

Σχολή Αγωνιστικού Ορειβατικού Σκι

Εάν γνωρίζετε σκι κατάβασης (Alpine ski) και σας ενδιαφέρει το Ορειβατικό σκι ως άθλημα, ο ΕΟΣ Αχαρνών σας καλεί να συμμετάσχετε στα προπονητικά camp που θα πραγματοποιήσει κατά τη διάρκεια της χειμερινής περιόδου 2015.

Η σχολή παρέχει:

Προπονητή - μεταφορά - εξοπλισμό σκι και αθλητική εξέλιξη.

Η σχολή απευθύνεται σε νέους άνω των 16 ετών.

Ημερομηνίες προπονήσεων: 17-18/1, 7-8/2, 28-1/2, 28-29/3.

Υπεύθυνος σχολής: Γρηγόρης Καλογερόπουλος

Τηλέφωνο: 696948045461



Καταφύγιο Κόζιακα



Είμαστε στην ευχάριστη θέση να σας ενημερώσουμε πως οι εργασίες ανακαίνισης στο καταφύγιο Κόζιακα έχουν ολοκληρωθεί.

Το καταφύγιο από τα τέλη Σεπτεμβρίου και μετά την επιτυχημένη φιλοξενία της 3ης Ορειβατικής Θεσσαλικής Συνάντησης δέχεται κανονικά όλους τους επισκέπτες.

Θα χαρούμε να σας φιλοξενήσουμε στον πλήρη ανακαινισμένο χώρο μας και να σας ενημερώσουμε για το πλήθος των δραστηριοτήτων και εξορμήσεων που μπορείτε να υλοποιήσετε με μια επίσκεψη στο Καταφύγιο Κόζιακα.

Πληροφορίες:

Ορειβατικό Καταφύγιο Κόζιακα VO2MAX

Υπεύθυνος Καταφυγίου: Μητρονάσιος Περικλής

Υπεύθυνος Επικοινωνίας: Παπαστεργίου Αλέξανδρος

www.koziakasrefuge.gr

www.facebook.com/KoziakasRefuge

www.twitter.com/KoziakasRefuge

Σχολή Ορειβατικού Σκι ΕΟΣ Αχαρνών

Ιανουάριος - Απρίλιος 2015



Ο ΕΟΣ Αχαρνών προγραμματίζει για το 2015 σχολή ορειβατικού σκι.

Η σχολή, είναι πλήρως εναρμονισμένη με τον εκπαιδευτικό κανονισμό της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ορειβασίας και Αναρρίχησης

Ε00Α: http://www.eoaa.gr/?page_id=300

Εκπαιδευτές στη σχολή θα είναι οι Τ. Καραχάλιος και Δ. Κάραλης.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ

ΕΟΣ Αχαρνών, 2102461528, Δ. Κάραλης 6973797661 και στην ιστοσελίδα

www.eosacharnon.gr

Συνάντηση Βαλκανικών ορειβατικών ομοσπονδιών (B.M.U.)

Στις 25-26 Οκτωβρίου 2014 η Ε.Ο.Ο.Α. συμμετείχε με τον Πρόεδρο της κ. Δημήτρη Γεωργούλη και τον Έφορο Ορειβασίας κ. Θόδωρο Τσαβδαρίδη στη συνάντηση της Ένωσης Βαλκανικών Ορειβατικών Ομοσπονδιών που έγινε στο Κοπή της Βοσνίας - Ερζεγοβίνης.

Στη συνάντηση συμμετείχαν εκτός της Βοσνίας, η Σερβία, η Βουλγαρία, η Σλοβενία, η Κροατία, η Π.Γ.Δ.Μ, η Αλβανία, η Τουρκία το Μαυροβούνιο και εμείς.

Το πρωί του Σαββάτου 25/10 έγινε ημερίδα-συνέριο με θέμα την ανάπτυξη του ορεινού τουρισμού και τις εναλλακτικές δραστηριότητες στους ορεινούς όγκους κάτι που ενδιαφέρει άμεσα τη Βοσνία μια κατ'έξοχη ορεινή χώρα. Από την πλευρά μας παρουσιάσαμε το θέμα (διαχείριση των καταφυγίων και συμβολή τους στην προσέλκυση τουριστών στον Όλυμπο).

Το απόγευμα μετά την ημερίδα έγινε η συνάντηση της Β.Μ.Υ.

Τα θέματα που συζητήθηκαν ήταν:

- Επικύρωση των πρακτικών από την προηγούμενη συνάντηση στο Mijet στην Κροατία.
- Απολογισμός της επιτυχημένης ορειβατικής αποστολής του προηγούμενου καλοκαιριού στον Καύκασο με ανάβαση στο Ελμπρούς.
- Λεπτομέρειες από την επόμενη χειμερινή αποστολή που θα γίνει 3-10 Φεβρουαρίου στο Αραράτ στην Τουρκία.
- Απολογισμός του κάμπ νέων που έγινε τον περασμένο Αύγουστο στην Π.Γ.Δ.Μ.
- Αναφορά για δημιουργία καμπ νέων 17-25 ετών που θα γίνει στην Π.Γ.Δ.Μ με την υποστήριξη της UIAA



(πιθανότατα το Μάιο). Οι συμμετοχές θα είναι 3 άτομα από κάθε χώρα και η 1 από τα 3 άτομα θα είναι οπωσδήποτε γυναίκα.

- Παρουσιάστηκε από τους εκπροσώπους της Βουλγαρίας το πρότζεκτ -10 κορφές των Βαλκανίων-. Δόθηκε και σαν δείγμα ένα μικρό βιβλιαράκι όπου σε 10 σελίδες έχει τις 10 ψηλότερες κορυφές κάθε μιας Βαλκανικής χώρας. Ο στόχος των κατόχων αυτού του βιβλίου είναι να κατακτήσουν τις 10 αυτές κορφές.
- Προτάθηκαν και έγιναν κάποιες μικρές αλλαγές στο καταστατικό της Β.Μ.Υ.
- Αναφέρθηκε ότι στη συνάντηση του Μαΐου θα υπάρξουν εκλογές για την ανάδειξη νέου διοικητικού συμβουλίου της Β.Μ.Υ.
- Η επόμενη συνάντηση της Β.Μ.Υ θα γίνει στη Βουλγαρία σε τόπο που θα ορισθεί αργότερα. Την επόμενη μέρα οι οικοδεσπότες Ξεγάλησαν



Οι πρόεδροι της Σέρβικης και Ελληνικής Ομοσπονδίας

τους μετέχοντες στην ιστορική πόλη του Mostar και τα αξιοθέατα της περιοχής.

Κατά την επιστροφή μέσω Βελιγραδίου, κατόπιν πρόσκλησης, επισκεφθήκαν τα γραφεία της Σερβικής ομοσπονδίας και συζήτησαν με τον πρόεδρο και Σέρβους ορειβάτες.



NEO Εύχρηστο και ακριβές.
θα μπορούσαμε με δύο λέξεις να χαρακτηρίσουμε το "NEO" πομποδέκτη από την Arva. Διαθέτει 2 αισθητήρες τελευταίας τεχνολογίας που εξασφαλίζουν **60 μέτρα** εμβέλεια ανίχνευσης. Η συσκευή είναι κατασκευασμένη πάνω στην πιο σύγχρονη πλατφόρμα δεδομένων "Isotech". Το NEO είναι αναμφισβήτητο ότι πιο δυνατό υπάρχει αυτή τη στιγμή!



ARVA

www.arva-equipment.com

ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ
www.kisoudatos-ski.gr • ΤΗΛ. 27170 24110

10η Πανελλήνια συνάντηση καταβάσεων φαραγγιών

Η 10η Πανελλήνια Συνάντηση Καταβάσεων Φαραγγιών έγινε στις 18-22 Ιουλίου 2014 για δεύτερη φορά στην περιοχή των Τζουμέρκων. Είναι ένας ορειβατικός προορισμός που προσφέρει μεγάλη ποικιλία ορεινών αθλημάτων. Αρκετά φαράγγια έχουν εξερευνηθεί και προσελκύουν κόσμο απ' όλη την Ελλάδα. Η συνάντηση έγινε επίσης στην ίδια περιοχή πριν 2 χρόνια και η προσέλευση ήταν ιδιαίτερα μεγάλη (148 άτομα). Η επανάληψή της έγινε με την πρόσθεση καινούριων διαδρομών και με επίκεντρο το σήμα κατατεθέν των Τζουμέρκων "το φαράγγι της Πύλης Παραδείσου".

Η 10η ΠΣΚΦ διοργανώθηκε από τον **ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΥΛΛΟΓΟ ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΗΣ ΦΑΡΑΓΓΙΩΝ** με την υποστήριξη του Δήμου Κεντρικών Τζουμέρκων και με τη βοήθεια και υποστήριξη του **ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ΤΖΟΥΜΕΡΚΩΝ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ & ΧΑΡΑΔΡΑΣ ΑΡΑΧΘΟΥ**.

Η συνάντηση έγινε υπό την αιγίδα της **ΣΠΗΛΑΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΕΛΛΑΔΟΣ**.

Υπεύθυνος για τη διοργάνωση-ασφάλεια-πληροφόρηση ήταν ο Γιώργος Ανδρέου, εκπαιδευτής καταβάσεων φαραγγιών, ο οποίος οργάνωσε και τις αποστολές εξερευνήσεων των φαραγγιών της περιοχής.

Ο Αριστείδης Ζάχαρης και Αποστόλης Τσιμπανάκος ήταν υπεύθυνοι επικοινωνίας μέσω διαδικτύου, ενώ οι καταφυγιάρχες Φώτης Δελμηήτρος και Α. Τσιμπανάκος, ήταν παρόντες σε όλους τους τομείς της διοργάνωσης, προσφέροντας σημαντικό έργο.

Η περιοχή της συνάντησης

Η έδρα της 10ης ΠΣΚΦ, ήταν στο ορειβατικό καταφύγιο Μελισσοργών, του Δήμου κεντρικών Τζουμέρκων Άρτας, σε υψόμετρο 1023μ. χτισμένο στους πρόποδες της Στρογγούλας (2.107 μ.).

Οι παρουσιάσεις πραγματοποιήθηκαν στον προαύλιο χώρο του καταφυγίου, ενώ στη συνέχεια έγινε συναυλία ροκ με φαγητό και ποτό.

Η κατασκήνωση ήταν σε ειδικά διαμορφωμένους χώρους μέσα στα έλατα και κοντά στο καταφύγιο.

Τη Σ.Ο.Ε εκπροσώπησαν οι: Νικολακάκη Σοφία, Μουτσόπουλος Μανώλης, Τζελέπης Ελευθέριος κι έγινε απονομές διπλωμάτων Initiateur.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΡΙΑ

Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όλους όσοι εργάστηκαν για την 10η ΠΣΚΦ και ειδικά:

- 1) Τους καταφυγιάρχες για την άψογη εξυπηρέτηση, επικοινωνία, συνεργασία και φιλοξενία.
- 2) Το φορέα διαχείρισης ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ΤΖΟΥΜΕΡΚΩΝ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ & ΧΑΡΑΔΡΑΣ ΑΡΑΧΘΟΥ για την οικονομική υποστήριξη.
- 3) Το Γιώργο Ανδρέου για την υποστήριξη, επιμέλεια και την παροχή όλου του έντυπου υλικού.
- 4) Όλους όσοι προσέφεραν έργο με τον τρόπο τους και



παραλείψαμε να τους αναφέρουμε.

5) Όλους όσοι συμμετείχαν και ειδικά σ' αυτούς που ήρθαν από αρκετά μακριά.

Ήταν μια συνάντηση ανοιχτή προς όλους που αγάπησε τη φύση και τους ενδιέφερε να γνωρίσουν τον κόσμο των φαραγγιών και των βουνών. Συμμετείχαν αρχάριοι, αλλά και έμπειροι φαραγγάδες απ' όλη την

Ελλάδα. Παρ' όλη την κρίση κατάφεραν να παρευρεθούν περίπου 90-100 άτομα, τα οποία ευχαριστούμε για την υποστήριξη και την εμπιστοσύνη τους. Στα μητρώα εγγράφηκαν 78 άτομα, ενώ οι άλλοι ήταν επισκέπτες και θαμώνες της περιοχής.

ΓΙΑ ΤΟ Δ.Σ του Ε.Σ.Ε.Φ.

Η Γ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ Πινιέρη Γιοσεμιά

Φούγκα για δύο ασύμμετρες φωνές

(Ρένα Ραψομανίκη)



Η Ρένα Ραψομανίκη, γνωστή στους αναγνώστες του περιοδικού μας από τα ευαίσθητα οδοιπορικά της σε Σκιάθο, Κάρπαθο και φαράγγι Δημόσση, έκανε ένα ακόμα βήμα στον κόσμο της λογοτεχνίας εκδίδοντας το δεύτερο βιβλίο της. Πρόκειται για ένα μυθιστόρημα με τίτλο: «Φούγκα για δύο». Στις σελίδες του η συγγραφέας, με αφορμή τη διπλή ανεκπλήρωτη ερωτική σχέση των πρω-

ταγωνιστών της, αποπειράται να ψυχογραφήσει μια γενιά που η ίδια γνωρίζει πολύ καλά: την πολυσιζητημένη και εν πολλοίς συκοφαντημένη γενιά της μεταπολίτευσης. Το 350 σελίδων βιβλίο πουλιέται διαδικτυακά στο:

<https://www.createspace.com/4691592>

Οι Κορφές εύχονται καλό ταξίδι στο καινούργιο βιβλίο

Συνέδριο Ολύμπου

Στις 23/11/2014 πραγματοποιήθηκε με επιτυχία, στο ξενοδοχείο «Poseidon Pallas» στην παραλία Λεπτοκαρυάς, ημερίδα από την Περιφέρεια Πιερίας για την προώθηση του τουρισμού της περιοχής με θέμα: «Όλυμπος 2.918μ. μύθος & ιστορία, με ομιλητές ως εξής:

- «Ο Όλυμπος σε 10 λεπτά» - προβολή βίντεο
Ιωάννης Μπεϊνιάς (εκπαιδευτικός)
- «Όλυμπος Παγκόσμιο Στίγμα Τουριστικής Αναφοράς»
Σοφία Μαυρίδου Αντιπεριφερειάρχης Πιερίας
- «Ο Όλυμπος της λογοτεχνίας»
Τζιφόπουλος Ιωάννης Αναπληρωτής Πρύτανης Α.Π.Θ
- «Το φυσικό περιβάλλον του Ολύμπου»
Ζάγκας Θεοχάρης Καθηγητής Τμήματος Δασολογίας & Φυσιικού Περιβάλλοντος Α.Π.Θ
- «Όλυμπος ανάδειξη - ανάπτυξη»
Ιωάννης Κυρίτσης Επίκουρος Καθηγητής Τμήματος Οικονομικών Επιστημών Α.Π.Θ. - Συγγραφέας
- «Διασχίζοντας τα ορειβάτικα μονοπάτια του Ολύμπου»
Αριστείδης Νίκας Πρόεδρος Δ.Σ Ολυμπυς Marathon
- «Το τουριστικό Στόρι της Πιερίας, Διήγηση - Προβολή - Ανάπτυξη»
Ιωσήφ Πάρσαλης, Γενικός Διευθυντής Marketing Greece

Εκτός από τις παραπάνω ομιλίες πραγματοποιήθηκαν επίσης:

- Έκθεση του Μουσείου Φωτογραφίας Θεσσαλονίκης «Αναβάσεις στο βουνό των Θεών», Frederic Boissonpas - αρχείο Μ.Φ.Θ
- Έκθεση βιβλίων - εντύπων - περιοδικών με θέμα τον Όλυμπο από τη συλλογή του κ. Γ. Μηνούδη

Στην ημερίδα παραβρέθηκαν από μέρους της Ε.Ο.Ο.Α ο Πρόεδρος κ. Δημήτρης Γεωργούλης, το Επίτιμο μέλος κ. Νίκος Νέζης, ο Κώστας Ζολώτας μετά της οικογενείας αυτού, και η Πρόεδρος του Ε.Ο.Σ Λιτοχώρου κα Ελισάβετ Τζιούκα.

Στην ημερίδα παρέστη επίσης ο Περιφερειάρχης Κεντρικής Μακεδονίας κ. Απόστολος Τζιτζικώστας

Συγχαρητήρια αξίζουν στην Αντιπεριφερειάρχη κα Σοφία Μαυρίδου στη συνεργατιά της κα Ράνια Μπίρτση και σε όσους συνεργάστηκαν για την άψογη διοργάνωση της ημερίδας.



Ο Πρόεδρος της ΕΟΟΑ κ. Δ. Γεωργούλης
και η Αντιπεριφερειάρχης Πιερίας κα. Σ. Μαυρίδου.

FOR SKIERS BY SKIERS!



elan

BRICO



DIRECT
ALPINE

ARVA

ARMADA

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
ΟΡΕΙΝΩΝ ΑΡΑΣΕΩΝ
ΚΙΝΟΥΔΑΤΟΣ

www.kinoudatos-skishop.gr

Navarino Challenge

Με πλήθος συμμετοχών ολοκληρώθηκε το «Navarino Challenge» - Μικροί και μεγάλοι έτρεξαν με την καρδιά τους!

Όπως αναφέρει χαρακτηριστικά ο κορυφαίος Ελληνοαμερικανός υπερμαραθωνοδρόμος Dean (Κωνσταντίνος) Karnazes, «όποιος τρέχει με την καρδιά του δεν κουράζεται ποτέ».

Έτσι λοιπόν άνθρωποι όλων των ηλικιών και όλων των δυνατοτήτων έτρεξαν το περασμένο τριήμερο 19-21 Σεπτεμβρίου στο «Navarino Challenge», στο πλευρό του αθλητή της The North Face, στην Καλαμάτα και στην Costa Navarino.

Πλήθος κόσμου αγκάλιασε τους εκατοντάδες συμμετέχοντες δρομείς που έτρεξαν χωρίς ανταγωνισμό και χωρίς χρονόμετρα για καλό σκοπό!

Το πλούσιο πρόγραμμα του «Navarino Challenge» περιελάμβανε το Σάββατο 20 Σεπτεμβρίου μία διαδρομή 15χλμ. στην Καλαμάτα, ενώ την Κυριακή 21 Σεπτεμβρίου η δρόση μεταφέρθηκε στην Costa Navarino όπου πραγματοποιήθηκε ο ημιμαραθώνιος, καθώς και οι διαδρομές των 5χλμ. και του 1χλμ. για παιδιά.

Το μήνυμα της ευαισθητοποίησης σχετικά με την παιδική παχυσαρκία και την καταπολέμησή της, μέσω της Μεσογειακής διατροφής και του υγιεινού τρόπου ζωής μετέφεραν οι ομιλητές της πολύ ενδιαφέρουσας ημερίδας: «Eat well - run well - live well» που διοργανώθηκε το Σάββατο 20 Σεπτεμβρίου 2014.

Το πρόγραμμα της ημερίδας περιελάμβανε τη βράβευση του δις αργυρού Ολυμπιονίκη του ταεκβοντο, Αλέξανδρου Νικολαΐδη καθώς και τη βράβευση του Ολυμπιονίκη και Παγκόσμιου Πρωταθλητή στην κολύμβηση, Σπύρου Γιαννιώτη.

Στο πλαίσιο του «Navarino Challenge» ο Ολυμπιονίκης αθλητής Αλέξανδρος Νικολαΐδης, δήλωσε μεταξύ άλλων: «Με μεγάλη μου χαρά συμμετείχα για ακόμα μία χρονιά στο "Navarino Challenge" ενισχύοντας το πλούσιο πρόγραμμά του. Είχαμε την ευκαιρία να εμψυχώσουμε σε μικρούς και μεγάλους τις αξίες και τα ιδεώδη ενός Ολυμπιακού αθλήματος που έδωσε πολλές χαρές και πρωτιές στην πατρίδα μας και έτυχε μεγάλης ανταπόκρισης στη διοργάνωση αυτή». Από την πλευρά του ο Ολυμπιονίκης και Παγκόσμιος πρωταθλητής Σπύρος Γιαννιώτης ανέφερε: «Εμείς προτρέπουμε τους ανθρώπους όλων των ηλικιών να κολυμπούν, ζώντας την κάθε στιγμή με την καρδιά τους, όπως και ο Dean. Ζούμε σε μία χώρα που διαθέτει πανέμορφες θάλασσες, όπως είναι οι παραλίες της Μεσηνίας τις οποίες οφείλουμε να προσέχουμε και φυσικά να απολαμβάνουμε με ασφάλεια».

Ειδικό Πνευμονολόγοι, στο πλαίσιο της ενημερωτικής εκστρατείας «ΜΕΓΑΛΩΝΟΥΜΕ ΜΕ ΥΓΕΙΑ» υπό την αιγίδα της Ελληνικής Πνευμονολογικής Εταιρείας και την υποστήριξη της Pfizer Hellas, πραγματοποίησαν δωρεάν σπιρομετρήσεις για το κοινό το Σάββατο 20/09 στην Κεντρική Πλατεία της Καλαμάτας και την Κυριακή 21/09 στην Costa Navarino. Στόχος της ενέργειας ήταν η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού για τη σημασία της υιοθέτησης καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής μας υγιεινών συνθηκών, που περιλαμβάνουν τον εμβολιασμό κατά λοιμωδών νοσημάτων όπως η γρίπη και η πνευμονοκοκκική νόσος, η διακοπή καπνίσματος, η ισορροπημένη διατροφή, η τακτική άσκηση και οι κατάλληλες διαγνωστικές εξετάσεις.

Την Κυριακή 21 Σεπτεμβρίου 2014, η τελετή λήξης του «Navarino Challenge» συνοδεύτηκε από μια μεγάλη γιορτή με παραδοσιακά τοπικά προϊόντα.



Το «Navarino Challenge» πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα του Τμήματος Επιστήμης Διαιτολογίας - Διατροφής του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου και του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού με την αμέριστη συμπαράσταση και στήριξη των Δήμων Καλαμάτας, Πύλου-Νέστορος, Τριφυλίας, της Costa Navarino και του The Westin Resort.

Την εκδήλωση υποστήριξαν ως αρωγοί ο Σύλλογος Δρομέων Υγείας Μεσσηνίας, το Κολλέγιο Αθηνών - Κολλέγιο Ψυχικού και η MSPS ενώ για ακόμα μία χρονιά στάθηκαν στο πλευρό της διοργάνωσης οι εθελοντές του Τμήματος Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου και το Σώμα Εθελοντών Σαμαρειτών Διασωτών του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού.

Το «Navarino Challenge» εντάχθηκε φέτος στην Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας, στο πλαίσιο των εκδηλώσεων του Δήμου Καλαμάτας.

Χορηγοί - Αρωγοί: The North Face, Allianz Ελλάδα, Ford Motor Ελλάς, Heraklio Travel, Εκστρατεία: «Μεγαλώνουμε με υγεία» υπό την αιγίδα της Ελληνικής Πνευμονολογικής Εταιρείας και την υποστήριξη της Pfizer Hellas, Chiquita, The Travel Company, Navarino Icons, Holmes Place, Alpha (Άθλημα ΑΕΒΕ), φυσικό μεταλλικό νερό «Βίκος», Michael & Trianthe Dakolias, Μακεδονικός Χαλβάς, Σύλλογος Δρομέων Υγείας Μεσηνίας, Κολλέγιο Αθηνών - Κολλέγιο Ψυχικού, Καταστήματα Αθανασίου, MSPS.

Για περισσότερες πληροφορίες:

Γραφείο Τύπου: Active Media
Τηλ: +30 210 9343020

Website: www.navarinochallenge.com,
Facebook Page: www.facebook.com/Navarinochallenge
Facebook Event: Twitter Account:
<https://twitter.com/NavarinoC>

Σχετικά με τον Dean Karnazes

Το περιοδικό TIME, χαρακτήρισε τον Dean Karnazes ως «ένα από τα 100 πιο ισχυρά πρόσωπα με επιρροή στον κόσμο», ενώ το Men's Fitness τον αποκάλεσε ως έναν από τους ανθρώπους με την καλύτερη φυσική κατάσταση. Ο διεθνώς αναγνωρισμέ-

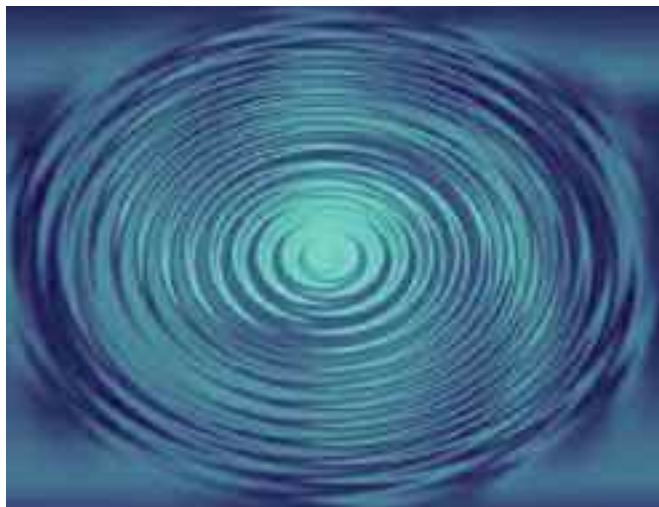
νος αθλητής αντοχής και συγγραφέας best seller, έχει ωθήσει το σώμα του και το μυαλό σε ασύλληπτα όρια. Ανάμεσα στα πολλά επιτεύγματά του, έχει τρέξει για 350 συνεχή μίλια, χωρίς ύπνο για 3 ολόκληρες νύχτες. Επίσης, έχει τρέξει σε ακραίες καιρικές συνθήκες, σε υψηλές θερμοκρασίες ζέστης και κρύου. Στην πιο πρόσφατη προσπάθειά του συμμετείχε σε 50 μαραθώνιους, που πραγματοποιήθηκαν σε 50 διαφορετικές πολιτείες των ΗΠΑ, για 50 συνεχόμενες ημέρες. Οι περιπέτειες του Dean έχουν προβληθεί στις εκπομπές: 60 Minutes, The Late Show με τον David Letterman, CBS News, CNN, ESPN, The Howard Stern Show, NPR's Morning Edition, the BBC, και πολλές ακόμη. Έχει εμφανιστεί στο εξώφυλλο του Runner's World και του Outside και έχει προβληθεί, μεταξύ άλλων, στα εξής μέσα: TIME, Newsweek, People, GQ, The New York Times, USA TODAY, The Washington Post, Men's Journal, Forbes, The Chicago Tribune, The Los Angeles Times και London Telegraph. Διαθέτει μηνιαία στήλη στο περιοδικό Men's Health, το περιοδικό με τη μεγαλύτερη κυκλοφορία στον κόσμο.



Ο Dean Karnazes με τον υπεύθυνο διαφημίσεων του περιοδικού "ΚΟΡΦΕΣ" κ. Παύλο Παύλου.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι φωτογραφίες ανήκουν στους φωτογράφους Γιώργο Γαβριλάκη και Μπάμπη Γκιριτζιώτη.

Με διαβατήριο το μύθο



Πρόκειται για μία σειρά βιωματικών σεμιναρίων που συνδέουν θέματα μυθολογίας με θέματα της ψυχολογικής ανάπτυξης του ανθρώπου.

Το κάθε σεμινάριο θα έχει το στοιχείο της περιπέτειας, της σύνδεσης με τη φύση, της ανακάλυψης του βιώματος και της συσχέτισης με την ατομική ιστορία.

Η σειρά θα ολοκληρωθεί σε πέντε αυτοτελή σεμινάρια (δίημερα-Σαββατοκύριακα), που θα στηρίζονται σε μύθους ανάλογους με αναπτυξιακές φάσεις της ψυχικής ανάπτυξης.

Κάθε σεμινάριο θα γίνει σε διαφορετικό τόπο στην Ελλάδα και όλη η σειρά θα αποτελέσει ένα κυκλικό ταξίδι διάρκειας ενός χρόνου. Όσοι ενδιαφέρονται μπορούν να συμμετέχουν σε ένα σεμινάριο ή σε ολόκληρο το οδοιπορικό μας.

Η επεξεργασία των θεμάτων θα γίνει μέσα από τη Δραματοθεραπευτική προσέγγιση, με τη χρήση θεατρικών δομών και τεχνικών.

Το κάθε σεμινάριο θα ανακοινώνεται ξεχωριστά και έγκαιρα πριν από την πραγματοποίησή του.

Πληροφορίες στο τηλέφωνο:

6936726500 καθώς και στην ιστοσελίδα www.facebook.com/dramamythos

Γιάννης Σοφιάδης

Στις 5 του περασμένου Νοεμβρίου αναχώρησε από το μάτιο ετούτο κόσμο ο εξαιρετικός ορειβάτης, που είχε διατελέσει Πρόεδρος του Φ.Ο. Πειραιώς, Γιάννης Σοφιάδης. Με καταγωγή από τις χαμένες πατρίδες πάλεψε σκληρά στη ζωή του, η οποία του έδωσε αλλεπάλληλα χτυπήματα και μάλιστα πολλά απανωτά στα γηρατειά του. Τα υπέμεινε με χριστιανική εγκάρτηση.

Άρχιζε την ορειβασία σε μεγάλη ηλικία, αγαπούσε πολύ τα βουνά, που του έδωσαν πολλές χαρές και ικανοποιήσεις στην κατάκτηση των κορυφών. Γνώρισε όλα τα βουνά της χώρας μας και μερικά του εξωτερικού όπως έλεγε. Από τη θέση του προέδρου του Φ.Ο.Π. πρόσφερε πάρα πολλά, οι παλαιότεροι τον θυμούνται με αγάπη κι ευγνωμοσύνη. Στη δεκαετία του '90 ήταν αρχηγός της ομάδας που ανέβαινε κάθε Σάββατο στην Πάρνηθα. Τότε τον γνώρισα. Ήμαστε όλοι μια θαυμάσια παρέα και κάναμε πολύωρες πορείες, που μας έδιναν ευχαρίστηση και δεν αισθανόμαστε την κόπωση. Έδειχνε ξεχωριστό ενδιαφέρον για τον καθένα από μας και προθυμία να τον συμβουλευτεί και να τον βοηθήσει. Είχε ευήκοον ους και αληθινή αγάπη για το συνάνθρωπο, γιατί ήταν και πιστός χριστιανός, γνήσιος κι όχι τυπολάτρης.

Ισορροπημένος, λιτοδίαιτος, αισιόδοξος, υπομονετικός. Έλεγε στιχάκια και τραγουδάκια, απ' αυτά που αντηχούσαν στα βουνά τις παλαιότερες δεκαετίες: «...Ήμαστε αετοί! Ελεύθεροι, δυνατοί... στα ψηλά βουνά πετάμε...». Η μελωδική, ρωμαλέα, αγέραςτη φωνή του ξάφνιαζε τη σιωπή των κορυφών κι έτερπε την ακοή όσων εβάζιζαν την ανιούσα των ορέων και της ζωής. Θα σε θυμόμαστε πάντα με πολλή αγάπη, ως σύντροφο της πορείας και της σκέψης μας, αγαπητέ κύριε Γιάννη. Να έχεις την αιώνια ανάπαυση και τη μακαριότητα στη μακρινή πατρίδα που μεταβαίνουμε έπειτα από τη γήινη πορεία μας.

ΜΑΡΙΑ ΜΑΥΡΕΔΑΚΗ

MOUNTAIN HARD WEAR



®



MH - Helion 2



MH - Casa 2



MH - Lamina 35



CDC Caving Diving Canyoning

εξοπλισμός υποβρυχίων και θαλάσσιων δραστηριοτήτων

ενοικίαση σιελών & εξοπλισμού CANYONING



Καταστήμα 2-4, Βορρέων, Τ.Κ. 16221 Αθήνα, e-mail: info@cdc.gr
Παραγγέλματα Βατικονομίας: τηλ. 211 811 3127 κιν. 6944 825541