμο...

Η Κολυμβητική Ομοσπονδία, το KoeMAG, ο Σύνδεσμος Ελλήνων Αθλητών Υδατοσφαίρισης (ΣΕΑΥ) και ο Σύνδεσμος Ελλήνων Προπονητών Υδατοσφαίρισης (ΣΕΠΥ) συνεργάστηκαν και ανέδειξαν τους κορυφαίους της χρονιάς για το 2022 και εκείνους που είχαν σπουδαίες επιτυχίες σε εθνικό και σωματειακό επίπεδο.

*Ο ΣΕΑΥ πρότεινε την ανάδειξη της καλύτερης επτάδα, για τα πρωταθλήματα της Α1 σε άνδρες και γυναίκες, ενώ ταυτόχρονα πρότεινε τους κορυφαίους αθλητές της χρονιάς στο πόλο.*

Ο Άγγελος Βλαχόπουλος της Νόβι Βελιγραδίου ήταν ο κορυφαίος για το 2022 σύμφωνα με τον ΣΕΑΥ, ενώ την αντίστοιχη τιμή στις γυναίκες έλαβε η Ειρήνη Νίνου του ΑΝΟ Γλυφάδας.

Στην καλύτερη ομάδα στους άνδρες συμπεριλήφθηκαν οι: Μάνος Ζερδεβάς (Ολυμπιακός), Δημήτρης Σκουμπάκης (Νόβι Βελιγραδίου), Νίκος Κοπελιάδης (Πανιώνιος), Τάκης Δήμου (Ολυμπιακός), Μανώλης Σολανάκης (Απόλλωνας Σμύρνης), Γιάννης Φουντούλης (Ολυμπιακός) και Ντίνο Γεννηδουιάς (Ολυμπιακός).

Στην αντίστοιχη των γυναικών βρέθηκαν οι: Ιωάννα Σταματοπούλου (Ολυμπιακός), Ειρήνη Νίνου (ΑΝΟΓ), Έλενα Ξενάκη (Ολυμπιακός), Νικόλ Ελευθεριάδου (Ολυμπιακός), Ελευθερία Πλευρίτου (Ολυμπιακός), Μαργαρίτα Πλευρίτου (Ολυμπιακός) και Τίνα Κοντογιάννη (ΑΝΟΓ).

*Ο ΣΕΠΥ από την μεριά του ανέδειξε τους κορυφαίους προπονητές του αθλήματος, τόσο στους Ομοσπονδιακούς προπονητές, όσο και σε σωματειακό επίπεδο.*

Κορυφαίος Ομοσπονδιακός της χρονιάς ανακηρύχθηκε ο Θεωρή Βλάχος της Εθνικής Ανδρών και ο συνεργάτης του Τάσος Σχίζας για την εξαιρετική πορεία της και το χάλκινο μετάλλιο στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα της Βουδαπέστης. Την αντίστοιχη τιμή στις γυναίκες έλαβε Αλεξία Καμμένου που κατέκτησε δύο μετάλλια με τις Εθνικές των Γυναικών και των Νέων Γυναικών στα αντίστοιχα Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα του πόλο.

Για την Εθνική Νεανίδων και το χάλκινο μετάλλιο στο Παγκόσμιο στο Βελιγράδι τιμήθηκε η Ευτυχία Καραγιάννη και η συνεργάτιδά της Ευτυχία Οικονομοπούλου.

Ο Φώντας Λεμπέσης και ο Φώντας Μαρκόπουλος τιμήθηκαν για το αργυρό μετάλλιο στο Παγκόσμιο παιδών που διεξήχθη τον Αύγουστο στον Βόλο.

Ο Γιώργος Τσόκας και η Άννα Χατζηγεωργάκη ήταν επίσης ανάμεσα στους κορυφαίους για το αργυρό μετάλλιο στο Παγκόσμιο κορασίδων στη Λάρισα τον Αύγουστο.

Σε επίπεδο σωματείων τόσο σε άντρες, όσο και γυναίκες για την κατάκτηση των πρωταθλημάτων ο ΣΕΠΥ ανέδειξε ως κορυφαίο τον Θεωρή Βλάχο στους άνδρες, τον Βαγγέλη Βλαζάκη στην κατηγορία των Νέων Ανδρών, τον Θεωρή Χατζηθεοδώρου στους έφηβους, τον Αργύρη Θεοδωρόπουλο στους παίδες και τον Γιώργο Αλεβίζο για την κατηγορία των μίνι παιδών.

Στις γυναίκες στην ομόνυμη κατηγορία αναδείχθηκε καλύτερος ο Αλεξάντερ Τσίριτς, ο Στέργιος Τοροσιάδης στην κατηγορία των Νέων Γυναικών και Νεανίδων, ο Πάνος Βέργος με την Χρύσα Χατζέλλη στις κορασίδες και τη Ζηνοβία Καραγιάννη στις μίνι κορασίδες.



## ΑΓΓΕΛΟΣ ΒΛΑΧΟΠΟΥΛΟΣ

🏆 Κορυφαίος Έλληνας παίκτης 2022

«Ενωμένοι  
θα πετύχουμε  
περισσότερα»



«Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον ΣΕΑΥ και όλους όσους με ψήφισαν. Είναι μεγάλη μου τιμή. Τελειώνει μια χρονιά που προσωπικά μου αφήνει ανάμεικτα συναισθήματα. Σε συλλογικό επίπεδο καταφέραμε να κερδίσουμε το πρωτάθλημα Σερβίας και την Αδριατική λίγκα με την ομάδα μου, την Νόβι Βελιγραδίου, αλλά δεν καταφέραμε να κερδίσουμε στον τελικό του Τσάμπιονς Λιγκ (χάσαμε στα πέναλτι), που ήταν ο μεγαλύτερος στόχος της ομάδας αλλά και ένας προσωπικός στόχος αρκετών χρόνων. Με την Εθνική ομάδα καταφέραμε και κερδίσαμε το χάλκινο μετάλλιο στο παγκόσμιο πρωτάθλημα και θα μπορούσαμε να είχαμε πάρει ακόμα και το χρυσό. Αυτό μας άφησε μια γλυκό-πικρή γεύση.

Θα ήθελα να ευχηθώ σε όλους υγεία πρώτα απ'όλα, επίτευξη των στόχων τους σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο και κάθε ευτυχία.

Ο χώρος μας χρειάζεται αγάπη. Όλοι βρισκόμαστε σ' ένα χώρο που αγαπάμε και προσπαθούμε να βελτιώσουμε ο καθένας απ'τη μεριά του. Δεν χρειάζονται αντιπαλότητες και κακίες.

Θεωρώ πως η Ομοσπονδία, οι παράγοντες, οι προπονητές και οι αθλητές έχουμε βοηθήσει αρκετά στην ανάπτυξη των αθλημάτων του υγρού στίβου και σίγουρα μπορούμε να καταφέρουμε περισσότερα πράγματα όσο είμαστε ενωμένοι και κοιτάμε το συνολικό καλό του χώρου».



## ΕΙΡΗΝΗ ΝΙΝΟΥ

✦ Κορυφαία παίκτρια του 2022

**«Παίρνω  
δύναμη  
για να γίνω  
καλύτερη»**

**«Η** διάκριση αυτή αποτελεί μεγάλη τιμή στο πρόσωπό μου. Δικαίωση για τους κόπους και τις μέχρι τώρα προσπάθειές μου και μου δίνει δύναμη από εδώ και πέρα να γίνω ακόμα καλύτερη.

Επίσης μου δίνει μεγάλη χαρά, διότι έρχεται σε μια χρονιά που είμαι μέλος του ΑΝΟΓ που με στήριξε τον προηγούμενο χρόνο και συνεχίζει να με στηρίζει.

Τέλος δεν μπορώ να μην ευχαριστήσω τους προπονητές μου Ορέστη Σαλάχα, Θεοδωρή Ανδρεάκο και Χρήστο Μπάκα και όλες τις συναθλήτριές μου που με βοήθησαν να πετύχω αυτή τη διάκριση. Μην ξεχνάμε ότι το πόλο είναι ομαδικό άθλημα.

Για όλους μας εύχομαι υγεία και ευτυχία. Για τον χώρο του Υγρού Στίβου και όλα τα αθλήματα γενικότερα εύχομαι επιτυχίες εντός και εκτός Ελλάδας. Στην Εθνική μας ομάδα εύχομαι να γίνει το όνειρό μας πραγματικότητα και να περάσουμε στην Ολυμπιάδα».



## ΘΟΔΩΡΗΣ ΒΛΑΧΟΣ

🏆 Προπονητής Εθνικής ομάδας  
υδατοσφαίρισης ανδρών

### «Ο χώρος μας εκπέμπει υγεία»

«**Η** κατάκτηση του χάλκινου μεταλλίου στο παγκόσμιο πρωτάθλημα της Βουδαπέστης και το ασημένιο της Εθνικής γυναικών στο ευρωπαϊκό του Σπλιτ, φέρνει χαμόγελα και διακρίσεις, ομαδικές και ατομικές αθλητών ή προπονητή.

Πριν από λίγες ημέρες η Εθνική ανδρών αναδείχθηκε η κορυφαία ομάδα της χώρας στην ετήσια ψηφοφορία των αθλητικών συντακτών (ΠΣΑΤ), ενώ στην πρώτη τριάδα βρέθηκαν η Εθνική γυναικών και η γυναικεία ομάδα υδατοσφαίρισης του Ολυμπιακού. Τρεις ομάδες της υδατοσφαίρισης στην κορυφή κι αυτό είναι το πιο ουσιαστικό της όλης ιστορίας.

Η χρονιά που ακολούθησε μετά τους Ολυμπιακούς του Τόκιο ήταν κι αυτή επιτυχημένη για την Εθνική Ανδρών. Θέλουμε η συνέχεια να είναι ανάλογη και το 2023 να παραμείνουμε στις κορυφαίες ομάδες του κόσμου. Γενικά τα αποτελέσματα που είχαν οι εθνικές μας ομάδες ήταν πολύ ενθαρρυντικά για την συνέχεια και για την προσπάθεια που έχει ξεκινήσει ήδη, ώστε να βρεθούμε και οι δύο ομάδες, ανδρών και γυναικών, στο Παρίσι το 2024. Θέλω να ευχηθώ σε όλους τους ανθρώπους του υγρού στίβου να απολαμβάνουν την υγεία που εκπέμπει ο χώρος μας και να πανηγυρίσουμε όλοι μαζί κι άλλες επιτυχίες. Χρόνια πολλά, καλή χρονιά και ευτυχισμένο το 2023».



# Η ΚΟΡΥΦΑΙΑ 7άδα ΑΝΔΡΩΝ





## Η ΚΟΡΥΦΑΙΑ 7άδα ΓΥΝΑΙΚΩΝ



## ΑΛΕΞΙΑ ΚΑΜΜΕΝΟΥ

🏆 Προπονήτρια Εθνικής γυναικών και νέων - γυναικών

### «Θα πάμε στο Παρίσι»

«Οι διακρίσεις των προπονητών έρχονται μέσα από τις επιτυχίες των ομάδων. Θέλω να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ στις αθλήτριες μου που μέσα σε ένα μικρό χρονικό διάστημα συνεργασίας κατάφεραν αυτές τις μεγάλες διακρίσεις.

Τα αφήνουμε όλα πίσω. Μια πολύ δύσκολη χρονιά έρχεται. Θα είναι η πιο δύσκολη. Ξεκινάει ο μεγάλος αγώνας για την πρόκριση στους Ολυμπιακούς αγώνες. Η αρχή θα γίνει από το παγκόσμιο πρωτάθλημα στην Φουκουόκα της Ιαπωνίας. Στην συνέχεια - πάντα σε επίπεδο γυναικών - υπάρχει το ευρωπαϊκό πρωτάθλημα στο Τελ Αβίβ.

Οι επιτυχίες του 2022 αποτελούν μια ωραία ανάμνηση, εφελτήριο για νέες διακρίσεις και μας δίνουν αυτοπεποίθηση. Σκύβουμε το κεφάλι και δουλεύουμε όσο πιο σκληρά μπορούμε για να κάνουμε το όνειρο πραγματικότητα. Θα το κάνουμε. Θα πάμε στο Παρίσι το 2024. Πιστεύω παρά πολύ στην ομάδα μου και στα παιδιά. Είμαι τυχερή που έχω τόσο καλές αθλήτριες, είμαι τυχερή που έχω τόσο καλούς συνεργάτες.

Θέλω επίσης να σταθώ και στις διακρίσεις των μικρότερων Εθνικών ομάδων. Πήραμε μετάλλιο σε όλες τις διοργανώσεις στις οποίες λάβαμε μέρος. Αυτό οφείλεται στην εμπιστοσύνη που έδειξε η ΚΟΕ στο πρόσωπό μου ώστε να επιλέξω τους συνεργάτες μου και οι τελευταίοι να με τιμήσουν - με το παραπάνω - με αυτά τα μετάλλια σε ευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο. Ευχή για το 2023 είναι να έχουν υγεία οι αθλήτριες, να χαίρονται την κάθε τους ημέρα»





«**Ε**υχαριστώ πολύ τους συναδέλφους προπονητές και τον ΣΕΠΥ για την τιμητική αυτή διάκριση. Είναι πολύ όμορφο και σημαντικό να υπάρχει αναγνώριση από ανθρώπους του χώρου μας.

Την χρονιά που μας πέρασε όλες μας οι ομάδες κατάφεραν να κατακτήσουν μετάλλια σε ευρωπαϊκά και παγκόσμια πρωταθλήματα και αυτό είναι κάτι που μας γεμίζει αισιοδοξία μα και ευθύνη για το μέλλον.

Το 2023 είναι επίσης γεμάτο αγωνιστικές υποχρεώσεις στις οποίες οφείλουμε και πρέπει να πρωταγωνιστήσουμε . Εύχομαι σε όλους η νέα χρόνια να είναι γεμάτη υγεία, ευτυχία, νέα κολυμβητήρια που τόσο μας λείπουν και πολλές επιτυχίες».

## ΕΥΤΥΧΙΑ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ

🏆 Προπονήτρια Εθνικής νεανίδων

«**Οφείλουμε να πρωταγωνιστήσουμε και το 2023»**

## ΦΩΝΤΑΣ ΛΕΜΠΕΣΗΣ

🏊 Προπονητής Εθνικής παιδων

### «Καινούργιες προκλήσεις το 2023»

«**Τ**ο 2022 ήταν μια πολύ πετυχημένη χρονιά για την Ελληνική υδατοσφαίριση, με πολλά μετάλλια σε όλες τις κατηγορίες, με κορυφαία αυτά της Εθνικής Ανδρών και της Εθνικής Γυναικών.

Το 2023 θα έχουμε καινούργιες προκλήσεις με πανευρωπαϊκά και παγκόσμια πρωταθλήματα, με στόχο πάντα να επαναλάβουμε τις προηγούμενες επιτυχίες ή και να φέρουμε ακόμα μεγαλύτερες.

Εύχομαι υγεία σε όλους και να βρουν τη δύναμη να δουλέψουν όσο σκληρά χρειάζεται για να πραγματοποιήσουν τα όνειρά τους».





## ΓΙΩΡΓΟΣ ΤΣΟΚΑΣ

🏊 Προπονητής Εθνικής κορασίδων

### «Τα καλύτερα έρχονται»

«Ήταν πάρα πολύ σημαντικό - και είχαμε τρομερή ευθύνη απέναντι στους εαυτούς μας - να μπορέσουμε να παίξουμε σε ένα παγκόσμιο πρωτάθλημα στην χώρα μας και να διακριθούμε. Η διάκριση αυτή ήρθε με πάρα πολλές ώρες προπόνησης, πάρα πολύ δουλειά και πάρα πολλή αγάπη και μεράκι, όχι μόνο από την δικιά μας μεριά, αλλά και από τη μεριά των παικτριών και αυτό φάνηκε όταν φτάσαμε μέχρι το τελικό, παίξαμε με μία από τις καλύτερες ομάδες του παγκοσμίου πρωταθλήματος και νομίζω ότι αντεπεξήλθαμε. Στο τέλος, παρόλο που μπορεί να σου φέρνει μια πικρία ένας χαμένος τελικός, νομίζω ότι το αποτέλεσμα μας γέμισε μεγάλη χαρά και αυτοπεποίθηση για να δουλέψουμε ακόμα περισσότερο

και να μπορέσουμε να σηκώσουμε την Ελλάδα ακόμα πιο ψηλά.

Φαίνεται η αγάπη που έχουμε γι' αυτό το άθλημα σαν γυναικεία υδατοσφαίριση, καταφέρνοντας να φέρουμε σε όλες τις ηλικιακές κατηγορίες από ένα μετάλλιο στην χώρα, ξεκινώντας από την Εθνική γυναικών και φτάνοντας στην Εθνική κορασίδων.

Μας έδωσε τον χώρο και τον χρόνο να δουλέψουμε η ΚΟΕ, όπως εμείς νομίζουμε, κι αυτό είναι πολύ σημαντικό. Είμαστε οικογένεια και το έχουμε αποδείξει. Ο ένας βοηθάει τον άλλον και αυτό φαίνεται και βγαίνει προς τα έξω.

Η ευθύνη που έχουμε είναι πάρα πολύ μεγάλη γιατί όταν δουλεύεις με μικρά κορίτσια που δεν έχουν κληθεί ποτέ στην Εθνική ομάδα είναι πάρα πολύ δύσκολο, αλλά συγχρόνως είναι κάτι που σε χαροποιεί και θες να το εξερευνησεις, να πιέσεις καταστάσεις για να δουλέψουν τα παιδιά περισσότερο.

Σκοπός μας σε αυτές κατηγορίες δεν είναι μόνο να φέρουμε τα μετάλλια, αλλά είναι να μπορούμε να βγάζουμε σιγά-σιγά παίκτριες που να πλαισιώνουν την Εθνική γυναικών.

Η ευχή μου για το 2023 είναι να έχουμε υγεία, να αγαπάμε, να σεβόμαστε και να ξαναφέρουμε όσο περισσότερα μετάλλια μπορούμε και μια πρόκριση για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του Παρισιού που το θέλουμε όλοι πάρα πολύ. Τέλος θέλω να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ σ' όλο το προπονητικό δυναμικό και θέλω να τους αναφέρω κάθε έναν και μια ξεχωριστά, αρχίζοντας από την κορυφή. Από την Αλεξία Καμμένου και τον Τάσο Πιρπιρή και κατεβαίνοντας πιο κάτω που είναι η Ευτυχία Καραγιάννη μαζί με την Κατερίνα την Οικονομοπούλου και τον άμεσό μου συνεργάτη που ήταν η κυρία Άννα Χατζηγεωργάκη. Τους ευχαριστώ για την βοήθεια που μου έδωσαν όλους αυτούς τους μήνες. Επίσης ένα μεγάλο ευχαριστώ στην ΚΟΕ και στον πρόεδρο, τον κύριο Κυριάκο Γιαννόπουλο, που μου έδωσε τη δυνατότητα να δουλέψω ως πρώτος προπονητής στην Εθνική ομάδα των κορασίδων. ΕΘΝΙΚΗ ΕΛΛΑΔΟΣ, ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΕΡΧΟΝΤΑΙ!»

# Στην οδό των μετα με οδηγό την **Ευα**

Σπουδαία ήταν η χρόνια για το άθλημα της καλλιτεχνικής κολύμβησης. Η Ελλάδα επέστρεψε με μετάλλια από όλες τις κορυφαίες διοργανώσεις ευρωπαϊκού και παγκόσμιου επιπέδου σε όλες τις ηλικιακές κατηγορίες. Πήρε μετάλλια στο παγκόσμιο της Βουδαπέστης (2 χάλκινα με την Ευαγγελία Πλατανιώτη), στο Ευρωπαϊκό της Ρώμης (χάλκινο με την Εθνική στο κόμπο), στο παγκόσμιο νεανίδων του Κεμπέκ (με την Εθνική στο highlight στην 3η θέση), στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα νεανίδων στο Αλικάντε της Ισπανίας (2 χάλκινα στο κόμπο και στο highlight) και στην Γαλλία και στο ευρωπαϊκό κορασίδων (χάλκινο μετάλλιο στο κόμπο).

Για ακόμα μια φορά στην καριέρα της η **Ευαγγελία Πλατανιώτη** ήταν η κορυφαία αθλήτρια της χρονιάς στην Καλλιτεχνική Κολύμβηση, με τα μετάλλια που κατέκτησε στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα που διεξήχθη το καλοκαίρι στην Ουγγαρία και συγκεκριμένα στην Βουδαπέστη.

Ανερχόμενη αθλήτρια ψηφίστηκε από το αρμόδιο τμήμα της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας η **Σοφία Μαλκογεώργου**, ενώ κορυφαίο ταλέντο στη χώρα μας αναδείχθηκε η Ισμήνη – **Μαρία Καραβασίλη**.

Κορυφαία προπονήτρια η **Αναστασία Γκούτσεβα** που αποτελεί την Ομοσπονδιακή τεχνικό του αθλήματος, ενώ ειδική μνεία γίνεται στις προπονήτριες που κατέκτησαν με τους συλλόγους τους τα Πανελλήνια πρωταθλήματα, όπως η **Μαρία Θηβαίου** που με τον Ναυτικό Αθλητικό Όμιλο Μεταμόρφωσης (Α.Ν.Ο.Μ) πήρε το πρωτάθλημα στην κατηγορία ΟΠΕΝ.

Από τη μεριά της η **Ναταλία Τσερνέσκα** κατέκτησε με τον ΝΟΒΑ το πρωτάθλημα νεανίδων. Η **Λέλα Μαμασούρι**, η οποία πήρε με τον Κολυμβητικό Όμιλο Ηρακλείου (Κ.Ο.Η) το πρωτάθλημα στην κατηγορία των Κορασίδων Α', αλλά και η **Μπιλιάννα Γκεοργκίεβα** που με τον Ναυτικό Όμιλο Χανίων κατέκτησε το πρωτάθλημα στις Κορασίδες Β'.



# ηθίων γγεθία

## «Δεν θα άλλαζα με τίποτα το 2022»

**Ε**υχαριστώ πολύ την ΚΟΕ για τον τίτλο αυτό. Είναι μεγάλη μου τιμή να εκπροσωπώ στο εξωτερικό την χώρα μου όντας η καλύτερη αθλήτρια της Ελλάδας.

Ήταν μια πολύ έντονη χρόνια για εμένα το 2022 την οποία δεν θα άλλαζα με τίποτα. Τα τελευταία δυο χρόνια είναι τα καλύτερα της αθλητικής μου καριέρας και είμαι ευγνώμων.

Εύχομαι το νέο έτος να φέρει υγεία πρώτα από **όλα και** πολλή όρεξη για νέα και ακόμη μεγαλύτερα πράγματα.

**ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ  
ΠΛΑΤΑΝΙΩΤΗ**

🏆 Η κορυφαία αθλήτρια  
καλλιτεχνικής κολύμβησης



## ΣΟΦΙΑ ΜΑΛΚΟΓΕΩΡΓΟΥ

✦ Κορυφαία ανερχόμενη αθλήτρια καλλιτεχνικής κολύμβησης

**«Όλα έγιναν με σκληρή δουλειά»**

«**Ε**ίναι μια διάκριση η οποία ήρθε μέσα από σκληρή δουλειά και πολύ κόπο». Είναι πολύ μεγάλη η χαρά και η τιμή που νιώθω για αυτή την διάκριση ως καλύτερη ανερχόμενη αθλήτρια στην καλλιτεχνική κολύμβηση για το έτος 2022. Είναι μια διάκριση η οποία ήρθε μέσα από σκληρή δουλειά και πολύ κόπο τόσο ατομικό όσο και ομαδικό καθώς ήρθε την χρονία που επανήλθα στην εθνική ομάδα έπειτα από μια αποχή μου τα τελευταία 3 χρόνια.

Για αυτή τη διάκριση θα ήθελα να ευχαριστήσω πρώτα απ' όλα την οικογένειά μου και τους δικούς μου ανθρώπους που βρίσκονται πάντα δίπλα μου και με στηρίζουν όλα αυτά τα χρόνια. Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω τις συναθλήτριάς μου στην εθνική ομάδα, την Ευαγγελία Πλατανιώτη με την οποία αγωνι-

ζόμαστε μαζί στο ντουέτο, την προπονήτριά μου Αναστασία Γκούτσεβα, καθώς και όλο το προπονητικό τιμ, τις Βαρβάρα Λιθαδιώτη, Χριστίνα Θαλασσινίδου, Ιφινόη Δαββέτα αλλά και τον γυμναστή μας Αλέξανδρο Προβολισιάνο και τους φυσικοθεραπευτές μας Έφη Βούλγαρη και Παναγιώτη Τούση. Τέλος θα ήθελα να ευχαριστήσω την ομοσπονδία που μας στηρίζει στην δύσκολη προσπάθειά μας.

Το 2022 ήταν μια άκρως επιτυχημένη χρονιά για την καλλιτεχνική κολύμβηση με μετάλλια τόσο στο παγκόσμιο στη Βουδαπέστη όσο και στο πανευρωπαϊκό στη Ρώμη.

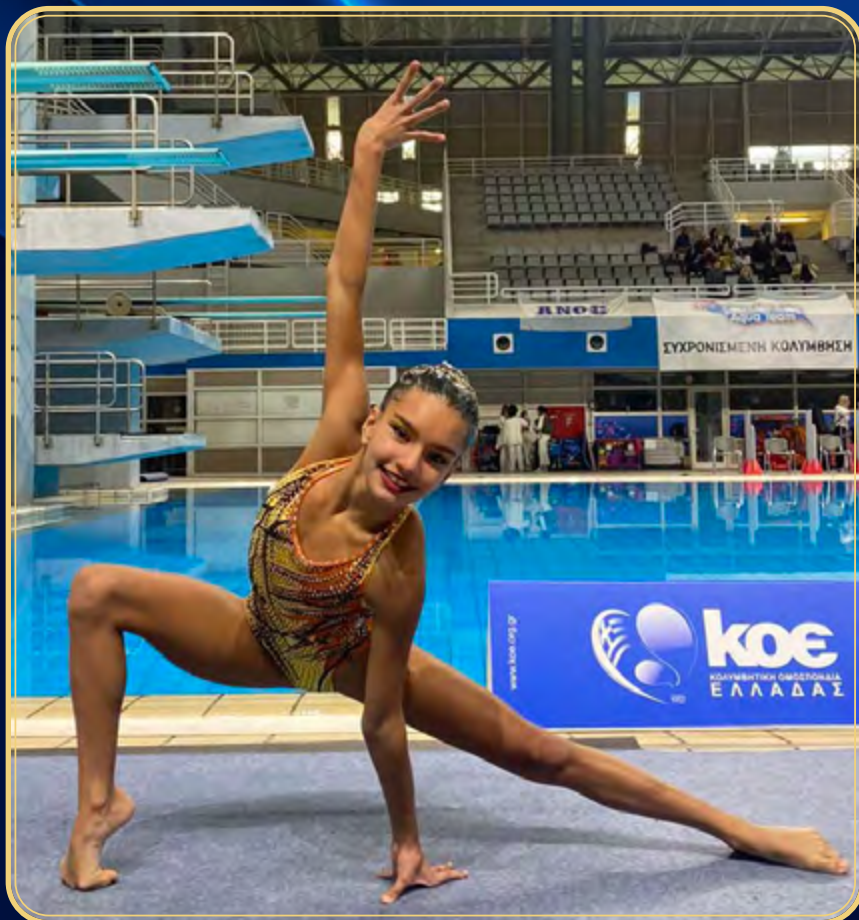
Εύχομαι το 2023 να φέρει πάνω απ' όλα υγεία σε όλους τους αθλητές αλλά και σε όλη την οικογένεια του υγρού στίβου και πολλές επιτυχίες και διακρίσεις».

## ΙΣΜΗΝΗ - ΜΑΡΙΑ ΚΑΡΑΒΑΣΙΛΗ

✦ Κορυφαίο ταλέντο καλλιτεχνικής κολύμβησης



«Η χρονιά που  
δύει ήταν για  
μένα ιδιαίτερα  
σημαντική»



«**Ε**υχαριστώ πολύ όλους τους εκπροσώπους της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος γι' αυτή την ιδιαίτερη τιμητική διάκριση! Ξεκίνησα συγχρονισμένη κολύμβηση στα 4 μου χρόνια. Πραγματικά δε θυμάμαι την καθημερινότητα μου έξω από το νερό... μια καθημερινότητα με επίπονη προπόνηση και υψηλούς στόχους.

Για μένα το άθλημα μου είναι η ζωή μου. Χρωστάω ένα μεγάλο ευχαριστώ στην προπονήτριά μου, τη δεύτερη μητέρα μου την Κυρία Χριστίνα Θαλασσινίδου που όλα αυτά τα χρόνια στάθηκε δίπλα μου, με στήριξε, με εμπιστεύθηκε και μου έμαθε το ευ αγωνίζεσθαι. Η χρονιά που δύει ήταν για μένα ιδιαίτερα σημαντική. Ως μέλος για πρώτη φορά στην εθνική ομάδα, με την ομοσπονδιακή μας προπονήτρια κα Αναστασία Γκούτσεβα θέσαμε υψηλούς στόχους και πετύχαμε το χάλκινο μετάλλιο στο

αγώνισμα του Combo στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα της Comen Κατηγορίας που διεξήχθη στο Montceau les Mines της Γαλλίας στις 28-31 Ιουλίου 2022. Μαζί με τις συναθλήτριές μας καταφέραμε να δείξουμε τη δύναμη της Comen εθνικής μας ομάδας. Οι στόχοι μας για τη νέα χρονιά είναι ακόμη υψηλότεροι! Με μεγάλη χαρά υποδεχόμαστε το παγκόσμιο πρωτάθλημα της Comen Κατηγορίας στην χώρα μας, τη γενέτειρα των Ολυμπιακών αγώνων στις 30 Αυγούστου 2023. Κλείνοντας θα ήθελα να ευχηθώ σε όλο τον κόσμο και ιδιαίτερα στην μεγάλη οικογένεια της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος χρόνια πολλά, καλή χρονιά με υγεία και πολλές επιτυχίες στο χώρο του υγρού στίβου».



## ΝΑΤΑΛΙΑ ΤΣΕΡΝΕΣΚΑ

🌟 Προπονήτρια πρωταθλήτριας ομάδας της κατηγορίας νεανίδων (NOBA)

### «Έχω μάθει να δουλεύω σκληρά»

«Δεν θα πω πολλά. Θέλω να ευχηθώ σε όλους καλή χρονιά με υγεία και ειρήνη, ας κερδίζει πάντα ο καλύτερος. Κανένας δεν είναι τέλειος και για να φτάσεις κάπου χρειάζεται πολύ δουλειά. Έχω μάθει να δουλεύω σκληρά, έτσι μαθαίνω και τους αθλητές μου. Να βάζουμε τους στόχους μας και να προσπαθήσουμε να τους φτάσουμε. Θα ήθελα να ευχηθώ σε όλους τους προπονητές του χώρου μας υπομονή, καλή τύχη και επιτυχίες».

## ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΓΚΟΥΤΣΕΒΑ

🌟 Καλύτερη προπονήτρια

### «Αυτές οι επιτυχίες ήταν μόνο η αρχή»

Για τις επιτυχίες του παγκοσμίου στην Βουδαπέστη (Ιούνιος) και τα 2 χαλκίνα μετάλλια της Πλατανιώτη στο σόλο η Αναστασία Γκούτσεβα δήλωσε:

«Είμαι τόσο χαρούμενη και πολύ περήφανη, γι αυτές τις στιγμές τις ιστορικές, που θα μείνουν αξέχαστες. Αυτά τα παιδιά έδωσαν τον καλύτερό τους εαυτό παρά τις δυσκολίες και τους δύσκολους αντιπάλους. Τα συναισθήματα είναι πάνω από τα όρια. Ευχαριστώ τα κορίτσια για τη σκληρή δουλειά και το φανταστικό αποτέλεσμα. Και ειδικά για την Ευαγγελία, αλλά και για ολόκληρη την ομάδα. Είναι μόνο η αρχή. Είναι μια ανανεωμένη ομάδα, με προοπτικές, που –όπως μου λένε– ήρθε για να μείνει».

Τα κορίτσια μας ήρθαν με τις αποσκευές γεμάτες από τα χάλκινα μετάλλια σε Κόμπο και Highlight στο Ευρωπαϊκό νεανίδων.

«Ήταν μια εξαιρετική εμφάνιση από τα κορίτσια» τόνισε η Αναστασία Γκούτσεβα και προσέθεσε: «Εδειξαν πολύ καλό πρόσωπο για την Ελλάδα. Από τη στιγμή



που εμφανιστήκαμε όλες οι χώρες μιλούσαν για μας. Άφησαν πολύ καλές εντυπώσεις».

Για την αποστολή της Εθνικής μας ομάδας Κορασιδων, που μετείχε στο Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα στο Montceau Les Mines της Γαλλίας, συμπλήρωσε:

«Η ομάδα αυτή αποτελείτο από νεαρές, αλλά σπουδαίες αθλήτριες με πολύ ταλέντο, και με εξαιρετικές προοπτικές. Δεχθήκαμε πολύ θετικά σχόλια από τους ξένους κριτές για την παρουσία και τις επιδόσεις της ομάδας, μετά τη διετή απουσία της Εθνικής ομάδας αυτής της ηλικιακής κατηγορίας από τις διεθνείς διοργανώσεις».



## «Αποτέλεσμα ικανοτήτων, γνώσεων, στρατηγικής και σκληρής δουλειάς»

### ΜΑΡΙΑ ΘΗΒΑΙΟΥ

🏆 Προπονήτρια του ΑΝΟ Μεταμόρφωσης που κατέκτησε το πρωτάθλημα στην κατηγορία open της καλλιτεχνικής κολύμβησης

«Ο Αθλητικός Ναυτικός Ομιλος Μεταμόρφωσης πάντα στα μετάλλια σε όλες τις Αγωνιστικές Κατηγορίες της καλλιτεχνικής κολύμβησης και το 2022 - όπως και τα προηγούμενα χρόνια - αποδुकνύει ότι η αγωνιστική του πορεία είναι αποτέλεσμα ικανοτήτων, γνώσεων, στρατηγικής και σκληρής δουλειάς.

Προσόντα που διαθέτουν τόσο οι αθλήτριες-ες του όσο και οι τεχνικοί - προπονήτριες του που τις προετοιμάζουν.

Εύχομαι αυτά τα προσόντα να εκτιμηθούν τόσο για τις αθλήτριες, ώστε να στελεχώσουν Εθνικά Συγκροτήματα όλων των κατηγοριών, όσο και για τις προπονήτριες που μπορούν να βοηθήσουν στα Εθνικά Συγκροτήματα με πολλές ιδιότητες και να μην είναι μια παράπλευρη απώλεια άλλων αντιπαραθέσεων.

Τις καλύτερες ευχές μου για ένα δημιουργικό και ευτυχημένο 2023».



## ΜΠΙΛΙΑΝΑ ΓΚΕΟΡΓΚΙΕΒΑ

🏆 Προπονήτρια ομάδας καλλιτεχνικής κολύμβησης που κατέκτησε το πρωτάθλημα κορασίδων Β (ΝΟ Χανίων)

### «Επιτυχίες κάτω από αντίξοες συνθήκες»

«Φέτος ήταν μία από τις πιο επιτυχημένες χρονιές για το Τμήμα Καλλιτεχνικής Κολύμβησης του Ναυτικού Ομίλου Χανίων, παρά τις αντίξοες συνθήκες προπόνησης.

Κατακτήσαμε μετάλλια σε όλες τις κατηγορίες, και μάλιστα τα περισσότερα ήταν χρυσά, ενώ πετύχαμε και κύπελλο στις Κορασίδες Β'. Οι επιτυχίες αυτές οφείλονται στην άψογη και αγαστή συνεργασία που είχα, τόσο με τις υπόλοιπες προπονήτριες (Άρια Δασκαλάκη, Γιάννα Γκεοργκίεβα και Φραντζέσκα Αμπελά), όσο και με τις αθλήτριες που έδιναν τον καλύτερό τους εαυτό στους αγώνες.

Βεβαίως δεν θα μπορούσα να παραλείψω να αναφέρω και τη στήριξη εκ μέρους της Ομοσπονδίας. Θα συνεχίσουμε να δουλεύουμε σκληρά και ευελπιστούμε να έχουμε άλλη μία εξίσου επιτυχημένη χρονιά».



## ΛΕΛΑ ΜΑΜΙΑΔΟΥΡΙ

🏆 Προπονήτρια της πρωταθλήτριας ομάδας κορασίδων Α (ΚΟ Ηρακλείου) στην καλλιτεχνική κολύμβηση

### «Μυστικά συστατικά δεν υπάρχουν»

«Είμαι πολύ ικανοποιημένη από τα αποτελέσματα της χρονιάς που πέρασε, καταφέραμε να κατακτήσουμε το πανελλήνιο πρωτάθλημα στις κατηγορίες των Κορασίδων Α για το 2022 αλλά και την δεύτερη θέση με την κατηγορία των Κορασίδων Β, μερικές μέρες αργότερα. Μυστικά συστατικά δεν υπάρχουν, υπάρχει μόνο σκληρή δουλειά και αφοσίωση από τις αθλήτριες και το προπονητικό team.

Η επιτυχία δεν έρχεται από την μια μέρα στην άλλη, χτίζεται με κόπους και θέληση. Θέτουμε πάντα υψηλούς στόχους και προσπαθούμε διαρκώς για το καλύτερο, ακόμα και όταν οι συνθήκες είναι αντίξοες.

Οι στόχοι της νέας χρονιάς είναι να φτάσουμε όσο πιο ψηλά γίνεται σε όλους τους χειμερινούς αγώνες και τα πρωταθλήματα».





# Ποιοτικές βουτιές

Το τμήμα των καταδύσεων της κολυμβητικής ομοσπονδίας, σε διοικητικό και προπονητικό επίπεδο, επέλεξε τους αθλητές με τις σπουδαιότερες διακρίσεις μέσα στο 2022.

*Καλύτεροι αθλητές και μέλη της Προλυμπιακής ομάδας:*

*Θεόφιλος Αυθίνος και Νίκος Μόλβαλης:* 6η θέση ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΑΝΔΡΩΝ

*Αθανάσιος (Θάνος) Τσιρίκος:* συμμετοχή στον Τελικό των 10μ. ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΑΝΔΡΩΝ με 11η θέση.

*Καλύτερη αθλήτρια στην κατηγορία των Νεανίδων:*

*Σταυρούλα (Στέβη) Χαλέμου:* 4η θέση ΣΤΑΘΕΡΑ, Α ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ - ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΝΕΑΝΙΔΩΝ





## «Εύχομαι επίλυση των αιτημάτων μας»

### ΘΕΟΦΙΛΟΣ ΑΥΘΙΝΟΣ

🏊 Μέλος Προολυμπιακής Ομάδας

«**Θ**α ήθελα να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ και συγχαρητήρια για την τέλεια συνεργασία μαζί με τον συναθλητή μου Νικόλα Μόλβαλη και τον προπονητή μου Πέτρο Φυρίγο που κερδίσαμε την 6η θέση συγχρονισμένης κατάδυσης στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα της Ρώμης του 2022!! Κλείνει μία πολύ όμορφη χρονιά για μένα με πολλές καινούργιες εμπειρίες και μπορώ να πω πως είμαι ετοιμοπόλεμος για τις προκλήσεις του 2023.

Εύχομαι ολόψυχα καλές γιορτές, με υγεία, χαρά και ευτυχία για το νέο έτος όπως επίσης εύχομαι να λυθούν τα αιτήματά μας ως άθλημα που θα μας ... ξεκλειδώσει πολύ μεγάλες επιτυχίες, διακρίσεις και μεγαλύτερη ανάπτυξη του αθλήματος».



## ΘΑΝΟΣ ΤΣΙΡΙΚΟΣ

✦ Μέλος Προολυμπιακής Ομάδας

### «Με γεμίζει ευθύνες αυτή η διάκριση»

«Ευχαριστώ την Ομοσπονδία για αυτή την διάκριση. Με γεμίζει ευθύνες και ελπίζω, με τις ανάλογες βοήθειες το 2023, να έχουμε μεγαλύτερες επιτυχίες για το άθλημα των καταδύσεων.

Για το 2022 κρατάω ως ανάμνηση την είσοδο στον τελικό του ευρωπαϊκού πρωταθλήματος της Ρώμης και την κατάκτηση της 11ης θέσης. Ο στόχος μου πλέον είναι η πρόκριση για τους Ολυμπιακούς αγώνες στο Παρίσι.

Εύχομαι για το νέο έτος πάνω απ' όλα υγεία και να πραγματοποιηθούν όλοι οι στόχοι που έχουν θέσει οι αθλητές του υγρού στίβου».



## ΝΙΚΟΣ ΜΟΛΒΑΛΗΣ

✪ Μέλος Προολυμπιακής Ομάδας

### «Αξιοπρεπείς εμφανίσεις το 2022»

«Το 2022 έφτασε στο τέλος του και μπορώ να πω ότι τελείωσε με αξιοπρεπείς εμφανίσεις για τον υγρό στίβο και τις καταδύσεις.

Να ευχαριστήσω τους συναθλητές μου για την άψογη συνεργασία μας, τον προπονητή μας και την Ομοσπονδία.

Το άθλημα των καταδύσεων δυστυχώς δεν είναι ποδόσφαιρο, ούτε μπάσκετ και δεν υπάρχουν ούτε οι σωστές εγκαταστάσεις για μια σωστή προετοιμασία, ούτε και οι απολαβές των αθλητών είναι τέτοιες που να μπορούν να ασχοληθούν απρόσκοπτα με τις προπονήσεις τους με αποτέλεσμα να αποσύρονται πολύ γρήγορα και σε μικρή ηλικία για βιοποριστικούς λόγους.

Ξέρω ότι γίνονται κάποιες προσπάθειες για το άθλημα και ευελπιστώ η νέα χρονιά να φέρει μαζί της και την επίλυση έστω κάποιων προβλημάτων. Ευχομαι καλή χρονιά, Υγεία, ευτυχία, ειρήνη, αισιοδοξία και κάθε καλό σε όλο τον κόσμο και στον καθένα ξεχωριστά».



## ΣΤΕΦΗ ΧΑΛΕΜΟΥ

🏆 Καλύτερη Νέα Καταδύτρια

### «Περισσότεροι αγώνες και καλύτερος εξοπλισμός»

«Από την ηλικία των 7 χρόνων που ξεκίνησα τις καταδύσεις, στόχος μου πάντα ήταν να δίνω τον καλύτερό μου εαυτό. Ύστερα όμως από 2 χρόνια με covid 19 και με αναγκαία αποχή από τις προπονήσεις για μεγάλα διαστήματα, έπρεπε να καταθέσω όλες μου τις δυνάμεις και με τη βοήθεια και του προπονητή μου, ομοσπονδιακού Πέτρου Φυρίγου, να καταφέρω να καλύψω όλα τα κενά που δημιουργήθηκαν.

Έτσι λοιπόν ήρθε το 2022, με στόχο το Πανευρωπαϊκό νεανίδων στη Ρουμανία, που πήρα την 4η θέση από τον βατήρα των 10 μέτρων, με μόλις 3,75 βαθμούς μακριά από το μετάλλιο στην Α' κατηγορία (16-18 χρόνων), καθώς και την 5η θέση στις συγχρονισμένες καταδύσεις.

Ο επόμενος μεγάλος στόχος μου είναι να μπω στην προολυμπιακή ομάδα και να έχω την ευκαιρία να αγωνιστώ για να πιάσω όρια για την Ολυμπιάδα το 2024.

Μέχρι τότε όμως, πρέπει να μου δοθεί η ευκαιρία μέσα από τις επιδόσεις μου, αλλά και από την ΚΟΕ, να πραγματοποιηθούν τα ταξίδια και να μου δοθεί έτσι



η ευκαιρία να αγωνιστώ με αθλητές του εξωτερικού και να αποκτήσω μεγαλύτερη εμπειρία.

Βασικό πρόβλημα για μας είναι ο ελλιπής τεχνολογικός εξοπλισμός, στο γυμναστήριο και στην πισίνα, που δεν βοηθάει να βγάλουμε δυσκολότερες βουτιές σε μικρότερο διάστημα. Επίσης θα βοηθούσε η συμμετοχή σε πιο πολλές διοργανώσεις για αγώνες στο εξωτερικό.

Νιώθω ικανοποίηση και ευχαριστώ για αυτήν την τιμητική διάκριση.

Εύχομαι σε όλη την οικογένεια του υγρού στίβου Καλά Χριστούγεννα, με υγεία, και η Νέα Χρονιά να φέρει ακόμα μεγαλύτερες επιτυχίες».



Η μοναδική  
ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ  
5 που καλλιεργεί  
ΟΛΥΜΠΙΑΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ

# Οι πιο γρήγοροι του υγρού στίβου

Στην τεχνική κολύμβηση, το πιο γρήγορο άθλημα της ΚΟΕ, το αρμόδιο τμήμα της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας ανέδειξε τους κορυφαίους για το 2022, τόσο στα αγωνίσματα της πισίνας, όσο και σε εκείνα που γίνονται στην ανοιχτή θάλασσα. Ποιοι ήταν οι καλύτεροι μεταξύ των παιδιών με τα πέδιλα, τις φιάλες και τους αναπνευστήρες;

Ο **Χρήστος Μπόνιας** του Ναυτικού Ομίλου Αμφιθέας ήταν ο κορυφαίος αθλητής για το έτος που μας πέρασε.

Καλύτερος νέος της χρονιάς ανακηρύχθηκε ο **Γιώργος Καλτσουκαλάς**, ο οποίος ανήκει στο σύλλογο των Δελφινιών Περιστερίου.

Ο **Χρήστος Καλαϊτζόπουλος** είναι ο ανερχόμενος κολυμβητής για το 2022, ο οποίος ανήκει στα Δελφίνια Πτολεμαΐδας.

Εξελίξιμη αθλήτρια της χρονιάς αναδείχθηκε η αθλήτρια του Γλαύκου Περιστερίου, **Μαρία Ηλιάκη**.

Κορυφαίος προπονητής ήταν ο **Πέτρος Χαϊδάρης** του Ναυτικού Ομίλου Αμφιθέας, ενώ ανερχόμενη τεχνικός για το 2022 αναδείχθηκε η **Ελένη Χερκελετζή** των Δελφινιών Περιστερίου.

Η Κολυμβητική Ομοσπονδία τίμησε επίσης τον **Κλεάνθη Λιάπη** για την κατάκτηση του πρωταθλήματος αναπτυξιακών κατηγοριών με τον Γλαύκο Περιστερίου.

Στην ανοιχτή θάλασσα κορυφαίος αθλητής για το 2022 ήταν ο **Μάριος Αρμουτσής**, ο οποίος ανήκει στον Κολυμβητικό Όμιλο Καλαμαριάς.

Καλύτερος νέος αθλητής αναδείχθηκε ο **Ηλίας Καλφίδης**, ο οποίος ανήκει στον ίδιο σύλλογο.

Ανερχόμενη αθλήτρια της χρονιάς ήταν η **Δανάη Μιτακίδη** που ανήκει επίσης στον Κολυμβητικό Όμιλο Καλαμαριάς.

Ο πιο ταλαντούχος αθλητής στο Open Water για το 2022 αναδείχθηκε ο **Κωνσταντίνος Καραγιάννης** της Ολυμπιάδας Ιωαννίνων.

Κορυφαία προπονήτρια της χρονιάς ανακηρύχθηκε η **Βίκυ Τσίκλη** του Κολυμβητικού Ομίλου Καλαμαριάς, ενώ ανερχόμενος προπονητής του αθλήματος ήταν ο Κωνσταντίνος Κυριακίδης του **ΠΑΣ Γιάννενα**.





## ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΠΟΝΙΑΣ

✦ Κορυφαίος αθλητής τεχνικής κολύμβησης

**«Περίμενα καλύτερα αποτελέσματα το 2022, αλλά δεν μπορώ να είμαι και αχάριστος»**

«**Α**ρχικά θα ήθελα να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ στην Κολυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδος (ΚΟΕ) που με ανέδειξε ως τον καλύτερο αθλητή για την τεχνική κολύμβηση το 2022. Φέτος ήταν μια πολύ δύσκολη χρονιά με δυο μεγάλες διοργανώσεις, τα World Games στην Αμερική και το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στην Κολομβία. Βρίσκομαι στην Εθνική ομάδα από το 2018 και ευτυχώς είχα την τύχη να βρίσκομαι κάθε χρόνο μέσα στα μετάλλια όπως και την φετινή χρονιά.

Η αλήθεια είναι πως περίμενα καλύτερα αποτελέσματα όπως να ξανά κερδίσω το χρυσό μετάλλιο που πήρα το 2018 αλλά δυστυχώς δεν ήρθαν λόγω κακού προγραμματισμού που με πολλά απανωτά ταξίδια δεν μπόρεσα να είμαι τόσο έτοιμος όσο θα ήθελα, αλλά δεν μπορώ να είμαι και αχάριστος γι' αυτά που προέκυψαν.

Επόμενος μεγάλος μου στόχος είναι να προετοιμαστώ για την μεθεπόμενη χρονιά, για το παγκόσμιο του 2024, όπου θα προσπαθήσω να διεκδικήσω ξανά τον τίτλο μου.

Θα ήθελα να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ στην οικογένειά μου που με στηρίζει όλα αυτά τα χρόνια, τον προπονητή μου Πέτρο Χαϊδάρη που με όσα μου δίδαξε και μου έμαθε με έκανε τον αθλητή που είμαι σήμερα, καθώς και την ομάδα μου το Ναυτικό Όμιλο Αμφιθέας που με στηρίζει σε κάθε μου βήμα.

Εύχομαι από την νέα χρονιά η Ομοσπονδία να δώσει πιο μεγάλη βοήθεια στους αθλητές της Εθνικής.

Επίσης θα ήθελα να συγχαρώ όλους τους αθλητές για τις επιτυχίες τους το 2022 και εύχομαι σε όλους υγεία, καλά Χριστούγεννα και η νέα χρονιά να σας βρει με περισσότερες επιτυχίες».

# ΟΙ ΚΟΡΥΦΑΙΟΙ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ

## ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΛΤΣΟΥΚΑΛΑΣ

🏆 Καλύτερος νέος κολυμβητής τεχνικής κολύμβησης

### «Νιώθω συγκινημένος»

**Ν**ιώθω ιδιαίτερα συγκινημένος για την τιμή που μου απονέμεται και δεν θα είχα καταφέρει τίποτα χωρίς την υποστήριξη της οικογένειάς μου, τόσο των γονιών μου, όσο και των προπονητών και συναθλητών μου.

Ήταν μια απαιτητική χρονιά με αξιοσημείωτες επιτυχίες και «αποτυχίες» αλλά κατά κύριο λόγο υπομονή και προσπάθεια.

Ωστόσο, ευελπιστώ το 2023 να αποτελέσει μια εξίσου καλή χρονιά, αν όχι και καλύτερη, με κυρίους στόχους την συμμετοχή μου στο μεσογειακό και πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα αλλά και την κατάκτηση μεταλλίων. Καλή σεζόν σε όλους.



## ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΑΛΑΪΤΖΟΠΟΥΛΟΣ

🏆 Κορυφαίος ανερχόμενος κολυμβητής τεχνικής κολύμβησης

### «Ζόρικο το 2022 για μένα»

**Ε**ίμαι πολύ χαρούμενος γι' αυτήν την τιμητική διάκριση και μου δίνει έξτρα κίνητρο για την προσπάθεια που κάνουμε.

Το 2022 ήταν για εμένα ένα ζόρικο έτος, διότι ξεκίνησα τις σπουδές μου στην Αθήνα, μακριά από τον προπονητή μου και την ομάδα. Παρά το γεγονός ότι μπήκα αργά στο νερό, με σωστό προγραμματισμό κατάφερα να κολυμπήσω αρκετά σύντομα σε χρόνους κοντά στα ρεκόρ μου. Είμαι χαρούμενος με το αποτέλεσμα που έφερα στο εξωτερικό, ένα νέο ατομικό ρεκόρ και δύο ασημένια παγκόσμια μετάλλια.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τους γονείς μου και τον προπονητή μου Γιάννη Δέλλιο για την εμπιστοσύνη και την στήριξη που μου παρείχαν και μου παρέχουν, οι οποίοι είναι πάντα δίπλα μου σε ό,τι χρειάζομαι!

Σύντομα μπαίνει η καινούργια χρονιά, όπου με τον προπονητή μου έχουμε θέσει ως στόχο το Πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα ανδρών και τους Μεσογειακούς Αγώνες που θα πραγματοποιηθούν στην Κρήτη και έχουμε ξεκινήσει ήδη προετοιμασία γι' αυτό.

Επίσης θα ήθελα να επισημάνω σε όλους τους συναθλητές μου να συνεχίζουν να κολυμπάνε και να κυνηγάνε τα όνειρά τους και μετά το 17ο έτος της ηλικίας τους που συνήθως σταματούν οι περισσότεροι, κάτι που σίγουρα δεν είναι πολύ εύκολο εξαιτίας των απαιτήσεων του σχολείου και της έλλειψης χορηγών, αλλά τίποτα δεν είναι αδύνατο!

Τέλος θα ήθελα να ευχηθώ σε όλους υγεία και πολλές επιτυχίες. Καλές γιορτές και πολλές χαρές το 2023!



## ΜΑΡΙΑ ΗΛΙΑΚΗ

🏆 Το μεγάλο ταλέντο της τεχνικής κολύμβησης

«Με ενθουσίασε από την πρώτη στιγμή η τεχνική κολύμβηση»

**Μ**ε τιμά και με χαροποιεί ιδιαίτερα η ανάδειξή μου ως την πιο ταλαντούχα αθλήτρια του έτους 2022 και μου δίνει σημαντική ενθάρρυνση να συνεχίσω δυναμικά αυτήν την πορεία μου.

Ξεκίνησα να ασχολούμαι με την Τεχνική Κολύμβηση σε ηλικία επτά ετών και η αλήθεια είναι ότι με ενθουσίασε από την πρώτη στιγμή. Η αυτοπειθαρχία, η αυτοσυγκέντρωση, η αυτοβελτίωση αλλά και η διαμόρφωση ομαδικού πνεύματος και συνεργασίας είναι μόνο λίγα από τα εφόδια που έχω αποκτήσει μέσα στα χρόνια της ενασχόλησής μου με την Τεχνική Κολύμβηση.

Παρ' όλα αυτά, υπάρχουν προβλήματα που εμποδίζουν τόσο την ομαλή διεξαγωγή των αγώνων όσο και την πραγματοποίηση των καθημερινών προπονήσεων. Αυτά αφορούν, κυρίως, στην έλλειψη διαδρομών και κολυμβητηρίων, εντός και εκτός Αθήνας. Ευτυχώς, εγώ προπονούμαι στο κολυμβητήριο Περιστερίου, στο οποίο χάρη στις ενέργειες των αρμοδίων και υπευθύνων της Ομάδας Γλαύκου Περιστερίου δεν υπάρχουν ιδιαίτερα προβλήματα.

Θα ήθελα να εκφράσω τη βαθιά μου ευγνωμοσύνη στον προπονητή μου κύριο Άκη Λιάπη, με την αμέριστη στήριξη και καθοδήγησή του αλλά –κυρίως– με την αγάπη του προς τα παιδιά-αθλητές έφτασα ως εδώ και συνεχίζω. Αισθάνομαι τυχερή που ανήκω στο Γλαύκο Περιστερίου που ως Όμιλος έχει αναδείξει πολλούς Πανεευρωπαϊκούς και Παγκόσμιους πρωταθλητές. Δεν μπορώ όμως να μην εκφράσω την ευγνωμοσύνη που νιώθω για την οικογένεια μου που με στηρίζει και μου στέκεται στα πάντα, εύκολα ή δύσκολα, με όλα της τα μέσα.

Τέλος, εύχομαι το 2023 να βρει όλους τους αθλητές –εντός και εκτός υγρού στίβου– υγιείς, ψυχικά και σωματικά, ώστε να προσπαθούν για τις καλύτερες επιδόσεις.

## «Περιμένω νέες ιδέες από την ΚΟΕ»

**Μ**ε την παρούσα θα ήθελα να σας ευχαριστήσω για την τιμητική διάκριση που μου αποδώσατε. Για την χρονιά που δέει είχα την τύχη να κληθώ στην Εθνική ομάδα πέντε αθλητές του Σωματείου μου (Ν.Ο.ΑΜ), ένα Σωματείο που είναι πάντα δίπλα στην προσπάθεια που κάνουμε, οι οποίοι παρά τις δυσκολίες και τις αντιξοότητες που αντιμετωπίσαμε λόγω κακού προγραμματισμού - συντονισμού, διακρίθηκαν σε Διεθνείς διοργανώσεις, ίσως όχι στο επίπεδο που θα θέλαμε και μπορούσαμε. Η ευχή μου για το 2023 εκτός από ΥΓΕΙΑ είναι να είναι χρονιά που ο υγρός στίβος και η Τ/Κ θα πρωταγωνιστήσουν τόσο σε εθνικό επίπεδο όσο και σε παγκόσμιο. Επίσης θα ήθελα να συγχαρώ την νέα διοίκηση της ομοσπονδίας μας και ιδιαίτερα τον Πρόεδρο κ. Γιαννόπουλο Κυριάκο (ο μόνος πρόεδρος ομοσπονδίας που την ώρα των αγώνων ανεβαίνει στην κερκίδα με τους αθλητές), που προσπαθεί να διορθώσει τις παθογένειες του παρελθόντος με συνεχή ενημέρωσή του για τα θέματα της Τ/Κ., και με την συνδρομή του εφόρου κ. Ξιάρχου Ηλία και των έμπειρων προπονητών θα φέρουν τον υγρό στίβο σε πρωταγωνιστικό επίπεδο διεθνώς. Τέλος περιμένω την νέα χρονιά νέες ιδέες και πρωτοβουλίες του Δ.Σ. της Ομοσπονδίας μας, που με χαρά θα χαιρετήσω, όπως π.χ. να επιτρέψει σε προπονητές αθλητών να συνοδεύσουν την εθνική ομάδα και ευχή μου είναι να δοθεί η δυνατότητα αυτή σε όλους τους προπονητές που έχουν αθλητές στην Εθνική Ομάδα.

### ΠΕΤΡΟΣ ΧΑΪΔΑΡΗΣ

✪ Κορυφαίος προπονητής τεχνικής κολύμβησης



### ΚΛΕΑΝΘΗΣ ΛΙΑΠΗΣ

✪ Προπονητής της πρωταθλήτριας ομάδας στις αναπτυξιακές κατηγορίες (Γλαύκος Περιστερίου)

## «Η διάκριση αυτή λειτουργεί ως κινητήρια δύναμη»

**Μ**ετά από είκοσι τρία χρόνια προπονητικής καριέρας αποτελεί υπέρτατη τιμή και αναγνώριση προς το πρόσωπό μου η τιμητική διάκριση σαν κορυφαίος προπονητής για το 2022 από την ομοσπονδία μας. Με την ίδια ταπεινότητα που πορεύομαι τόσα χρόνια θα εξακολουθήσω να πορεύομαι και τα επόμενα, προσπαθώντας να μεταδώσω την γνώση και την εμπειρία μου στους αθλητές μου ώστε να πετύχουν αυτό που έχουν ονειρευτεί. Η διάκριση αυτή λειτουργεί ως κινητήρια δύναμη ως προς την καταβολή μεγαλύτερης προσπάθειας για την επίτευξη των υψηλών στόχων που έχουμε θέσει. Η επιτυχία για την κατάκτηση ενός πρωταθλήματος δεν είναι ποτέ ατομική για αυτό θέλω να ευχαριστήσω τους συνεργάτες μου, τη διοί-

## ΕΛΕΝΗ ΧΕΡΚΕΛΕΤΖΗ

Ανερχόμενη προπονήτρια τεχνικής κολύμβησης

# «Ο αθλητισμός είναι η μοναδική λύση για τα προβλήματα της ζωής»



**Ω**ς απόφοιτη Τ.Ε.Φ.Α.Α. με 3 ειδικότητες (κολύμβηση, καλλιτεχνική και ενόργανη γυμναστική) καθώς και με την εμπειρία μου ως μέλος της Εθνικής ομάδας στο άθλημα της τεχνικής κολύμβησης, προσπάθησα να συνδυάσω τις γνώσεις μου με προτεραιότητα όμως τον ψυχισμό των παιδιών για την ένταξή τους στον αθλητισμό καθώς αποτελεί μοναδική πλέον λύση στα προβλήματα που θα αντιμετωπίσουν σε όλη τους τη ζωή.

Με αθλητικοκεντρικό χαρακτήρα λοιπόν χτίσαμε τα τελευταία χρόνια στα Δελφίνια Περιστερίου το τμήμα τεχνικής κολύμβησης, χωρίς να δίνεται βάση αποκλειστικά και μόνο στα σωματικά χαρακτηριστικά των αθλητών για την επιλογή τους και τη μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης, ανοίγοντας την αγκαλιά μας και δίνοντας ευκαιρίες.

Κάπως έτσι, σαν οικογένεια μαζί με τους αθλητές και τους γονείς τους, αναδειχθήκαμε ως μια εκ των κορυφαίων ομάδων στην Ελλάδα για το 2022 με συγκλονιστικό σημείο σε όλο αυτό το υπέροχο ταξίδι την κατάκτηση 5 χρυσών μεταλλίων στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Εφήβων από το Γιώργο Καλτσουκαλά.

Η ΚΟΕ με την πρωτοβουλία της να με τιμήσει ως ανερχόμενη προπονήτρια για το 2022 με συγκινεί ιδιαίτερα, υπενθυμίζοντας μου πως ο ανώτερος στόχος είναι να γίνει ο υγρός στίβος αρωγός στη δημιουργία ευτυχισμένων ατόμων με όνειρα για εξέλιξη.

Εύχομαι σε όλους υγεία με σημαντικές και χαρούμενες στιγμές για το 2023!

κτηση της ομάδας αλλά περισσότερο τους αθλητές και τους γονείς τους που υπερέβαλαν εαυτόν για να έρθει αυτό το αποτέλεσμα.

Η κατάκτηση του πρωταθλήματος στις αναπτυξιακές κατηγορίες αποτελεί απόρροια σκληρής και συντονισμένης δουλειάς αποτέλεσμα στρατηγικού σχεδιασμού, ο οποίος δεν αφορά μια μονοδιάστατη προσέγγιση σε επίπεδο επιδόσεων, αλλά περιλαμβάνει τόσο ποσοτικές παραμέτρους, όπως η αύξηση του αριθμού των αθλητών μέσα από την προβολή του αθλήματος, όσο και ποιοτικές παραμέτρους, όπως η ενίσχυση και η ανάπτυξη όλων των αγωνισμάτων του αθλήματός μας.

Έχοντας ιδανικούς συνεργάτες, και διοίκηση στον Γλαύκο

Περιστερίου που αφουγκράζεται και λύνει όποια προβλήματα δημιουργούνται, μπορώ να αφοσιωθώ στη πρόοδο της ομάδας και μέσα από την δύναμη της ομάδας, στους αθλητές που θα προσπαθήσουν να "πιάσουν" όρια για τις Εθνικές ομάδες Τεχνικής κολύμβησης.

Για την νέα χρονιά εύχομαι υγεία σε όλους τους αθλητές, να λυθούν τα προβλήματα που ταλανίζουν γενικότερα τον υγρό στίβο όπως το ενεργειακό, για να μην υπάρχει η μόνη απειλή κλεισίματος των κολυμβητηρίων.

Για εμένα και την ομάδα μου οι προσδοκίες παραμένουν υψηλές. Θα προσπαθήσουμε να κυνηγήσουμε τους εγχώριους τίτλους και να είμαστε πιστοί στο ραντεβού αθλητών μας με την Εθνική ομάδα Τεχνικής κολύμβησης 2023.

# ΟΙ ΚΟΡΥΦΑΙΟΙ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ

## ΜΑΡΙΟΣ ΑΡΜΟΥΤΣΗΣ

✦ Κορυφαίος αθλητής της χρονιάς στην ανοιχτή θάλασσα

### «Θέλω την τεχνική στην Ολυμπιάδα»

Είναι τιμή μου να μου απονέμεται ο τίτλος του καλύτερου αθλητή μεγάλων αποστάσεων για το 2022. Η χρονιά που πέρασε, παρόλο τις δυσκολίες που είχε κύλισε ομαλά με αποτυχίες αλλά και με επιτυχίες. Κάθε δυσκολία-αποτυχία είναι ένα λιθαράκι για να σου παρέχει την δύναμη, ώστε να φτάσεις πιο κοντά στην επιτυχία. Δίπλα σε κάθε επιτυχία, αλλά κυριότερα σε κάθε αποτυχία, έχω την τύχη να έχω ανθρώπους τους οποίους εκτιμώ απεριόριστα και με καθοδηγούν διαρκώς στο να γίνω καλύτερος. Αυτοί οι άνθρωποι είναι οι προπονητές μου Τσίκλη Βασιλική, Μπάπκας Παύλος και Στράτος Μαλαμαδάκης, καθώς και ο πατέρας μου.

Κάθε νέα χρονιά είναι και ένας νέος στόχος, μια νέα πρόκληση, που θα σε οδηγήσει να ξεπεράσεις τον εαυτό σου. Μεγαλύτερο όνειρο όμως αποτελεί, να συμμετέχω στους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Θεωρώ ύψιστη τιμή για κάθε αθλητή να συμμετέχει, εκπροσωπώντας τη χώρα του, στους Ολυμπιακούς Αγώνες που είναι η σημαντικότερη διοργάνωση του αθλητισμού. Οπότε θα ήθελα να δω το άθλημα μου στους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Κλείνοντας θέλω να ευχηθώ σε όλους η νέα χρονιά να είναι γεμάτη επιτυχίες και ο καθένας να επιτύχει τους στόχους του ή να μάθει από τις αποτυχίες του. Καλές γιορτές, με υγεία και ευτυχία!



## ΔΑΝΑΗ ΜΙΤΑΚΙΔΗ

✦ Ανερχόμενη αθλήτρια της χρονιάς στην ανοιχτή θάλασσα της τεχνικής κολύμβησης

### «...Ανατολή στην πισίνα»

Μια ακόμη χρονιά φτάνει στο τέλος της. Μια δύσκολη χρονιά με πολλές απαιτήσεις. Πρωινές προπονήσεις, ανατολή στην πισίνα, σχολείο, σπίτι, διάβασμα, γυμναστήριο, απογευματινές προπονήσεις... αλλά και φωνές, γέλια, στιγμές μοναδικές και απεριγράπτες. Η συνέχεια μιας μακριάς τριετίας στην τεχνική κολύμβηση που είχε τα πάντα (τραυματισμούς, αποτυχίες, απογοητεύσεις, επιτυχίες). Αλλά το πιο σπουδαίο ανάσες καθαρού αέρα με μοναδικούς ανθρώπους γύρω μου. Μοναδικοί άνθρωποι όπως οι προπονητές μου (Βίκυ Τσί-



## «Η καλύτερη χρονιά μου»

Το 2022 ήταν η καλύτερη αθλητική χρονιά μου, καθώς μετά από πολλά χρόνια προπόνησης κατάφερα με πολλές προσπάθειες τόσο δικές μου, όσο και των προπονητών μου να εκπληρώσω το όνειρο που είχα από μικρός. Να συμμετάσχω σε ένα διεθνές πρωτάθλημα και να διεκδικήσω το χρυσό μετάλλιο. Φέτος συμμετείχα σε δύο διεθνή πρωταθλήματα το καλοκαίρι στο πανευρωπαϊκό πρωτάθλημα νέων νεανίδων στην Πολωνία και τον Σεπτέμβρη στο παγκόσμιο πρωτάθλημα open water στην Ιταλία που πέρα από τις ατομικές διακρίσεις καταφέραμε να πάρουμε το ασημένιο μετάλλιο στην σκυτάλη 4\*1000μ ανδρών-γυναικών, όπου για πρώτη φορά στην ιστορία του υγρού στίβου η σκυταλοδρομία αποτελούνταν από αθλητές της ίδια ομάδας του κολυμβητικού ομίλου Καλαμαριάς. Δυστυχώς αυτό το τόσο εντυπωσιακό άθλημα που παράλληλα έχει προσφέρει πολλά μετάλλια και πολλές παγκόσμιες διακρίσεις εδώ και χρόνια δεν είναι στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων. Αρκετά χρόνια περιμένουμε να αλλάξει αυτό, να συμμετάσχει το δικό μας άθλημα στην ανώτατη διοργάνωση. Ευελπιστούμε το όνειρο κάθε αθλητή της τεχνικής κολύμβησης να πραγματοποιηθεί το άμεσο μέλλον.

Οι στόχοι μου για την επόμενη χρονιά είναι πιο υψηλοί, καθώς θέλω να διεκδικήσω μετάλλιο στα παγκόσμια πρωταθλήματα ανδρών που θα γίνουν το 2023. Με την βοήθεια και την στήριξη των προπονητών μου Βίκυ Τσίκλη, Μπάπκα Παύλο και Στράτο Μαλαμαδάκη πιστεύω πως θα τα καταφέρουμε για μια ακόμη φορά. Θέλω να ευχηθώ σε όλη την οικογένεια του υγρού στίβου μια ακόμα πιο επιτυχημένη νέα αγωνιστική χρονιά.



## ΗΛΙΑΣ ΚΑΛΦΙΔΗΣ

🏆 Καλύτερος νέος αθλητής ανοικτής θάλασσας στην τεχνική κολύμβηση

κλη, Παύλος Μπάμπκας και Στράτος Μαλαμαδάκης), οι οποίοι με αγκάλιασαν και με την καθοδήγηση τους κατορθώσαμε να εκπροσωπήσουμε την Ελλάδα σε πανευρωπαϊκούς και παγκόσμιους αγώνες (πισίνα και ανοικτή θάλασσα). Μετά από πολλά χρόνια στην κλασική, γνώρισα την τεχνική κολύμβηση στον Κ.Ο.Καλαμαριάς.

Παγκόσμιο άθλημα, δυστυχώς όχι ακόμη στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων. Ζήσαμε μία εκπληκτική χρονιά τόσο στα ατομικά όσο και στα ομαδικά αθλή-

ματα. Επιδόσεις όχι απίθανες για αυτούς που προσπαθούν σκληρά, πολλά χρόνια και ξέρουν.

Όσο για του χρόνου, στοχεύουμε σε νέες διακρίσεις με την εθνική μας ομάδα, η οποία ξεχωρίζει σε παγκόσμιο επίπεδο. Εύχομαι η νέα χρονιά να μας βρει όλους με υγεία, αγάπη και να αναδείξει τους μακροχρόνιους κόπους μας. Επίσης ελπίζω να δούμε την τεχνική κολύμβηση εκεί που της αξίζει και γιατί όχι στο πρόγραμμα των ολυμπιακών αγώνων του 2024. Η επιτυχία δεν είναι μακριά».



## ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ

🏆 Ο πιο ταλαντούχος αθλητής της τεχνικής κολύμβησης στις μεγάλες αποστάσεις

### Μεθοδικότητα, πείσμα, συνέπεια, αφοσίωση

Όντας αθλητής υγρού στίβου εδώ και 8 χρόνια μπορώ να πω με σιγουριά πως η εμπειρία μου από το παγκόσμιο πρωτάθλημα μεγάλων αποστάσεων τεχνικής κολύμβησης ήταν κάτι ξεχωριστό.

Τα συναισθήματα πολλά, όμως δεν θα μπορούσα να βρεθώ σε αυτο το επίπεδο χωρίς την σκληρή δουλειά που κατέβαλα καθ'όλη την διάρκεια της χρονιάς αλλά και τις αμέτρητες θυσίες και στερήσεις της κοινωνικής μου ζωής.

Το βασικό στοιχείο της επιτυχίας μου θεωρώ πως ήταν η μεθοδικότητα, η συνέπεια, το πείσμα και η σωματική και πνευματική αφοσίωση στο άθλημα της τεχνικής κολύμβησης.

Τέλος θα ήθελα να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ σε όσους στάθηκαν δίπλα μου, αλλά ιδιαίτερα στον προπονητή μου κύριο Φίλιππο Καραμπίνα, στον γυμναστή μου κύριο Παναγιώτη, αλλά και στην οικογένειά μου που με στήριξαν σε κάθε μου βήμα κατά την διάρκεια αυτής της μαγικής χρονιάς.

## ΒΙΚΗ ΤΣΙΚΛΗ

🏆 Κορυφαία προπονήτρια της χρονιάς στην ανοικτή θάλασσα της τεχνικής κολύμβησης

### «Το άθλημα που αγαπώ να πάρει την θέση που του αξίζει»

Είναι ιδιαίτερη τιμή η αναγνώριση των προσπαθειών και των επιτυχιών μου για την κολυμβητική χρονιά 2021 -22, όπως και θεωρώ σημαντικό να αναγνωρίζονται και να προβάλλονται οι αθλητές, οι προπονητές και οι παράγοντες που πραγματικά προσπαθούν και αγαπούν τόσο το άθλημα μας, την Τεχνική Κολύμβηση, όσο και τον αθλητισμό στο σύνολο.

Κάθε χρονιά παρόλες τις ομοιότητες της με τις προηγούμενες, έχει πάντα κάτι ξεχωριστό, προσφέροντας μοναδικές στιγμές. Σαν υπηρέτες του αθλητισμού, οι στιγμές είναι αυτές που μας μένουν, γεμάτες χαρές, πικρίες, λαχτάρες και ευτυχισμένα πρόσωπα.



Η χρονιά που τελειώνει με βρίσκει ιδιαίτερα ευγνώμων καθώς για μένα ήταν γεμάτη από αυτές τις στιγμές που μένουν στην μνήμη. Στην κορυφή του παγόβουνου μόνο, με την αθλητική οικογένεια του Κ.Ο. Καλαμαριάς, κατακτήσαμε δύο Όπεν Πρωταθλήματα, ένα στην πισίνα και ένα Open Water και είχα την τιμή και την χαρά να συνοδέψω μία άκρως επιτυχημένη αποστολή της Εθνικής Ομάδας Open Water, γεμάτη από μοναδικούς αθλητές και αθλήτριες.

Στο τέλος κάθε χρόνου, αναπολούμε και θέτουμε τους στόχους μας για την νέα χρονιά, αναζητώντας νέες μοναδικές στιγμές.

Για μένα ο κυριότερος στόχος για την επόμενη χρονιά

# ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗΣ

✦ *Ανερχόμενος προπονητής μεγάλων αποστάσεων στην τεχνική κολύμβηση*

## «Υπομονή και επιμονή»



είναι και το όνειρο που έχω από τα χρόνια που ήμουν αθλήτρια. Να δω το άθλημα που αγαπώ και υπηρετώ τα τελευταία 30 χρόνια, να πάρει την θέση που του αξίζει. Να είναι πραγματικά συνοδοιπόρος με τα υπόλοιπα αθλήματα του Υγρού Στίβου, και όχι ένας μακρινός "συγγενής".

Κάποια μικρά βήματα έχουν γίνει τον τελευταίο καιρό, μετά από χρόνια απραξίας, αλλά έχει αρκετό δρόμο ακόμη. Εύχομαι πραγματικά να υπάρξει εξέλιξη, όπως και να υπάρχει εξέλιξη σε όλα τα αθλήματα του Υγρού Στίβου. Στο πνεύμα των εορτών, εύχομαι σε όλη την οικογένεια του Υγρού Στίβου να ζήσουν στιγμές, γεμάτες χαρά, οικογενειακή θαλπωρή και πάνω απ' όλα Υγεία.



**Κ**ατάγομαι από την Κατερίνη Πιερίας. Τα τελευταία 10 χρόνια είμαι μόνιμος κάτοικος Ιωαννίνων κι έχω μια όμορφη οικογένεια. Το 2011 αποφοίτησα από το τμήμα ΤΕΦΑΑ του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου με ειδικότητα κολύμβησης και το 2017 έλαβα και την πιστοποίηση της τεχνικής κολύμβησης. Ωστόσο, την προπονητική μου καριέρα την ξεκίνησα με όρεξη και μεγάλο ζήλο το 2008 στην ομάδα του ΠΑΟΚ Θεσσαλονίκης. Παρέμεινα εκεί για 4 χρόνια με πολλές και μεγάλες διακρίσεις στο προαγωνιστικό τμήμα της ομάδας. Από το 2013 και μέχρι σήμερα βρίσκομαι στην ομάδα του ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ όντας υπεύθυνος του προαγωνιστικού και αγωνιστικού τμήματος της κλασικής αλλά και τεχνικής κολύμβησης.

Ως ομάδα, κάθε χρόνο, λαμβάνουμε μέρος σε αρκετές κολυμβητικές διοργανώσεις (ημερίδες, πρωταθλήματα) ανά την Ελλάδα, επιτυγχάνοντας κάθε φορά τον εκάστοτε στόχο μας. Όμως, το απόγειο της καριέρας μου αλλά και της ομάδας μας ήρθε το περασμένο Φθινόπωρο στο Βιβερόνε της Ιταλίας με το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Τεχνικής Κολύμβησης Ανοιχτής Θαλάσσης.

Η επιτυχία ήταν μεγάλη αφού η αθλήτριά μας Δούμα Μαριάννα, εισχωρώντας στην ομάδα της Εθνικής Ελλάδος, εκπροσώπησε τη χώρα μας λαμβάνοντας ένα χρυσό, ένα αργυρό κι ένα χάλκινο μετάλλιο.

Τέλος, αξιοσημείωτη είναι και η εμφάνισή μας στο open water κλασικής αλλά και στο open water τεχνικής κολύμβησης όπου ο ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ κέρδισε στην σκυταλοδρομία 4X1000 mix ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ στο πανελλήνιο πρωτάθλημα τον Αύγουστο του 2022.

Κλείνοντας, μόνο περήφανος μπορώ να είμαι για αυτό το οποίο έχω επιλέξει να κάνω αλλά και για την ομάδα μου καθώς καθημερινά δίνουμε τον δικό μας αγώνα και θέτουμε εκ νέου τους στόχους μας. Συνοδοιπόρος σ' αυτό το όμορφο ταξίδι είναι η γυναίκα και συνάδελφός μου Μπίγγου Ιουλία και την ευχαριστώ πολύ για όλα.

Με επιμονή και υπομονή όλα μπορούν να κατακτηθούν τόσο στον κόσμο του αθλητισμού όσο και στη ζωή».

# ΤΡΕΙΣ ΤΕΛΙΚΟΙ, ΕΝΑΣ ΗΜΙΤΕΛΙΚΟΣ

## ΤΡΙΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΡΕΚΟΡ

Παγκόσμιο πρωτάθλημα

25 μέτρων- Μελβούρνη

13-18 Δεκεμβρίου



Ο Απόστολος Χρήστου

**Η** μεγάλη Παγκόσμια συνάντηση στην μικρή πισίνα (Μελβούρνη) τελείωσε για την ελληνική ομάδα με ευχάριστα και λιγότερο ευχάριστα αποτελέσματα.

Κατά την διάρκεια των αγώνων είχαμε για τους Έλληνες Πρωταθλητές συμμετοχή σε 3 τελικούς, 1 ημιτελικό και την κατάρριψη 3 πανελληνίων ρεκόρ.

**Απόστολος ΧΡΗΣΤΟΥ** Συμμετοχές: 2 | **Τελικοί: 2** | **Πανελλήνια Ρεκόρ:** 100΄Υπτιο 49.68 | 50΄Υπτιο 23.09

**Αντρέας ΒΑΖΑΙΟΣ** Συμμετοχές: 4 | **Τελικοί: 1** | **Πανελλήνια Ρεκόρ:** 100 μικτή 51.47

**Κριστιάν ΓΚΟΛΟΜΕΕΒ** Συμμετοχές :2 | **Ημιτελικοί :1**

Τα αποτελέσματα δεν ήταν σποθδαία, ιδιαίτερα για τους κολυμβητές που συμμετείχαν σε τελικούς όπως ο Χρήστου (2) και Βαζαίος (1).

Το παγκόσμιο πρωτάθλημα μικρής πισίνας που πραγματοποιήθηκε από 13 έως 18 Δεκεμβρίου στην Μελβούρνη της Αυστραλίας ανέδειξε μεγάλους πρωταγωνιστές.



Ο Τσαντ Λε Κλός

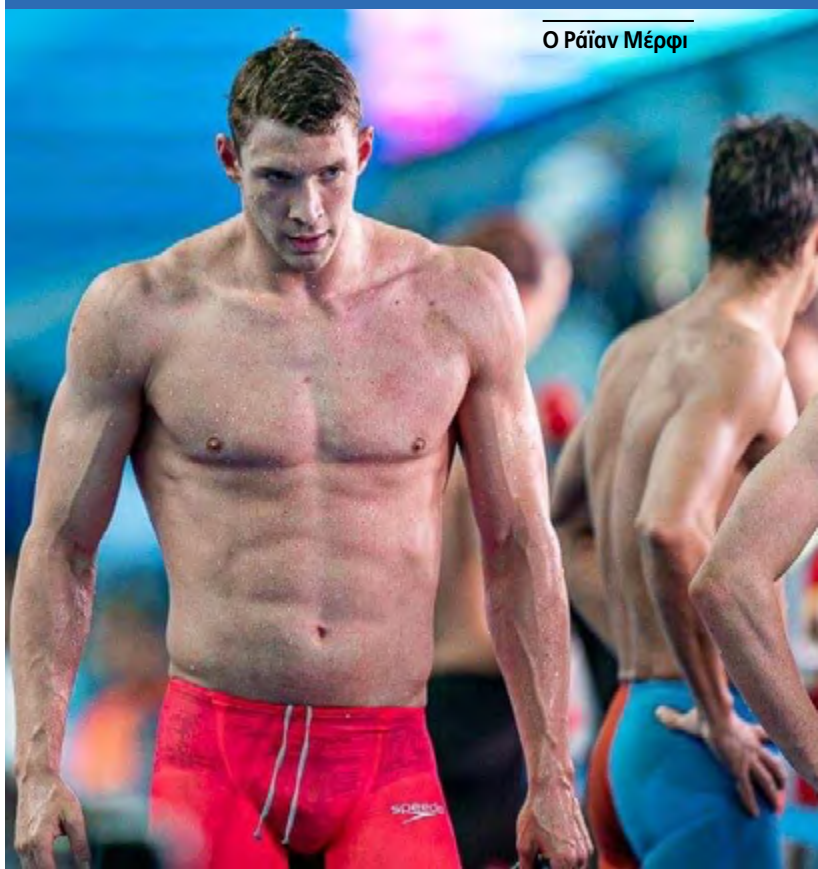
## Σε επίπεδο αντρών ξεχώρισαν:

**Ο Αμερικανός Ράϊαν Μέρφι.** Κέρδισε και τα τρία ατομικά αγωνίσματα στο ύπτιο. Τα 50 με 22.64, τα 100 με 48.50 και τέλος τα 200 με 1.47.41, επιδόσεις πάρα πολύ κοντά στα Παγκόσμια Ρεκόρ.

**Ο Νοτιοαφρικανός Τσαντ Λε Κλός.** Στην Μελβούρνη ο κολυμβητής από την Ντορμπάν στα 30 χρόνια του κέρδισε δυο τίτλους, στα 200 πεταλούδα με χρόνο 1.48.27 και στα 100 με επίδοση 48.59.

**Ο 17χρονος Καναδός Ίλια Χαρούν.** Κατά την διάρκεια των αγώνων έσπασε δυο παγκόσμια ρεκόρ της κατηγορίας του. Στα 50 πεταλούδα με το φανταστικό 22.28 και στα 100 μέτρα με την υπέροχη επίδοση του 49.03.

**Ο 18χρόνος Αυστραλός Ισακ Κούπερ,** το ανερχόμενο ταλέντο στο ύπτιο που έχει πλασαριστεί απέναντι στον δικό μας Απόστολο Χρήστου. Έσπασε το Παγκόσμιο Ρεκόρ της κατηγορίας στα 50 μέτρα με τον εκπληκτικό χρόνο 22.50, ενώ στα 100 μέτρα ήταν από τους καλύτερους με επίδοση 49.22. →



Ο Ράϊαν Μέρφι



Η Έμμα Μακ Κίον

## Σε επίπεδο γυναικών διακρίθηκαν:

**Η Μάργκαρετ Μακ Νιλ** από τον Καναδά. Παγκόσμιο ρεκόρ στα 100 πεταλούδα με 54.05.

**Η Λιθουανή Ρούτα Μείλουιτε.** Μια κολυμβήτρια με τίτλους αλλά και πολύ δύσκολες στιγμές κατόρθωσε να ξαναπάρει τα πρωτεία καταρρίπτοντας το Παγκόσμιο Ρεκόρ στα 50 πρόσθιο με χρόνο 28.37 και αφήνοντας πολλές ελπίδες για το μέλλον.

**Η Αμερικανίδα Κέιτ Ντάγκλας.** Δεν πέτυχε Παγκόσμιο Ρεκόρ αλλά έδειξε ότι στην Ιαπωνία το 2023 θα πρέπει να δείξουμε πολύ προσοχή στις επιδόσεις της και στους τίτλους που στοχεύει.

**Η Έμμα Μακ Κίον από την Αυστραλία.** Δεν μπόρεσε και αυτή να σπάσει τα ρεκόρ πέτυχε όμως υπέροχες επιδόσεις.

Στα ατομικά αγωνίσματα κατάφερε να κολυμπήσει πολύ γρήγορα στα 50 Ελεύθερο (23.04) και 50.77 στα 100 μέτρα στο ίδιο στυλ. Κατά την διάρκεια των σκυταλοδρομιών

Η Μάργκαρετ Μακ Νιϊ



χάρισε στην ομάδα της παγκόσμια Ρεκόρ. Κατόρθωσε να κολυπήσει - χωρίς όμως να αναγνωριστεί διότι δεν έφυγε πρώτη - 49.96 στα 100 μέτρα και 22.73 στα 50 μέτρα. Η πρώτη γυναικά που πλανήτη που κολυπά τόσο γρήγορα αυτές τις αποστάσεις. Το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα 25 μέτρων τέλειωσε με μια μεγάλη αλλαγή, αυτή στο όνομα της διεθνούς Ομοσπονδίας.

**Η FINA μετονομάστηκε σε WORLD AQUATICS** σε μια προσπάθεια να γίνει πιο ανταγωνιστική.

Στο αγωνιστικό κομμάτι κυρίαρχο θέμα είναι τα **Παγκόσμια Ρεκόρ που καταρρίφτηκαν όπου ο απολογισμός είναι δυο (2) ατομικά, δέκα (10) Ομαδικά και τέσσερα (4) στην κατηγορία Νέων - Νεανίδων.**

Δεύτερο σημείο ανάλυσης είναι η απουσία πάρα πολλών κορυφαίων κολυμβητών και κολυμβητριών.

Τρίτο σημείο είναι οι συγκρίσεις στην γενική βαθμολογία ανάμεσα στις κορυφαίες χώρες στο άθλημα της κολύμβησης.

**Η ΗΠΑ είναι η μόνη ομάδα που εδώ και πάρα πολλά χρόνια κερδίζει τον τίτλο.**

**Στην Μελβούρνη είχαμε συνολικά 36 μετάλλια** (17 χρυσά -13 Αργυρά και 6 Χάλκινα), 6 περισσότερα και από την προηγούμενη στο Αμπού Ντάμπι.

**Στην δεύτερη θέση του βάθρου έχουμε την διοργανώτρια Αυστραλία με 26 μετάλλια**

(13 χρυσά, 8 αργυρά και 5 χάλκινα) και στην **τρίτη θέση της βαθμολογίας βρίσκουμε την Ιταλία** που έχει κατορθώσει να επαναλάβει την μεγάλη επιτυχία που της δίνει και τον τίτλο της καλύτερης Ευρωπαϊκής Ομάδας. **k**

Η Κέϊτ Ντάγκλας



Η Ρούτα Μείρουτιτε

ΜΑΪΚΛ ΑΝΤΡΙΟΥ

*«Γιατί  
αγαπάς την  
κοιθύμβηση;»*



Ο Αμερικανός πρωταθλητής Μάικλ Άντριου θέτει ένα μεγάλο ερώτημα στους Έλληνες κολυμβητές και συμβουλεύει αθλητές, προπονητές και γονείς.

**Μ**άικλ Άντριου, ένας κολυμβητής που δε χρειάζεται πολλές συστάσεις. Ο λόγος απλός, μιας και ο 23χρονος Αμερικανός έχει καταφέρει να... σπάσει όλα τα χρονόμετρα και όλα τα ρεκόρ!

Γεννημένος στη Μινεσότα των ΗΠΑ έδειξε από νωρίς ότι είναι «καταδικασμένος» να πρωταγωνιστήσει στον χώρο του υγρού στίβου. Από το 2014 και σε ηλικία 15 ετών άφησε τα διαπιστευτήριά του στους Πανειρηνικούς Αγώνες. Δεύτερος στα 50μ. ελεύθερο, δεύτερος στα 100μ. ύπτιο και πρώτος στα 100μ. πεταλούδα.

Ήταν μόνο η αρχή, μιας και το 2021 στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο κατέκτησε το χρυσό στα 4X100μ. μικτή, ενώ ταυτόχρονα έκανε και παγκόσμιο ρεκόρ με 3:26.78.

Έχει κερδίσει 76 μετάλλια, ενώ στο Τόκιο έγινε ο μοναδικός κολυμβητής από τις ΗΠΑ που αγωνίστηκε τόσο στο ύπτιο, όσο και στη μικτή, στα 125 χρόνια ιστορίας του αθλήματος στους Αγώνες.

Ο Αμερικανός βρέθηκε στην Αθήνα στις αρχές του Δεκεμβρίου, προσκεκλημένος της εταιρίας TYR, κι έλαβε μέρος στο κολυμβητικό τρόπαιο του Παναθηναϊκού που έγινε στις 2,3,4 στο

ΟΑΚΑ, καθώς και σε ένα σεμινάριο, το οποίο διοργανώθηκε σε θεωρητικό και πρακτικό μέρος και στο οποίο πήραν μέρος αρκετοί νεαροί Έλληνες κολυμβητές.

Ο Άντριου μιλάει αποκλειστικά στο KoeMAG και δίνει συμβουλές στους Έλληνες προπονητές που μεγαλώνουν νέα παιδιά στο κολύμπι, στους νεαρούς αθλητές και αθλήτριες που τρέφουν όνειρα για το μέλλον κι έχουν τον Μάικλ Άντριου ως πρότυπο και στους Έλληνες γονείς.

Αναφέρεται επίσης στους πρωταγωνιστές του αθλήματος στην Ελλάδα και στο εξωτερικό και μιλάει για τους στόχους που έχει θέσει.

«Νομίζω ότι η πιο σημαντική συμβουλή και αυτό που ευχόμουν να γνωρίζω όταν ξεκινούσα ήταν **“βρες πρώτα απ’ όλα γιατί αγαπάς το κολύμπι και από που πηγάζει αυτή η χαρά”**, γιατί καθώς μεγαλώνεις, προοδεύεις, αλλά στη συνέχεια χάνεις το ενδιαφέρον σου εάν δεν αγαπάς αυτό που κάνεις. Μόνο έτσι έχεις κίνητρα και κυνηγάς τα ρεκόρ. Εστιάζεις στη θέση που θα κατακτήσεις και την απόδοσή σου κι έχω αυτό στο σημείο να χρειάζεται να υπενθυμίζω στον εαυτό μου συνεχώς «γιατί αγαπώ την κολύμβηση;».



Υπάρχουν πολλοί παράγοντες που κάνουν έναν προπονητή εξαιρετικό, αλλά οι πετυχημένοι είναι εκείνοι που παρά την προσήλωσή τους στην προπόνηση έχουν τη διάθεση να ακούσουν τους αθλητές

**Νομίζω ότι αυτό είναι το σημαντικό. Να μάθεις γιατί αγαπάς την κολύμβηση και να υπενθυμίζεις συνέχεια στον εαυτό σου γιατί συμβαίνει αυτό.** Αν αυτά τα πράγματα αλλάξουν και σταματήσεις να είσαι ερωτευμένος με το άθλημα θα έχεις τη δυνατότητα να επανεκτιμήσεις, να γυρίσεις πίσω στην αρχική σου ερώτηση, και νομίζω ότι το πιο λυπηρό είναι όταν οι αθλητές σταματούν και κοιτάζοντας πίσω, κάνοντας μια ανασκόπηση, μισούν την καριέρα τους. Τη μισούν για ό,τι τους αφαίρεσε και τους έβγαλε από τη ζωή τους!

Κάθε άθλημα αντιμετωπίζει αυτό το φαινόμενο, αλλά θα πρέπει να έχεις τη δυνατότητα να μπορείς να το δεις από μία άλλη οπτική γωνία και να κοιτάξεις όλες τις ευλογίες, όλα τα ευεργετήματα και όλες τις σχέσεις και γνωριμίες που αναπτύσσονται και όλα τα απίθανα μέρη που θα τύχει να επισκεφτείς και όλα αυτά γίνονται επειδή ρώτησες το σωστό πράγμα και αυτό το «γιατί». Αν τα πράγματα αλλάξουν και σταματήσει ο έρωτάς σου για την κολύμβηση, τότε πρέπει να μπορείς να γυρίσεις πίσω και να επανεκτιμήσεις αυτό το αρχικό σου «γιατί».

**Η συμβουλή του Μάϊκλ στους γονείς που έχουν νέα παιδιά στον χώρο:**

«Είναι δύσκολο να δώσω συμβουλές, γιατί εγώ δεν είμαι γονιός, αλλά



έχω προσωπική γνώση επειδή έχω δουλέψει από κοντά με τους γονείς μου. Παρατήρησα ότι είχαν ένα όνειρο και διέκριναν ταλέντο σε εμένα. Θυσίασαν τα πάντα για να καλλιεργήσουν αυτό το χάρισμα. Νομίζω ότι αν αυτό είναι μέσα στις δυνατότητές σου, δηλαδή να παρέχεις στο παιδί σου αυτά τα πράγματα, τότε κάν' το! Αυτό θα είναι φοβερό, θετικότατο, αλλά να μην το κάνεις με τέτοιο τρόπο που το παιδί θα χρειάζεται να κερδίσει επιβράβευση ή αγάπη.

Νομίζω είναι σημαντικό όταν εργάζεσαι σε ένα οικογενειακό περιβάλλον να μαθαίνεις να αγαπάς τον άλλον, πέρα από τις απαιτήσεις τους αθλήματος. Για μένα προσωπικά ο πατέρας μου ήταν και είναι ο προπονητής από την αρχή της καριέρας μου, ωστόσο δε θα μπορούσα να συνεργαστώ με κάποιον που θα μου φωνάζει ή με πιέζει με μια επιθετική προσέγγιση. Θα υπάρχει πειθαρχία αν εγώ δεν είμαι πρόθυμος, αλλά θα υπάρχει παράλληλα στοργή και ενθάρρυνση εάν εγώ είμαι σε ένα χαμηλό σημείο απόδοσης. Οπότε ναι, υπάρχει διαχωρισμός μεταξύ του να πέσεις στα γόνατα από αγάπη για το παιδί σου και να καταφέρεις να το φτάσεις στο καλύτερο επίπεδο που θα μπορέσει να φτάσει.

Αυτή είναι η συμβουλή μου. **Να αγαπάτε καλά και να αγαπάτε τα παιδιά σας, αλλά βέβαια η κολύμβηση δεν είναι το παν, δεν είναι όλη σας η ύπαρξη. Η σχέση του παιδιού με τον γονιό του πρέπει να προστατευτεί».**

#### ***Και τώρα οι συμβουλές του Μάικλ προς τους προπονητές:***

«Νομίζω για τους προπονητές η κατάσταση είναι δύσκολη, μιας και δεν μπορούν να τα καταφέρουν όλοι οι αθλητές τους. Είναι φυσιολογικό κάποιος από τους αθλητές τους να εγκαταλείψουν το άθλημα, αλλά για έναν προπονητή η κατάσταση είναι παρόμοια με αυτή του γονιού. Πρέπει να βρεθεί ένας τρόπος επικοινωνίας, ώστε οι αθλητές να λάβουν τη μάθηση και τη διδαχή. Προφανώς πρέπει να υπάρχουν και όρια, να τηρήσεις τη σχέση προπονητή – αθλητή.

Με τους γονείς μου για παράδειγμα υπάρχει μια σχέση, όπου μπορούν να αποστασιοποιηθούν από την πισίνα και να είμαστε ως φιλαράκια που βγαίνουμε και καθόμαστε μαζί, ενώ ο προπονητής σε σχέση με τον γονιό κατέχει μια θέση εξουσίας, όπου ο αθλητής κάνει ό,τι του πει ο προπονητής του.

📷 Φωτογραφίες: Πέτρος Σπανουδάκης

Το θέμα είναι να μην υπάρχει υπέρβαση ή κατάχρηση της εξουσίας, αλλά να υπάρχει ανοιχτή επικοινωνία όπου να νοιάζονται και για τον αθλητή.

**Υπάρχουν πολλοί παράγοντες που κάνουν έναν προπονητή εξαιρετικό, αλλά οι πετυχημένοι είναι εκείνοι που παρά την προσήλωσή τους στην προπόνηση έχουν τη διάθεση να ακούσουν τους αθλητές».**

**Ποια είναι η καθημερινότητα για έναν πρωταθλητή παγκοσμίου επιπέδου;**

«Υπάρχει μια ισορροπία. Προπονύμαι δύο ώρες το πρωί, ακολουθούμενη από σάουνα και μπάνιο με πάγο. Είναι ενός είδους εμμονή για να υπάρχει άριστη αποκατάσταση μετά την προπόνηση. Μετά θα κοιμηθώ, το απόγευμα ασχολούμαι με άλλα επιχειρηματικά πράγματα και μετά το βραδάκι πάλι προπόνηση στην πισίνα. Μετά πάλι μπάνιο στον πάγο και τις μέρες που δεν κάνω διπλή προπόνηση, το βράδυ είτε κάνω σερφ, είτε βγαίνω έξω για φαγητό με φίλους, ή θα παίζω βόλεϊ, ώστε να έχω σχέσεις με κόσμο που θα είναι μακριά από το κολύμπι.

Σπάνια ξεπερνάω τις τέσσερις ώρες κολύμπι στην προπόνηση. Συνήθως κάνω 3 με 3,5 ώρες την ημέρα και μετά μια ώρα στο γυμναστήριο».

**Ποιοι είναι οι κορυφαίοι αθλητές στον κόσμο σύμφωνα με τον Αμερικανό σούπερ σταρ;**

«**Η Κέιτι Λεντέκι** είναι απίστευτα πολύπλευρη αθλήτρια και ανίκητη. Από τις νεαρές αθλήτριες η **Σάμι Μάικιντος** είναι ανερχόμενη και πάει πολύ καλά και από τις ΗΠΑ η **Κέιτι Γκράμς**. Από τους άνδρες πέρα από εμένα κάποιον που βλέπω να πηγαίνει καλά είναι ο **Σέιν Κάσες**. Είναι καλός φίλος μου και παρατηρώ τον τρόπο με τον οποίο εργάζεται, καθώς είναι νεαρός επαγγελματίας και αναπτύσσεται μέσα στο άθλημα. Νομίζω ότι θα κάνει εκπληκτικά πράγματα. **Ελπίζω να επιστρέψει ο Καλέμπ Ντρέσελ**. Πρόκειται για έναν μεγάλο αθλητή, ο οποίος δεν αγωνίζεται πια και είναι ατυχές. Στους νέους θα έλεγα τον **Λεό Μαρσάν** από τη Γαλλία. Εκείνος και ο **Κάρσον Φόστερ** θα αποτελέσουν τις επιλογές μου»

**Ποια είναι η άποψη που έχει ο Μάικλ Άντριου για την Ελλάδα και τους Έλληνες κολυμβητές;**



«**Ο Κριστιάν (Γκολομέεβ)** και ο **Απόστολος (Χρήστου)** είναι καλοί μου φίλοι και τους αγαπώ πολύ. Ο Κριστιάν προπονήθηκε στο Σαν Ντιέγκο για ένα μικρό διάστημα, οπότε έχουμε καλή σχέση.

**Εννοείται ότι έχουν πιθανότητες για κάποιο μετάλλιο στους Ολυμπιακούς του 2024.** Γνωρίζω και τους προπονητές τους και κάνουν καλά πράγματα, απλά στο τέλος της μέρας είναι ποιος θα τα καταφέρει».

**Η Ρωσία, λόγω του πολέμου στην Ουκρανία, είναι απύσχα από τις μεγάλες διοργανώσεις τον τελευταίο χρόνο. Τι σημαίνει αυτό για τον Μάικλ;**

«Είναι δύσκολο να κολυμπάς χωρίς τους Ρώσους. Είμαι φίλος με πολλούς από αυτούς. Πρόκειται για ένα ευαίσθητο θέμα και δεν ξέρω τι συμβαίνει, πάντως έχουν συμβεί πολλά αρνητικά. Υπάρχει αντίκτυπος όμως γι' αυτά που έχουν κάνει. Μπορεί μερικές φορές να συγκρίνουμε τους χρόνους μας από απόσταση. Στο τέλος της μέρας είναι δύσκολο να εμπιστευτείς ότι όλα έχουν γίνει όπως πρέπει. Αυτό μειώνει το άθλημα, γιατί ρίχνει την απήχησή του. Δεν μου αρέσει, αλλά αυτό μου

Για τους προπονητές η κατάσταση είναι δύσκολη, μιας και δεν μπορούν να τα καταφέρουν όλοι οι αθλητές τους. Είναι φυσιολογικό κάποιοι από τους αθλητές τους να εγκαταλείψουν το άθλημα, αλλά για έναν προπονητή η κατάσταση είναι παρόμοια με αυτή του γονιού. Πρέπει να βρεθεί ένας τρόπος επικοινωνίας, ώστε οι αθλητές να λάβουν τη μάθηση και τη διδαχή. Προφανώς πρέπει να υπάρχουν και όρια, να τηρήσεις τη σχέση προπονητή – αθλητή.



δείχνει ότι υπάρχουν συνέπειες».

**Το θέμα του εμβολιασμού των μεγάλων πρωταθλητών για την προστασία τους από τον κορονοϊό, είναι ένα θέμα που ταλανίζει την παγκόσμια σκηνή.** Χαρακτηριστικό το παράδειγμα του μεγάλου Σέρβου τενίστα Νόλε Τζόκοβιτς, στον οποίον δεν επιτράπη η συμμετοχή του σε δύο κορυφαία τουρνουά, αυτό της Αυστραλίας και των Ηνωμένων Πολιτειών. **Ποια είναι η άποψη του Μάικλ για το συγκεκριμένο θέμα;**

**«Όσον αφορά τον covid και τον εμβολιασμό θέλω να πω ότι είμαι με την πλευρά του Τζόκοβιτς και τη θέση του.** Κι εγώ πέρασα στους Ολυμπιακούς απο αυτήν την θέση. Στο σημείο που είμαστε τώρα έχουμε δει αρκετά επιστημονικά δεδομένα, αλλά υπάρχουν και άλλοι τρόποι για να μείνεις υγιής.

Ως επαγγελματίας αθλητής ο «Νόλε» ξέρει πως να φροντίζει το σώμα του. Ήταν εκπληκτικό να τον βλέπεις να ορθώνεται ενάντια σε όλους και έτσι έκανα κι εγώ. Άφησα να μιλήσουν για μένα οι επιδόσεις μου.

Προσπάθησα να αποφύγω την πολιτική και να την ξεχωρίσω από την κολύμβηση, αλλά είναι δύσκολο και λυπηρό όταν η πολιτική αναμειγνύεται με τα αθλήματα».

**Εάν κάποιος έλεγαν τον Μάικλ ότι έχεις μία επιλογή. «Ένα χρυσό μετάλλιο σε παγκόσμιο πρωτάθλημα ή σε Ολυμπιακούς Αγώνες. Ποιο θα διάλεγες»;**

«Στους Ολυμπιακούς 100%, μιας και αποτελούν την υπέρτατη τιμή για έναν αθλητή οπότε ένα μετάλλιο σε αυτούς είναι το κυρίαρχο θέμα».

**Θα υιοθετούσε ο Μάικλ μια απόφαση της ΔΟΕ να πραγματοποιούνται οι Ολυμπιακοί αγώνες MONIMA στην Ελλάδα και εκεί απ' όπου ξεκίνησαν, στην Αρχαία Ολυμπία;**

«Ο πατέρας μου μαζί με την αδερφή μου επισκέφτηκαν την Ολυμπία, περπάτησαν στον στίβο και ήταν υπέροχο. Άσχετα με το μέρος που θα γίνουν οι Ολυμπιακοί Αγώνες, εγώ θα είμαι εκεί». **K**

# «Βήμα» στο νέο αίμα

Το KoeMAG έχει καθιερώσει τη στήλη «**Το νέο αίμα**» της ελληνικής κολύμβησης, παρουσιάζοντας αθλητές και αθλήτριες που στα πρώτα βήματά τους αποδεικνύουν ότι είναι σε θέση να εκπροσωπήσουν τα επόμενα χρόνια επάξια την χώρα στις μεγάλες διοργανώσεις. Η αρχή έγινε στο προηγούμενο τεύχος με κολυμβητές/τριες που ανήκουν στο κλιμάκιο της Νοτίου

Ελλάδας. Στο παρόν τεύχος φιλοξενούμε παιδιά που βρίσκονται στην Βόρεια Ελλάδα (Μακεδονία και Θράκη).

Δίνουμε βήμα στον Θοδωρή Ανδρεόπουλο, τον Τάσο Κούγκουλο, τον Δανιήλ Γκιουρτζίδα, τον Μάριο Χρυσομάλλη, τον Κωνσταντίνο Ζαχαριάδη και τον Σάββα Θώμογλου.

## Από την Θεσσαλονίκη στο Γέιτ

**Ο** Κωνσταντίνος Ζαχαριάδης θεωρείται ένα από τα μεγαλύτερα ταλέντα στο χώρο της κλασικής κολύμβησης.

Δεκαοκτώ χρονών ο Κωνσταντίνος, γεννήθηκε στις 10 Φλεβάρη του 2004 στη Θεσσαλονίκη και ξεκίνησε το κολύμπι από τον Απόλλωνα Καθαμαριάς.

Στη συνέχεια, «μεταπήδησε» στον Άρη ενώ τώρα αποτελεί μέλος του Αθλητικού Ομίλου Παλαιού Φαλήρου. Ένα παιδί που κολυμπάει τόσο στην πισίνα όσο και στη θάλασσα και έχει ξεχωρίσει για την παρουσία του και στους δυο χώρους.

Ένας πολυτάλαντος κολυμβητής που - όπως ο ίδιος τονίζει - ασχολείται με την πεταλούδα (200 μέτρα) καθώς

επίσης και με τα 400, 800 και 1500 ελεύθερο αφού του αρέσει - βέβαια - ιδιαίτερα η ανοιχτή θάλασσα.

Όπως τονίζει ο ίδιος στο Koe Mag:

«Δεν έχω κάποιο ιδιαίτερο αγώνισμα που να προτιμώ, αντίθετα προσπαθώ να είμαι ανταγωνιστικός σε όλα τα «στυλ» και σε όλες τις αποστάσεις».

Αν και είναι μόλις 18 ετών, ο Κωνσταντίνος έχει αρκετές διακρίσεις. Ξεχωρίζει η ενδέκατη θέση στο Ολυμπιακό φεστιβάλ νεότητας στην πισίνα, ενώ στην ανοιχτή θάλασσα η όγδοη θέση που πήρε στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα νέων στη Γαλλία στα 7,5 χιλιόμετρα. Τέλος, η έκτη θέση στη σκυταλοδρομία στο πρόσφατο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα νέων στην Πορτογαλία.

Ο Κωνσταντίνος Ζαχαριάδης έχει προπονητή τον Τάσο Παπαδόπουλο.

Στόχος του για το 2023 είναι η ατομική βελτίωση στα αγωνίσματά του και η συμμετοχή και διάκριση σε όσο το δυνατόν περισσότερες διοργανώσεις, τόσο στην πισίνα όσο και στη θάλασσα.

Το όνειρο του; Το ίδιο με κάθε άθλο φέρεται κολυμβητή. Η συμμετοχή σε Ολυμπιακούς αγώνες.

Ο Κωνσταντίνος είναι φοιτητής του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλονίκης. Ωστόσο, από τον Σεπτέμβριο του 2023 θα ξεκινήσει τις σπουδές του στις Ηνωμένες Πολιτείες και συγκεκριμένα στο Γέιτ.

Τα προβλήματα τα οποία βιώνει καθημερινά στην πισίνα και ζητά ο ίδιος την άμεση επίλυση τους, είναι το κρύο νερό και η έλλειψη ικανοποιητικού χώρου προπόνησης. Στην ερώτηση που του τέθηκε να αναφέρει τα πρότυπά του στον χώρο και τα «στηρίγματά» του δήλωσε:

«Δεν έχω κάποιον συγκεκριμένο αθλητή για πρότυπο.

Στόχος μου είναι να γίνωμιν κάθε χρόνο και καλύτερος. Το στηρίγμα μου είναι η οικογένειά μου, οι «λίγοι και καλοί» φίλοι που έχω, ο φυσικοθεραπευτής μου, ο γυμναστής μου, η ψυχολόγος μου και φυσικά ο προπονητής μου».

Τέλος ερωτήθηκε, ποια συμβουλή θα έδινε στα παιδιά που ξεκινούν το άθλημα της κλασικής κολύμβησης.

Απάντησε:

«Να αγαπούν αυτό που κάνουν γιατί είναι ένα δύσκολο άθλημα με πολλές θυσίες».

### ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΖΑΧΑΡΙΑΔΗΣ





## ΔΑΝΙΗΛ ΓΚΙΟΥΡΤΖΙΔΗΣ

# Το όνειρο του Παρισιού

Προπονητής του είναι ομοσπονδιακός **Άκης Οικονόμου** και ο επίσης ομοσπονδιακός **Νίκος Φλεριανός**.

Τα πρότυπα του -όπως τονίζει ο ίδιος στο ΚΟΕ Mag- είναι δύο παιδιά που υπηρετούν τα αγωνίσματα της μικτής στην Ελλάδα. Ο άνθρωπος που τα τελευταία χρόνια έχει οδηγήσει τον χώρο στα συγκεκριμένα αγωνίσματα με μεγάλες διακρίσεις σε παγκόσμιο και ευρωπαϊκό επίπεδο, δηλαδή ο **Ανδρέας Βαζαίος** και βέβαια ο **Απόστολος Παπαστάμος** ο οποίος πριν από λίγα χρόνια εντυπωσίασε στο παγκόσμιο και ευρωπαϊκό στερέωμα με χρόνους που αποτελούσαν για κάποιους μήνες παγκόσμια ρεκόρ νέων.

**Ο μεγάλος του στόχος και επιθυμία είναι να βρεθεί το 2024 στο Παρίσι και στους Ολυμπιακούς Αγώνες.**

**Όπως τονίζει στο ΚΟΕ Mag:**

«Θέλω να πιάσω το όριο και να πάρω μέρος σε αυτή την μεγάλη διοργάνωση, είναι όνειρο για εμένα όπως και για κάθε αθλητή».

**Δεν θέλω να πάω στο Παρίσι για να βλέπω τον Πύργο του Άιφελ και να κάνω διακοπές.**

**Θέλω να πάω για να διακριθώ εκεί».**

Το πρότυπο του στο διεθνή χώρο, είναι ο Γάλλος φέρελιπς κολυμβητής **Λεό Μαρσάν** ο οποίος εντυπωσιάζει τα τελευταία χρόνια και θεωρείται σήμερα ένας από τους καλύτερους κολυμβητές στον κόσμο.

Ο Δανιήλ προπονείται στην Αθήνα και συγκεκριμένα στο κολυμβητήριο του ΟΑΚΑ με τον Άκη Οικονόμου, εκεί όπου οι συνθήκες προπόνησης - θα έλεγε κανείς - ότι είναι ιδανικές για τους κολυμβητές και τις κολυμβήτριες.

«Το ίδιο βέβαια δεν συμβαίνει στα άλλα κολυμβητήρια. Σε πολλά από αυτά (στην περιφέρεια), τα προβλήματα είναι γνωστά και ζητούν λύση. Έχουν σχέση με τις καλές συνθήκες προπόνησης που δεν υπάρχουν δυστυχώς».

**Ο** Δανιήλ Γκιουρτζίδης είναι ένα από τα νέα παιδιά που δημιουργούν προσδοκίες για ένα καλύτερο αύριο στα αγωνίσματα της μικτής ατομικής στην κλασική κολύμβηση.

Ο Δανιήλ είχε σημαντικές διακρίσεις το καλοκαίρι του 2022, με αποκορύφωμα την παρουσία του στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα ανδρών που πραγματοποιήθηκε στην Ρώμη.

Εκεί ο Έλληνας πρωταθλητής, κατετάγη ένατος στα 400 μικτής με χρόνο 4.19.97 και πήρε την 11η θέση στα 200 μικτής (2.01.13) μένοντας και στις δυο κούρσες (ειδικά στα 400) ελάχιστα έξω από τον τελικό του αγώνα που ήταν και ο μεγάλος του στόχος.

Ο Δανιήλ γεννήθηκε 16 Δεκεμβρίου 2002 (20 ετών) και έκανε τα πρώτα του σπουδαία κολυμβητικά βήματα με το σκουφάκι του Εθνικού Πειραιά. Φέτος πήρε την απόφαση να αλλιάξει περιβάλλον και να βρεθεί στην ακριτική Αλεξανδρούπολη με το σκουφάκι του Ναυτικού Ομίλου Αλεξανδρούπολης.

# Το κολυμβητήριο είναι χώρος διάπλησης άρτιων χαρακτήρων

**Ο** Θοδωρής γεννήθηκε 10 Φλεβάρη 2002 στην Πτολεμαΐδα και άρχισε να κολυμπάει στα «Δελφίνα», το σωματείο της πόλης. Είναι πλέον αθλητής του Άρη Θεσσαλονίκης και χρωστάει ποηλιά στον πρώτο του προπονητή τον Δημήτρη Καραγιάννη ενώ η κινητήρια δύναμή του σήμερα είναι ο νυν προπονητής του στον Άρη Θεσσαλονίκης, ο Τάσος Παπαδόπουλος.

Ο Θοδωρής κολυμπάει 50 και 100 μέτρα ύπτιο, 50 και 100 μέτρα ελεύθερο και 100 πεταλούδα, αλλά όπως δηλώνει αγαπημένο του αγώνισμα είναι τα 50 ύπτιο. Η μεγαλύτερή του διάκριση μέχρι σήμερα είναι η συμμετοχή του στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα ανδρών - γυναικών που πραγματοποιήθηκε τον Αύγουστο του 2022 στην Ρώμη.

Ο στόχος του για τους επόμενους μήνες είναι ξεκάθαρος.

«Θέλω να βρεθώ στο βάθρο του ευρωπαϊκού πρωταθλήματος νέων ανδρών και να πιάσω το όριο για το παγκόσμιο πρωτάθλημα ανδρών που θα πραγματοποιηθεί το καλοκαίρι του 2023 στην Φουκουόκα της Ιαπωνίας. Φυσικά στόχος της ζωής μου είναι να λάβω μέρος μια φορά στους Ολυμπιακούς αγώνες».

Ο Θοδωρής είναι φοιτητής του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλονίκης και έχει ως επαγγελματικό προσανατολισμό την προπονητική και την

αποκατάσταση. Τα πρότυπά του είναι ο κορυφαίος σήμερα κολυμβητής στον κόσμο, ο νεαρός Ρουμάνος Νταβίντ Ποποβίτσι, ο Χάντερ Άρμστρονγκ και βέβαια ο Έλληνας Απόστολος Χρήστου που κυριαρχεί στην Ευρώπη και στον κόσμο στα αγωνίσματα του ύπτιου.

Ο Θοδωρής μιλάει επίσης για τα προβλήματα τα οποία αντιμετωπίζει και τους ανθρώπους που έχει στο πλευρό του.

«Στήριγμά μου - αφού είναι πάντα δίπλα μου - αποτελούν οι γονείς μου. Χωρίς αυτούς δεν θα είχα καταφέρει τίποτα. Είναι η μεγαλύτεροι θαυμαστές μου και επίσης η κινητήρια δύναμή μου. Είναι επίσης ο προπονητής μου, κύριος Τάσος Παπαδόπουλος. Υπάρχει σωστή επικοινωνία μεταξύ μας και ενθάρρυνση σε ό,τι κάνω. Είναι πάντα δίπλα μου για την υλοποίηση των στόχων μου, μου δίνει κίνητρα και πολλή αυτοπεποίθηση.

Μαζί μου ο γυμναστής μου, ο κύριος Ζαχαρίας Αλεξίου, οι φυσικοθεραπευτές μου, ο Γιώργος Ο Πεντέρης και η Μαρία Ανδρεοπούλου ενώ δε λείπει από κοντά μου ο κύριος Παναγιώτης Ρέτζιος που είναι εκπρόσωπος της αθλητικής εταιρείας "ARENA" και με στηρίζει με τον απαραίτητο εξοπλισμό και ρουχισμό.

Θα ήθελα τέλος, να αναφερθώ και στον διατροφολόγο μου τον κύριο Γιάννη Τσεκούρα που με προετοιμάζει κατάλληλα».

Ποια συμβουλή θα ήθελε να δώσει ο Θοδωρής στους γονείς που έχουν παιδιά στις πισίνες;

«Θα συμβούλευα όλους τους γονείς να φέρουν τα παιδιά στο κολυμβητήριο πρώτα για να μάθουν να κολυμπούν αφού θα πρέπει να είναι ασφαλή τα καλοκαίρια στις παραλίες και έπειτα γιατί ο χώρος της κολύμβησης είναι ένας χώρος διάπλησης άρτιων χαρακτήρων που γνωρίζουν να δουλεύουν σκληρά και να πετυχαίνουν τους στόχους τους».

Προβλήματα άλλο τίποτα στο χώρο της κολύμβησης και βέβαια τα βιώνει καθημερινά ο Θοδωρής Ανδρεόπουλος.

«Υπάρχουν προβλήματα που ζητούν άμεσες λύσεις και θα ήθελα ιδιαίτερα να εισακουστούν από τους ιθύνοντες γιατί μόνο έτσι θα μπορέσουμε να βελτιώσουμε την προπόνηση των αθλητών και μαζί με αυτών και την δικιά μου έτσι ώστε να εξελιχθούμε σωστά. Τα βασικά μας προβλήματα είναι:

Πρώτον, δεν υπάρχει σωστή χλωρίωση της πισίνας. Πάντα υπάρχει υπερβολικό χλώριο (ειδικά στο Ποσειδώνιο και στο Εθνικό κολυμβητήριο της πόλης) και αυτό είναι επικίνδυνο ειδικά για αθλητές που έχουν άσμα σαν και εμένα.

Επίσης, δεν υπάρχει σωστή θέρμανση στο νερό του κολυμβητηρίου. Η θερμοκρασία δεν είναι η προβλεπόμενη με αποτέλεσμα να ελλοχεύουν σημαντικοί κίνδυνοι τραυματισμών.

Βέβαια, θα ήθελα να σταθώ και στην απουσία ικανού αριθμού διαδρομών που θα μας επιτρέπουν να κολυμπήσουμε με άνεση.

Όλα αυτά θα βελτιώσουν τις συνθήκες προπόνησής μας και θα μας εξελίξουν κολυμβητικά».

## ΘΟΔΩΡΗΣ ΑΝΔΡΕΟΠΟΥΛΟΣ



Ένας εικοσάχρονος από την Πτολεμαΐδα σε πρωταγωνιστικό ρόλο στην κλασική κολύμβηση. Ο Θοδωρής Ανδρεόπουλος συγκαταλέγεται σε εκείνους που εκφράζουν το νέο αίμα του αθλήματος στην Ελλάδα.



## ΣΑΒΒΑΣ ΘΩΜΟΓΛΟΥ

# Ο εκφραστής της Ημαθίας

Τονίζει χαρακτηριστικά:

«Βασικό πρόβλημα είναι η έλλειψη χώρων προπόνησης στη Θεσσαλονίκη. Υπάρχουν σε αυτήν την μεγάλη πόλη μόλις τρία κολυμβητήρια τα οποία χρησιμοποιούν 27 ομάδες. Κολυμπάμε ο ένας πάνω στον άλλο και με αυτό τον τρόπο είναι πολύ δύσκολο να γίνει ποιοτική δουλειά.

Επίσης, τώρα τελευταία με την ενεργειακή κρίση έχει κατέβει αρκετά η θερμοκρασία της πισίνας και σε συνδυασμό με το χειμωνιάτικο κλίμα στη Βόρεια Ελλάδα είναι πολύ άβολο να κάνει κανείς προπόνηση. Να σκεφτείτε ότι στη Θεσσαλονίκη από τα τρία αυτά κολυμβητήρια υπάρχει μια μόνο κλειστή 50αρα πισίνα και μια κλειστή 25αρα. Όλα τα υπόλοιπα κολυμβητήρια είναι ανοιχτά και το κρύο που επικρατεί δημιουργεί κινδύνους για σοβαρούς τραυματισμούς. Να σας πω μόνο ότι τα τελευταία χρόνια είχα έναν τραυματισμό στους προσαγωγούς που με άφησε πολύ πίσω. Σιγά σιγά όμως επανέρχομαι».

Ο Σάββας μιλάει με έναν πολύ ωραίο τρόπο για τους ανθρώπους που βρίσκονται στο πλευρό του.

«Η οικογένειά μου με έχει στηρίξει με κάθε τρόπο. Τρία χρόνια οι γονείς μου με πηγαινοέφερναν από τη Βέροια στη Θεσσαλονίκη για να κάνω προπόνηση. Πέρα από αυτό όμως, έχω δεχτεί πολύ μεγάλη βοήθεια σε όλους τους τομείς από την οικογένειά μου και τους ευχαριστώ πολύ για αυτό.

Ένας άλλος άνθρωπος που με έχει στηρίξει πάρα πολύ και ήταν συνέχεια στο πλευρό μου είναι ο προπονητής μου Τάσος Παπαδόπουλος τον οποίο θεωρώ κι αυτόν οικογένειά μου μιας και τα τελευταία χρόνια περνάω περισσότερο χρόνο μαζί του παρά με τους γονείς μου. Με έχει βοηθήσει πολύ, όχι μόνο σε κολυμβητικά θέματα αλλά και σε προβλήματα που αντιμετωπίζω εκτός πισίνας».

Ο Σάββας παρά τα αθληπάλληλα ταξίδια Βέροια-Θεσσαλονίκη και τα μεγάλα προβλήματα που αντιμετωπίζει στην προσπάθειά του να καταστεί ένας από τους κυριότερους εκφραστές της νέας γενιάς της κλασικής κολύμβησης, δίνει συμβουλές όπως του ζητήθηκε από το ΚΟΕ Mag στα νέα παιδιά.

«Θα ήθελα να τους πω να αγαπήσουν το άθλημα, να δουλέψουν σκληρά, με υπομονή και επιμονή.

Κάθε στόχο που θα θέτουν, να τον βλέπουν να υλοποιείται».

**Ε**να παιδί που εκφράζει το αύριο της Ελλάδας στα αγωνίσματα του προσθίου είναι ένας Βεροιώτης.

Πρόκειται για τον Σάββα Θώμογλου ο οποίος γεννήθηκε στις 9 Νοέμβρη του 2001 στη Βέροια.

Ξεκίνησε το κολύμπι στον τοπικό σύλλογο ΝΑΣΗ, μετακόμισε στη Θεσσαλονίκη και πλέον αγωνίζεται με το σκουφάκι του Άρη.

Ο Σάββας διακρίνεται στα αγωνίσματα του πρόσθιου (50,100 και 200) καθώς επίσης και στα 200 μικτής ατομικής.

Το αγαπημένο του αγώνισμα είναι τα 200 πρόσθιο.

Η μεγαλύτερή του διάκριση μέχρι σήμερα αποτελεί το αργυρό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς αγώνες των νέων. Πρώτος του προπονητής στη Βέροια ήταν ο Στέλιος Αμπατζίδης ενώ σήμερα βρίσκεται στα χέρια του Τάσου Παπαδόπουλου για τον οποίο μιλάει με κολακευτικά λόγια.

Στόχος για τους επόμενους μήνες, είναι τόσο η επίτευξη ενός Ολυμπιακού ορίου και η συμμετοχή του στους Ολυμπιακούς αγώνες, όσο και η διάκρισή του σε κάθε μεγάλη διοργάνωση.

Ο Σάββας είναι φοιτητής του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλονίκης και όταν μιλάει για τις δυσκολίες και τα προβλήματα τα οποία αντιμετωπίζει κατά τη διάρκεια της καθημερινότητάς του στο κολύμπι, με την αναφορά τους και μόνο, σε "πιάνει το παράπονο".

## ΤΑΣΟΣ ΚΟΥΓΚΟΥΛΟΣ

Ένας πρωταγωνιστής από την ακριτική Αλεξανδρούπολη.



**Π**όσο σπουδαίο για τους Έλληνες κολυμβητές είναι να υπάρχουν άρτια και λειτουργικά κολυμβητήρια σε κάθε γωνιά της Ελλάδας, ακόμη περισσότερο στα ακριτικά μέρη; Πόσο σημαντικό είναι ένας έφηβος, ένα νέο παιδί, να μπορεί στο σπίτι που μεγάλωσε να παραμείνει και να είναι πρωταγωνιστής στο άθλημα; Χωρίς να μετακινείται, χωρίς να ταλαιπωρείται, δίχως να αλλάζει περιβάλλον; Κλασικό παράδειγμα αυτής της ωραίας πραγματικότητας αποτελεί ο **Τάσος Κούγκουλος**.

**Ο Τάσος γεννήθηκε 7 Μαρτίου 2003 στην Θεσσαλονίκη και είναι κολυμβητής του Ναυταθλητικού Ομίλου Αλεξανδρούπολης.** Ξεκίνησε την καριέρα του στον Όμιλο Φίλων Θαλάσσης της πόλης (ΟΦΘΑ) και αγαπημένο του αγώνισμα είναι τα 100 πεταλούδα. Κολυμπάει επίσης 50 και 100 ύπτιο, 50 πεταλούδα.

**Η 3η θέση στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα εφήβων το 2021 στην Ρώμη στο αγώνισμα των 50 μέτρων ύπτιο συνιστά την μεγαλύτερή του επιτυχία.** Πρώτος προπονητής στην καριέρα του ήταν ο Γιώργος Τυλιγαδάς, ενώ **σήμερα προπονείται με τον Κωνσταντίνο Χατζηπέτρου.** Στόχος του για το 2023 είναι η συμμετοχή του στο παγκό-

## Αξία έχει το ταξίδι και όχι ο προορισμός

σμιο πρωτάθλημα ανδρών που θα γίνει το καλοκαίρι στην Φουκουόκα καθώς επίσης και στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα νέων ανδρών.

**Όνειρό του είναι η παρουσία του το 2024 στους ολυμπιακούς αγώνες του Παρισιού.**

**Είναι φοιτητής στο Πολυτεχνείο της Ξάνθης,** στο τμήμα πολιτικών μηχανικών. Σαν επαγγελματικό προσανατολισμό έχει τα δημόσια έργα από τη θέση του πολιτικού μηχανικού.

«Ο σύλλογος μου – αναφέρει – τα τελευταία χρόνια έχει καταφέρει να δημιουργήσει τις καλύτερες δυνατές συνθήκες στην πόλη της Αλεξανδρούπολης για κολυμβητές της κατηγορίας open, με αποτέλεσμα να μειωθεί η απόσταση που υπήρχε τα προηγούμενα χρόνια με την Αθήνα και την Θεσσαλονίκη. Επομένως δεν αντιμετωπίζω σημαντικά προβλήματα, αν αναλογιστούμε ότι για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά ανήκω στην προεθνική Α των αντρών και έχω την αντίστοιχη στήριξη και αντιμετώπιση από την Ομοσπονδία».

**Ο Τάσος έχει ως πρότυπο τον κορυφαίο Έλληνα κολυμβητή Απόστολο Χρήστου καθώς επίσης και τον Αμερικανό Κάλεμπ Ντρέσελ.**

«Καθόλη τη διάρκεια της κολυμβητικής μου καριέρας – συνεχίζει – με στηρίζει καθημερινά η οικογένειά μου, ο σύλλογος στον οποίο ανήκω, οι φίλοι μου και ο προπονητής μου, στον οποίον οφείλω τις επιτυχίες μου. Έπίσης θεωρώ ότι μεγάλη συμβολή στην κολυμβητική μου καριέρα έχει ο Δήμος Αλεξανδρούπολης που μου εξασφαλίζει τις καλύτερες δυνατές συνθήκες προπόνησης, σε ένα από τα ωραιότερα κολυμβητήρια της Ελλάδας».

Αναφερόμενος στις συμβουλές που ήθελε να δώσει στα νέα παιδιά, ο Τάσος αναφέρει:

«Το πιο σημαντικό απ' όλα είναι να σου αρέσει αυτό που κάνεις και να το αγαπάς, είτε λέγεται κολύμβηση, είτε ποδόσφαιρο, είτε μπάσκετ, γιατί μόνο τότε έχει αξία. Επιπλέον **μεγαλύτερη σημασία στις μικρές ηλικίες στην κολύμβηση έχει το ταξίδι και όχι ο προορισμός. Επίσης τους νέους κολυμβητές θα ήθελα να συμβουλέψω ότι η κολύμβηση δε σταματάει στην ηλικία των 16 ετών, αλλά συνεχίζει να αποκτά νόημα στις μεγαλύτερες κατηγορίες».**



## ΜΑΡΙΟΣ ΧΡΥΣΟΜΑΛΛΗΣ

# «Ποτέ μην εγκαταλείπετε την προσπάθεια»

**Π**ριν από χρόνια, πρωταγωνιστούσε στο χώρο της ελληνικής κλασικής κολύμβησης ένας Καθαματιανός. Ο **Ηλίας Μάλαμας**, νυν μέλος του διοικητικού συμβουλίου της κολυμβητικής ομοσπονδίας ο οποίος ξεχώριζε για την ποιότητά του στα αγωνίσματα του υπτίου.

Πολλά χρόνια μετά ένας άλλος Καθαματιανός, ο **Μάριος Χρυσομάλλης** έρχεται να συνεχίσει την παράδοση της ανάδειξης σπουδαιών κολυμβητών στην πελοποννησιακή αυτή πόλη.

Ο Μάριος γεννήθηκε στις 15 Μαΐου του 2004, είναι 18 ετών και μεγάλωσε κολυμβητικά στην πόλη της Καθαμάτας.

Ήταν ο Ναυτικός Όμιλος Καθαμάτας η πρώτη του ομάδα την οποία μετά από πολλά χρόνια, εγκατέλειψε φέτος και εντάχθηκε στην ομάδα του ΠΑΟΚ (Θεσσαλονίκη).

Όπως τονίζει ο ίδιος στο KoeMAG, θεωρεί ως αγαπημένο του αγώνισμα το ελεύθερο. Η σπουδαιότερή του διάκριση μέχρι τώρα - αν και είναι πολύ μικρός - είναι η ένατη θέση στο ευρωπαϊκό πρωτάθλημα εφήβων με χρόνο 50.44 στα 100 ελεύθερο. Μία επίδοση που ήταν μόλις τέσσερα κλάσματα μακριά από τον τελικό του αγώνα και τρία κλάσματα μακριά από τον πανελλήνιο ρεκόρ των εφήβων.

Ο Μάριος είχε ως πρώτο του προπονητή στην Καθαμάτα τον **Στάθη Μπακόλια** που τον μεγάλωσε κολυμβητικά και ήταν μαζί του μέχρι και πέρσι. Σημερινός του προπονητής στον ΠΑΟΚ είναι ο κύριος **Τάσος Χατζηγεωργίου**.

Ποιοι είναι οι στόχοι του Μάριου στην φετινή περίοδο;

«Ο μεγάλος μου στόχος είναι να πετύχω μια επίδοση κάτω

από τα 50 δευτερόλεπτα στα 100 ελεύθερο και να πιάσω το όριο για το ευρωπαϊκό πρωτάθλημα νέων ανδρών.

Απώτερός μου στόχος είναι να είμαι παρών σε όλες τις μεγάλες διοργανώσεις που θα γίνουν στην κατηγορία των νέων ανδρών αθλή και σε αυτή των αντρών.

Ο Μάριος Χρυσομάλλης σπουδάζει στα ΤΕΦΑΑ Θεσσαλονίκης και όπως υποστηρίζει θα ήθελε να ασχοληθεί ως γυμναστής στο μέλλον. Ο ίδιος τοποθετείται στα προβλήματα που αντιμετωπίζει και τα οποία είναι αρκετά.

«Υπάρχει θέμα με την θερμοκρασία του νερού καθώς είναι πάντα χαμηλή στα περισσότερα κολυμβητήρια με αποτέλεσμα να κινδυνεύουν οι αθλητές με σοβαρούς τραυματισμούς. Ένα άλλο πρόβλημα που εντοπίζω είναι ότι τα οικονομικά δεδομένα στο άθλημα μας είναι πολύ χαμηλά σε σχέση με τα υπόλοιπα σπορ. Κοστίζει πολύ, σε σχέση με τα υπόλοιπα αθλήματα, η ενασχόληση με φυσικοθεραπείες, μασάζ, γυμναστήρια αλλά και άλλα πράγματα που παίζουν καθοριστικό ρόλο στην πορεία ενός αθλητή».

Ποια είναι τα πρότυπα του Μάριου;

«Τα πρότυπά μου στην Ελλάδα είναι ο Απόστολος Χρήστου και ο Κριστιάν Γκολομέεβ. Στο εξωτερικό ξεχωρίζω τον Αμερικανό Καλέμπ Ντρέσελ».

Τα άτομα που έχουν στηρίξει τον Μάριο και για τα οποία ο ίδιος θέλει να κάνει αναφορά είναι οι γονείς του που όπως υποστηρίζει «προσπαθούν για το καλύτερο και μου παρέχουν ότι χρειαστώ».

«Ένα άτομο που με στηρίζει επίσης είναι ο Κώστας Κοντόπουλος που ήταν γυμναστής μου πέρσι και έπαιξε πολύ σημαντικό ρόλο στις επιτυχίες - διακρίσεις που είχα γιατί με βοήθησε και με στήριξε καθημερινά για να γίνω η καλύτερη έκδοση του εαυτού μου».

Ένα επίσης άτομο στο οποίο θέλω να κάνω αναφορά, είναι η κοπέλα μου. Με ενθαρρύνει, με βοηθάει ψυχολογικά και μου δίνει λύσεις σε οποιοδήποτε πρόβλημα αντιμετωπίζω και συζητάω μαζί της».

Ολοκληρώνοντας την αναφορά του στο KoeMAG, ο Μάριος μιλάει για τα μικρά παιδιά που θέλουν να ασχοληθούν με το άθλημα της κολύμβησης.

«Να είναι έτοιμα να αντιμετωπίσουν όλες τις δυσκολίες γιατί το άθλημα μας είναι ανάλογο αυτών. Μέσα όμως από αυτές τις δυσκολίες, θα μάθουν να μην τα παρατάνε ποτέ στη ζωή».

ΡΑΪΑΝ  
ΛΟΧΤΕ



# **Αφήστε τα παιδιά να παραμείνουν παιδιά**

Ο Ράιαν Λόχτε συμβουλεύει τους κολυμβητές και τους προπονητές τους σε συνέντευξή του στο KoeMAG

Πρέπει να είσαι ταπεινός, να παραμένεις πάντα αληθινός απέναντι στον εαυτό σου. Ένα από τα πιο σημαντικά πράγματα - με το οποίο μεγάλωσα σε ολόκληρη την κολυμβητική μου καριέρα - είναι να περνάς καλά σε αυτό που κάνεις και αγαπάς

**Δ**εκαοκτώ (18) χρόνια μετά, ο Ράιαν Λόχτε επέστρεψε στην Αθήνα. Εκεί από όπου ξεκίνησε την πολυθρύλητη κολυμβητική του καριέρα. Εκεί που τον Αύγουστο του 2004 στους Ολυμπιακούς αγώνες που πραγματοποιήθηκαν στο ανοιχτό κολυμβητήριο του ΟΑΚΑ κατέκτησε το πρώτο χρυσό του Ολυμπιακό μετάλλιο.

Στην συνέχεια ο Ράιαν έκανε «πράγματα και θαύματα» στο νερό.

Σήμερα θεωρείται ένας από τους μεγαλύτερους κολυμβητές στην ιστορία του αθλήματος με τα περισσότερα μετάλλια μετά το φαινόμενο Μάικλ Φέλπς, τον καλύτερο κολυμβητή όλων των εποχών.

Το 2004 στην Αθήνα, μετέχοντας στην ομάδα σκυταλοδρομίας 4Χ200 ελεύθερο ο Ράιαν κατέκτησε το χρυσό μετάλλιο.

Στη συνέχεια, πρόσθεσε στην συλλογή του άλλα 11 συνολικά Ολυμπιακά μετάλλια (6 χρυσά, 3 αργυρά και 3 χάλκινα).

Ο ίδιος δεν συγκρίνει κανένα άλλο μετάλλιο, με αυτά των Ολυμπιακών, αφού θεωρεί τους Ολυμπιακούς αγώνες την μεγαλύτερη

διοργάνωση στον πλανήτη. Πήρε βέβαια και άλλα μετάλλια σε κορυφαίες διοργανώσεις του κόσμου (συνολικά 90).

Κολύπησε με εντυπωσιακό τρόπο στο ύπτιο, στο ελεύθερο και βέβαια στην μικτή ατομική. Γεννήθηκε στις 3 Αυγούστου του 1984 στην Νέα Υόρκη των Ηνωμένων Πολιτειών. Η ζωή του μέσα στο νερό ήταν αξιοσημείωτη και εντυπωσιακή. Έξω από το νερό ήταν πολυτάραχη και πολλοί μιλούν για μια αμφιλεγόμενη προσωπικότητα.

**Ο Ράιαν βρέθηκε τέλη Νοεμβρίου στην Αθήνα, μαζί με τον Αμερικανό πρωταθλητή Μάικλ Άντριου προσκεκλημένος της αμερικανικής εταιρίας αθλητικών - κολυμβητικών ειδών «TYR» και πήρε μέρος στο κολυμβητικό τρόπαιο του Παναθηναϊκού στις 2, 3 και 4 Δεκεμβρίου. Επίσης, στις 30 Νοεμβρίου δίδαξε κολύμπι σε 40 φερέλπιδες Έλληνες αθλητές.**

Πατέρας δύο παιδιών πλέον ο Ράιαν, αρέσκεται στο να διδάσκει κολύμπι σε νέα παιδιά και να τους μιλάει για τον τρόπο που πρέπει να αντιμετωπίζουν το κολύμπι αλλά και τη ζωή γενικότερα.

Έμαθα τόσο από τις καλές όσο και από τις κακές στιγμές μου και αυτό με βοήθησε να γίνω ο σύζυγος και ο πατέρας που είμαι σήμερα, κάτι για το οποίο είμαι τόσο ευγνώμων. Είμαι τόσο ευτυχισμένος και ευλογημένος αυτήν τη στιγμή και έχω πλέον την ευκαιρία να προσφέρω κάτι στα νεαρά παιδιά»





Ο Ράιαν Λόχτε, παραχώρησε συνέντευξη στο KoeMAG και δέχτηκε να απαντήσει σε ερωτήσεις που έχουν σχέση με την εξέλιξη των νεαρών κολυμβητών και τα βήματα που πρέπει να ακολουθούν στο νερό και στη ζωή.

**Ποιο ήταν το πιο ξεχωριστό μετάλλιο για τον ίδιο;**

«Υπάρχουν μερικά που έρχονται στο μυαλό μου. Το πρώτο το οποίο ήταν μάλιστα στην Αθήνα, στους Ολυμπιακούς του 2004. Νομίζω ότι αυτό είναι ένα το οποίο ξεχωρίζει από όλα τα άλλα όπως και αυτό του 2008 όταν κέρδισα στο Πεκίνο το πρώτο μου ατομικό χρυσό μετάλλιο».

**Στα τόσα χρόνια της καριέρας του ποιον θεωρεί τον μεγαλύτερο κολυμβητή που «περπάτησε» δίπλα του;**

«Νομίζω ότι είναι προφανές να πω ότι επρόκειτο για τον Μάικλ Φελς. Ανήκα στην εποχή του και το να είμαι στην ίδια ομάδα με αυτόν και το να αγωνιστώ απέναντί του μέσα στο νερό - πόσο μάλλον να τον νικήσω - αποτελεί μεγάλη τιμή για εμένα».

**Ξεχωρίζει ο Ράιαν έναν κολυμβητή που είχε τεράστιο ταλέντο; Κάποιον ο οποίος ίσως δεν κατάφερε να φτάσει στο επίπεδο του Μάικλ Φελς;**

«Ο πιο ταλαντούχος αθλητής στον κολυμβητικό κόσμο, με τον οποίο είχα την τύχη να σχετιστώ, ήταν ο Καλέμπ Ντρέσελ. Είναι αντισυμβατικός, σίγουρα ασυνήθιστος. Η ελαστικότητα, η

Ο πιο ταλαντούχος αθλητής στον κολυμβητικό κόσμο, με τον οποίο είχα την τύχη να σχετιστώ, ήταν ο Καλέμπ Ντρέσελ. Είναι αντισυμβατικός, σίγουρα ασυνήθιστος.



εκρηκτικότητα, η γενική συμπεριφορά που κατέχει είναι καταπληκτική. Τον έχω δει να κάνει πράγματα στην πισίνα αλλά και έξω από αυτήν (στην αίθουσα με τα βάρη) που είναι απίστευτα. Είναι πραγματικά φοβερό το τι μπορεί να καταφέρει αυτό το παιδί».

**Τι γνωρίζει ο Ράιαν για την ελληνική κολύμβηση; Γνωρίζει κάποιους Έλληνες κολυμβητές;**

«Δεν γνωρίζω καθόλου ονόματα και έχω την τάση να προσηλώνομαι στην δίκη μου αθλητική διαδρομή και να ακολουθώ την δική μου κατεύθυνση. Ωστόσο μπορώ να πω με σιγουριά πως υπάρχουν αρκετοί καλοί κολυμβητές εδώ όπως και σε όλο τον κόσμο».

**Ποιοι άνθρωποι έπαιξαν σημαντικό ρόλο στην καριέρα του Ράιαν;**

«Οπωσδήποτε οι συναθλητές στην ομάδα μου καθώς επίσης και όλοι εκείνοι που ήταν στην εθνική ομάδα των Ηνωμένων Πολιτειών. Φυσικά

η οικογένειά μου ήταν και παραμένει ο υπ αριθμόν ένα υποστηρικτής μου και ακολουθούν οι προπονητές μου.

Τέλος, όλοι οι θεατές που με υποστήριζαν στις εξέδρες και αποτέλεσαν ενισχυτικό παράγοντα των προσπαθειών μου».

**Ποια είναι τα μηνύματα που θέλει να περάσει στα νέα παιδιά ο Λόχτε για την στάση ζωής τους τόσο μέσα στο νερό όσο και στη ζωή;**

«Πρέπει να είσαι ταπεινός, να παραμένεις πάντα αληθινός απέναντι στον εαυτό σου. Φυσικά ένα από τα πιο σημαντικά πράγματα - με το οποίο μεγάλωσα σε ολόκληρη την κολυμβητική μου καριέρα - είναι να περνάς καλά σε αυτό που κάνεις και αγαπάς! Αυτό είναι το παν και στην κολύμβηση αλλά και γενικότερα στην ζωή. Απόλαυσε το ταξίδι και την κάθε στιγμή του γιατί αν πας «μακριά» σε αυτήν την ...πισίνα της ζωής θα σε πάει σε μέρη που



Οι προπονητές να μην ζορίζουν τα παιδιά, να τα σπρώχνουν μέσα στην πισίνα, αλλά να περιορίσουν το κολύμπι μόνο μέσα στο νερό. Όταν βγουν από την πισίνα, να μη μιλάνε πια για κολύμπι. Απλώς άφησε τα να είναι παιδιά. Να απολαύσουν τη ζωή γιατί όταν γυρίσουν σπίτι και σκέφτονται συνέχεια την κολύμβηση την επόμενη φορά που θα μπουν στην πισίνα το άθλημα θα έχει καταναλώσει ολόκληρη την ζωή τους και έτσι δεν θα αποτελεί πλέον διασκέδαση

δεν έχεις καν ονειρευτεί, όπως συνέβη με εμένα. Ήρθα στην Αθήνα. Πήγα παντού στη ζωή μου».

Είναι μόλις 38 ετών αλλά έχει ζήσει μια πολυτάραχη ζωή. Αν γύριζε τον χρόνο πίσω, υπάρχει κάτι που θα ήθελε να αποφύγει από αυτά που έζησε και τι θα ήθελε να ζήσει από αυτά που δεν έχει καταφέρει έως τώρα;

«Όχι, δεν μετανιώνω για τίποτα από αυτά που έχουν συμβεί στη ζωή μου γιατί βοήθησαν στο να διαμορφώσουν τον άνθρωπο που είμαι σήμερα. Έχω μάθει από όλα μου τα λάθη. Έμαθα τόσο από τις καλές όσο και από τις κακές στιγμές μου και αυτό με βοήθησε να γίνω ο σύζυγος και ο πατέρας που είμαι σήμερα, κάτι για το οποίο είμαι τόσο ευγνώμων. Είμαι τόσο ευτυχισμένος και ευλογημένος αυτήν τη στιγμή και έχω πλέον την ευκαιρία να προσφέρω κάτι στα νεαρά παιδιά».

**Τι θα ακολουθήσει στην ζωή του τώρα; Θα παραμείνει στο κολύμπι;**

«Για την ώρα κάνω ένα διάλειμμα από το άθλημα. Κάνω πράγματα τα οποία δεν μπορούσα όσο αγωνιζόμουν, όπως το να γυρίζω τον κόσμο μαθαίνοντας στα νέα παιδιά πως να κολυμπάνε. Είναι αυτό που αγαπάω να κάνω και έχοντας και δικά μου παιδιά θέλω να προσφέρω όσο το δυνατόν περισσότερα».

**Τι θα συμβούλευε τους προπονητές των νέων παιδιών για τον σωστό τρόπο με τον οποίο μπορούν να τα εξελίξουν;**

«Να μην ζορίζουν τα παιδιά, να τα σπρώχνουν μέσα στην πισίνα, αλλά να περιορίσουν το κολύμπι μόνο μέσα στο νερό. Όταν βγουν από την πισίνα, να μη μιλάνε πια για κολύμπι. Απλώς άφησε τα να είναι παιδιά. Να απολαύσουν τη ζωή γιατί όταν γυρίσουν σπίτι και σκέφτονται συνέχεια την κολύμβηση την επόμενη φορά που θα μπουν στην πισίνα το άθλημα θα έχει καταναλώσει ολόκληρη την ζωή τους και έτσι δεν θα αποτελεί πλέον διασκέδαση». **K**



Ο 27χρονος φουνταριστός του ΓΣ Περιστερίου νίκησε τον καρκίνο και προχωράει στη ζωή και στο πόλο

# ΑΓΓΕΛΟΣ ΦΩΣΚΟΛΟΣ Τέλος καηλό, όλη καηιά Άγγελη



**Τ**έλος καλό, όλα καλά για τον νικητή της ζωής, τον 27 ετών πολίστα του Γυμναστικού Συλλόγου Περιστερίου, τον Άγγελο Φώσκολο. Τον Σεπτέμβριο άλλαξε η ζωή του. Διαγνώστηκε κακοήθης όγκος στην βουβωνική χώρα, υποβλήθηκε σε εγχείρηση και άρχισε θεραπείες για την αντιμετώπιση του καρκίνου.

Γνωστοποίησε το μεγάλο του πρόβλημα λίγες εβδομάδες αργότερα και κανείς δεν πίστευε στα μάτια του με αυτό που έβλεπε μέσα στο νερό στις 17 Δεκεμβρίου, στον αγώνα του Απόλλωνα Σμύρνης με το Περιστερί που έγινε στο Σεράφειο κολυμβητήριο. Είδε έναν νικητή της ζωής, με το νούμερο εννέα στο μπλε σκουφάκι του Περιστερίου, να πρωταγωνιστεί μέσα στο παιχνίδι, να σημειώνει τρία τέρματα, να παίζει 38 λεπτά και να είναι ένας από τους καλύτερους παίκτες της ομάδας. «Είναι δυνατόν;», έλεγαν όσοι τον έβλεπαν και τον χειροκροτούσαν στην εξέδρα.

Κι όμως ήταν δυνατόν. Ο Άγγελος τα κατάφερε. Πολύ σύντομα επέστρεψε στις προπονήσεις, άφησε πίσω το μεγάλο πρόβλημα που του εμφανίστηκε και συνεχίζει. Βλέπει με αισιοδοξία το μέλλον και μιλά στο KoeMAG για την περιπέτριά του αθλά και για τα σχέδια που έχει για τον ίδιο στη ζωή και στο πόλο. Παράλληλα εκφράζεται για την εικόνα που εμφανίζει σήμερα η υδατοσφαίριση στη χώρα μας και τις προοπτικές που έχει να εξελιχθεί.

Ο Άγγελος γεννήθηκε στις 24 Γενάρη του 1995 στην Πετρούπολη. Άρχισε να παίζει μπάσκετ στον τοπικό Άρη. Ήταν ταλέντο. Ήπαιζε center, στην θέση 5, και διακρίνονταν με τα σπουδαία σωματικά του προσόντα και την τεχνική του. Τραυματίστηκε στο γόνατο και οι γιατροί του συνέστησαν να κάνει κοιλύμπι. Πήγε στην πισίνα, δεν ασχολήθηκε ποτέ με την κολύμβηση, και άρχισε το πόλο σε ηλικία 13 ετών. Αγwνίστηκε με το σκουφάκι της Ολυμπιάδας Πετρούπολης και είχε ως προπονητή του τον Κώστα Βαμβακάρη, στον οποίον χρωσάει πολλή. «Αυτός με έμαθε πόλο», τονίζει.

Η συνέχεια είναι γνωστή στους περισσότε-



Το τρομερό παιδί με το νούμερο 9

ρους. Ο Άγγελος έπαιξε σε πολλές ελληνικές ομάδες πρωταγωνιστικό ρόλο, ενώ το 2019 βρέθηκε στην Ουγγαρία παίζοντας για την Σέγκεντ. Αγωνίστηκε διαδοχικά στον Παναθηναϊκό, στον Πανιώνιο, στον Υδραϊκό, στον Εθνικό Πειραιά και από το καλοκαίρι του 2022 παίζει στο Περιστέρι του Κώστα Λούδη. Ο Άγγελος Φώσκολος αγωνίστηκε στις εθνικές ομάδες υποδομών και ξεχωρίζει η παρουσία του με την Εθνική νέων ανδρών στο παγκόσμιο πρωτάθλημα που έγινε το 2015 στο Καζακστάν. Ο Άγγελος αγωνίζεται στη θέση του φουνταριστού και φοράει τα τελευταία χρόνια το νούμερο 9. «Ξεκίνησα με το νούμερο 4» λέει.

Όλα πήγαιναν καλά στη ζωή του Άγγελου μέχρι το Σεπτέμβριο. Όλες οι εξετάσεις που έκανε, στο πλαίσιο των αγωνιστικών δραστηριοτήτων του, ήταν τέλειες. Δεν έδειχναν τίποτα. Άρχισε ξαφνικά να πονάει ψηλά στο αριστερό πόδι και ο πόνος αυτός ήταν διαρκής και ενοχλητικός. «Νόμιζα ότι ήταν πιάσιμο, κάποια ενόχληση από τις δύσκολες και απαιτητικές προπονήσεις. Πήγα και έκανα εξετάσεις. Στο τρίπλεξ οι γιατροί είδαν κάτι που τους προβλημάτισε. Βρέθηκε ένα μικρό ογκίδιο στην βουβωνική χώρα. Μπήκα στο χειρουργείο,

ένα χειρουργείο ρουτίνας, 45 λεπτά. Αφαίρεσα τον όγκο. Στην βιοψία όμως διαπιστώθηκε ότι επρόκειτο περί κακοήθειας».

Οι επόμενες ώρες ήταν δύσκολες για τον Άγγελο και την οικογένειά του.

«Μίλησα με τους γιατρούς μου και ακολούθησα τη συμβουλή τους. Άρχισα τις θεραπείες για να περιοριστεί στο ελάχιστο η πιθανότητα να γίνει μεταστατικός αυτός ο καρκίνος. Άρχισα και ολοκλήρωσα γρήγορα έναν προληπτικό κύκλο θεραπειών».

Όλα πήγαν κατ' ευχήν. Ο Άγγελος άρχισε σταδιακά να επανέρχεται στις προπονήσεις και το Σάββατο 17 Δεκέμβριο αγωνίστηκε στον αγώνα απέναντι στον Απόλλωνα σημειώνοντας τρία τέρματα και παίζοντας για 24 ολόκληρα λεπτά.

Η περιπέτεια, από την οποία βγαίνει νικητής, του δίνει μαθήματα ζωής.

«Ήταν μία ψυχική δοκιμασία για μένα και την οικογένειά μου. Για τους τέσσερις – πέντε φίλους που βρέθηκαν από την πρώτη στιγμή στο πλευρό μου. Σε τέτοιες περιπτώσεις δεν χρειάζεται πανικός. Απαιτείται μία σωστή διαχείριση, με ψυχραιμία, ρεαλισμό. Ακούς τις συμβουλές των γιατρών σου και προχωράς στη ζωή. Είδα τα πράγματα

ορθολογικά. Επρόκειτο βασικά για ένα σοκ. Δεν ήταν εύκολο να το αποδεχτείς. Δυσκολίες όμως στη ζωή υπάρχουν και σε κάνουν πιο δυνατό. Νιώθω σα να ξεκινάω ξανά από την αρχή. Δε φοβάμαι. Αντιμετωπίζω όμως τα πράγματα με σοβαρότητα. Έχω πειστεί ότι όλα θα πάνε καλά. Οι γιατροί μου υποστηρίζουν ότι όχι απλά μπορώ να παίξω στο επίπεδο που ήμουν, αλλά να γίνω ακόμη καλύτερος».

«Η ζωή είναι στιγμές» συμπληρώνει ο Άγγελος και χρησιμοποιεί ως παραδείγματα γεγονότα μέσα από τον αθλητισμό.

«Δείτε τι έγινε πρόσφατα στον τελικό του παγκοσμίου πρωταθλήματος ποδοσφαίρου στο Κατάρ. Ο Μέσι, ο καλύτερος παίκτης στον κόσμο, δικαιούτο ένα παγκόσμιο κύπελλο. Ήταν μια ομάδα μόνος του. Πήρε τελικά αυτό που του άξιζε. Όμως λίγο έλλειψε, για μια στιγμή, να το χάσει. Τα πάντα θα μπορούσαν να είχαν αλλιάξει στο 123.13. Όταν είχαν τελειώσει τα λεπτά των καθυστερήσεων στην παράταση. Όταν ο Γάλλος Μουανί βρέθηκε απέναντι από τον τερματοφύλακα της Αργεντινής. Το γκολ ήταν σίγουρο. Ο Μέσι θα έχανε. Κι όμως το γκολ δεν μπήκε. Ο Μέσι κατέκτησε το κύπελλο. Ο ασύγκριτος

## Νικητής της ζωής ο Άγγελος Φώσκολος

αυτός παίκτης για μια στιγμή θα θεωρείτο loser στην καριέρα του. Κι όμως loser δεν ήταν ποτέ. Άρα όλα στη ζωή είναι στιγμές. Μια δύσκολη στιγμή ήταν κι αυτή που βίωσα τους τελευταίους τρεις μήνες. Από χαμένος βρέθηκα νικητής στη ζωή. Τέλος καλό, όλα καλά».

Ο Άγγελος νιώθει ικανοποίηση για την εξέλιξη του αθλήματος στην χώρα μας και εκτιμά ότι εξελίσσεται μέρα με την μέρα. Παρακολουθεί από κοντά τα δεδομένα και τονίζει:

«Το επίπεδο στην Α1 ανεβαίνει διαρκώς. Ο ανταγωνισμός γίνεται όλο και πιο ευδιάκριτος. Περισσότερες είναι οι επενδύσεις που γίνονται στο άθλημα. Θέλω να πιστεύω ότι θα είμαστε στην κορυφή του κόσμου τα επόμενα χρόνια. Η Εθνική Ελλάδος έχει μια πολύ καλή φουρνιά παικτών. Αθλητές που φεύγουν στο εξωτερικό και παίζουν πρωταγωνιστικό ρόλο εκεί. Παιδιά με σημαντικές παραστάσεις. Η Εθνική μας έχει όλα τα εφόδια για να διεκδικήσει μετάλλιο σε όλες τις επόμενες διοργανώσεις».

Ως φουνταριστός ο Άγγελος Φώσκολος έχει τα πρότυπά του τους ανθρώπους που σε αυτή τη θέση έγραψαν ιστορία, όπως ο Αντώνης Βιλοντάκης, ο Γιώργος Αφρουδάκης, ο Μάνθος Βουληγαράκης, ο Κώστας Μουρίκης και ο Χριστόδουλος Κολλόμβος.

Το 2023 ανατέλλει και οι ευχές του Άγγελου συμπληρώνουν τις δικές μας για υγεία. «Εύχομαι υγεία σε όλους. Για τους συναθλητές μου και για μένα εύχομαι να αποφύγουμε τραυματισμούς. Το Περιστέρι μακάρι – επιτέλους – να κάνει προπονήσεις με όλο το έμπυχο δυναμικό του, κάτι που είναι το ζητούμενο από την αρχή της χρονιάς. Πιστεύω στο πλάνο της ομάδας. Μπορούμε να πάμε ψηλά. Γιατί όχι να μην εξασφαλίσουμε το ευρωπαϊκό εισιτήριο;» **k**



# ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

Τέσσερις διεθνείς  
από τη χώρα του  
Ανατέλλοντος Ηλίου  
παίζουν φέτος  
στην Α1 πόλο



*Ποιοι είναι οι Ιάπωνες που ήρθαν στην χώρα μας και έχουν κερδίσει τη συμπάθεια και την εκτίμηση όλων των Ελλήνων;*



## Λατρεύουν την Ελλάδα

**Η**ρθαν στην Ελλάδα για να εξηλιθθούν και να βοηθήσουν την Εθνική Ιαπωνίας να διεκδικήσει μια θέση στα μετάλλια της παγκόσμιας σκηνής στην υδατοσφαίριση.

Πριν από λίγα χρόνια κανείς δεν υπολόγιζε τους εκπροσώπους του αθλήματος από την χώρα του Ανατέλλοντος Ηλίου. Όμως, τα τελευταία χρόνια οι διαφορές είναι ευδιάκριτες, η Ιαπωνία προχωράει πολύ, είναι εξαιρετικά ανταγωνιστική, παλεύει όλα τα παιχνίδια απέναντι στις παραδοσιακές δυνάμεις του παγκόσμιου πόλο. Μπορεί αυτή τη στιγμή να μην τα έχει καταφέρει, είναι όμως πολύ κοντά στο να βρεθεί στην προημιτελική φάση κορυφαίων διοργανώσεων όπως είναι τα παγκόσμια πρωταθλήματα και οι Ολυμπιακοί αγώνες, ενώ για

τους ανθρώπους που εκφράζονται σήμερα στο περιοδικό της κολυμβητικής ομοσπονδίας τα όνειρα φτάνουν μέχρι και την διεκδίκηση μεταλλίων σε αυτές τις διοργανώσεις.

Ποιοι λοιπόν είναι οι άνθρωποι που ήρθαν στην χώρα μας και οι οποίοι έχουν κερδίσει τη συμπάθεια και την εκτίμηση όλων των Ελλήνων;

Μιλάμε για τέσσερις διεθνείς. Τον Τόι Σουζούκι του Υδραϊκού, τον Μισσούρου Τακάτα του Υδραϊκού, τον Κέντα Αράκι του Ηλυσιακού και τον Ατσούσι Αράι του Ηλυσιακού.

Ο Τόι Σουζούκι που παίζει στον Υδραϊκό, φοράει το νούμερο 6 στην Εθνική Ιαπωνίας, είναι αρχηγός της και παίζει στη δεξιά πλευρά. Ο Μισσούρου Τακάτα του



Μιτσούρου Τακάτα



Υδραϊκού, αγωνίζεται με το νούμερο 8 στην Εθνική και είναι αμυντικός. Ο Κέντα Αράκι του Ηλυσιακού, έχει το νούμερο 12 στην ομάδα της Ιαπωνίας και είναι φουνταριστός, ενώ ο Ατσούσι Αράι παίζει στην αριστερά πλευρά (θέσεις 4 και 5) και φοράει το νούμερο 9 στην Εθνική Ιαπωνίας.

**Γιατί τα παιδιά αυτά που έχουν κερδίσει τον σεβασμό όλων ήρθαν στην Ελλάδα; Γιατί επέλεξαν την χώρα μας για να εξηλιχθούν στο πόλο;**

«Ήρθα στην Ελλάδα γιατί είναι πολύ ψηλό το επίπεδο» λέει ο Τόι και προσθέτει: «Το ελληνικό πρωτάθλημα είναι υψηλού επιπέδου και ανάμεσα στις ομάδες υπάρχει ένα συγκρότημα το οποίο είναι από τα κορυφαία στον κόσμο, ο Ολυμπιακός».

«Πρώτη φορά βρίσκομαι εκτός Ιαπωνίας» συμπληρώνει ο **Μιτσούρου Τακάτα** «και ευχαριστώ πολύ τον προπονητή μου στον Υδραϊκό, τον Νίκο Καραμάνη που με ενθάρρυνε να έρθω στην Αθήνα».

«Το επίπεδο στην Α1 είναι πολύ ψηλό. Η Ελλάδα αποτελεί το role model για την Εθνική Ιαπωνίας, οι Έλληνες παίζουν πόλο παγκόσμιας κλάσης. Δεν είναι "θηρία" στο σώμα και αποδεικνύουν ότι το μέγεθος δεν είναι το παν για την εξέλιξη ενός παίκτη».

Ο **Αράκι Κέντα** του Ηλυσιακού τονίζει: «Εντυπωσιάστηκα από την Ελλάδα στους Ολυμπιακούς αγώνες του Τόκιο και ήρθα για να μάθω ελληνικό πόλο. Θέλω να ευχαριστήσω τον προπονητή μου, τον Τάσο Σχίζα που μου έδωσε την ευκαιρία. Όλες οι ομάδες στην Α1 είναι σε υψηλό επίπεδο και έχουν ξεχωριστά χαρακτηριστικά και την δική τους τακτική».

*«Το επίπεδο στην Α1 είναι πολύ ψηλό. Η Ελλάδα αποτελεί το role model για την Εθνική Ιαπωνίας, οι Έλληνες παίζουν πόλο παγκόσμιας κλάσης»*

Τόι Σουζούκι



*«Η Αθήνα είναι μια κορυφαία πόλη στον κόσμο. Με ηρεμεί να πηγαίνω και να αγναντεύω τη θάλασσα. Η παραμονή μου στη χώρα αποτελεί απόλαυση, ευγενικοί και φιλόξενοι οι κάτοικοι»*

Ο **Ατσούσι Αράι** συμπληρώνει: «Ο τρόπος που αγωνίζεται η Εθνική Ελλάδος μου αρέσει πολύ. Το πόλο που παίζει δεν βασίζεται μόνο στον φουνταριστό αθλή, στην πάσα, το σουτ και στο πρέσινγκ. Είναι ομάδα υψηλού επιπέδου. Στην Α1 υπάρχουν ποιοτικοί προπονητές και καλοί παίκτες».

Το επόμενο ερώτημα στους συμπαθείς Ιάπωνες είναι εάν εκτιμούν ότι η Εθνική Ελλάδος μπορεί να παραμείνει σε πρωταγωνιστικό ρόλο στην παγκόσμια σκηνή.

«Η Ελλάδα είναι ξεκάθαρα φαβορί για μετάλλιο σε κάθε διοργάνωση. Παίζει πόλο κορυφαίου επιπέδου και το κυριότερο, προσθέτει συνέχεια νέα παιδιά στη σύνθεσή της», τονίζει ο Ατσούσι Αράι.

Ο Κέντα Αράκι στην ερώτηση για την Εθνική Ελλάδος προσθέτει: «Είναι μία ισορροπημένη ομάδα με εξαιρετικά οργανωμένη άμυνα «γρανίτη». Αποτελεί μάθημα για μας τους Ιάπωνες, το πως κινείται η Ελλάδα. Θα κερδίσει μετάλλια στις επόμενες μεγάλες διοργανώσεις, είμαι σίγουρος για αυτό».

Ο Τόι εκτιμά: «Η Εθνική Ελλάδος πάντα έχει ως στόχο το χρυσό μετάλλιο. Είναι εξαιρετικά ποιοτική τόσο στο σουτ και την πάσα, όσο και στην κόντρα».

Μεγάλες προσωπικότητες αναδεικνύει τα τελευταία χρόνια το ελληνικό πόλο. Ποιους ξεχωρίζουν τα παιδιά από την Ιαπωνία;

Ο **Τόι Σουζούκι** μιλάει κολλακευτικά για τον Άγγελο Βλαχόπουλο, τον Στέλιο Αργυρόπουλο - Κανακάκη, τον Γιάννη Φουντούλη, τον Αλέξανδρο Παπαναστασίου και φυσικά για τον συμπαίκτη του στον Υδραϊκό, τον Νίκο Μητράκη.

Ο **Μισούρου Τακάτα**, στέκεται στον Άγγελο Βλαχόπουλο και τον Ντίνο Γεννηδουιά. Όπως λέει χαρακτηριστικά: «Δύο παιδιά που σκοράρουν από παντού και αποτελούν πάντα εφιάλη για την ιαπωνική άμυνα».

Για τον Κέντα Αράκι ξεχωρίζει ένας παίκτης παγκόσμιας κλάσης ο Στέλιος Αργυρόπουλος ενώ για τον Ατσούσι Αράι:

«Ο Άγγελος Βλαχόπουλος είναι για εμένα ένας παίκτης πρότυπο. Είναι στο ίδιο μέγεθος με εμένα (μικρόσωμος), αθλά κάνει τα πάντα μέσα στο νερό με τον καλύτερο τρόπο - πάσα, σουτ, κοιλύμπι- και αποτελεί το πρότυπό μου».

Τι μπορεί να κάνει την Εθνική Ιαπωνίας τα επόμενα χρόνια στην παγκόσμια σκηνή;

Ο Τόι τονίζει: «Στόχος στην Φουκουόκα και στο παγκόσμιο πρωτάθλημα του 2023, είναι η συμμετοχή στην οκτάδα. Μέσα στην πατρίδα μας μπορούμε και θέλουμε να μπούμε στα προημιτελικά και στη συνέχεια να διεκδικήσουμε ένα μετάλλιο στους Ολυμπιακούς αγώνες».

Ο Μισούρου αποφαινεται: «Η Εθνική Ιαπωνίας μπορεί πλέον να αντιμετωπίσει τους πάντες με το πρέσινγκ και την ταχύτητα που τη διακρίνει. Στόχος είναι η τετράδα και όχι η οκτάδα πλέον στις μεγάλες διοργανώσεις».

Ο Αράκι λέει: «Η Ιαπωνία έχει μια ιδιότυπη άμυνα και έναν ιδιαίτερο τρόπο που βγαίνει στην κόντρα. Είναι ανταγωνιστική πλέον απέναντι στις παραδοσιακές δυνάμεις του πόλο».

Ο **Ατσούσι Αράι** αναφέρει: «"Japan press", είναι αυτό που κάνουμε μόνο εμείς στον κόσμο και ξεχωρίζουμε για αυτό».



**Ατσούσι Αράι**

*«Ο τρόπος που αγωνίζεται η Εθνική Ελλάδος μου αρέσει πολύ. Το πόλο που παίζει δεν βασίζεται μόνο στον φουνταριστό αλλά, στην πάσα, το σουτ και στο πρέσινγκ. Είναι ομάδα υψηλού επιπέδου»*



Κέντα Αράκι



*«Η Ιαπωνία έχει μια ιδιότυπη άμυνα και έναν ιδιαίτερο τρόπο που βγαίνει στην κόντρα. Είναι ανταγωνιστική πλέον απέναντι στις παραδοσιακές δυνάμεις του πόλο»*

Διαρκώς ανεβαίνουμε στην παγκόσμια σκηνή. Θέλω να πιστεύω ότι θα μπορούμε στα προημιτελικά (στην οκτάδα) στα δύο επόμενα παγκόσμια πρωταθλήματα (καλοκαίρι 2023 Φουκουόκα και αρχές 24 στην Ντόχα).

Βέβαια, θελουμε να διεκδικήσουμε ένα μετάλλιο στο Παρίσι το 2024».

Πως περνάνε οι Ιάπωνες φίλοι μας στην Ελλάδα;

Στον Ατσούσι Αράι, αρέσει να περπατάει στα σοκάκια της Αθήνας και να πίνει καφέ. Τρελαίνεται με τον μουσακά και το σουβλάκι ενώ απολαμβάνει το διάβασμα των βιβλίων του Σωκράτη και στέκεται στη ρήση του: «το μόνο καλό είναι η γνώση και το μόνο κακό η άγνοια».

Ο Κέντα Αράκι, τρελαίνεται με το φαγητό των Ελλήνων και απολαμβάνει τις γεύσεις στο μαγείρεμα των μανάδων των συμπαικτών του στον Ηλυσιακό.

Θεωρεί ότι η ζωή στην Αθήνα είναι όμορφη και φιλόξενοι οι Έλληνες. Ξέρει και ελληνικά «καλημέρα, καλησπέρα, καλό απόγευμα, πάμε».

Ο Μιτσούρου Τακάτα τονίζει: «Απίστευτα τα τοπία στην Ελλάδα, πολύ νόστιμο το φαγητό, διασκεδάζω τη ζωή μου στην Αθήνα. Δεν μπορώ να διαβάσω ελληνικά, αλλιώς καταλαβαίνω πολλούς ελληνικούς λέξεις».

Ο Τόι Σουζούκι ολοκληρώνει λέγοντας: «Η Αθήνα είναι μια κορυφαία πόλη στον κόσμο. Με ηρεμεί να πηγαίνω και να αγναντεύω τη θάλασσα. Η παραμονή μου στη χώρα αποτελεί απόλαυση, ευγενικοί και φιλόξενοι οι κάτοικοι. Έχω μάθει και ελληνικά (καλημέρα, γειά, πηγαίνω)».

Μια ακόμα ερώτηση στους Ιάπωνες φίλους μας ήταν να συμβουλέψουν τα νέα παιδιά τα οποία ασχολούνται με την υδατοσφαίριση. Πάντα με τη φιλοσοφία που τους διακρίνει ως Ιάπωνες.

Ο Τόι Σουζούκι υποστηρίζει: «Ποτέ να μην χάσεις το στόχο σου, διασκέδασε πάντα με το άθλημά σου».

Ο Μιτσούρου Τακάτα: «Πήδα στο νερό μόνο για να διασκεδάσεις».

Ο Κέντα Αράκι: «Να έχεις επιθυμία για μάθηση και να ξέρεις ότι στο ποιο πρέπει να διασκεδάζεις, να το βλέπεις σαν απόλαυση».

Τέλος ο Ατσούσι Αράι αναφέρεται στους «μικρόσωμους», όπως ο ίδιος: «Μην εγκαταλείπετε την προσπάθεια επειδή είστε μικρόσωμοι».

Καλοί παίκτες, ωραίοι άνθρωποι, από τη χώρα του ανατέλλοντος ηλίου. Έχουν κερδίσει τη συμπάθεια και την εκτίμηση όλων μας. **k**



# ΣΕΑΥ

Στις 7 Δεκεμβρίου  
άλλαξαν τα  
δεδομένα στον  
ΣΕΑΥ (Σύνδεσμος  
Ελλήνων Αθλητών  
Υδατοσφαίρισης).  
Μία ιστορική μέρα  
στην πορεία του  
Συνδέσμου μέσα  
στο χρόνο

# ΑΣΦΑΛΕΙΣ μέσα και έξω από το νερό

Ο Μάριος Καπότσας,  
πρόεδρος του ΣΕΑΥ



**Σ**τα γραφεία της Κοιμηβητικής Ομοσπονδίας, παρουσία του προέδρου του ΣΕΑΥ Μάριου Καπότση και του προέδρου της ΚΟΕ Κυριάκου Γιαννόπουλου, υπογράφηκε μία συνεργασία με την ασφαλιστική εταιρεία «ΝΝ» για την ασφαλιστική κάλυψη των αθλητών και αθλητριών της Α1 και Α2 κατηγορίας.

Τώρα, τα 800 και πλέον μέλη του Συνδέσμου θα μπορούν να κοιμηβητάνε με ασφάλεια στο νερό αθλά και να κυκλοφορούν με ασφάλεια στη ζωή.

**Για το σημαντικό αυτό πρότζεκτ αθλά και για τις υπόλοιπες προτεραιότητες του Συνδέσμου εκφράζεται στο KoeMAG ο πρόεδρος Μάριος Καπότσης.**

«Το μεγάλο στοίχημα για μένα αθλά και τους συνεργάτες μου στο διοικητικό συμβούλιο του Συνδέσμου, ήταν να πείσουμε τους αθλητές και τις αθλήτριες για την χρησιμότητα του ΣΕΑΥ. Η ερώτηση πάντα ήταν “τι κάνει ο ΣΕΑΥ για εμάς, τι μας προσφέρει;».

«Ο Σύνδεσμος ήταν ανενεργός για χρόνια. Μετά ενεργοποιήθηκε με την πρωτοβουλία πολλών σπουδαίων αθλητών αθλά, πέρα από τα all star games τα οποία διοργανώναμε, δεν είχαμε προχωρήσει σε ουσιαστικά θέματα που απασχολούν τους αθλητές μας.

Μέχρι σήμερα υπήρχαν οι ετήσιες κάρτες που δίνανε στα μέλη μας έναντι μια μικρής ετήσιας συνδρομής με κάποιες παροχές που βελτιώναν την καθημερινότητα τους. Η ανα-

νέωση των καρτών ήταν μια πολύ δύσκολη πρωτοβουλία, τόσο κοστοβόρα όσο και χρονοβόρα. Η συγκεκριμένη διαδικασία άφηνε κενά και δεν λειτουργούσε».

Συνεχίζει:

«Προσπάθησα ως πρόεδρος του Συνδέσμου, να φέρω κοντά τον ΣΕΑΥ με την κοιμηβητική ομοσπονδία στην οποία ανήκει το άθλημα. Πήγα και βρήκα τον πρόεδρο Κυριάκο Γιαννόπουλο που ως πρώην αθλητής αντιλαμβάνεται τα προβλήματα που αντιμετωπίζουμε.

Μαζί δημιουργήσαμε έναν νέο μηχανισμό για την ανανέωση της κάρτας των αθλητών. Θεωρώ πως ήταν μια μεγάλη πρωτοβουλία. Η ανανέωση της κάρτας, θα περνάει μέσα από τα δελητία των αθλητών. Αυξήθηκε το ποσό της ανανέωσης των δελητίων - που γίνεται πάντα από τα σωματεία - και τα χρήματα της μικρής αυτής αύξησης για την ανανέωση θα έρχονται στον ΣΕΑΥ. Με τη σειρά του ο Σύνδεσμος θα δίνει το προαναφερόμενο ποσό στην ασφαλιστική εταιρεία».

«Τα μέλη μας θα έχουν μια πρωτόγνωρη ασφάλεια. Θα καλύπτονται για ατυχήματα μέσα ή έξω από το νερό. Θα έχουν επίσης κάλυψη σε ένα μεγάλο δίκτυο νοσοκομείων σε ολόκληρη την χώρα για να είναι εύκολη η πρόσβαση από όλους τους αθλητές στην Ελλάδα.

Με την ενέργεια αυτή προκύπτει ένα όφελος ακόμα και για τις ομάδες καθώς με μια μικρή αύξηση (αυτής της ανανέωσης του δελητίου), θα απαλλαγούν από τα έξοδα κάλυψης των συχνών τραυματισμών των παικτών τους.

## ΜΑΡΙΟΣ ΚΑΠΟΤΣΗΣ

Ένα ακόμα θετικό στοιχείο είναι το γεγονός πως η ασφάλεια καλύπτει συγγενικά πρόσωπα των αθλητών με μια μικρή χρηματική επιβάρυνση. Τέλος, το άμεσο μέλος (ο αθλητής/ρια), θα μπορεί να αγοράσει έναντι τριακοσίων μόλις ευρώ (300€) τα μεγαλύτερα σε κόστος προγράμματα υγείας (αξίας χιλιάδων ευρώ). Το πρόγραμμα το ανακοίνωσα στους υπεύθυνους του ελληνικού αθλητισμού, προκάλεσε αίσθηση και προτάθηκε η υιοθέτησή του από συνδέσμους άλλων αθλημάτων.

Το συμβόλαιο αυτό τέθηκε σε ισχύει από τις 7 Δεκεμβρίου στην κολυμβητική ομοσπονδία και αποτελεί μεγάλο γεγονός για εμένα καθώς στο μέλλον μπορεί να μην είμαι εγώ πρόεδρος του ΣΕΑΥ, η συμφωνία αυτή όμως, δεν θα «χαλάσει». Θα προχωράει κάθε χρόνο και θα φέρνει κοντά την ΚΟΕ με τον ΣΕΑΥ».

Ποιες είναι οι προτεραιότητες και τα θέματα που απασχολούν σήμερα τον ΣΕΑΥ; Ο πρόεδρος αναφέρει:

«Βασική προτεραιότητα είναι να φέρουμε κοντά τα μέλη. Να έρθουν δίπλα μας οι αθλητές και οι αθλήτριες. Το πρώτο βήμα έγινε με την ασφάλειά τους. Τους θελουμε ωστόσο δίπλα μας όλο το χρόνο. Στις γενικές συνελεύσεις, στις ημερίδες, θελουμε να είναι δίπλα μας.

Ένα άλλο θέμα αποτελεί η ύπαρξη ενός γραφείου για την λειτουργία του Συνδέσμου. Πετύχαμε την αποφυγή του ενοικίου, αφού εξασφαλίσαμε έναν χώρο για τα γραφεία του Συνδέσμου. Ωστόσο ο επόμενος στόχος είναι να αναζητήσουμε μια στέγη στην ΚΟΕ ή στην ΓΓΑ.

Μια άλλη πρωτοβουλία μας που θελουμε να υλοποιηθεί είναι η γραμματειακή υποστήριξη του Συνδέσμου. Θα πρέπει να βρούμε τα οικονομικά δεδομένα που θα μας επιτρέψουν να έχουμε ένα έμμισθο άτομο στα γραφεία του Συνδέσμου μας.

Επιπλέον θα επιδιώξουμε την επαφή με εταιρίες που θα δώσουν προνομιακές τιμές στα μέλη του ΣΕΑΥ και θα βελτιώσουν την καθημερινή διαβίωση των μελών μας.

Ένα άλλο ζητούμενο είναι η συνεργασία με Κολλέγια που θα επιτρέψουν μεταπτυχιακές ή προπτυχιακές σπουδές σε προνομιακές τιμές για τους αθλητές και τις αθλήτριες.

Τέλος θα επιδιώξουμε να επαναληφθούν - μεταξύ άλλων εκδηλώσεων - τα "all star games", και αυτή τη φορά να υπάρξει ένα παιχνίδι "mixed" (στην ίδια ομάδα αγόρια και κορίτσια). Αυτό είναι το πλάνο μας και φυσικά σε μια τέτοια εκδήλωση θα βρεθούν χορηγοί οι οποίοι θα στηρίξουν τον ΣΕΑΥ». **K**





## ΔΗΛΩΣΗ ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ (ΠΡΟΕΔΡΟΥ ΚΟΕ)

**Ο Πρόεδρος της ΚΟΕ, Κυριάκος Γιαννόπουλος, αναφερόμενος στην υπογραφή της συμφωνίας, τόνισε:**

«Υπογράφηκε μια ιστορική, θεωρώ, συμφωνία μεταξύ του Συνδέσμου Ελλήνων Αθλητών Υδατοσφαίρισης και της NN Hellas, για την ασφάλιση όλων των αθλητών A1 και A2 Ανδρών και Γυναικών.

Η πρωτοποριακή αυτή συνεργασία, μοναδική για τα ομαδικά σπορ, αν δεν κάνω λάθος, αφορά αθλητές και αθλήτριες ηλικίας άνω των 18 ετών που δηλώνονται στα ρόστερ των ομάδων τους στα εθνικά μας πρωταθλήματα. Θεωρώ ότι με την υπογραφή του συμβολαίου, αποτυπώνεται όφελος για το άθλημα της υδατοσφαίρισης.

Η Κολλυμβητική Ομοσπονδία Ελλάδας, πιστή στις δεσμεύσεις της, χαιρετίζει την πρωτοβουλία και συμμετέχει ενεργά στην σχετική συνεργασία καλύπτοντας σημαντικό μέρος της οικονομικής συνεργασίας των δύο πλευρών.

Η εταιρεία NN Hellas II, μια από τις μεγαλύτερες εγχώριες εταιρείες του κλάδου ασφάλισης, με την απόφαση

της να στηρίξει την σχετική πρωτοβουλία, συνδράμει ουσιαστικά στη λύση ενός θέματος που χρόνια ήταν αντικείμενο συζήτησης στον Υγρό Στίβο και σε άλλα σπορ, αλλά ποτέ δεν είχε αίσιο τέλος.

Επιτρέψτε μου να κάνω ιδιαίτερη μνεία και στα σωματεία μας, για την ουσιαστική συμβολή τους αλλά κυρίως στον Πρόεδρο του ΣΕΑΥ, Μάριο Καπότση και τους συνεργάτες του στη διοίκηση, χωρίς την πολύμηνη προσπάθεια των οποίων δεν θα είχαμε το σημερινό αποτέλεσμα.

Να ευχαριστήσω επίσης, τον πρώην πολιίστα και σύμβουλο μας Νικόλα Γογγάκη που θα αναλάβει την διαχείριση του συμβολαίου, για τη σημαντική συμβολή του στην υπογραφή αυτής της συμφωνίας.

Να σημειώσω τέλος πως η διοίκηση της ΚΟΕ, θα συνεχίσει αταλάντευτα, τον δρόμο της προόδου και του εκσυγχρονισμού του Υγρού Στίβου, όπως δεσμεύτηκε άλλωστε από την πρώτη ημέρα, με γνώμονα το κοινό συμφέρον για όλα τα σπορ που καλλιιεργεί, ανεπηρέαστη από μεμονωμένες φωνές του παρελθόντος που τις ξεπέρασε η ζωή και ο χρόνος».



# Οι Ολυμπιονίκες

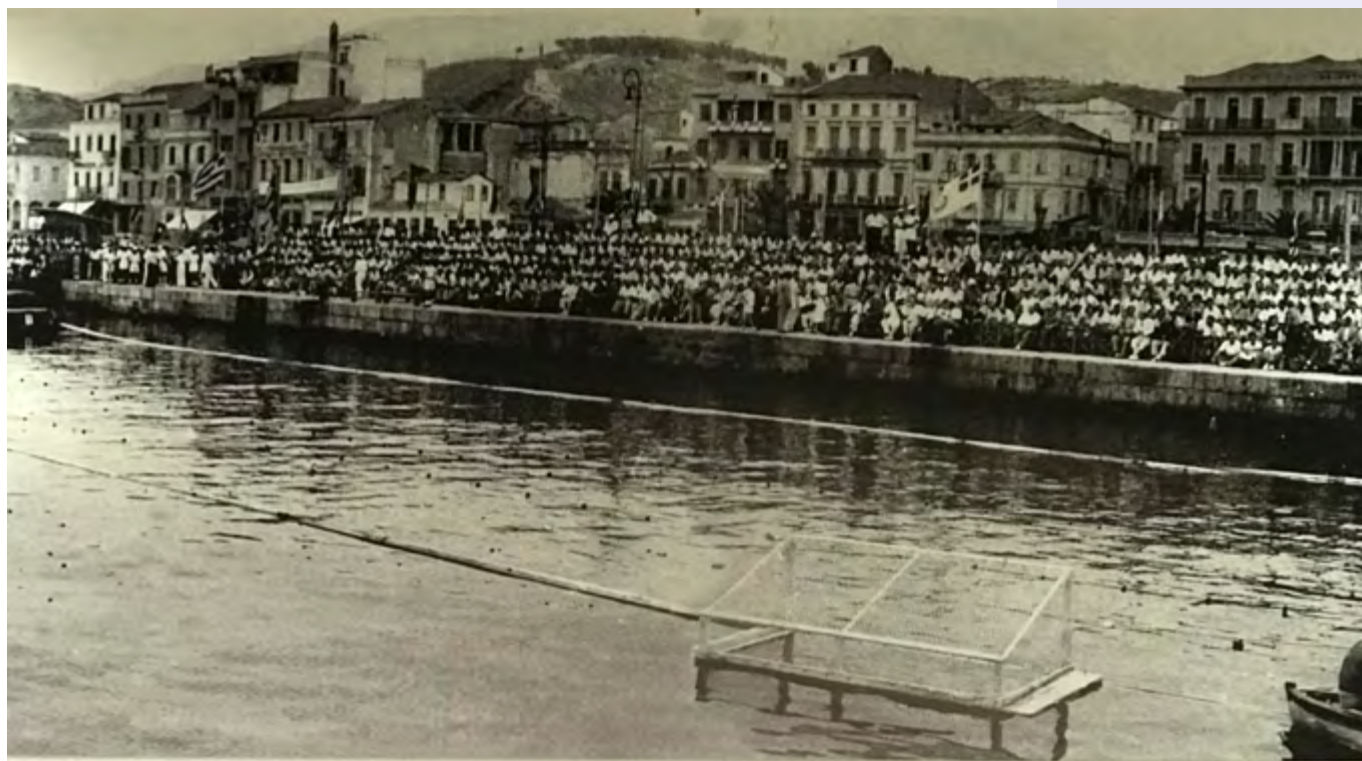
# Σ ΤΟΥ ΝΟ Πατρών

Ο ιστορικός Ναυτικός Όμιλος Πατρών συμπλήρωσε φέτος 93 χρόνια ζωής. Πρόκειται για έναν από τους πιο μεγάλους Ομίλους της χώρας που ιδρύθηκε το 1929 και αποτελεί ένα από τα ιδρυτικά μέλη της ΚΟΕ (τότε ΕΚΟΦ)



Δημήτρης Μπισσάκος,  
Νόρα Δράκου,  
Μάκης Γεωργαράς

**Ο** ΝΟΠ, από τα πρώτα κιόλας έτη της ίδρυσής του κατόρθωσε να καθιερωθεί και να κυριαρχήσει στον ελληνικό ναυταθλητικό χώρο. Κυρίαρχο τμήμα του η υδατοσφαίριση στην οποία ο Όμιλος έχει κατακτήσει οκτώ πανελλήνια πρωταθλήματα ανδρών, ένα κύπελλο Ελλάδας και έχει λάβει μέρος στον τελικό της ευρωπαϊκής διοργάνωσης Len Trophy το 1999.



Μαραγκοπούλεια 1951 - Μώλος Αγίου Νικολάου, Πάτρα



Ανάλογες και εξίσου σημαντικές υπήρξαν οι διακρίσεις και στην κολύμβηση. Συγκεκριμένα το εν λόγω τμήμα έχει κατακτήσει πάρα πολλά χρυσά μετάλλια τα οποία συνοδεύτηκαν από πανελλήνια ρεκόρ. Στο σημερινό αφιέρωμα μνημονεύουμε τους 11 αθλητές και αθλήτριες του συλλόγου που έλαβαν μέρος και διακρίθηκαν σε Ολυμπιακούς αγώνες. Πρόκειται για 8 Υδατοσφαιριστές και 3 κολυμβητές και κολυμβήτριες. Από τους 11 ολυμπιονίκες του ΝΟΠ τις περισσότερες συμμετοχές έχει η κολυμβήτρια Νόρα Δράκου, η οποία μάλιστα διεκδικεί την παρουσία της σε μία ακόμη κορυφαία διοργάνωση του πλανήτη, σε αυτή των Ολυμπιακών αγώνων στο Παρίσι το 2024.

Η συμμετοχή αθλητών του Ομίλου σε Ολυμπιακούς αγώνες άρχισε το 1948 στο Λονδίνο με τον Δημοσθένη Σταμπουλή και τον Γιάννη Παπαστεφάνου που πλαισίωσαν την Εθνική υδατοσφαίρισης.

Την μεγαλύτερη επιτυχία πέτυχε ο υδατοσφαιριστής Χριστόδουλος Κολόμβος ο οποίος στο Τόκιο το 2021 κατέκτησε το αργυρό μετάλλιο με την Εθνική ομάδα. Δύο φορές σε ολυμπιακούς αγώνες έχουν λάβει μέρος ο Χριστόδουλος Κολόμβος, ο επίσης υδατοσφαιριστής Γιώργος Θεοδωρακόπουλος και η κολυμβήτρια Κριστέλ Βουρνά.

Από τους 11 ολυμπιονίκες οι 4 δε βρίσκονται πλέον στη ζωή. Πρόκειται για τους Σταμπουλή, Παπαστεφάνου, Ζαχαρόπουλο και Μολόχα.

Ο Νίκος Ζαχαρόπουλος ήταν ο νεότερος αθλητής του ΝΟΠ που έλαβε μέρος σε Ολυμπιακούς αγώνες, αφού το 1960 ήταν μόλις 16 ετών.

Οι συμμετοχές αθλητών και αθλητριών του ΝΟΠ σε



Η Εθνική ομάδα υδατοσφαίρισης το 1948 στο Λονδίνο με την παρουσία των παικτών του ΝΟΠ, Ντένη Σταμπουλή και Γιάννη Παπαστεφάνου, πέμπτος και έκτος όρθιος (από αριστερά).

11 αθλητές και αθλήτριες του συλλόγου έλαβαν μέρος και διακρίθηκαν σε Ολυμπιακούς αγώνες. Πρόκειται για 8 Υδατοσφαιριστές και 3 κολυμβητές και κολυμβήτριες



Ο Νίκος Μολόχας, δεύτερος από αριστερά και ο Γιώργος Θεοδωρακόπουλος, δεύτερος από δεξιά, πήραν μέρος στην Ολυμπιάδα στο Μεξικό το 1968. Ο Γιώργος έλαβε μέρος και στην Ολυμπιάδα του Μονάχου τέσσερα χρόνια αργότερα.



Ο Νίκος Ζαχαρόπουλος, μόλις 16 ετών, στο αεροπλάνο για τους Ολυμπιακούς Αγώνες της Ρώμης.



Ο Δημήτρης Μπιτσάκος με την δάδα των Ολυμπιακών Αγώνων της Βαρκελώνης και ο Μάκης Γεωργαράς με την μπάλα των Αγώνων της Ατλάντα, υπογεγραμμένη από τους συμπαίκτες του το 1996. Ο ΝΟΠ είναι ο Όμιλος της Πάτρας που στέλνει αθλητές και αθλήτριες εδώ και 74 χρόνια στην κορυφαία διοργάνωση του πλανήτη





Ολυμπιακούς αγώνες είναι οι κάτωθι:

**1948 (Λονδίνο):**

**Ντένης (Δημοσθένης) Σταμπουλής - πόλο**  
**Γιάννης Παπαστεφάνου - πόλο**

**1960 (Ρώμη)**

**Νίκος Ζαχαρόπουλος - κολύμβηση**

**1968 (Μεξικό)**

**Γιώργος Θεοδωρακόπουλος - πόλο**

**Νίκος Μολόχας - πόλο**

**1972 (Μόναχο)**

**Γιώργος Θεοδωρακόπουλος - πόλο**

**1992 (Βαρκελώνη)**

**Δημήτρης Μπιτσάκος - πόλο**

**1996 (Ατλάντα)**

**Συμεών Γεωργαράς - πόλο**

**2012 (Λονδίνο)**

**Νόρα Δράκου - κολύμβηση**

**Κριστέλ Βουρνά - κολύμβηση**

**Φίλιππος Καραμπέτσος - πόλο**

**2016 (Ρίο)**

**Νόρα Δράκου - κολύμβηση**

**Κριστέλ Βουρνά - κολύμβηση**

**Χριστόδουλος Κολόμβος - πόλο**

**2021 (Τόκιο)**

**Νόρα Δράκου - κολύμβηση**

**Χριστόδουλος Κολόμβος - πόλο**



Ο Μάκης Γεωργαράς (δεξιά) το 1996 στην Ατλάντα



Η Νόρα Δράκου με τις διαπιστεύσεις των 3 Ολυμπιακών Αγώνων στα χέρια της





Το επίσημο περιοδικό της κολυμβητικής Ομοσπονδίας (KoeMAG) βρέθηκε τον Δεκέμβρη στην Πάτρα. **Τρία χρυσά παιδιά του Ομίλου συναντήθηκαν στο κολυμβητήριο του ΝΟΠ**, έφεραν τα αναμνηστικά τους από την συμμετοχή τους στις Ολυμπιάδες και διηγήθηκαν ανέκδοτες ιστορίες που έχουν ανεξίτηλα χαραχτεί στην μνήμη τους.

**Πρόκειται για την κολυμβήτρια Νόρα Δράκου** που έχει λάβει μέρος σε τρεις ολυμπιακούς αγώνες, το 2012 στο Λονδίνο, το 2016 στο Ρίο και το 2021 στο Τόκιο, για τον **υδατοσφαιριστή Δημήτρη Μπιτσάκο** που μετείχε στην ολυμπιάδα του 1992 και τον **Συμεών Γεωργαρά** που έδωσε το παρών τους Ολυμπιακούς αγώνες του 1996 στην Ατλάντα των Ηνωμένων Πολιτειών. **k**

Από τους 11 ολυμπιονίκες του ΝΟΠ τις περισσότερες συμμετοχές έχει η κολυμβήτρια Νόρα Δράκου, η οποία μάλιστα διεκδικεί την παρουσία της σε μία ακόμη κορυφαία διοργάνωση του πλανήτη, σε αυτή των Ολυμπιακών αγώνων στο Παρίσι το 2024



Ο νέος τρόπος  
βαθμολόγησης και  
αξιολόγησης των  
διαιτητών

**ΜΙΧΑΛΗΣ ΣΚΑΛΟΧΩΡΙΤΗΣ**  
(πρόεδρος ΣΕΔΥ)

# Η στατιστική μπήκε στο πόδι

«**Π**ροσωπικά ασχολούμαι πάνω από 20 χρόνια με το σύστημα αξιολόγησης των διαιτητών. Το σύστημα που ίσχυε για πάρα πολλά χρόνια (μέχρι και το 2020), ήταν ένα άναρχο σύστημα, αυθαίρετο, που δεν στηριζόταν πάνω σε μαθηματικούς τύπους και απλά κατέγραφε τα λάθη των διαιτητών. Η διπλωματική μου εργασία στο Στατιστικό Τμήμα του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών ήταν “Εφαρμογή της Στατιστικής Ανάλυσης των Κυρίων Συνιστωσών - Principal Components Analysis - για την αξιολόγηση των Διαιτητών Υδατοσφαίρισης”.

Για να ολοκληρωθεί αυτή η εργασία χρειάστηκε να συλλέξω στοιχεία από πολλές διαφορετικές χώρες όπως του Καναδά, της Αυστραλίας και της Αμερικής. Το πρόβλημα εντοπίζεται στο μεγάλο αριθμό μεταβλητών, όπως η δυσκολία του αγώνα, ο βαθμός σπουδαιότητας, τα διαφορετικά σφάλματα, διαφορετικά ζευγάρια διαιτητών, διαφορετικοί Παρατηρητές, οι δύσκολες έδρες των αγώνων κλπ.

Στην χώρα μας δυστυχώς οι βαθμολογίες των Παρατηρητών δεν λαμβάνονταν σοβαρά υπόψη, δεν υπήρχε αρχείο, ούτε συνολικές βαθμολογίες για κάθε Διαιτητή.

Το Φύλλο Αξιολόγησης του Παρατηρητή έφτανε πολλές φορές καθυστερημένα στην ΚΟΕ και φυσικά ούτε αρχειοθετούνταν, ούτε επεξεργαζόταν, ώστε το τέλος της χρονιάς να μπορούν υποτυπωδώς να καταταγούν οι Διαιτητές σε μια σειρά.

Τα τελευταία χρόνια ξεκίνησε μία πολύ σημαντική προσπάθεια από τη FINA - WORLD AQUATICS και μετά από την LEN, να οργανωθεί ο τρόπος με τον οποίο θα αξιολογηθούν οι Διαιτητές. Ποια είναι τα κριτήρια πάνω στα οποία θα στηριχθεί η αξιολόγηση των Διαιτητών και φυσικά ποιες είναι οι αρμοδιότητες και γενικά το καθηκοντολόγιο των παρατηρητών Διαιτησίας.

Πριν από ενάμιση χρόνο ανέλαβα την πρωτοβουλία, ως Πρόεδρος του Συνδέσμου διαιτητών, να φτιά-

ξουμε μία ομάδα εργασίας που θα επεξεργαστεί όλα αυτά τα στοιχεία τα οποία είχα συλλέξει, να προστεθούν και άλλα από διάφορα αθλήματα και να φτιάξουμε ένα νέο σύγχρονο φύλλο παρατήρησης και αξιολόγησης των διαιτητών.

Τα μέλη της τριμελούς επιτροπής που συστάθηκε για τον λόγο αυτό ήταν ο Νίκος Βασιλείου, ο Νίκος Σταυρόπουλος και εγώ.

Ο Νίκος Σταυρόπουλος είναι Παρατηρητής Διαιτησίας στην LEN (Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Υγρού Στίβου) και στην χώρα μας, ο Νίκος Βασιλείου είναι Παρατηρητής Διαιτησίας στην FISU (Παγκόσμια Αθλητική Πανεπιστημιάδα) και στην χώρα μας.

Ξεκινήσαμε λοιπόν την προσπάθεια αυτή παίρνοντας στοιχεία και από άλλα αθλήματα, όπως π.χ από το μπάσκετ, το ποδόσφαιρο και ενσωματώνοντας τα στοιχεία που ήδη είχαν συλλεχθεί από εμένα.

Επειδή δεν είχαμε πολύ χρόνο μπροστά μας χωρίσαμε την εργασία μας σε τρία Πεδία, ήτοι

- σχεδιασμός νέου σύγχρονου φύλλου αγώνα Παρατηρητών
- φόρμα βαθμολογίας διαιτητών
- οδηγός βαθμολόγησης προς τους Παρατηρητές και τους Μέντορες

Το φύλλο αγώνα του παρατηρητή είναι τελείως διαφορετικό από το φύλλο αγώνα που συμπληρώνει ο γραμματέας. Βοήθη τον παρατηρητή να ελέγχει με πλήρη λεπτομέρεια τους γραμματείς, αν συμπληρώνουν σωστά τα τέρματα, τις ποινές, τους παίκτες που σκόραραν, τις κίτρινες και κόκκινες κάρτες και φυσικά σε αυτό γίνεται μία πρώτη καταγραφή των λαθών των διαιτητών.

## Η φόρμα βαθμολογίας του διαιτητή χωρίζεται σε δύο μέρη.

**1.** Στο υπηρεσιακό σημείωμα: Ο Παρατηρητής πρέπει να το συμπληρώσει και να το στείλει μέσα σε 30 λεπτά από την λήξη του αγώνα στην κεντρική επιτροπή διαιτησίας, στο Δ.Σ. του ΣΕΔΥ και

τους διαιτητές που συμμετείχαν στον αγώνα.

**2. Στην αναλυτική βαθμολογία:** Ο Παρατηρητής πρέπει να τη συμπληρώσει και να τη στείλει μέσα σε 24 ώρες από την λήξη του αγώνα στην κεντρική επιτροπή διαιτησίας και στο Δ.Σ. του ΣΕΔΥ. Αυτή η αναλυτική βαθμολογία πέρυσι γινόταν μέσω ενός φύλλου Excel που έπρεπε να συμπληρώσουν οι παρατηρητές και να το στείλουν με email στα παραπάνω όργανα. Όσοι Παρατηρητές δεν μπορούσαν να το συμπληρώσουν ηλεκτρονικά το εκτύπωναν, το συμπλήρωναν και το έστειλαν στην Ομοσπονδία. Αυτό δημιουργούσε μεγάλα προβλήματα διότι έπρεπε να πάρουμε τα έγγραφα και να τα ψηφιοποιήσουμε ώστε να μπορούμε να τα επεξεργαστούμε για να εξάγουμε συμπεράσματα. Αυτή η διαδικασία ήταν πολύ χρονοβόρα και δεν είχαμε άμεσα αποτελέσματα αφού τα φύλλα αυτά πολλές φορές έφταναν με μεγάλη καθυστέρηση στην ΚΟΕ. Όπως σας είπα επειδή δεν είχαμε καθόλου χρόνο και τα Πρωταθλήματα ήδη είχαν ξεκινήσει αποφασίσαμε ως επιτροπή να ακολουθήσουμε το σύστημα αυτό για μια χρονιά. Ούτως ή άλλως θα δούλευε πιλοτικά. Κατά την διάρκεια της χρονιάς η επιτροπή έπαιρνε τα δεδομένα, έβλεπε τι δεν δούλευε καλά και έκανε συνεχείς διορθώσεις. Επίσης έγιναν πολλές επιμορφωτικές συναντήσεις με τους Παρατηρητές ώστε να έχουμε ένα ενιαίο τρόπο συμπλήρωσης των Φύλλων αυτών.

Φέτος, το καλοκαίρι το αφιέρωσα να φτιάξω μια Πλατφόρμα ώστε το Φύλλο αξιολόγησης να συμπληρώνεται με εύκολο τρόπο ακόμα και από ένα κινητό τηλέφωνο, ώστε να έχουμε άμεση πληροφόρηση και αυτόματη επεξεργασία των δεδομένων. Πλέον στο φετινό πρωτάθλημα η ΚΕΔ έχει πλήρη ενημέρωση για τους αγώνες με την λήξη τους. Επίσης πριν την συνεδρίαση της Δευτέρας για τους Ορισμούς των Διαιτητών η ΚΕΔ έχει όλες τις αναλυτικές βαθμολογίες των Διαιτητών οπότε αυτό κάνει την δουλειά της πολύ πιο εύκολη και αποδοτική.

Πλέον με ένα κλικ μπορούμε να δούμε όλες τις βαθμολογίες ενός διαιτητή, επίσης τις βαθμολογίες του ανά Παρατηρητή και ανά βαθμό δυσκολίας του αγώνα.

Με ένα κλικ μπορούμε να δούμε ποιοί Διαιτητές δυσκολεύονται στον πειθαρχικό έλεγχο, ποιοί εφαρμόζουν άριστα το πλεονέκτημα, ποιοί υστερούν στην εφαρμογή των επιθετικών φάουλ, κλπ.

Φέτος ξεκινήσαμε μία προσπάθεια, είναι ακόμα σε πειραματικό στάδιο, να αξιολογούμε και ζευγάρια διαιτητών. Ποιοί δηλαδή διαιτητές συνεργάζονται καλύτερα και ποιοι λιγότερο καλά.

Γενικά η Στατιστική μπήκε μέσα στην καθημερινή εργασία της ΚΕΔ. Βλέπουμε να μην παίζουν οι ίδιοι διαιτητές τις ίδιες ομάδες συνεχώς και να έχουν διαφορετικούς παρα-

τηρητές. Εκτός ελάχιστων περιπτώσεων δεν υπάρχει περίπτωση να παίξει διαιτητής την ίδια ομάδα στον πρώτο και στον δεύτερο γύρο.

**3. Ο οδηγός βαθμολόγησης:** Φτιάξαμε ένα εγχειρίδιο με οδηγίες και διευκρινήσεις για τους Παρατηρητές - Αξιολογητές. Ο στόχος της επιτροπής ήταν να δοθούν οδηγίες και να καθοριστούν κριτήρια για την επίτευξη καλής ποιότητας αξιολόγησης και ομοιομορφίας μεταξύ των παρατηρητών. Πλέον ο παρατηρητής πρέπει να αξιολογεί με κριτήρια παρόμοια με αυτά που έχουν καθοριστεί.

Με το σύστημα αυτό αξιολόγησης ελέγχονται και οι Παρατηρητές.

Στο τέλος μιας χρονικής περιόδου, αφού συγκεντρωθεί ένας ικανοποιητικός αριθμός βαθμολογιών βγάζουμε το μέσο όρο των βαθμολογιών του κάθε διαιτητή ανά Παρατηρητή. Πρέπει ο μέσος όρος των βαθμολογιών ενός Παρατηρητή να μην αποκλίνει σημαντικά, είτε προς τα πάνω, είτε προς τα κάτω, από το μέσο όρο των άλλων Παρατηρητών. Αν υπάρχει συστηματική απόκλιση μπορεί να συμβαίνουν δύο πράγματα:

- Ότι τα καθορισμένα κριτήρια δεν είναι αρκετά καλά, οπότε το ίδιο πρόβλημα πρέπει να έχουν και άλλοι παρατηρητές, είτε από προεπιλογή στις εξηγήσεις που δόθηκαν, είτε από προεπιλογή των καθορισμένων κριτηρίων, τα οποία πρέπει να διορθωθούν, ή
- Ότι ο εν λόγω παρατηρητής είναι μακριά από τα καθορισμένα κριτήρια, οπότε αυτό το πρόβλημα δεν θα έχουν οι άλλοι παρατηρητές. Σε αυτήν την περίπτωση, ο παρατηρητής θα πρέπει να καταβάλει προσπάθειες για να προσαρμοστεί στις Οδηγίες και, κατά συνέπεια, και στους υπόλοιπους.

Ευτυχώς μέχρι στιγμής τέτοιο περιστατικό δεν έχουμε. Οι πολλές συναντήσεις που κάναμε και κάνουμε, σε τακτά χρονικά διαστήματα, ως παρατηρητές έχουν βοηθήσει να έχουμε κατανοήσει σε μεγάλο βαθμό τον νέο τρόπο αξιολόγησης.

Δίνουμε πολύ μεγάλη βάση στη σωστή διαχείριση των δεδομένων. Αν σαν Ελλάδα αργήσαμε πάρα πολύ να φτιάξουμε ένα σύγχρονο σύστημα αξιολόγησης, παρόλα αυτά θέλω να πιστεύω ότι το τελευταίο ενάμιση χρόνο έχουμε κερδίσει πολύ έδαφος και είμαστε σε ένα ικανοποιητικό σημείο.

Πλέον όλοι οι Διαιτητές έχουν ενημερωθεί για το νέο σύστημα ώστε να ξέρουν σε τι θα αξιολογούνται.

Αυτό το σύστημα βαθμολόγησης διαφέρει πάρα πολύ από το παλιό. Δεν εξετάζει μόνο τα σφάλματα των διαιτητών. Προσπαθεί να αξιολογήσει την προσωπικότητα και την παρουσία του διαιτητή στον αγώνα, πώς δηλαδή διαχειρίζεται έναν αγώνα. Ποια είναι τα ποιοτικά χαρακτηρι-



## Στην χώρα μας δυστυχώς οι βαθμολογίες των Παρατηρητών δεν λαμβάνονταν σοβαρά υπόψη, δεν υπήρχε αρχείο, ούτε συνολικές βαθμολογίες για κάθε Διαιτητή

στικά του διαιτητή.

Φυσικά και θα γίνονται λάθη. Όλοι κάνουμε λάθη. Ο διαιτητής όμως, ο οποίος παρότι κάνει λάθος μπορεί να διαχειριστεί ικανοποιητικά έναν αγώνα, αυτός έχει μέλλον και πρέπει να του δώσουμε ευκαιρίες ώστε να μπορέσει να προχωρήσει.

Τα λάθη των διαιτητών αφού τα συλλέξουμε, τα κωδικοποιούμε και τα κατηγοριοποιούμε για να χρησιμοποιηθούν στις ημερίδες επιμόρφωσης.

Σε τακτά χρονικά διαστήματα διοργανώνουμε ημερίδες επιμόρφωσης και μιλάμε πλέον για πραγματικά γεγονότα που συνέβησαν στους αγώνες και συζητάμε τι έπρεπε να γίνει ώστε να αποφευχθούν τα λάθη.

Παραδείγματα:

ΠΕΡΙΟΧΗ	ΑΠΟΒΟΛΕΣ	ΕΠΙΘΕΤΙΚΑ	ΠΕΝΑΛΤΙ	ΣΥΝΟΛΟ
1	5	9	0	14
2	28	8	0	36
3	17	4	0	21
4	24	14	0	38
5	5	2	1	8
6	64	17	5	86
<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>	<b>143</b>	<b>54</b>	<b>6</b>	<b>203</b>

**Α: Αμυνόμενος Ε: Επιτιθέμενος Φ: Φουνταριστός**

Τελειώνοντας να τονίσουμε ότι:

Το νέο φύλλο αξιολογεί την προσωπικότητα του διαιτητή, πως εφαρμόζει τους κανονισμούς. Τον αξιολογεί στον πειθαρχικό έλεγχο των παικτών, προπονητών, καθώς και στην εκτέλεση των αρμοδιοτήτων.

Παρόλα αυτά υπάρχουν αδυναμίες και προβλήματα.

Πχ. η συμπεριφορά, η προσωπικότητα του Διαιτητή, δεν είναι μετρήσιμα μεγέθη και μπορεί να υπάρξει αυθαιρεσία αν δεν τηρηθούν με ευλάβεια οι κατευθυντήριες οδηγίες που δόθηκαν. Μία ικανοποιητική λύση είναι ο μεγάλος αριθμός δεδομένων, ο μεγάλος αριθμός βαθμολογιών και μάλιστα από διαφορετικούς Παρατηρητές. Η λογική λέει, όσο περισσότερες μετρήσεις έχουμε, όσο πιο μεγάλη βάση δεδομένων έχουμε από διαφορετικούς παρατηρητές, τόσο ο μέσος όρος της βαθμολογίας του κάθε Διαιτητή θα πλησιάζει στο σωστό.

Χρησιμοποιήθηκαν οι αλγόριθμοι της LEN για να συσχετίσουμε βαθμολογίες διαφορετικής δυσκολίας αγώνα και σπουδαιότητας. Άλλο πράγμα να βαθμολογηθεί με 9 σε έναν αγώνα πολύ εύκολο με 20 τέρματα διαφορά και άλλο να βαθμολογηθεί με 8 σε έναν πολύ δύσκολο αγώνα που κρίνεται στην διαδικασία των πέναλτι και καθορίζει την Πρωταθλήτρια ομάδα ή την ομάδα που υποβιβάζεται.

Η προσπάθειά μας πρέπει να είναι συνεχής. Συνεχώς παρακολουθούμε την διαδικασία και διορθώνουμε σημεία, τα βελτιώνουμε. Πλέον μετά από ενάμισυ χρόνο μπορούμε να πούμε ότι είμαστε σε ένα ικανοποιητικό επίπεδο. Χρειάζεται όμως ακόμα πάρα πολλή δουλειά για περαιτέρω βελτίωση ώστε να το εξελίξουμε ακόμα περισσότερο.

Τέλος να ευχαριστήσω θερμά εκ μέρους του ΣΕΔΥ τους κ.κ Νίκο Βασιλείου και Νίκο Σταυρόπουλο που εδώ και 1,5 περίπου χρόνο εργάστηκαν και συνεχίζουν να εργάζονται αφιλοκεδώς για το νέο σύστημα αξιολόγησης.

Τέλος να ευχαριστήσουμε και τον Πρόεδρο της ΚΟΕ κ. Κυριάκο Γιαννόπουλο που μας έδωσε την έγκριση και μας εμπιστεύτηκε να εφαρμόσουμε το σύστημα αυτό στην χώρα μας. **k**

# Η κυρία Μαίρη του Βόλου



Δύο εργάτες της υδατοσφαίρισης με διαφορά ηλικίας 80 ετών. Χαρά και τιμή που πλαισιώνει ο ένας τον άλλο

**Τα χρόνια πέρασαν αλλά η κυρία Μαίρη, 90 plus σήμερα, είναι πάντα παρούσα στην υπηρεσία των αθλημάτων του υγρού στίβου**



**Ο** Βόλος έχει μια μακρά παράδοση στο χώρο του υγρού στίβου. Πολλοί και σημαντικοί είναι οι πρωταγωνιστές και οι εκφραστές του, σπουδαίοι αθλητές, προπονητές και διοικητικοί παράγοντες. Η ομάδα του Βόλου άηλωστε ήταν από τα ιδρυτικά μέλη της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας πριν από 95 ολόκληρα χρόνια.

Μια από τις πιο χαρακτηριστικές «φιγούρες» στα κολυμβητήρια της πόλης εδώ και 70 ολόκληρα χρόνια είναι η κυρία Μαίρη Παπαδημητρίου. Δεν υπάρχει άνθρωπος στο Βόλο που να μην την γνωρίζει. Όλοι την σέβονται και την εκτιμούν. Γεννήθηκε αρχές της δεκαετίας του 1930 στο Βόλο, «είμαι 90 plus» όπως τονίζει και έχει υπηρετήσει τον αθλητισμό, αρχικά ως κολυμβητρια την δεκαετία του 50 και στη συνέχεια ως διοικητικός παράγων μεγάλων συλλόγων της Θεσσαλίας, όπως ο Ναυτικός Όμιλος Βόλου και στη συνέχεια ο ΟΥΚ Βόλου, -σωματεία τα οποία υπηρέτησε επί σειρά ετών από τη θέση του γενικού γραμματέα.

Η «κυρία Μαίρη», έτσι την φωνάζουν στο Βόλο, ασχολήθηκε επαγγελματικά στη ζωή της με την δημοσιογραφία. Ξεκίνησε από τον όμιλο «Λαμπράκη», εργάστηκε στο περιοδικό «Γυναίκα» αρχές της δεκαετίας του 50, στην συνέχεια στον

► Η κυρία Μαίρη με την αδυναμία της, τον Βοιωτή προπονητή της Εθνικής ανδρών, Θεόδωρο Βλάχο





Ταχυδρόμο Αθηνών και βέβαια όταν εγκαταστάθηκε στην γενέτειρά της - τον Βόλο - στον «Ταχυδρόμο Βόλου» όπου ακόμα και σήμερα αρθρογραφεί κάθε Κυριακή.

Η κυρία Μαίρη -το πατρώνυμο της είναι Τατάγια - κατάγεται από την Μηλιά του Μετσόβου. Παντρεύτηκε το 1957 τον δικηγόρο Δημήτρη Παπαδημητρίου και απέκτησε 2 παιδιά, τον Κωνσταντίνο που γεννήθηκε το 1959 και τον Ευθύμη που γεννήθηκε το 1966. Κοντά στον αθλητισμό η ίδια, έστειλε τα παιδιά της στην πισίνα. Ο μεγαλύτερος γιος της ο Κωνσταντίνος διακρίθηκε ιδιαίτερα, και με τον ίδιο αρχηγό, ο Ναυτικός Όμιλος Βόλου το 1979 κατέκτησε το πανελλήνιο πρωτάθλημα στην υδατοσφαίριση νέων.

Η ενασχόλησή της με τον υγρό στίβο σε διοικητικό επίπεδο άρχισε το 1975 όταν εξελέγη γενικός γραμματέας του Ναυτικού Ομίλου Βόλου με πρόεδρο τον Περικλή Τσαλαπάτα. Διετέλεσε γενικός Γραμματέας από το 1975 μέχρι 1981 και στην συνέχεια δεν εγκατέλειψε ποτέ τον υγρό στίβο. Μάλιστα το 1999, παρακινούμενη από τον αείμνηστο Γιάννη Αντωνόπουλο - επί σειρά ετών αντιπρόεδρο της κολυμβητικής ομοσπονδίας - δημιούργησαν τον ΟΥΚ Βόλου με πρόεδρο το Γιάννη Αντωνόπουλο και γενική γραμματέα την Μαίρη Παπαδημητρίου.

**Τα χρόνια περνούν, η κυρία Μαίρη φωνάζει «είμαι 90 plus» αλλά δε σταματά ποτέ να ασχολείται με τον υγρό στίβο.**

**Όταν υπάρχουν αγώνες, κατέχει την πρώτη θέση στην εξέδρα. Πανηγυρίζει τις επιτυχίες της βοηλιώτικης υδατοσφαίρισης και στεναχωριέται όταν τα πράγματα δεν πηγαίνουν καλά. Έχει άποψη για όλα όσα διαδραματίζονται και μιλάει γεμάτη περηφάνεια για τα χρυσά παιδιά της βοηλιώτικης υδατοσφαίρισης, τον Χάϊδο, τον Θεωρή Βλάχο, τον Φίλιππο Καϊάφα, τον Βαγγέλη Πάτρα που τίμησαν τον Βόλο και κατέκτησαν ολυμπιακά μετάλλια και είχαν συνεχόμενες παρουσίες σε Ολυμπιακούς αγώνες.**

Το «ΚΟΕ MAG» βρέθηκε στον Βόλο, μίλησε με την κυρία Μαίρη, την απαθανάτισε σε φωτογραφίες που μαρτυρούν το πάθος, την αγάπη και το σεβασμό που τρέφει για το άθλημα της υδατοσφαίρισης.

«Όλα ξεκίνησαν από τον άνδρα μου τον Δημήτρη ο οποίος ήταν πολίστας στον Ναυτικό Όμιλο Βόλου και αδελφικός φίλος με τον επίσης πολίστα Γιάννη Αντωνόπουλο που στη συνέχεια της καριέρας του ήταν αντιπρόεδρος της κολυμβητικής ομοσπονδίας και βέβαια μεγάλος διοικητικός παράγων του Βόλου».

«Από μικρή ηλικία ήμουν κοντά στον αθλητισμό και η αγάπη μου για τον υγρό στίβο έστειλε τα παιδιά μου στην πισίνα».



Όταν υπάρχουν αγώνες, κατέχει την πρώτη θέση στην εξέδρα. Πανηγυρίζει τις επιτυχίες της βολιώτικης υδατοσφαίρισης και στεναχωριέται όταν τα πράγματα δεν πηγαίνουν καλά

Κανείς δεν πρέπει να λησμονεί ότι η κυρία Μαίρη ήταν η πρώτη γενική γραμματέας του ΟΥΚ που σήμερα πρωταγωνιστεί και εκφράζει την βολιώτικη υδατοσφαίριση



«Κάθε μέρα ήμουν εκεί και έτσι αγαπημένοι φίλοι αποφάσισαν να με αξιοποιήσουν και να βρεθώ σε διοικητικές θέσεις τόσο στον ΝΟΒ όσο και στον ΟΥΚ. **Κατά τη διάρκεια της θητείας μου, κάναμε πολλά και σημαντικά πράγματα. Καταστήσαμε το Βόλο πρωταγωνιστή τόσο στο κολύμπι όσο και στην υδατοσφαίριση.**

Ποιος μπορεί να ξεχάσει ότι το 1979 πήραμε το πρωτάθλημα νέων; Ποιος μπορεί να ξεχάσει ότι αναδείξαμε μεγάλους Έλληνες παίκτες οι οποίοι σήμερα εξακολουθούν και «παίζουν» σημαντικό ρόλο με επικεφαλής τον Θεοδωρή Βλάχο που αναδείχτηκε άργυρος ολυμπιονίκης στο Τόκιο;

Αν και τα χρόνια πέρασαν εξακολουθώ να παρακολουθώ όλα τα γεγονότα στο άθλημα. Είμαι χαρούμενη που

τα παιδιά μου με ακολούθησαν. Ακόμη και σήμερα ο πρωτότοκος γιος μου, ο Κωνσταντίνος, μετέχει και πρωταγωνιστεί σε αγώνες masters».

Η κυρία Μαίρη θυμάται πολλά και διηγείται σημαντικά πράγματα στην πολυετή παρουσία της στο χώρο. Δεν μπορεί ωστόσο να μην κάνει μια ειδική αναφορά στα ταξίδια που η ίδια καθιέρωσε την δεκαετία του εβδομήντα στην Γαλλία και συγκεκριμένα στην πόλη Montpellier όταν κολυμβητές και κολυμβήτριες από τις δυο πόλεις αντάλλαξαν φιλοξενίες και δημιούργησαν ένα κοσμικό γεγονός στις δυο πόλεις.

**Κανείς δεν πρέπει να λησμονεί ότι η κυρία Μαίρη ήταν η πρώτη γενική γραμματέας του ΟΥΚ που σήμερα πρωταγωνιστεί και εκφράζει την βολιώτικη υδατοσφαίριση. k**

ΑΘΩΣ ΚΡΑΒΑΡΙΤΗΣ

Παρατεταμένο  
χειροκρότημα  
για τον Άθω



## Μπαίνω στο νερό και γίνομαι άλλος άνθρωπος, τα ξεχνάω όλα

**Μ**ια από τις πιο ωραίες και συγκινητικές στιγμές στον χώρο του υγρού στίβου τα τελευταία χρόνια στην χώρα μας, είναι η εικόνα ενός αθλητή (τον βλέπετε στις φωτογραφίες), που τελευταίος προσπαθεί να τερματίσει σε μια κούρσα αγώνων Masters. Όλη η εξέδρα όρθια, χειροκροτεί παρατεταμένα. Φωνές ενθάρρυνσης από όλους. Καθώς έρχεται ο τερματισμός, όλοι επιβραβεύουν τον τελευταίο αθλητή.

**Ποιος όμως είναι αυτός; Γιατί αυτό το χειροκρότημα; Γιατί αυτή η καθολική αποδοχή;**

Γιατί είναι ο Άθως Κραβαρίτης. Ένας άνθρωπος 90 ετών, γεννημένος το 1933 στο Βόλο, που κολύπησε πεταλούδα και διατηρεί τα ρεκόρ της χώρας στις κατηγορίες από 80 έως 89. Μπορεί να τερμάτισε τελευταίος αλλά... με πανελλήνιο ρεκόρ. Ο άνθρωπος αυτός αποτελεί παράδειγμα προς μίμηση για όλους.

Κατά την διάρκεια της κατοχής του πολέμου του 1940 στην πρωτεύουσα της Μαγνησίας, στο Βόλο, μάθαινε να κολυμπάει με νεροκολοκύθες που τις έδεναν με σχοινί καθώς τότε δεν υπήρχαν σωσίβια. Έτσι έμαθε κολύμπι ο Άθως Κραβαρίτης που εκφράζεται στο περιοδικό της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας και μεταφέρει μηνύματα ζωής σε όλους εμάς.

Ο Άθως ο οποίος ξεκίνησε ως αθλητής του Ναυτικού Ομίλου Βόλου και μετά τον πόλεμο διακρίθηκε στην κολύμβηση την δεκαετία του 50. Αργότερα μετακόμισε στην Αθήνα για να δουλέψει στην ΔΕΗ και στο Ζάππειο έζησε ιστορικές στιγμές όταν οι ομάδες του NOB (Ναυτικός Όμιλος Βόλου τότε) από το 1954 μέχρι και το 1957 κατακτούσαν τις κορυφαίες θέσεις στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα μπροστά από πάρα πολλούς παραδοσιακούς Ομίλους.

Το 54 ο NOB ήταν 3ος, το 55 3ος, το 57 3ος και το 56 στην 2η θέση του βαθμολογικού πίνακα





Όλοι αγαπούν και σέβονται τον Άθω.



Ο Άθω με την αντιπρόεδρο και την ταμία της ΚΟΕ, κυρίες Αθξία Μαρίνη και Ελευθερία Σαραντίδου.



Ο Άθω με το βραβείο της ΚΟΕ που του δίνει τόση δύναμη.

στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα.

**Τι μας λέει λοιπόν ο Άθωσ Κραβαρίτης;**

«Λατρεία το κολύμπι για εμένα. Πάντα μου άρεσε να μετέχω σε αγώνες και κάποια στιγμή όταν δημιουργήθηκε στην Πεύκη το Δημοτικό Κολυμβητήριο το 2003, συστηματικά άρχισα να κολυμπάω. Εδώ και 20 χρόνια κάθε μέρα βρίσκομαι στην πισίνα και κάνω 3 χιλιόμετρα προπόνηση. Μετέχω σε όλους τους αγώνες Masters και κατέχω τα Πανελλήνια ρεκόρ στις ηλικίες 80-84 και 85-89. Κολυμπάω στα 50 πεταλούδα, ενώ φυσικά θα με βρείτε στα 50, 100, 200 και 400 μέτρα ελεύθερο. Παίρνω το βραβείο από την Κολυμβητική Ομοσπονδία κάθε χρόνο και αποτελεί πολύ μεγάλη παρακαταθήκη για εμένα. Διατηρώ το ρεκόρ στα 50 πεταλούδα με χρόνο 1.00.20 και εάν με αυτό τον χρόνο πήγαινα στα Ευρωπαϊκά Πρωταθλήματα στην κατηγορία μου, θα ήμουν σίγουρα μέσα στην τριάδα. Λατρεύω την πεταλούδα! Κολυμπάω όμως και 400 ελεύθερο σε 8.48'».

Ο Άθωσ έχει δυο κόρες και τρεις εγγονές. Η γυναίκα του είναι η Ιωάννα η οποία τον ενθαρρύνει πάντα να κολυμπάει. Ο ίδιος τόνισε συμπληρώνοντας «Πάντα παίρνω μέρος στους αγώνες σαν ΝΟΒΑ (Ναυτικός



Όμιλος Βόλου Αργοναύτες) γιατί η παλιά αγάπη... δεν ξεχνιέται.

Μπαίνω στο νερό και γίνομαι άλλος άνθρωπος, τα ξεχνάω όλα.

Συστήνω σε όλους να μην σταματήσετε το κολύμπι ποτέ. Να βάζετε στόχους και να αγωνίζεστε για αυτούς ανεξαρτήτως ηλικίας».

Ο Αθως έχει μια τρομερή αγάπη στους πρωταγωνιστές του αθλήματος. Θεωρεί την **Άννα Ντου-ντουνάκη** τρομερή και φοβερή αφού κολυμπάει το αγώνισμα της πεταλούδας που αγαπάει πάρα πολύ. Ταυτόχρονα νιώθει ως μεγάλο, ασύγκριτο και αξέχαστο άνθρωπο τον **Σπύρο Γιαννιώτη**, τον αργυρό Ολυμπιονίκη της ανοικτής θάλασσας. Στον χώρο των Masters έχει πάρα πολλούς φίλους και ξεχωρίζει από αυτούς τον **Αντώνη Τσώνο** και τον **Κώστα Βολιώτη**. **k**



# Καλωσωρίζουμε τα αγόρια

Η Καλλιτεχνική Κολύμβηση  
αλλάζει και γίνεται πιο  
εντυπωσιακή από ποτέ.



## **Η Καλλιτεχνική Κολύμβηση είναι ένα άκρως γυναικοκρατούμενο άθλημα, ή μήπως όχι;**

Η Ομοσπονδία, αλλά και η Ομοσπονδιακή προπονήτρια Αναστασία Γκούτσεβα, μαζί με την Δέσποινα Καράμπελα, μέλος του ΔΣ της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας, υπεύθυνη έφορος του αθλήματος και μέλος της Τεχνικής Επιτροπής Καλλιτεχνικής της FINA, κάνουν μεγάλες προσπάθειες για να αλλάξει το σκηνικό στο άθλημα στην χώρα μας και να μπορέσουν να εισέλθουν σε αυτό και αγόρια!

Η κυρία Καράμπελα μιλώντας παλαιότερα στην ΚΟΕ είχε δηλώσει έκπληκτη από τις επιδόσεις των αθλητών, ενώ έθεσε ψηλά τον πήχη λέγοντας πως περιμένει εντυπωσιακή παρουσία στο διεθνές στερέωμα.

Τα “male trials” που διεξήχθησαν στον Βόλο με τη συμμετοχή οκτώ αθλητών ήταν άκρως επιτυχημένα και έδωσαν το έναυσμα για ελπίδες και αλλαγή στο συγκεκριμένο άθλημα.

Η **Δέσποινα Καράμπελα** μιλώντας στο KoeMAG δήλωσε:

«Η παρουσία των αγοριών τα επόμενα έτη δείχνει να έχει πάρα πολύ μεγάλη δυναμική και το ίδιο ισχύει και για τη χώρα μας.

Θεωρώ ότι σε μερικά χρόνια, σε σύντομο χρονικό διάστημα, τόσο στο ομαδικό, όσο και στο ντουέτο τα αγόρια θα πρωταγωνιστούν. Πιστεύω ότι σε ένα ομαδικό η δυναμική θα είναι 50-50, με συμμετοχή αγοριών και κοριτσιών.

Στο ντουέτο στην Ολυμπιάδα θα επικρατεί το μικτό ντουέτο, δηλαδή συμμετοχή





αγοριού και κοριτσιού μαζί.

Το άθλημα βασιζόμενο στην αλλαγή των κανονισμών κάνει την καλλιτεχνική κολύμβηση να αλλάζει κι εκείνη... πρόσωπο, μετατρέποντάς την σε πιο εντυπωσιακή, μιας και τα αγόρια θα πρωταγωνιστήσουν σίγουρα.

Η Καλλιτεχνική γίνεται σταδιακά ακροβατική στο νερό, με στοιχεία δυναμισμού, μουσικότητας και άρτιας καλλιτεχνικής εντύπωσης».

Ιδιαίτερα ικανοποιημένη από το αποτέλεσμα των male trials και με προσδοκίες για το μέλλον εμφανίστηκε η Αναστασία Γκούτσεβα.

«Νοιώθω έκπληξη από τις επιδόσεις των αθλητών και προσδοκώ εντυπωσιακή παρουσία και εκπροσώπηση της χώρας στο διεθνές στερέωμα στα αγωνίσματα που συμμετέχουν τα αγόρια...» υποστήριξε. **k**



**Δέσποινα Καράμπελα:**

Η παρουσία των αγοριών τα επόμενα έτη δείχνει να έχει πάρα πολύ μεγάλη δυναμική και το ίδιο ισχύει και για τη χώρα μας.

Θεωρώ ότι σε μερικά χρόνια, σε σύντομο χρονικό διάστημα, τόσο στο ομαδικό, όσο και στο ντουέτο τα αγόρια θα πρωταγωνιστούν. Πιστεύω ότι σε ένα ομαδικό η δυναμική θα είναι 50-50, με συμμετοχή αγοριών και κοριτσιών.



# Η γιορτή της ΚΟΕ και η εταιρική ταυτότητά της

**Ο** πρόεδρος της ΚΟΕ, Κυριάκος Γιαννόπουλος μιλάει στο ΚοεΜΑΓ και αναφέρεται στην νέα εταιρική ταυτότητα της Ομοσπονδίας και στην γιορτή της ΚΟΕ που θα πραγματοποιηθεί την Τρίτη, 31 Ιανουαρίου, σε κεντρικό ξενοδοχείο της Αθήνας.

Αναφερόμενος στην νέα εταιρική ταυτότητα, υποστηρίζει:

«Η Ομοσπονδία θα έχει πλέον μια ενιαία εικόνα σε όλα τα event και τις διοργανώσεις, όπου χρειάζεται να αναδεικνύεται η ΚΟΕ. Όποιος βλέπει την ταυτότητά μας, ακόμα και αν δεν ασχολείται με τα αθλήματα του Υγρού Στίβου να ξέρει ότι αυτή είναι η ΚΟΕ, η αρχή που έχει υπό την σκεπή της τα αθλήματα της πισίνας και της ανοικτής θάλασσας στην χώρα».

Στην γιορτή η Ομοσπονδία θα τιμήσει όλους εκείνους που διακρίθηκαν στις μεγάλες διοργανώσεις.

«Η γιορτή μας θα γίνει στις 31 Ιανουαρίου, όπου θα τιμηθούν όλοι οι αθλητές, οι οποίοι διέπρεψαν σε Παγκόσμια και Ευρωπαϊκά πρωταθλήματα και στους Μεσογειακούς Αγώνες. Είναι κάτι που οφείλουμε να κάνουμε σε όλα τα παιδιά και τους προπονητές που έδωσαν τον καλύτερο εαυτό τους την προηγούμενη χρονιά» τονίζει ο πρόεδρος Κυριάκος Γιαννόπουλος και προσθέτει:

«Μέσα σε αυτούς που θα βραβευτούν είναι και η ομάδα που πήγε στο Τόκιο και στους Ολυμπιακούς Αγώνες το 2021 και κατέκτησε το αργυρό μετάλλιο στην κορυφαία διοργάνωση του πλανήτη, η Εθνική υδατοσφαίρισης των ανδρών. Οι συντελεστές της επιτυχίας, λόγω της κατάστασης που επικρατούσε και της πανδημίας δεν μπόρεσαν να τιμηθούν ενωρίτερα από την Ομοσπονδία μας». **k**

---

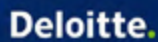
Στην επόμενη σελίδα  
η αφίσα του κολυμβη-  
τικού μίτινγκ "Ακρό-  
πολις", βασισμένη  
στην νέα εταιρική  
ταυτότητα της ΚΟΕ.



05-07.MAY.2023  
Olympic Athletic Center of Athens



  
**ACROPOLIS**  
SWIM OPEN 2023  
**MEET**  
*The*  
**GODS**  
#ACROPOLISWIMOPEN23



# Αιωνία τους η μνήμη

**Τ**ρεις σπουδαίες προσωπικότητες που υπηρέτησαν τον χώρο της ελληνικής υδατοσφαίρισης και τίμησαν τα εθνικά χρώματα έφυγαν από κοντά μας τις τελευταίες ημέρες σκορπίζοντας θλίψη στους ανθρώπους του υγρού στίβου.

Ανήμερα της γιορτής του, **ο Ανδρέας Καλομοίρης**, από τις εμβληματικές μορφές της υδατοσφαίρισης στη χώρα μας, «έφυγε» πλήρης ημερών (97 ετών).

Γεννήθηκε το 1925 στον Πειραιά και ήταν παιδί 8μελούς οικογένειας (6 αδέρφια). Υπήρξε κολυμβητής του Ολυμπιακού, πριν τον Β' Παγκόσμιο πόλεμο, στα 100, 200 και 400μ ελεύθερο, ενώ μεταπολεμικά (1946-49) έπαιξε και πόλο, ως φουνταριστός, την εποχή των Μοναστηριώτη, Προβατόπουλου, Παπαδόπουλου, Αλεξίου, Κλεούδη, στους «ερυθρόλευκους» του Πειραιά που κατέκτησαν το πρωτάθλημα το 1947 και το 1949.

Στη συνέχεια, ασχολήθηκε με τη διαιτησία ως το 1975, (διάδοχοι του θεωρούνται οι Τάκης Παναγάκος και Λάκης Τσαντάς, μετέπειτα), ενώ υπήρξε Πρόεδρος για σειρά ετών του Συνδέσμου Ελλήνων Διαιτητών Υδατοσφαίρισης (ΣΕΔΥ) που ιδρύθηκε το 1982, Πρόεδρος της Κεντρικής Επιτροπής Διαιτησίας και της Πειθαρχικής Επιτροπής, Καθηγητής και Παρατηρητής Διαιτησίας, καθώς επίσης Μέλος και Ταμίας του Δ.Σ της – τότε – ΕΚΟΦ (νυν ΚΟΕ), από το 1984 – 1990 και 1994 - 1997.

**Για το αιώνιο ταξίδι έφυγε στις 20 Δεκεμβρίου, σε ηλικία 87 ετών ο Μανώλης Πατλάκας**, από τις εμβληματικές προσωπικότητες της ελληνικής υδατοσφαίρισης και με διάφορους ρόλους.

Υπήρξε πολίτας του Εθνικού Πειραιά, κατακτώντας τα πρωταθλήματα Ελλάδας από το 1955 έως το 1968, διεθνής με την Εθνική Ομάδα το ίδιο διάστημα



Ο Μανώλης Πατλάκας, δεύτερος από αριστερά (όρθιος) με την ομάδα του Εθνικού την δεκαετία του εξήντα.

## Έφυγαν από τη ζωή τρεις πρωταγωνιστές της υδατοσφαίρισης, ο Χοσέ Μπράσκο Κατά, ο Ανδρέας Καλομοίρης και ο Μανώλης Πατλάκας

(28 συμμετοχές), με την οποία και μετείχε στους Μεσογειακούς Αγώνες της Τύνιδας το 1967 (4η θέση), προπονητής (ΑΟ Παλαιού Φαλήρου, ΝΟ Καλαμακίου), αλλά και σε ομοσπονδιακό επίπεδο.

Το 1983 κοουτσάρισε την Εθνική Ομάδα Ανδρών (23 παιχνίδια, 11 νίκες, 2 ισοπαλίες, 10 ήττες συνολικά) στο Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα (Ρώμη), αλλά και τους Μεσογειακούς Αγώνες της Καζαμπλάνκα την ίδια χρονιά (5η θέση), ενώ το 1993 ήταν προπονητής της Εθνικής Εφήβων στο Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα του Βένενταλ (4η θέση).

Διεθνής διαιτητής υδατοσφαίρισης, διετέλεσε Πρόεδρος της Κεντρικής Επιτροπής Διαιτησίας και Παρατηρητής, ενώ υπήρξε και Αντιπρόεδρος του Συνδέσμου Ελλήνων Διαιτητών Υδατοσφαίρισης (ΣΕΔΥ).

**Στις 27 Νοεμβρίου έφυγε από τη ζωή σε ηλικία 93 χρόνων ο Χοσέ Μπράσκο Κατά, ο γνωστός και αγαπητός μας «Πέπε»** της υδατοσφαίρισης, από τις μορφές που σημάδεψαν το άθλημα τόσο στη χώρα του (Ισπανία), όσο και την Ελλάδα όπου εργάστηκε.

Ο «Πέπε», ως Ομοσπονδιακός τεχνικός της Εθνικής μας ομάδας των Ανδρών, οδήγησε την Ελλάδα το 1984 στο Λος Άντζελες στην 8η θέση των Ολυμπιακών Αγώνων, την κορυφαία ως τότε για τη χώρα μας σε αντίστοιχη διοργάνωση.

Ήταν αυτός που, σε εκείνη την διοργάνωση, εμπιστεύτηκε τον 17χρονο τότε Γιώργο Μαυρωτά, όπως είχε πράξει άλλωστε και με τον μέγιστο Μανουέλ



Ο Χοσέ Μπράσκο Κατά



Ο Ανδρέας Καλομοίρης

Εστιάρτε το 1977 στην Εθνική ομάδα της Ισπανίας.

Ως προπονητής του ΝΟ ΧΙΟΥ, το 1990, τον οδήγησε στην κατάκτηση του Κυπέλλου Ελλάδας, νικώντας τον ΑΝΟ ΓΛΥΦΑΔΑΣ στο Κολυμβητήριο του Ζαπτείου με 8-5 στην παράταση (5-5 η κανονική διάρκεια), με την ομάδα του νησιού της μαστίχας να γίνεται έτσι η πρώτη της περιφέρειας που κατακτά το τρόπαιο.

Στον ΝΟ ΧΙΟΥ δούλεψε 3 περιόδους (1989-90, 1990-91 και 1991-92), με την ομάδα του ακριτικού νησιού να είναι 6η και τις τρεις στο πρωτάθλημα της Α1.

Την περίοδο 1994-95, είχε την τεχνική ηγεσία του ΝΟ ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ με τον οποίο και κατέλαβε την 4η θέση στο πρωτάθλημα.

Με τους «μπέμπηδες» έφτασε στον Τελικό του Κυπέλλου Ελλάδας εκείνη τη χρονιά (1995), όπου ο ΝΟΒ ηττήθηκε (12-13) από τον ΝΟ ΠΑΤΡΩΝ, στο ΟΑΚΑ.

Πρώτο του παιχνίδι, με την Εθνική μας ομάδα, στις 11 Μαρτίου 1984 με τη Βουλγαρία (13-7), σε τουρνουά στην Αθήνα και τελευταίο του στις 10 Αυγούστου της ίδιας χρονιάς στο Λος Άντζελες, με την Κίνα (10-9) για τους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Συνολικά κάθισε στον πάγκο της σε 40 παιχνίδια (19 Νίκες, 6 Ισοπαλίες, 15 Ήττες).

Ο Καταλανός τεχνικός, εργάστηκε στην Εθνική ομάδα της Ισπανίας (1973-78), αλλά και της Σαουδικής Αραβίας (1981-83), πριν έλθει στην Ελλάδα, ενώ πέρασε από τον πάγκο σπουδαίων ομάδων όπως η Σαμπαντέλ, η Μπαρτσελονέτα και η Μεντιτεράνι (όπου το 2007 σταμάτησε την προπονητική) στην Ισπανία και την Ορτίτζια στην Ιταλία. **k**

# Κάτι περισσότερο από ένας σύλληλος



 Φωτογραφίες: Σταμάτης Γκροζούδης

Ο Κολυμβητικός Όμιλος Ν. Ορεστιάδας ιδρύθηκε το 2004 και από το 2010 ξεκίνησε να δραστηριοποιείται στο κλειστό δημοτικό κολυμβητήριο της ακριτικής πόλης



Σε μία πόλη χωρίς κολυμβητική παράδοση, αρκετά χιλιόμετρα από την κοντινότερη παραλία, οι άνθρωποι της Ορεστιάδας αγκάλιασαν από την πρώτη στιγμή τον σύλλογο και σε σύντομο χρονικό διάστημα κατάφερε να αριθμεί περισσότερα από 300 μέλη, αποδεικνύοντας την ανάγκη τους για την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και ιδιαίτερα με το κολύμπι που εκτός όλων των άλλων παρέχει πολλαπλά οφέλη στο σώμα και τον ψυχισμό του ανθρώπου.

Με συλλογική προσπάθεια και όραμα, ο Νηρέας Ορεστιάδας μπήκε δειλά-δειλά στον κολυμβητικό χάρτη με επιτυχίες τόσο σε περιφερειακό όσο και σε πανελλήνιο επίπεδο με πολλές διακρίσεις.

Με τμήματα βρεφικής κολύμβησης, εκμάθησης ακαδημιών, προαγωνιστικής και αγωνιστικής, αλλά και ενηλίκων, υπό την οργάνωση και την επίβλεψη των προπονητριών και προπονητών του, ο Νηρέας Ορεστιάδας συμμετέχει ενεργά και δίνει το δυναμικό παρόν σε αγώνες και δράσεις.

Σε μία πόλη χωρίς θάλασσα αξιοσημείωτη είναι η δυνατότητα που δίνεται σε ενήλικες να εξοικειωθούν με το κολύμπι και εν τέλει να γίνει για πολλούς τρόπος ζωής, άθλησης και θεραπείας.

Άνθρωποι με θέματα υγείας αλλά και παιδάκια με ιδιαίτερες ικανότητες και ευαισθησίες, βρίσκουν το δικό τους 'καταφύγιο' στο υγρό στοιχείο που λειτουργεί ψυχοθεραπευτικά και όχι μόνο, μέσω της ομάδας του Νηρέα Ορεστιάδας.

Αξιοσημείωτη στην πορεία της ομάδας του Νηρέα διάκριση, ήταν η ένταξη του πρώην αθλητή του και νυν μέλους του ΔΣ **Μουσίκα Χρήστου** στην Προεθνική Ομάδα (2019-2020) Εφήβων και η συμμετοχή του στο Μεσογειακό Κύπελλο Κολύμβησης (21-23 Ιουνίου 2019, Μπουργκάς), καθώς και η κατάκτηση της 2ης και 3ης θέσης στα 100μ και 200μ πεταλούδα αντίστοιχα στο πανελλήνιο πρωτάθλημα κατηγοριών το 2020, με προπονητή τον κύριο Γλυκό Παναγιώτη ο οποίος από το 2018 εξακολουθεί μέχρι και σήμερα να εργάζεται για την ομάδα.

«Δυστυχώς αυτός ο πολλά υποσχόμενος αθλητής, που εκτός του ότι μας έκανε περήφανους σαν ομάδα, εκπροσώπησε την πόλη μας σε σημαντικές διοργανώσεις αλλά και αποτέλεσε έμπνευση για μικρότερους αθλητές μας, αναγκά-



Οι δάσκαλοι του συλλόγου: Νικολαΐδης Δημήτρης, Γλυκός Παναγιώτης, Μπούσδρα Αλεξάνδρα, Μαργαρίτη Μαρία (γραμματεία), Χριστοδούλου Νόνα.

στηκε να σταματήσει την κολύμβηση λόγω της πανδημίας COVID-19 που οδήγησε σε κλείσιμο του δημοτικού κολυμβητηρίου και ως εκ τούτου σε μακροχρόνια αποχή από προπονήσεις» τονίζει ο σύλλογος.

Κατά τη διάρκεια δράσης του συλλόγου επίσης αξιόλογες και σημαντικές ήταν και οι διακρίσεις που κατάφεραν στο παρελθόν αθλητές του Νηρέα, οι Πανταζίδης Τηλέμαχος, Συναπίδου Μαρία και Γουτσίδης Δημήτρης, με τον πρώην προπονητή, τον κύριο Μιρμιγκίδη Ιωάννη, καθώς ο Κολυμβητικός Όμιλος Ν. Ορεστιάδας ΝΗΡΕΑΣ ήταν και είναι ο μοναδικός αθλητικός σύλλογος της περιοχής της Ορεστιάδας, που παρέχει δυνατότητες άθλησης για παιδιά ΑΜΕΑ, όπου σε συνεργασία με τον ΑΣ ΑΜΕΑ «ΚΟΤΙΝΟΣ» πέτυχαν τη συμμετοχή τους σε πανελλήνια πρωταθλήματα.

Το 2015 ξεκίνησαν να διοργανώνονται από τον Νηρέα Ορεστιάδας, σε συνεργασία με τον δήμο, αγώνες αγωνιστικών και προαγωνιστικών κατηγοριών μεταξύ ομάδων της Ελλάδας, της Τουρκίας και της Βουλγαρίας με την επωνυμία “SWIM MEETING GREECE-BULGARIA-TURKEY” με εξαίρεση το έτος 2018 και τελευταία διοργάνω-





Μπορεί η ακριτική πόλη της Ορεστιάδας να είναι αρκετά μακριά από πολλές διοργανώσεις, η πορεία της όμως δείχνει ότι οι άνθρωποι αυτής της μικρής και απομακρυσμένης πόλης στηρίζουν αυτό που κάνουν τα παιδιά τους με όλο τους το είναι. Το έχουν “ανάγκη”, το στηρίζουν με ρομαντισμό και ενθουσιασμό. Και αυτό για την οικογένεια του Νηρέα είναι συγκινητικό και αποτελεί κινητήριο δύναμη να συνεχίσει την προσπάθεια του και να ξεπερνά τα εμπόδια, όποια και αν είναι αυτά»

ση το έτος 2019. Κατόπιν λόγω της πανδημίας υπήρξε μία περίοδος παύσης διοργάνωσης των αγώνων, ευελπιστώντας στο μέλλον να επανέλθει η διοργάνωση με τη στήριξη της ομοσπονδίας.

Τα τελευταία χρόνια, με εξαίρεση την περίοδο απραξίας λόγω της πανδημίας, στο δημοτικό κολυμβητήριο Ν. Ορεστιάδας διοργανώνονται ημερίδες ορίων 25άρας πισίνας, αγώνες μεταξύ συλλόγων της περιφέρειας για προ αγωνιστικά και ακαδημίες με ύψος γιορτής, είτε κατά την περίοδο των Χριστουγέννων είτε με τη λήξη της κολυμβητικής σεζόν. Επίσης μικρές γιορτές κολύμβησης διοργανώνονται και για τα πολύ μικρά δελφινάκια.

Φτάνοντας λοιπόν στο σήμερα και μετά την επανεκκίνηση του αθλητισμού, ο σύλλογος απαριθμεί περίπου 200 αθλούμενα μέλη συνεχίζοντας να αποτελεί τον μεγαλύτερο κολυμβητικό σύλλογο αλλά και έναν από τους πιο σημαντικούς αθλητικούς συλλόγους στην πόλη της Ορεστιάδας.

### Συνεχίζει δυναμικά με τέσσερις προπονητές

Δύο προπονήτριες λειτουργούν στην μικρή πισίνα, οι κυρίες **Χριστοδούλου Νόνα** και **Μπούσδρα Αλεξάνδρα**, οι οποίες δίνουν τον καλύτερό τους εαυτό και έχουν κερδίσει την εμπιστοσύνη τόσο των γονιών όσο και την αγάπη των μικρών παιδιών για τις ίδιες αλλά για το υγρό στοιχείο.

Δύο προπονητές μετέχουν στην προσπάθεια, ο **Νικολαΐδης Δημήτρης** στις ακαδημίες, στα προαγωνιστικά 9-10 ετών αλλά και στους ενήλικες και ο **Γλυκός Παναγιώτης** στα προαγωνι-





στικά 11-12 ετών και στην αγωνιστική. Τεχνικός σύμβουλος σε όλο αυτό έχει σταθεί ο κύριος **Μαντάς Γρηγόρης** στον οποίο χρωστά πολλά ο σύλλογος, καθώς και τη δημιουργία του τμήματος Τεχνικής Κολύμβησης στο οποίο διακρίθηκε ο πρώην αθλητής Καμπαδάσης Γιώργος.

Με τη στήριξη του δήμου και την αμέριστη συμπαράσταση και εμπιστοσύνη των γονιών, τα παιδιά συμμετέχουν σε αγώνες και πετυχαίνουν σημαντικές επιδόσεις σε επίπεδο περιφέρειας αλλά και πανελλαδικά. Έτσι, με την άοκνη δουλειά των προπονητών Νικολαΐδη Δημήτρη και Γλυκού Παναγιώτη, κατάφερε να πετύχει ο Νηρέας Ορεστιάδας τα κάτωθι:

### **ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΑΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΑ ΕΠΙΣΗΜΑ ΑΡΧΕΙΑ ΤΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΕΛΛΑΔΑΣ (Κ.Ο.Ε) ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ**

#### **• Περιφερειακό πρωτάθλημα**

**174 βαθμούς** - τρίτη ομάδα στην περιφέρεια Αν.Μακεδονίας & Θράκης

#### **• Πανελλήνιο πρωτάθλημα**

**27 βαθμούς** συμμετοχή στην Πρώτη φάση και ΠΡΟΚΡΙΣΗ στην Τελική φάση του ενιαίου πρωταθλήματος στο **Ο.Α.Κ.Α** όπου υπήρξαν διακρίσεις στην **16άδα** καθώς και σε **8άδα**.

Ο Χρήστος Μουσίκας





Τα στελέχη που οδηγούν τον σύλλογο διοικητικά:  
 Διακρίνονται πάνω (από αριστερά):  
 Ευθυμίου Μαρία, Καφετζή Φωτεινή,  
 Πάνος Αναστάσιος, Μέγας Βασίλης

Κάτω (από αριστερά):  
 Μουσίκας Χρήστος,  
 Ελαφούδη Χριστίνα,  
 Χαραλαμπίδης Μαργαρίτης.

Το ερασιτεχνικό τμήμα ενηλίκων του Νηρέα Ορεστιάδας, στο οποίο πολλοί αθλούμενοι δε γνώριζαν καν να κολυμπάνε, συμμετέχει με μεγάλο ενθουσιασμό σε αγώνες ανοιχτής θαλάσσης όπου και αν αυτοί διοργανώνονται. Αυτό είναι ένα έργο για το οποίο δίνει ψυχή τε και σώματι ο προπονητής Νικολαΐδης Δημήτρης, ένας άνθρωπος που δεν εγκατέλειψε ποτέ την ομάδα από την αρχή της συνεργασίας του με τον Νηρέα.

«Μπορεί η ακριτική πόλη της Ορεστιάδας να ναι αρκετά μακριά από πολλές διοργανώσεις, κάτι το οποίο συνεπάγεται επιπλέον χρόνος αλλά και έξοδα για τις αποστολές μας, η πορεία της όμως δείχνει ότι οι άνθρωποι αυτής της μικρής και απομακρυσμένης πόλης το στηρίζουν αυτό που κάνουν τα παιδιά τους με όλο τους το είναι. Το έχουν “ανάγκη”, το στηρίζουν με ρομαντισμό και ενθουσιασμό. Και αυτό για την οικογένεια του Νηρέα είναι συγκινητικό και αποτελεί κινητήριο δύναμη να συνεχίσει την προσπάθεια του και να ξεπερνά τα εμπόδια, όποια και αν είναι αυτά» προσθέτουν οι διοικούντες τον σύλλογο.

Ο Νηρέας Ορεστιάδας προσπαθεί να συμμετέχει σε πολλές δράσεις του δήμου όπως το καλοκαιρινό φεστιβάλ με την επωνυμία «Συνάντηση Νέων Άρδας» και στις Χριστουγεννιάτικες Γιορτές της πόλης «Αγγέλων Φως» στις οποίες καλεί τα μέλη του να συνεισφέρουν για φιλανθρωπικούς σκοπούς σε συνεργασία με τους αρμόδιους συλλόγους.

Όλα αυτά βέβαια, πραγματοποιούνται με την εξαιρετική προσπάθεια όχι μόνον των αξιόλογων προπονητών, που σε πολλές περιπτώσεις υπερβάλλουν εαυτόν, αλλά και με την εξαιρετική δουλειά που επιτελείται από την κυρία Μαργαρίτη Μαρία που έχει αναλάβει το πόστο της γραμματείας και ως εκ τούτου ένα πολύ σημαντικό μέρος της οργάνωσης του Νηρέα και των τμημάτων του.

Εξάλλου ο σύλλογος προσπαθεί να δώσει μεγάλη έμφαση στο αναπτυξιακό κομμάτι της ομάδας ώστε αυτό να έχει διάρκεια και να μην αποτελεί ένα πυροτέχνημα, αν και έχοντας περάσει δια πυρός και σιδήρου, έχει αποδείξει τόσο την αξία του, όσο και τον επαγγελματισμό του.

Τέλος αξίζει να αναφερθεί η σημαντική συμμετοχή και βοήθεια όλων των συνεργατών-μελών του συλλόγου, με την δράση του προεδρείου το οποίο αποτελείται από τους κάτωθι:

- 1. Φωτεινή Καφετζή Πρόεδρος**
- 2. Μαργαρίτης Χαραλαμπίδης Αντιπρόεδρος**
- 3. Μαρία Ευθυμίου Γεν. Γραμματέας**
- 4. Αναστάσιος Πάνος Ειδ. Γραμματέας**
- 5. Χριστίνα Ελαφούδη Ταμίας**
- 6. Βασίλειος Μέγας Μέλος**
- 7. Χρήστος Μουσίκας Μέλος**

# Η Κρήτη σε πρωταγωνιστικό ρόλο στον υγρό στίβο

**Ε**ίκοσι έξι διοργανώσεις φιλοξενήθηκαν στο νησί μέσα στο 2022. Με τον ίδιο ρυθμό θα εξακολουθήσουν να δραστηριοποιούνται στην Κρήτη και το 2023 αφού από την 1 Γενάρη μέχρι τις 30 Ιουνίου έχουν ήδη προγραμματιστεί 18 σημαντικές εκδηλώσεις ενώ μέσα στη χρονιά, ένα πολύ μεγάλο γεγονός αποτελεί η διεξαγωγή των 3ων παράκτιων Μεσογειακών αγώνων που θα γίνουν στο νομό Ηρακλείου με τη συμμετοχή 1500 αθλητών και αθλητριών από 26 χώρες. Στο Ηράκλειο θα πραγματοποιηθούν οι αγώνες της τεχνικής κολύμβησης και στα Μάλια οι αγώνες της ανοιχτής θάλασσας.

Ο πρόεδρος της περιφερειακής επιτροπής Κρήτης της ΚΟΕ, κύριος **Γιώργος Ανδρουλάκης**, αναφέρεται στα όσα διαδραματίστηκαν μέσα στο 2022 αλλά και στα προβλήματα τα οποία

υπάρχουν και ταλανίζουν την περιοχή. Αναφερόμενος στο 2022 ο Γιώργος Ανδρουλάκης καταγράφει τα κάτωθι: «Έγιναν 26 συνολικά διοργανώσεις, 23 κολυμβητικές και 3 σε επίπεδο ανοιχτής θάλασσας. Εκδηλώσεις της κολυμβητικής ομοσπονδίας και των συλλόγων. Ξεχωρίζουν, το **διεθνές τουρνουά υδατοσφαίρισης ανδρών στη μνήμη του αδικοχαμένου Νώντα Σαμαρτζίδα** που έγινε τον Ιούλιο με τη συμμετοχή των εθνικών ομάδων της Ελλάδας, του Μαυροβουνίου, της Γερμανίας και της Ολλανδίας και η **διεθνής κολυμβητική συνάντηση τα 19α Βενιζέλια** που έγιναν στα Χανιά και έφεραν την αφρόκρεμα της ελληνικής κολύμβησης τον Απρίλη στην πόλη.

Επιπλέον άξιο αναφοράς είναι το **8ο κολυμβητικό μίτινγκ στη μνήμη**

Είκοσι έξι διοργανώσεις φιλοξενήθηκαν στο νησί μέσα στο 2022. Με τον ίδιο ρυθμό θα εξακολουθήσουν να δραστηριοποιούνται στην Κρήτη και το 2023



Το κολυμβητήριο Χανίων



του Τσέτσο Γκολομέβ το οποίο διοργανώθηκε από τον ΚΟΗ τον Μάιο. Επίσης, ο τελικός αγώνας της διοργάνωσης “Oceanman” στην ανοικτή θάλασσα που πραγματοποιήθηκε τον Οκτώβριο στο Ρέθυμνο, με τη συμμετοχή πολλών ολυμπιονικών διοργανωμένο από το δήμο Ρεθύμνου και την περιφέρεια Κρήτης. Ένα ακόμα σημαντικό γεγονός αποτέλεσε ο αγώνας “cliff diving” που πραγματοποιήθηκε τον Σεπτέμβρη στον Άγιο Νικόλαο. Ας μην ξεχάσω να αναφέρω το “Irakleion swimming challenge” το οποίο διοργάνωσε ο Τρίτωνας για τις προαγωνιστικές κατηγορίες».

Ο πρόεδρος συνεχίζει για το 2023: «Μέσα στο 2023, θα διοργανωθούν μέχρι και τον Ιούνιο 13 διοργανώσεις κολύμβησης, 3 ανοικτής θάλασσας,





2 “μαστερς” ενώ βέβαια ξεχωρίζουν οι Παράκτιοι Μεσογειακοί Αγώνες.

Είναι πολύ ευχάριστο το γεγονός ότι στη - μετά Covid εποχή - ανεβαίνουν αισθητά τα νούμερα των αθλητών και αθλητριών που μετέχουν στις διοργανώσεις. Αυτό μας δείχνει ότι περνάμε σε μια «επόμενη ημέρα».

Ο **Γιώργος Ανδρουλάκης** όμως στέκεται στα σημαντικά προβλήματα τα οποία αντιμετωπίζει η Κρήτη αναφορικά με τις κολυμβητικές δεξαμενές.

Εκτιμά ότι έχουν γίνει σημαντικά λάθη στο σκεπτικό δημιουργίας κολυμβητηρίων στο νησί.

Τονίζει: «Να φέρω ως παράδειγμα τις κολυμβητικές δεξαμενές στο Αρκαλοχώρι και στις Μοίρες. Πρόκειται για δύο πισίνες ολυμπιακών διαστάσεων (50 μέτρων, ανοικτές) που η λειτουργία τους σε ετήσια βάση είναι ανέφικτη.

Ενώ θα μπορούσαν να λειτουργούν επί 12 μήνες, τα κόστη είναι τέτοια που δεν επιτρέπει στις δημοτικές αρχές να λειτουργήσουν τις συγκεκριμένες εγκαταστάσεις. Υπάρχει ακόμη, μια δεξαμενή, επίσης 50 μέτρων στην περιοχή έξω από το Ηράκλειο, στις Γούρνες, που δε λειτούργησε ποτέ και ποτέ δεν μπήκε νερό. Την ίδια ώρα, στην πόλη του Ηρακλείου, υπάρχει μια - μόνο - δεξαμενή η οποία είναι ανοιχτή (50 μέτρων) και δεν μπορεί να εξυπηρετήσει τη λειτουργία των σωματείων όταν αυτά είναι 11 και καλλιεργούν αρκετά από τα αθλήματα της ΚΟΕ.

Δεν θέλω να πω ότι ήταν λάθος η κατασκευή των

προαναφερόμενων κολυμβητηρίων, αλλά για τη λειτουργικότητα τους, θα μπορούσαν εκεί να είχαν δημιουργηθεί μικρότερες πισίνες - με αισθητά μικρότερο κόστος - έτσι ώστε να λειτουργούν όλο το χρόνο και παράλληλα να έχει κατασκευαστεί μια άλλη πισίνα στο Ηράκλειο που να εξυπηρετεί τις ανάγκες των πολλών σωματείων που υπάρχουν στην πόλη».

«Έχει εξαγγελθεί» συνεχίζει «η κατασκευή μιας 33αρης κλειστής πισίνας που θα βρίσκεται ανατολικά της ήδη υπάρχουσας. Μακάρι να γίνει αυτό το έργο γιατί θα δώσει ανάσα σε όλα τα σωματεία της πόλης. Είναι σημαντικό το γεγονός ότι στη Κρήτη δεν υπάρχει ούτε μια κλειστή πισίνα σήμερα. Αυτό αποτελεί μεγάλο πρόβλημα».

Ο κύριος Ανδρουλάκης στέκεται επίσης στο τεράστιο θέμα που υπάρχει στην περιοχή «Ακρωτήρι» των Χανίων. Εκεί, για τις ανάγκες των Ολυμπιακών αγώνων του 2004, κατασκευάστηκε μια κλειστή πισίνα 50 μέτρων όπου το τοπίο - όπως ο ίδιος χαρακτηρίζει - είναι νεφελώδες γιατί ποτέ δεν λειτούργησε. «Είναι εγκαταλελειμμένη».

Πέρα όμως από τα «άσχημα» που αναφέρθηκε ο πρόεδρος, έχει να προσθέσει και αρκετά «καλά».

«Στο Ηράκλειο έγινε φέτος πλήρης αντικατάσταση του μηχανοστασίου, ανακατασκευή των αποδυτηρίων, κατασκευάστηκαν ξεχωριστά αποδυτήρια για την πισίνα εκμάθησης, ο φωτισμός βελτιώθηκε, οι εξέδρες ανακαινίστηκαν, τοποθετήθηκε ισοθερμικό κάλυμμα, αγοράστηκε



Είναι πολύ ευχάριστο το γεγονός ότι στη - μετά Covid εποχή - ανεβαίνουν αισθητά τα νούμερα των αθλητών και αθλητριών που μετέχουν στις διοργανώσεις. Αυτό μας δείχνει ότι περνάμε σε μια «επόμενη ημέρα»



σκούπα καθαρισμού, προμήθεια νέων βατήρων, αντικυματικών διαδρομών και νέα μικροφωνική εγκατάσταση. Στα Χανιά έγινε πλήρης ανακατασκευή της πισίνας και αγορά νέου χρονομέτρου. Το 2023 επίσης, έχει προγραμματιστεί η αγορά ενός νέου ηλεκτρονικού πίνακα αποτελεσμάτων και η στεγανοποίηση της πισίνας.

Εκτος των Χανίων και του Ηρακλείου, στην περιοχή του Ρεθύμνου, υπάρχει μια πισίνα (25 μέτρων με 5 διαδρομές) η οποία ωστόσο μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο για προπονήσεις και όχι για αγώνες, γεγονός που συνιστά πρόβλημα. Στον Άγιο Νικόλαο, υπάρχει ένα κολυμβητήριο, 25 μέτρων με 6 διαδρομές ανοικτό».

Ο πρόεδρος της επιτροπής στέκεται επίσης και σε σημαντικές δράσεις οι οποίες πραγματοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του 2022 όπως ήταν η «Μαραθώνιος σκυταλοδρομία» που πραγματοποιήθηκε στο Ηράκλειο για την κακοποιημένη γυναίκα και το παιδί. Για το 2023 είναι σημαντική η λειτουργία μια σχολής «κριτών - χρονομέτρων» που θα βοηθήσει στην εξυπηρέτηση των αναγκών των πολλών σημαντικών αθλητικών διοργανώσεων που φιλοξενούνται στο νησί. **k**

## ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ



Περιφέρεια Κεντροδυτικής Μακεδονίας

# «SOS στην Μακεδονία μας»



Το κλειστό κολυμβητήριο της Νάουσας



Το κολυμβητήριο της Πτολεμαΐδας

**Η** ανυπαρξία κολυμβητικών υποδομών ταλανίζει την περιφέρεια της Κεντροδυτικής Μακεδονίας. Αποτελεί πονοκέφαλο για τον πρόεδρο και τα μέλη της περιφερειακής επιτροπής της Κολυμβητικής Ομοσπονδίας που εδρεύει στην Θεσσαλονίκη.

**Ο Γιάννης Νάτσιος**, πρόεδρος της περιφερειακής επιτροπής και αντιπρόεδρος της Ομοσπονδίας, κρούει τον κώδωνα του κινδύνου και νιώθει ιδιαίτερα προβληματισμένος για την κατάσταση που επικρατεί.

**Δέκα (10) νομοί της Μακεδονίας** ανήκουν στο δυναμικό της συγκεκριμένης περιφερειακής επιτροπής και οι έξι από αυτούς, **ένα τραγικό ποσοστό 60%, δεν διαθέτουν κολυμβητήρια! Δεν υπάρχει πισίνα στην Πέλλα, στην Καστοριά, στην Φλώρινα, στο Κιλκίς, στα Γρεβενά και στην Χαλκιδική!** Στα Γρεβενά υπάρχει μια πισίνα 25 μέτρων η οποία όμως είναι ανενεργή εδώ και έξι ολόκληρα χρόνια.

Κάτω απ' αυτές τις συνθήκες είναι αδύνατον να αναπτυχθούν τα αθλήματα του υγρού στίβου. Αυτό αποτελεί την προτεραιότητα της συγκεκριμένης Περιφέρειας για το 2023. Πως δηλαδή θα ξεκινήσουν επαφές με τις Περιφέρειες και τους τοπικούς δήμους προκειμένου να δοθεί λύση στο

μείζον αυτό πρόβλημα.

Σήμερα στην περιφέρεια Κεντροδυτικής Μακεδονίας, εκτός Θεσσαλονίκης, λειτουργεί μια πισίνα 50 μέτρων στην Νάουσα και μια αντίστοιχη στην Πτολεμαΐδα, κλειστές, με οκτώ διαδρομές και με λειτουργία όλο το χρόνο. Οι Σέρρες και η Κοζάνη διαθέτουν επίσης δύο κλειστές πισίνες 25 μέτρων, ενώ στα σχέδια των τοπικών αρχών στην Σέρρες υπάρχει η δημιουργία μιας πισίνας ολυμπιακών διαστάσεων που θα κατασκευαστεί τους επόμενους μήνες.

Στο προηγούμενο τεύχος του ΚοεΜΑΓ ο κύριος Νάτσιος έθιξε τα προβλήματα τα οποία υπάρχουν στην Θεσσαλονίκη. Μια μεγάλη πόλη, με εκατοντάδες χιλιάδες ανθρώπους, η οποία στερείται κολυμβητικών δεξαμενών. Ελάχιστα είναι τα κολυμβητήρια στην συμπρωτεύουσα και τα περισσότερα από αυτά δεν λειτουργούν σε δωδεκάμηνη βάση.

Το 2023 έρχεται με σημαντικές πρωτοβουλίες της περιφερειακής επιτροπής. Η κυριότερη εξ' αυτών είναι η **διεκδίκηση της διεξαγωγής του πανελληνίου πρωταθλήματος κολύμβησης ανδρών – γυναικών στην Θεσσαλονίκη τον Μάιο του 2023. Στην πόλη, τον Ιούλιο, θα γίνει και το αντίστοιχο πανελλήνιο πρωτάθλημα της τεχνικής κολύμβησης. **K****



# Η Θράκη φοράει τα γιορτινά της

**Τ**ο πρώτο σημαντικό κολυμβητικό γεγονός του 2023 θα γίνει στην Αλεξανδρούπολη. Η πόλη “φοράει τα γιορτινά” της για να υποδεχθεί το χειμερινό κολυμβητικό πρωτάθλημα της ορειν κατηγορίας που θα γίνει τον Φλεβάρη.

Βέβαια ιδιαίτερη ικανοποίηση επικρατεί στους κύκλους της περιφερειακής επιτροπής της ΚΟΕ και στον πρόεδρο **Κωνσταντίνο Χατζηκωνσταντίνου** ο οποίος εκφράζεται για τα προβλήματα τα οποία αντιμετωπίζει η συγκεκριμένη επιτροπή αλλά και τις δράσεις που έγιναν το 2022 και έχουν προγραμματιστεί για το 2023.

«Μεγάλο γεγονός αποτελεί η διεξαγωγή του χειμερινού πρωταθλήματος της ορειν κατηγορίας στην Αλεξανδρούπολη. Είναι η πρώτη φορά που θα γίνει η διοργάνωση εκτός της Αθήνας. Αυτό είναι πολύ σημαντικό και ευχαριστούμε της διοίκηση της κολυμβητικής ομοσπονδίας για την υποστήριξη και την εμπιστοσύνη στο έργο μας. Η διοργάνωση αυτή έρχεται ως συνέχεια σημαντικών εκδηλώσεων που έγιναν στην περιφέρεια κατά τη διάρκεια του 2022 όπως ήταν οι κολυμβητικοί αγώνες “Απόστολος Παύλος” που πραγματοποιήθηκαν το Φλεβάρη του

22 στην Καβάλα, τα «Φιλίππεια» που αφορούσαν ένα μίτινγκ προαγωνιστικών κατηγοριών και που έγιναν τον Μάρτη στην Καβάλα ενώ τον Ιούνιο φιλοξενήθηκε στην Αλεξανδρούπολη η πρώτη φάση του πανελληνίου κολυμβητικού πρωταθλήματος. Κατά τη διάρκεια του 2022 είχαμε επίσης, διασυλλογικούς αγώνες που στέφτηκαν με απόλυτη επιτυχία στην Αλεξανδρούπολη. Επιπλέον πραγματοποιήθηκε ημερίδα ανοικτής θάλασσας στην Κεραμωτή του Δήμου Χρυσούπολης στην Καβάλα.

Το 2023 πέραν του πρωταθλήματος της ορειν κατηγορίας που θα γίνει στην Αλεξανδρούπολη έχουν ήδη προγραμματιστεί οι κολυμβητικοί αγώνες «Απόστολος Παύλος» και «Φιλίππεια» που θα πραγματοποιηθούν τον Γενάρη και τον Μάιο αντίστοιχα του 2023”.

Τα προβλήματα της δυσλειτουργίας αθλητικών εγκαταστάσεων ταλανίζουν την περιφερειακή επιτροπή της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης. Ο κύριος Χατζηκωνσταντίνου καταθέτει τα κάτωθι προβλήματα.

«Έχει κατεδαφιστεί το κλειστό κολυμβητήριο 25 μέτρων στην Δράμα. Τα θεμέλια έχουν ήδη πέσει για

τη δημιουργία μιας νέας πισίνας, αλλά η Δράμα είναι χωρίς κολυμβητήριο αυτή την στιγμή, πρόβλημα που απαιτεί λύση. Επίσης σημαντικό πρόβλημα αποτελεί η λειτουργία του υπερσύγχρονου κλειστού κολυμβητηρίου 25 μέτρων που βρίσκεται στην Κομοτηνή. Έχει μέσα καταδυτήριο και ανήκει στο πανεπιστήμιο της Θράκης. Είναι σημαντική η αξιοποίηση της συγκεκριμένης εγκατάστασης για την φιλοξενία μεγάλων εκδηλώσεων στο μέλλον και είναι ένα θέμα το οποίο πρέπει να δρομολογηθεί».

Ο πρόεδρος της περιφερειακής επιτροπής στην συνέχεια αναφέρεται σε σημαντικά πράγματα τα οποία έγιναν στην περιφέρεια του:

«Λειτουργεί στην περιφέρεια το κολυμβητήριο ολυμπιακών διαστάσεων της Αλεξανδρούπολης το οποίο αποτελεί κόσμημα τόσο για τον χώρο όσο και για την περιοχή και στο οποίο φιλοξενούνται πολλές σημαντικές εκδηλώσεις. Επίσης, στην Ξάνθη ανακατασκευάστηκε και παραδόθηκε προς χρήση το κλειστό κολυμβητήριο 50 μέτρων με 8 διαδρομές. Στα σχέδια μάλιστα της δημοτικής αρχής είναι η δημιουργία μιας ανοικτής δεξαμενής ανάλογων διαστάσεων που θα χρησιμοποιείται και για αγώνες. Στον νομό Έβρου λειτουργεί ένα κλειστό κολυμβητήριο 25 μέτρων - 8 διαδρομών στην Ορεστιάδα, ενώ στην Καβάλα υπάρχει το επίσης κλειστό ολυμπιακών διαστάσεων με 8 διαδρομές κολυμβητήριο στο οποίο το 2022 έγιναν σημαντικά έργα ενεργειακής αναβάθμισης. Αγορά αντλίας θερμότητας, αλλαγή των μηχανολογικών εγκαταστάσεων και το 2023 έχει προγραμματιστεί η αγορά νέου πίνακα και η εγκατάσταση των βαθίρων και διαδρομών».

Για την περιοχή της Καβάλας, ο κύριος Χατζηκωνσταντίνου, τονίζει:

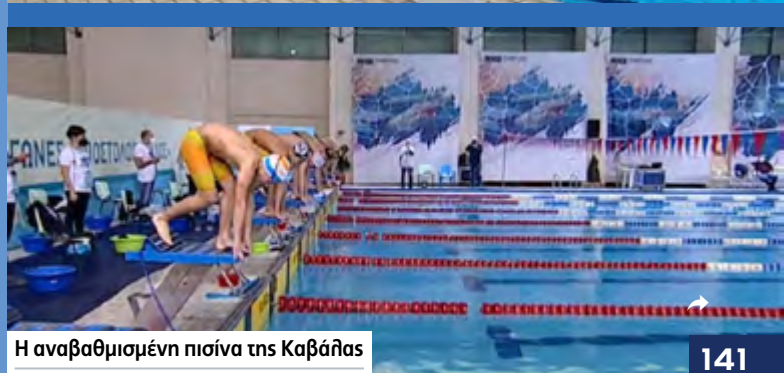
«Υπάρχουν δύο ακόμα -ανοικτά- θέματα στα οποία αν δωθεί λύση, τότε η ανάσα που θα δώσει σε ολόκληρη την περιφέρεια θα είναι σημαντική για τους αθλητές/τριες και όλους του εμπλεκόμενους φορείς».

Αναφέρεται στο ανοικτό κολυμβητήριο 8 διαδρομών ολυμπιακών διαστάσεων που υπάρχει στην παραλία της Καβάλας και είναι ανενεργό.

«Το συγκεκριμένο έργο πρέπει να αξιοποιηθεί ενώ υπάρχει στα σχέδια του Δήμου Χρυσούπολης η κατασκευή ενός ανοικτού κολυμβητηρίου 50 μέτρων. Τα συγκεκριμένα έργα - εάν υλοποιηθούν - θα αποτελέσουν παρακαταθήκη για την φιλοξενία μεγάλων εκδηλώσεων στην περιοχή της ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης ενώ θα βοηθήσουν παράλληλα τα σωματεία στην εξέλιξη του έργου τους». **k**



Στην Αλεξανδρούπολη υπάρχει ένα από τα καλύτερα κολυμβητήρια της χώρας



Η αναβαθμισμένη πισίνα της Καβάλας

Περιφέρεια Θεσσαλίας

# Πόληος έληξης η Θεσσαλία





**Ο** Βόλος και η Λάρισα έχουν καταστεί τα τελευταία χρόνια πόλος έλξης για τους φίλους του υγρού στίβου. Μεγάλες διοργανώσεις ευρωπαϊκού και παγκοσμίου επιπέδου έχουν πραγματοποιηθεί στην περιοχή της Θεσσαλίας και έχουν φιλοξενηθεί στις δύο αυτές πόλεις όπου υπάρχουν σημαντικές κολυμβητικές δεξαμενές.

Συγκεκριμένα, λειτουργούν τέσσερα κολυμβητήρια ολυμπιακών διαστάσεων (ανοιχτά και κλειστά) και μία πισίνα 25 μέτρων με καταδυτήριο.

Στον Βόλο και την Λάρισα, φιλοξενήθηκαν τον Αύγουστο του 2022 δυο παγκόσμια πρωταθλήματα υδατοσφαίρισης παιδών και κορασίδων (K16) με την υποδοχή 37 εθνικών συγκροτημάτων. Κινητοποιήθηκε όλη η τοπική κοινωνία για να εξυπηρετήσει τις ανάγκες των συγκεκριμένων διοργανώσεων που στέφθηκαν με απόλυτη επιτυχία με αποτέλεσμα η περιφερειακή επιτροπή και η ΚΟΕ να πάρουν τα συγχαρητήρια της παγκόσμιας ομοσπονδίας.

Το εθελοντικό κίνημα λειτούργησε για μια ακόμα φορά και χιλιάδες Λαρισινοί και Βολιώτες βρέθηκαν στα κολυμβητήρια και ήρθαν κοντά στο άθλημα της υδατοσφαίρισης.

Οδηγός στο οδοιπορικό μας για τις δράσεις της περιφερειακής επιτροπής αλλά και για τα σχέδιά της, είναι ο πρόεδρος της, ο κύριος **Γιώργος Κατσαντώνης** που είναι παράλληλα πρόεδρος του Ναυτικού Ομίλου Λάρισας.

Ο κύριος Κατσαντώνης ευχαριστεί δημόσια το Διοικητικό Συμβούλιο της ομοσπονδίας και τον πρόεδρο Κυριάκο Γιαννόπουλο, τον Περιφερειάρχη Θεσσαλίας Κώστα Αγοραστό καθώς επίσης και τους δήμους Βόλου και Λάρισας για τις υπηρεσίες τις οποίες προσέφεραν κατά την διάρκεια του 2022 φιλοξενώντας στην Θεσσαλία σημαντικές εκδηλώσεις για τον υγρό στίβο. Πέραν των παγκόσμιων πρωταθλημάτων των παιδών και κορασίδων, στην Λάρισα, τον Απρίλη του 2022 για πρώτη φορά φιλοξενήθηκαν οι τελικές φάσεις του κυπέλου Ελλάδας υδατοσφαίρισης, τόσο των ανδρών, όσο και των γυναικών.

Επιπλέον τον Μάρτιο, έγινε ένα σημαντικό «καμπ» που βοήθησε στην αποδοχή του αθλήματος της ανοιχτής θάλασσας από τους κολυμβητές/τριες της Θεσσαλίας. Ένα «καμπ» υπό την επίβλεψη του αργύρου ολυμπιονίκη **Σπύρου Γιαννιώτη**.

Η καλλιτεχνική κολύμβηση για μια ακόμη φορά είχε την τιμητική της αφού στο



## Περιφέρεια Θεσσαλίας



Ο πρόεδρος Γιώργος Κατσαντώνης



Βόλο τον Σεπτέμβρη, φιλοξενήθηκε ένα πανελλήνιο πρωτάθλημα όπως είχε γίνει και τον Σεπτέμβρη του 2021 στην Λάρισα. Εκεί, φιλοξενήθηκε επίσης, το Νοέμβρη του 2021 το πανελλήνιο πρωτάθλημα των «μάστερς» ενώ δεν έλειψαν και οι παρουσίες εθνικών ομάδων όπως έγινε με την ομάδα των εφήβων στην κολύμβηση που τον Απρίλη του 2022 φιλοξενήθηκε στη Λάρισα.

Από πλευράς εγκαταστάσεων, αξιοσημείωτα είναι τα έργα τα οποία έγιναν για τις ανάγκες του παγκόσμιου πρωταθλήματος κορασιδών στο κολυμβητήριο της Νέας Πολιτείας στη Λάρισα όπου τοποθετήθηκαν χίλια πεντακόσια καθίσματα και αναβαθμίστηκε ο χώρος που αποτελεί σήμερα ένα από τα πλέον λειτουργικά και τα πιο σύγχρονα κολυμβητήρια της χώρας. Τα έργα βέβαια, στο συγκεκριμένο χώρο αναμένεται να συνεχιστούν και το 2023.

Στην περιφέρεια Θεσσαλίας λειτουργούν στο Βόλο και την Λάρισα σπουδαίες εγκαταστάσεις, οι οποίες έχουν μεγάλη σημασία για την ανάπτυξη της περιοχής.

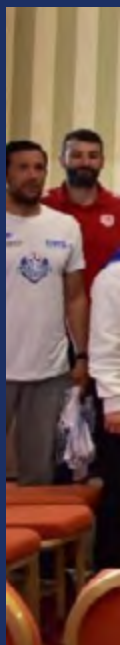
Στον Βόλο υπάρχει το αναβαθμισμένο κλειστό κολυμβητήριο «Βασιλίας Πολύμερος»

το οποίο είναι στην Νέα Ιωνία, πισίνα 50 μέτρων, κλειστή. Υπάρχει επίσης το ανοιχτό κολυμβητικό «Ιωάννης Αντωνόπουλος» και η κλειστή πισίνα 25 μέτρων «Ιάσωνας Ζηργάνος» η οποία διαθέτει και καταδυτήριο.

Στην Λάρισα υπάρχουν επίσης, το κλειστό κολυμβητήριο 50 μέτρων και το καινούριο κολυμβητήριο της Νέας Πολιτείας, ανοιχτό, 50 μέτρων.

Στην περιφέρεια Θεσσαλίας βρίσκει κανείς επίσης ένα κολυμβητήριο στην Καρδίτσα (25 μέτρων με 6 διαδρομές) και ένα στα Τρίκαλα (25 μέτρων με 6 επίσης διαδρομές). Υπάρχουν ωστόσο προβλήματα στα Τρίκαλα στην baby πισίνα όπου φιλοξενούνται τα μικρά παιδιά και η οποία λειτουργεί μόνο τρεις μήνες το καλοκαίρι. Είναι ένα θέμα που ζητά λύση. Βέβαια όπως τονίζει ο πρόεδρος της επιτροπής Γιώργος Κατσαντώνης:

«Παρά το γεγονός της ύπαρξης των κολυμβητικών αυτών δεξαμενών, προβλήματα εξακολουθούν να υπάρχουν αφού σημειώνεται ότι στο Βόλο λειτουργούν 11 σωματεία, στα Τρίκαλα 8, στη Λάρισα 3 και στην Καρδίτσα 2». **k**





Στον Βόλο και την Λάρισσα, φιλοξενήθηκαν τον Αύγουστο του 2022 δυο παγκόσμια πρωταθλήματα υδατοσφαίρισης παιδων και κορασίδων (Κ16) με την υποδοχή 37 εθνικών συγκροτημάτων



# Περιφέρεια Ανατολικής Στερεάς και Εύβοιας

## Μεστό από εκδηλώσεις το 2022

**Μ**εστή ήταν από εκδηλώσεις η χρονιά που φεύγει για την Εύβοια και την ανατολική Στερεά Ελλάδα. Πολλές και σημαντικές ήταν οι διοργανώσεις που πραγματοποιήθηκαν στα αθλήματα του υγρού στίβου. Έντονη υπήρξε η δραστηριοποίηση της περιφερειακής επιτροπής με πρόεδρο την κυρία **Ελευθερία Σαραντίδου** η οποία είναι παράλληλα ταμίας της κολυμβητικής ομοσπονδίας και πρόεδρος του Ναυτικού Ομίλου Χαλκίδας.

Η περιφερειακή επιτροπή σε αγαστή συνεργασία με την περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας και τους δήμους Καρπενησίου, Χαλκιδέων και Διστόμου – Αράχωβας – Αντίκυρας σχεδίασε και πραγματοποίησε αγώνες με καθολική επιτυχία.



Καταγράφοντας τις κυριότερες διοργανώσεις που πραγματοποιήθηκαν η κυρία Σαραντίδου αναφέρεται:

Στα πανελλήνια πρωταθλήματα ανοικτής θάλασσας που έγιναν στην παραλία του Διστόμου, στον οικισμό «Άσπρα Σπίτια», τόσο το Σεπτέμβριο του 2021, όσο και Ιούλιο του 2022.

Αξιοσημείωτη επίσης εκδήλωση ήταν, το κύπελλο Χριστουγέννων στην κολύμβηση που έγινε τον Νοέμβριο του 2021 και του 2022.

Στην Ιτέα φιλοξενήθηκε το διεθνές τουρνουά υδατοσφαίρισης νέων γυναικών με την επωνυμία «Πύθεια» που πραγματοποιήθηκε τον Ιούλιο του 2022.

Για μια ακόμη φορά επίσης φιλοξενήθηκε η εθνική μας ομάδα υδατοσφαίρισης των ανδρών στην Χαλκίδα τον Ιούλιο του 2022 προετοιμαζόμενη για τα μεγάλα πρωταθλήματα στα οποία έλαβε μέρος το καλοκαίρι.

Ευχής έργο και προτεραιότητα - σύμφωνα με την κυρία Σαραντίδου - είναι η κατασκευή μιας δεύτερης πισίνας στη Χαλκίδα, δεδομένου ότι η πόλη αποτελεί πόλο έλξης, βρίσκεται πολύ κοντά στην πρωτεύουσα και στο μεγαλύτερο αεροδρόμιο της χώρας «Ελευθέριος Βενιζέλος». Η συγκεκριμένη πισίνα θα έδινε σίγουρα τη δυνατότητα φιλοξενίας μεγάλων εκδηλώσεων στην πόλη.

Στην περιφέρεια ανήκουν επίσης δύο κολυμβητήρια 25 μέτρων (ανοιχτά), ένα στην Ιτέα και ένα στη Λιβαδειά με έξι διαδρομές έκαστο.

Τέλος, στην Ιτέα φιλοξενήθηκε τον Σεπτέμβριο του 2022 το πανελλήνιο πρωτάθλημα συλλόγων θάλασσας.

Ανάλογη αναμένεται να είναι η δραστηριότητα της περιφερειακής επιτροπής και για το 2023.

Η κυρία Ελευθερία Σαραντίδου δηλώνει:

«Έχουμε καταβάλει μεγάλη προσπάθεια με τους συνεργάτες μας και σε αγαστή συνεργασία με την περιφέρεια Στερεάς Ελλάδας αλλά και με τους δήμους. Θέλω να ευχαριστήσω δημόσια τον πρόεδρο της ΚΟΕ, Κυριάκο Γιαννόπουλο για την εμπιστοσύνη που έδειξε στην περιφερειακή επιτροπή για την ανάθεση σπουδαίων εκδηλώσεων σε αυτή. Η περιφερειακή επιτροπή προσέφερε εκατοντάδες δι-



## Περιφέρεια Ανατολικής Στερεάς και Εύβοιας



ανυκτερεύσεις στα στελέχη του υγρού στίβου (αθλητές, αθλήτριες, προπονητές, διοικητικοί παράγοντες και όλους τους υπόλοιπους φορείς) και διπλασιάσαμε τον αριθμό των συμμετασχόντων στις εκδηλώσεις μας».

Η πρόεδρος της περιφερειακής επιτροπής στέκεται ωστόσο και στα προβλήματα τα οποία υπάρχουν. Επιθυμεί να βρεθούν λύσεις για την εύρυθμη λειτουργία όλης της περιφέρειας.

Η κυρία Σαραντίδου τονίζει:

«Δρομολογούνται σημαντικά έργα τόσο στην κατασκευή νέων κολυμβητικών δεξαμενών όσο και στην αναβάθμιση κάποιων άλλων. Προβλήματα υπάρχουν και ζητούν λύση, αλλά έργα γίνονται και είναι αξιοσημείωτα. Πρόβλημα αποτελεί το γεγονός ότι σε ολόκληρη την Εύβοια υπάρχει ένα κολυμβητήριο στο οποίο μάλιστα χρειάζονται έργα αναβάθμισης με ανανέωση εξοπλισμού. Ο συγκεκριμένος χώρος δεν πληρεί τις προδιαγραφές για να γίνουν σημαντικές εκδηλώσεις εκεί. Προτεραιότητα της επιτροπής είναι η δημιουργία, πάντα σε συνεργασία με την περιφέρεια και τους δήμους, ενός κολυμβητηρίου στην Βόρεια Εύβοια όπου δυστυχώς δεν υπάρχει τίποτα παρά το γεγονός ότι σύλλογοι της περιοχής προσπαθούν να κάνουν έργο και δεν μπορούν. Ευτυχώς στην Νότια Εύβοια



Η Χαλκίδα είναι η πόλη που κάθε καλοκαίρι φιλοξενεί την Εθνική Ανδρών



Το Καρπενήσι για μια ακόμη φορά φιλοξένησε εκδηλώσεις του Υγρού Στίβου.



Τα Άσπρα Σπίτια αποτελούν σε ετήσια βάση ορμητήριο για τους εκφραστές της ανοικτής θάλασσας

μπήκαν τα θεμέλια για τη δημιουργία μιας κλειστής πισίνας 25X33 μέτρων στο Αλιβέρι. Στη Λαμία τα πράγματα είναι πιο ευχάριστα αφού το Σεπτέμβρη του 2023 υπάρχει ως πλάνο για τη δημοτική αρχή, η λειτουργία μιας σύγχρονης κολυμβητικής δεξαμενής ολυμπιακών διαστάσεων 50 μέτρων που θα είναι κλειστή. Παράλληλα στην Λαμία στο ανοιχτό κολυμβητήριο (25 μέτρων με 8 διαδρομές) έγινε αναβάθμιση και μέσα στα πλάνα είναι να τοποθετηθεί ένα στέγαστρο.

Διαφήμιση για την περιφέρεια της ανατολικής Στερεάς και Εύβοιας είναι το Καρπενήσι. Μια πισίνα 33 μέτρων (κλειστή με 13 διαδρομές) όπου εκεί μπορούμε και πραγματοποιούμε μεγάλες εκδηλώσεις σε ετήσια βάση». **k**





# Κώδωνας κινδύνου στην Πελοπόννησο



**Β**ασικός πυλώνας της εξέλιξης και της ανάπτυξης των αθλημάτων του υγρού στίβου είναι η περιφέρεια της Πελοποννήσου. Εκφραστής των προτεραιοτήτων της περιφερειακής επιτροπής Πελοποννήσου είναι ο πρόεδρός της, ολυμπιονίκης υδατοσφαίρισης με το σκουφάκι του Ναυτικού Ομίλου Πατρών, ο κύριος Μάκης Γεωργαράς.

Ο πρόεδρος κρούει τον κώδωνα του κινδύνου για τα προβλήματα τα οποία υπάρχουν στις εγκαταστάσεις της περιφερειακής επιτροπής. Σημαντικά είναι τα προβλήματα που ταλανίζουν την επιτροπή στο θέμα αυτό. Τα θέματα αυτά πρέπει να λυθούν το συντομότερο

δυνατόν στις υπάρχουσες εγκαταστάσεις και στο πλαίσιο αυτό η περιφερειακή επιτροπή προσπαθεί να καταγράψει τα προβλήματα και να τα γνωστοποιήσει στην αθλητική ηγεσία έτσι ώστε, σε συνεργασία με την ΚΟΕ, να επιδιώξουν την επίλυσή τους.

Δεν είναι λίγα τα κολυμβητήρια στην Πελοπόννησο. Όμως, κάποια από αυτά είναι προβληματικά στην λειτουργία τους ενώ άλλα, είναι κλειστά.

«Το ζητούμενο είναι να λειτουργήσουν όλα τα κολυμβητήρια τα οποία υπάρχουν και να βρίσκονται σε δωδεκάμηνη λειτουργία. Μερικά από αυτά είναι κλειστά και κάποια



Το κολυμβητήριο της Αμαλιάδας



Το κολυμβητήριο του ΝΟΠ στην Πάτρα

άλλα λειτουργούν μόνο λίγους μήνες» τονίζει στο KoeMAG ο κύριος Γεωργαράς.

«Η περιφερειακή επιτροπή - προσθέτει - σε συνεργασία με τις τοπικές αρχές, την Περιφέρεια και τους Δήμους επιδιώκει την επίλυση των προβλημάτων που υπάρχουν. Χρειάζεται μία αгаστή συνεργασία για την επίτευξη του στόχου. Όλα τα προβλήματα έχουν καταγραφεί και είναι γνωστά στο Υφυπουργείο και στην Γενική Γραμματεία Αθλητισμού.

Κολυμβητήρια τα οποία λειτουργούν - συνεχίζει - χωρίς προβλήματα είναι το «Αντώνης Πεπανός» στην Πάτρα καθώς επίσης και το κολυμβητήριο στην Καλαμάτα. Πολλά προβλήματα υπήρχαν μέχρι πρόσφατα στο κολυμβητήριο του Ναυπλίου, ενώ τα πολύ σύγχρονα κολυμβητήρια του Λουτρακίου δυστυχώς δεν δίνονται εύκολα σε ομάδες και φυσικά δεν μπορούν να πραγματοποιηθούν εκεί αγώνες υπό την αιγίδα της περιφερειακής επιτροπής. Ένα άλλο κολυμβητήριο που λειτουργεί είναι το δημοτικό της Κορίνθου (25 μέτρων ανοικτό).

Στη Τρίπολη τα προβλήματα είναι σημαντικά τα 2 τελευταία χρόνια. Πρόκειται για μια κλειστή πισίνα 50 μέτρων που θα μπορούσε να λύσει σημαντικά προβλήματα και να δώσει την ευκαιρία στην περιφερειακή επιτροπή διεξαγωγής πολλών αγώνων. Η εγκατάσταση έχει κλείσει εδώ και ενάμιση χρόνο για ενεργειακή αναβάθμιση, αλλά τα έργα έχουν καθυστερήσει σημαντικά. Η Τρίπολη στερείται κολυμβητηρίου εδώ και δύο χρόνια.

Σημαντικά επίσης είναι τα προβλήματα στη Σπάρτη όπου υπάρχει ένα κολυμβητήριο 25 μέτρων, ενώ στην Αμαλιάδα υπάρχει μια ανοικτή πισίνα 50 μέτρων με δέκα διαδρομές, ένα κολυμβητήριο πολύ σύγχρονο, όμως μια προβληματική συντήρηση δεν του επιτρέπει να είναι πλήρως λειτουργικό. Στόχος είναι να λειτουργήσει καλύτερα για δωδεκάμηνη χρήση».

Η περιφερειακή επιτροπή -όπως υποστηρίζει ο πρόεδρος της- θα επιδιώξει την φιλοξενία σημαντικών εκδηλώσεων μέσα στο 2023.

«Καταβάλλονται προσπάθειες όπως φιλοξενηθεί η τελική φάση του κυπέλλου Ελλάδος στην υδατοσφαίριση ανδρών και γυναικών τον Φεβρουάριο στην Πατρα και στο κολυμβητήριο «Αντώνης Πεπανός».

Επιπλέον, θα γίνει αγώνας με τον χρόνο για να πραγματοποιηθούν πανελλήνια πρωταθλήματα στην κολύμβηση και στην υδατοσφαίριση την άνοιξη και το καλοκαίρι στο κολυμβητήριο «Αντώνης Πεπανός» και στην πισίνα του ΝΟΠ».

Ο κύριος Γεωργαράς και η περιφερειακή επιτροπή ευχαριστούν δημόσια το διοικητικό συμβούλιο της Ομοσπονδίας και τον πρόεδρό της Κυριάκο Γιαννόπουλο για τον τρόπο με τον οποίο επιδιώκουν την λειτουργία των περιφερειακών επιτροπών, δίνοντας περιθώρια δραστηριοποίησης περισσότερων παραγόντων που υπηρετούν τα αθλήματα του υγρού στίβου, δημιουργώντας παράλληλα μια αυτοδυναμία στην λειτουργία τους. **k**



# Αγαστή συνεργασία συηλόγων

Ο **Ηλίας Σπυριούνης** είναι πρόεδρος της Περιφερειακής Επιτροπής Ηπείρου και Ιονίων νήσων και εκφράζεται στο ΚοεΜΑΓ για τα προβλήματα που υπάρχουν στην περιοχή, τις δράσεις που πραγματοποιήθηκαν το 2022 αλλά και τα σχέδια για την νέα χρονιά

«**Α**νέλαβα σαν πρόεδρος της περιφέρειας - τονίζει - μετά από την πρόταση του προέδρου Κυριάκου Γιαννόπουλου διότι τα τελευταία 20 χρόνια σαν πρόεδρος του Ποσειδώνα Ιωαννίνων γνώριζα πολλές αδυναμίες αλλά και ταυτόχρονα δυνατότητες που θα μπορούσε να έχει μια περιφέρεια όπως είναι η δική μας. Μιλώ πάντα ανοικτά διότι είναι και στο πνεύμα της νέας διοίκησης της ΚΟΕ η εξωστρέφεια και με όλα αυτά που βλέπω εκτιμώ πως τα πράγματα «σιγά σιγά» εξελίσσονται.

Προσπαθούμε να εφαρμόσουμε το «πλάνο» που έχει η ομοσπονδία και ταυτόχρονα να δούμε τι μπορούμε να κάνουμε σαν περιφέρεια, όχι μόνο από αγώνες αλλά και από εκπαίδευση, είτε μιλάμε για εθελοντές, είτε για κριτές, χρονομέτρες, γονείς, παραγόντες.

Πρέπει να έρθουμε όλοι πιο κοντά, να υπάρξει μια συνεννόηση και να μπουν αυτές οι προτεραιότητες έτσι ώστε να αρχίσει σιγά σιγά η περιφέρεια να βρίσκει τα βήματά της.

Το μεγαλύτερο μέχρι σήμερα πρόβλημα της περιφέρειας ήταν τα πολλά σωματεία και η κατανομή των διαδρομών. Όμως είχε γίνει ανέκδοτο πλέον «πως στα Γιάννενα τα βρήκανε και τις μοιράσανε χωρίς καβγάδες». Αυτό θα πρέπει να πω ότι άλλαξε και με τη βοήθεια



της ομοσπονδίας αφού πήραμε τη βαθμολογία την οποία την μετέτρεψα σε ποσοστά, όποτε ο καθένας ήξερε τα ποσοστά επί των διαδρομών και τις ώρες που θα έπρεπε το σωματείο του να κολυπήσει. Η έκπληξη ήταν - και για εμένα φυσικά - ότι δεν χρειάστηκε πολύς χρόνος. Τα σωματεία συμφώνησαν μόνα τους και το πρόγραμμα βγήκε χωρίς παράπονα. Αυτό φυσικά έγινε και σε συνεννόηση με τον πρόεδρο του αθλητικού κέντρου Παντελή Κολόκα, αφού προσπάθησε, μιλώντας στα σωματεία, να πει ότι πλέον η κατανομή των διαδρομών είναι θέμα της ΚΟΕ και της περιφέρειας. Να εφαρμόσει δηλαδή την διανομή των διαδρομών ανάλογα με την βαθμολογία και τα ποσοστά. Εγώ οφείλω να τον ευχαριστήσω γιατί όπως είπα το πρόγραμμα ήταν άκρως ικανοποιητικό.

Το επόμενο βήμα με τα σωματεία είναι η αλλαγή της νοοτροπίας και τα οφέλη της συνεργασίας που θα πρέπει να υπάρχει μεταξύ των σωματείων. Τα ίδια οφέλη θα έχουν και οι αθλητές τους φέρνοντας παράλληλα τους γονείς πιο κοντά και δίνοντάς τους ρόλο διότι η «πίτα» πρέπει να μεγαλώσει.

Θέλουμε περισσότερο κόσμο στο κολυμβητήριο και να μην υπάρχουν προβλήματα όπως η θερμοκρασία του νερού. Φυσικά δεν είχαμε μεγάλα θέματα με τη θερμοκρασία. Ήταν λίγα και έχει βελτιωθεί η κατάσταση.

Η πρώτη διοργάνωση εκτός Ιωαννίνων -καθώς το δικό μας δεν ήταν έτοιμο - ήταν το 2022 η πρώτη φάση του πανελληνίου πρωταθλήματος που έλαβε μέρος στο κολυμβητήριο της Πτολεμαΐδας. Πήγε παρά πολύ καλά με σημαντικές εμπειρίες για όλους.

Η δεύτερη μεγάλη διοργάνωση ήταν το πανελλήνιο πρωτάθλημα open water που επανήλθε στα Γιάννενα μετά από 6 χρόνια και έγινε στην Παμβώτιδα λίμνη. Για τρεις μέρες λοιπόν οι Γιαννιώτες είδαν 100 και πλέον κολυμβητές στη λίμνη που τα πήγαν πάρα πολύ καλά.

Σε αυτό το σημείο θα πρέπει να αναφέρω πως μου δόθηκε πλέον η ευκαιρία να κάνω κάτι που είχα στο μυαλό μου από παλιότερα αλλά ήταν δύσκολο να πραγματοποιηθεί από έναν μόνο σύλλογο. Από τη θέση που είμαι τώρα ωστόσο, θα μπορούσε να προκύψει συνεργασία με όλους τους συλλόγους.

Αφορά αγώνες για παιδιά ηλικίας έξι έως εννέα ετών. Είναι μία ηλικία που τα παιδιά έρχονται στο κολυμβητήριο δύο ή τρεις φορές την εβδομάδα χωρίς να έχουν κάποιον στόχο. Έτσι, σχεδιάσαμε τρεις συναντήσεις (μία το Νοέμβριο, μία τον Ιανουάριο και μία που θα γίνει τον Απρίλιο), μέσα από τις οποίες θα μπορέσει να φανεί η πρόοδος των παιδιών και θα καταφέρουν οι μικροί μας αθλητές να

έρθουν πιο κοντά με το άθλημα. Μπορώ να πω ότι τα σχόλια ήταν εξαιρετικά και μέχρι το τέλος της σεζόν - που θα έχουν ακολουθήσει άλλες δύο συναντήσεις - θα μπορούν να φανούν και τα αποτελέσματα, αφού κρατάμε τα απαραίτητα δεδομένα που μας δείχνουν πως μπορούμε να βοηθήσουμε καλύτερα αυτές τις ηλικίες.

Τις προαναφερόμενες συναντήσεις τις ονομάσαμε «swim for life».

Προχωρώντας σιγά σιγά προς το 2023, θα υπάρξει μια χρυσουγεννιάτικη γιορτή στην πισίνα που θα πραγματοποιηθεί σε δυο διαφορετικές ώρες για μικρούς και μεγάλους αθλητές. Θα πραγματοποιηθούν βραβεύσεις αθλητών - γιατί τα πρότυπα πρέπει πάντα να υπάρχουν και να αναδεικνύονται - που έχουν φορέσει και τιμήσει την φανέλα της εθνικής.

Μέσα στο 2023 περιμένουμε τον ψηφιακό μετασχηματισμό που θα παρέχει η ομοσπονδία (όπως για παράδειγμα η ανανέωση των δελτίων), έτσι ώστε να έχουμε και εμείς περισσότερο χρόνο για δημιουργία και ανάπτυξη.

Φυσικά το ανθρώπινο δυναμικό είναι ένα πρόβλημα στην περιφέρειά μας και προσπαθώ πολύ για να βρεθεί λύση (κυρίως με νέα παιδιά)». **k**





# Ανάμεικτα τα συναισθήματα στο Αιγαίο





Το κόσμημα  
του Αιγαίου,  
το Ιωνικό κολυμβητήριο  
της Χίου

**Α**νάμεικτα είναι τα συναισθήματα που επικρατούν στην περιφερειακή επιτροπή των νησιών του Αιγαίου. Από τη μια, *ικανοποίηση γιατί παραδόθηκε σε λειτουργία το Ιωνικό κολυμβητήριο της Χίου*, μια πανέμορφη - πλέον - αθλητική εγκατάσταση. Από την άλλη *θλίψη γιατί στα υπόλοιπα νησιά ή δεν υπάρχουν κολυμβητικές δεξαμενές ή λειτουργούν προβληματικά*.

Με νέα τέντα, χωρίς ενεργειακές απώλειες, ένα κόσμημα για τον υγρό στίβο στο νησί, παραδόθηκε σε λειτουργία το Ιωνικό κολυμβητήριο της Χίου.

Μιλώντας για τις δράσεις και τα προβλήματα της περιφερειακής επιτροπής, **ο πρόεδρος της Οδυσσέας Μαράτσος** τονίζει: «Παραδόθηκε το Ιωνικό κολυμβητήριο και αποτελεί ένα πάρα πολύ σημαντικό έργο. Από την πρώτη στιγμή συνιστούσα υπομονή σε όλους τους ενδιαφερόμενους για την χρήση του, αφού έγιναν σημαντικά έργα ανακατασκευής και πλέον το κολυμβητήριο λειτουργεί. Η ανακατασκευή του δημιούργησε αρκετά προβλήματα το 2022 αφού έμεινε κλειστή η πισίνα για οκτώ ολόκληρους μήνες και δεν μας επέτρεψε να φιλοξενήσουμε στην περιφέρεια σημαντικές αθλητικές εκδηλώσεις».

Ο Οδυσσέας Μαράτσος όμως στέκεται στα σημαντικά προβλήματα τα οποία υπάρχουν στην περιφέρεια με την έλλειψη κολυμβητικών δεξαμενών





που δημιουργεί προβλήματα στην λειτουργία των συλλόγων και έχει ως συνέπεια να μην μπορούν τα νέα παιδιά και οι οικογένειες να φέρουν τα μέλη τους στον υγρό στίβο και να αγαπήσουν τα αθλήματα του.

Ο πρόεδρος τονίζει: «Πέραν του Ιωνικού στη Χίο, υπάρχει ένα ακόμη κολυμβητήριο ολυμπιακών διαστάσεων (50 μέτρων ) στη Σύρο. Η λειτουργία του ωστόσο σήμερα, είναι προβληματική. Είναι διαθέσιμο μόνο το καλοκαίρι και αυτό αντιλαμβάνεστε πως δημιουργεί τεράστια προβλήματα στους συλλόγους που καλλιεργούν τα αθλήματα στο νησί. Δεν είναι δυνατόν να έχεις αθλητές για τρεις μήνες και τον υπόλοιπο χρόνο να βρίσκονται σπίτι τους».

Ο κύριος Μαράτσος στέκεται επίσης σε ένα θέμα το οποίο αποτελεί πρόβλημα τόσο για το συγκεκριμένο νησί και τους ανθρώπους του, αλλά και για όλη την κοινωνία του υγρού στίβου στην Ελλάδα. Αναφερόμαστε στο νησί της Λέσβου. Οι σύλλογοι της Μυτιλήνης αποτελούν ιδρυτικά μέλη της κολυμβητικής ομοσπονδίας. Όταν ιδρύθηκε η ΚΟΕ το 1927 (τότε ΕΚΟΦ), ο Παλλεσβιακός ήταν ένας από τους Ομίλους που δημιούργησε

την κολυμβητική ομοσπονδία. Αργότερα, μεγάλη είναι η παρακαταθήκη που άφησε στον υγρό στίβο ο Ναυτικός Όμιλος Μυτιλήνης. Σήμερα, ο κύριος Μαράτσος, εμφανώς προβληματισμένος τονίζει: «Τα πράγματα στην Μυτιλήνη είναι εξαιρετικά απογοητευτικά και δύσκολα. Δεν υπάρχει απολύτως τίποτα. Η άλλοτε πρωταγωνίστρια Μυτιλήνη είναι «ανύπαρκτη». Δυσκολεύομαι να πιστέψω τα γεγονότα που διαδραματίζονται. Υπάρχει ένα κολυμβητήριο (25 μέτρων κλειστό) με έξι μόλις διαδρομές και σε αυτό δεν υπάρχει καν νερό. Δεν ασχολείται κανένας. Η σημερινή κατάσταση είναι πραγματικά για λύπηση. Θα πρέπει να βρεθεί οποιαδήποτε λύση για να μπορέσει η Μυτιλήνη να έχει ένα λειτουργικό κολυμβητήριο επί 12 μήνες έτσι ώστε εκεί να μπορέσει να επανέλθει η δραστηριοποίηση των ανθρώπων στον υγρό στίβο».

Φυσικά, καταλήγει ο κύριος Μαράτσος, «Δεν υπάρχει άλλη πισίνα σε όλα τα νησιά που βρίσκονται στο Αιγαίο και αυτό είναι πάρα πολύ σημαντικό. Χωρίς κολυμβητικές εγκαταστάσεις, δεν γίνεται να αναπτυχθούν τα αθλήματα του υγρού στίβου». **k**



## Ιωνικό Κολυμβητήριο Χίου

### Το στολίδι του υγρού σίβου στο Αιγαίο

▶ <https://www.youtube.com/watch?v=hqu2CLzLPvw>

Το Ιωνικό Κολυμβητήριο της Χίου είναι ένα από τα μεγαλύτερα και καλύτερα κολυμβητήρια στην Ελλάδα, αλλά και από τα πιο ιστορικά καθώς μετράει φέτος 35 χρόνια ζωής. Ξεκίνησε τη λειτουργία του το 1987 και από τότε παρέχει ανελλιπώς τις υπηρεσίες του στα αθλήματα της κολύμβησης και της υδατοσφαίρισης.

Οι εγκαταστάσεις του περιλαμβάνουν:

- Πισίνα ολυμπιακών διαστάσεων 50X25 και βάθος 2,20μ.
- Μικρή πισίνα 12,5 X10μ. και βάθος 0,80μ κατάλληλη για εκμάθηση κολύμβησης
- Ανοικτό καταδυτήριο -Αίθουσα εκγύμνασης
- Αίθουσα βαρών, πλήρως εξοπλισμένη

Το 2022 ανακαινίστηκαν οι εγκαταστάσεις του και ύστερα από 7 μήνες εργασιών δόθηκε ξανά το Νοέμβριο προς χρήση από τα αθλητικά σωματεία της Χίου.

# «Γνωρίζουμε από όνειρα και την επίτευξή τους»

**Η** ΡΕΑ, η νεότερη και πιο σύγχρονη γυναικολογική και μαιευτική κλινική, υποστηρίζει την προετοιμασία και την αγωνιστική προσπάθεια των Εθνικών ομάδων υδατοσφαίρισης γυναικών και συγχρονισμένης κοιλύμβησης, με στόχο την διάκρισή τους σε διεθνείς οργανώσεις που θα πραγματοποιηθούν στο επόμενο διάστημα, με αποκορύφωμα τους Ολυμπιακούς Αγώνες στο Παρίσι το 2024.

Οι αθλήτριες των συγκεκριμένων εθνικών ομάδων αποκτούν ελεύθερη πρόσβαση σε προληπτικούς, εργαστηριακούς, διαγνωστικούς ελέγχους, καθώς και την αμέριστη ιατρική φροντίδα και θεραπευτική αντιμετώπιση από υψηλού επιπέδου υπηρεσιών, τόσο σε χειρουργικό όσο και σε νοσηλευτικό επίπεδο παγκόσμιων προδιαγραφών, όπως παρέχει μέχρι σήμερα η κλινική ΡΕΑ σε όλους

τους ασθενείς της.

Η διοίκηση της ΡΕΑ έχει υποστηρίξει στο παρελθόν την εθνική ομάδα γυναικών υδατοσφαίρισης, στη μεγαλύτερη επιτυχία της, την κατάκτηση του χρυσού μεταλλίου του παγκοσμίου πρωταθλήματος το 2011.

Η κλινική ΡΕΑ με το υψηλής κατάρτισης ανθρώπινο δυναμικό και τον εξοπλισμό τελευταίας τεχνολογίας, ξεχωρίζει ως μία από την πλέον σύγχρονες κλινικές της Ελλάδος και στηρίζει - ως αποκλειστικός χορηγός υγείας των εθνικών ομάδων γυναικών - τις προσπάθειες για την επίτευξη των υψηλών τους στόχων και στο μεγάλο όνειρο για τη διάκρισή τους στους Ολυμπιακούς αγώνες.

**Εμείς στη ΡΕΑ γνωρίζουμε από όνειρα και την επίτευξη τους**, όπως ακριβώς έγινε το νοσοκομείο μας και αξίζει να βοηθήσουμε στην προσπάθεια των αθλητριών και της Ομοσπονδίας για την κατάκτησή τους. Τους ευχόμαστε καλή επιτυχία! **k**



**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΑΘΙΟΠΟΥΛΟΣ**  
Αθλητής των ακαδημιών του ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΕΙΡΑΙΑ στην θέση του τερματοφύλακα, συμμετέχοντας στην επί χρόνια πρωταθλήτρια ανδρική ομάδα του. Ιατρικές σπουδές στον Πανεπιστήμιο Αθηνών και απόκτηση τίτλου ειδικότητας στην Πανεπιστημιακή κλινική του Αρεταϊείου νοσοκομείου χειρουργικής μαιευτικής, γυναικολογίας, με εξειδίκευση στην ενδοσκοπική χειρουργική και υποβοηθούμενη αναπαραγωγή, μέλος του Ενδοσκοπικού τμήματος μονάδας αναπαραγωγής και του ΔΣ του μαιευτηρίου Ρέα.

Η ΚΟΕ είναι η ομοσπονδία που διατηρεί μεγάλο αριθμό αθλητών σε ομαδικά και ατομικά αθλήματα φέρνοντας μεγάλες επιτυχίες σε παγκόσμιο και ολυμπιακό επίπεδο.





Η μοναδική  
ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ  
5 που καλλιεργεί  
ΟΛΥΜΠΙΑΚΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ