



ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗ

ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ



Διανέμεται δωρεάν

Μάιος – Ιούνιος – Ιούλιος– Αύγουστος 2012

Τεύχος 26

ΜΕΓΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΤΟΥ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗ Η ΚΑΤΑΚΤΗΣΗ ΤΗΣ 4ης ΘΕΣΗΣ ΣΤΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΤΗΣ Α΄ ΕΘΝΙΚΗΣ ΣΤΟ ΣΚΑΚΙ

♦ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΚΑΚΙ Α΄ ΕΘΝΙΚΗΣ 2012

Στην 4η θέση για τρίτη συνεχή χρονιά η ομάδα μας

Νέα επιτυχία της σκακιστικής μας ομάδας στο Πρωτάθλημα της Α΄ Εθνικής, το οποίο διεξήχθη από 30 Ιουνίου έως 5 Ιουλίου στο Ρίο της Πάτρας. Με πέντε νίκες και δύο



Kempinski-Καπνίσης-Γεωργιάδης-Γκούμας

ήττες η ομάδα μας ισοβάθμησε στην 3^η θέση και κατέκτησε τελικά, μετά την άρση ισοβαθμίας, την 4^η θέση. Πρωταθλήτρια αναδείχθηκε η ομάδα της Π.Σ. Περιστερίου με δεύτερη τη Σ.Α. Κορινθίας, Αργοναύτης και τρίτη την ομάδα του Σ.Ο. Καβάλας. Αξίζει να σημειωθεί ότι η ομάδα του Σ.Ο. Καβάλας που τερμάτισε στην 3^η θέση ηττήθηκε από τη δική μας στον μεταξύ μας αγώνα. Στο καθοριστικό παιχνίδι του τελευταίου γύρου με τον Αργοναύτη Κορινθίας ηττηθήκαμε οριακά με 5,5-4,5, ενώ αποσπώντας ακόμα και την Ισπανία θα τερματίζαμε στη 2^η θέση. Έτσι, η ομάδα μας, στην τέταρτη συμμετοχή της στην Α΄ Εθνική κατηγορία κατέκτησε για τρίτη συνεχή χρονιά την 4^η θέση. Η επιτυχία αυτή εδραιώνει το Φυσιολάτρη μεταξύ των κορυφαίων σκακιστικών συλλόγων στη χώρα. Η επιτυχία αυτή είναι



Χριστοδουλάκη-Σκαράκη-Δρακάκη-Στάμος-Μιχελιάκος-Κολυβάς

ακόμη μεγαλύτερη αν ληφθεί υπόψη ότι η ομάδα μας αγωνίστηκε μόνο με ένα ξένο στη σύνθεσή της, σε αντίθεση με τις περισσότερες ομάδες που χρησιμοποίησαν δύο ξένους.

(συνέχεια στη σελ. 2)

♦ 20ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΣΚΑΚΙ «ΤΙΜΗ ΣΤΗΝ ΕΘΝΙΚΗ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ»

Νικητής ο GM ANTIC DEJAN (ELO 2506)

Από 26 Αυγούστου έως 2 Σεπτεμβρίου 2012, διεξήχθη με επιτυχία το 20ο Διεθνές Τουρνουά Σκάκι "Τιμή στην Εθνική Αντίσταση", με 312 συμμετοχές (108 στον α΄ και 204 στο β΄ όμιλο).

Το τουρνουά είναι αφιερωμένο στην Εθνική Αντίσταση κατά των δυνάμεων κατοχής 1940-44 και διοργανώθηκε από το Δήμο Νίκαιας-Αγ.Ι.Ρέντη σε συνεργασία με τον Ε.Ο.Α.Ο Φυσιολάτρη και την ΕΣΟ. Συμμετείχαν σκακιστές από 6 χώρες, μεταξύ των οποίων 9 πιπλούχοι (4 GM, 2 IM, 1 WIM, 1 FM και 1 WFM).

Πριν την έναρξη των αγώνων, τους σκακιστές χαιρέτησαν ο Αντιδήμαρχος Αθλητισμού κ. Νικολάκης, ο ειδικός σύμβουλος του Δήμου κ. Τσιρώνης, ως εκπρόσωποι του Δημάρχου κ. Ιωακειμίδα, και ο πρόεδρος του Φυσιολάτρη Νίκαιας κ. Αγγελάκης.

Στην πρώτη θέση στη γενική κατάταξη ισοβάθμησαν με

7 βαθμούς, πέντε σκακιστές από τους οποίους την 1η θέση κατέλαβε αήττητος ο GM Antic Dejan, τη 2η ο IM Managadze Nikoloz και την 3η ο GM Νικολαΐδης Ιωάννης υπερτερώντας στα κριτήρια από τους GM Bagaturon Giorgi και Νικολάου Γεώργιο.



Νικητές κατά κατηγορία στους Ομίλους αναδείχθηκαν:

Α΄ Όμιλος.

-Γεν. Κατάταξη: 1ος GM Antic D., 2ος IM Managadze N., 3ος GM Νικολαΐδης Ι.

-Γυναικών: 1η WIM Μάκκα Ι., 2η WFM Πετράκη Μ. και 3η Νικολαΐδου Ε.

-1ος Έλληνας: GM Νικολαΐδης Ι.

-1ος τοπικός σκακιστής: GM Καπνίσης Σ.

-Βετεράνων: Sienczewski, Ορνιθόπουλος, Παναγιωτάκος

-Νέων(-20): Ανδρώνη Κ., Καφώρος Α.-Δ., Κανέλλος Δ.

-Παίδων(-16): Μιχελιάκος Π., Κουτουκίδης Π. Κούρκουλος Σ.

-Κορασίδων(-16): Δρακάκη Ά.-Μ., Σερεφίδου Δ.

-Παμπαίδων(-12): Δρακουλάκος Γ., Αλεξιάδης Χ.

(συνέχεια στη σελ. 2)



Σκακιστικά Νέα



♦ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΚΑΚΙ Α΄ ΕΘΝΙΚΗΣ 2012

(συνέχεια από τη σελ. 1)

Τα αποτελέσματα της ομάδας μας αναλυτικά:

Φυσιολάτρης - Ο.Φ.Η.	7,5-2,5
Πειραιϊκός Ο.Σ. - Φυσιολάτρης	2,5-7,5
Σ.Ο. Καβάλας - Φυσιολάτρης	4,5-5,5
Φυσιολάτρης - Π.Σ. Περιστερίου	3,5-6,5
Ο.Σ. Τριανδρίας - Φυσιολάτρης	3,5-6,5
Φυσιολάτρης - Σ. Ο. Ηρακλείου	6,5-3,5
Φυσιολάτρης - Αργοναύτης Κορινθίας	4,5-5,5

Οι συντελεστές της επιτυχίας της ομάδας μας ήταν: **1η** σκακιάρα **GM Robert Kempinski**, έδειξε τη σταθερότητα που μας έχει συνηθίσει αγωνιζόμενος με θεωρητικά ανώτερους αντιπάλους, με 3π. σε 7αγ. Χαρακτηριστική, η μετά από 6 ώρες νίκη, επί του GM Fabiano Caruana, Νο 8 στην παγκόσμια κατάταξη.

2η σκακιάρα **GM Σπύρος Καπνίσσης**, βρέθηκε αντιμετώπος με σκακιστές όπως η GM Judith Polgar, ο πολλακίς Πρωταθλητής Ελλάδος GM Β. Κοτρωνιάς και ο GM Θ. Μαστροβασίλης, συγκέντρωσε 1,5β. σε 7αγ., βοηθώντας σε κρίσιμες συναντήσεις.

3η σκακιάρα **IM Γιάννης Γεωργιάδης**, που αγωνίζεται με την ομάδα μας για πέμπτη συνεχή χρονιά, αήττητος με 5π. σε 7αγ., έδειξε την αξία του και βοήθησε σημαντικά στην επιτυχία.

4η σκακιάρα **Γιώργος Γκούμας**, με 5π. σε 7αγ., πιστοποίησε την ανοδική του πορεία και έδειξε ότι δεν θεωρείται τυχαία ένας από τους πιο ισχυρούς νεαρούς σκακιστές.

5η σκακιάρα **Τόνια Χριστοδουλάκη**, με 2π. σε 7αγ., πάλεψε με σκακίστριες ανώτερου επιπέδου και βοήθησε σημαντικά την ομάδα, με χαρακτηριστική την ισοπαλία της με την WGM Voiska Margarita.

6η σκακιάρα **Αντιγόνη Σκαράκη**, συγκεντρώνοντας ένα από τα υψηλότερα ποσοστά επιτυχίας στη διοργάνωση, με 6π. σε 7 αγώνες, υπήρξε βασικός παράγοντας της πετυχημένης πορείας μας.

7η σκακιάρα **Άννα-Μαρία Δρακάκη**, η οποία με 6,5π. σε 7αγ. (ποσοστό επιτυχίας 92,9%, 5^η σε απόδοση μεταξύ όλων των συμμετεχόντων), αποτέλεσε και φέτος την ήρεμη δύναμη της ομάδας μας.

8η σκακιάρα ο **Φίλιππος Στάμος** με 4,5π. σε 7αγ, ενίσχυσε σημαντικά την νεανική «πτέρυγα» της ομάδας, που αποτελεί τον πυλώνα της σταθερής μας πορείας τα τελευταία χρόνια.

9η σκακιάρα ο **Παναγιώτης Μιχαλάκος**, με 5,5π. σε 7αγ., συγκεντρώνοντας το 2^ο υψηλότερο ποσοστό στην σκακιάρα του, βοήθησε σημαντικά και στην άνοδο της ψυχολογίας των συμπαίκτων του σε καθοριστικά χρονικά σημεία της διοργάνωσης.

10η σκακιάρα, ο μικρός της ομάδας **Άρης Κολουβάς**, παρά την απειρία του, πάλεψε σε όλους τους αγώνες και έδωσε τους δικούς του πολύτιμους πόντους στην ομάδα μας, με 2,5π. σε 7αγ.

Αξίζουν συγχαρητήρια σε όλους τους παίκτες για τη μεγάλη αυτή επιτυχία της ομάδας μας καθώς και στον προπονητή και αρχηγό της Νίκο Ορνιθόπουλο.

Ευχόμαστε του χρόνου να πάμε ακόμα καλύτερα!



♦ 20ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΣΚΑΚΙ «ΤΙΜΗ ΣΤΗΝ ΕΘΝΙΚΗ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ»

(συνέχεια από τη σελ. 1)

Β΄ Όμιλος

Γεν. Κατάταξη: 1ος Κουσκούτης Γ.-Α. 8,5β, 2ος Φακούδης Ι. 8β, 3ος Ανθόπουλος Χ. 7β.

-Παίδων: Λέντζος, Καρακατσάνης, Μερασεδόγλου.

-Κορασίδων: Σαλαχίδη, Δούνη, Ηλιοπούλου.

-Παμπαίδων (-12): Κουσκούτης, Ανθόπουλος, Αλεξάκης.

-Παγκορασίδων(-12): Λεμονή, Κόκοτα, Δούνη.

-Παμπαίδων(-10): Καρούσος, Πανόπουλος, Αλεξάκης.

-Παγκορασίδων (-10): Χρυσόγελου, Πραματευτάκη, Γκιώνη

-Μίνι(-8): Σπυρόπουλος, Αμπελακιώτης, Σταμέλος.

Την τελετή λήξης τίμησαν με την παρουσία τους ο Δήμαρχος κ. Ιωακείμης, η πρόεδρος της ΔΗ.Κ.Ε.ΝΙ.Ρ. κα Σωτηροπούλου, ο πρόεδρος της Ε.Σ.Σ.Ν.Α. κ. Γκορίτσας και πλήθος σκακιστών και γονέων.

Ευχαριστούμε τη Δημοτική αρχή καθώς και όλους όσοι συνέβαλαν στην επιτυχία της διοργάνωσης.



Οι νικητές του β΄ Ομίλου

♦ 32^ο Τουρνουά RAPID, στη μνήμη των πεσόντων στο ΜΠΛΟΚΟ της Κοκκινιάς το 1944

Στα πλαίσια των εκδηλώσεων του Δήμου Νίκαιας – Αγ. Ι. Ρέντη για τη 68^η επέτειο από το ΜΠΛΟΚΟ ΤΗΣ ΚΟΚΚΙ-



Οι νικήτριες ομάδες του Rapid

ΝΙΑΣ, ο Δήμος σε συνεργασία με τον Ε.Ο.Α.Ο. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗ Νίκαιας διοργάνωσε το 32^ο ανοιχτό σκακιστικό τουρνουά rapid, αφιερωμένο στη μνήμη των πεσόντων συμπολιτών μας στο μπλόκο της 17^{ης} Αυγούστου 1944. Η εκδήλωση έγινε στον τόπο εκτέλεσης των πατριωτών, στη Μάντρα της Κοκκινιάς, όπου είναι και το Μουσείο Εθνικής Αντίστασης.

Συμμετείχαν 152 σκακιστές και σκακίστριες, που αποτελεί νέο ρεκόρ συμμετοχών για το τουρνουά.

Νικητές στη Γενική κατάταξη αναδείχτηκαν οι:

1. Δούνης Α. 2. Κουρούσης Ε. 3. Αγγελής Ν.

Στην Ομαδική βαθμολογία: 1ος Πειραιϊκός Ο.Σ.

2ος Φυσιολάτρης 3ος Ε.Ε.Σ. Κορυδαλλού

♦ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΑΤΤΙΚΗΣ

Στο πρωτάθλημα γυναικών Αττικής η ομάδα μας κατέλαβε την **6^η θέση** της βαθμολογίας, συγκεντρώνοντας 6 βαθμούς. Στην 1^η θέση Πανελλήνιος 9 β., 2^{ος} ΕΟΣ Αχαρνών 7 β. και 3^{ος} ΑΠΟ Κότινος Χολαργού 7 β.

Με την ομάδα μας αγωνίστηκαν οι σκακίστριες, Χριστοδουλάκη Τόνια, Θέμελη Δήμητρα, Λεμονή Μαρία-Ιωάννα και Τσιβγούλη Κατερίνα.



Σκακιστικά Νέα



♦ 10ο ΣΚΑΚΙΣΤΙΚΟ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟ ΟΡΕΝ ΑΝΟΙΧΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΤΤΙΚΗΣ 2012 ΑΝΟΙΧΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΑΤΤΙΚΗΣ 2012

Πρωταθλητής Αττικής ο Γιώργος Γκούμας

Στην αίθουσα του Πολιτιστικού Κέντρου του Δήμου Νίκαιας-Αγ. Ι. Ρέντη, έγινε με επιτυχία το 10^ο Φυσιολατρικό τουρνουά και τα Ανοιχτά Πρωταθλήματα Αττικής Ανδρών και Γυναικών 2012.

Η διοργάνωση έγινε σε δύο ομίλους και συμμετείχαν 152 σκακιστές και σκακίστριες.

Πρωταθλητής Ανδρών Αττικής 2012 αναδείχθηκε ο Γιώργος Γκούμας, με 2^ο τον Απόστολο Τσιροπούλα και 3^ο το Σπύρο Καπνίση, κατακτώντας και τις ανάλογες θέσεις στη γενική κατάταξη του Α' Ομίλου του Φυσιολατρικού τουρνουά. Πρωταθλήτρια Γυναικών Αττικής 2012 αναδείχθηκε η Ευανθία Μάκκα, 2^η η Μαρίνα Σπύρου και 3^η η Αντωνία Χριστοδουλάκη κατακτώντας και τις ανάλογες θέσεις γυναικών στον Α' Όμιλο του Φυσιολατρικού τουρνουά. Νικήτης στο Β' Όμιλο του Φυσιολατρικού τουρνουά ο Χ. Σαντοριναίος, 2^{ος} Ν. Καρακατσάνης και 3^{ος} Β. Γκίκας.



Οι νικητές του Φυσιολατρικού τουρνουά

Τους αγώνες τίμησαν με την παρουσία τους οι κ.κ. Π. Σκλαβούνος μέλος του Δ.Σ. της Ε.Σ.Ο. και της Ε.Σ.Σ.Ν.Α., Γκορίτσας, Σκαπέρδας, Κεφάλας, Χωματίδης από την Ε.Σ.Σ.Ν.Α., ο κ. Κωσταντινόπουλος ταμίας της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε., πολλοί εκπρόσωποι συλλόγων, καθώς και πλήθος σκακιστών και γονέων.

Το Δ.Σ. του Φυσιολάτρη Νίκαιας ευχαριστεί το Δήμο Νίκαιας-Αγ. Ι. Ρέντη, τους εργαζόμενους στο Δήμο καθώς και όλους όσοι συνέβαλαν στην επιτυχία της διοργάνωσης. Επίσης τις ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΕΙΣ ΑΣΗΜΑΚΟ-ΠΟΥΛΟΥ Ο.Ε. για την προσφορά τους στα έπαθλα του τουρνουά.

♦ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΝΕΩΝ (-20)

Το πρωτάθλημα διεξήχθη στην Αθήνα από 2 μέχρι 15 Αυγούστου. Συμμετείχαν 130 Νέοι σκακιστές και 66 Νεάνιδες.

Την 1^η θέση στους νέους κατέκτησε ο Τούρκος GM Ιρατον Alexander (2577) και στις νεάνιδες η Κινέζα WGM Guo Qi (2358).



Καλλίτερος Έλληνας ο Ν. Γαλόπουλος που ισοβάθησε στην 32^η θέση με 7,5 βαθμούς. Καλλίτερη Ελληνίδα η Μ. Μανελίδου που ισοβάθησε στην 20^η θέση με 7 βαθμούς.

Στο πρωτάθλημα συμμετείχε και ο 16χρονος σκακιστής μας Παναγιώτης Μιχαλάκος (2185) ο οποίος ισοβάθησε στην 90^η θέση της κατάταξης με 4 νίκες, 3 ισοπαλίες και 6 ήττες.

♦ Προσεχείς σκακιστικές διοργανώσεις

1) **16/09/12** Έναρξη Ομαδικών πρωταθλημάτων Αττικής **Παίδων-Κορασίδων** με Ελβετικό σύστημα 6 γύρων. Οι ομάδες θα είναι εξαμελείς και οι συναντήσεις θα διεξαχθούν στις 16/9, 23/9, 30/9, 07/10, 14/10 και 21/10. Οι 3 πρώτες ομάδες θα προκριθούν στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα που θα διεξαχθεί από 14 έως 16 Δεκεμβρίου 2012.

2) **23/09/12** Έναρξη Ομαδικού πρωταθλήματος **Παμπαίδων (-8)** Αττικής 2012, Οι ομάδες θα είναι τριμελείς και οι αγώνες θα διεξαχθούν στις 23/9, 30/9, 07/10, 14/10 και 21/10.

3) **4/11/12** Έναρξη Διασυλλογικού Κυπέλλου «**ΣΠ. ΜΠΙΚΟΣ**». Ελβετικό σύστημα 7 γύρων. Θα συνεχιστεί στις 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12 και 16/12.

4) **7-19/10** **Παγκόσμια** νεανικά πρωταθλήματα (-18,-16, -14, -12, -10, -8 ετών) στο Μάριμπορ της Σλοβενίας.

5) Διασυλλογικά **Νεανικά πρωταθλήματα (-16, -12)**. Θα διεξαχθούν στις 4/11, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12 και η τελική φάση στις 7, 8 και 9/12.

6) **30/11-11/12** Πανελλήνια ατομικά πρωταθλήματα Ανδρών-Γυναικών.

7) **3-9/1/13** **Πανελλήνια Ατομικά Πρωταθλήματα Νέων Ανδρών-Γυναικών(-20), Εφήβων-Νεανίδων(-18).**

Πέρυσι έγιναν στον Αγ. Ι. Ρέντη.



♦ ΚΥΠΕΛΛΟ ΑΤΤΙΚΗΣ 2012

Η Τελική φάση (Final Four) του Κυπέλλου Αττικής διεξήχθη στις 2 και 3 Ιουνίου στο Εντευκτήριο της Π.Σ. Περιστερίου. Κυπελλούχος Αττικής αναδείχτηκε η Πνευματική Στέγη Περιστερίου, με δεύτερη την ομάδα ΑΣ Παπάγου και τρίτη τη ΣΟ Παγκρατίου. Το 2011 κυπελλούχος Αττικής ήταν η ομάδα του Φυσιολάτρη.

♦ Νεανικά κύπελλα Παίδων(-14) & Παμπαίδων(-10) Στην 5^η θέση οι παμπαίδες μας

♦ Στο κύπελλο παιδών (-14) ο **Φυσιολάτρης Α'** με 6 βαθμούς, κατέλαβε τη **15^η θέση** της βαθμολογίας, ενώ ο **Φυσιολάτρης Β'** την 53^η θέση. Στις τρεις πρώτες θέσεις ήρθαν αντίστοιχα οι: Π.Σ. Περιστερίου (10β.), Πειραιϊκός (9β.) και Σ.Ο. Αιγάλεω (8β.).



♦ Στο κύπελλο παμπαίδων (-10) ο **Φυσιολάτρης Α'** κατέλαβε την **5^η θέση**, ενώ ο **Φυσιολάτρης Β'** τη 42^η θέση. Τις τρεις πρώτες θέσεις κατέλαβαν αντίστοιχα οι: Δίας Πετρούπολης, Σ.Ο. Αιγάλεω και Πειραιϊκός με 9 βαθμούς.





Σκακιστικά Νέα



Αναδημοσίευση από την ιστοσελίδα Σκάκι στα Σχολεία (skakistasholeia.blogspot.com)

Ένα αρχαιότατο σκακιστικό ντοκουμέντο

Το σκάκι ήρθε στην Ευρώπη από τους Άραβες γύρω στον 8ο με 9ο αιώνα. Μεγάλοι γνώστες του παιχνιδιού σατράντζ (το αραβικό σκάκι και πρόγονος του σημερινού σκακιού), οι Άραβες σοφοί είχαν φτάσει τη γνώση του σε μεγάλο βάθος. Περίφημες έχουν μείνει οι αραβικές



"μανσούβες", δηλαδή τα προβλήματα του παιχνιδιού σατράντζ που κυκλοφορούσαν σε εκπληκτικής ποιότητας χειρόγραφα ήδη από το τέλος της 1ης χιλιετίας!

Η πρώτη χώρα που γνώρισε το σκάκι στην Ευρώπη ήταν η Ισπανία. Στην Ισπανία γράφτηκε το πρώτο σκακιστικό ευρωπαϊκό βιβλίο. Εκεί παίχθηκε η

πρώτη παρτίδα με τους σημερινούς κανόνες. Εκεί, τέλος, διεξήχθη και το πρώτο τουρνουά στην ιστορία.

Η Καταλονία ήταν από τα πρώτα ισπανικά κράτη που έκαναν τη γνωριμία με το σκάκι, πιθανότατα από το 950 περίπου, όταν ο Κόμης Ραμόν Μπορέλ ο Β' της Βαρκελώνης (Comte Ramón Borrell II de Barcelona, 927-992) είχε τις πρώτες επαφές του με τον χαλίφη Αντ Αλ Ραχμάν τον Γ' του περίφημου Χαλιφάτου της Κόρδοβας.

Εκεί, στην κομητεία του Ουρζέλ (Comtat d'Urgell), κατά τα έτη 1008-1010, γράφτηκε και η πρώτη διαθήκη η οποία έχει αναφορά στο σκάκι, του Κόμη Ερμενγκόλ του Α' (Ermengol I de Urgell, 974-1010), και την οποία παρουσιάζουμε στη φωτογραφία (πιθανότατα από έκδοση, με την παρεμβολή λίγων σημειώσεων από κάποιον μελετητή).



Fragmento del testamento de Ermengol, conde de Urgel.

Η διαθήκη του Ερμενγκόλ του Α'

Ο Ερμενγκόλ ο Α' ήταν άνθρωπος με βαθιά κουλτούρα. Άσκησε μια πολιτική ανοίγματος προς την Ευρώπη, πραγ-



ματοποιώντας ο ίδιος ταξίδια στη Ρώμη και προτρέποντας τους ευγενείς του να επισκέπτονται διάφορες περιοχές της Ισπανίας και της Γαλλίας. Μεγάλη προσωπικότητα της ανακατάληψης της Ισπανίας από τους Άραβες (Reconquista), σκοτώθηκε κατά τη διάρκεια εκστρατείας εναντίον της Κόρδοβα το 1010.

Στο κέντρο του εγγράφου της διαθήκης του Ερμενγκόλ, γραμμένης στα λατινικά, διαβάζουμε:

"Et ad Sancti Aegidici coenobio ipsa schacos ad ipsa opera de Ecclesia", δηλαδή *"Και στο κοινόβιο (μοναστήρι) του Αγίου Αιγιδίου [δωρίζω] τα σκακιστικά μου κομμάτια για τα έργα της Εκκλησίας".*

Πρόκειται για ένα πραγματικά ιστορικής αξίας έγγραφο.



Πηγές:

-<http://www.ajedreznd.com/2006/medieval.htm>

-http://es.wikipedia.org/wiki/Condado_de_Urgel

-http://ca.wikipedia.org/wiki/Ermengol_I_d%27Urgell

Η ομάδα μας αγωνίζεται στην Α' Εθνική κατηγορία στο σκάκι.

Στο σύλλογο λειτουργεί Ακαδημία Σκακιού για παιδιά ηλικίας από 5 ετών και άνω.

Καλούμε τα μέλη και τους φίλους μας που έχουν, ή ξέρουν, παιδιά, και ενδιαφέρονται, να τα ενημερώσουν για τα μαθήματα που γίνονται στο σύλλογο.

Πληροφορίες στον κ. Νίκο Ορνιθόπουλο Καθημερινά 5-8 μ.μ.

Τηλέφωνα 210-4930470, κιν. 6979285543



Σκακιστικά Νέα



♦ Πανελλήνια Ατομικά Νεανικά Πρωταθλήματα 2012 (8,10,12,14 και 16 ετών).

Στην 3η θέση η Άννα-Μαρία Δρακάκη (Κ-16), στην 6η θέση η Μάγδα Λουκά (Κ-12) και στην 7η θέση ο Παναγιώτης Μιχελάκος (Α-16).

Τα Πανελλήνια Νεανικά Πρωταθλήματα διεξήχθησαν στο Ρίο (Πάτρα) από 24 μέχρι 29 Ιουνίου 2012.

Από τους σκακιστές μας, στην πρώτη θάλα, βρέθηκαν στα κορίτσια -16 η Άννα-Μαρία Δρακάκη 3^η, και στα κορίτσια -12 η Μάγδα Λουκά 6^η, στην πρώτη της εμφάνιση σε Πανελλήνιο πρωτάθλημα



Ο Παναγιώτης Μιχελάκος ήταν 7^{ος} στα αγόρια -16.

Τα αποτελέσματα των σκακιστών μας ανά κατηγορία:

-Κ12: Λουκά Μάγδα	6 ^η	4β.
Λεμονή Μαρ.-Ι.	14 ^η	3,5β.
-Κ16: Δρακάκη Α.-Μ.	3 ^η	4β.
-Α14: Παπαδόπουλος Αστ.	19 ^{ος}	4β.
-Α16: Μιχελάκος Παν.	7 ^{ος}	5β.
Παπαδόπουλος Γεώρ.	23 ^{ος}	4β.
Βοζίκης Αντ.	36 ^{ος}	3β.
Μαρούδας Παν.	37 ^{ος}	3β.
Λεμονής Κυρ.	44 ^{ος}	2,5β.

Συγχαρητήρια σε όλους τους σκακιστές μας.

♦ 22ο Ανοιχτό Πρωτάθλημα Ελλάδας

Πρωταθλητής Ελλάδος ο Γιάννης Γεωργιάδης

Διεξήχθη στο Βραχάτι Κορινθίας από 18 μέχρι 25 Αυγούστου 2012 και συμμετείχαν τρεις σκακιστές μας. Ο **Γιάννης Γεωργιάδης** με 6 βαθμούς αναδείχθηκε Πρωταθλητής Ελλάδας, και οι **Γιώργος Γκούμας** και ο **Φίλιππος Στάμος** με 5 βαθμούς κατέλαβαν αντίστοιχα την 8^η θέση την 12^η θέση.



Γιάννης Γεωργιάδης

Σημειώνεται ότι ο Γιάννης απολύθηκε πρόσφατα από το στρατό και στο τέλος Αυγούστου πήρε και το πτυχίο του στο Πολυτεχνείο, ενώ σύντομα αναμένεται να αναχωρήσει για το εξωτερικό προκειμένου να συνεχίσει για μεταπτυχιακές σπουδές. Του ευχόμαστε ΚΑΛΗ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑ.

♦ Η Άννα-Μαρία Δρακάκη στη 16^η θέση στα Πανευρωπαϊκά Νεανικά Ατομικά Πρωταθλήματα.

Τα Πανευρωπαϊκά Νεανικά Πρωταθλήματα διεξήχθησαν από 16 μέχρι 25 Αυγούστου στην Τσεχία (Πράγα). Στην κατηγορία Κοριτσιών κάτω των 18 ετών πήρε μέρος και η 16χρονη σκακίστρια **Άννα-Μαρία Δρακάκη**, η οποία αγωνίζεται για δεύτερη συνεχή χρονιά στο σύλλογό μας και προέρχεται από το Σ.Σ. Πεύκων Θεσσαλονίκης. Ο νεαρή σκακίστρια με 5 νίκες, 1 ισοπαλία και 3 ήττες κατέλαβε την **16^η θέση** στην κατηγορία της.

Η μεγαλύτερη διάκριση για την Ελληνική αποστολή ήρθε από την **Αναστασία Αβραμίδου** η οποία αναδείχθηκε **Πρωταθλήτρια Ευρώπης** στην κατηγορία Κοριτσιών κάτω των 12 ετών. Σημαντική ήταν και η επιτυχία του 12χρονου σκακιστή **Ευγένιου Ιωαννίδη**, που κατέλαβε την **5^η θέση** στην κατηγορία του.



Εκδρομικά Νέα



Πολυήμερες Εκδρομές που έγιναν!!

Κρήτη (16 – 22 Απριλίου 2012)

Μετά το Πάσχα πραγματοποιήσαμε μια πανέμορφη εκδρομή στην Κρήτη. Με ορμητήριο το ξενοδοχείο μας στη Σκαλέτα Ρεθύμνου, επισκεφτήκαμε την πανέμορφη πόλη του Ρέθυμνου, τα Χανιά με το γραφικό λιμάνι και τη μαγευτική παλιά πόλη με τα στενά σοκάκια της, το Ηράκλειο, πίνοντας καφέ στα λιοντάρια και τον Άγιο Νικόλαο, με το όμορφο βαθύ λιμανάκι του. Γοητευτήκαμε από τα Μάταλα ανεβαίνοντας στις σπηλιές των χίπης, την τουριστική Χερσόνησο, τη Σπιναλόγκα, το όμορφο Καστέλι και τη «νύμφη του Λιβυκού» Παλιόχωρα.

Είδαμε από τη ψηλή γέφυρα το εντυπωσιακό φαράγγι της Αράδαινας. Περιπατήσαμε σε τρία φανταστικά φαράγγια, το ολάνθιστο με άρωμα φασκόμηλου Αγίας Ειρήνης, της

Ίμπρου και των Μύλων. Θαυμάσαμε τον αρχαίο Κρητικό Μινωικό πολιτισμό στην Αρχαία Γόρτυνα,



τη Φαιστό και την Κνωσό. Αποτίσαμε φόρο τιμής στο Αρκάδι, στην Κάνδανο, στους τάφους των Βενιζέλων και του Καζαντζάκη και εντυπωσιαστήκαμε από το ενυδρείο της Κρήτης, στις Γούβες. Ήταν μια από τις ωραιότερες εκδρομές μας που θα μείνει βαθιά χαραγμένη στη μνήμη μας.

Ήπειρος- Φαράγγι Βίκου-Ράφτινγκ στον Αραχθο.

Το τριήμερο του Αγίου Πνεύματος επισκεφτήκαμε την Ήπειρο. Στο δρόμο μας το Μεσολόγγι, όπου ξεναγηθήκαμε στον Κήπο των Ηρώων και στο μουσείο.

Την 2^η μέρα οι τουρίστες επισκέφτηκαν το περιβαλλοντικό πάρκο «Μπουραζάνι» στη Κόνιτσα ενώ οι υπόλοιποι ξεκινήσαμε από το Μονοδένδρι για την πεζοπορία στο πανέμορφο φαράγγι του Βίκου. Ένα από τα ωραιότερα φαράγγια της Ελλάδος που διασχίζεται από το Βοϊδομάτη.

Την 3^η μέρα χωριστήκαμε σε 2 ομάδες, η μία για τη πεζοπορία Καλαρρύτες-Συρράκο και οι άλλοι, 21 άτομα, για rafting στον Αραχθο. Αφού βάλαμε τις στολές μας και κάναμε μια σύντομη εκπαίδευση μπήκαμε στις βάρκες και ξεκινήσαμε. Κάναμε μια στάση στον καταρράκτη της Κλίφκης με τη μαγευτική λίμνη, ανάμεσα στους βράχους, ξεκινήσαμε και πάλι το κατέβασμα του ποταμού και καταλήξαμε στο γεφύρι της Πλάκας. Ήταν μια εμπειρία που σίγουρα θα μείνει στην μνήμη μας αξέχαστη.

Την τελευταία μέρα περάσαμε από τη Πάργα, είδαμε το Νεκρομαντείο κάναμε μπάνιο στις παραλίες της και μετά το φαγητό στο Μενίδι πήραμε το δρόμο της επιστροφής για την Αθήνα...





Εκδρομές που έγιναν:

♦ Ράφτινγκ στο Λούσιο και πεζοπορία στο Μαίναλο



Μια ιδιαίτερη εκδρομή, πετυχαίνοντας δυο στόχους, πραγματοποιήσαμε στις 29 Απρίλη. Μια ομάδα διάλεξε μια δωρη πανέμορφη διαδρομή στο Μαίναλο καταλήγοντας στη Στε-

μνίτσα και η δεύτερη, λάτρεις του υγρού στοιχείου, έκανε ράφτινγκ στο Λούσιο ποταμό.

♦ Εκδρομή στον Πάρωνα- Πολύδροσο(Τζιτζινα)

Το Σάββατο 5 Μαΐου, παραμονή των εκλογών, ο Φυσιολάτρης πραγματοποίησε εκδρομή στον Πάρωνα, στα όμορφα Τζιτζινα. 40 πεζοπόροι μας περπάτησαν, μια πανέμορφη διαδρομή 4 ωρών μέσα σε δάσος, με έλατα και καστα- νιές. Μια υπέροχη εκδρομή, που αν και μακριά από την Αθήνα για μονοήμερη, άξιζε που την επιλέξαμε.



♦ Εκδρομή στην Κύμη – Πλατάνα (27 Μαΐου 2012)



Εκδρομή στην Άνω Ποταμιά, όπου επισκεφτήκαμε το λαογραφικό μουσείο και μετά από μια τετράωρη διαδρομή στους δρόμους του λιγνίτη φτάσαμε στη παραλία της Πλατάνας. Οι εκδρομείς επισκέ-

φτηκαν και τη μονή Μεταμόρφωσης του Σωτήρος.

♦ Εκδρομή στο Λάδωνα- Μονή Κλειβωκάς.

Κυριακή, 20 Μαΐου, πραγματοποιήσαμε εκδρομή στο φαράγγι του Λάδωνα. Μια όμορφη διαδρομή με αρκετές περιπέτειες, κάτω από το μοναστήρι της Παναγίας Κλειβωκάς, που οδηγούσε στο υδροηλεκτρικό εργοστάσιο. Οι τουρίστες επισκέφτηκαν το μαντείο της Ερυκίνης Αφροδίτης και την Κοντοβάζαινα. Ήταν μια υπέροχη εκδρομή με πολλά απρόοπτα στο πανέμορφο αυτό φαράγγι, που θα μας μείνει αξέχαστη.



♦ Εκδρομή στην Αίγινα.

Επίσκεψη στην Αίγινα έγινε το Σάββατο, 9 Ιουνίου. Οι πεζοπόροι πραγματοποίησαν πορεία μέσα στους αρχαίους ελαιώνες και κατέληξαν στη παραλία του Μαραθώνα για μπάνιο. Οι υπόλοιποι επισκέφτηκαν το μοναστήρι του Αγίου Νεκταρίου, το ναό της Αφάιας Αθηνάς και το μουσείο της, έκαναν μπάνιο στην Αγία Μαρίνα και όλοι μαζί περπατήσαμε στα σοκάκια της Αίγι-
6



♦ Εκδρομή και μπάνιο στη Χιλιαδού Εύβοιας

Το Σάββατο 30 Ιουνίου ξεκινήσαμε με δύο πούλμαν για μια πεζοπορία 4 ωρών στην Εύβοια, από τους Στρόπωνες μέχρι τη παραλία της Χιλιαδούς. Διασχίσαμε την εν-



τυπωσιακή ρεματιά της Χιλιαδούς και φθάνοντας στην παραλία κάναμε το μπάνιο μας παίζοντας με τα κύματα. Το μεσημέρι καθίσαμε στα παραδοσιακά ταβερνάκια όπου

απολαύσαμε νόστιμους μεζέδες ενώ άλλοι προτίμησαν να χαρούν τον ήλιο και τη θάλασσα. Όσοι δεν περπάτησαν επισκέφθηκαν και την Βυζαντινή Εκκλησία της Παναγίας της Χιλιαδούς. Το απογευματάκι πήραμε το δρόμο της επιστροφής, μεταφέροντας στη μνήμη μας ανεπανάληπτες εμπειρίες και εικόνες.

♦ Τριήμερη εκδρομή στον Όλυμπο και στο Κίσαβο.

Πραγματοποιήθηκε και φέτος η καθιερωμένη μας τριήμερη εκδρομή από 27 έως 29 Ιουλίου στο βουνό των μυθικών Θεών μας, τον Όλυμπο. Μια εκδρομή που συνδυάστηκε με την ανάβαση στον Όλυμπο για τους ορειβάτες και με πανέμορφες διαδρομές στην Όσσα για τους πεζοπόρους. Και οι δυο ομάδες πέρασαν περίφημα. Η εμπειρία ανάβασης στον Όλυμπο πρωτόγνωρη με τις δυσκολίες της αλλά και τις ομορφιές της για πολλούς θα μείνει αξέχαστη. Οι πολλές ώρες ανάβασης, η διαμονή στο καταφύγιο, τα βράδια στο μπαλκόνι του Ολύμπου χωρίς φώτα κάτω από τον έναστρο ουρανό, τα πρωινά βλέποντας την ανατολή του ηλίου να βγαίνει από τη θάλασσα στην παραλία του Λιποχώρου, το ανέβασμα στο οροπέδιο των Μουσών και το σκαρφάλωμα στη κορυφή του βουνού των Θεών θα μας μείνουν βαθιά χαραγμένα στη μνήμη μας. Αλλά και οι πεζοπόροι απέναντι στον «Κίσαβο» είχαν την τύχη να επισκεφτούν και να περπατήσουν στα πανέμορφα δάση του Πολυδενδρίου και της Μελίβοιας και να κολυμπήσουν στα γαλανά νερά του Αιγαίου στη Βελίκα.



♦ Για 2η χρονιά στο θέατρο της Επιδαύρου !

Το Σάββατο, 4 Αυγούστου παρακολούθησαμε στο αρχαίο θέατρο της Επιδαύρου τη θεατρική παράσταση «Αμφιτρύωνας» του Μολιέρου. Το έργο διαπραγματεύεται την εξαπάτηση της Αλκμήνης, συζύγου του Αμφιτρύωνα και θνητού πατέρα του Ηρακλή, από το Δία. Την πρώτη μέρα επισκεφτήκαμε και το όμορφο Ναύπλιο ενώ την επομένη πήραμε το φέrru για τον Πόρο. Εδώ, ξεναγηθήκαμε στο νησί και κολυμπήσαμε στο Ασκέλι. Νωρίς το απόγευμα πήραμε το δρόμο του γυρισμού, ευχόμενοι να ξανάρθουμε και του χρόνου.





Εκδρομικά Νέα



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

Κυριακή 30/9 Ημερήσια τουριστική-πεζοπορική στο Φαράγγι **Δημοσάρη** και την **Κάρυστο**.

Αναχ. από **Νίκαια** στις **06.00** (ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω 06.20) για Χαλκίδα-Ν. Στύρα- **Κάρυστο-Πετροκάναλο**. Διάσχιση του περιφημου Φαραγγιού του **Δημοσάρη** ως την παραλία **Καλλιανών** (5-6 ώρες ΒΔ/Α), μπάνιο, γεύμα.

Οι τουρίστες θα επισκεφθούν την Κάρυστο (Μπουρτζι, Μουσείο, Αρχ. Μουσείο). Αφίξη στη Νίκαια στις 23.00.

ΤΙΜΗ: € 20 (μαθ. + φοιτ. € 10)

Υπεύθυνος : Θ. ΧΑΒΕΛΑΣ

Κυριακή 7/10 (Παγκόσμια ημέρα Πτηνών). Ημερήσια οικολογική στον υδροβιότοπο της λίμνης **Στυμφαλίας**.

Αναχ. από **ΜΕΤΡΟ** στις **07.00** (από Νίκαια **07.20**) για Ισθμό-Κιάτο-**Λίμνη Στυμφαλίας**, όπου θα επισκεφθούμε το Μουσείο Περιβάλλοντος, τη Μονή Ζάρακα και την Αρχ. Στύμφαλο. Οι πεζοπόροι θα βαδίσουν στο μονοπάτι του «**Παυσανία**» από τα **Κιόνια-Δροσοπηγή-Καστανιά** (3 ώρες ΒΔ/Α).

ΤΙΜΗ: € 15 (μαθ.+ φοιτ.€ 7)

Υπεύθυνη : Μ. ΜΑΡΟΥΛΗ

Σάββατο 13/10 Ημερήσια τουριστική-πεζοπορική-ορειβατική για παιδιά & ενήλικες στη **Στενή & Ξεροβούνι**.

Αναχ. από Νίκαια 07.20 (από ΜΕΤΡΟ 07.30) για Χαλκίδα-Άνω Στενή από όπου θα γίνουν δύο διαδρομές : **α)** για παιδιά μία **πεζοπορική** κυκλική δασική διαδρομή 2 ωρών και **β)** **ορειβατική** για ενήλικες από **Ράχη Συκά-Ξεροβούνι-Στενή** (5 ώρες ΒΔ/ΑΒ). Στις 16.00 Επιστροφή για Νίκαια.

ΤΙΜΗ:€ 15 (μαθ. + φοιτ. € 7)

Υπεύθυνοι: ΗΛ. ΚΑΦΩΡΟΣ, Ν. ΒΑΖΟΣ, Μ. ΜΑΡΟΥΛΗ

Σάββατο 20/10 Ημερήσια τουριστική & πεζοπορική στα **Άνω Τρίκαλα-Βαρνεβό-Διάσχιση Φλαμπουρίτσας**

Αναχ. από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω 07.00 από Νίκαια 07.20 για Κιάτο-Άνω Τρίκαλα-Οροπέδιο Ζήρειας- **Βαρνεβό** από όπου θα διασχίσουμε την περίφημη κοιλάδα της **Φλαμπουρίτσας** (ώρες 5 ΒΔ/Α). Όσοι δεν περπατήσουν θα επισκεφθούν την Μονή Βλασίου και θα γευματίσουν στα Μεσαία Τρίκαλα. Στις 17.30 αναχ. για επιστροφή.

ΤΙΜΗ: € 15 (μαθ.+φοιτ.€ 7)

Υπεύθυνος: Γ. ΓΚΟΥΓΚΟΣΤΑΜΟΣ

26-28/10 3ήμερη τουριστική+πεζοπορική+οικολογική Αιτωλικό-Κατοχή-Λεσίνι-Πάλαιρος-Λευκάδα Παρασκευή.

Αναχ. στις 07.00 από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω (από **Νίκαια 07.30**) για **Κιάτο-Ρίο-Αντίρριο-Αιτωλικό**.

Ξεναγήσεις από την κα. Πηνελόπη Μπλάνκα α) Στο Αιτωλικό. (μουσείο χαρακτηριστικής της Βάσως Κατράκη) β) Στην Αρχαία Οινιάδα (Το αρχαίο Θέατρο και το Ναυπηγείο).

Μετά για **Αστακό** (γεύμα) και για την **Πάλαιρο** (δείπνο, διανυκτέρευση στο ξενοδοχείο THALASSA 4****).

Σάββατο. Στις 08.00 αναχ. για Λευκάδα -Λιθερί (από όπου οι πεζοπόροι θα διασχίσουν το φαράγγι της **Μέλισσας** σε 2 ώρες ΒΔ/Α), οι υπόλοιποι επιστρέφουν στη Λευκάδα για επίσκεψη (καθεδρικού ναού Παναγίας Φανερωμένης -Αρχαιολογικού μουσείου και μουσείου Φωνογράφου).

Στις 11.00 αναχ. για παραλαβή των πεζοπόρων και πραγματοποίηση του γύρου της Λευκάδας (Καρυά-Σφακιώτες-Βασιλική-Βλυχό-Νυδρί) γεύμα. Πεζοπορικός περίπατος ως τον **Καταρράκτη του Δημοσάρη** (2 ώρες πήγαινε-έλα), ή προαιρετικά με καΐκι επίσκεψη στο **Σκορπιό**.

Επιστροφή στην Πάλαιρο (δείπνο,διανυκτέρευση).

Κυριακή Στις 09.00 αναχ. για Μαγγανά (πεζοπορία στο περίφημο Δάσος του Φράξου.(3ώρες ΒΔ/Α).

Οι τουρίστες θα επισκεφθούν το **Λεσίνι** και τη γέφυρα του **Αγγελώου** (γεύμα και επιστροφή για **Νίκαια**).

ΤΙΜΗ: € 125 (μαθ.+φοιτ.€ 70).Πούλμαν + 2 διανυκτερεύσεις με ημιδιατροφή+ξενάγηση.

Ν.ΟΡΝΙΘΟΠΟΥΛΟΣ

♦ **9-16 Οκτωβρίου 8ήμερη εκδρομή**

ΡΩΜΗ-ΚΑΤΩ ΙΤΑΛΙΑ

ΑΝΚΟΝΑ-ΡΩΜΗ-ΒΑΤΙΚΑΝΟ-ΜΠΑΡΙ-ΠΟΜΠΗΙΑ-ΚΑΠΡΙ-ΝΑΠΟΛΗ-ΣΟΡΕΝΤΟ

ΠΟΖΙΤΑΝΟ-ΑΜΑΛΦΙ-ΠΟΣΕΙΔΩΝΙΑ-ΣΑΛΕΡΝΟ

ΤΙΜΗ: 700 € (Λεπτομερές πρόγραμμα στον Όμιλο)

Υπεύθυνος: Π. ΦΥΤΡΟΣ

Κυριακή 4/11 Ημερήσια τουριστική & πεζοπορική στο φαράγγι της **Μαζιάς** και στην **Καστάνισσα**

Αναχ. από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω 07.00 και από Νίκαια 07.20 για Σπαθοβούνι-Αργος-Άστρος -Αγ. Ανδρέας-**Διπόταμα**. Από όπου θα ξεκινήσουμε την διάσχιση του φαραγγιού της **Μαζιάς**

-**Νεραϊδόβρυση- Καστάνισσα**.

Οι τουρίστες θα καταλήξουν στην όμορφη Καστάνισσα.

Στις 17.30 αναχ. για επιστροφή στη Νίκαια.

ΤΙΜΗ: € 15 (μαθ. + φοιτ.€ 7)

Υπεύθυνη: ΕΥΑ ΓΛΑΜΠΕΔΑΚΗ

Σάββατο 10/11 Ημερήσια τουριστική & πεζοπορική στο **Πράσινο Μονοπάτι Λουτρακίου** (Κορινθίας).

Αναχ. από ΝΙΚΑΙΑ 07.30 (από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω 07.45) για το Λουτράκι (στάση 30')- Περαχώρα - Άγιος Γεώργιος. Από εδώ ξεκινά η πεζοπορία για το Πράσινο μονοπάτι προς **Κουκουνάρι-Δρίζα-Χαρβάτι** (5 ώρες ΒΔ/Α υψ. διαφ. 510μ).

Οι τουρίστες αφού επισκεφθούν τα Πίσια και την Μονή Οσίου Ποταπίου θα καταλήξουν στο Λουτράκι (γεύμα).

Στις 18.00 αναχ. για επιστροφή στη Νίκαια .

ΤΙΜΗ: € 15 (Μαθ. + Φοιτ. € 7)

Υπεύθυνος : ΗΛ. ΚΑΦΩΡΟΣ

Κυριακή 18/11 Μικρός πεζοπορικός περίπατος στον **Αγ. Μερκούριο-Λίμνη Μπελέτσι**

Αναχ. από Νίκαια 14.30 (από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω 14.45) για τον **Αγ. Μερκούριο** (επίσκεψη). Οι πεζοπόροι θα κάνουν την διαδρομή **Λάκαλη-Καμάριζα- Λίμνη Μπελέτσι**. Οι υπόλοιποι μετά την επίσκεψη του Αγίου Μερκουρίου (πεζοί 30' λεπτά) και της όμορφης Λίμνης Μπελέτσι θα φτάσουν στην ταβέρνα, όπου όλοι μαζί θα έχουμε συνεστιάση (μετά μουσικής).

Αναχ. για επιστροφή στις 22.00 Υπεύθυνος:Π. ΦΥΤΡΟΣ

Υπεύθυνος:Π. ΦΥΤΡΟΣ

Υπεύθυνος:Π. ΦΥΤΡΟΣ

Σάββατο 24/11 Ημερήσια τουριστική & πεζοπορική στο Μονοπάτι των **Αρκάδων Ποιμένων** (Μαίναλο)

Αναχ. από Νίκαια 07.15 (από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω 07.30) για **Βαλτεσίνικο** από όπου οι πεζοπόροι θα κάνουν μία διαδρομή στο μονοπάτι των Αρκάδων Ποιμένων (3 ώρες ΒΔ/Α). Όσοι δεν περπατήσουν θα περάσουν την μέρα τους στο πανέμορφο Αρκαδικό χωριό και στη Βυτίνα.

ΤΙΜΗ: € 15 (μαθ.+φοιτ.: € 7)

Υπεύθυνος : Γ.ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΠΟΥΛΟΣ

Κυριακή 2/12 Ημερήσια τουριστική και πεζοπορική στα **Κούκουρα (Αγία Άννα) -Ελικώνα-Αρβανίτσα**

Αναχ. από **Νίκαια 07.15**(από ΜΕΤΡΟ 07.30) για Αλιάρτο-**Αγ. Άννα** από όπου θα ξεκινήσουν δυο διαδρομές:α) **ορειβατική** **Κούκουρα – Παλαιοβούνια**(5 ώρες ΒΔ/ΑΒ υψ.διαφ.900μ) και β) πεζοπορική στο **Ζερίκι Ελικώνα** (3 ώρες ΒΔ/Α).

ΤΙΜΗ: € 15 (μαθ. + φοιτ. € 7)

Υπεύθυνη: ΕΙΡΗΝΗ ΠΛΟΥΜΠΗ

Υπεύθυνη: ΕΙΡΗΝΗ ΠΛΟΥΜΠΗ

Υπεύθυνη: ΕΙΡΗΝΗ ΠΛΟΥΜΠΗ

Υπεύθυνη: ΕΙΡΗΝΗ ΠΛΟΥΜΠΗ

Υπεύθυνη: ΕΙΡΗΝΗ ΠΛΟΥΜΠΗ

Υπεύθυνη: ΕΙΡΗΝΗ ΠΛΟΥΜΠΗ

Υπεύθυνη: ΕΙΡΗΝΗ ΠΛΟΥΜΠΗ



ΧΟΡΟΣ !!!

Χορεύοντας σε ελληνικούς και λάτιν ρυθμούς.

Σε μια ευχάριστη βραδιά την Παρασκευή 8 Ιουνίου τα τμήματα χορού του συλλόγου μας, παρουσίασαν ενδιαφέρουσες χορογραφίες σε ελληνικούς και Latin ρυθμούς. Στο πρώτο μέρος απολαύσαμε παραδοσιακούς και λαϊκούς χορούς όπως Χασάπικο, Καλαματιανό, Συρτάκι Ζορμπά, Απτάλικο, Νησιώτικο και Ικαριώτικο. Στη συνέχεια του προγράμματος ακολούθησαν οι latin χοροί όπως Rumba, Cha-cha, Mambo, Tango και στο τέλος παρακολουθήσαμε ομαδικές χορογραφίες που συμπεριλαμβάνονται σε ένα νέο είδος χορού αεροβικής που ονομάζεται Zumba!



Συμμετείχαν οι: Αγγελάκη Σταματίνα, Ανδρέου Μαίρη, Αυγερινού Ειρήνη, Βλαστού Βίκυ, Θέμελη Μαίρη, Λιάκου Γλυκερία, Λιάκου Έφη, Μαλακέλλην Μυρτώ, Παπαχαραλάμπους Μαρία, Παπαχαραλάμπους Σοφία, Παυλάκη Ελένη, Σαλέπη Μαρία, Σιδηρόπουλος Λεωνίδα, Σταματάκη Ευτυχία.

Φιλική Συμμετοχή: Τάσος Σταμάτης
Δασκάλα Χορού: Φιλία Αγγελάκη

Μαθήματα παραδοσιακών, λαϊκών και μοντέρνων χορών γίνονται στον όμιλό μας κάθε Δευτέρα και Τετάρτη 20.00-21.30 Έναρξη Δευτέρα 1 Οκτωβρίου Διδάσκει χορό η Αγγελάκη Φιλία.

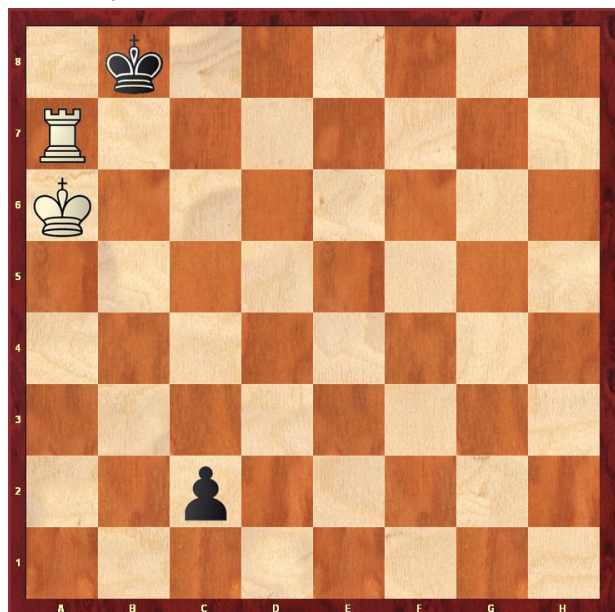


ΠΑΜΕ ΘΕΑΤΡΟ !!!

Οι φίλοι του Φυσιολάτρη το Σάββατο, 4 Αυγούστου παρακολούθησαν στο Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου τη θεατρική παράσταση « Αμφιτρύωνας», κλασικό έργο του Μολιέρου σε σκηνοθεσία Λευτέρη Βογιατζή .

Άσκηση Νο 26

Παίζουν τα Λευκά και κάνουν ισοπαλία !!!



ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΕΙΤΕ

ΜΕ ΠΟΛΥ ΧΑΜΗΛΟ ΚΟΣΤΟΣ
ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ ΤΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΜΑΣ
ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΣΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΜΑΣ.
ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΕΙΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ

e-mail: info@fysiolatris.gr
Τηλ.: 6983330461

Παιδική Εξόρμηση στο Μυλάοντα ποταμό.

Το Σάββατο 12 Μαΐου, για τρίτη συνεχή χρονιά πραγματοποιήθηκε η «παιδική» εκδρομή του Φυσιολάτρη, σε μια ωραία τοποθεσία τη Ζωοδόχο Πηγή, κοντά στην όμορφη Ελάτη και δίπλα στο Μυλάοντα ποταμό. Ξεκινήσαμε με δύο



πούλμαν, από τη Νίκαια μικροί και μεγάλοι φίλοι του Φυσιολάτρη και φτάσαμε στο Μεθύδριο από όπου ξεκινήσαμε την πορεία μας. Η διαδρομή μαγευτική δίπλα στο ποτάμι με πανύψηλα δέντρα και με μικρούς καταρράκτες. Γέλια και χαρές, παιδικές φωνούλες ενθουσιασμού, γέμισαν το μονοπάτι! Φτάνοντας στο ξέφωτο της Ζωοδόχου Πηγής, κάναμε πικ-νικ με ότι είχε φέρει μαζί του ο καθένας και αρχίσαμε τα παιχνίδια. Κατευχαριστημένα τα πιτσιρίκια περίμεναν με λαχτάρα τη σειρά τους να λάβουν μέρος σε κάθε παιχνιδίσκοποβολή, τρέξιμο, μήλα και ουρίτσες- και πανηγύριζαν με κάθε νίκη. Στο τέλος βραβεύτηκαν οι μικροί μας νικητές, φωτογραφήθηκαν και ικανοποιημένοι όλοι ξεκινήσαμε για την επιστροφή μας στη Νίκαια, με τη δέσμευση ότι η παιδική εξόρμηση θα επαναληφθεί το Φθινόπωρο.

Λύση άσκησης Νο 25

Η λύση του σκακιστικού προβλήματος του προηγούμενου τεύχους είναι η εξής:



1. ..., Αε7! 2. ... , θ5#
 - Av 2. ζ5 , θ5+
 3. Ρζ4 , η5 #
 - Av 2. θ4 , θ5+
 3. Αη2 , Ρθ2
 4. Αγ6+ , Ρθ1
 5. Αχδ7 ,
- 0 -1

Τετραμηνιαία Περιοδική Έκδοση
Ιδιοκτήτης: Εκδρομικός Ορειβατικός Αθλητικός Όμιλος
«Ο ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ» Νικαίας
Βρυούλων 69 Νίκαια Τ.Κ.18450
Τηλ & fax 210 4930470
Εκδότης: Καφώρος Ηλιάς
E-mail: fysiolatris@yahoo.com και info@fysiolatris.gr
Ιστοσελίδα: www.fysiolatris.gr
Επιτροπή σύνταξης: Καφώρος Ηλ.-Παπαδόπουλος Στ.
Επιμέλεια έκδοσης: Καφώρος Ηλ.