

IN-SIDE

- P10 Μαρία Μπελιμπασάκη - Συνέντευξη
- P18 17ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα κλειστού στίβου
- P28 Κρίστιαν Τέιλορ - Συνέντευξη
- P34 7ος Ημι-Μαραθώνιος Αθήνας - Παρουσίαση
- P48 Σοφία Υφαντίδη - Συνέντευξη
- P54 Κυριάκος Μηνάς - Συνέντευξη
- P60 Τόρι Φράνκλιν - Συνέντευξη
- P64 Γιώργος Τζατζιμάκης - Νέα Πρόσωπα
- P66 Stoiximan.gr 13ος Διεθνής Μαραθώνιος «ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ» - Παρουσίαση
- P82 Game of Throws - Θέμα
- P86 Γ.Σ. "Ελ. Βενιζέλος" - Παρουσίαση
- P96 Μεσσηνιακός Γ.Σ. - Παρουσίαση

The editor.

Ανοιξιάτικο είναι το τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας. Αγωνιστικό εαρινό, με το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα κλειστού που διεξήχθη τον Μάρτιο στο Μπέρμιγχαμ, τον Μαραθώνιο «Μ. Αλέξανδρος» τον Απρίλιο στη Θεσσαλονίκη, τον Ημιμαραθώνιο της Αθήνας επίσης, τον Απρίλη.

Είναι η εποχή που οι αθλητές ολοκληρώνουν την παρουσία τους στον κλειστό στίβο και προετοιμάζονται για τον ανοικτό. Ένας ανοικτός που είναι και αυτός φέτος «γεμάτος» από σπουδαίες διοργανώσεις σε όλες τις κατηγορίες. Για τους K18 είναι το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα στο Γκίμη, για τους K20 το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στο Τάμπερε, για τους Άνδρες και τις Γυναίκες το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα στο Βερολίνο. Και άλλοι αγώνες, οι Μεσογειακοί στην Ταραγόνα, οι Ολυμπιακοί Νεότητας στο Μπουένος Άιρες.

Ένα από τα πρόσωπα που έκαναν τη μεγάλη αλλαγή και άφησαν εντυπώσεις ήταν η Μαρία Μπελιμπασάκη. Στη συνέντευξη που μας παραχώρησε θα διαβάσετε πολλά ενδιαφέροντα στοιχεία για την προσωπικότητά της, αλλά και τους αθλητικούς της στόχους.

Μια ακόμη αθλήτρια που θα τη δούμε σε νέο αγώνισμα να προσπαθεί να πρωταγωνιστήσει, είναι η Σοφία Υφαντίδη που αφήνει το έπαθλο για το ακόντιο. Θα μάθουμε πολλές πτυχές της πορείας της, όπως και του προπονητή της Κυριάκου Μννά.

Στο Μπέρμιγχαμ γνωρίσαμε και έναν από τους κορυφαίους αθλητές όλων των εποχών στο τριπλούν, τον δις ολυμπιονίκη Κρίστιαν Τέιλορ και πιστεύουμε να απολαύσετε τη συνέντευξη που μας παραχώρησε και τις υποσχέσεις που άφησε για να κάνει δικό του το παγκόσμιο ρεκόρ στο αγώνισμα.

Στις σελίδες του Athletics Magazine θα βρείτε και μια γνώριμη σε πολλούς Έλληνες πρωταθλητές αθλήτρια από τις ΗΠΑ. Η Τόρι Φράνκλιν ήρθε στη χώρα μας για προετοιμασία και αγώνες και ήταν παρούσα στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα κλειστού. Μας παρουσιάζεται και εκείνη. Γνωρίστε, επίσης, τον ταλαντούχο βαδιστή Γιώργο Τζατζιμάκη, αλλά και μια τετράδα ριπτών που μπορεί να αφήσει εποχή. Οδυσσέας Μουζενίδης, Χρήστος Φραντζεσάκης, Δημήτρης Τσίτσος και Μανώλης Καμτσικλής. Και όπως πάντα θέματα διατροφής, ψυχολογίας, ιατρικής, γαστρονομίας και πολλά άλλα...

Καλή ανάγνωση
Τόλης Λελεκίδης

Εκδότης : Άγγελος Ζυμάρας
Διεύθυντης: Λευθέρης Πλακίδας
Art Director: Λιάνα Παπαδημητρίδη
Αρχισυντάκτης: Τόλης Λελεκίδης
Συντακτική ομάδα: Μαρία Πετροπούλου, Αργυρώ Γιαννουδάκη, Γιάννης Μαμουζέλος,
Ειδικά θέματα: Αλέξανδρος Παπανδρέου, Φρόσω Πατσού, Αλέξανδρα Τσεκουρά, Ελισάβετ Αναστασάκη
Επιμέλεια κειμένων - διόρθωση: Γιούλη Αραβαντινού
Φωτογράφοι: azsportsimages, Nikos Karanikolas, Κωνσταντίνος Τσακαλίδης, Δημήτρης Τσούδης, Αλέξανδρος Αβραμίδης

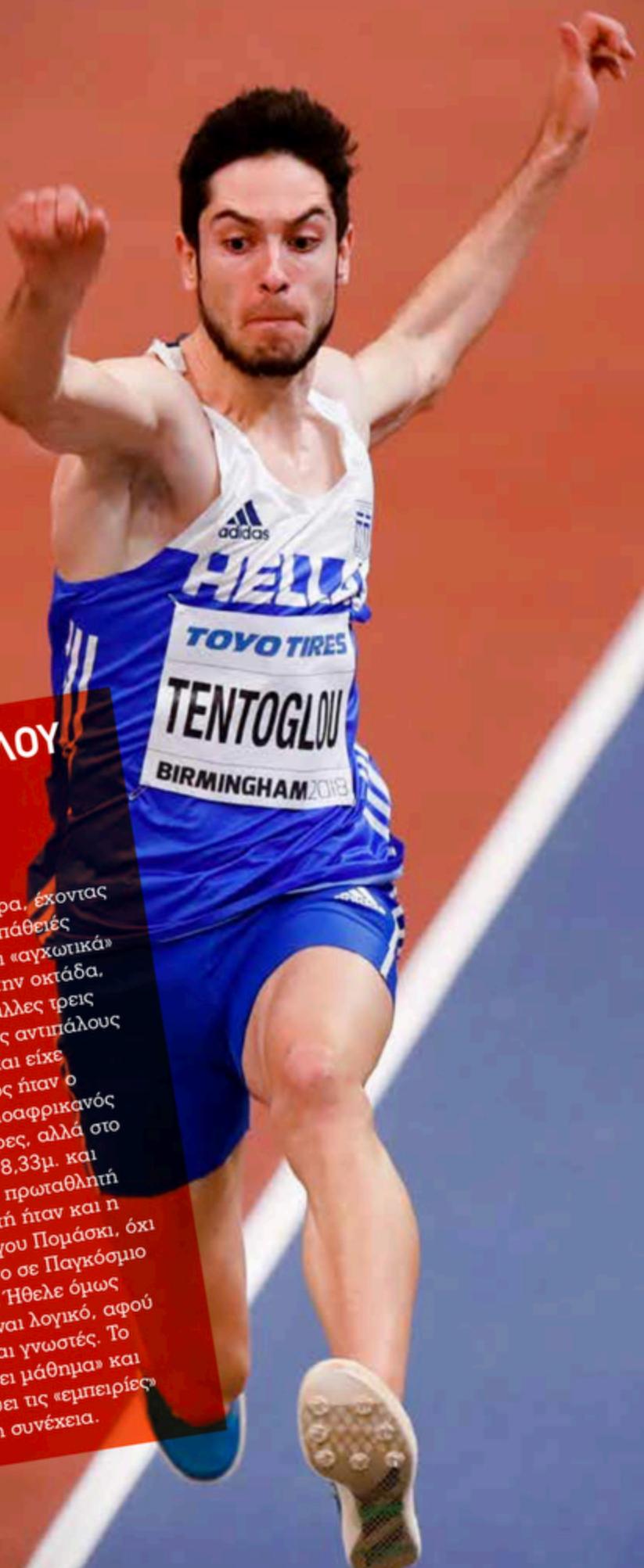
Διεύθυνση: www.athleticsmagazine.gr
Follow: www.facebook.com/AthleticsMagazine
Follow: www.instagram.com/athleticsmagazine_gr,
twitter: @Athleticsmagaz



ΜΙΛΤΟΣ ΤΕΝΤΟΓΛΟΥ

Μήκος

Στην 3η του προσπάθεια «προσγειώθηκε» στα 7.82 μέτρα, έχοντας προηγηθεί δύο άκυρες προσπάθειές τους με αποτέλεσμα να κάνει «αγχωτικά» το άλμα που θα τον έβαζε στην οκτάδα, άρα θα είχε δικαίωμα για άλλες τρεις προσπάθειες. Περίμενε τους αντιπάλους τους από την όγδοη θέση και είχε απομείνει ένας, αλλά αυτός πάνω ο Λούβο Μανιόνγκα. Ο Νοποαφρικανός είχε και εκείνος δύο άκυρες, αλλά στο τρίτο μου άλμα πήγε στα 8.33μ. και άφοσε ένατο τον Έλληνα πρωταθλητή και εκτός συνέχειας. Αυτή πάντα η θέση του άλπι του Γιώργου Πομάσκι, όχι άσκημη για τον 20χρονο σε Παγκόσμιο Πρωτάθλημα κλειστού. Ήθελε όμως κάπι παραπάνω και είναι λογικό, αφού οι δυνατότητές του είναι γνωστές. Το «πάθημα όμως θα γίνει μάθημα» και μέσα από αυτό μαζεύει τις «εμπειρίες» που χρειάζεται για τη συνέχεια.



ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΠΕΣΙΡΙΔΟΥ

60μ. εμπόδια

Για όλα υπάρχει η πρώτη φορά, αλλά σίγουρα η Ελισάβετ Πεσιρίδου δεν το ήθελε να συμβεί στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα. Με τόσο κόπο κατάφερε να βρίσκεται στους βατήρες των προκριματικών σειρών στα 60μ. εμπόδια, όμως στο τελευταίο εμπόδιο χτύπησε και έπεσε, με αποτέλεσμα να μην μπορέσει να ολοκληρώσει την κούρσα της. Η οποία μάλιστα, πάντα πολύ καλή και πάντα ανάμεσα στις διεκδικήτριες για να πάρει μια θέση στα ημιτελικά. Έκανε πολύ καλή εκκίνηση, αλλά η μοίρα της έπαιξε διαφορετικό παιχνίδι.



ΡΑΦΑΕΛΑ ΣΠΑΝΟΥΔΑΚΗ

60 μ.

Η Ραφαέλα Σπανουδάκη έπρεπε πρώτα να ξεπεράσει το «σύνδρομο» του Βελιγραδίου και εκείνη για τη συνέχεια. Αυτό δεν πάντα τίποτα άλλο από το άγκος μήπως πάθει όπι και στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 2017 στη σερβική πρωτεύουσα, όταν στάθηκε για να τρέξει στις προκριματικές σειρές στα 60 μέτρα και ακυρώθηκε. Έτσι, την Παρασκευή το μεσημέρι στις σειρές στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στο Μπέρμιγχαμ είχε αντίδραση 0.184, προφανώς από το παραπάνω άγκος της και μετά προσπάθησε να μαζέψει στην κούρσα και είδε το χρονόμετρο να σταματάει στο 7.40. Μπορεί να πάντα μακριά από το φετινό της 7.29 και από τις προσδοκίες της σε αυτή τη διοργάνωση, όμως «έγραψε» άλλη μια συμμετοχή σε μεγάλη διοργάνωση, που αυτό της δίνει διαφορετικό «άερα» για τη συνέχεια.

ΣΟΦΙΑ ΥΦΑΝΤΙΔΟΥ

Η επτάψυχη του επταθλου

Της Αργυρώς Γιαννουδάκη
Φωτογραφία: Άγγελος Ζυμάρας

Η Σοφία Υφαντίδου έχει αποδειχθεί επτάψυχη στις δυσκολίες που έχει αντιμετωπίσει και συνεχίζει με αφοσίωση να κάνει αυτό που αγαπά με ανιδιοτέλεια.

Εκείνο που την κρατά στον πρωταθλητισμό δεν είναι ούτε η φήμη, ούτε η δόξα, ούτε τα χρήματα, αλλά το έπταθλο, το οποίο ξεκίνησε πριν από 22 και πλέον χρόνια με τον προπονητή της Κυριάκο Μνά στη Βέροια.

Το μόνο που έχει αλλάξει με το πέρασμα των χρόνων είναι ότι συνεχίζει να κερδίζει σε εμπειρίες και να ατσαλώνεται ακόμα περισσότερο η θέλησή της να ξεπερνά τον εαυτό της.

Φέτος έκανες διάλειμμα από το έπταθλο και αποφάσισες να ασχοληθείς με τον ακοντισμό. Ήταν δύσκολη απόφαση;

Η αλήθεια είναι ότι ξεκινήσαμε τη χρονιά με σκοπό να κάνω έπταθλο και το πλάνο αρχικά πήγαινε πολύ καλά. Στην πορεία ένας τραυματισμός, σε μια προπόνηση, χωρίς προηγουμένως να έχω κάποιο σημάδι να τον προλάβω, με κατέβαλε ψυχολογικά. Έτσι, η απόφαση να κάνω ακόντιο έγινε μονόδρομος. Αν έμενα προσκολλημένη στο να κάνω έπταθλο, θα σήμαινε ότι θα έχανα όλη τη χρονιά.

Μιλήσαμε με τον προπονητή μου και είπαμε φέτος να ξεκουράσω το σώμα μου. Η απόφαση αυτή οριστικοποιήθηκε μετά την προετοίμασία στην Κύπρο, όπου διαπίστωσα ότι το σώμα μου δεν ανταποκρινόταν στην προπόνηση, δεν «τραβούσε».

Έπειτα από τόσα χρόνια καταπόνησης, είχα ανάγκη να ξεκουραστώ. Αποφασίσαμε ότι από του χρονού θα επιστρέψω στα σύνθετα.

Αλήθεια τα σύνθετα πώς προέκυψαν;

Μικρότερον είχα ασχοληθεί με την αντοχή και μάλιστα βρισκόμουν σε υψηλές θέσεις. Έχω 8η θέση στα 1.000μ. ανωμάλου δρόμου παγκορασίδων, ενώ σταθερά ήμουν στην πρώτη 12άδα έως την κατηγορία των νεανίδων.

Παράλληλα, βεβαίως έκανα και σύνθετα. Εκείνη την εποχή τα παιδιά δεν είχαν άποψη για το τι πρέπει να κάνουν και τι όχι, αλλά έκαναν αυτό που ζητούσε ο προπονητής. Έπρεπε να περάσουμε απ' όλα, το οποίο είναι και το σωστό κατά τη γνώμη μου.



Η ΜΕΘΟΔΙΚΟΤΗΤΑ... ΣΤΟ ΤΡΙΠΛΟΥΝ!

Η Νο1 ΤΩΝ ΗΠΑ
ΜΑΣ ΣΥΣΤΗΝΕΤΑΙ...
ΓΝΩΡΙΣΤΕ ΤΟ ΚΟΡΙΤΣΙ
ΑΠΟ ΤΟ ΕΒΑΝΣΤΟΝ,
ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΡΙΑ
ΑΜΕΡΙΚΗΣ, Η ΟΠΟΙΑ
ΘΕΛΕΙ ΝΑ ΓΡΑΨΕΙ ΤΗ ΔΙΚΗ
ΤΗΣ... ΝΟΥΒΕΛΑ ΣΤΟ
ΑΓΩΝΙΣΜΑ

Συνέντευξη στον Τόλη Λελεκίδη
Φωτογραφία Άγγελος Ζυμάρας

of interest», αυτό θα ήταν η Τόρι Φράνκλιν. Η γεννημένη στις 7 Οκτωβρίου του 1992 Αμερικανίδα είναι μέλος μιας οικογένειας που κάλλιστα θα μπορούσε να έχει δικό της οικισμό (!). Οι γονείς της έχουν δέκα παιδιά, επτά γιούς και τρεις κόρες, και από τα κορίτσια η Τόρι ήταν η πρώτη, γι' αυτό ήταν και εκείνη λίγο αυγοροκόριτσο. Ο πατέρας της είχε για δώδεκα χρόνια δική του εταιρεία φορτοεκφόρτωσης με την ονομασία «Three Queens Logistics» -προφανής ο λόγος ονομασίας- και η μπτέρα της εργαζόταν για

TORI FRANKLIN

Το Έβανστον είμαι μια μικρή πόλη των ΗΠΑ, στην πολιτεία του Ιλινόις, περίπου 20 χιλιόμετρα βόρεια από τη μεγαλούπολη του Σικάγο. Λόγω της ισχυρής μεθοδιστικής (σ.σ.: Μεθοδισμός*) επιρροής της και της αυστηρότητας που προσπάθησε να επιβάλει, η πόλη έχει και το παρασσούκλι «Heavenston». Είναι μια πόλη ογδόντα χιλιάδων κατοίκων, διαθέτει αρκετά σημεία ενδιαφέροντος, αλλά αν θέλαμε αθλητικά να θέσουμε ένα «point

δεκατέσσερα χρόνια ως δασκάλα της άλγεβρας σε πρωτοετείς στο λύκειο. Η Τόρι μετά το σχολείο πέρασε στο πανεπιστήμιο του Μίσιγκαν και ανήκει στην ομάδα του Michigan State Spartans. Είναι πρωταθλήτρια ΗΠΑ στο τριπλούν και έχει ατομικό ρεκόρ 14,84 μ., το οποίο σημείωσε σε αγώνες στη Γουαδελούπη. Έγινε πιο καλύτερη Αμερικανίδα όλων των εποχών, ξεπερνώντας την Κιτούρα Όρτζ που είχε το εθνικό ρεκόρ με 14,71 μ. Στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα κλειστού στο Μπέρμιγχαμ κατέλαβε την όγδοη θέση με άλμα στα 14,03 μ., ενώ μετείχε πέρυσι στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στο Λονδίνο, όπου ήταν 14η με επίσης 14,03 μ. Έχει κατακτήσει το χρυσό μετάλλιο στο πρωτάθλημα NACAC K23 που είχε γίνει το 2014 στο Κάμπλους του Καναδά. Είναι πρωταθλήτρια ΗΠΑ το 2017 και το 2018 στον κλειστό, και τις δύο διοργανώσεις κέρδισε στο Αλμπουκέρκι, ενώ ήταν δεύτερη το 2016 στο Πόρτλαντ. Στο αμερικανικό πρωτάθλημα ανοιχτού το 2017 στο Σακραμέντο ήταν δεύτερη.

«Πριν τρέξω στον διάδρομο, τραγουδάω τον στίχο του τραγουδιού «Lose yourself» του Έμινεμ. Είναι ο ρυθμός που κάνω και τα τρία μου παλαμάκια επίσης»



Game of Throws

