



Τιμή στους Αντώνιο και Ευγενία Θεοδότου

Τιμητική εκδήλωση για τους μεγάλους ευεργέτες της Κύπρου, της Λευκωσίας, αλλά και του Γυμναστικού Συλλόγου «Τα Παγκύπρια», Αντώνιο και Ευγενία Θεοδότου, διοργανώθηκε στις 23 Φεβρουαρίου, στην Πύλη Αμμοχώστου.

Ανάμεσα στους συνδιοργανωτές της εκδήλωσης ήταν και ο ΓΣΠ.

Ο γιατρός Αντώνιος Θεοδότου ήταν ένας από τους ιδρυτές του Γυμναστικού Συλλόγου «Τα Παγκύπρια», το 1894. Το 1934, το ζεύγος Αντωνίου και Ευγενίας Θεοδότου απάλλαξε το στάδιο ΓΣΠ από χρέος 2.400 λιρών και παραχώρησε στο Σύλλογο σημαντικό ποσό για βελτίωση του σταδίου.

Στις 17 Οκτωβρίου 1934, το παλιό στάδιο ΓΣΠ μετονομάστηκε σε «Στάδιο ΓΣΠ, Ευγενίας και Αντωνίου Θεοδότου», προς τιμή των μεγάλων ευεργετών του, για τη σημαντική δωρεά τους προς το Γυμναστικό Σύλλογο.

Σελίδα 4

Μεγάλη νίκη στην πρεμιέρα του Πρωταθλήματος Ανωμάλου

Πολυνίκης Σύλλογος αναδείχθηκε ο ΓΣΠ στους πρώτους αγώνες του Παγκύπριου Πρωταθλήματος Ανωμάλου Δρόμου, τον Ιανουάριο.

Στην πίστα του Παλαιομέτοχου, ο ΓΣΠ κέρδισε τις πέντε από τις έξι κατηγορίες και δικαιολογημένα νιώθει ικανοποίηση και περηφάνια για την πολύ καλή δουλειά που γίνεται στο Σύλλογο.

Για τη μεγάλη επιτυχία του ΓΣΠ, ο εκ των μελών του διοικητικού συμβουλίου και έφορος του Συλλόγου, κ. Ντίνος Μιχαηλίδης, δήλωσε: «Η επιτυχία οφείλεται στη σκληρή δουλειά που γίνεται από τους προπονητές. Εργάζονται μεθοδικά, επιστημονικά και με μεγάλη όρεξη. Αγαπούν αυτό που κάνουν και θέλουν ν' αναδείξουν αθλητές και αθλήτριες με πολλές υποσχέσεις. Από την πλευρά τους, οι αθλητές αφιερώνουν αρκετό χρόνο για προπόνηση και νιώθουν με τις επιτυχίες τους ικανοποιημένοι. Ως ΓΣΠ κάνουμε ό,τι μπορούμε για να βοηθήσουμε τόσο τους προπονητές όσο και τους αθλητές μας. Πιστεύω πως όλοι μαζί δουλεύουμε –ο καθένας στο δικό του τομέα– προκειμένου ο Σύλλογος να διατηρήσει τον πρωταγωνιστικό του ρόλο, που δημιούργησε από τον καιρό της ίδρυσής του».

Ρεκόρ η Χριστοδουλίδου στα 3000μ.

Νέο παγκύπριο ρεκόρ Γυναικών στα 3000μ., με χρόνο 10.05.50, πέτυχε η Ελπίδα Χριστοδουλίδου του ΓΣΠ, κατά τη διάρκεια του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Κλειστού Στίβου που διεξήχθη στην Παιανία, το Φεβρουάριο.

Η Χριστοδουλίδου, που αγωνιζόταν για πρώτη φορά φέτος, βελτίωσε το παγκύπριο ρεκόρ που κατείχε η Χριστιάνα Μενελάου από το 1987, με 10.12.02.

Συνέντευξη της Ελπίδας φιλοξενούμε στη σελίδα 3.



Παγκύπρια ρεκόρ στην Ημερίδα Κλειστού Στίβου

Δύο παγκύπρια ρεκόρ πέτυχαν αθλητές του ΓΣΠ στη 2η Ημερίδα Κλειστού Στίβου, που έγινε στην Παιανία, το Φεβρουάριο. Ο Χρίστος Δημητρίου σημείωσε παγκύπριο ρεκόρ Εφήβων στα 800μ. με χρόνο 1.55.53 και η Λεοντία Καλλένου ισοφάρισε το παγκύπριο ρεκόρ Νεανίδων στο Ύψος με 1.75μ.



Σε καλή σεζόν η Χριστοφόρου

Από ρεκόρ σε ρεκόρ τρέχει η πρωταθλήτρια των μεσαίων αποστάσεων Στέλλα Χριστοφόρου του ΓΣΠ, η οποία από φέτος σπουδάζει στην Αμερική. Το Σάββατο 26 Φεβρουαρίου, σε πανεπιστημιακούς αγώνες, οι οποίοι διεξήχθησαν στο Αρκάνσας, σημείωσε νέο παγκύπριο ρεκόρ Νεανίδων στα 800μ. με χρόνο 2.10.40, τερματίζοντας 3η στον προκριματικό. Στον τελικό τερμάτισε 9η με χρόνο 2.12.88.

Η πρωταθλήτρια του ΓΣΠ ήταν η τέταρτη φορά μέσα σε ένα μήνα που πετύχαινε νέο παγκύπριο ρεκόρ. Στις 29 Ιανουαρίου σημείωσε χρόνο 2.13.40, στις 5 Φεβρουαρίου 2.11.70 και στις 12 Φεβρουαρίου 2.11.46.



Καλύτερη νεάνιδα η Λεοντία Καλλένου

Η αθλήτρια του Ύψους, του ΓΣΠ, Λεοντία Καλλένου βραβεύθηκε ως η Καλύτερη Νεάνιδα στον κλασικό αθλητισμό από την Κυπριακή Ολυμπιακή Επιτροπή και την Τράπεζα Κύπρου.

Η τελετή βράβευσης έγινε στις 8 Φεβρουαρίου και σε αυτήν βραβεύθηκαν οι καλύτεροι έφηβοι και νεάνιδες αθλητές της Κύπρου, από ολόκληρο το φάσμα του αθλητισμού, που διακρίθηκαν τόσο για τις επιδόσεις όσο και για το ήθος τους κατά το 2010.

ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΕΡΑΣΙΤΕΧΝΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΤΙΒΟΥ (ΚΟΕΑΣ)

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ 2011

ΑΠΡΙΛΙΟΣ		
04-07	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΙ ΜΑΘΗΤΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΣΤΙΒΟΥ & ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΙΩΝ-ΛΥΚΕΙΩΝ	ΛΕΜΕΣΟΣ
08	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ 10.000Μ. ΑΝΔΡΩΝ	ΛΕΜΕΣΟΣ
10	ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ «ΜΕΓΑΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ»	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
30	ΔΙΕΘΝΕΣ ΜΙΤΙΝΓΚ	MARSA/ΜΑΛΤΑ
ΜΑΪΟΣ		
04	2ο ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΦΟΙΤΗΤΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ	ΛΕΥΚΩΣΙΑ
06	IAAF DIAMOND	ΔΟΧΑ/ΚΑΤΑΡ
07	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΙ ΑΓΩΝΕΣ Ε.Σ.Υ.Α.Α.	ΛΕΜΕΣΟΣ
07-08	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ	ΛΑΡΝΑΚΑ
14-15	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΕΑΡΙΝΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ «ΜΑΤΣΕΙΑ»/ ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ 3000Μ. ΣΤΗΠΛ ΓΥΝΑΙΚΩΝ & ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ Α-Γ/Ε-Ν	ΛΕΥΚΩΣΙΑ
15	IAAF DIAMOND	SHANGHAI/ΚΙΝΑ
28-29	ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΛΟ ΣΥΛΛΟΓΩΝ	
30/05 – 04/06	ΑΓΩΝΕΣ ΜΙΚΡΩΝ ΚΡΑΤΩΝ ΕΥΡΩΠΗΣ (ΣΤΙΒΟΣ – 1, 3 και 4 ΙΟΥΝΙΟΥ)	ΛΙΧΤΕΝΣΤΑΪΝ
ΙΟΥΝΙΟΣ		
30/05-04/06	ΑΓΩΝΕΣ ΜΙΚΡΩΝ ΚΡΑΤΩΝ ΕΥΡΩΠΗΣ	ΛΙΧΤΕΝΣΤΑΪΝ
04-05	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΩ ΤΩΝ 15ΕΤΩΝ	ΠΑΡΑΛΙΜΝΙ
04	15ο ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΥΠΕΛΛΟ 10000Μ.	ΟΣΛΟ/ΝΟΡΒΗΓΙΑ
11	ΔΙΕΘΝΕΣ ΜΙΤΙΝΓΚ «ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΑ»	ΧΑΝΙΑ
18-19	ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΟΜΑΔΩΝ (3η κατηγορία)	ΙΣΛΑΝΔΙΑ
25	25ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΜΙΤΙΝΓΚ «PAVEL PAVLOV»	ΣΟΦΙΑ
25-26	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΛΕΜΕΣΟΣ
29	ΔΙΕΘΝΕΣ ΜΙΤΙΝΓΚ «ΤΟΦΑΛΕΙΑ»	ΠΑΤΡΑ
ΙΟΥΛΙΟΣ		
02-03	ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΥΝΘΕΤΩΝ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΩΝ	ΠΟΡΤΟΓΑΛΙΑ
06-07	ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΙΣΡΑΗΛ	ΤΕΛ-ΑΒΙΒ
06-10	7ο ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΤΙΒΟΥ ΚΑΤΩ ΤΩΝ 17 ΕΤΩΝ	ΛΙΛΗ/ΓΑΛΛΙΑ
06-17	ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΤΙΒΟΥ ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ	ΑΜΕΡΙΚΗ
08	IAAF ARENA	ΠΑΡΙΣΙ
09	ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ MOUNTAIN RUNNING	ΤΟΥΡΚΙΑ
13	ΔΙΕΘΝΕΣ ΜΙΤΙΝΓΚ «ΒΑΡΔΙΝΟΓΙΑΝΝΕΙΑ»	ΡΕΘΥΜΝΟ
14-15	ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΩ ΤΩΝ 17ΕΤΩΝ	ΛΕΥΚΩΣΙΑ
14-17	8ο ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΤΩ ΤΩΝ 23ΕΤΩΝ	ΟΣΤΡΑΒΑ/ΤΣΕΧΙΑ
16-24	ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ	ΡΙΟ/ΒΡΑΖΙΛΙΑ
20-21	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΠΑΙΔΩΝ-ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ, ΕΛΛΑΔΑ-ΚΥΠΡΟΣ	ΑΘΗΝΑ
21-24	21ο ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΦΗΒΩΝ-ΝΕΑΝΙΔΩΝ	ΤΑΛΙΝ/ΕΣΘΟΝΙΑ
23	ΔΙΕΘΝΕΣ ΜΙΤΙΝΓΚ «ΣΙΘΩΝΕΙΑ»	ΝΙΚΙΤΙ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ
24-29	11ο ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΝΕΩΝ	ΤΡΑΠΕΖΟΥΝΤΑ/ΤΟΥΡΚΙΑ
30-31	ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΝΔΡΩΝ-ΓΥΝΑΙΚΩΝ	ΕΛΛΑΔΑ

Υπεύθυνος έκδοσης

Γυμναστικός Σύλλογος
«Τα Παγκύπρια»

ΣΤΑΔΙΟ ΓΣΠ
ΛΕΩΦ. ΠΑΓΚΥΠΡΙΩΝ, ΣΤΡΟΒΟΛΟΣ, Τ.Κ. 21099,
1501, ΛΕΥΚΩΣΙΑ - ΚΥΠΡΟΣ
Τηλ: (+357) 22874050
Φαξ: (+357) 22512731
www.gsp.org.cy info@gsp.org.cy

Εκδότης

ΓΝΟΡΑ Σύμβουλοι Επικοινωνίας

Τηλ: (+357) 22441922
Φαξ: (+357) 22519743
www.gnora.com info@gnora.com



Διοικητικό Συμβούλιο Γυμναστικού Συλλόγου «Τα Παγκύπρια»

Δώρος Μ. Ιωαννίδης	Πρόεδρος
Κώστας Κωνσταντινίδης	Αντιπρόεδρος Διοίκησης
Χριστόδουλος Συμεωνίδης	Αντιπρόεδρος Οικονομικών
Γεώργιος Π. Μιτσιδής	Γενικός Γραμματέας
Κώστας Τσιάππας	Ταμίας
Ντίνος Μιχαηλίδης	Έφορος Αθλητισμού Στίβου & Σταδίου



Σύμβουλοι: Κώστας Ματσοκάρης, Ανδρέας Φωτιάδης, Κώστας Σχίζας, Κωστάκης Κουτσοκούμνης, Ανδρέας Κωνσταντινίδης, Πάρις Παπαέλληνας, Ιάκωβος Γαβάς, Νεοκλής Λυσάνδρου, Αλέκος Φιλίππου, Μαρίνος Κλεάνθους, Στέλιος Γεωργίου. Μέλος: Δημητράκης Ιωάννου

Γενικός Διευθυντής: Φοίβος Κωνσταντινίδης

Ειδικός Γραμματέας: Τίτος Σαββίδης

2010-2012

Νέοι Αθλητές του ΓΣΠ

Η Ελπίδα Χριστοδουλίδου κατέρριψε ρεκόρ 25 χρόνων

■ **Αγώνισμα:** 5000μ, 3000μ Στηπλ ■ **Ημερομηνία γεννήσεως:** 20 Νοεμβρίου 1986 ■ **Τόπος γεννήσεως:** Λευκωσία ■ **Προπονητής:** Μάριος Πατσαλίδης/Μιχάλης Αναγνώστου (στην Ελλάδα) ■ **Ατομική επίδοση:** 10.05.50 ■ **Σπουδές/ εργασία:** Σπούδασε στη Γυμναστική Ακαδημία με ειδικότητα κλειστού χώρου ■ **Μεγαλύτερες διακρίσεις:** Παγκύπριο Ρεκόρ στα 3000μ. στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κλειστού Στίβου το Φεβρουάριο του 2011.

Το Παγκύπριο Ρεκόρ, που κατείχε η Χριστιάνα Μενελάου από το 1987, με 10.12.02, κατέρριψε η Ελπίδα Χριστοδουλίδου, του ΓΣΠ, στα 3000μ., με χρόνο 10.05.50, κατά τη διάρκεια του Πανελληνίου Πρωταθλήματος Κλειστού Στίβου που διεξήχθη στην Παιανία, το Φεβρουάριο.

Η Χριστοδουλίδου, που αγωνιζόταν για πρώτη φορά φέτος, μας μίλησε για τη ζωή της σε σχέση με τον αθλητισμό και τα μελλοντικά της σχέδια.

Πότε ξεκίνησες τον αθλητισμό;

Ξεκίνησα τον αθλητισμό στα 15. Θυμάμαι ήμουν πρώτη λυκείου όταν πήγα στο γήπεδο και ζήτησα από τον κ. Μάριο Πατσαλίδη να με προπονήσει.

Τι ήταν αυτό που σε ώθησε να ασχοληθείς με τον αθλητισμό;

Η μαμά μου ήταν πολύ καλή αθλήτρια σε μικρή ηλικία, οπότε υπήρχε ήδη το «μικρόβιο»!

Για ποιο λόγο διάλεξες αυτό το άθλημα;

Τρέχοντας νιώθω ελεύθερη, ξεφεύγω από όλους, μου αρέσει ο συναγωνισμός, όλη αυτή η ένταση. Στην αρχή ξεκίνησα με τα 600μ αλλά στη συνέχεια ένιωθα ότι δεν με ικανοποιούσαν τόσα λίγα χιλιόμετρα έτσι κατέληξα στα 5000μ. Πραγματικά νιώθω το κάθε μέτρο που κάνει το σώμα μου, με συναρπάζει που σε κάθε χιλιόμετρο μπορούν να γίνουν ανατροπές κατά τη διάρκεια του αγώνα.

Τι περιλαμβάνουν οι καθημερινές σου προπονήσεις;

Κάνω γύρω στις εννέα προπονήσεις την εβδομάδα και όταν βρίσκομαι σε προετοιμασία κάνω 11. Τα πρωινά συνήθως τρέχω γύρω στα οκτώ χιλιόμετρα και κάνω κάποιες ασκήσεις ενδυνάμωσης. Τα απογεύματα, δύο φορές τη εβδομάδα, κάνω γρήγορα κομμάτια, μία φορά την εβδομάδα κάνω χι-



λιόμετρα δουλεύοντας το κατώφλι μου και δύο φορές την εβδομάδα κάνω πολλά χιλιόμετρα σε μέτριο ρυθμό και στη συνέχεια κάποια βάρη.

Τι είδους περιορισμούς σου έχει επιβάλει ο αθλητισμός;

Δεν θα έλεγα ότι μου το «επιβάλλει» γιατί αθλητισμός χωρίς θυσίες δεν γίνεται. Στερούμαι τους φίλους μου είναι η αλήθεια αλλά με καταλαβαίνουν. Δεν έχω αρκετό χρόνο όσο θα ήθελα να αφιερώσω για το μεταπτυχιακό μου αλλά ποτέ μου δεν μετάνιωσα για τις ώρες που αφιερώνω για τον αθλητισμό. Κάνω κάτι που με γεμίζει.

Πρόσφατα κατέρριψες ένα ρεκόρ που κρατούσε για 25 και πλέον χρόνια. Πως νιώθεις γι' αυτό και πως επηρεάζει πλέον την οπτική γωνία που αντιμετωπίζεις το άθλημα;

Είμαι ευχαριστημένη με το ρεκόρ αν και ήθελα ακόμα καλύτερη επίδοση. Είναι δύσκολο να βρίσκεσαι σε καλή κατάσταση τον Φεβρουάριο για τον κλειστό στίβο. Δούλεψα πολύ σκληρά όμως και το ήθελα πολύ αυτό το ρεκόρ.

Ο προπονητής

Μιλώντας μας για την Ελπίδα, ο προπονητής της στην Κύπρο, κ. Μάριος Πατσαλίδης, μας είπε ότι η αθλήτρια μπορεί να κάνει και νέο Παγκύπριο Ρεκόρ στα 3000μ Στηπλ (κοντά στο 10'.50") και 17'.10" στα 5000μ. Ο κ. Πατσαλίδης χαρακτηρίζει την Ελπίδα Χριστοδουλίδου ως αθλήτρια με τεράστια ψυχικά αποθέματα, η οποία σε κάθε αγώνα δίνει τον καλύτερό της εαυτό.

Θέλεις να ασχοληθείς με τον αθλητισμό και μετά τις σπουδές ή αυτή τη στιγμή το θεωρείς ως χόμπι;

Έχω στο μυαλό μου να κάνω και διδακτορικό. Ξέρω μέχρι που φτάνουν οι δυνατότητες μου, έτσι δεν έχω σκοπό να συνεχίσω και μετά τα 30 μου. Θα ήθελα να κάνω οικογένεια.

Ποια είναι τα σχέδια για τη ζωή σου για μετά τις σπουδές (π.χ. επάγγελμα που θα ήθελες να ακολουθήσεις);

Έχω τελειώσει τη Γυμναστική Ακαδημία με ειδικότητα κλειστού χώρου (γιόγκα, πιλάτες, βάρη, αερόμπικ) και θα ήθελα να ασχοληθώ με αυτό. Θα ήθελα επίσης να ασχοληθώ και με παιδάκια σε σχολεία.

Έχεις άλλα χόμπι εκτός από τον αθλητισμό;

Μου αρέσει πολύ να διαβάζω βιβλία, αγαπημένη μου συγγραφέας είναι η Λένα Μαντά. Όταν έχω χρόνο βρίσκομαι με τους φίλους μου για καφέ.

Παλιές δόξες

Διαγόρας Νικολαΐδης

Ο Διαγόρας Νικολαΐδης είναι ο άνθρωπος προς τιμή του οποίου διοργανώνονται κάθε χρόνο οι αθλητικοί αγώνες «Διαγόρεια».

Ο Διαγόρας Νικολαΐδης κληρονόμησε την αγάπη του για τον αθλητισμό από τον πατέρα του Πάμπη και το θείο του Κώστα. Γεννήθηκε το 1906 και πέθανε το 1968.

Νίκησε στους Παγκύπριους Αγώνες του 1924 και του 1925 στη Σφαιροβολία και αμέσως μετά πήγε στην Αθήνα για να σπουδάσει γυμναστικός. Όσο καιρό σπούδαζε, συνέχισε να γυμνάζεται. Το 1926, έλαβε μέρος στους Δελφικούς Αγώνες και ήρθε πρώτος στο Πένταθλο. Ήταν δεύτερος στους Πανελλήνιους στο Δέκαθλο.

Ολοκλήρωσε τις σπουδές του σε νεαρή ηλικία και γύρισε στην Κύπρο. Ως επαγγελματίας γυμναστικός πια, δεν μπορούσε να λαμβάνει μέρος σε αγώνες, όμως, δεν έπαψε να γυμνάζεται και χρόνια αργότερα έριχνε τον δίσκο πέρα από τα 40μ. Παρόλο που ήταν αδύνατον να ασχοληθεί άμεσα με τον αθλητισμό, αυτό δεν τον σταμάτησε από το να δώσει όλες του τις δυνάμεις για αυτόν ως καθηγητής Γυμναστικής στο Παγκύπριο Γυμνάσιο και μετέπειτα ως προϊστάμενος Σωματικής Αγωγής.

Ο Διαγόρας Νικολαΐδης διετέλεσε πρόεδρος



του Διοικητικού Συμβουλίου του Γυμναστικού Συλλόγου «Τα Παγκύπρια» από το 1960 μέχρι το 1968, ενώ ήταν μέλος του Συμβουλίου από το 1940.

Το 1929, ίδρυσε το Α' Σώμα Προσκόπων Λευκωσίας και μαζί με μια ομάδα κυνηγών, ίδρυσαν τον Κυνηγετικό Σύλλογο Λευκωσίας, του οποίου διετέλεσε πρόεδρος, το 1965. Το 1930, ίδρυσε προσκοπικές και μαθητικές κατασκηνώσεις και το 1932, τον Ορειβατικό Σύνδεσμο.

Από το 1953 μέχρι και το 1966 ήταν μέλος της Δικαστικής Επιτροπής της ΚΟΠ. Υπήρξε ταμίας της Τοπικής Επιτροπής ΣΕΓΑΣ Κύπρου (Τ.Ε.Σ.Κ.) και μέλος της κεντρικής επιτροπής του Τμήματος Σωματικής Αγωγής του τότε Ελληνικού Γραφείου Παιδείας. Το 1960, διορίστηκε προϊστάμενος Σωματικής Αγωγής

Πηγές: Ιστοσελίδα ΓΣΠ, λεύκωμα «Χρυσί Ολυμπιονίκες 1896-1998» (έκδοση ΚΟΕΑΣ, 1999).

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΕΙΣ ΜΝΗΜΗΝ ΤΩΝ ΜΕΓΑΛΩΝ ΕΥΕΡΓΕΤΩΝ ΤΗΣ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ

«Αντώνιος και Ευγενία Θεοδότου, οι άνθρωποι και το έργο τους»

Με πρωτοβουλία του Συνδέσμου Γονέων και των δασκάλων του Δημοτικού Σχολείου Αγίου Αντωνίου και με τη συμμετοχή του δήμου Λευκωσίας, του Γυμναστικού Συλλόγου «Τα Παγκύπρια», της Σχολικής Εφορίας Λευκωσίας, του Παγκύπριου Γυμνασίου και του Ιστορικού Αρχείου Τράπεζας Κύπρου, διοργανώθηκε στις 23 Φεβρουαρίου εκδήλωση εις μνήμην των μεγάλων ευεργετών της Λευκωσίας, Αντωνίου και Ευγενίας Θεοδότου. Το ζεύγος συνέβαλε σημαντικά στην ιστορική πορεία όλων των οργανισμών που συμμετείχαν στη διοργάνωση της εκδήλωσης και ευρύτερα των εκπαιδευτικών και κοινωφελών ιδρυμάτων της Λευκωσίας. Στα πλαίσια της εκδήλωσης διοργανώθηκε στην Πύλη Αμμοχώστου η έκθεση «Αντώνιος και Ευγενία Θεοδότου, οι άνθρωποι και το έργο τους». Η έκθεση περιλάμβανε έγγραφα, φωτογραφίες και αντικείμενα από τα αρχεία των οργανωτών, που έχουν σχέση με την προσφορά των τιμωμένων προσώπων, αλλά και την ιστορία των ιδρυμάτων που ευεργέτησαν.

Το 1934, το ζεύγος Αντωνίου και Ευγενί-



ας Θεοδότου απάλλαξε τον ΓΣΠ από το τεράστιο –για την εποχή– χρέος των 2.400 λιρών και παραχώρησε στο Γυμναστικό Σύλλογο «Τα Παγκύπρια», σημαντικό ποσό για βελτίωση του σταδίου.

Στις 17 Οκτωβρίου 1934, ύστερα από από-

φαση της Γενικής Συνέλευσης, το παλιό στάδιο ΓΣΠ μετονομάστηκε σε «Στάδιο ΓΣΠ, Ευγενίας και Αντωνίου Θεοδότου», προς τιμή των μεγάλων ευεργετών του και τη σημαντική δωρεά τους προς το Γυμναστικό Σύλλογο.

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκαν τα «Διαγόρεια» από τον ΓΣΠ

Αναβαθμισμένα, όπως άλλωστε είχε ανακοινωθεί από πέρσι, διοργανώθηκαν φέτος τα «Διαγόρεια» από το Γυμναστικό Σύλλογο «Τα Παγκύπρια». Στους αγώνες έλαβαν μέρος αθλητές και αθλήτριες του ΓΣΠ.

Τα «Διαγόρεια» διοργανώνονται κάθε χρόνο, στις 25 Μαρτίου, από τον ΓΣΠ, στη μνήμη του αείμνηστου Διαγόρα Νικολαΐδη, παλιού αθλητικού παράγοντα, πρώην προέδρου του ΓΣΠ και ιδρυτικού μέλους του ΑΠΟΕΛ.

Οι φετινοί αγώνες έγιναν στο Εθνικό Στάδιο Στίβου στο ΓΣΠ. Κατά τη διάρκεια των αγώνων, ο Μιχάλης Κλατσιάς σημείωσε νέα παγκύπρια επίδοση Εφήβων στη Δισκοβολία με βολή στα 59.16μ. Σημαντική επίδοση πέτυχε και ο Στέλιος Καζακαίος στη Σφυροβολία Παίδων με 69.72μ.

Τα αποτελέσματα αναλυτικά:

ΑΝΔΡΕΣ	
80 ΜΕΤΡΑ	
ΧΡΙΣΤΟΦΙΔΗΣ ΑΝΘΟΣ	8.80
ΔΑΛΙΤΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ	8.90
ΚΥΡΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	9.10
150 ΜΕΤΡΑ	
ΧΡΙΣΤΟΦΙΔΗΣ ΑΝΘΟΣ	16.10
ΚΥΡΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	16.70
ΑΣΑΔ ΑΝΤΩΝΗΣ	17.00
600 ΜΕΤΡΑ	
ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ	1.22.2
ΚΑΝΑΡΗΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ	1.28.1
ΣΤΡΑΤΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ	1.28.9
3000 ΜΕΤΡΑ	
ΦΡΑΓΚΟΣ ΝΙΚΟΣ	9.11.0
ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	9.12.0
ΝΙΚΟΔΗΜΟΥ ΡΑΦΑΗΛ	9.19.0
ΜΗΚΟΣ	
ΠΟΥΠΙΑΣ ΠΕΤΡΟΣ	7.04μ.
ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	6.38μ.
ΒΙΟΛΑΡΗΣ ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ	6.36μ.
ΥΨΟΣ	
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΣΑΒΒΑΣ	1.85μ
ΕΥΘΥΜΙΟΥ ΜΑΡΙΝΟΣ	1.80μ.
ΑΒΡΑΑΜΙΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΣ	1.55μ.
ΤΡΙΠΛΟΥΝ	
ΦΥΛΑΚΤΙΔΗΣ ΧΡΙΣΤΟΣ	13.59μ.



ΣΕΡΓΙΔΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	13.10μ.	ΘΕΟΔΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΛΕΝΑ	19.0
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΑΡΣΕΝΙΟΣ	12.69μ.	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝ ΕΜΙΛΥ	19.8
ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ		ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΛΥΣΑΝΔΡΑ	20.4
ΔΑΜΙΑΝΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	3.20μ.	600 ΜΕΤΡΑ	
ΕΥΘΥΜΙΟΥ ΜΑΡΙΝΟΣ	2.80μ.	ΚΟΥΝΤΟΥΡΗ ΚΑΛΛΙΟΠΗ	1.37.5
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΑΝΔΡΩΝ		Χ΄ΠΟΥΛΩΔΡΟΥ ΧΡΥΣΤΑΛΛΑ	1.44.1
ΜΙΤΣΙΔΗΣ ΠΕΤΡΟΣ	16.26μ.	ΝΕΟΦΥΤΟΥ ΤΑΤΙΑΝΑ	1.46.3
ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ ΕΦΗΒΩΝ		3000 ΜΕΤΡΑ	
ΤΣΑΚΚΙΣΤΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	17.42μ.	ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ ΜΕΡΟΠΗ	10.20.0
Χ΄ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	14.72μ.	ΕΥΑΓΓΕΛΙΔΟΥ ΝΑΤΑΛΙΑ	10.48.0
ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΡΑΦΑΗΛ	12.86μ.	ΙΩΑΝΝΟΥ ΕΛΕΝΗ	11.00.0
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ ΑΝΔΡΩΝ		100 Μ. ΕΜΠΟΔΙΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ	
ΜΙΤΣΙΔΗΣ ΠΕΤΡΟΣ	56.06μ.	ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΕΛΕΝΑ	15.4
ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ ΕΦΗΒΩΝ		100 Μ. ΕΜΠΟΔΙΑ ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ	
ΚΛΑΤΣΙΑΣ ΜΙΧΑΛΗΣ	59.16μ.	ΑΥΓΟΥΣΤΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ	15.0
(Νέα παγκύπρια επίδοση Εφήβων)		ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΚΥΠΡΟΥΛΛΑ	17.9
ΤΣΙΓΣΑΚΙΣΒΙΛΙ ΝΤΕΒΙΝΤ	35.52μ.	ΜΗΚΟΣ	
Χ΄ΝΙΚΟΛΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	19.19μ.	ΙΟΥΡΔΑΝΟΥΣ ΜΑΡΙΑΛΕΝΑ	5.39μ.
ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ		ΠΕΝΗΝΤΑΞ ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ	5.38μ.
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ ΝΙΚΟΛΑΣ	47.70μ.	ΜΩΥΣΕΩΣ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	5.16μ.
ΚΟΥΠΗ ΣΩΤΗΡΗΣ	45.68μ.	ΥΨΟΣ	
ΧΡΙΣΤΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	33.30μ	ΚΑΛΛΕΝΟΥ ΛΕΟΝΤΙΑ	1.70μ.
ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ ΠΑΙΔΩΝ		ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΕΛΕΑΝΑ	1.55μ.
ΚΑΖΑΚΑΙΟΣ ΣΤΕΛΙΟΣ	69.72μ.	ΠΑΝΑΓΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ	1.40μ.
ΚΙΤΡΟΜΗΛΙΔΗΣ ΠΑΥΛΟΣ	50.24μ.	ΕΠΙ ΚΟΝΤΩ	
ΚΙΤΡΟΜΗΛΙΔΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	48.54μ.	ΝΕΟΦΥΤΟΥ ΤΑΤΙΑΝΑ	3.00μ.
ΓΥΝΑΙΚΕΣ		ΤΡΙΠΛΟΥΝ	
80 ΜΕΤΡΑ		ΠΑΠΑΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΗΛΕΚΤΡΑ	11.70μ.
ΘΕΟΔΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΛΕΝΑ	10.0	ΡΗΓΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ	11.10μ.
ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΟΛΙΒΙΑ	10.4	ΑΧΙΛΛΕΩΣ ΑΝΤΡΗ	10.73μ.
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝ ΕΜΙΛΥ	10.4	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ	
150 ΜΕΤΡΑ		ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΑΝΔΡΟΝΙΚΗ	7.98μ.
		ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΑΝΤΡΙΑ	5.34μ.
		ΔΙΣΚΟΒΟΛΙΑ	
		ΚΛΑΤΣΙΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	48.22μ.
		ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΑΝΤΡΗ	43.06μ.
		ΑΚΟΝΤΙΣΜΟΣ	
		ΟΡΑΤΙΟΥ ΣΟΦΙΑ	36.16μ.
		ΜΙΧΑΗΛ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ	22.68μ.
		ΓΑΒΡΙΗΛ ΕΛΠΙΔΑ	22.08μ.
		ΣΦΥΡΟΒΟΛΙΑ	
		ΒΕΑΤΤΥ CATHERINE	51.78μ.
		ΚΑΖΑΚΑΙΟΥ ΕΛΕΝΗ	32.10μ.
		ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΑΝΤΡΙΑ	29.60μ.



Ρεκόρ συμμετοχών

Ρεκόρ συμμετοχών σημειώθηκε στον 7ο Παγκύπριο και 17ο Ανοικτό Διεθνή Ημιμαραθώνιο ΡΟΚΚΑ COFFEE, που διεξήχθη την Κυριακή 30 Ιανουαρίου, στα Περβόλια της Λάρνακας, από την ΚΟΕΑΣ, το Σωματείο Δρομέων Κύπρου «Περικλής Δημητρίου» και το ΓΣΖ. Οι αγώνες ήταν αφιερωμένοι στη μνήμη των δύο αθλητών του ΓΣΠ, Άδωνη Θεοχαρίδη και Ιωάννη Φαραζή, και τελούσαν υπό την αιγίδα του ΚΟΑ, της ΚΟΕ και του ΟΠΑΠ.

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΓΙΑ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ ΤΟΥ ΓΣΠ

Αθλητική διατροφή

Η εγκεκριμένη κλινική και αθλητική διαιτολόγος-διατροφολόγος Νικολέτα Μιχαηλίδου (M.S., R.D) μίλησε σε σεμινάριο που διοργανώθηκε στο συνεδριακό κέντρο του ΓΣΠ, με θέμα την αθλητική διατροφή.



Το σεμινάριο απευθυνόταν σε αθλητές και προπονητές του ΓΣΠ και είχε μεγάλη επιτυχία.

Μεταξύ άλλων, η κ. Μιχαηλίδου τόνισε: «Η απόδοση ενός αθλητή και το πόσο ψηλά μπορεί να φτάσει σίγουρα επηρεάζονται πρώτα από τα γονίδια και μετά από την προπόνηση που κάνει καθημερινώς. Εν τούτοις, μια σωστή διατροφή με ορθές διατροφικές επιλογές μπορεί να μεγιστοποιήσει την απόδοσή του τόσο στην προπόνηση όσο και τον αγώνα. Ένας αθλητής χρειάζεται ένα σχέδιο καυσίμων που να συμπεριλαμβάνει ένα σωστό ισοζύγιο από υδατάνθρακες, πρωτεΐνη, λίπος, αρκετές βιταμίνες και μέταλλα και το σωστό ποσό υγρών.

Οι υδατάνθρακες είναι το καλύτερο καύσιμο για τους μύες και πρέπει να συμπεριλαμβάνονται σε κάθε γεύμα· η πρωτεΐνη χρειάζεται για μυϊκή αύξηση και διόρθωση μυών μετά από προπόνηση· το λίπος είναι μια πολύ καλή πηγή ενέργειας και μεταφέρει τις λιποδιαλυτές βιταμίνες· οι βιταμίνες και τα μέταλλα βοηθούν στην καλή λειτουργία του οργανισμού και ως εκ τούτου στην καλύτερη απόδοση· τέλος, η σωστή ενυδάτωση είναι το άλφα και το ωμέγα στον κάθε αθλητή για αποφυγή πρόωρης κόπωσης. Πώς μπορεί, όμως, ένας αθλητής να τα συμπεριλάβει όλα αυτά μέσα στην καθημερινή διατροφή του;

Πρόγευμα

Το πρώτο πράγμα που πρέπει οπωσδήποτε να κάνει ένας αθλητής είναι να φάει ένα γερό πρόγευμα. Αυτό το γεύμα είναι πολύ σημαντικό. Συνήθως, το επίπεδο γλυκογόνου στο σκυώτι, τις πρωινές ώρες, είναι πολύ χαμηλότερο και χρειάζεται μια αναπλήρωση. Επίσης σπάζει τη νυχτερινή νηστεία, ενώ τρώγοντας πρόγευμα βοηθούμε και σε μεγάλο βαθμό τον εγκέφαλό μας. Μερικές επιλογές για πρόγευμα είναι γιαούρτι κανονικό ή φρούτου, σάντουιτς με τυρί ή αβγό, δημητριακά με γάλα ή με γιαούρτι, μέλι και φρούτα, μπανάνα με φυστικοβούτυρο, αβγά, φρούτα και χυμός.

Γεύμα

Περίπου 3-4 ώρες πριν την προπόνηση, καλό είναι να φάτε ένα γεύμα πλούσιο σε υδατάν-



θρακες όπως ρύζι, μακαρόνια, πατάτες βραστές ή jacket, λαχανικά, κράκερ, ψωμί, φρούτα. Επίσης, μην ξεχνάτε το νερό ή, αν προτιμάτε, κάποιο αθλητικό ρόφημα που θα σας δώσει ακόμα περισσότερους υδατάνθρακες συν κάποιους ηλεκτρολύτες.

Μια ώρα πριν την προπόνηση, καλό είναι να φάτε ένα μικρό σνακ πάλι πλούσιο σε υδατάνθρακες. Για παράδειγμα, κάποια μπάρα δημητριακών, ή λίγο ψωμί ή κράκερ ή μπανάνα. Συνδυάστε το πάλι με κάποιο αθλητικό ρόφημα.

Κατά τη διάρκεια της προπόνησης και αμέσως μετά, το πρώτο πράγμα που θα πρέπει να έχετε στο μυαλό σας είναι η αναπλήρωση χαμένων υγρών και γλυκογόνου. Όποτε μπορείτε κατά τη διάρκεια της προπόνησης, πίνετε λίγο νερό με ηλεκτρολύτες ή κάποιο αθλητικό ρόφημα. Αμέσως μετά όμως, θα πρέπει να πιείτε περίπου 3 ποτήρια νερό ή αθλητικό ρόφημα. Δύο καλοί τρόποι να ελέγξετε πόσα υγρά χάσατε είναι να ζυγιστείτε πριν και μετά την προπόνηση ή να δείτε το χρώμα τον ούρων σας. Ένα έντονο κίτρινο χρώμα είναι ένα πιθανό ενδεικτικό σημάδι αφυδάτωσης.

Εξίσου σημαντική είναι και η γρήγορη αναπλήρωση γλυκογόνου στους μύες και στο σκυώτι. Στα πρώτα 30 λεπτά μετά την προπόνηση, να τρώτε ένα μικρό σνακ πάλι πλούσιο σε υδατάνθρακες και ακολούθως ένα καλό βραδινό, που να συνδυάζει περισσότερους υδατάνθρακες με πρωτεΐνη.

Συμπληρώματα

Οι αθλητές πάντοτε ψάχνουν τον τρόπο που θα μπορέσουν να αποδώσουν στο μέγιστο των δυνατοτήτων τους και να κερδίσουν έναν αγώνα. Αυτό μπορεί να είναι είτε μέσω της προπόνησης είτε μέσω κάποιου είδους διατροφής ή συμπληρώματος διατροφής. Επειδή, όμως, η αθλητική διατροφή εί-

να μια επιστήμη που συνεχώς αναπτύσσεται, πολλές φορές μπορεί οι αθλητές να πέσουν θύματα παραπληροφόρησης ή αναληθών πραγμάτων. Παρακάτω αναφέρονται μερικά από αυτά:

- **Η ζάχαρη πρέπει να αποφεύγεται πριν την προπόνηση και τον αγώνα.** Η ζάχαρη είναι ένα είδος υδατάνθρακα που αποτελεί μια από τις βασικότερες πηγές ενέργειας για έναν αθλητή. Όταν καταναλώνεται, αυξάνει τα επίπεδα γλυκόζης και ινσουλίνης στο αίμα και δίνει υψηλό γλυκαιμικό δείκτη.
- **Τα συμπληρώματα διατροφής δίνουν περισσότερη ενέργεια στους αθλητές.** Οι βιταμίνες και τα μέταλλα μπορεί να βοηθήσουν κάποιον αθλητή που έχει έλλειψη σε κάποιο συγκεκριμένο στοιχείο ή να συμπληρώσουν τη διατροφή, αν αυτή δεν είναι επαρκής. Δεν δίνουν, όμως, περισσότερη ενέργεια.
- **Τα υγρά χρειάζονται μόνο για αθλήματα που διαρκούν περισσότερο από μία ώρα.** Το νερό ή τα αθλητικά ροφήματα (πλούσια σε ιχνοστοιχεία και ζάχαρη για αναπλήρωση) είναι πολύ βοηθητικά και για αθλήματα που διαρκούν λιγότερο από μία ώρα, ειδικά κατά την περίοδο του καλοκαιριού. Με την κατανάλωση υγρών στη διάρκεια της προπόνησης, αποφεύγεται η αφυδάτωση, η οποία είναι μια από τις χειρότερες συνέπειες για την αθλητική απόδοση.
- **Η καλύτερη αθλητική δίαιτα δίνει 40% υδατάνθρακες, 30% πρωτεΐνη, 30% λίπος.** Αυτή η δίαιτα είναι γνωστή ως «η δίαιτα της ζώνης» και μελέτες έδειξαν πως μπορεί να φέρει πολύ αρνητικές επιπτώσεις στην απόδοση κάποιου αθλητή. Ειδικά στα αθλήματα αντοχής, όπου οι υδατάνθρακες είναι η βασικότερη πηγή ενέργειας».

Σεμινάριο «Βία στα γήπεδα ΣΤΟΠ: Πρακτικές λύσεις»

Το Συνεδριακό Κέντρο του ΓΣΠ φιλοξένησε, τον Ιανουάριο, σεμινάριο που διοργάνωσε ο Γυμναστικός Σύλλογος «Τα Παγκύπρια» σε συνεργασία με τη Βρετανική Υπάτη Αρμοστεία, με τίτλο «Βία στα γήπεδα ΣΤΟΠ: Πρακτικές λύσεις».

Στο σεμινάριο συμμετείχαν πάνω από 100 αξιωματικοί της Αστυνομίας, παράγοντες Ομοσπονδιών και σωματείων, μέλη συνδέσμων φιλάθλων και πολλοί άλλοι ενδιαφερόμενοι.

Βασικοί ομιλητές στο σεμινάριο ήταν δύο Βρετανοί εμπειρογνώμονες, ειδικοί για την τήρηση της τάξης μέσα και έξω από τα στάδια, πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τους αγώνες: ο κ. Κρις Γουάλι, υπεύθυνος για την ασφάλεια των γηπέδων της Αγγλικής Ομοσπονδίας (FA), και ο Δρ Στιβ Φρόσντικ, ειδικός στον τομέα της εποπτείας αγωνιστικών χώρων και διαχείρισης πλήθους. Οι δύο ειδικοί ανέλυσαν το πλάνο ασφάλειας και προστασίας των «καλών» φιλάθλων που

ακολουθείται στην Αγγλία, με μια λεπτομερή παρουσίαση. Επίσης, οι ειδικοί ανέλυσαν τα συμπεράσματά τους από την παρακολούθηση των αγώνων Ομόνοια-ΑΠΟΕΛ (22/1/11, στο ΓΣΠ) και Ανόρθωση-ΑΕΛ (23/1/11, στο «Αντώνης Παπαδόπουλος»)! Σύντομους χαιρετισμούς στο σεμινάριο απηύθυναν ο υφυπουργός παρά τω Προέδρω, Δρ Τίτος Χριστοφίδης, ο γενικός διευθυντής του υπουργείου Δικαιοσύνης και Δημόσιας Τάξης, Δρ Πέτρος Καρεκλάς, και ο αναπληρωτής πρόεδρος της ΚΟΠ, Ανδρέας Σάντης.

Τις εμπειρίες τους από την πρόσφατη επίσκεψη της κυπριακής αντιπροσωπείας στη Βρετανία για παρακολούθηση – από πρώτο χέρι– του συστήματος μετέφεραν ο κ. Σάντης, ο διευθυντής του ΓΣΠ, Φοίβος Κωνσταντινίδης, ο πρόεδρος της κοινοβουλευτικής Επιτροπής Νομικών, Ιωνάς Νικολάου, και ο αστυνομικός διευθυντής Λεμεσού, Ανδρέας Κουσιουμής.



Αναβαθμίζεται η Αίθουσα Βαρών

Ο ΓΣΠ προχώρησε στην επέκταση της υφιστάμενης Αίθουσας Βαρών στο στάδιο, για να μπορεί να εξυπηρετεί καλύτερα τις ανάγκες των αθλητών του. Στην Αίθουσα θα τοποθετηθούν περισσότερα μηχανήματα και άλλος εξοπλισμός εκγύμνασης. Το κόστος επέκτασης ανήλθε στις €13.000 και καλύφθηκε εξολοκλήρου από το Σύλλογο.

Πόλος έλξης το Allegra GSP Sport Center

Όλο και περισσότεροι αθλητικοί φορείς – τόσο της Κύπρου όσο και του εξωτερικού– επιλέγουν το ξενοδοχείο Allegra (www.allegragrspportcenter.com) και τις αθλητικές εγκαταστάσεις του ΓΣΠ, ώστε να συνδυάσουν την προετοιμασία τους με τη διαμονή των αθλητών τους.

Τον περασμένο Ιανουάριο, φιλοξενήθηκε η Εθνική Ομάδα Στίβου της Ελλάδας, ενώ το Φεβρουάριο έμειναν στο Allegra και προπονούσαν στους χώρους του ΓΣΠ οι δρομείς της Ελβετικής Ομοσπονδίας Αθλητισμού.

Το Νοέμβριο, στο ΓΣΠ, διοργανώθηκε Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Αναρριχήσεων και όλοι οι αθλητές που συμμετείχαν φιλοξενήθηκαν στο Allegra.

Στα τέλη Απριλίου και αρχές Μαΐου, το Allegra θα φιλοξενήσει τους αθλητές ακο-



ντίου, τους δρομείς, τους δισκοβόλους, σφαιροβόλους και σφυροβόλους της Γερμανικής Ομοσπονδίας Αθλητισμού, οι οποίοι θα προποούνται στο ΓΣΠ. Την ίδια περίοδο θα φιλοξενοούνται στο Allegra η Ολυμπιακή Ομάδα και αθλητές της Παραολυμπιακής Ομάδας της Γερμανίας.

Έκθεση «Sport Medicine and Equipment»

Την εξειδικευμένη έκθεση «Sport Medicine and Equipment» φιλοξένησε το στάδιο ΓΣΠ, την Κυριακή 27 Μαρτίου.

Η έκθεση, που διοργανώθηκε από την εταιρεία Ηρόδικος Λτδ, απευθυνόταν σε αθλητικούς οργανισμούς, συνδέσμους και συλλόγους.

Παγκύπριος Μαραθώνιος και 10000μ

Ο Μάικλ Κίναν του ΓΣΟ ήταν ο νικητής του Παγκύπριου Μαραθωνίου Δρόμου, ο οποίος διεξήχθη στις 20 Φεβρουαρίου, παράλληλα με το Διεθνή Μαραθώνιο του ΓΣΟ. Στη δεύτερη θέση κατετάγη ο Παναγιώτης Στυλιανού του ΓΣΠ με 2.49.37 και τρίτος ο Άντριου Μπάκκλνι του ΓΣΖ με 2.57.58. Ο Ευθύμιος Λοϊζή του ΓΣΠ κατετάγη δέκατος με 3.43.10.

Ο Μαραθώνιος διεξήχθη μέσα στα πλαίσια του φετινού Παγκύπριου Πρωταθλήματος Ανδρών-Γυναικών που είναι προγραμματισμένο να γίνει στη Λεμεσό, στις 25-26 Ιουνίου.

Στα πλαίσια του Παγκύπριου Πρωταθλήματος ήταν και ο αγώ-

νας των 10000μ Αντρών που έγινε στο Τσίρειο στις 8 Απριλίου. Στον Αγώνα τέσσερις αθλητές του ΓΣΠ μπήκαν στην πρώτη εξαδα (θέσεις οι οποίες βαθμολογούνται), ανεβάζοντας τον ΓΣΠ στην πρώτη θέση στους Άντρες: Καζαχούν Κέμπελ (πρώτος), Χριστόφορος Πρωτοπαπάς (τρίτος), Κωνσταντίνος Τίμινης (τέταρτος) και Πανίκος Στυλιανού (έκτος).

Έτσι, μετά τη διεξαγωγή του Ημιμαραθωνίου και του Μαραθωνίου Δρόμου καθώς και των 10000μ, στη βαθμολογία του Παγκύπριου Πρωταθλήματος ο ΓΣΠ στους Άνδρες είναι πρώτος και στις Γυναίκες, τρίτος.

Πρόγραμμα ποδοσφαιρικών αγώνων ΚΟΠ

Τον Απρίλιο και το Μάιο θα γίνουν στο ΓΣΠ, για το Πρωτάθλημα Ανδρών Α΄ Κατηγορίας και για το Κύπελλο της ΚΟΠ, οι ακόλουθοι αγώνες:

ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ Α΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (Β΄ ΦΑΣΗ)

16 Απριλίου (17:00) Ομόνοια-ΑΕΚ (3η Αγωνιστική)
 17 Απριλίου (17:00) Ολυμπιακός-ΑΕΛ (3η Αγωνιστική)
 30 Απριλίου (17:00) ΑΠΟΕΛ-Ανόρθωση (4η Αγωνιστική)
 8 Μαΐου (17:00) ΑΠΟΕΛ-ΑΕΚ (5η Αγωνιστική)
 14 Μαΐου (16:00) Ολυμπιακός-Απόλλων (6η Αγωνιστική)
 15 Μαΐου (17:00) Ομόνοια-ΑΠΟΕΛ (6η Αγωνιστική)

ΚΥΠΕΛΛΟ

Αγώνες για την ημιτελική φάση του Κυπέλλου Κύπρου θα διεξαχθούν στις 19 και 20 Απριλίου και οι επαναληπτικοί τους στις 3 και 4 Μαΐου 2011. Ο τελικός του Κυπέλλου θα διεξαχθεί στις 18 Μαΐου.

Στην ημιτελική φάση, από τις ομάδες που χρησιμοποιούν ως έδρα τους το ΓΣΠ, συνεχίζει μόνο η Ομόνοια η οποία στις 20 Απριλίου (18:00) θα παίξει εντός έδρας με τον Εθνικό Άχνας. Νεώτερα στοιχεία θα δημοσιεύονται στην ιστοσελίδα του ΓΣΠ (www.gsp.org.cy).



Από τον αγώνα Γαλλία-Σκωτία που έγινε στο ΓΣΠ, στις 9 Μαρτίου (Φώτο: Lorraine Hill).

Cyprus Women Cup 2011

Επτά αγώνες του Cyprus Women's Cup 2011

(www.cypriuswomenscup.com) φιλοξένησε φέτος το ΓΣΠ.

Η φετινή διοργάνωση ήταν κατά πολύ αναβαθμισμένη, αφού συγκέντρωσε τις περισσότερες συμμετοχές στην ιστορία του θεσμού (12 εθνικές ομάδες). Κύριος λόγος για τις πολλές συμμετοχές ήταν το γεγονός ότι η διοργάνωση προσφερόταν για προετοιμασία ενόψει του Παγκοσμίου Ποδοσφαιρικού Πρωταθλήματος Γυναικών που θα γίνει το ερχόμενο καλοκαίρι στη Γερμανία.

Το τουρνουά έγινε μεταξύ 2 και 9 Μαρτίου. Στο ΓΣΠ διεξήχθη και ο αγώνας της τελικής κατάταξης για την τρίτη και τέταρτη θέση μεταξύ Γαλλίας και Σκωτίας (3-0 κέρδισε η Γαλλία), στις 9 Μαρτίου. Το φετινό Cyprus Women's Cup κατέκτησε η Εθνική Καναδά, η οποία κέρδισε στην παράταση την Εθνική Ολλανδίας με 2-1 (ο τελικός έγινε στο στάδιο «Τάσος Μάρκου», στο Παραλίμνι).

Εθνική Κύπρου

Στις 26 Μαρτίου, η Εθνική Ανδρών Κύπρου έδωσε αγώνα στο ΓΣΠ, για τα προκριματικά του Euro 2012, με την Εθνική Ισλανδίας. Ο αγώνας έληξε ισόπαλος 0-0.



Ο επόμενος αγώνας της Εθνικής Κύπρου (με την Πορτογαλία) για την ίδια διοργάνωση θα είναι στις 2 Σεπτεμβρίου 2011 (δεν ορίστηκε ακόμα το γήπεδο).

Εξάλλου, η Εθνική Ελπίδων ξεκίνησε τις υποχρεώσεις της στην προκριματική φάση του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος U-21 της ΟΥΕΦΑ, με νίκη 6-0 επί του Σαν Μαρίνο, σε αγώνα που έγινε στις 29 Μαρτίου στο ΓΣΠ.



Τελικός Κυπέλλου Γυναικών



Το δεύτερο της συνεχόμενου νταμπλ έκανε η γυναικεία ομάδα ποδοσφαίρου του Απόλλωνα, καθώς επικράτησε με 6-3 της ΑΕΚ Κωνσταντίας στον τελικό Κυπέλλου, που έγινε το Σάββατο 9 Απριλίου στο ΓΣΠ.

Τελικός Κυπέλλου Γ΄-Δ΄ Κατηγορίας

Πραγματοποιήθηκε στο Στάδιο ΓΣΠ, στις 29 Μαρτίου, ο τελικός του Κυπέλλου Coca-Cola Γ΄-Δ΄ Κατηγορίας, μεταξύ των ομάδων Εθνικός Άσσιας και ΕΝΑΔ Πόλης Χρυσοχούς.

Στο Στάδιο βρέθηκαν περισσότεροι από χίλιοι φιλάθλοι που χειροκρότησαν τους πρωταγωνιστές του τελικού.

Ο τελικός ήταν ο τρίτος στην ιστορία της διοργάνωσης και, μετά την Ελίδα Ξυλοφάγου και τον Χαλκάνορα, τον τίτλο πανηγύρισε ο Εθνικός Άσσιας. Αξίζει να σημειωθεί ότι τόσο για τον τελικό Γ΄-Δ΄ Κατηγορίας Ανδρών όσο και για τον τελικό Κυπέλλου Γυναικών ο ΓΣΠ παραχώρησε το γήπεδο δωρεάν.

