



wise men

Λάδι σε μορφή gel για γένια και μαλλιά

NEW

BEARD JELLY OIL FRESH

Γραμμωτά, πουκός και μαλλιάκις. Κόμης κόντ' το κούμλ'ς. ΜΟΤΣ ΜΙΣΚ & ΚΑΡΜΑΚΟΝΙΟΥ

ΠΑΡΕΣ ΜΑΚΕ & ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΟΥ 30ml €3

ΠΑΡΕΣ ΜΑΚΕ & ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΟΥ 30ml €3

ΣΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

ogdoo.gr

Έγκυρη και συνεχής ενημέρωση για τη μουσική, τον πολιτισμό, τον κόσμο

VARIDOC
relaxing gel

Βελτιώνει τη μικροκυκλοφορία
Επιταχύνει την αποκατάσταση

✓ ΑΡΝΙΚΑ
✓ ΜΕΝΘΟΛΗ
✓ LEGACTIF COMPLEX

μόνο στα φαρμακεία

ΚΑΙ ΤΩΡΑ ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ

Εποχή Ανιγκό λοιπόν αγωνιστικά από σήμερα Τετάρτη (5/4, 21:00), με τον Ολυμπιακό μάλιστα να υποδέχεται τον ΠΑΟΚ σε μια τελική για τους δύο. Κάθε αλλαγή στον πάγκο φέρνει συνήθως αλλαγές και στα πρόσωπα της 11άδας. Ήδη ακούγονται διάφορα περί επαναφοράς του Σισέ, που έχει το δικό του ενδιαφέρον ως θέμα. Αλλά εκεί που θα είναι σούπερ γρίφος είναι ποιον θα επιλέξει ο Ανιγκό στο 9.

Από τη μία ο Σεντρίκ Μπακαμπού, τον ξέρει καλά και φέτος έχει 31 ματς/14 γκολ/3 ασίστ. Από αυτά, 13 γκολ στο πρωτάθλημα, πρώτος στον πίνακα των σκόρερ, δεν το λες και λίγο πράγμα στην πρώτη του σεζόν στην Ελλάδα. Μάλιστα, ο Μπακαμπού δείχνει και φοβερή διάθεση, βοηθά την ομάδα στην επιθετική της ανάπτυξη, έχει συμβολή στο παιχνίδι της. Σύμφωνα, θέλει αρκετές τελικές για επιθετικός για να βρει δίχτυα και αυτό είναι μείον. Αλλά είναι ο πρώτος σκόρερ της Λίγκας πάει και τελείωσε.

Από την άλλη, ο Ελ Αραμπί των 40 ματς/8 γκολ/5 ασίστ αλλά από αυτά μόλις 4 στο πρωτάθλημα. Και γιατί Ελ Αραμπί; Γιατί είναι ο παίκτης που ο Ανιγκό συνέβαλε τα μέγιστα τόσο για να έρθει όσο και για να μείνει στο θρόνο του περασμένου καλοκαιριού.

Ας πούμε, δικό του παιδί.

Και τι θα κάνει ο κόουτς/Αθλητικός Διευθυντής; Κρατάει τον Μπακαμπού με τον κίνδυνο να μουρμουράει κι άλλο ο Ελ Αραμπί ή βάζει τον μαροκινό με τον κίνδυνο να ξεγενρώσει ο Μπακαμπού των 13 γκολ;

Μπρος γκρεμός και πίσω ρέμα. Μπροστά σε δύσκολες αποφάσεις από τώρα ο Ανιγκό.



AGENT GREEK

ΣΙΓΟΥΡΟ

Περασμένα ξεχασμένα. Αυτό είναι το μήνυμα του Λουτσέσκου σε παίκτες και σταφ μετά την ήττα από την ΑΕΚ. Από τη μία είναι και καλό για τον ΠΑΟΚ πως το κακό αποτέλεσμα μέσα στην Τούμπα μπορεί να ξεχαστεί μέσα σε 3 μέρες.

Αν η ομάδα πάει και κερδίσει τον Ολυμπιακό στο «Γ. Καραϊσκάκης». Και για να τα πλέμε όλα, μια χαρά ευκαιρία έχει ο ΠΑΟΚ. Όχι ο Ολυμπιακός δε θα είναι αποδυναμωμένος επειδή έφυγε ο Μίσελ.

Αλλά όπως και να έχει, μια αλλαγή προπονητή και μάλιστα εκείνου που κράτησε την ομάδα στα δύσκολα και την έφερε κοντά στην κορυφή, μπορεί να έχει και τα αντίθετα αποτελέσματα. Ο ΠΑΟΚ έχει συνοχή σε σχέση με τον αντίπαλό του. Ο Λουτσέσκου επιστρέφει και στον πάγκο που έλειψε με την ΑΕΚ και στοίχισε. Αυτό που θα πρέπει να θεωρείται δεδομένο είναι οι ελάχιστες, μα ελάχιστες αλλαγές στην 11άδα.

Σίγουρη, σχεδόν σίγουρη, γιατί για 11άδα μιλάμε και ποτέ δεν είναι τίποτα στο 100%, αναμένεται να είναι η επιστροφή του Νιάντας.

Ο νεαρός πορτογάλος που έχουν γίνει ήδη και οι επαφές για να μείνει του χρόνου στον ΠΑΟΚ, δεν ξεκίνησε με την ΑΕΚ και τελικά φάνηκε πως θα πρέπει να είναι εκείνος ο παριενέρ του Νιόουγκλας Αουγκούσιο στα χαφ.



ΜΕΓΑ ΤΕΣΤ

Για τον ΠΑΟΚ είναι περασμένα ξεχασμένα η ήφα από την ΑΕΚ στην Τούμπα, για την ΑΕΚ πρέπει να είναι η νίκη. Γιατί αν δεν κερδίσει σήμερα Τετάρτη (5/4, 18:00) στο Βόλο, τότε από εκεί που υπήρχαν χαρές και πανηγύρια, να σου και πάλι ο προβληματισμός και η πειραμένη καρδιάρα.

Αυτό που θα είναι μέγα τεστ για τον Αθμείδα και την ομάδα του θα είναι τι θα γίνει στην άμυνα.

Αμα δε σε θέλει, δε σε θέλει, πάει και τελείωσε. Τραυματίας ο Μουκουντί, ίωση ο Μήτογλου. Άρα και πάλι δίδυμο Βίνια, Τζαβέλλια.

Οι δύο από τους κορυφαίους με τον ΠΑΟΚ, μαζί με τον Αραούχο και τον Μάνταλο, το 10π4 των καλύτερων της μεγάλης νίκης.

Αλλά 34 ο Βίνια, στα 36 ο Τζαβέλλιας. Σύμφωνα, ο Αθμείδα κάνει προπόνηση με έμφαση στη φυσική κατάσταση αλλά όπως και να έχει είναι ένα θέμα τα 30 plus, ειδικά πάνω από τα 33. Θα είναι μέγα τεστ αν ο κροάτης και ο Έλληνας σιόπερ βγάλουν το ματς με τα ίδια σάνταρ που το έκαναν κόντρα στον ΠΑΟΚ.

Εκεί που ήταν μπειόν και ένας από τους σημαντικότερους λόγους που η ΑΕΚ κέρδισε στη Θεσσαλονίκη.

Το χειρότερο για την Ένωση είναι πως εδώ που έχει φιάσει το πρωτάθλημα, δεν έχει περιθώρια για γκέλες. Και ο Βόλος έδειξε τα δόντια του στη Λεωφόρο με το Χ με τον Παναθηναϊκό.



AGENT GREEK

ΑΡΙΣΤΕΡΟ ΜΠΑΚ

Διαβάσατε από το Sportime τις προηγούμενες ημέρες για τις δύο μεταγραφικές αναζητήσεις του Παναθηναϊκού. Εξτρέμ προς έκπληξη πολλών μια και φαινόταν να υπήρχαν παίκτες σε αυτές τις θέσεις αλλά μάλλον πάμε για αλλαγές αλλά και στον δεξιό μπακ. Παρά το γεγονός πως υπάρχουν εκεί Βαγιαννίδης και Κώτσιρας. Οι πολωνοί έβαλαν κι άλλο δεδομένο στην υπόθεση και μάλιστα εκεί που γράφηκε είναι και έγκυρο. Πως ο Παναθηναϊκός είδε από κοντά τον Φίλιπ Μλαντένοβιτς της Λέγκια. Ο σέρβος είναι αριστερός μπακ. Θέση δηλαδή που ο Παναθηναϊκός έχει Χουάνκαρ, Γκάνεα, Πούχατς. Χουάνκαρ θα είναι και του χρόνου, ο Γκάνεα έχει το πρόβλημα υγείας με την ελπίδα να γυρίσει δυνατός και υγιής.

Φαίνεται πως Πούχατς επιστρέφει Βερολίνο και Ουνιόν το τέλος της σεζόν και ο Παναθηναϊκός ψάχνει παίκτη στη θέση.

Ο Μλαντένοβιτς δεν είναι μεγάλος, στα 32 του και με εμπειρία. Πρωταθλητής Πολωνίας με τη Λέγκια, δυο φορές Λευκορωσίας με την ΜΠΑΤΕ και Σερβίας με τον Ερυθρό Αστέρα. Έχει κάνει δυο φορές μάλιστα μεταγραφή πάνω από εκατομμύριο, όταν τον πήρε η Κοβωνία από την ΜΠΑΤΕ τον Γενάρη του 2016 και η Σινατάρ Λιέγης από την Κοβωνία μετά από ένα χρόνο. Κάποτε ο Μλαντένοβιτς είχε ακουστεί και για την ΑΕΚ. Γενικά έμπειρος, τελειώνει και το συμβόλαιό του.





ΣΤΑ ΑΠΟΔΥΤΗΡΙΑ...

«ΑΥΤΟΓΚΟΛ!»

Είσαι ο Μίτσελ. Ανέλαβες μία αποστολή αυτοκτονίας μια και μόλις έφτασες στην Ελλάδα ο Ολυμπιακός ήταν στο -12! Αήττητος από τον περασμένο Οκτώβριο. Διπλό στο «ΟυραΓρενα» και βρίσκεσαι στο -3 από την κορυφή της βαθμολογίας. Προπονητικά όλο το διάστημα δεν έχεις παρέμβει θεαματικά. Η διαχείριση ρόστερ/αποδυτηρίων βγάζει νόημα. Κερδίζεις 2-0 τον Αρη και καταφέρνεις να τα γυρίσεις όλα τούμπα στο τελευταίο μισάωρο. Σε σκορ, αλλαγές προσώπων, αφήνοντας την ομάδα σου στο τελευταίο 20λεπτο από την προπονητική του σύγχυση χωρίς επιθετικό! Παραίτηση μετά τον αγώνα. Ευθιξία...

MIND GAME!

Του 'χαν πέσει όλα μαζεμένα. Πρώτη ήττα στο «σπίτι» από τον Ολυμπιακό, αγωνιστική αβεβαιότητα ένεκα της απουσίας του Λιβάι Γκαρσία και το ντεφορμάριασμα των Γκατσινοβιτς, Πινέδα. Πήγε στην Τούμπα και είχε μπερδέψει μέχρι και τους παίκτες του για τον καταρτισμό της 11άδας. Μέχρι την προπόνηση του Σαββάτου ήταν βασικοί τόσο ο Ελίασσον, όσο και ο Λιβάι Γκαρσία! Τελικά, ο τελευταίος μπήκε στην ανάπαυλα, ελευθέρωσε τον Αραούχο και ο game changer με την κλήση του Μάντιαλος βρήκε τον τρόπο να γίνει η διαφορά. Μάγκας, Ματίας Αλμείδα!

ΑΠΡΟΒΛΕΠΤΗ ΚΑΤΗΦΟΡΑ

Συμπλήρωσε 11άδα (5 ήττες/6 ισοπαλίες) δίχως νίκη. Δυστυχώς. Ο «ρούκι» κόουτς, Θανάσης Στάικος μπορεί να τυγχάνει της απόλυτης στήριξης από την φαμίλια Χριστοβασιίδη, αλλά το γκρουπ βγάζει ανασφάλεια στην τελική ευθεία της Super League. Το γκολ αγνοείται, τα «μαγικά γάντια» του Τσινιόντα έπαψαν να αντιστέκονται και το club διάνει περίοδο εσωστρέφειας. Μιλάμε για την ίδια ομάδα που δεν έχασε στους «Ζωσιμάδες» από ΠΑΟΚ, Ολυμπιακό και κέρδισε την ΑΕΚ! Η ποδοσφαιρική προπόνηση του Στάικου δεν αργεί. Η επάρκειά του στον λόγo μέσα στα αποδυτήρια δεν βγάζει τα ανάλογα αποτελέσματα, παρότι οι παίκτες πίνουν νερό στο όνομά του. Η λίμνη έχει «χάσει» την ηρεμία της...

PLAN B' ΑΓΝΟΕΙΤΑΙ...

17-1 τελικές! 70% κατοχή μπάλας. Δοκάρι, χαμένο πέναλτι! Τι να το κάνω; Ζερό! «Χαμένοι» δύο πόντοι και συγκάτοικος στην κορυφή για τον Παναθηναϊκό. Ενα ακόμη ματς με αντίπαλο μόνιμα πίσω από την μπάλα στην «Λεωφόρο» που οι «πράσινοι» δεν είχαν λύσεις. Όπως με τον ΟΦΗ των 10 παικτών. Όπως με τον Ατρόμητο Ξανά με παίκτη λιγότερο που σώθηκε στο 90φεύγα. Όπως με τον Βόλο στον αγώνα πρωταθλήματος που έμεινε με 10 για να βγει το φίδι από την τρύπα. Πόσες φορές πρέπει να γίνει, κόουτς, ώστε να υπάρξει plan B' σε τέτοιου είδους αγώνες;

BIG 5 ΕΛΛΗ SUPERLEAGUE



Μια μέρα μετά το «αντίο» του Μίσελ, η κούρσα διαδοχής έχει ξεκινήσει για τα καλά, με τον Ζοσέ Ανγκό να αναλαμβάνει πιθανότατα μέχρι τέλος της σεζόν. Πολλά τα ονόματα (Γκαϊούζο, Μπορδαλές, Μπαχάρ, Μαρθελίνο), ακόμα περισσότερα τα σενάρια (γράφτηκε μέχρι και Καμπιάσο), τη στιγμή που απόψε (21:00, COSMOTESPORT 1HD) υπάρχει ο «τελικός» με τον ΠΑΟΚ. Όσο για τον Κανός, θα τον δούμε του... χρόνου.



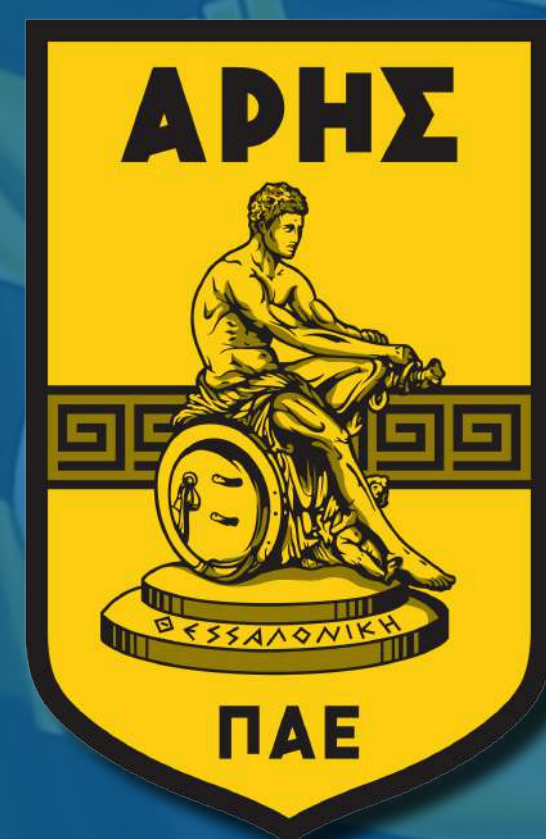
Ο Γιάννης Κωνσταντέλιας παραμένει στο στόχαστρο μεγάλων ομάδων, με τους ανθρώπους της Νιόρμουνι να τον παρακολουθούν από κοντά στο ντέρμπι με την ΑΕΚ. Το μυστικό όπλο στον ΠΑΟΚ βρίσκεται στο αποψινό παιχνίδι με τον Ολυμπιακό, στο οποίο ο Ραζβάν Λουτσέσκου θα έχει σχεδόν όλους τους παίκτες του διαθέσιμους, με μοναδικούς απόντες τους Κεντζιόρα — Κούριτις.



Οριστικά νοκ-άουτ τέθηκε ο Γιάννης Κώτσιρας για το παιχνίδι με τον Αρη, στο «Κ. Βικελίδης» (19:30, Novasports Prime 1HD), με τον Βαγιαννίδη να παίρνει τη θέση του στο δεξί άκρο της άμυνας. Αντιθέτως, επέστρεψαν οι Πούχατς (ξεπέρασε την ίωση) και Τσοκάι (εξέτισε την τιμωρία του). Μεγάλο ενδιαφέρον παρουσιάζει ο τρίτος χαφ που θα επιλέξει ο Ιβάν Γιοβάνοβιτς δίπλα στους Πέρεθ — Κουρμπέλη. Μπερνάρ ή Τσέριν;



Οι Ρουπ και Μανού Γκαρθία μπορεί να μην είναι διαθέσιμοι λόγω τραυματισμών, αλλά ο Τόλης Τερζής πονιάρει στις υπόλοιπες μονάδες του ρόστερ του και φυσικά στην ανεβασμένη ψυχολογία τους μετά το 2-2 στο Φάληρο. Πολλές πιθανότητες να βρεθεί στο αρχικό σχήμα αντί του Γκρέι διατηρεί ο ανεβασμένος Καμάισο. Όσο για τον Σιαμπάνη, αναμένεται να κρατήσει τη θέση του κάτω απ' τα δοκάρια.



Ο Βόλος σήμερα βάφεται... κιτρινόμαυρος. Περίπου έξι χιλιάδες φίλοι της ΑΕΚ θα δώσουν βροντερό «παρών» στις εξέδρες του Πανθεσσαλικού, στο κομβικό ματς με τον Βόλο (18:00, COSMOTESPORT 1HD). Στην αποστολή μπήκε και ο Πάολο Φερνάντες, ο οποίος είχε επιτυχή επέμβαση λόγω καρδιακής αρρυθμίας και πιθανότατα θα ενισχύσει το κομμάτι της δημιουργίας των «κιτρινόμαυρων» με συμμετοχή στο δεύτερο ημίχρονο. Εκτός αποστολής έμειναν οι Μουκουντί — Μήλιου.



ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΚΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΠΑΙΚΤΕΣ

1

ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ 2 14:45

ΙΕΡΑΠΕΤΡΑ-ΚΑΛΛΙΘΕΑ 2 -0,75 1,80

ΠΡΟΤΑΣΗ: «ΔΙΠΛΟ» ΜΕ ΧΑΝΤΙΚΑΠ ΠΑΙΖΟΥΜΕ

Σε δράση η Σούπερ Λιγκ 2 και φυσικά θα την πηήσουμε δε-
όντως. Στη μάχη της ανόδου η Καλλιθέα έχει αποστολή στη
Κρήτη και θα κοντραριστεί με την Ιεράπετρα. Αναμέτρηση με
ξεκάθαρο φαβορί τους γηπεδούχους που έχουν και το κίνη-
τρο.

2

ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ 2 14:45

ΠΑΟΚ Β-ΑΠΟΛΛΩΝ ΠΟΝΤΟΥ Χ2 2,25

ΠΡΟΤΑΣΗ: ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ ΑΠΟΛΛΩΝ ΠΟΝΤΟΥ ΣΕ ΔΥΟ ΣΗΜΕΙΑ

Εβγαλε αντίδραση ο Απόλλων και πήρε σημαντικό τρίποντο
στο ντέρμπι παραμονής με τον Ηρακλή Λάρισας. Τα πιτσιρί-
κια του ΠΑΟΚ παίζουν χωρίς άγχος παραμένοντας σταθερά
στα ψηλά στρώματα της βαθμολογίας. Βαθμολογικό κίνητρο
έχουν ξεκάθαρα οι φιλοξενούμενοι.

3

ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ 19:30

ΑΡΗΣ-ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ 1 +0,25 1,80

ΠΡΟΤΑΣΗ: ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΟ ΠΟΝΤΑΡΙΣΜΑ ΣΤΗΝ ΕΔΡΑ

Γκέλα οδικής ο Παναθηναϊκός απέναντι στον Βόλο με μοιραίο
πρωταγωνιστή τον Σπόρραρ που έχασε πέναλτι στο 98' ! Οι
«πράσινοι» είναι μέσα στη μάχη του τίτλου αλλά πλέον κάθε
ματς είναι τελικός. Χωρίς άγχος ο Αρης και με πολύ καλή
ψυχολογία μετά το θετικό αποτέλεσμα στο «Γ. Καραϊσκάκης».

4

ΑΓΓΛΙΑ 22:00

ΜΑΝΤΣΕΣΤΕΡ Γ.-ΜΠΡΕΝΤΦΟΡΝΤ 1,65

ΠΡΟΤΑΣΗ: Η ΣΤΗΡΙΞΗ ΜΑΣ ΣΤΟ ΦΑΒΟΡΙ

Η ήπα στο «Σεν Τζέιμς Πάρκ» έβαλε σε μεπιάδες τη Γιουνά-
πεντ, με τη μάχη της τετράδας να έχει ανάψει για τα καλά.
Στο «Ολντ Τράφορντ» θα υποδεχθεί την Μπρέντφορντ σε ένα
ματς όπου το «τρίποντο» είναι μονόδρομος.

5

ΣΕΡΒΙΑ 17:30

ΠΑΡΤΙΖΑΝ-ΒΟΖΝΤΟΒΑΤΣ 1/1 1,80

ΠΡΟΤΑΣΗ: ΠΟΝΤΑΡΟΥΜΕ ΣΤΗΝ ΕΔΡΑ ΑΠΟ ΗΜΙΧΡΟΝΟ

Δεν σηκώνει κεφάλι με τίποτα η Παρτιζάν με σερί αρνητικών
αποτελεσμάτων. Το πρωτάθλημα χάθηκε από νωρίς για τους
«ασπρόμαυρους», με την ομάδα να έχει κατακυλήσει στη
4η θέση. Κόντρα στη Βόζντοβατς είναι υποχρεωμένη να επι-
στρέψει στις επιτυχίες.

6

ΦΙΛΙΚΑ ΣΥΛΛΟΓΩΝ 19:00

ΗJS-ΓΙΑΠΣ OVER 2,75 1,77

ΠΡΟΤΑΣΗ: ΦΙΛΙΚΑ ΚΑΙ ΓΚΟΛ ΠΑΝΤΑ ΜΑΖΙ

Οι φιλικές αναμετρήσεις παίζουν μπάλα καθημερινά στο στοι-
χηματικό μενού.

Την ευκαιρία να δοκιμάσουν πρόσωπα αλλά και διάφορα σχή-
ματα θα έχουν σήμερα οι δύο προπονητές.



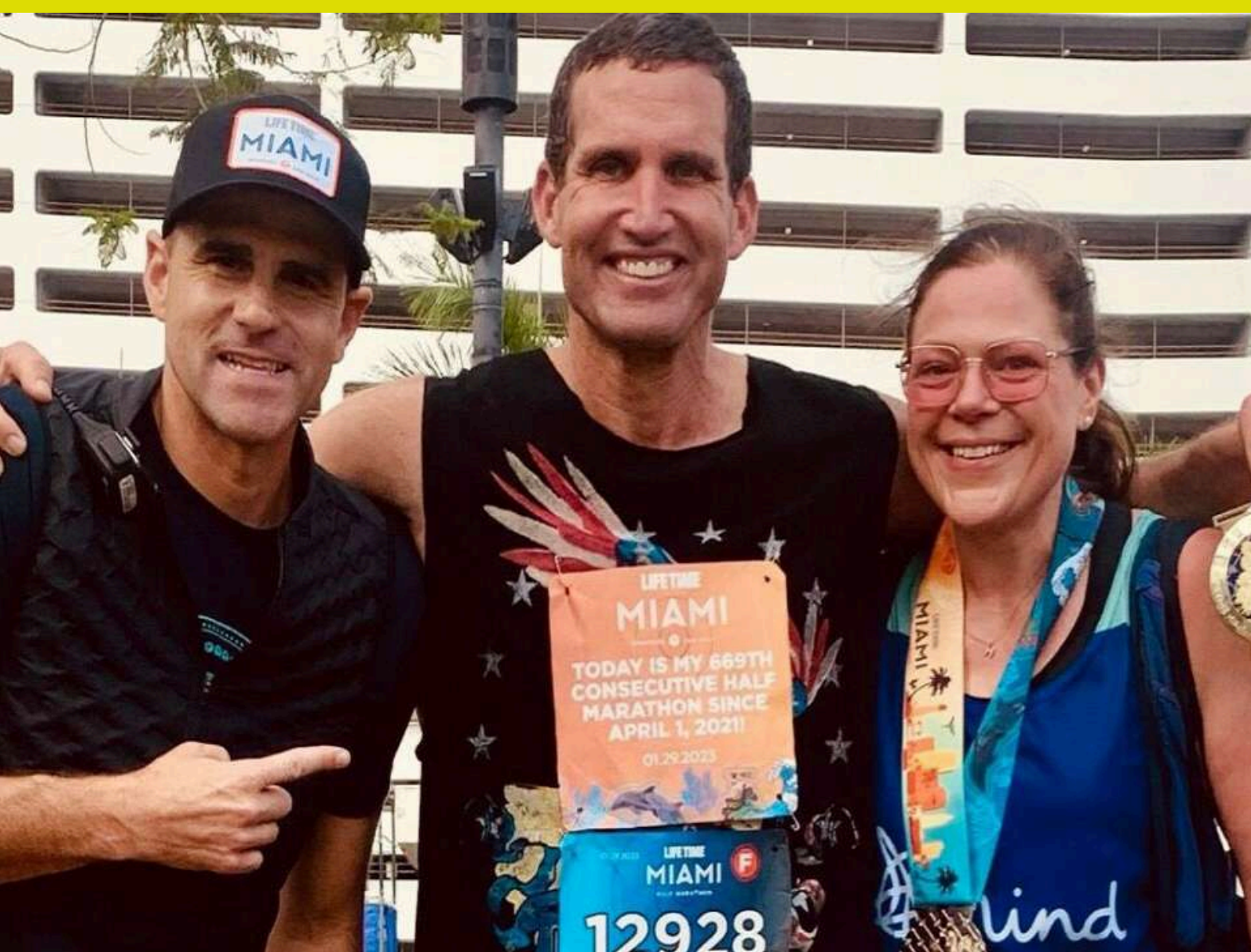
SPORTS

► ΓΡΑΦΕΙ Ο ΔΙΟΝΥΣΗΣ ΑΝΤΩΝΕΛΛΟΣ



Οι πέντε υποψήφιοι για το «Πρόσωπο του Μήνα» για τον Μάρτιο

Οι φίλοι του στίβου έχουν τη δυνατότητα να επιλέξουν «το Πρόσωπο» για το μήνα Μάρτιο με τη θετική τους ψήφο στα social (facebook, instagram, twitter) της Ομοσπονδίας. Ο πρωταθλητής Ευρώπης στο μήκος, Μίλτος Τεντόγλιου, οι «ασημένιοι» στο ευρωπαϊκό της Κωνσταντινούπολης Νίκος Ανδρικόπουλος (τριπλούν) και Εμμανουήλ Καραλής (επί κοντώ), η νικήτρια στον ακοντισμό στο Χειμερινό Ρίψεων Ελίνα Τζένγκο και ο νικητής στον Ημιμαραθώνιο Αθήνας Παναγιώτης Καραϊσκος είναι οι πέντε υποψήφιοι για τον τίτλο. Οι φίλοι του στίβου ψηφίζουν τον αθλητή ή την αθλήτρια κάνοντας Like ή share στις πλατφόρμες όπου είναι σε εξέλιξη η ψηφοφορία.



ΑΥΤΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΑΝΔΡΑΣ ΠΟΥ ΤΡΕΧΕΙ ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟ ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ ΓΙΑ ΔΥΟ ΧΡΟΝΙΑ

Αυτός είναι ο Μίκα Σέβιτ, ένας 48χρονος κτηματομεσίτης, ο οποίος έχει ολοκληρώσει πάνω από 730 συνεχόμενους ημιμαραθώνιους. Τα τελευταία δύο χρόνια, ο 48χρονος έχει διανύσει σχεδόν 10.000 μίλια, που ισοδυναμεί με τρέξιμο από την ακτή του Αιθιαντικού Ωκεανού στον Ειρηνικό Ωκεανό τέσσερις φορές, γράφει το runningmagazine.ca. Ο Σέβιτ ολοκληρώνει τον κάθε ημιμαραθώνιο σε περίπου δύο ώρες.

Κάθε πρωί σηκώνεται πριν την αυγή για να ολοκληρώσει τον ημιμαραθώνιο του στις 4 το πρωί, κάνοντας πεζοπορία σε γειτονιές και κατά μήκος αμμωδών μονοπατιών στο Miami Beach. «Ανεξάρτητα από την ημέρα, την εβδομάδα ή τον μήνα, είμαι άντρας σε αποστολή», είπε ο Σέβιτ στο podcast Why We Marathon. «Τίποτα δεν με σταματά από το να θέλω να τρέξω — απολύτως τίποτα», σημείωσε. Να αναφερθεί ότι ο 48χρονος άρχισε να τρέχει μετά τα 40 του.



ΚΑΛΑΪΤΖΙΔΗΣ: «ΚΡΑΤΑΜΕ ΤΗΝ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΠΟΥ ΒΓΑΛΑΜΕ ΜΕ ΔΕΚΑ ΠΑΙΚΤΕΣ»

ΜΕ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΟΥ Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΤΟΥ ΚΟΛΩΝΟΥ ΕΞΗΓΕΙ ΤΗ ΗΤΤΑ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΑΜΑΤΕΡΟ

Με ήττα 3-2 από το Καματερό ολοκλήρωσε ο Κολωνός τις επίσημες αγωνιστικές του υποχρεώσεις στον τέταρτο συναρπαστικό όμιλο της Β' Κατηγορίας ΕΠΣΑ Σε μία αναμέτρηση, όπου δεν υπήρξε η παραμικρή βαθμολογική σκο-



Ο Πάνος Καλαϊτζίδης

πιμότητα, οι δύο ομάδες απέδωσαν όμορφο ποδόσφαιρο αποζημιώνοντας τους φιλάθλους που την παρακολούθησαν από κοντά. Με το τεχνικό Παναγιώτη Καλαϊτζίδη να αναφέρει τα εξής: «Χάσαμε ένα παιχνίδι στις καθυστερήσεις με 3-2. Ένα ματς χορταστικό σε θέαμα, όπου και οι δύο ομάδες έπαιξαν ελεύθερα. Κρατάω την αντίδραση, που έβγαλαν οι ποδοσφαιριστές μου μετά το αρχικό 2-0 του Καματερού, αλλά κυρίως από το χρονικό σημείο όπου μείναμε με δέκα, λόγω αποβολής του στίπερ μας Λυμπέρη. Όχι μόνο δεν το έβαλαν κάτω, αλλά ανέλαβαν την απόλυτη πρωτοβουλία των κινήσεων, πίεσαν τον Αντίπαλο ασφυκτικά, κατάφεραν να ισοφαρίσουν σε 2-2, ενώ λίγο έλλειψε να πάρουμε ακόμη και την νίκη. Αντί αυτού, δεχθήκαμε το γκολ, που έκρινε την αναμέτρηση στο τρίτο λεπτό των καθυστερήσεων».

ΠΑΓΚΡΑΤΙ

Στις λεπτομέρειες το Παγκράτι απώλεσε την μάχη της παραμονής στον τρίτο συναρπαστικό όμιλο της Β' Κατηγορίας ΕΠΣΑ. Επειτα από μία συγκλονιστική αναμέτρηση, το νεοφώτιστο και ιδιαίτερα νεανικό συγκρότημα των νοτίων προαστίων έμεινε στο καταδικαστικό 1-1 κόντρα στην Αλσούπολη, στον τελικό της σωτηρίας με άμεση συνέπεια να υποβιβαστεί στην Γ' Κατηγορία, ένα μόλις χρόνο μετά την ιστορική του άνοδο. Μάλιστα η πίκρα μεγαλώνει από την στιγμή που το γκολ της ισοφάρισης από πλευράς φιλοξενούμενων ήρθε στις καθυστερήσεις. Σε κάθε περίπτωση όμως το χειροκρότημα είναι αυτό που μένει στο τέλος της ημέρας στα αυτιά των ποδοσφαιριστών του Νίκου Ακριτίδη από την συνοδική προσπάθεια που κατέβαλαν φέτος. Σ' ένα μαραθώνιο που δεν γνώριζαν και με πολύ μικρό μέσο όρο ηλικίας. Με τον έμπειρο τεχνικό να αναλύει τις σκέψεις του: «Πραγματικά είμαι πολύ υπερήφανος από την συνοδική προσπάθεια των ποδοσφαιριστών μου καθ' όλη την φεινή σεζόν.

Σ' ένα πρωτάθλημα όπου δεν το ήξεραν και λαμβάνοντας υπόψη το γεωγόνος ότι στο ρόστερ μας δεν υπήρχαν οι παρωτοκαπνισμένοι κι έμπειροι ποδοσφαιριστές, που γνωρίζουν από ειδικές καταστάσεις και παιχνίδια σπουδαίας βαθμολογικής κρίσιμότητας, οι νεαροί ποδοσφαιριστές μου έδωσαν ό,τι είχαν και δεν είχαν και πραγματικά είναι άξιοι συγχαρητηρίων για την εικόνα που παρουσίασαν. Δεχθήκαμε το γκολ που μας καταδίκασε στο 93' ωστόσο, αυτό για εμένα δεν λέει απολύτως τίποτε. Από αύριο κιάλας θα ξεκινήσουμε τον προγραμματισμό μας, ώστε να παρουσιαστούμε πρωταγωνιστικοί στο πρωτάθλημα της Γ' Κατηγορίας».

ΑΓΩΝΑΣ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ

Σήμερα στις 16.00 στο γήπεδο της Ν Ιωνίας θα πραγματοποιηθεί ο αγώνας κατάταξης της Α' κατηγορίας μεταξύ των ομάδων Μικρασιατικός – Χαϊδάρη.

ΑΘΗΝΑΪΔΑ

Ραφαηλίδης: «Οι παίκτες μου πέτυχαν κάτι το απίστευτο!»

Την ιστορική της άνοδο στην Α' Κατηγορία γιόρτασε η Αθηναΐδα στο αποχαιρετιστήριο ματς που έδωσε κόντρα στην Α.Ε. Μεταμόρφωσης. Μπορεί το τελικό 2-2 να συνετέλεσε στο σπάσιμο του απόλυτα νικηφόρου σερί που μετρούσε η «Κυρία» της Κυψέλης για 12 συνεχόμενες αγωνιστικές και μάλιστα με μηδέν παθητικό, ωστόσο, το σφύριγμα της λήξης βρήκε τους ποδοσφαιριστές του Μάκη Ραφαηλίδη να πανηγυρίσουν με την ψυχή τους την επική κατάκτηση του Πρωταθλήματος κόντρα σε όλους και σε όλα! Με τον αρχιτέκτονα της φεινής Ξέφρενης κούρσας των «κυανόλευκων» Μάκη Ραφαηλίδη να δίνει το δικό του ξεκάθαρο στίγμα, λέγοντας τα εξής: «Οι παίκτες μου είναι άξιοι συγχαρητηρίων για το σπουδαίο τους επίτευγμα! Κόντρα στα προγνωστικά κατάφεραν κάτι το απίστευτο, κάτι το μοναδικό, πετυχαίνοντας μία τρομερή κι αήτητη πορεία στον δεύτερο γύρο! Η αλήθεια είναι ότι μετά τις τρεις ήττες που είχαμε υποστεί πριν από τις γιορτές των Χριστουγέννων, μας είχαν φέρει πίσω βαθμολογικά, όμως οι παίκτες μου το πίστευαν και συνέχισαν να δουλεύουν στις προπονήσεις και στον αγωνιστικό χώρο. Εβγαλαν απίστευτο πάθος, ψυχή και μέταλλο, πετυχαίνοντας κάτι το μοναδικό το ανεπανάληπτο, που κανείς δεν θα μπορούσε να το φανταστεί! Σε ό,τι αφορά το τελευταίο μας παιχνίδι κόντρα στην Α.Ε. Μεταμόρφωσης, εμείς παίξαμε για τους εαυτούς μας και μόνο! Θέλαμε να ολοκληρώσουμε με νίκη τις επίσημες αγωνιστικές μας υποχρεώσεις. Βρεθήκαμε πίσω στο σκορ από διά μας αμυνικά λάθη, όμως στην συνέχεια πίεσαμε για να αλλιάξουμε το σκηνικό. Πέσαμε σ' ένα σπουδαίο τερματοφύλακα, που κράτησε την ομάδα του με πολλές επεμβάσεις στη διεκδίκηση της νίκης, όμως δείξαμε χαρακτήρα στο φινάλε και φτάσαμε στην ισοφάριση».

ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗΣ

Κυριακουλέας: «Το μυαλό μας μόνο στον αγώνα με την Αλσούπολη»

Δικαίωμα στην ελπίδα απέκτησε ο Πανιώνιος Καισαριανής χάρη στη σπουδαία του νίκη επί της Λαύρας Αργυρούπολης με 1-0. Ένα αποτέλεσμα, που επέτρεψε στους «κυανέρυθρους» να διεκδικήσουν μέσω αγώνα μπαράζ κόντρα στην Αλσούπολη το δικαίωμα της απευθείας παραμονής τους στον τρίτο συναρπαστικό όμιλο της Β' Κατηγορίας ΕΠΣΑ. Σε μία αναμέτρηση, όπου το «πρέπει» ήταν πολύ μεγάλο, η ομάδα των ανατολικών προαστίων επέβαλε πλήρως τον ρυθμό της κι έφτασε στο επιθυμητό αποτέλεσμα, που διατηρεί ολοζώντανες τις ελπίδες της την σωτηρία. Με τον τεχνικό Παύλο Κυριακουλέα να καταθέτει τις απόψεις του: «Οι παίκτες μου κατέθεσαν και την ψυχή τους και κατάφεραν να κερδίσουν εάν ματς, όπου μόνο η νίκη θα διατηρούσε ζωντανές τις ελπίδες μας. Πλέον το μυαλό και η προσοχή μας στρέφονται αποκλειστικά στην αναμέτρηση κόντρα στην Αλσούπολη, που έχει τον χαρακτήρα νοκ άουτ, αφού με νίκη αυτομάτως θα πανηγυρίσουμε την παραμονή. Θα προετοιμαστούμε κατάλληλα, ώστε να φανούμε αποφασιστικοί για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα».

ΓΡΑΦΕΙ Ο
ΓΙΑΝΝΗΣ
ΤΕΡΛΙΑΔΗΣ



ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΛΙΟΣΙΩΝ

Παπαρούνης: «Έχουμε συμφωνήσει κατά 90%»

Στην στόφα και την επιτυχημένη δουλειά του Νίκου Παπαρούνη θα στηριχθεί ο Ολυμπιακός Λιосίων και την επόμενη σεζόν! Σύμφωνα με τα όσα προκύπτουν από το ρεπορτάζ από τις μέχρι τώρα επαφές των ιδιομόνων με τον έμπειρο τεχνικό, υπάρχει συμφωνία σε πολλά επίπεδα όσον αφορά την γενικότερη νοοτροπία που θα διέπει τον σύλλογο την επόμενη σεζόν, όσο και ως προς το κομμάτι του μεταγραφικού σχεδιασμού και πλέον απομένει ένα τελικό ραντεβού, το οποίο έχει προγραμματιστεί για αύριο Τρίτη, ώστε να συζητηθούν και κάποιες σημαντικές λεπτομέρειες επάνω στο λειτουργικό κομμάτι, ώστε οι δύο πλευρές να δώσουν οριστικά τα χέρια. Με τον Νίκο Παπαρούνη να σημειώνει τα εξής: «Θεωρώ ότι είμαστε πολύ κοντά στο ενδεχόμενο να συνεχίσουμε την συνεργασία μας. Υπάρχει πρόσφορο έδαφος, αμοιβαίος σεβασμός κι εμπιστοσύνη, έχουμε συμφωνήσει κατά 90% και απομένει μόνο να τα βρούμε σε και το κομμάτι που αφορά ζητήματα λειτουργικής φύσεως, ώστε να συνεχίσουμε τη συνεργασία μας και την επόμενη σεζόν. Ηδη σχεδιάζουμε από τώρα την ομάδα της επόμενης ημέρας, όπου θα πρέπει να φανούμε όσο γίνεται πιο συμπαγείς κι ανταγωνιστικοί. Η ομάδα μας θα συνεχίσει τις προπονήσεις μέχρι τον Μάιο, ώστε να παραμείνει σε αγωνιστική εγρήγορση. Ηδη έχουμε κλείσει φιλικά παιχνίδια αυτή την Τρίτη κόντρα στον ΑγιαΞ Ταύρου, την Πέμπτη με αντίπαλο τον Α.Ο. Περιστερίου, ενώ την Μεγάλη Τετάρτη θα παίξουμε κόντρα στον Α.Ο. Ιλίου. Τέλος για την Πέμπτη του Πάσχα έχει προγραμματιστεί νέο φιλικό κόντρα στην Ελπίδα Αγίων Αναργύρων. Παιχνίδια, όπου προβλέπεται να κάνουμε δοκιμές, αλλά και να δώσουμε χρόνο συμμετοχή σε πολλούς ταλαντούχους παίκτες μας».

2023 ΟΠΩΣ... 2018



«Η ιστορία επαναλαμβάνεται». Αν κάποιος μας έδινε ένα ευρώ κάθε φορά που ακούγαμε την εν λόγω φράση, η παγκόσμια φτώχεια δεν θα υπήρχε ούτε καν σαν σκέψη. Μια πρόταση όμως που κρύβει αλήθειες στο κατά πόσο συχνά επαναλαμβάνεται ένα συγκεκριμένο μοτίβο. Πάρτε τον αθλητισμό και το ποδόσφαιρο ειδικότερα ως παράδειγμα. Νίκες, ήττες, κατακτήσεις τίτλων που μπορεί να μην συμβαίνουν κάθε μέρα, αλλά δεδομένα εντυπωσιάζουν όσους διαπιστώνουν ότι αυτά συνδέονται άρρηκτα με ένα γεγονός στο παρελθόν.

Η φεινή ιστορία της ΑΕΚ αποτελεί μια τέτοια περίπτωση. Για την ακρίβεια, η σεζόν 2022-2023 διαθέτει αρκετά κοινά στοιχεία μ' εκείνη της περιόδου 2017-2018. Εξηγούμαστε.

Τότε, η Ένωση του Μανόλο Χιμένεθ κάνει πορεία πρωταθλητισμού έχοντας στις τάξεις της τον Σέρχιο Αραούχο στη δεύτερή του χρονιά με τα κίτρινομαυρά. Αποκλείει τον Ολυμπιακό στο Κύπελλο και χάνει από τον ΠΑΟΚ στον τελικό. Παράλληλα, παίρνει τον Νίκλας Χουλι από τον Παναθηναϊκό και τον μετατρέπει ως ένα βασικό γρανάζι της μηχανής της. Τελικώς, στις 5 Μαΐου κατακτά τον τίτλο μετά από 24 χρόνια στο γήπεδο της Ριζούπολης.

Τη φεινή χρονιά, οι «κίτρινομαυροί» του Αθμίδα ξεκίνησαν πιο νωχελικά, αλλά δεδομένα κάνουν πρωταθλητισμό. Ο Αραούχο βρίσκεται στη δεύτερη χρονιά της δεύτερης του θητείας. Το 3-0 του πρώτου ημιελλικού Κυπέλλου κόντρα στον Ολυμπιακό, ουσιαστικά την έχει στείλει με το ενάμισι πόδι στον τελικό, όπου θα αντιμετωπίσει εκτός απρόοπτου τον ΠΑΟΚ. Ο Γκαϊσίνοβιτς ήρθε από τον Παναθηναϊκό και αποτελεί από τους πιο κομβικούς παίκτες της ομάδας. Τι μένει; Η επιστροφή στον θρόνο του πρωταθλητή. Αν αυτή συντελεστεί στις 14 Μαΐου, τότε η ιστορία όντως θα έχει πραγματοποιήσει έναν ακόμα κύκλο.