





# ΑΛΗΘΙΝΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΣΤΟΙΧΗΜΑΤΟΣ... ΣΕ VIRTUAL ΑΓΩΝΑ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ.

ΤΑ VIRTUAL SPORTS **ΑΝΑΝΕΩΘΗΚΑΝ**

ΜΕ ΑΚΟΜΑ ΠΙΟ ΕΝΤΥΠΩΣΙΑΚΑ ΓΡΑΦΙΚΑ  
ΚΑΙ 300 ΝΕΕΣ ΦΑΣΕΙΣ

20 ΧΡΟΝΙΑ **οπαπ**  
**στοιχίμα**  
VIRTUAL SPORTS

ΣΤΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΟΠΑΠ



## EDITORIAL

ΣΑΒΒΑΤΟ 28 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2020



### Μόνος του μήκε, μόνος του πρέπει να βγει

Όποιος έχει παρακολουθήσει τους εννέα αγώνες του Παναθηναϊκού έως τώρα στο πρωτάθλημα, κατανοεί ότι δίχως κάτι ιδιαίτερο επιπρόσθετα το Τριφύλλι θα είχε σχεδόν διπλάσιους βαθμούς. Αρκεί να αναλογιστεί κάποιος ότι στα παιχνίδια με ΑΕΛ, Ατρόμητο δέχθηκε γκολ στο 87' και στο ματς με το Βόλο στο δεύτερο λεπτό των καθυστερήσεων. Εάν είχε κρατήσει ανέπαφη την εστία του, «καταπίνοντας» τη μπάλα στα τελευταία λεπτά των συγκεκριμένων αγώνων, θα είχε πέντε βαθμούς περισσότερους. Στη συζήτηση θα μπορούσε με άνεση να προσθέσει κανείς πόσες περισσότερες -αλλά και χαμένες- ευκαιρίες είχε από τον αντίπαλό του ο Παναθηναϊκός στις αναμετρήσεις με Αστέρα Τρίπολης, ΟΦΗ, Ολυμπιακό, σε ματς όπου οι Πράσινοι κέρδισαν όλο και όλο έναν βαθμό!

Ξεκάθαρα στο ποδόσφαιρο -και στη ζωή- ο... λογαριασμός γίνεται χωρίς υποθέσεις. Άρα τα παραπάνω «εάν» δεν μπορούν να προσφέρουν κάτι παραπάνω από γνώση για να δοθεί σημασία στις λεπτομέρειες των παιχνιδιών. Γιατί αυτές οι λεπτομέρειες έως τώρα έχουν κυλήσει βασανιστικά εναντίον του Παναθηναϊκού. Και οι βαθμοί χάθηκαν χωρίς δυνατότητα να

γυρίσουν πίσω. Προφανώς είναι στοιχείο βαθύτατου προβληματισμού εντός των τειχών οι 9 βαθμοί μετά από 9 αγώνες ή αλλιώς οι 18 χαμένοι βαθμοί σε 9 αγώνες. Όπως μόνος του μήκε σε αυτή τη δύσκολη κατάσταση, έτσι μόνος του πρέπει να βγει.

Το σημερινό παιχνίδι με τον Παναιτωλικό είναι από εκείνα που στιδίδοτε πλην των τριών βαθμών συνιστά αποτυχία. Δεν χωράει συζήτηση. Νίκη και μόνο νίκη για να πάμε παρακάτω και να κοιτάξουμε το ντέρμπι με την ΑΕΚ. Επίσης ο αγώνας κόντρα σε μια ομάδα που δεν έχει νίκη και σκοράρει σπάνια, αποτελεί ευκαιρία για να μπει ένα τέλος στις πολλές χαμένες ευκαιρίες και να έρθει ένα ευρύ σκορ.

Τα προβλήματα τραυματισμών δεν λείπουν. Έγιναν πια μια συνήθεια της καθημερινότητας στην εφετινή σεζόν του Παναθηναϊκού. Εξ ου και δεν αποτέλεσαν στιγμή δικαιολογία. Όσοι αγωνιστούν σήμερα οφείλουν να πράξουν το αυτονόητο.

**Παναθηναϊκός πάνω απ' όλα!**



Π.Α.Ε. ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ

Έτος ίδρυσης: 1908

Χρώματα: Πράσινο - Λευκό

Εμβλημα: Τριφύλλι

#### ΤΙΤΛΟΙ

**20 Πρωταθλήματα** (1930, 1949, 1953, 1960, 1961, 1962, 1964, 1965, 1969, 1970, 1972, 1977, 1984, 1986, 1990, 1991, 1995, 1996, 2004, 2010)

**18 Κύπελλα** (1940, 1948, 1955, 1967, 1969, 1977, 1982, 1984, 1986, 1988, 1989, 1991, 1993, 1994, 1995, 2004, 2010, 2014)

**4 Super Cups** (1970, 1988, 1993, 1994)

Publisher: Γραφείο Τύπου  
ΠΑΕ Παναθηναϊκός  
Κείμενα: Σταμάτης Γαργής,  
Ιωάννης Σαουντζάκης  
Φωτογραφίες: InTime Sports.

Διεύθυνση: Λ. Πεντέλης 11-13  
& Πηλός, Τ.Κ. 15235 Βριλήσσια  
Τηλ. κέντρο: 210 87 09 000  
Fax: 210 87 09 200  
E-mail: paoinfo@pao.gr  
Website: www.pao.gr





ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΠΟΥΛΟΣ

“Ένα χτύπημα  
στην καρδιά”







Πριν από λίγες ημέρες συμπλήρωσε τα 19 του χρόνια. Ο Σωτήρης Αλεξανδρόπουλος, ωστόσο, δείχνει να έχει κατανοήσει καλά μία μεγάλη αλήθεια. Μία αλήθεια που βρίσκει εφαρμογή σε πολλούς τομείς της ζωής. Μέσα από τη σκληρή προσπάθεια, θα έρθει η δικαίωση. Έτσι, άλλωστε, ο νεαρός χαφ έχει ως τώρα αντιμετωπίσει τις δυσκολίες που του παρουσιάστηκαν και έχει καταφέρει να λογίζεται πλέον ως βασικό μέλος της πρώτης ομάδας του Παναθηναϊκού. Πιστεύει στον εαυτό του και στις δυνατότητές του και δεν το κρύβει. Άλλωστε, όπως λέει «θα είχα θέση σε κάθε Παναθηναϊκό»!



#### COSMOTE Business Mobile

**Για να συνεχίζεις να εργάζεσαι αποτελεσματικά, από όπου κι αν είσαι!**

Με τα προγράμματα **COSMOTE Business Mobile** έχεις στην διάθεσή σου όλα όσα χρειάζεσαι για να επικοινωνείς με τους συναδέλφους και τους συνεργάτες σου, κάθε στιγμή. Προσφέρουν **απεριόριστες ενδοεταιρικές κλήσεις**, έως και απεριόριστο **χρόνο ομιλίας** προς όλα τα εθνικά δίκτυα καθώς και έως απεριόριστο **mobile Internet**. Επιπλέον, μπορείς να έχεις μέχρι και 1.000 λεπτά προς διεθνή δίκτυα. **#KalyterosKosmos**

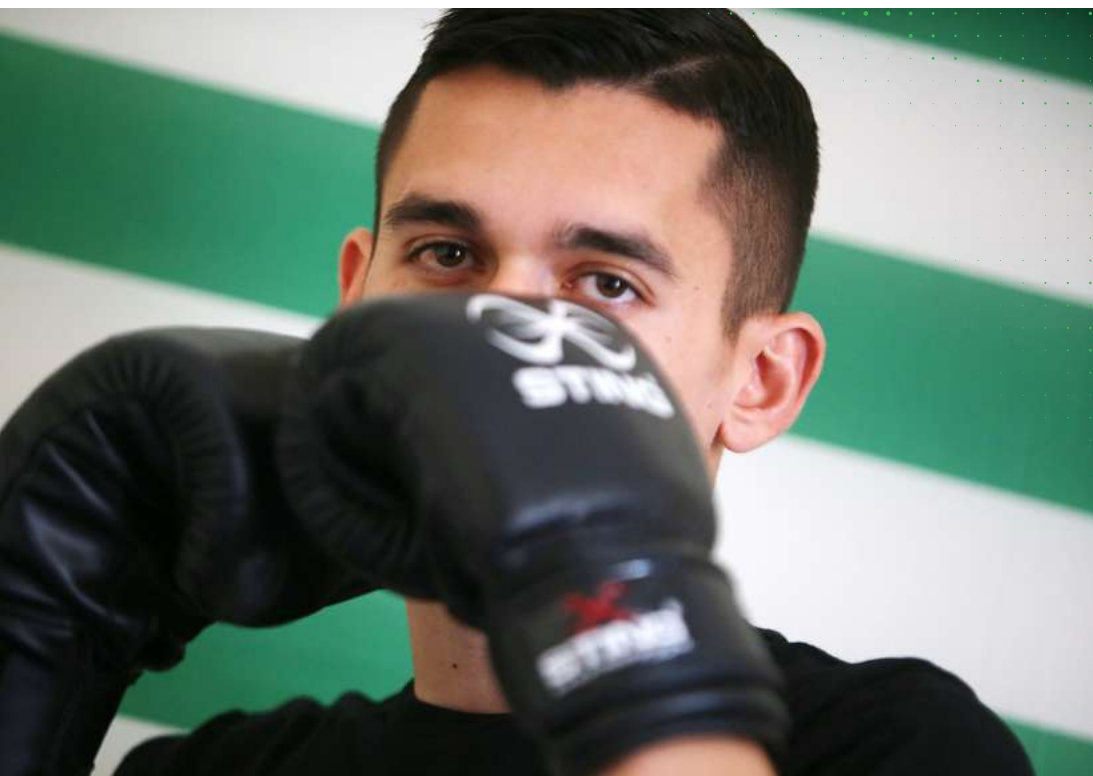
Επισκέψου το [www.cosmote.gr](http://www.cosmote.gr) για να ανακαλύψεις αυτό που ταιριάζει στις ανάγκες της δικής σου επιχείρησης.



**COSMOTE**

Ένας κόσμος, καλύτερος για όλους.





**Μία χρονιά που ξεκίνησε με πολλές προσδοκίες, όμως έως τώρα δεν έχει εξελιχθεί όπως θα θέλατε. Τι πιστεύεις ότι ευθύνεται για αυτό;**

Σίγουρα η χρονιά έχει ξεκινήσει πολύ άσχημα. Σε αυτό σημαντικό ρόλο έπαιξε η προετοιμασία. Δεν προετοιμαστήκαμε όπως θα έπρεπε για τις επίσημες υποχρεώσεις μας. Ξεκινήσαμε άσχημα, συνεχίστηκε αυτό με μέτρια αποτελέσματα. Δεν ήμασταν ο Παναθηναϊκός που θέλουμε να είμαστε, τόσο αγωνιστικά όσο και από άποψη νοοτροπίας. Πιστεύω ότι υστερούσαμε σε όλα τα κομμάτια. Σίγουρα πρώτοι ευθυνόμαστε εμείς οι παίκτες. Δίναμε τον καλύτερό μας εαυτό, αλλά δεν μπορούσαμε να βγάλουμε στο γήπεδο όσα δουλεύαμε στις προπονήσεις.

**Νωρίς στη σεζόν υπήρξε αλλαγή προπονητή. Η εικόνα που έχεις σχηματίσει για τον κ. Μπόλονι ποια είναι;**

Από την πρώτη στιγμή ήταν επαγγελματίας απέναντί μας. Αυτό που μου αρέσει πολύ είναι η ενέργεια που βγάζει στις προπονήσεις, μας μιλάει πολύ και αυτό εγώ το εκτιμώ πολύ. Είναι ένας προπονητής που έχει παίζει ποδόσφαιρο και εγώ αυτό το θεωρώ επίσης

πολύ σημαντικό. Γνωρίζει την κατάσταση που βρίσκεται ένας ποδοσφαιριστής, είτε αγωνίζεται είτε όχι. Τον θεωρώ σίγουρα κοφτό και ταυτόχρονα δίκαιο.

**Στο δεύτερο ημίχρονο του αγώνα με τον Ολυμπιακό δείξατε ένα πολύ βελτιωμένο πρόσωπο, όμως αυτό δεν ήταν αρκετό για να έρθει ένα θετικό αποτέλεσμα. Παρ' όλα αυτά, αποτελεί αυτό σας το πρόσωπο σε ένα δύσκολο ματς, οδηγό για τη συνέχεια;**

Το πρόγραμμα από εδώ και στο εξής είναι δύσκολο. Δεν ξεκινήσαμε όπως θα έπρεπε τη σεζόν και τώρα καλούμαστε να καλύψουμε το χαμένο έδαφος. Φυσικά και δεν είμαστε ικανοποιημένοι από το ματς με τον Ολυμπιακό γιατί χάσαμε. Η αντίδρασή μας, όμως, είναι ένα σημάδι. Σημασία πλέον έχουν οι βαθμοί και πρέπει να δουλέψουμε για να συνδυάσουμε στα επόμενα ματς την καλή μας παρουσία με την αποτελεσματικότητα.

**As γυρίσουμε πίσω στο χρόνο. Πότε ήρθες στην Ακαδημία του Παναθηναϊκού; Ποιου εισήγηση ήταν η απόκτησή σου από την ομάδα;**

Θυμάμαι χαρακτηριστικά, ήταν μία μέρα που μόλις είχα γυρίσει από το σχολείο ενώ ήμουν στην έκτι



## Γίνε μέλος της πράσινης οικογένειας

έλα στις σχολές ποδοσφαίρου του Παναθηναϊκού!



Το δίκτυο των Σχολών για παιδιά 5 - 15 ετών με δυναμική παρουσία σε όλη την Ελλάδα και προπονητές πιστοποιημένους από την Π.Α.Ε. ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ σε περιμένει.



Μια σχολή του Δικτύου βρίσκεται σίγουρα κοντά σου. Μη χάσεις την ευκαιρία!

# Οι εγγραφές συνεχίζονται



δημοτικού, όταν οι γονείς μου, μου είπαν ότι θέλουν να με δοκιμάσουν στην Ακαδημία του Παναθηναϊκού. Εγώ τότε αγωνιζόμουν στην Ακαδημία του κ. Λάκη, στον Ατρόμητο Χαλανδρίου. Η εισήγηση από ό,τι έχω καταλάβει γιατί ποτέ δεν μου έλεγαν πολλά, ήταν από τον κ. Κυριαζή. Τότε στις Ακαδημίες ήταν μεγάλη υπόθεση να δοθεί το δελτίο, όμως ο κ. Λάκης απάντησε αμέσως θετικά γιατί ήθελε το καλύτερο για μένα. Μάλιστα, είχε κάσει να μου δώσει και συμβουλές. Άλλες ομάδες έκαναν τη ζωή των ποδοσφαιριστών δύσκολη, ζητώντας για παράδειγμα χρήματα. Εμένα η ομάδα μου με βοήθησε πολύ και θυμάμαι πως επί δύο μήνες δοκιμάστηκα στην Παιανία.

**Οι γονείς σου είπες πως δεν σου αναφέρουν συνήθως πολλές λεπτομέρειες. Για να μην αγχωθείς ή για να μείνεις προσηλωμένος;**

Με τους γονείς μου έχουμε μία άριστη σχέση και εγώ θέλω να έχω το κεφάλι μου ήσυχο. Δεν θέλω να ξέρω ποιος και γιατί έχει πει το οτιδήποτε για μένα. Έτσι σκέφτονται και οι γονείς μου, προσαποθούμε να μένουμε μακριά από την δημοσιότητα γιατί πιστεύουμε ότι αυτό κάνει καλό και στην προσωπικότητα και στην απόδοσή μου.

**Ποια είναι τα στοιχεία εκείνα που κάνουν τόσο διαφορετική την Ακαδημία του Παναθη-**



**ναϊκού, όπως τα βιώνει ένα παιδί από μέσα;**

Εγώ ήμουν πολύ τυχερός που όταν επιλέχθηκα από τον Παναθηναϊκό, στην Ακαδημία βρισκόταν ο κ. Σαμαράς. Είχε τη νοοτροπία πως εκτός από ποδοσφαιριστές, πρέπει να είμαστε και σωστοί άνθρωποι. Όλο το staff φρόντιζε να είμαστε καλοί άνθρωποι, να σεβόμαστε τον αντίπαλο και τους διαιτητές. Όλο αυτό με έμαθε να διαχειρίζομαι και τις καταστάσεις εκτός γηπέδου. Όταν αυτό το μαθαίνεις από μικρός, συμπεριφέρεσαι πιο σωστά και μέσα στον αγωνιστικό χώρο. Στη συνέχεια ήρθε και ο Τάκης Φύσσας που μας έμαθε να είμαστε νικητές. Ήταν ένα στοιχείο αυτό που έλειπε και χωρίς να είναι πρωτεύουν στις Ακαδημίες, σε βοηθάει πολύ στην εξέλιξή σου.

**Ο πρώτος με τον οποίο έκανες προπονήσεις στην πρώτη ομάδα ήταν ο Μαρίνος Ουζουνίδης. Σε μία όμως πολύ δύσκολη περίοδο για το κλαμπ. Πως το βίωσες εκείνο το διάστημα;**

Θυμάμαι τότε ο προπονητής μου στην Κ17 είχε έρθει και μου είχε πει πως από την επόμενη ημέρα θα είμαι στην πρώτη ομάδα. Με είχε φωνάξει την επόμενη μέρα ο κ. Μαρίνος Ουζουνίδης και μου είχε πει πόσο πιστεύει σε μένα. Τον ευχαριστώ και του χρωστάω πολλά. Είδα τότε πως είναι να αγωνίζεσαι στο πρώτο επίπεδο, οι ρυθμοί ήταν πολύ διαφορετικοί. Όλο αυτό μου έδωσε έξτρα κίνητρο να προσπαθήσω.

**Όταν σε φώναξε ο Μαρίνος Ουζουνίδης εκείνη την ημέρα, τι σου είχε πει;**

Με είχε πει χωροφύλακα, γιατί του άρεσε πως κυνηγούσα τους χώρους! Μου είχε πει πως έχω ένα σημαντικό προσόν, την ταχύτητά μου και πως μέσα από σκληρή δουλειά μπορώ να εξελιχθώ σε ένα πολύ καλό χαφ.

**Εκείνο τον Μάιο είχες έναν σοβαρό τραυματισμό στον τελικό με την Κ17 στο Αγρίνιο. Έναν τραυματισμό που σε κράτησε εκτός για εννέα μήνες. Γιατί είχε περάσει ένα τόσο μεγάλο διάστημα για να επιστρέψεις;**

Ήταν μια δύσκολη εβδομάδα γιατί είχα μία ενόχληση στον δικέφαλο. Δέχθηκα γονατιά στον τετρακέφαλο και σε ένα πάτημα στον τελικό γύρω στο 30', ένιωσα έναν έντονο πόνο στο πίσω μέρος του γονάτου μου. Στο ημίχρονο μίλησα με τον γιατρό, μου είπε ότι το γονάτο μου είναι σταθερό και πάνω στην ένταση είπα πως δεν πονάω. Μέχρι το 60' δεν είχα κάτι, στο 70' πάτησα άσχημα ξανά και είχα πόνο. Μέχρι και το 80' κούτσαινα. Μετά πρέμισε λίγο ο πόνος αλλά σε κάποιες αλλαγές κατεύθυνσης καταλάβαινα ότι έχω πρόβλημα. Το ματς πήγε στην παράταση και εκεί δεν θυμάμαι πόνο. Τελικώς πήγαμε στα πέναλτι και δοκί-





μασα να σουτάρω αλλά είδα πως δεν μπορούσα ούτε να πατήσω καλά. Δεν έδωσα πολλή σημασία, δυστυχώς χάσαμε χωρίς να το αξίζουμε. Την επόμενη μέρα στο σχολείο δεν μπορούσα να ανέβω τη σκάλα. Πήγαμε στον γιατρό της πρώτης ομάδας, κάναμε εξετάσεις και είδαμε ότι έχω ζημιά στον μηνίσκο. Εκεί άρχισε ένας μικρός Γολγοθάς.

#### **Σου πέρασε από το μυαλό ακόμα και να σταματήσεις το ποδόσφαιρο τότε;**

Εγώ έμεινα εκτός εννέα μήνες. Η διαδικασία ήταν ένας μήνας η επέμβαση και 20 μέρες αποθεραπεία. Δούλεψα όλο το καλοκαίρι και ήμουν κανονικά στην προετοιμασία της Κ19. Εκεί όμως φάνηκε πως δεν είχα εμπειρία και μυαλό. Δεν διαχειρίστηκα σωστά τον εαυτό μου, πίστεψα πως είχα επανέλθει πλήρως και δεν προστάτευα το πόδι μου. Δεν γίνεται να είσαι στο 100% μετά από μόλις έναν μήνα. Έτσι, είδαμε πως είχα ένα οίδημα. Αυτό είναι ένα πρόβλημα που δεν ξέρεις ακριβώς πόσο καιρό θα σε αφήσει έξω, το πηγαίνεις μέρα με την ημέρα, μήνα με τον μήνα. Υπήρξαν πολλές δυσκολίες, όπως σε κάθε τραυματισμό, αλλά δεν σκέφτηκα ποτέ πως θα σταματήσω. Δεν έμπαινα στη διαδικασία να σκεφτώ ακριβώς πότε θα επιστρέψω. Όταν είσαι τραυματίας, δουλεύεις πολύ περισσότερο. Μπορεί να άργησα αλλά επέστρεψα πιο δυνατός γιατί έμαθα να διαχειρίζομαι καλύτερα τον εαυτό μου.

#### **Και ήρθε το ανεπίσημο ντεμπούτο σου στο**

#### **φιλικό κόντρα στη Φέγενορντ που ο Παναθηναϊκός νίκησε και μάλιστα με ευρύ σκορ. Έμοιαζε σαν την ιδανική συγκυρία;**

Θυμάμαι πως ήμουν στην Ολλανδία σε ένα τουρνουά και μου είχαν πει ο κ. Νταμιζας με τον κ. Ταράση πως θα ακολουθήσω την προετοιμασία της πρώτης ομάδας. Με φώναξε στη συνέχεια και ο κ. Δώνης. Έφτασα στο ημίχρονο του αγώνα με τη Φέγενορντ να μου πει πως μπαίνω για να αλλάξω τον Κουρμπέλη. Τότε ξαφνικά αισθάνεσαι παίκτης της πρώτης ομάδας. Μετά όλα έγιναν γρήγορα. Ακολούθησε και το πολύ καλό αποτέλεσμα με τον Άγιαξ. Περνούσαν από το μυαλό μου όσα έχω δει σε βίντεο. Σε εμάς τους μικρούς, μάλιστα, μας έδειχνε μέσα στον αγωνιστικό χώρο που ακριβώς είχε κάνει την κούρσα.

#### **Ακολούθως, ο αγώνας κόντρα στον Ατρόμητο στο Περιστέρι και επίσημο ντεμπούτο για σένα με τη φανέλα του Παναθηναϊκού. Τι σκεφτόσουν όταν έμπαινες στο γήπεδο αντί του Κουρμπέλη;**

Ήταν και πάλι ένα δύσκολο διάστημα για την ομάδα. Θυμάμαι πως είχε προηγηθεί διακοπή για τις εθνικές ομάδες. Είχα γυρίσει από την Εθνική τη Δευτέρα, ενώ ο Κουρμπέλης την Πέμπτη λόγω του ότι ήταν στην Ανδρών. Ο κ. Δώνης με είχε χρησιμοποιήσει όλες τις μέρες ως το βασικό εξάρτι της ομάδας. Θυμάμαι στο βίντεο είχε κάνει ομιλία και είχε πει πως μπορεί παίκτης που ήταν εκτός 18άδας ξαφνικά να βρεθούν



TASTE THE FEELING™



στην ενδεκάδα. Ένωσα ένα χτύπημα στην καρδιά. Είχα πίστη στον εαυτό μου, δεν θεωρώ πως το δύσκολο είναι να μπεις στον αγώνα. Το δύσκολο είναι να δουλέψεις όλη την εβδομάδα και να κάνεις τον προπονητή και τους συμπαίκτες σου να πιστέψουν σε σένα. Τελικώς, επέλεξε να ξεκινήσει τον Κουρμπέλη ως πιο έμπειρο και αρχηγό. Έφτασα να είμαι στον πάγκο και αυτό για μένα ήταν επίσης επίτευγμα. Στο ημίχρονο με σήκωσε και στο 75' με φώναξε για να μπω στο ματς. Γούσταρα πολύ!

**Πέρσι ανανέωσες και το συμβόλαιό σου με τον Παναθηναϊκό. Τι σκέφτηκες και πήρες αυτή την απόφαση;**

Είχα εξηγήσει στον κ. Νταμπίζα πως δεν με ενδιέφεραν καθόλου οι όροι του συμβολαίου, όμως ήθελα να μην ανανεώσω πριν την προετοιμασία για να δω πρώτα αν μπορώ να ανταπεξέλθω σε αυτό το επίπεδο. Κοιτούσα να παίξω για να δω αν έχω θέση στην πρώτη ομάδα. Σίγουρα καθοριστικό ρόλο στο να ανανεώσω έπαιξε και το κλίμα. Έλληνας προπονητής και πολλοί Έλληνες παίκτες. Πίστεψα πως μπορώ να βελτιωθώ και να αναδειχθώ μέσα από την ομάδα.

**Τα όνειρά σου; Θέλεις να παίξεις στο εξωτερικό;**

Αυτή τη στιγμή αυτό που πρέπει να κάνω, είναι να καθιερωθώ στον Παναθηναϊκό. Να δώσω τα πάντα στον Παναθηναϊκό και η ομάδα να με ανταμείψει. Είμαι σε μια πολύ μεγάλη ομάδα και νιώθω τυχερός για αυτό. Εγώ όμως πιστεύω πως και πριν δέκα χρόνια να ήμουν στον Παναθηναϊκό, πάλι θα έπαιζα. Δεν θέλω ποτέ να σκέφτομαι πως παίζω επειδή η ομάδα δεν είναι στην καλύτερή της κατάσταση. Δεν θέλω κανείς να πει πως παίζω επειδή είναι έτσι ο Παναθηναϊκός και δεν αγωνίζεται στους 16 του Τσάμπιονς Λιγκ όπως κάποτε. Θα είχα θέση σε κάθε Παναθηναϊκό. Μακάρι όλοι μαζί να επιστρέψουμε στην Ευρώπη και να φέρουμε και πάλι την ομάδα εκεί που της αξίζει. Από εκεί και πέρα, το πρωτάθλημα που μου αρέσει περισσότερο είναι το ιταλικό.

**Πόσο εύκολο είναι για ένα παιδί στην ηλικία σου που καθιερώνεται και φοράει τη φανέλα του Παναθηναϊκού, να μείνει προσγειωμένο;**

Πιστεύω ότι θέλει πολύ μεγάλη προσοχή και δουλειά αυτό το θέμα. Από όταν ξεκίνησα την καριέρα μου, πήγα σε μία Ακαδημία που δίδασκει ήθος. Ο κ. Λάκνης ήταν μέλος της ομάδας που κατέκτησε το Euro 2004 και μου μιλούσε σαν να είμαστε ισάξιοι. Χωρίς ίχνος έπαρσης. Πάντα μου είχε μάθει να είμαι προσγειωμένος. Όταν πήγα στον Παναθηναϊκό συνάντησα τον κ. Σαμαρά που μου είχε πει πως πρέπει να μένω ήρεμος

και προσγειωμένος. Είναι καλό να βρίσκεσαι ανάμεσα σε ταπεινούς ανθρώπους αλλά το σημαντικότερο ρόλο τον παίζει η οικογένεια. Είμαστε μακριά από τα φώτα της δημοσιότητας. Φυσικά και αντιλαμβάνομαι ένα κλίμα αλλά μέσα στο σπίτι μου δεν επιτρέπω να συζητάμε πολλά για την ομάδα. Στη νοοτροπία μου είναι να παραμένει το μυαλό μέσα στο κεφάλι. Αν είσαι υπερόπτης μπορεί να κάνεις μία λάθος ντρίμπλα που να σου κοστίζει.

**Στο γήπεδο φαίνεσαι ένα παιδί σκληρό που δεν διστάζει να βάζει τα πόδια του «στη φωτιά». Είσαι έτσι και εκτός αγωνιστικού χώρου;**

Δεν θα με χαρακτηρίζα τον πιο ήρεμο άνθρωπο! Αλλά πάλι καλά που έχω τους γονείς μου που με κρατάνε εκεί που πρέπει. Όπως και η κοπέλα μου που είναι μία πολύ σημαντική προσθήκη στη ζωή μου. Έχω δουλέψει στο να διαχειρίζομαι τα νεύρα μου και το πάθος μου. Είναι ένα πολύ σημαντικό κομμάτι το ψυχολογικό. Έτσι παίρνεις αυτοπεποίθηση και είσαι έτοιμος να λάβεις σωστές αποφάσεις. Μέσα από το ποδόσφαιρο ωριμάζω κάθε μέρα.

**Με τι άλλο ασχολείσαι στον ελεύθερο σου χρόνο;**

Ο ελεύθερος χρόνος ενός επαγγελματία ποδοσφαιριστή είναι περιορισμένος. Η παρέα μου εμένα, είναι η κοπέλα μου. Είμαστε συνήθως σπίτι μαζί, θα βγούμε φυσικά και για ένα φαγητό. Μου αρέσει να παρακολουθώ αγώνες πυγμαχίας και γενικότερα μαχητικά αθλήματα. Επίσης μου αρέσει ο μηχανοκίνητος αθλητισμός.

**Η σχέση σου με την πυγμαχία πως ξεκίνησε;**

Όλοι οι φίλοι μου ήταν της πυγμαχίας, υπάρχει και ένα κλαμπ εδώ κοντά στη γειτονιά. Μου αρέσει κυρίως να παρακολουθώ αγώνες στην τηλεόραση. Έχω κάνει και κάποιες προπονήσεις γιατί πιστεύω ότι βοηθάει στο αναπνευστικό. Ο ξάδερφός μου είναι τζούντο και κόλλησα και από εκεί λίγο. Μου άρεσε πολύ και ο ΜακΓκρέγκορ ως αθλητής, ακόμα και αν στη συνέχεια δεν το διαχειρίστηκε σωστά. Τέλος, θεωρώ και τον Ζαμπίδη αθλητή πολύ ψηλού επιπέδου.

**Κλείνοντας, η ζωή θα έλεγες πως θυμίζει σάκο του μποξ;**

Είμαι της άποψης ότι στη ζωή ό,τι δίνεις, παίρνεις. Εγώ πέρσι έκανα προπονήσεις όλη τη χρονιά και πήρα ευκαιρίες κυρίως στα play offs. Ήμουν ικανοποιημένος που δικαιώθηκα. Ξέρω πως για να ανέβω ακόμα περισσότερο επίπεδο, πρέπει να τελειοποιήσω κάθε κομμάτι του παιχνιδιού μου. Αυτό είναι ο αθλητής.

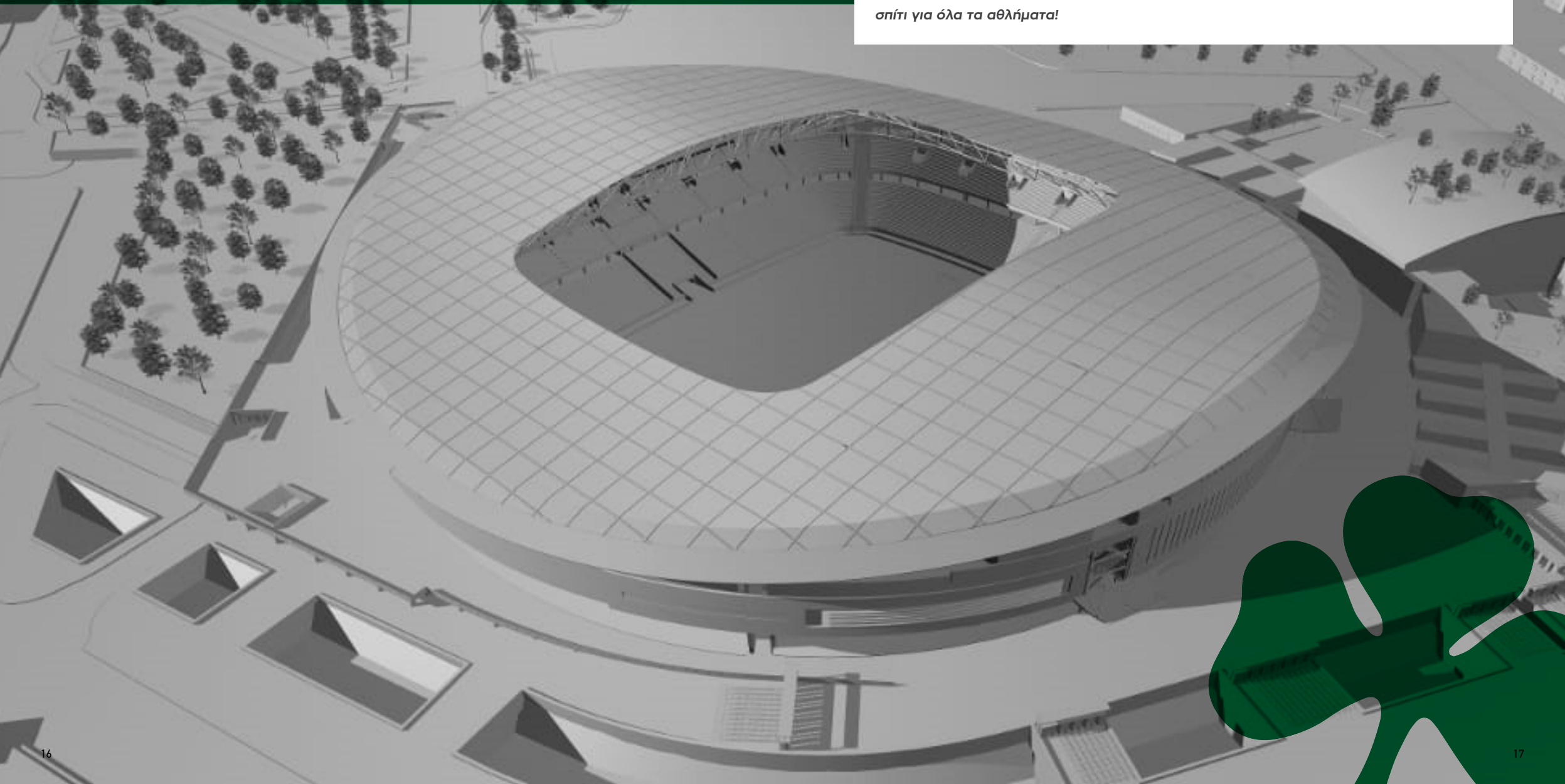




# Ώρα έργων για το σπίτι μας!

Το όνειρο της δημιουργίας σύγχρονων αθλητικών εγκαταστάσεων του Παναθηναϊκού παίρνει σάρκα και οστά

Παρασκευή 20 Νοεμβρίου 2020. Μια ημερομηνία ικανή να χαραχθεί με ανεξίτηλη γραφή στην ιστορία του Παναθηναϊκού! Χρειάζεται να γίνουν πράξη οι δεσμεύσεις που ανέλαβαν όσοι υπέγραψαν το μνημόνιο συναντίληψης και συνεργασίας για το έργο της Διπλής Ανάπλασης. Χρειάζεται επιτέλους τα λόγια να μετουσιωθούν σε πράξεις. Διότι είναι αδιανόητο ο μοναδικός ελληνικός ποδοσφαιρικός σύλλογος που δόξασε τη χώρα στην Ευρώπη αλλά και παγκοσμίως, να μην έχει σύγχρονο γήπεδο. Διότι είναι αδιανόητο ο πλέον πολυνίκης ελληνικός σύλλογος, ο Παναθηναϊκός Αθλητικός Όμιλος να μην έχει σύγχρονες εγκαταστάσεις. Τα μανίκια έχουν σηκωθεί από όλους προκειμένου να «τρέξει» η διαδικασία βάσει των αυστηρών χρονοδιαγραμμάτων που έχουν τεθεί και ο Παναθηναϊκός σε περίπου 3,5 χρόνια από σήμερα να έχει το δικό του υπερσύγχρονο σπίτι για όλα τα αθλήματα!







### Διπλή Ανάπλαση από 40 κύματα

Οι εγκαταστάσεις στο Βοτανικό είναι έργο ζωής για τον Παναθηναϊκό. Η Διπλή Ανάπλαση είναι έργο ζωής για την πρωτεύουσα. Όλα συνηγορούν ότι οι δεσμεύσεις μπορούν αυτή τη φορά να λάβουν σάρκα και οστά. Παρά τα όσα έχει βιώσει ο σύλλογος. Άλλωστε η υπόθεση της Διπλής Ανάπλασης έχει περάσει από «σαράντα κύματα».

Η περιοχή μήliche στο χάρτη της ζωής του Παναθηναϊκού το 2002 όταν ο τότε Δήμαρχος Αθηναίων, Δημήτρης Αβραμόπουλος πρότεινε στο Τριφύλλι το συγκεκριμένο χώρο. Τρία χρόνια αργότερα επί δημαρχίας, Ντόρας Μπακογιάννη συμφωνήθηκε από τις εμπλεκόμενες πλευρές να προχωρήσει η Διπλή Ανάπλαση, δηλαδή η κατασκευή αθλητικών εγκαταστάσεων για τον Παναθηναϊκό σε χώρο στο Βοτανικό και όταν ολοκληρώνονταν αυτή, θα παραδίδονταν το «Απόστολος Νικολαΐδης» προκειμένου να δημιουργηθεί μητροπολιτικό πάρκο. Κύλησε πολύ νερό στο αυλάκι μέχρι το σχετικό Προεδρικό Διάταγμα να μπλοκάρει στο ΣτΕ, έπειτα το έργο να φρενάρει στη χρηματοδότηση και τελικά να μπει σε... συρτάρι.

Το συρτάρι άνοιξε τους τελευταίους μήνες με την πλευρά του Παναθηναϊκού να διαπιστώνει ότι τόσο



η Κυβέρνηση όσο και ο Δήμος Αθηναίων έδειξαν πρόθεση να ξεπεραστούν όλα τα εμπόδια και να αποκατασταθεί γηπεδικά επιτέλους ο σύλλογος. Κάπως έτσι φτάσαμε έως τη στιγμή της προηγούμενης Παρασκευής όπου υπεγράφη το μνημόνιο συναντίληψης και συνεργασίας από τον εκπρόσωπο του Ελληνικού Δημοσίου Υπουργό Ανάπτυξης και Επενδύσεων Άδωνι Γεωργιάδη, τον Δήμαρχο Αθηναίων Κώστα Μπακογιάννη, τον πρόεδρο του Παναθηναϊκού Αθλητικού Ομίλου, Τάκη Μαλακατέ, τον μεγαλομέτοχο της ΠΑΕ Παναθηναϊκός, Γιάννη Αλαφούζο και τον Διευθύνοντα Σύμβουλο της Alpha Bank Βασίλη Ψάλτη ως εκπρόσωπο της ΑΕΠ Ελαιώνας.

### Η περιγραφή των εγκαταστάσεων

Τι προβλέπεται βάσει Προεδρικού Διατάγματος να δημιουργηθεί στο Βοτανικό; Ίδιου γήπεδο ποδοσφαίρου έως 40.000 θέσεων, διεθνών προδιαγραφών FIFA UEFA 4 αστέρων

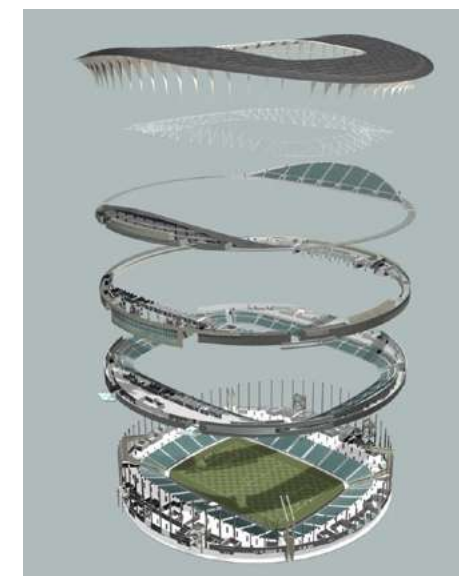
- αθλητικές εγκαταστάσεις του Ερασιτέχνη Παναθηναϊκού 7.500 τ.μ.
  - ανοικτή αθλητική πισίνα ολυμπιακών διαστάσεων για τον Ερασιτέχνη Παναθηναϊκό
  - αθλητικές εγκαταστάσεις του Δήμου Αθηναίων 4.800 τ.μ.
  - 52.000 τ.μ. στο ακίνητο της ΑΕΠ Ελαιώνας
  - χώροι πρασίνου έκτασης τουλάχιστον 80 στρεμμάτων
  - έργα διαμορφώσεων, πρασίνου, κυκλοφορίας πεζών, εσωτερικού δικτύου, δικτύων υποδομών κλπ.
  - σημαντικές περιβαλλοντικές υποδομές για την οχύρωση της περιοχής από φυσικές καταστροφές
- Από εκεί και πέρα σε περιοχή εκτός της έκτασης της Διπλής Ανάπλασης και πιο συγκεκριμένα σε όμορα

οικόπεδα ή σε οικόπεδα ακτίνας 300 μέτρων από την έκταση της Διπλής Ανάπλασης, ο Δήμος θα χωροθετήσει -κατόπιν συμφωνίας με την ΚΑΕ Παναθηναϊκός και τον Ερασιτέχνη Παναθηναϊκό- τη δημιουργία κλειστού γηπέδου μπάσκετ και εγκαταστάσεις πολλαπλών χρήσεων.

### Το χρονοδιάγραμμα

Υπάρχει συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα που έχει κατατεθεί από τους αρμόδιους φορείς, προκειμένου να ολοκληρωθεί το όνειρο των εκατομμυρίων φιλάθλων του Παναθηναϊκού. Πιο συγκεκριμένα:

- Έως τις 30 Ιουνίου 2021 προβλέπεται να έχει ολοκληρωθεί η εκπόνηση όλων των αναγκαίων μελετών των αθλητικών εγκαταστάσεων.
- Έως τις 30 Σεπτεμβρίου 2021 προβλέπεται να έχει ολοκληρωθεί η εκπόνηση όλων των αναγκαίων μελετών των έργων και εγκαταστάσεων, πλην του γηπέδου ποδοσφαίρου και των αθλητικών εγκαταστάσεων που προορίζονται για τον Ερασιτέχνη Παναθηναϊκό.
- Έως τις 30 Νοεμβρίου 2021 προβλέπεται να έχει ολοκληρωθεί η έκδοση των περιβαλλοντικών και οικοδομικών αδειών για τις αθλητικές εγκαταστάσεις.
- Μέσα στο τελευταίο τρίμηνο του 2021 προσδιορίζεται η έναρξη κατασκευής των αθλητικών εγκαταστάσεων του Ερασιτέχνη Παναθηναϊκού. Ο χρόνος κατασκευής των εγκαταστάσεων του Ερασιτέχνη Παναθηναϊκού υπολογίζεται στους δώδεκα μήνες.
- Μέσα σε 36 μήνες αναμένεται να ολοκληρωθούν η προκήρυξη του δημόσιου διαγωνισμού, η ανακή-



ρυξη αναδόχου και η κατασκευή του γηπέδου ποδοσφαίρου.

Ως προς το κλειστό γήπεδο μπάσκετ και πολλαπλών χρήσεων, ο Δήμος Αθηναίων αναλαμβάνει την υποχρέωση, εντός τριάντα ημερών, από την υπογραφή του μνημονίου συναντίληψης και συνεργασίας, να προσδιορίσει και να εξειδικεύσει τις ανάγκες της Κ.Α.Ε. ΠΑΟ, σε συνεργασία μαζί της, προκειμένου να ωριμάσει στο συντομότερο δυνατό χρόνο η χωροθέτησή του, καθώς και οι αθλητικές, τεχνικές και λοιπές προδιαγραφές.

## Ιχθυέλαια 5πλης μοριακής απόσταξης υψηλής περιεκτικότητας σε Ω3 λιπαρά οξέα, EPA & DHA







**1**  
**ΔΙΟΥΔΗΣ ΣΩΚΡΑΤΗΣ**  
ΤΕΡΜΑΤΟΥΛΑΚΑΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 3/2/1993  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ



**3**  
**PEREZ LOPEZ JUAN CARLOS**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 30/03/1990  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΙΣΠΑΝΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΜΑΔΡΙΤΗ (ΙΣΠΑΝΙΑ)



**4**  
**VELEZ JIMENEZ FRANCISCO**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 23/06/1991  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΙΣΠΑΝΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΤΑΡΑΓΟΝΑ (ΙΣΠΑΝΙΑ)



**5**  
**SCHENKEVELD BART**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 28/08/1991  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΟΛΛΑΝΔΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΝΤΕΕΝ ΧΟΡΝ (ΟΛΛΑΝΔΙΑ)



**16**  
**ANTONIO JESUS REGAL ANGULO**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 24/12/1987  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΙΣΠΑΝΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΕΡΕΡΑ (ΙΣΠΑΝΙΑ)



**17**  
**ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ**  
ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 24/10/2000  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΘΗΝΑ



**18**  
**ΜΠΟΥΖΟΥΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 27/3/1998  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΠΡΕΒΕΖΑ



**19**  
**VILLAFANEZ LUCAS**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 4/10/1991  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΑΡΓΕΝΤΙΝΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΚΟΜΟΝΤΟΡΟ (ΑΡΓΕΝΤΙΝΗ)



**7**  
**XAVIER ANTONIO**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 06/07/1992  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΠΟΡΤΟΓΑΛΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΓΚΙΜΑΡΑΣ (ΠΟΡΤΟΓΑΛΙΑ)



**8**  
**ΑΥΟΥΒ YASSINE**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 06/03/1994  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΟΛΛΑΝΔΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΜΣΤΕΡΝΤΑΜ (ΟΛΛΑΝΔΙΑ)



**9**  
**MACHEDA FEDERICO**  
ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 22/8/1991  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΙΤΑΛΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΡΩΜΗ (ΙΤΑΛΙΑ)



**10**  
**LOPEZ HUESCA CARLOS DANIEL**  
ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 12/06/1990  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΙΣΠΑΝΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΛΙΚΑΝΤΕ (ΙΣΠΑΝΙΑ)



**20**  
**ΣΕΡΠΕΖΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 14/03/2001  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΘΗΝΑ



**21**  
**ΚΟΥΡΜΠΕΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 2/11/1993  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΤΡΙΠΟΛΗ



**22**  
**ΚΑΝΤΑΛΑΡΙΕΔΡΑ ΑΙΤΟΡ**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 10/02/1996  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΙΣΠΑΝΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΒΑΡΚΕΛΩΝΗ (ΙΣΠΑΝΙΑ)



**24**  
**ΜΑΥΡΟΜΜΑΤΗΣ ΦΑΝΗΣ**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 16/01/1997  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΡΓΟΣ



**11**  
**ΧΑΤΖΗΓΟΒΑΝΗΣ ΤΑΣΟΣ**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 31/5/1997  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΛΕΣΒΟΣ



**12**  
**ΧΑΤΖΗΘΕΟΔΩΡΙΔΗΣ ΗΛΙΑΣ**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 5/11/1997  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΚΑΤΕΡΙΝΗ



**14**  
**SANCHEZ FACUNDO**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 07/03/1990  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΑΡΓΕΝΤΙΝΟΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΣΑΝΤΑ ΦΕ (ΑΡΓΕΝΤΙΝΗ)



**15**  
**ΞΕΝΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ**  
ΤΕΡΜΑΤΟΥΛΑΚΑΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 20/05/1998  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΘΗΝΑ



**27**  
**ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΦΩΤΗΣ**  
ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 10/01/2000  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΘΗΝΑ



**37**  
**ΑΘΑΝΑΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ**  
ΜΕΣΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 27/11/2001  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΠΑΤΡΑ



**38**  
**ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 27/02/2001  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΑΘΗΝΑ



**44**  
**ΠΟΥΓΓΟΥΡΑΣ ΑΧΙΛΛΕΑΣ**  
ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 13/12/1995  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: ΕΛΛΗΝΑΣ  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ





47

**ΖΑΓΑΡΙΤΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ**

**ΑΜΥΝΤΙΚΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 4/5/2001  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΕΛΛΗΝΑΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΘΗΒΑ**



54

**ΣΧΟΧΡΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ**

**ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 01/03/2000  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΕΛΛΗΝΑΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΕΡΕΤΡΙΑ**



55

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΠΟΥΛΟΣ ΣΩΤΗΡΗΣ**

**ΜΕΣΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 26/11/2001  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΕΛΛΗΝΑΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΑΘΗΝΑ**



57

**ΒΕΣΧ ΟΥΦΕ**

**ΜΕΣΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 13/01/1993  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΔΑΝΟΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΚΟΠΕΓΧΑΓΗ**



58

**ΜΟΛΛΟ ΥΟΗΑΝ**

**ΜΕΣΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 18/07/1989  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΓΑΛΛΟΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΜΑΡΤΙΚ**



59

**ΚΟΝΑΝ ΧΡΙΣΤΙΑΝ-ΑΝΔΕΡΣΟΝ**

**ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 12/07/1999  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΙΤΑΛΟΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΒΑΡΕΖΕ**



61

**ΧΑΤΖΗΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ**

**ΤΕΡΜΑΤΟΦΥΛΑΚΑΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 09/03/2002  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΕΛΛΗΝΑΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΑΘΗΝΑ**



68

**ΧΡΙΣΤΟΓΕΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΣ**

**ΤΕΡΜΑΤΟΦΥΛΑΚΑΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 03/01/2000  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΕΛΛΗΝΑΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΑΘΗΝΑ**



77

**ΤΖΑΒΙΔΑΣ ΣΠΥΡΟΣ**

**ΜΕΣΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 21/08/2001  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΕΛΛΗΝΑΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΑΘΗΝΑ**



88

**ΜΑΥΡΙΪΟ ΧΡΗΣΤΟΣ ΝΤΑ ΣΙΛΒΕΙΡΑ ΤΖΟΥΝΙΟΡ**

**ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 21/10/1988  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΒΡΑΖΙΛΙΑΝΟΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΣΑΟ ΠΑΟΥΛΟ (ΒΡΑΖΙΛΙΑ)**



99

**ΚΑΜΠΕΤΣΗΣ ΑΡΓΥΡΗΣ**

**ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΣ**  
ΗΜ. ΓΕΝ.: 6/5/1999  
ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ: **ΕΛΛΗΝΑΣ**  
ΤΟΠΟΣ ΓΕΝ.: **ΑΘΗΝΑ**



**ΛΑΖΛΟ ΜΠΟΛΟΝΙ**

**ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ**

**SOCIAL MEDIA**

- Panathinaikos FC / ΠΑΕ Παναθηναϊκός
- instagram.com/fcpanathinaikos
- twitter.com/paofc\_
- ΠΑΕ ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ/ ΡΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ FC
- Panathinaikos F.C.



**ΣΩΤΗΡΗΣ ΣΥΛΛΑΪΔΟΠΟΥΛΟΣ**

**ΒΟΗΘΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ**



**ΣΕΡΓΚΕΙ ΚΟΥΖΝΙΕΤΣΟΦ**

**ΒΟΗΘΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ**



**ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΟΥΝΤΑΚΗΣ**

**ΠΡΟΠ. ΤΕΡΜΑΤΟΦΥΛΑΚΩΝ**



**ΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΑΥΡΙΝΟΣ**

**ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ**



**ΗΛΙΑΣ ΑΜΠΑΤΖΙΔΗΣ**

**ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ**



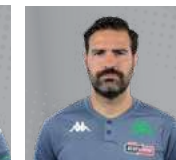
**ΓΙΩΡΓΟΣ ΒΟΥΝΟΤΡΥΠΙΔΗΣ**

**ΓΥΜΝ. ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ**



**ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΥ**

**ΑΝΑΛΥΤΗΣ ΑΓΩΝΩΝ**



**ΜΑΝΟΥΕΛ ΡΟΚΑ**

**ΑΝΑΛΥΤΗΣ - SCOUT**



**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΑΡΑΒΑΚΟΣ**

**ΣΥΝΤ. ΠΟΔ. ΤΜΗΜΑΤΩΝ**



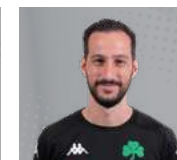
**ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΪΟΥ**

**ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ**



**ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΠΟΥΛΟΣ**

**ΓΙΑΤΡΟΣ ΟΜΑΔΑΣ**



**ΜΑΝΟΣ ΚΑΣΑΠΑΚΗΣ**

**ΕΠΙΚΕΦΑΛΗΣ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ**



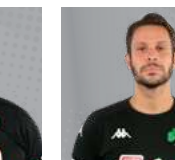
**ΑΡΣΕΝΗΣ ΚΟΝΤΟΣ**

**ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ**



**ΚΩΣΤΑΣ ΣΠΑΝΑΣ**

**ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ**



**ΞΕΝΟΦΩΝ ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΚΗΣ**

**ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ**



**ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΠΑΠΑΜΙΧΑΗΛ**

**ΜΑΣΕΡ**



**ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ**

**ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΟΣ**



**ΓΙΑΝΝΗΣ ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ**

**ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΣ**



**ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΔΙΑΜΑΝΤΑΚΟΣ**

**ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΣ**



**ΘΟΔΩΡΟΣ ΚΑΤΣΙΣ**

**ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΣ**





ΒΙΑ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

## Παράγοντας εξάλειψης του φαινομένου ο Παναθηναϊκός

Η 25η Νοεμβρίου έχει ανακηρυχθεί ως η Παγκόσμια ημέρα για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών και οι σύντροφοι των ποδοσφαιριστών της ομάδας μας, Χουάνκαρ, Βέλεθ, Σαβιέρ, Καρλίτος και Χατζηγιοβάνη, στέλνουν, μέσα από μία φωτογραφία, το δικό τους μήνυμα.





Υπενθυμίζεται πως η ΠΑΕ Παναθηναϊκός με τη δράση της έχει δείξει έμπρακτα το κοινωνικό της πρόσωπο, υιοθετώντας τον Ξενώνα του Δήμου Αθηναίων που φιλοξενεί γυναίκες, θύματα βίας και τα παιδιά τους. Με αφορμή τη συγκεκριμένη ημέρα, δίνεται ο λόγος στον Ξενώνα αυτόν προκειμένου να δοθούν απαντήσεις σε καίρια ερωτήματα γύρω από ένα μείζον κοινωνικό ζήτημα. Παράλληλα, δίνεται η δυνατότητα σε ανθρώπους που στηρίζουν καθημερινά την προσπάθεια για την εξάλειψη του φαινομένου, να επικοινωνήσουν καλύτερα τις ενέργειές τους και να ευαισθητοποιήσουν το δυνατόν περισσότερο κόσμο για να συμπράξει μαζί τους.

**1) Πολλές φορές, θέματα όπως αυτό ( της ενδοοικογενειακής βίας) ακούγονται σε αρκετό κόσμο ως κάτι αρκετά «μακρινό». Πόσο σύνθηες είναι να συναντάμε φαινόμενα ενδοοικογενειακής βίας στις μέρες μας;**

«Τά εν οίκω μη εν δήμω», ισχύει όμως αυτό στις περιπτώσεις της ενδοοικογενειακής βίας; Όλοι και όλες, κάποια στιγμή της ζωής μας, υποψιαστήκαμε, είδαμε, ακούσαμε, μάθαμε για κάποιο περιστατικό ενδοοικογενειακής βίας. Μορφές που παίρνει η βία κατά των γυναικών είναι η σωματική βία, ο εξευτελισμός και η συνεχής υποτίμηση, η κοινωνική απομόνωση (π.χ. ο περιορισμός των επαφών με φίλους ή με την πατρική οικογένεια), η οικονομική εξάρτηση, που εκφράζεται με τον περιορισμό των εσόδων της γυναίκας διακόπτοντας, μετά από πίεση, την εργασία της ή μεταφέροντας στον σύζυγο τα περιουσιακά της στοιχεία. Σε αυτή την περίπτωση η χρηματοδότηση από τον σύζυγο γίνεται με φειδώ, έτσι ώστε η γυναίκα να μην μπορεί να καλύψει προσωπικές της ανάγκες, να μετακινηθεί, να εκπαιδευτεί κ.λπ. Τέλος, σημαντική έκφραση της γυναικείας κακοποίησης είναι ο βιασμός μέσα στο γάμο ή τη σχέση, πράξη που συμπυκνώνει τη σωματική βία, την ηθική και ψυχική ταπείνωση και αντικειμενοποιεί τη γυναίκα στερώντας της το δικαίωμά στην αυτοδιάθεση του κορμιού της. Ακόμα και σήμερα υπάρχουν άνθρωποι που πιστεύουν ότι η ενδοοικογενειακή βία είναι ιδιωτική υπόθεση και αποφεύγουν να εμπλακούν «στα οικογενειακά» ενός ζευγαριού. Όμως η ενδοοικογενειακή βία μας αφορά όλους και όλες. Η κακοποίηση μέσα στην οικογένεια και τη σχέση δεν είναι «ιδιωτική υπόθεση». Όσο τα στόματα μένουν κλειστά, η βία θα διαιωνίζεται. Αποτελεί κατάφωρη παραβίαση ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Είναι ποινικό αδίκημα και για αυτόν ακριβώς το λόγο τιμωρείται αυτεπάγγελα με βάση τον ν. 3500/2006.

**2) Πόσο μεγάλη σημασία έχει η ευαισθητοποίηση όλων μας για την εξάλειψή του φαινομένου;**

Για να υπάρξει η ευαισθητοποίηση πρέπει να υπάρχει η σωστή ενημέρωση όλων. Αυτή επιτυγχάνεται πρωτίστως μέσω της εκπαίδευσης των παιδιών στην οικογένεια, στα σχολεία και στα κοινωνικά σύνολα που ανήκουν, πάνω στην ισότητα των φύλων, στις υγιείς σχέσεις και στον σεβασμό της διαφορετικότητας.

Εκπαιδεύοντας σωστά τα παιδιά από μικρή ηλικία, αυτό δύναται να ανατρέψει μια στερεοτυπική ανατροπή των αγοριών και των κοριτσιών. Συνήθως, στις παραδοσιακές κοινωνίες, η ανατροφή δεν είναι ισότιμη και άρα δεν δημιουργεί ισότιμους άνδρες και γυναίκες. Τα αγόρια μαθαίνουν να είναι δυναμικά, διεκδικητικά και επιθετικά, ενώ τα κορίτσια ανατρέφονται με το πρότυπο της προσφοράς, της γλυκύτητας και της υποταγής. Στην κοινωνία των ενήλικων πολιτών όμως η ευαισθητοποίηση επιτυγχάνεται μέσω ενημέρωσης από τηλεοπτικές, ραδιοφωνικές και διαδικτυακές καμπάνιες-ομιλίες – δράσεις- σεμινάρια κ.α, που παρέχουν πληροφορίες για το ίδιο το φαινόμενο και τις δομές πρόληψης και στήριξης.

**3) Η ΠΑΕ Παναθηναϊκός έχει υιοθετήσει έναν Ξενώνα Φιλοξενίας Γυναικών Θυμάτων Βίας. Ποιο είναι το κοινωνικό αποτύπωμα που αφήνει ένας ποδοσφαιρικός σύλλογος σε ένα τόσο ευαίσθητο θέμα; Θεωρείτε πως έτσι δίνει το σύνθημα και σε άλλες ομάδες πως το ποδόσφαιρο δεν παίζεται μόνο εντός των τεσσάρων γραμμών του γηπέδου;**

Η πρωτοβουλία της ΠΑΕ Παναθηναϊκός να στηρίζει τον Ξενώνα Κακοποιημένων Γυναικών & των Παιδιών τους αγίζοντας έτσι το πρόβλημα της ενδοοικογενειακής βίας αποδεικνύει ότι ο σύλλογος διαθέτει στελέχη ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένα σε αυτό το φαινόμενο κοινωνικής παθογένειας και θέλει να



**FUNKY BUDDHA**  
THE RIGHT KOO TOOR



συμβάλει στην καταπολέμησή του. Ένας ανδροκρατούμενος χώρος όπως αυτός του ποδοσφαίρου μπορεί και θέλει να αποδείξει ότι υπάρχει σεβασμός στον Άνθρωπο. Με γνώμονα τις αρχές του αθλητικού ιδεώδους, της Ισότητας και της Αλληλεγγύης, η ΠΑΕ Παναθηναϊκός αποδεικνύει εμπράκτως ότι το να ανήκεις σε έναν σύλλογο είναι μια ευκαιρία για ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων, συνεργασίας, οριοθέτησης, γαλουχίας ηθικών προτύπων, αξιών και παιδείας, αναγνώρισης ταυτότητας και ισορροπιών. Συνεπώς μεταδίδοντας με μια τέτοια ενέργεια όλες αυτές τις αξίες στα μέλη της κοινωνίας δύναται μελλοντικά να αποτελέσει παράγοντα εξάλειψης του φαινομένου της ενδοοικογενειακής και συντροφικής βίας.

**4) Πέραν του Ξενώνα Φιλοξενίας τον οποίο και έχει Υιοθετήσει η ΠΑΕ Παναθηναϊκός, ποιες άλλες ενέργειες γίνονται από τον Δήμο Αθηναίων;**

Στον Δήμο Αθηναίων και πιο συγκεκριμένα στην Δ/νση Κοινωνικής Αλληλεγγύης και το Τμήμα Πολιτικών Ισότητας & Αντιμετώπισης Διακρίσεων:

- Σχεδιάζει, συντονίζει και παρακολουθεί την εφαρμογή προγραμμάτων και δράσεων που στοχεύουν στην ισότητα γυναικών και ανδρών σε όλους τους τομείς αρμοδιοτήτων στο Δήμο με στόχο την εφαρμογή της «Ευρωπαϊκής Χάρτας για την Ισότητα των Φύλων στην Τοπική Αυτοδιοίκηση» που έχει υιοθετήσει ο Δήμος
- Σχεδιάζει, αναπτύσσει και μεριμνά για την εφαρμογή προγραμμάτων κοινωνικής πολιτικής και πολιτικών ισότητας για την πρόληψη και αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών και οικονομικών προβλημάτων των ευάλωτων ομάδων.



- Αναλαμβάνει δράσεις για την πρόληψη και καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και την υποστήριξη της λειτουργίας του Δημοτικού Ξενώνα για γυναίκες θύματα βίας.

- Αναπτύσσει συνεργασίες με τις λοιπές δομές συμβουλευτικής και φιλοξενίας για γυναίκες που υφίστανται βία.

- Αναπτύσσει δράσεις ευαισθητοποίησης για την καταπολέμηση των κοινωνικών στερεοτύπων με βάση το φύλο και υποστηρίζει συμβουλευτικά γυναίκες που υφίστανται πολλαπλές διακρίσεις.

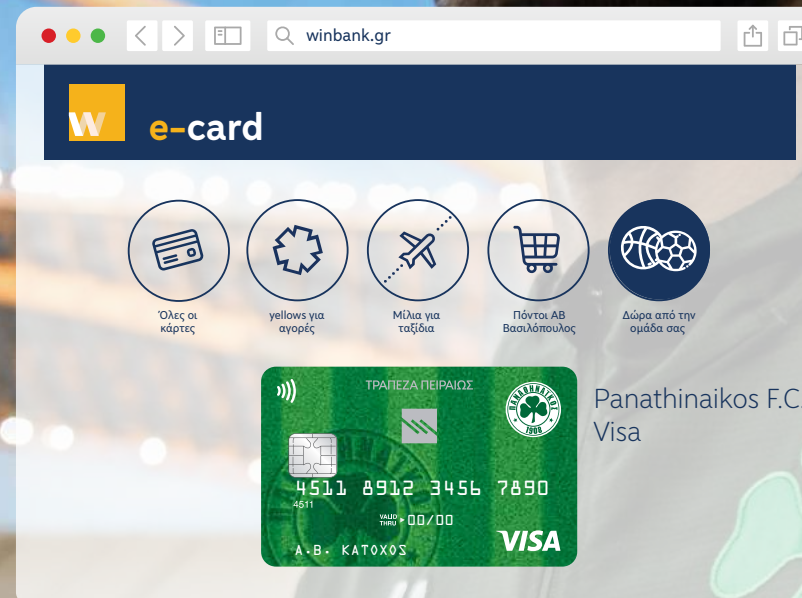
- Πληροφορεί και ενημερώνει τους πολίτες με στόχο την προώθηση της ισότητας των φύλων και των δικαιωμάτων των γυναικών και οργανώνει δράσεις ευαισθητοποίησης στα σχολεία, τους παιδικούς σταθμούς και άλλες κοινωνικές δομές σε συνεργασία με τις αρμόδιες Διευθύνσεις του Δήμου και τα Νομικά Πρόσωπα.

**Στις άμεσες προτεραιότητες του Τμήματος είναι:**

Η προγραμματισμός επαναλειτουργίας της παροχής δωρεάν νομικής βοήθεια στα θύματα ενδοοικογενειακής βίας που θα πραγματοποιηθεί σε συνεργασία με το Κέντρο Διοτίμα. Το πρόγραμμα «Όλες ασφαλείς» στοχεύει στην υποστήριξη των θυμάτων και τη μείωση των συνεπειών της ενδοοικογενειακής βίας, που γνωρίζει έξαρση σε όλο τον κόσμο, εν μέσω πανδημίας και περιορισμού της κυκλοφορίας των πολιτών. Οι γυναίκες θα μπορούν να καλέσουν στο 210-5210645, καθημερινά από Δευτέρα - Παρασκευή, 09.00-16.00 ή/και να επικοινωνήσουν μέσω της ηλεκτρονικής διεύθυνσης [oles.asfaleis@athens.gr](mailto:oles.asfaleis@athens.gr), με το εξειδικευμένο επιστημονικό προσωπικό από το Τμήμα Πολιτικών Ισότητας & Αντιμετώπισης Διακρίσεων του Δήμου Αθηναίων.

Η λειτουργία του νέου Συμβουλευτικού Κέντρου Γυναικών για την πρόληψη και την καταπολέμηση της έμφυλης βίας ή/και των πολλαπλών διακρίσεων. Το κέντρο έρχεται να συμπληρώσει τον Ξενώνα Φιλοξενίας για γυναίκες θύματα έμφυλης βίας και τα παιδιά τους, τον οποία λειτουργεί ο δήμος Αθηναίων από το 2013, στον αγώνα κατά της έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας.

Το Συμβουλευτικό Κέντρο θα παρέχει τις υπηρεσίες του σε κακοποιημένες γυναίκες, σε πρόσφυγες, μετανάστριες αλλά και στην ΛΟΑΤΚΙ κοινότητα.



**e-card: Απόκτηση την πιστωτική κάρτα Panathinaikos F.C. Visa μέσω winbank, εύκολα και γρήγορα.**

Απόκτησε την πιστωτική κάρτα Panathinaikos F.C. Visa της Τράπεζας Πειραιώς, χωρίς να επισκεφθείς κατάστημα, αποκλειστικά μέσω της υπηρεσίας winbank web banking.

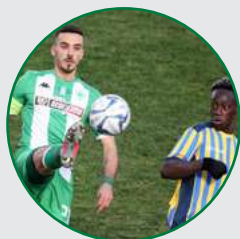
Κάνε την πρώτη σου αγορά μέχρι τις 31/10/2020 και κέρδισε 3πλάσια τριφύλλια καλωσορίσματος για να έρθεις πιο κοντά στα δώρα της αγαπημένης σου ομάδας.

Πληροφορίες & όροι: [www.piraeusbank.gr](http://www.piraeusbank.gr), T. 210 32 88 000





## ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ



**28** γκολ σε 10 αναμετρήσεις στην Αθήνα έχει πετύχει ο Παναθηναϊκός απέναντι στο σημερινό αντίπαλό του. Την περσινή σεζόν άγγιξε το μέσο όρο των αναμετρήσεων, σκοράροντας τρεις φορές.

**8** νίκες σε 10 αγώνες ως γηπεδούχος μετράει ο Παναθηναϊκός απέναντι στον Παναιτωλικό. Τα άλλα δύο ματς έληξαν ισόπαλα.



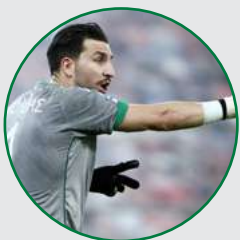
**5** ημίχρονα χωρίς γκολ έχει συμπληρώσει ο Παναθηναϊκός. Στα τελευταία δύο παιχνίδια με Ολυμπιακό και Ατρόμητο δεν σκόραρε. Ως τελευταίο γκολ καταγράφεται εκείνο του Χατζηγιοβάνη στο 27ο λεπτό του αγώνα με τον Απόλλωνα Σμύρνης..



**3** γκολ όλα κι όλα έχει πετύχει ο Παναιτωλικός έως τώρα στο πρωτάθλημα. Επίδοση που είναι η χειρότερη μεταξύ των 14 ομάδων της εφεινής διοργάνωσης.



**1** παίκτης του Παναθηναϊκού δεν έχει χάσει λεπτό συμμετοχής έως τώρα στις πρώτες 9 αγωνιστικές του πρωταθλήματος. Μόνον ο Σωκράτης Διούδης έχει το απόλυτο. 9 συμμετοχές αλλά με σαφώς λιγότερα λεπτά έχουν οι Καρλίτος, Μακέντα, Χατζηγιοβάνης.



Protergia και  
ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ  
Ένας σύλλογος με  
ασύγκριτη ενέργεια



&  
protergia  
Επίσημος Υποστηρικτής



ΑΠΕΛΛΑΞΕΙΣ

☎ 18311

📍 @protergia.gr | [www.protergia.gr](http://www.protergia.gr)

Καταστήματα Protergia: **Αθήνα:** Μαρίνου Αντύπα 11, Ν. Ηράκλειο | Λ. Κηφισίας 373, Νέα Ερυθραία **Θεσσαλονίκη:** Μητροπόλεως 53





## ΠΑΕ ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ

### ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

- **Μεγαλομέτοχος:** Φώτης Κωστούλας
- **Πρόεδρος:** Γεράσιμος Μπελεβώνης
- **Αντιπρόεδρος:** Θωμάς Σπύρου
- **Μέλη:** Κώστας Τάκος, Γιώργος, Σωτηρόπουλος, Παναγιώτης Στεργίου
- **Έτος ίδρυσης:** 1926
- **Χρώματα:** Κίτρινο-Μπλε
- **Γήπεδο:** Πανατωλικού
- **Διεύθυνση:** Προυσιωτίσης 15
- **Τηλέφωνο:** 2641055543, 2641055520
- **Website:** www.panetolikos.gr

### Σε τι κατάσταση βρίσκεται:

Στα χαμηλά πατώματα της βαθμολογίας και συγκεκριμένα στην προτελευταία θέση, βρίσκεται ο Πανατωλικός έχοντας έως τώρα δώσει εννέα αγώνες στο πρωτάθλημα. Για μία ακόμα χρονιά η ομάδα του Αγρινίου θα παλέψει για την παραμονή της στην κατηγορία, αναζητώντας ακόμα την πρώτη της νίκη στο πρωτάθλημα.

### Στην άκρη του πάγκου:

Ένας παλιός γνώριμος για την ομάδα του Πανατωλικού, ο Τραϊανός Δέλλας, επέστρεψε στο Αγρίνιο για να διαδεχθεί τον Μάκη Χάβο στον πάγκο. Ο 44χρονος προπονητής είχε καθίσει στον πάγκο του Πανατωλικού από τον Γενάρη του 2018 μέχρι τον Ιούνιο του 2019. Στην πρώτη του θητεία στους Αγρινιώτες, ο Δέλλας είχε 16 νίκες, 10 ισοπαλίες και 21 ήττες σε 47 αγώνες.



# molto

CREAM & COOKIES

Καρδιά  
από κρέμα  
και μπισκότο





ΟΝΟΜΑ	ΧΩΡΑ	ΗΜ. ΓΕΝ.
<b>ΤΕΡΜΑΤΟΦΥΛΑΚΕΣ</b>		
1 Κνετ Κρίστοφερ	ΑΥΤ	01.08.1990
22 Μελίσσας Νίκος	ΕΛΛ	24.02.1993
84 Καλαντζής Χρήστος	ΕΛΛ	19.06.2000
99 Κοντογιάννης Βαγγέλης	ΕΛΛ	09.01.2002
<b>ΑΜΥΝΤΙΚΟΙ</b>		
2 Μεντίνα Πάολο	ΜΕΞ	28.05.1999
3 Βάντερσον Σκαρνοτβέλι	ΒΡΑ	27.09.1984
4 Καρασαλίδης Τέλης	ΕΛΛ	03.05.1991
21 Περέρια Ελίας	ΑΡΓ	15.02.1999
27 Τζανακάκης Μανώλης	ΕΛΛ	30.04.1992
28 Παρράς Αλέξανδρος	ΕΛΛ	12.05.1998
47 Μαλής Αλέξανδρος	ΕΛΛ	19.03.1997
66 Κωνσταντόπουλος Απόστολος	ΕΛΛ	02.08.2002
<b>ΜΕΣΟΙ</b>		
5 Αρσούρα Χοακίν	ΑΡΓ	18.05.1993
6 Ταχάρ Αϊμέν	ΑΛΓ	02.10.1989
7 Μάζουρεκ Φράνκο	ΑΡΓ	24.09.1993
10 Νιτάλιο	ΠΟΡ	22.05.1996
14 Ντουάρτε Φρεντ	ΠΟΡ	30.03.1999
15 Άλβαρες Χουάν	ΑΡΓ	27.10.1997
25 Σκιαδάς Βασίλης	ΕΛΛ	25.06.2002
37 Τσιγγάρας Άγγελος	ΕΛΛ	24.07.1999
54 Λιάβας Γιώργος	ΕΛΛ	12.02.2001
<b>ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΙ</b>		
8 Αζάντι Ρέζα	ΙΡΝ	07.09.1999
9 Μασόλα Νικόλας	ΑΡΓ	28.01.1990
11 Ντίας Χόρχε	ΟΥΡ	28.06.1989
12 Αριγίμι Γκμπόλι	ΑΓΓ	18.01.1995
17 Μοσκέρα Λουίς	ΚΟΛ	08.05.1999
29 Βέργος Νίκος	ΕΛΛ	13.01.1996
30 Μεντόσα Χαβιέ	ΑΡΓ	02.09.1992
77 Σκόνδρας Σπύρος	ΕΛΛ	06.04.2001
92 Γιάκολις Αντόνιο	ΚΡΟ	28.02.1992

## Πακέτα προληπτικού Ελέγχου



fito<sup>2</sup>  
play

Αθληθείτε με  
ασφάλεια!

Προληπτικός έλεγχος  
υγείας για όσους  
εντάσσουν την άθληση  
στην καθημερινή τους ζωή.

Ο έλεγχος περιλαμβάνει  
καρδιολογική εξέταση  
ορθοπαιδική εξέταση  
ηλεκτροκαρδιογράφημα  
έγχρωμο triplex καρδιάς

Πληροφορίες/Ραντεβού

Τμήμα Προληπτικού Ελέγχου ΥΓΕΙΑ

T: 210 6867 340

Τμήμα Προληπτικού Ελέγχου ΜΗΤΕΡΑ

T: 210 6869 143



**ΟΜΙΛΟΣ ΥΓΕΙΑ**

Με ευθύνη για τη ζωή





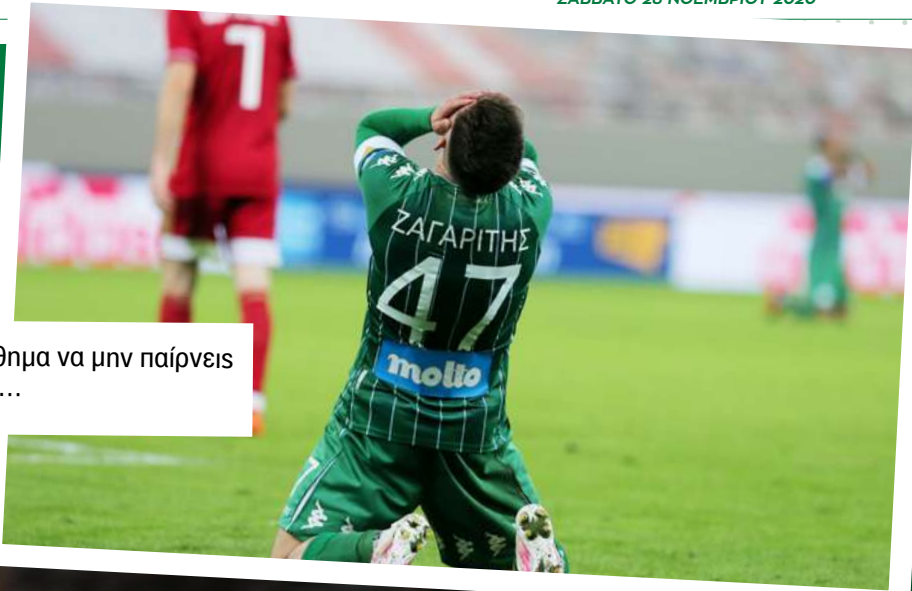
Captain getting out from the tunnel!



Feels like flying!



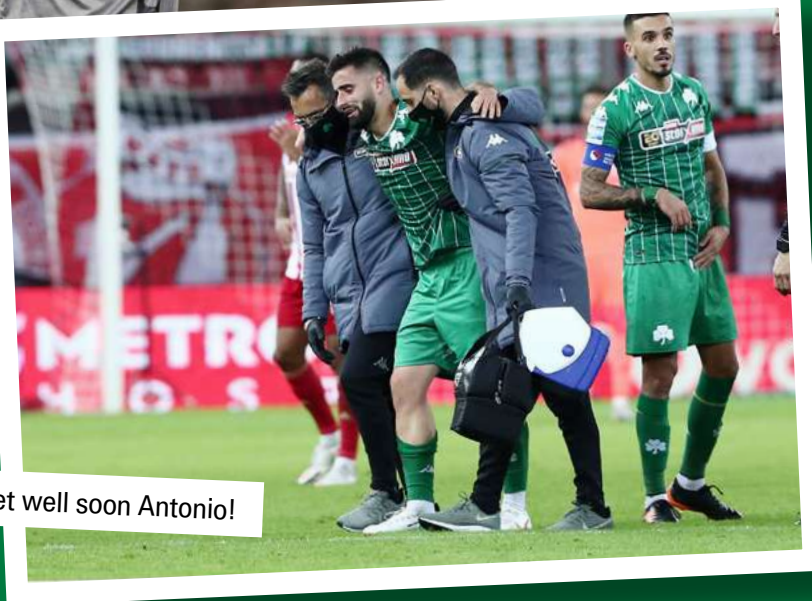
Το απόλυτο contrast των συναισθημάτων...



Το συναίσθημα να μην παίρνεις ό,τι αξίζεις...



Και η αντίδραση σε μία πολύ μεγάλη ευκαιρία



Get well soon Antonio!



#	ΟΜΑΔΑ	ΑΓΩΝΕΣ	ΒΑΘΜΟΙ	ΝΙΚΕΣ	ΙΣΟΠΑΛΙΕΣ	ΗΤΤΕΣ	GOAL ΥΠΕΡ	GOAL ΚΑΤΑ	GOAL ΔΙΑΦΟΡΑ
1	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ	7	19	6	1	0	15	1	+14
2	ΑΡΗΣ	7	19	6	1	0	10	3	+7
3	Π.Α.Ο.Κ.	8	18	5	3	0	14	5	+9
4	Α.Ε.Κ.	7	16	5	1	1	13	4	+9
5	ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ	8	12	3	3	2	9	9	0
6	ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.	9	12	3	3	3	9	13	-4
7	ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ.	7	11	3	2	2	8	8	0
8	ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ	9	9	2	3	4	7	8	-1
9	Ο.Φ.Η.	9	9	2	3	4	12	15	-3
10	ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ	9	9	2	3	4	10	11	-1
11	Α.Ε.Λ.	7	5	1	2	4	6	12	-6
12	ΑΠΟΛΛΩΝ ΣΜ.	7	4	1	1	5	5	11	-6
13	ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ	9	4	0	4	5	3	12	-9
14	ΠΑΣ ΛΑΜΙΑ	7	2	0	2	5	3	14	-9

9η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Σάββατο 28 Νοεμβρίου 2020		
Α.Ε.Λ.	17:15	ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.
ΑΡΗΣ	19:30	ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ
Κυριακή 29 Νοεμβρίου 2020		
ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ	15:00	ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ
Ο.Φ.Η.	17:00	Car.gr ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ
ΠΑΣ ΛΑΜΙΑ	17:15	Π.Α.Ο.Κ.
ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ.	19:30	Α.Ε.Κ.
Κυριακή 29 Νοεμβρίου 2020		
ΑΠΟΛΛΩΝ ΣΜ.	19:30	ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ

10η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Σάββατο 05 Δεκεμβρίου 2020		
ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ	15:00	Α.Ε.Λ.
Π.Α.Ο.Κ.	17:15	ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ.
Car.gr ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ	17:15	ΠΑΣ ΛΑΜΙΑ
Κυριακή 06 Δεκεμβρίου 2020		
Ο.Φ.Η.	15:00	ΑΠΟΛΛΩΝ ΣΜ.
ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ	17:15	ΑΡΗΣ
Π.Α.Ο.Κ.	19:30	ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ Car.gr
Α.Ε.Κ.	19:30	ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ

ΦΕΤΟΣ, ΟΛΕΣ ΟΙ ΟΜΑΔΕΣ ΠΑΙΖΟΥΝ ΣΤΗ ΘΥΡΑ ΣΟΥ!

Ζήσε όλες τις μάχες του Ελληνικού Πρωταθλήματος Ποδοσφαίρου και όλη τη δράση της Euroleague στη Nova.

Τώρα, με δωρεάν τα τέλη ενεργοποίησης και τον δορυφορικό αποκωδικοποιητή\*.



Πρόλαβε την προσφορά σε ένα κατάστημα Nova.

13831  
(χρέωση: 0,2500€/κλήση, από δίκτυο Forthnet.)

www.nova.gr



\*Αφορά νέες συνδέσεις 24μηνιας διάρκειας.





# INTERWETTEN - ΧΡΥΣΟΣ ΧΟΡΗΓΟΣ ΤΗΣ SUPER LEAGUE

***interwetten.gr***

21+ ΑΡΜΟΔΙΟΣ ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ ΜΓΑ | ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΕΘΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΠΩΛΕΙΑΣ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ | ΠΑΙΞΕ ΥΠΕΥΘΥΝΑ  
ΓΡΑΜΜΗ ΣΤΗΡΙΞΗΣ: 2109237777 | ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ ΕΜΠΟΡΙΚΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: ΕΕΕΠ