

ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ - ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ - ΜΑΧΗΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ - ΣΥΓΧΡΟΝΑ ΣΠΟ

# ΔΥΝΑΜΙΚΟ

ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟ

Δ  
Υ  
Ν  
Α  
Μ  
Ι  
Κ  
Ο

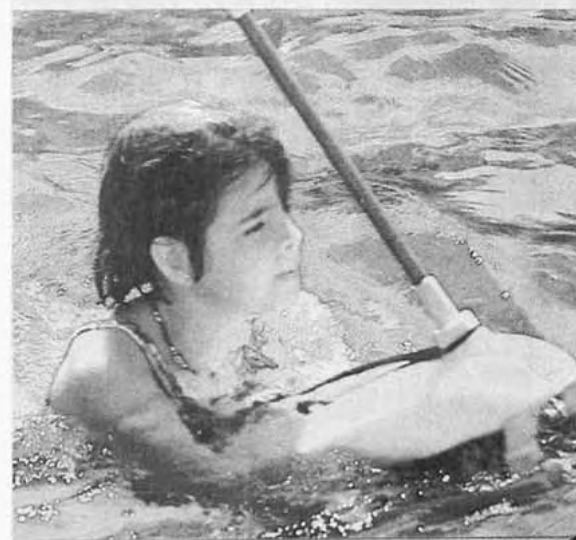
ΠΡΧ. 150  
Το 7, Το 7  
ΔΥΝ-ΙΟΥΛ 84

# AQUA SCOOTER

ΕΟ - ΓΡΗΓΟΡΟ - ΣΥΝΑΡΠΑΣΤΙΚΟ

Είναι το ΑΚΟΥΑ-ΣΚΟΥΤΕΡ, το σκουτεράκι που σας τρέχει στην επιφάνεια της θάλασσας. Κάνει συναρπαστικό το κολύμπι διασκεδάζοντάς σας ανάστα.

Δύο εισαγωγές που φέραμε εξαντλήθηκαν αμέσως, ενώ από την τρίτη έμειναν τα τελευταία 20 ομμάτια. Προλάβετε, του χρόνου ... ακριβότερα.



ΜΟΝΟ 29000 ΔΡΧ.

ΠΑΡΤΕ ΤΩΡΑ ΕΝΑ ΑΚΟΥΑ-ΣΚΟΥΤΕΡ  
ΘΥΜΙΟΣ ΠΕΡΙΣΙΔΗΣ, ΤΗΛ. 822-4794  
ΖΑΪΜΗ 38, ΑΘΗΝΑ 148

Αμερικάνικη πατέντα, ιταλική κατασκευή. Παίρνει μπρος με τραβηχτό σχοινάκι μέσα ή έξω από τη θάλασσα και αν σας ξεφύγει γυρίζει πάλι σε σας για να το πιάσετε. Λειτουργεί καίγοντας απλή βενζίνη (με λάδι) μέσω καρμπυρατέρ (με γκάζι) και έχει δίχρονο κινητήρα 48 κυβ. εκ. που κινεί με ισχύ 4 ίππων στις 4000 στροφές το λεπτό μια προσατευμένη προπέλα και σας προωθεί αυτόνομα για 2 ώρες με ταχύτητα περίπου 8 χλμ. την ώρα. Με κατάλληλη προσθήκη μπαίνει και σαν εξωλέμβια σε μικρή βάρκα. Έχει εγγύηση και πλήρες σέρβις από τον αποκλειστικό αντιπρόσωπο στην Ελλάδα.

Με διαστάσεις 50x20x30 εκατ. και βάρος μόλις 7 κιλά μεταφέρεται ακόμα και με το λεωφορείο ... μηχανάκι σας.

**ΔΥΝΑΜΙΚΟ**  
ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΣΟΔΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΑΣΟΔΗ ΤΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ

Ιδρυτής - Ιδιοκτήτης - Εκδότης  
**ΘΥΜΙΟΣ Κ. ΠΕΡΣΙΔΗΣ**  
ΗΛ/γος - Μην/γος ΕΜΠ  
Εκδότης  
επιστημονικών συγγραμμάτων  
και αθλητικών βιβλίων  
και περιοδικών  
1 ΝΤΑΝ ΚΟΝΤΟΚΑΝ ΤΖΟΥΝΤΟ

Γραφεία ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ:  
ΖΑΪΜΗ 38, ΑΘΗΝΑ 148  
(πίσω από το Μουσείο)

ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΑΠΟ ΤΟΝ ΝΟΕΜΒΡΙΟ ΤΟΥ 1977

ΜΗΝΙΑΙΟ-ΑΘΛΗΤΙΚΑ-ΠΟΙΚΙΛΗ ΥΛΗ

**ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΥΛΗΣ**

- Ανταποκρίσεις από την Ιαπωνία:  
**ARTHUR TANSLEY:** Professional Photographer, 4th dan Kodokan Kudo, Tokyo resident.  
**DR. JOHN HANSON-LOWE:** Διδάκτωρ του Πανεπιστημίου του Λονδίνου, 4 νταν Κόντοκαν Τζούντο, συγγραφέας αρθρογράφος, εκδότης, κάτοικος Τόκιο.  
**MASAE MATSUMOTO:** Δημόσιες σχέσεις, Ανταποκρίσεις, Συνεντεύξεις από Ιαπωνία, κάτοικος Τόκιο.  
**JOHN ROBERTSON:** 4th dan Kodokan Judo, Tokyo resident.
- Συνεργάτης σε θέματα Ενόργανης Γυμναστικής:  
**ΖΑΧΑΡΙΑΣ ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ:** Επαγγελματίας Θεσσαλονίκης.
- Claude Gable:** Journalist and professional photographer, Tokyo resident.

Απαγορεύεται ρητά η κατά οποιονδήποτε τρόπο αναπαραγωγή άρθρου ή φωτογραφίας, αν δεν προηγηθεί έγγραφη άδεια του εκδότη.

**ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ**

- Επιμέλεια έκδοσης: Θύμιος Περίδης
- Φωτογραφήσεις: Χρ. Αντωνιάδης & ΣΙΑ ΕΕ
- Εκτύπωση: Σ. Λεούσης - Δ. & Γ. Μαστρογιάννης
- Βιβλιοδεσία: Ι. Μούγιος - Γ. Νίκας ΟΕ
- Διανομή: Κεντρικό Πρακτορείο Ημερήσιου και Περιοδικού Τύπου

**ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ 10 ΜΗΝΩΝ = 1500 ΔΡΧ.**

Γραφτείτε τώρα συνδρομητές (με ταχυδρομική επιταγή), ώστε να μη χάνετε ούτε ένα τεύχος. Άλλωστε στην επαρχία κυκλοφορούμε ένα μήνα αργότερα απ' ότι στην Αθήνα.

**Θερμή παράκληση:** Ανανεώνετε τη συνδρομή σας αμέσως μόλις παίρνετε το προτελευταίο τεύχος που δικαιούστε (γράφουμε τον αριθμό του τελευταίου τεύχους σας πλάι στο όνομά σας στο φάκελλο αποστολής).

Ταχυδρομικές επιταγές προς:  
**Θύμιο Περίδη, Ζαΐμη 38, Αθήνα 148**

**ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ**

Το ΔΥΝΑΜΙΚΟ διαβάζεται από περισσότερους από 30.000 αναγνώστες σε όλη την Ελλάδα. Μια διαφημιστική καταχώρηση θα έχει πρακτική εφαρμογή για όλες τις επιχειρήσεις με ειδη ή υπηρεσίες που ενδιαφέρουν τον Σύγχρονο Δυναμικό Άνθρωπο.

Η χρέωση των διαφημιστικών καταχωρήσεων γίνεται μετά από ιδιαίτερη συνεννόηση.

**ΤΟΜΟΙ ΚΑΙ ΠΑΛΙΑ ΤΕΥΧΗ**

Το περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ» εκδίδεται από το ΝΟΕ '77 σε 10 μηνιαία τεύχη κάθε χρόνο (από ΣΕΠ μέχρι και ΙΟΥΝ).

Κάθε 10 τέτοια τεύχη δένεται και ένας τόμος. Οι τόμοι έχουν σκληρά εξώφυλλα, ντυμένα με πολυτελές πλαστικό πανί ή πλαστικό και τυπωμένα με χρυσοτυπία. Χωρίς αμφιβολία αποτελούν ένα μοναδικό ελληνικό έργο με αντικείμενο τα δυναμικά σπορ.

Κάθε τεύχος φέρει έναν αύξοντα αριθμό που δείχνει τον τόμο του και τη σειρά του. Π.χ. το τεύχος 3/5 είναι το 5ο τεύχος του 3ου τόμου.

Κάθε Ιούλιο και Αύγουστο βρίσκονται σε όλη την επαρχία όλα τα τεύχη της χρονιάς που μόλις πέρασε.

Κάθε Σεπτέμβριο δένεται ο τόμος των τευχών του προηγούμενου χρόνου.

Όσοι αναγνώστες μας έχουν παλιότερα τεύχη και θέλουν να τα αλλάξουν με πολυτελείς τόμους μπορούν να μας τα στείλουν πληρώνοντας 30 δρχ. για κάθε τεύχος που τους λείπει από τους 4 πρώτους τόμους και 100 δρχ. για το δέσιμο, και 40 δρχ. για κάθε τεύχος που τους λείπει από τον 5ο τόμο και 150 δρχ. για το δέσιμο.

Τεύχη, τόμους και άλλες εκδόσεις μας μπορείτε να προμηθευτείτε από τα γραφεία μας οι ίδιοι ή ταχυδρομικά και από τα βιβλιοπωλεία που συνεργαζόμαστε σε όλη την Ελλάδα.

Αν δεν βρίσκετε εύκολα το ΔΥΝΑΜΙΚΟ γραφτείτε ΤΩΡΑ συνδρομητές, ώστε να το στέλνουμε στη διεύθυνσή σας.

**ΑΡΘΡΑ ΑΝΑΓΝΩΣΤΩΝ**

Το περιοδικό «ΔΥΝΑΜΙΚΟ» σαν μια πρωτόπορα ενημέρωση και παρουσίαση της Ενόργανης Γυμναστικής, των Μαχητικών Τεχνών, της Σωματικής Διάπλασης, της Άρσης Βαρών και άλλων δυναμικών αθλημάτων κάνει ένα θαρραλέο βήμα προς την κάλυψη των δυναμικών σύγχρονων αθλημάτων που προσθέτουν στην προσωπικότητα του ατόμου:

Δέχεται ευχαρίστως άρθρα σχετικά με το αντικείμενό του για δημοσίευση από κάθε αναγνώστη του καθώς και νέα από εκδηλώσεις και αγώνες από όλη την Ελλάδα.

Τα ενυπόγραφα άρθρα δεν εκφράζουν απαραίτητα τις απόψεις του εκδότη.

**IV ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΑΓΩΝΕΣ  
ΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**

Οι επιτυχίες της Γιάννας Κασούνη και του Χάρη Λουπάκη χαρακτήρισαν το φετινό πρωτάθλημα ενόργανης γυμναστικής, το πρώτο της νέας διοίκησης του ΣΕΓΑΣ.

Η Γιάννα Κασούνη ήταν και πάλι η πρωταγωνίστρια. Η μεγάλη μας αθλήτρια κέρδισε για συνεχή χρονιά τον τίτλο και επισφράγισε την εντυπωσιακή παρουσία της στην Ελληνική γυμναστική, αφού η κυριαρχία της ήταν απόλυτη: πήρε όλα τα χρυσά μετάλλια, δυο από τα οποία μοιράστηκε.

Παρά το θρίαμβο όμως της Κασούνη, που βρέθηκε σε μεγάλη μέρα, θα πρέπει να αναφέρουμε το γενικά ανεβασμένο επίπεδο των περισσοτέρων αθλητριών. Η Ναζίρη και η Κοτζαμάνη παρουσιάστηκαν ανανεωμένες, η Σολομωνίδου σε πολύ καλή φόρμα, η Αρβανιτίδου ξεπέρασε τον τραυματισμό της. Η Φούλα Ζαχαρή τραυματίστηκε στο δίζυγο, ωστόσο μπόρεσε να πάρει το χρυσό στη δοκό (μαζί με την Κασούνη), όπου έκανε μια θαυμάσια άσκηση.

Στο ομαδικό ο Φιλαθλητικός δεν συνάντησε κανένα πρόβλημα, αφού όλες του οι αθλήτριες ήταν σε εξαιρετική μέρα και ο Πανθεσσαλονίκειος ήταν αποδεκατισμένος (έλειπε η Αναστασιάδου και η Ζαχαρή έκανε 3 όργανα).

Εύκολη ήταν και η επικράτηση του Άρη Νίκαιας στους άνδρες. Για τον τίτλο του πρωταθλητή όμως έγινε φοβερή μάχη, που κρίθηκε με 5 εκατ. υπέρ του Χάρη Λουπάκη. Ο Ελληνοαμερικάνος αθλητής του Άρη ήταν σε πολύ καλή κατάσταση και ξεπέρασε τον Δημήτρη Νιφοράτο, επίσης σε θαυμάσια φόρμα. Οι δυο αθλητές μας θα είναι αυτοί που θα ση-

κώσουν το βάρος της αποχώρησης του Γιαννουλίδη στην εθνική και ασφαλώς έχουν πολλές πιθανότητες διάκρισης.

Ο Κασιόλας πήγε καλά, παρά τα προβλήματα προετοιμασίας που αντιμετώπιζει, ενώ πολύ αξιόλογη ήταν και η πρώτη παρουσία στους άνδρες των δυο Αργινιωτών Ηλία Τασούλη και Χρήστου Φραγκοτάσιου.

Στις νεάνιδες έλαμψε το αστέρι της Ιωάννας Νάνου. Πολύ σταθερή και κυρίως αποφασιστική, η διεθνής αθλήτρια του Αλέξανδρου διατήρησε τον τίτλο της, παρά την ισχυρή πίεση της θάλειας Τσουφλίδου και της Γιώτας Ζαχαρή. Μεγάλο όπλο της Νάνου ήταν πάλι τα υποχρεωτικά (9,90 στο δίζυγο), αλλά αυτή τη φορά πήγε καλά στα ελεύθερα. Η 15χρονη πρωταθλήτρια μπαίνει στις γυναίκες με πολύ καλά διαπιστευτήρια.

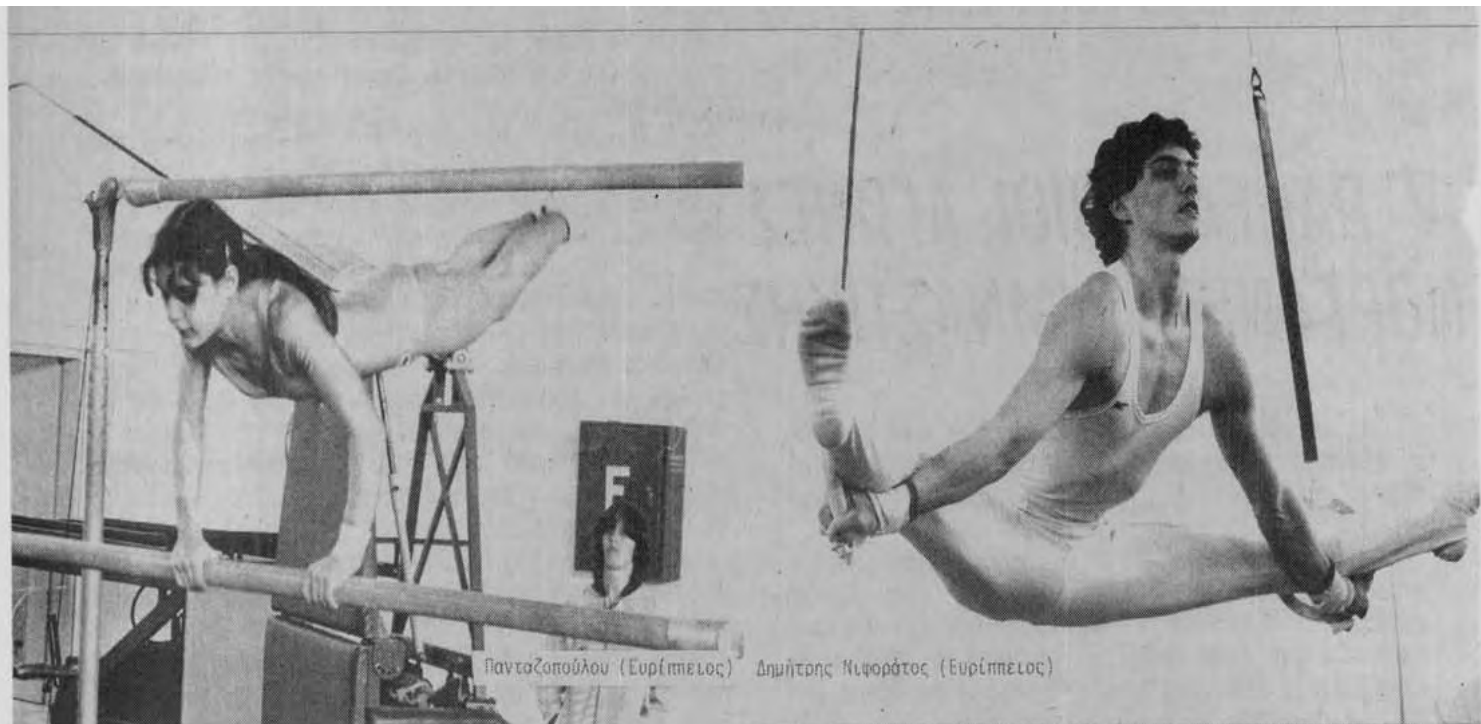
Στο ομαδικό η θαυμάσια νεανική εξάδα του Πανθεσσαλονίκειου κέρδισε τον πρώτο τίτλο του συλλόγου της μετά από δυο χρόνια. Η Τσουφλίδου και η Ζαχαρή οδήγησαν την ομάδα σε μια μεγάλη εμφάνιση, που τους χάρισε το χρυσό μετάλλιο. Ο Φιλαθλητικός δεν πήγε καλά, αλλά η καλύτερή του αθλήτρια Αργυράκη μόλις είχε επανέλθει από τραυματισμό.

Τέλος στους εφήβους, ήταν φέτος η χρονιά του θόδωρου Ξενητόπουλου. Ο νεαρός αθλητής, απαλλαγμένος από τους τραυματισμούς και το άγχος, ξεδίπλωσε όλες τις πτυχές του ταλέντου του και έφτασε στον τίτλο, υποσκελίζοντας τον Αγγέλου, τον Ψαθά και τον Ταγτελενίδη. Ο προπονητής του Λευτέρης Μπουτάκης ασφαλώς θα πρέπει να είναι ευτυχής, αφού ο θόδωρος ξεπέρασε σε μικρό διάστημα το σοβαρό τραυματισμό του στον αυχένα και ο ίδιος κατάφερε να τον ξαναφέρει στην φόρμα του. Πολύ ανεβασμένος ήταν και ο Αγγέλου, που ασφαλώς έχει ωριμάσει αγωνιστικά, ενώ ο Χρήστος Ψαθάς και ο Παντελής Ταγτελενίδης αποτελούν κι αυτοί τα μελλοντικά στελέχη της εθνικής.

Ο Πρότυπος ήταν η μόνη πλήρης ομάδα της κατηγορίας και οι αθλητές του χάρισαν ένα ακόμα τίτλο στον προπονητή τους Σάββα Ταγτελενίδη, τον άνθρωπο που κάνει μια πολύ αξιόλογη δουλειά σε βάθος επί τόσα χρόνια και ασφαλώς κρατά στα χέρια του το μέλλον της ανδρικής γυμναστικής.

Λουπάκης: Πατέρας και γιός μετά τους Πανελλήνιους Αγώνες.

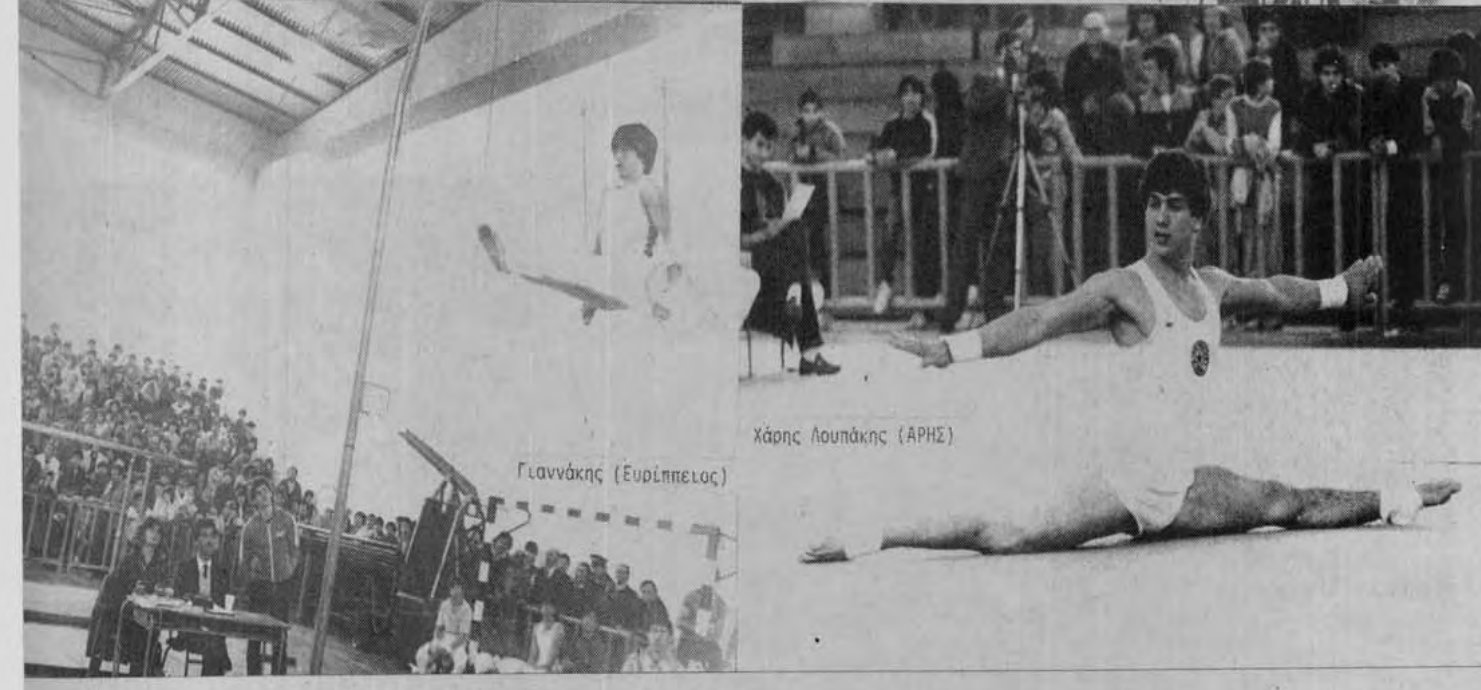




Πανταζοπούλου (Ευρίππειος) Δημήτρης Νικηφόρος (Ευρίππειος)

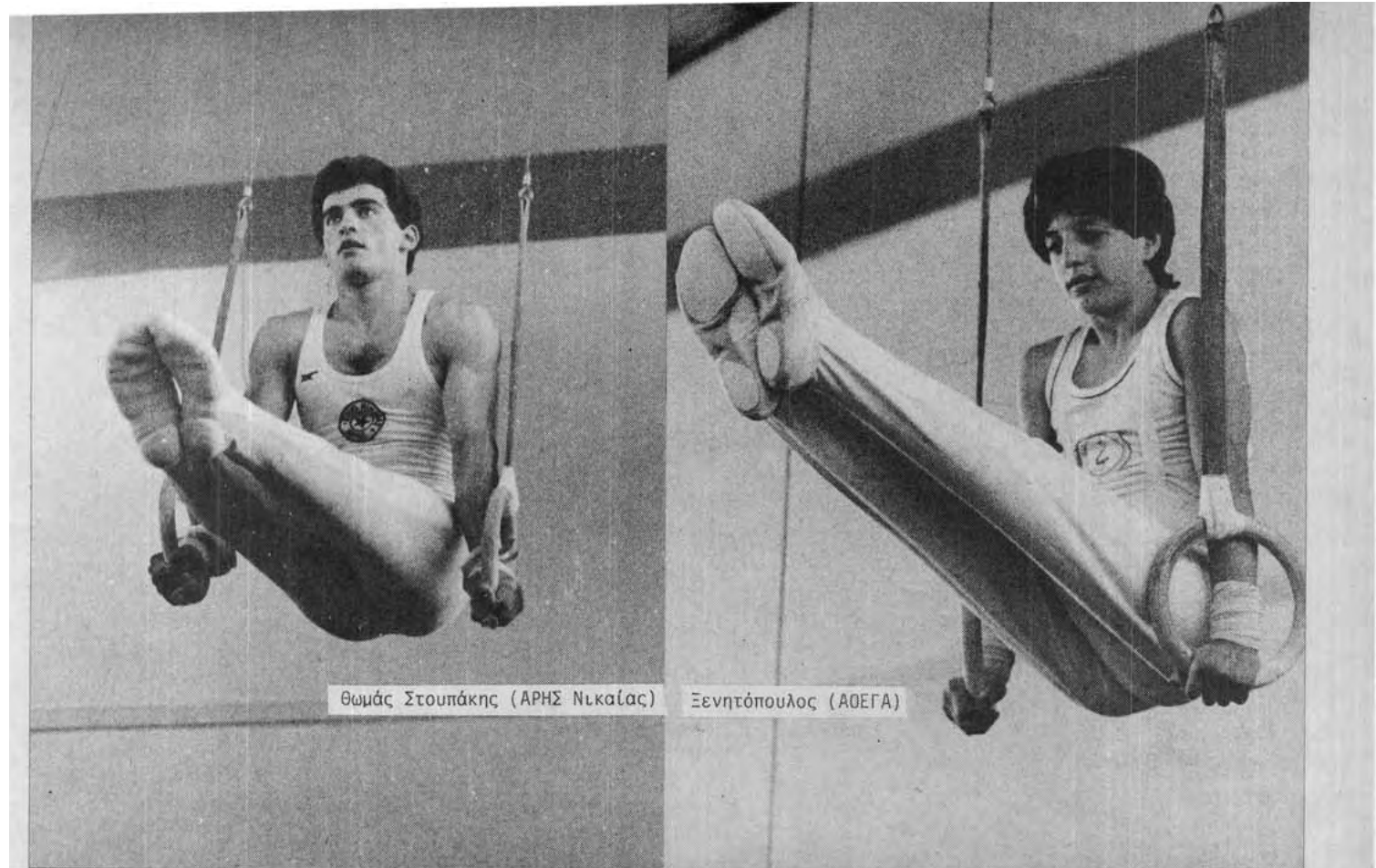


Εύη Ναζάρη (Φιλαθλητικός) Χατζηστρατή (Πανιώνιος)



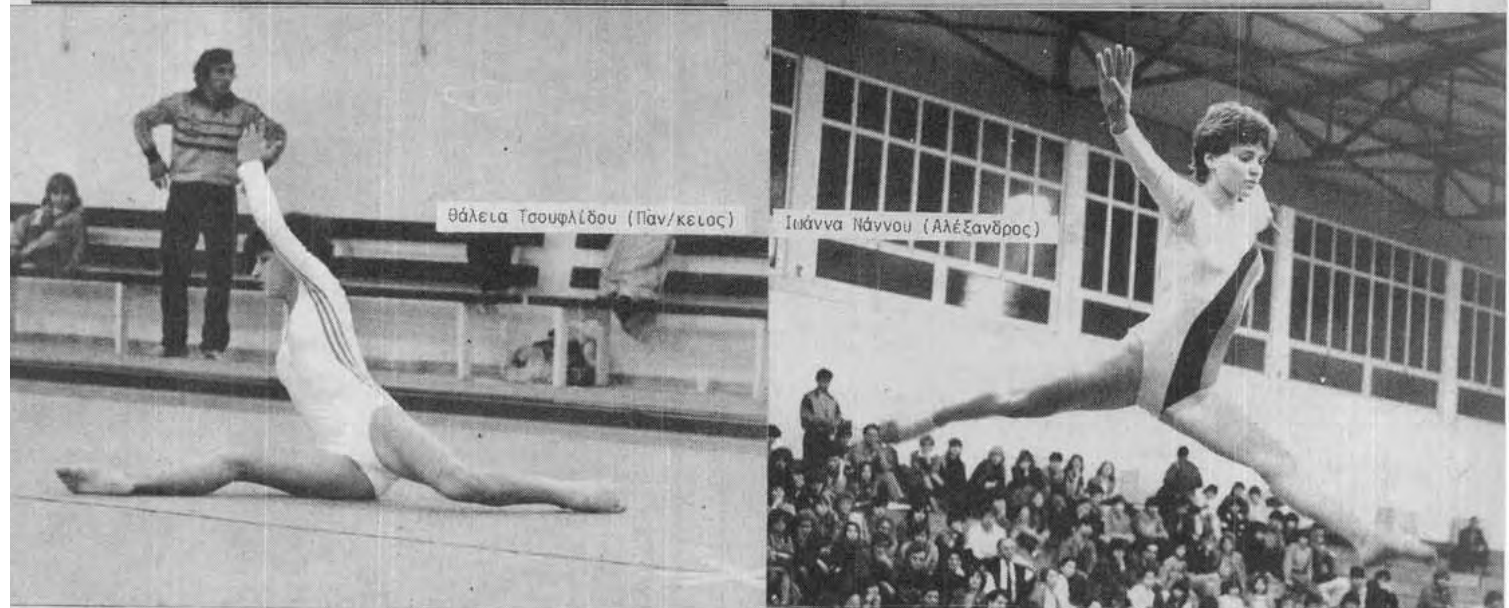
Γιαννάκης (Ευρίππειος)

Χάρης Λουπάκης (ΑΡΗΣ)



Θωμάς Στουπάκης (ΑΡΗΣ Νικαίας)

Ξενητόπουλος (ΑΟΕΓΑ)



Θάλεια Τσουφλίδου (Πάν/κελος)

Ιριάννα Νάννου (Αλέξανδρος)



Το πρωτάθλημα νεανίδων στον Πανθεσσαλονίκειο.

Η απονομή στον Λουπάκη από τον κ. Ντελάλη.

# ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΤΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Από σήμερα το ΔΥΝΑΜΙΚΟ προσφέρει μια ακόμα καινοτομία στους φίλους της γυμναστικής. Κάθε μή να θα έχουμε συγκεντρωμένα τα αποτελέσματα των ΕΛ Αθλητών και διεθνών αγώνων που περιγράφουμε ή όχι στις σελίδες μας και που αφορούν τη χρονική περίοδο που καλύπτει το αντίστοιχο τεύχος. Έτσι, οι φίλοι μας θα μπορούν να κρατούν συγκεντρωμένα στο αρχείο τους όλα τα αποτελέσματα.

## XIV ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΛΛΑΔΑΣ

### ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

ΑΝΔΡΕΣ	ΟΜΑΔΙΚΟ
1.- ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ 217,75	
2.- ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΕΙΟΣ 187,00	
3.- ΑΧΙΛΛΕΑΣ 157,95	

ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Χάρης Λουπάκης (ΑΡΗΣ) 54,05	
2.- Δημήτρης Νιφοράτος (ΕΥΡ) 54,00	
3.- Θωμάς Στουπάκης (ΑΡΗΣ) 50,45	
4.- Χρήστος Κασσιόλας (ΠΑΝ) 46,40	
5.- Ηλίας Τασούλης (ΑΓΡ) 45,30	
6.- Χρήστος Φραγκοτάσιος (ΑΓΡ) 44,90	

ΕΔΑΦΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Λουπάκης (ΑΡΗΣ) 9,55	
2.- Νιφοράτος (ΕΥΡ) 9,10	
3.- Κασσιόλας (ΠΑΝ) 8,70	

ΠΛ. ΙΠΠΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Λουπάκης (ΑΡΗΣ) 8,35	
2.- Στουπάκης (ΑΡΗΣ) 7,60	
3.- Νιφοράτος (ΕΥΡ) 7,20	

ΚΡΙΚΟΙ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Λουπάκης (ΑΡΗΣ) 9,10	
2.- Νιφοράτος (ΕΥΡ) 9,05	
3.- Στουπάκης (ΑΡΗΣ) 8,15	

ΑΛΜΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Νιφοράτος (ΕΥΡ) 9,35	
2.- Λουπάκης (ΑΡΗΣ) 9,05	
3.- Τασούλης (ΑΓΡ) 9,00	

ΔΙΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Νιφοράτος (ΕΥΡ) 8,90	
2.- Στουπάκης (ΑΡΗΣ) 8,40	
3.- Φραγκοτάσιος (ΑΓΡ) 8,40	

ΜΟΝΟΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Λουπάκης (ΑΡΗΣ) 9,80	
2.- Νιφοράτος (ΕΥΡ) 9,80	
3.- Γερόλυμος (ΓΛΥΦ) 8,80	
4.- Στουπάκης (ΑΡΗΣ) 8,80	

ΓΥΝΑΙΚΕΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ 181,20	
2.- ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΕΙΟΣ 162,80	

ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Γιάννα Κασούνη (ΦΙΑ) 37,65	
2.- Εύη Ναζιζή (ΦΙΑ) 36,50	
3.- Χριστίνα Σολομωνίδου (ΦΙΑ) 36,35	
4.- Νινώ Κοτζαμάνη (ΠΑΝ) 35,10	
5.- Ντανιέλα Κυρή (ΦΙΑ) 34,90	
6.- Δέσποινα Αρβαντιδίου (ΦΙΑ) 34,75	

ΑΛΜΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κασούνη (ΦΙΑ) 9,40	
2.- Αρβαντιδίου (ΦΙΑ) 9,20	
3.- Ναζιζή (ΦΙΑ) 9,10	

ΔΙΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κασούνη (ΦΙΑ) 9,10	
2.- Αρβαντιδίου (ΦΙΑ) 9,10	
3.- Σολομωνίδου (ΦΙΑ) 9,00	

ΔΟΚΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κασούνη (ΦΙΑ) 9,60	
2.- Φ. Ζαχαρή (ΠΑΝ) 9,60	
3.- Σολομωνίδου (ΦΙΑ) 9,35	

ΕΔΑΦΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κασούνη (ΦΙΑ) 9,55	
2.- Ναζιζή (ΦΙΑ) 9,30	
3.- Κοτζαμάνη (ΠΑΝ) 9,10	

ΕΦΗΒΟΙ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- ΠΡΟΤΥΠΟΣ 411,55	

ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Θόδωρος Ξεντόπουλος (ΑΟΕΓΑ) 97,15	
2.- Γιώργος Αγγέλου (ΕΥΡ) 96,10	
3.- Χρήστος Ψαθάς (ΠΡΟΤ) 93,80	
4.- Παντελής Ταγτελενίδης (ΠΡΟΤ) 91,50	
5.- Μάρκος Μπάικας (ΑΡΗΣ) 86,45	
6.- Γιώργος Ταγτελενίδης (ΠΡΟΤ) 81,85	

ΕΔΑΦΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Ξεντόπουλος (ΑΟΕΓΑ) 17,85	
2.- Αγγέλου (ΕΥΡ) 17,55	
3.- Ψαθάς (ΠΡΟΤ) 17,25	

ΠΛΑΓΙΟΣ ΙΠΠΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Ψαθάς (ΠΡΟΤ) 15,45	
2.- Π. Ταγτελενίδης (ΠΡΟΤ) 13,90	
3.- Ξεντόπουλος (ΑΟΕΓΑ) 13,40	

ΚΡΙΚΟΙ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Αγγέλου (ΕΥΡ) 16,40	
2.- Ξεντόπουλος (ΑΟΕΓΑ) 15,65	
3.- Μπάικας (ΑΡΗΣ) 15,30	

ΑΛΜΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Ξεντόπουλος (ΑΟΕΓΑ) 18,65	
2.- Αγγέλου (ΕΥΡ) 17,50	
3.- Γιαννάκης (ΕΥΡ) 17,00	
4.- Π. Ταγτελενίδης (ΠΡΟΤ) 17,00	
5.- Ψαθάς (ΠΡΟΤ) 17,00	

ΔΙΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Αγγέλου (ΕΥΡ) 16,05	
2.- Ξεντόπουλος (ΑΟΕΓΑ) 14,55	
3.- Ψαθάς (ΠΡΟΤ) 14,25	

ΜΟΝΟΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Ξεντόπουλος (ΑΟΕΓΑ) 17,05	
2.- Αγγέλου (ΕΥΡ) 16,80	
3.- Ψαθάς (ΠΡΟΤ) 16,00	
4.- Ταγτελενίδης (ΠΡΟΤ) 16,00	

ΝΕΑΝΙΔΕΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΕΙΟΣ 358,25	
2.- ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ 354,80	
3.- ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ 340,60	
4.- ΔΙΑΓΩΡΑΣ 310,45	
5.- ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ 303,60	
6.- ΣΑΦΕ 301,55	
7.- ΖΑΘΝ 301,30	
8.- ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ 276,30	

ΟΜΑΔΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΕΙΟΣ 358,25	
2.- ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ 354,80	
3.- ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ 340,60	
4.- ΔΙΑΓΩΡΑΣ 310,45	
5.- ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ 303,60	
6.- ΣΑΦΕ 301,55	
7.- ΖΑΘΝ 301,30	
8.- ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ 276,30	

ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Ιωάννα Νάνου (ΑΛΕΞ) 75,60	
2.- Θάλεια Τσουφλίδου (ΠΑΝ) 73,35	
3.- Γιώτα Ζαχαρή (ΠΑΝ) 73,20	
4.- Χρυσούλα Φλαμουρίδου (ΦΙΑ) 71,80	
5.- Κική Καράμπελα (ΠΑΝ) 71,60	
6.- Ζωή Μενδεντζίδου (ΦΙΑ) 71,45	

ΑΛΜΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Ζαχαρή Γ. (ΠΑΝ) 19,10	
2.- Καράμπελα (ΠΑΝ) 18,80	
3.- Νάνου (ΑΛΕΞ) 18,75	

ΔΙΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Νάνου (ΑΛΕΞ) 19,10	
2.- Μενδεντζίδου (ΦΙΑ) 18,30	
3.- Γαλιά (ΣΑΦΕ) 18,30	

ΔΟΚΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Νάνου (ΑΛΕΞ) 19,20	
2.- Τσουφλίδου (ΠΑΝ) 19,00	
3.- Φλαμουρίδου (ΦΙΑ) 18,15	

ΕΔΑΦΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Φλαμουρίδου (ΦΙΑ) 18,60	
2.- Ζαχαρή Γ. (ΠΑΝ) 18,55	
3.- Νάνου (ΑΛΕΞ) 18,55	

ΤΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ	ΧΡ.	ΑΡΓ.	ΧΑΛ.	ΣΥΝ.
ΦΙΛΑΘΛΗΤΙΚΟΣ	8	5	5	18
ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ	6	4	3	13
ΕΥΡΙΠΠΕΙΟΣ	5	7	2	14
ΑΟΕΓΑ	4	2	1	7
ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΕΙΟΣ	3	6	3	12
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	3	1	2	6
ΠΡΟΤΥΠΟΣ	2	1	7	10
ΠΑΝΑΙΩΛΙΚΟΣ	0	1	1	2
ΓΛΥΦΑΔΑ	0	1	0	1
ΣΑΦΕ	0	1	0	1
ΑΧΙΛΛΕΑΣ	0	0	1	1

ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΕΛΛΑΔΑΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κατσάλης (ΠΡΟΤ) 16,00	

ΚΡΙΚΟΙ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κατσάλης (ΠΡΟΤ) 15,90	

ΑΛΜΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Μαγκαθάκης (ΑΡΗΣ) 18,35	

ΔΙΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κατσάλης (ΑΡΧ) 16,15	

ΜΟΝΟΖΥΓΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κατσάλης (ΑΡΧ) 16,15	

ΟΜΑΔΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- ΠΡΟΤΥΠΟΣ 411,55	

ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Λυδία Αργυράκη (ΓΛΟΑ) 37,55	
2.- Δανάη Νόντα (ΓΛΟΑ) 37,40	
3.- Μαρία Αλεβίζου (ΦΟΚ) 36,40	
4.- Μαρία Κεντημένη (ΑΛΕΞ) 35,40	
5.- Στραβάκου (ΦΟΚ) 35,10	
6.- Σμαρώ Παπαδοπούλου (ΓΛΟΑ) 35,00	

ΣΤΕΦΑΝΙ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Δ. Νόντα (ΓΛΟΑ) 9,45	
2.- Αργυράκη (ΓΛΟΑ) 9,35	
3.- Αλεβίζου (ΦΟΚ) 9,00	

ΜΠΑΛΛΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Αργυράκη (ΓΛΟΑ) 9,50	
2.- Αλεβίζου (ΦΟΚ) 9,15	
3.- Δ. Νόντα (ΓΛΟΑ) 9,10	

ΚΟΡΙΝΕΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Δ. Νόντα (ΓΛΟΑ) 9,55	
2.- Αργυράκη (ΓΛΟΑ) 9,40	
3.- Αλεβίζου (ΦΟΚ) 9,20	

ΚΟΡΔΕΛΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Δ. Νόντα (ΓΛΟΑ) 9,30	
2.- Αργυράκη (ΓΛΟΑ) 9,30	
3.- Μ. Νόντα (ΓΛΟΑ) 9,10	
4.- Κεντημένη (ΑΛΕΞ) 9,10	

ΝΕΑΝΙΔΕΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- ΓΛΟ ΑΘΗΝΩΝ 108,45	
2.- ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ 103,90	
3.- ΦΟ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ 102,15	
4.- ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΕΙΟΣ 93,55	
5.- ΓΕ ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ 83,85	

ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Νταίζη Τσακίρη (ΓΛΟΑ) 37,40	
2.- Έθελ Μητσοπούλου (ΓΛΟΑ) 37,15	
3.- Νίνα Δίπλα (ΑΛΕΞ) 35,65	
4.- Γιάννα Παπαδοπούλου (ΑΛΕΞ) 35,20	
5.- Κανελλοπούλου (ΦΟΚ) 34,90	
6.- Τρυπάνη (ΦΟΚ) 34,55	

ΣΤΕΦΑΝΙ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Μητσοπούλου (ΓΛΟΑ) 9,35	
2.- Τσακίρη (ΓΛΟΑ) 9,20	
3.- Δίπλα (ΑΛΕΞ) 9,00	

ΜΠΑΛΛΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Μητσοπούλου (ΓΛΟΑ) 9,55	
2.- Τσακίρη (ΓΛΟΑ) 9,55	
3.- Δίπλα (ΑΛΕΞ) 9,20	

ΚΟΡΙΝΕΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Τσακίρη (ΓΛΟΑ) 9,40	
2.- Μητσοπούλου (ΓΛΟΑ) 9,35	
3.- Δίπλα (ΑΛΕΞ) 8,85	

ΚΟΡΔΕΛΑ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Τσακίρη (ΓΛΟΑ) 9,25	
2.- Μητσοπούλου (ΓΛΟΑ) 8,90	
3.- Κανελλοπούλου (ΦΟΚ) 8,90	

ΤΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ	ΧΡ.	ΑΡΓ.	ΧΑΛ.	ΣΥΝ.
ΓΛΟΑ	14	7	2	23
ΦΟ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	0	3	4	7
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	0	1	6	7

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΠΑΙΔΩΝ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- ΠΑΝΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΕΙΟΣ 426,55	
2.- ΠΡΟΤΥΠΟΣ 418,95	
3.- ΑΡΧΕΛΑΟΣ ΚΑΤ. 416,95	
4.- ΑΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ 409,50	
5.- ΑΟ ΚΑΒΑΛΑΣ 407,25	

ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Κατσάλης (ΠΡΟΤ) 95,35	
2.- Νέπκας (ΣΙΡΙΣ) 95,30	
3.- Μαγκαθάκης (ΑΡΗΣ) 95,15	
4.- Χριστοφορίδης (ΠΑΝ) 93,20	
5.- Κακάλης (ΑΡΧ) 93,05	
6.- Θεοχαρίδης (ΠΑΝ) 90,10	

ΕΔΑΦΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Α. Γκογκολάτζε (ΣΟΒ ΕΝ) 19,65	
2.- Σ. Γκούσεφ (ΣΟΒ ΕΝ) 19,55	
3.- Μ. Πένεφ (ΒΟΥΛ) 19,15	

ΠΛΑΓΙΟΣ ΙΠΠΟΣ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Ρ. Αντέεφ (ΣΟΒ ΕΝ) 19,80	
2.- Σ. Γκούσεφ (ΣΟΒ ΕΝ) 19,30	
3.- Α. Τρεκάτε (ΙΤΑ) 19,25	
7.- Γ. Κασσιόλης (ΤΣΕΧ) 18,75	

ΚΡΙΚΟΙ	ΑΝΔΡΕΣ
1.- Σ. Γκούσεφ (ΣΟΒ ΕΝ) 19,55	
2.- Μ. Τόμπα (ΡΟΥΜ) 19,30	
3.- Τ. Προύμα (ΟΥΓ) 19,15	
4.- Ντ. Ορλέτ (ΤΣΕΧ) 19,15	
6.- Γ. Κασσιόλης (ΤΣΕΧ) 19,00	

# IV ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΟΙ ΕΦΗΒΩΝ - ΝΕΑΝΙΔΩΝ

Κείμενα: Ζαχαρίας Νικολαΐδης  
Αποκλειστικές Φωτογραφίες: Norbert Smyk

Πετυχημένη μπορεί να θεωρηθεί η πρώτη ελληνική παρουσία στο Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, που έγινε τον Απρίλιο στο Ρίμνι. Η Χριστίνα Σολομωνίδου, 13 χρονών και με ελάχιστες διεθνείς εμπειρίες, κατόρθωσε να σταθεί πολύ αξιόλογα ανάμεσα στα μεγαλύτερα και όχι μόνο να ξεπεράσει 12 αθλήτριες, αλλά να κάνει όλους να μιλούν για κολακευτικά λόγια για την άνοδο της Ελληνικής γυμναστικής.

"Είμαι κατάπληκτος", τόνισε σε συνέντευξη τύπου ο πρόεδρος της FIG Γιούρι Τιτόβ, "δεν περίμενα να δω τέτοιες ασκήσεις από την Ελλάδα. Της αξίζουν συγχαρητήρια". Παρόμοιες ήταν και οι απόψεις των υπόλοιπων εκπροσώπων της Ευρωπαϊκής γυμναστικής.

Ωστόσο η ατυχία, αλλά και το τρακ των αγώνων, συνόδευσαν από την αρχή της Ελληνική ομάδα. Στην πρώτη προπόνηση έπαθε διάστρεμμα η Ντανιέλα Κυρλή και, παρά τις προσπάθειες των γιατρών, δεν μπόρεσε να αγωνιστεί. Από την άλλη πλευρά η Σολομωνίδου, ενώ άρχισε πολύ καλά στο δίζυγο και τη δοκό, στην προθέρμανση του εδάφους έπεσε και χτύπησε στο κεφάλι κάνοντας διπλό σάλτο. Παρ' όλα αυτά έδειξε μεγάλη αγωνιστικότητα και στο έδαφος και στο άλμα. Το μέγεθος της επιτυχίας φαίνεται στο ότι η Σολομωνίδου ξεπέρασε στη δοκό 23 αθλήτριες από τις 61 (38η θέση), ανάμεσα στις οποίες την Τσεχοσλοβάκα Πιτλοβίκοβα, την Αγγλίδα Σάλυ Λάρνερ, μια Ουγγαρέζα, μια Ισπανίδα, μια Γαλλίδα, όλες από χώρες με διακρίσεις στο άθλημα, καθώς και τις δυο Γιουγκοσλάβες.

Ας μιλήσουμε τώρα για την κορυφή. Οι Σοβιετικοί κυριάρχησαν απόλυτα στο πρωτάθλημα αυτό, καθώς δεν υπήρχαν βέβαια κινέζοι στους εφήβους, ούτε οι Ρουμάνες νεάνιδες ήταν ικανές να διεκδικήσουν την πρώτη θέση. Αποτέλεσμα ήταν να πάρουν το δρόμο για τη Μόσχα τα 11 από τα 12 χρυσά μετάλλια και μόνο ένα να φτάσει στο Βουκουρέστι (Σίλιβας στη δοκό).

Ο Σεργκέϊ Γκούσεφ πήρε εύκολα σχετικά την πρώτη θέση, αφού ξεπέρασε τους συμπατριώτες του Λάντο Γκογκολάτζε και Ραβίλ Αντέεφ. Από τους υπόλοιπους ξεχώρισε ο Ελληνικής καταγωγής Γιάννης Κασπίδης, οι Βούλγαροι Πένεφ και Νάστεφ (απογοήτευσε ο Γκεράσκωφ), ο Τσέχος Ορλέτ και οι Ιταλοί Πάολο Μπούτσι και Αντόνιο Τρεκάτε, που πήραν δυο μετάλλια. Οι Ιταλοί, όπως και οι Ιταλίδες (4η η Λουκόνι στο άλμα), είχαν προετοιμαστεί πολύ καλά για τους αγώνες και αυτό φάνηκε ξεκάθαρα.

Στα κορίτσια τον τίτλο μοιράστηκαν η Ίρα Μπαρσάνοβα και η Έλενα Ζαμπρόντινα, μπροστά από τη Νατάλια Φρόλοβα (καμιά σχέση με την Τατιάνα). Ωστόσο το άστρο της Μπαρσάνοβα ήταν εκείνο που έλαμψε. Η "κρυστάλλινα εύθραυστη" Ίρα έκλεψε τις καρδιές όλων στο Ρίμνι και θα είχε πάρει μόνη της τον τίτλο αν δεν είχε μια άτυχη στιγμή στη δοκό. Θαύμασιο ήταν το άλμα της (ροντάτ-Καζαμάτσου) που βαθμολογήθηκε με 9,90, ενώ στο πρωτάθλημα Σοβ. Ένωσης, μερικές μέρες πριν, είχε πάρει 10,20! (σε εθνικά πρωταθλήματα δίνονται και βαθμοί πάνω από 10). Εντυπωσιακή ήταν και η σειρά της Φρόλοβα στο έδαφος (χρυσό μετάλλιο), που βαθμολογήθηκε με 9,95, ενώ δυο κριτές της έδωσαν 10!

Το επίπεδο των ασκήσεων ήταν γενικά πολύ ψηλό. Πολλοί εφήβοι έκαναν γιγανταιωρήματα με ένα χέρι και τριπλά σάλτα, ή Τκάτσεφ και Γκίγγκερ στο μονόζυγο. Αποτέλεσμα ήταν να καταρριφθούν τόσο το Ευρωπαϊκό ρεκόρ του Μπιλοζέρτσεφ (57,80 από το 1982), όσο και της Σάμπο (39,25 από το 1982).

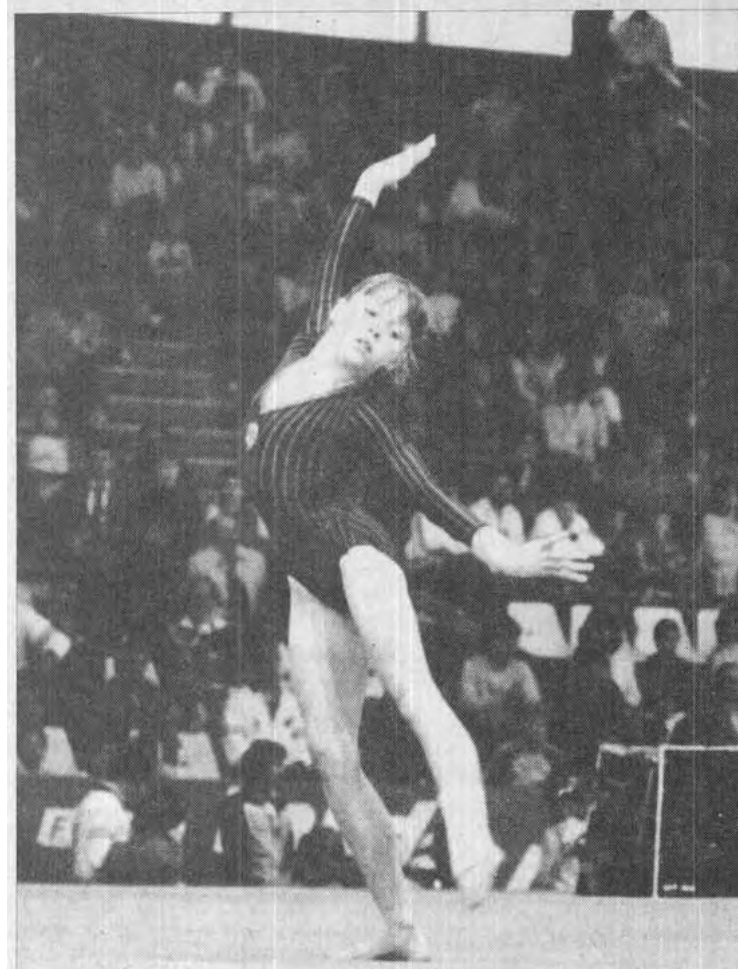
## ΟΙ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΕΣ

Ο ΣΕΡΓΚΕΙ ΓΚΟΥΣΕΦ γεννήθηκε στις 23 Μαΐου 1966 στο Τότσεκ και άρχισε γυμναστική το 1974 (8 χρονών). Ανήκει στην ΤΣΣΚΑ Μόσχας. Έχει ύψος 1,63 και ζυγίζει 63 κιλά. Το 1982 ήταν πρωταθλητής εφήβων Σοβ. Ένωσης και πέρυσι κέρδισε το πρωτάθλημα Ανατολικών χωρών (Τουρνουά Φιλίας-Ντρούζμα). Είναι φοιτητής.

Η ΊΡΑ ΜΠΑΡΑΣΑΝΟΒΑ γεννήθηκε στην Τασκένδη στις 24 Ιουλίου 1969 και άρχισε γυμναστική το 1975 (6 χρονών) στην Παχτακόρ. Το 1977 πήγε στην ΤΣΣΚΑ Μόσχας, όπου ανήκει τώρα. Έχει ύψος 1,40 και ζυγίζει 28 κιλά. Προπονήτριά της είναι η Μάγια Γιακόβλεβα. Η Ίρα είναι μαθήτρια γυμνασίου και της αρέσει ιδιαίτερα το έδαφος, όπου διακρίνεται για τη μεγάλη της εκφραστικότητα και την καταπληκτική της κίνηση. Το 1983 κέρδισε το τουρνουά της Βαρκελώνης (Χοακίν Μπλούμε), ενώ φέτος ήρθε δεύτερη στο "Moscow News" (μετά την Κολεσνίκοβα) και τρίτη στο Σοβιετικό πρωτάθλημα γυναικών, μετά την Ιλιένκο και τη Μοστεπάνοβα.

Η ΕΛΕΝΑ ΖΑΜΠΡΟΝΤΙΝΑ γεννήθηκε στις 5 Σεπτεμβρίου 1971 στο Λένινγκραντ. Και άρχισε γυμναστική το 1979 (8 χρονών). Ανήκει στη Ζενίθ Λένινγκραντ, έχει ύψος 1,38 και ζυγίζει 29 κιλά. Προπονητής της είναι ο Ουσάλκο. Είναι μαθήτρια.

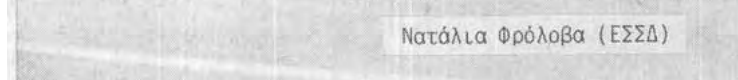
Ο ΛΑΝΤΟ ΓΚΟΓΚΟΛΑΤΖΕ γεννήθηκε στις 18 Αυγούστου 1976 στην Τιφλίδα και άρχισε γυμναστική το 1974. Ανήκει στη Λοκομοτίβ Τιφλίδας και προπονητής του είναι ο Άρνολντ Κβετανάγκσε. Έχει ύψος 1,64 και ζυγίζει 57 κιλά.



Νατάλια Φρόλοβα (ΕΣΣΔ)



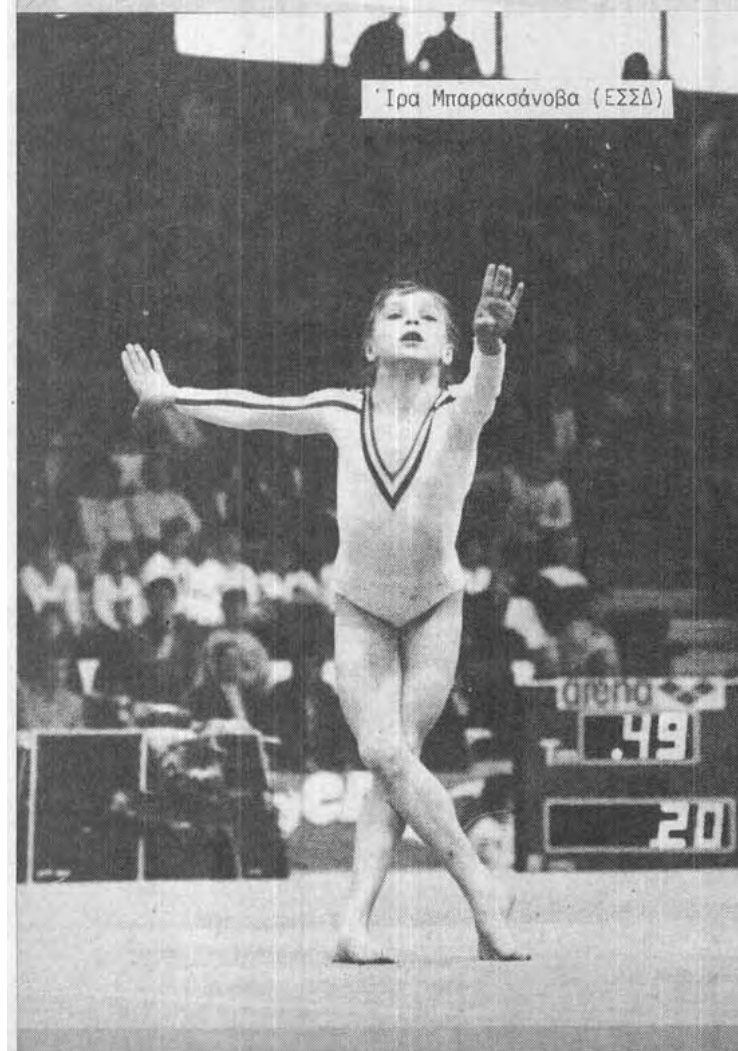
Έλενα Ζαμπρόντινα (ΕΣΣΔ)



Ίρα Μπαρσάνοβα (ΕΣΣΔ)



Ντάντα Σίλιβας (Ρουμανία)



Ο ΡΑΒΙΛ ΑΝΤΕΕΦ γεννήθηκε στις 9 Μαΐου 1968 και άρχισε γυμναστική το 1975. Ανήκει στη Δυναμό Τσερκέζακ και προπονητής του είναι ο Γιούρι Ντόχοφ. Έχει ύψος 1,54 και ζυγίζει 41 κιλά.

Η ΝΑΤΑΛΙΑ ΦΡΟΛΟΒΑ γεννήθηκε στις 24 Ιανουαρίου 1971 και άρχισε γυμναστική το 1979. Ανήκει στη Δυναμό Λένινγκραντ και προπονητής της είναι ο Μοσκόφ. Έχει ύψος 1,32 και ζυγίζει 29 κιλά.

Η ΝΤΑΝΙΕΛΑ ΣΙΛΙΒΑΣ (Ρουμανία), γεννήθηκε στις 9 Μαΐου 1970 στο Πλοέστι και άρχισε γυμναστική το 1975. Τώρα ανήκει στην Τσετάτε Ντέβα και προπονητής της είναι ο Ίον Καρπινίτζαν. Έχει ύψος 1,30 και βάρος 26 κιλά. Ήταν Βαλκανιονίκης νεανίδων 1983 στο Χάσκοβο.

#### ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ

Η πιο μικρή αθλήτρια των αγώνων ήταν η Ρουμάνη Αουρέλια Ντόμπρε (16.11.1972) και αμέσως μετά η Ντανιέλα Κυρλή (25.12.1971). Η πιο μεγάλη ήταν η Γαλλίδα Κορίν Ραγκαζακί (1.1.1969).

Η πιο κοντή ήταν η Ρουμάνη Ντανιέλα Σίλιβας (ύψος μόλις 1,30 μ.!) και η πιο ψηλή η Ραγκαζακί (1,64).

Η πιο ελαφριά ήταν η Σίλιβας (26 κιλά) και η πιο βαριά η Ραγκαζακί (52 κιλά).

Πιο παλιά αθλήτρια ήταν η Ρουμάνη Ραλούκα Μπούγκνερ (άρχισε το 1974) και πιο καινούργια η Σουηδέζα Μαρία Γκράνστρουμ (άρχισε το 1981).

Ο σύλλογος με τις πιο πολλές αθλήτριες (3) ήταν ο Πολωνικός ΟΚΣ Στόμιλ Όλστιν, με προπονητή τον Ζμπόγκνιεβ Ζολνίροβιτς.

Σε μικρότερη ηλικία άρχισε γυμναστική η Ρουμάνη Ντόμπρε (4,5 χρονών) και σε μεγαλύτερη η Ολλανδέζα Να Μέε Μπόβενσεν (12 χρονών).

Σε ψηφοφορία των δημοσιογράφων, πιο όμορφη αθλήτρια αναδείχθηκε η Γαλλίδα Κορίν Ραγκαζακί.

Στους άνδρες, μεγαλύτερος σε ηλικία αθλητής ήταν ο Ολλανδός Βίλκο Βαν Λούικ (3.6.1965) και μικρότερος ο Σουηδός Γιόργκεν Γιόνασον (24.3.1970).

Ο πιο κοντός ήταν ο Τσέχος Μίλος Σνένταρ (1,45) και ο πιο ψηλός ο Ανατολικογερμανός Τόμας Χούπφερ (1,77).

Ο πιο ελαφρύς ήταν ο Σοβιετικός Ραβίλ Αντέεφ (41 κιλά) και ο πιο βαρύς ο Σουηδός Μίχαελ Πέτερσον (70 κιλά).

Οι πιο παλιοί αθλητές (άρχισαν το 1972) ήταν ο Γάλλος Πατρίκ Ματιονί, ο Ολλανδός Βίλκο Βαν Λούικ και ο Ρουμάνος Μάριους Τόμπα. Και πιο νέος (άρχισε το 1980) ο Ισπανός Χουάν Κάρλος ντελ Χιέρο.

Οι σύλλογοι με τους πιο πολλούς αθλητές ήταν ο Τσεχοσλοβακικός Ζμπρόγιοφκα Μπρού (προπονητής Ράϊμουντ Χέντμπαβνυ) και ο Ιρλανδικός Γκρέντζ Κλαμπ (προπονητής Πατ Μακ Γκραθ).

Σε μικρότερη ηλικία άρχισε γυμναστική ο Ρουμάνος Μάριους Τόμπα (4 χρονών) και σε μεγαλύτερη ο Φινλανδός Γιούρι Ράσμουσ και ο Γιουγκοσλάβος Ιβάν Γιακόβλεβιτς (13 χρονών).

Ζαχαρίας Νικολαΐδης

# ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ 1984 ΛΟΣ ΑΝΤΖΕΛΕΣ

από τον Ζαχ. Νικολαΐδη

Επειδή μέχρι την ώρα της εκτύπωσης δεν είχε ληξει η προθεσμία υποβολής δηλώσεων για την Ολυμπιάδα του Λος Άντζελες και επικρατούσε γενική αβεβαιότητα με το θέμα της αποχής των Ανατολικών χωρών, το ΔΥΝΑΜΙΚΟ είναι σε θέση να παρουσιάσει μια σύντομη μόνο προαναγγελία για τη μεγαλύτερη διοργάνωση της χρονιάς, καθώς και μερικά ιστορικά στοιχεία.

Συνοπτικά μπορούμε να αναφέρουμε ότι αν τελικά μπούκοτάρουν οι Ανατολικές χώρες τους αγώνες - που είναι και το πιο πιθανό - και συμμετάσχει η Ρουμανία (όπως δήλωσε), τα φαβορί είναι:

Στο ομαδικό ανδρών οι Κινέζοι, που αναμένεται να κάνουν περίπατο, με υποψήφιους για το αργυρό τις ΗΠΑ και την Ιαπωνία.

Στο σύνθετο ατομικό ανδρών οι Κινέζοι Τονγκ Φέι, Λι Νινγκ, Λι Γιουεγιού (... ή κάποιος άλλος), ο Ιάπωνας Κότζι Γκούσικεν, και οι Αμερικανοί Μπαρτ Κόννερ και Πήτερ Βίντμαρ.

Στο ομαδικό γυναικών η Ρουμανία, ίσως με κάποια πίεση από τις ΗΠΑ και την Κίνα.

Στο σύνθετο ατομικό γυναικών οι Ρουμάνες Κάτι Σάμπο, Λαβίνια Αγκάκε και η Αμερικανίδα Μαίρη-Λού Ρέττον, το αστέρι του Κάρολου που σαρώνει τα πάντα στις ΗΠΑ.

Τέλος, στη ρυθμική όλα παίζονται. Στο ομαδικό είναι υποψήφια η Ισπανία και στο σύνθετο οι Ρουμάνες Ντόβινα Σταϊκουλέσκου, Αλίνα Ντράγκαν και η Δυτικογερμανίδα Ρεγκίνα Βέμπερ.

Το πρόγραμμα της Ολυμπιάδας στο Πάλεϋ Παβιλιόν του UCLA (οι ώρες είναι τοπικές):

#### ΚΥΡΙΑΚΗ 29 ΙΟΥΛΙΟΥ

9.30 - 11.30 : Υποχρεωτικά ανδρών - α' όμιλος.  
14.00 - 16.00 : Υποχρεωτικά ανδρών - β' όμιλος.  
18.30 - 20.30 : Υποχρεωτικά ανδρών - γ' όμιλος.

#### ΔΕΥΤΕΡΑ 30 ΙΟΥΛΙΟΥ

10.00 - 11.15 : Υποχρεωτικά γυναικών - α' όμιλος.  
11.25 - 12.40 : Υποχρεωτικά γυναικών - β' όμιλος.  
17.30 - 18.45 : Υποχρεωτικά γυναικών - γ' όμιλος.  
18.55 - 20.10 : Υποχρεωτικά γυναικών - δ' όμιλος.

#### ΤΡΙΤΗ 31 ΙΟΥΛΙΟΥ

9.30 - 11.30 : Ελεύθερα ανδρών - α' όμιλος.  
14.00 - 16.00 : Ελεύθερα ανδρών - β' όμιλος.  
18.30 - 20.30 : Ελεύθερα ανδρών - γ' όμιλος.  
21.00 : Απονομή ομαδικού ανδρών.

#### ΤΕΤΑΡΤΗ 1 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

10.00 - 11.15 : Ελεύθερα γυναικών - α' όμιλος.  
11.25 - 12.40 : Ελεύθερα γυναικών - β' όμιλος.  
17.30 - 18.45 : Ελεύθερα γυναικών - γ' όμιλος.  
18.55 - 20.10 : Ελεύθερα γυναικών - δ' όμιλος.  
20.30 : Απονομή ομαδικού γυναικών.

#### ΠΕΜΠΤΗ 2 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

17.30 - 20.30 : Σύνθετο ατομικό ανδρών.  
21.00 : Απονομή συνθέτου ανδρών.

#### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 3 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

17.30 - 20.00 : Σύνθετο ατομικό γυναικών.  
20.30 : Απονομή συνθέτου γυναικών.

#### ΣΑΒΒΑΤΟ 4 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

17.30 - 20.30 : Τελικοί ανδρών.

#### ΚΥΡΙΑΚΗ 5 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

17.30 - 19.30 : Τελικοί γυναικών.

#### ΠΕΜΠΤΗ 9 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

18.30 - 22.30 : Ρυθμική - 2 όργανα συνθέτου ατομικού.

#### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

18.30 - 22.30 : Ρυθμική - 2 όργανα συνθέτου ατομικού.

23.00 : Απονομή συνθέτου.

#### ΣΑΒΒΑΤΟ 11 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

20.00 - 22.30 : Ρυθμική - τελικοί οργάνων.

Σύμφωνα με την κλήρωση που έγινε στο Ρίμνι, οι όμιλοι των Ολυμπιακών καθορίστηκαν ως εξής (χωρίς να αφαιρέσουμε τις χώρες που μπούκοτάρουν):

Α' ΟΜΙΛΟΣ ΑΝΔΡΩΝ : Κίνα - Γαλλία - Γκρουπ 4 (2 Νότ. Κορέα, 2 Ισπανία, 1 Νορβηγία, 1 Σουηδία) - Δυτ. Γερμανία.

Β' ΟΜΙΛΟΣ ΑΝΔΡΩΝ : Ουγγαρία - Ιαπωνία - Ρουμανία - Γκρουπ 3 (3 Ιταλία, 2 Μεγ. Βρετανία, 1 Αυστραλία) - Γκρουπ 1 (3 Βόρ. Κορέα, 3 Καναδάς) - Ελβετία.

Γ' ΟΜΙΛΟΣ ΑΝΔΡΩΝ : Σοβ. Ένωση - ΗΠΑ - Βουλγαρία - Γκρουπ 2 (1 Βραζιλία, 1 Ισραήλ, 1 Μεξικό, 1 Μογγολία, 1 Ν. Ζηλανδία, 1 Βέλγιο) - Ανατ. Γερμανία - Κούβα.

Α' ΟΜΙΛΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ : Καναδάς - Γκρουπ 2 (2 Μ. Βρετανία, 2 Κούβα, 1 Μογγολία) - Δυτ. Γερμανία - Γκρουπ 3 (1 Αυστραλία, 3 Ιταλία, 2 Γαλλία).

Β' ΟΜΙΛΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ : Σοβ. Ένωση - Ιαπωνία - Τσεχοσλοβακία - ΗΠΑ.

Γ' ΟΜΙΛΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ : Ρουμανία - Κίνα - Βουλγαρία - Ουγγαρία.

Δ' ΟΜΙΛΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ : Αν. Γερμανία - Γκρουπ 4 (3 Ελβετία, 1 Βραζιλία, 1 Ισραήλ, 1 Σουηδία) - Βόρ. Κορέα - Γκρουπ 1 (3 Ισπανία, 1 Ν. Ζηλανδία, 1 Νότ. Κορέα).

Α' ΟΜΙΛΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ : 2 Νορβηγία, 2 Αυστραλία, 2 Πορτογαλία, 1 Κούβα, 1 ΗΠΑ, 1 Ολλανδία, 1 Γαλλία, 1 Ελβετία, 1 Καναδάς, 1 Μεγ. Βρετανία, 1 Βέλγιο, 1 Βραζιλία, 1 Ν. Ζηλανδία.

Β' ΟΜΙΛΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ : 2 Πολωνία, 2 Ιαπωνία, 1 Αν. Γερμανία, 1 Δυτ. Γερμανία, 1 Γιουγκοσλαβία, 1 Ιταλία, 1 Ουγγαρία, 1 Κίνα, 1 Γαλλία, 1 Ελβετία, 1 ΗΠΑ, 1 Κούβα, 1 Ολλανδία, 1 Σουηδία.

Γ' ΟΜΙΛΟΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ : 2 Βουλγαρία, 2 Σοβ. Ένωση, 2 Ρουμανία, 2 Τσεχοσλοβακία, 2 Ισπανία, 2 Βόρ. Κορέα, 1 Αν. Γερμανία, 1 Δυτ. Γερμανία, 1 Ουγγαρία, 1 Ιταλία, 1 Κίνα, 1 Γιουγκοσλαβία, 1 Καναδάς.

#### ΚΟΡΔΕΛΑ

1.- Γκ. Μπελογκλάζοβα (ΣΟΒ ΕΝ) 9,70  
31.- Λ. Αργυράκη (ΕΛΛ) 8,45  
39.- Δ. Νόντα (ΕΛΛ) 7,85

#### ΜΠΑΛΛΑ

1.- Γκ. Μπελογκλάζοβα (ΣΟΒ ΕΝ) 9,80  
32.- Δ. Νόντα (ΕΛΛ) 8,55  
34.- Λ. Αργυράκη (ΕΛΛ) 8,40

#### ΚΟΡΙΝΕΣ

1.- Γκ. Μπελογκλάζοβα (ΣΟΒ ΕΝ) 9,75  
31.- Δ. Νόντα (ΕΛΛ) 8,70  
- Λ. Αργυράκη (ΕΛΛ) 8,70

#### WIESBADEN CUP (ΡΥΘΜΙΚΗ)

1.- Μπελογκλάζοβα Γκ. (ΣΟΒ ΕΝ) 39,05  
2.- Κουτκάιτε Ντ. (ΣΟΒ ΕΝ) 38,40  
3.- Κράουζε Μ. (RDA) 37,50  
4.- Ντρίτλιχ Μπ. (RDA) 37,35  
5.- Ντράγκαν Α. (ΡΟΥΜ) 37,25  
6.- Βέμπερ Ρ. (RFA) 37,05  
- Σταϊκουλέσκου Ντ. (ΡΟΥΜ) 37,05

#### SOVIET WOMAN (ΡΥΘΜΙΚΗ)

#### ΜΟΣΧΑ - ΣΟΒ. ΕΝ.

1.- Β. Ζαρίποβα (ΣΟΒ ΕΝ) 38,90  
2.- Ε. Ντεβετιάροβα (ΣΟΒ ΕΝ) 38,65  
3.- Σ. Κουντίνοβα (ΣΟΒ ΕΝ) 38,50  
4.- Κ. Ντουάνουσκια (ΒΟΥΛ) 38,40  
5.- Τ. Ντρουζίνινα (ΣΟΒ ΕΝ) 38,20  
6.- Α. Ντουάνουσκια (ΒΟΥΛ) 38,15

Ζαχαρίας Νικολαΐδης

Νικολάϊ Αντριάνωφ: ο μεγαλύτερος απ' όλους.



1976: Ο Κάρου, η Νάντια (πίσω του) και η περίφημη ρουμάνικη ομάδα ξετρελαίνουν το Μόντρεαλ.

Μόσχα 1980: Η Γιελένα Νταβίντοβα πανηγυρίζει τον Ολυμπιακό τίτλο με την Φιλιάτοβα.



#### Η ΠΡΟΪΣΤΟΡΙΑ

Ας θυμηθούμε τώρα και τους Ολυμπιονίκες στο ομαδικό και το σύνθετο ατομικό, από το 1936 που άρχισαν να υπάρχουν τα αγωνίσματα αυτά :

**ΟΜΑΔΙΚΟ ΑΝΔΡΩΝ :** Γερμανία (1936), Φινλανδία (1948), Σοβ. Ένωση (1952, 1956, 1980), Ιαπωνία (1960, 1964, 1968, 1972, 1976).

**ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΑΝΔΡΩΝ :** Άλφρεντ Σβάτσμαν - Γερμανία (1936), Βέϊκο Χούτανεν - Φινλανδία (1948), Βίκτορ Τσουκάριν - Σοβ. Ένωση (1952, 1956), Μπόρις Σακλίν - Σοβ. Ένωση (1960), Γιούκο Έντο - Ιαπωνία (1964), Σαβάνο Κάτο - Ιαπωνία (1968, 1972), Νικολάϊ Αντριάνωφ - Σοβ. Ένωση (1976), Αλεξάτερ Ντιτιάτιν - Σοβ. Ένωση (1980).

Στις γυναίκες τα παγκόσμια είναι ταυτόχρονα και Ευρωπαϊκά ρεκόρ. Στο ομαδικό το έχει η Σοβιετική Ένωση με 394,90 (1980 Μόσχα) και στο ατομικό η Σοβιετική Νατάλια Γιουρτσένκο με 79,35 βαθ. (1983 Βουδαπέστη). Το Ολυμπιακό ρεκόρ κατέχει η Νάντια Κομανέτσι με 79,275 β. (1976 Μόντρεαλ) που είναι και το παλαιότερο.

**ΟΜΑΔΙΚΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ :** Σοβ. Ένωση (1960, 1964, 1968, 1972, 1976, 1980).

**ΣΥΝΘΕΤΟ ΑΤΟΜΙΚΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ :** Μαρία Γκοροχόβσκαγια - Σοβ. Ένωση (1952), Λαρίσα Λατύνινα - Σοβ. Ένωση (1956, 1960), Βέρα Τασσάφσκα - Τσεχοσλοβακία (1964, 1968), Λουντμίλα Τουρίσεβα - Σοβ. Ένωση (1972), Νάντια Κομανέτσι - Ρουμανία (1976), Γιελένα Νταβίντοβα - Σοβ. Ένωση (1980).

Τους Ολυμπιακούς τίτλους από το 1980 κατέχουν οι εξής :

#### ΑΝΔΡΕΣ

**ΟΜΑΔΙΚΟ :** Σοβ. Ένωση, **ΣΥΝΘΕΤΟ :** Αλεξάντερ Ντιτιάτιν, **ΕΔΑΦΟΣ :** Ρόλαντ Μπρούκνερ (Αν. Γερμανία), **ΠΛ. ΙΠΠΟΣ :** Ζόλταν Μάγκναρ (Ουγγαρία), **ΚΡΙΚΟΪ :** Αλεξάντερ Ντιτιάτιν, **ΑΛΜΑ :** Νικολάϊ Αντριάνωφ (Σοβ. Ένωση), **ΔΙΖΥΓΟ :** Αλεξάντερ Τκάτσεφ (Σοβιετ. Ένωση), **ΜΟΝΟΖΥΓΟ :** Στογιάν Ντέλτσεφ (Βουλγαρία).

Από αυτούς αγωνίζεται ακόμα μόνο ο Μπρούκνερ.

#### ΓΥΝΑΙΚΕΣ

**ΟΜΑΔΙΚΟ :** Σοβ. Ένωση, **ΣΥΝΘΕΤΟ :** Γιελένα Νταβίντοβα, **ΑΛΜΑ :** Νατάλια Σαποσνίκοβα (Σοβ. Ένωση), **ΔΙΖΥΓΟ :** Μάξι Γκνάουκ (Αν. Γερμανία), **ΔΟΚΟΣ :** Νάντια Κομανέτσι (Ρουμανία), **ΕΔΑΦΟΣ :** Νέλλι Κιμ (Σοβιετ. Ένωση) και Νάντια Κομανέτσι.

Από τις παραπάνω συνεχίζει μόνο η Γκνάουκ.

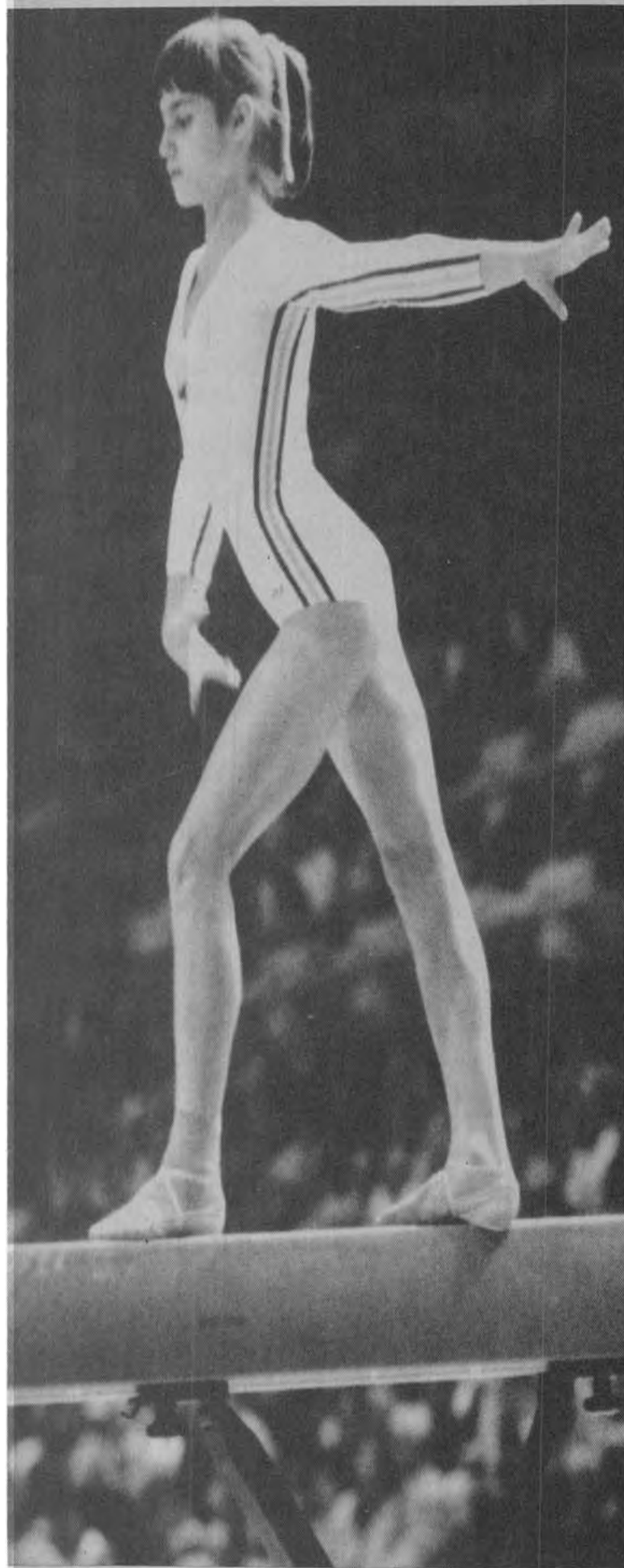
Ο Νικολάϊ Αντριάνωφ είναι ο πιο πετυχημένος αθλητής όλων των εποχών, έχοντας κερδίσει 15 μετάλλια σε τρεις Ολυμπιάδες (1972, 1976, 1980), περισσότερα από κάθε άλλον. Εξάλλου ο Ντιτιάτιν κέρδισε το 1980 τα περισσότερα μετάλλια μιας Ολυμπιάδας, συνολικά 8. Είναι επίσης ο πρώτος αθλητής που πήρε 10 σε Ολυμπιάδα.

Στις γυναίκες η πιο πετυχημένη είναι ασφαλώς η Λαρίσα Λατύνινα, η μεγαλύτερη αθλήτρια της παγκόσμιας γυμναστικής, που κέρδισε 18 μετάλλια, περισσότερα από κάθε άλλη (9 χρυσά, 5 αργυρά, 4 χάλκινα). Εξάλλου, η Νάντια Κομανέτσι είναι η αθλήτρια που πήρε το πρώτο 10 στην Ολυμπιακή ιστορία της γυμναστικής και μάλιστα 7 φορές (Μόντρεαλ 1976).

Και κλείνουμε τη σύντομη αναδρομή μας με τα ρεκόρ, πολλά από τα οποία ίσως καταρριφθούν στο Λος Άντζελες.

Τα παγκόσμια ρεκόρ ανδρών κατέχουν η Κίνα με 591,45 β. (Βουδαπέστη 1983) και ο Σοβιετικός Ντιμίτρι Μπιλοζέρτσεφ με 119,20 β. (Βουδαπέστη 1983). Το ομαδικό Ευρωπαϊκό και Ολυμπιακό ρεκόρ είναι της Σοβ. Ένωσης με 589,60 β. (Μόσχα 1980). Το Ολυμπιακό ατομικό ρεκόρ είναι του Αλεξάντερ Ντιτιάτιν με 118,65 (1980 Μόσχα).

Ζαχαρίας Νικολαΐδης



## ΑΝΤΙΟ ΝΑΝΤΙΑ

Η Κυριακή 6 Μαΐου 1984 θα μείνει ασφαλώς στην ιστορία της παγκόσμιας γυμναστικής. Είναι η μέρα που το μεγαλύτερο αστέρι της, η Νάντια Κομανέτσι, αποχαιρέτησε την ενεργό δράση.

Στο φεστιβάλ γυμναστικής που έγινε προς τιμήν της στο Βουκουρέστι, μια συγκίνηση πλανιόταν πάνω από αυτούς που ήρθαν για να την τιμήσουν και τους 5000 θεατές που γέμισαν ασφυκτικά την αίθουσα.

Η μεγάλη Νάντια εμφανίστηκε για τελευταία φορά στη δοκό και το δίζυγο και δεν μπόρεσε να συγκρατήσει τους λυγμούς της όταν προσπάθησε να μιλήσει στον κόσμο, που επί ώρα φώναζε ρυθμικά το όνομά της. Το τέλος είναι πάντα σκληρό, πολύ περισσότερο για μια αθλήτρια σαν την Κομανέτσι.

Νωρίτερα, ο Χούαν Αντόνιο Σάμαραντς της απένειμε το αργυρό μετάλλιο τιμής της ΔΟΕ, ενώ ο παγκόσμιος πρωταθλητής Ντιμίτρι Μπιλοζέρτσεφ της πρόσφερε μια αγκαλιά τριαντάφυλλα εκ μέρους όλων των αθλητών.

Από τη γιορτή έλειπε ο άνθρωπος που θα έπρεπε να βρίσκεται πρώτος εκεί, ο διάσημος προπονητής της Μπέλα Κάρολυ, που τώρα μένει στις ΗΠΑ. Σε αποκλειστικές δηλώσεις του στο ΔΥΝΑΜΙΚΟ (τηλεφωνικά), ο Μπέλα τόνισε:

"Πάντα πίστευα ότι η Νάντια ήταν η μεγαλύτερη αθλήτρια του κόσμου. Εγώ και η γυναίκα μου Μάρθα είμαστε ευτυχισμένοι που τη βοηθήσαμε."

Λυπάμαι που η γυμναστική χάνει την αθλήτρια που άνοιξε νέους δρόμους, και που εγώ δεν βρέθηκα σ' αυτή τη γιορτή. Χαίρομαι όμως που βρήκε το δρόμο της, που έγινε μια προσωπικότητα γεμάτη τιμές και εύχομαι να μπορέσει να διδάξει αυτά που έμαθε, όπως τα έκανε εκείνη. Τι άλλο να πω; Αντί ο Νάντια...".

Το 14χρονο κοριτσάκι που μάγεψε τον κόσμο το 1976 με την τελειότητά του είναι πια μια ανάμνηση, όπως ανάμνηση είναι και η όμορφη δεσποινίς Κομανέτσι που στάθηκε όρθια μέσα στη Μόσχα το 1980.

Το ΔΥΝΑΜΙΚΟ θα παρουσιάσει σε κάποιο επόμενο τεύχος ένα πολυσέλιδο αφιέρωμα στη Νάντια Κομανέτσι.

Ζαχαρίας Νικολαΐδης

## ΜΠΡΑΒΟ ΓΙΑΝΝΑ, ΜΠΡΑΒΟ ΓΙΩΤΑ!

από τον Ζαχ. Νικολαΐδη

Εκτός από την ωραία εμφάνιση της Σολομωνίδου στο Ρίμνι, για την οποία αναφερόμαστε στο ρεπορτάζ των Πανευρωπαϊκών, εντυπωσιακή ήταν η παρουσία της Γιάννας Κασούνη και της Γιώτας Ζαχαρή (πρώτη διεθνής συμμετοχή) στο μεγάλο τουρνουά "μοντσεάνου" της Ρουμανίας.

Με αντιπάλους τα μεγαθήρια της Ρουμανίας, της Σοβ. Ένωσης και της Κίνας, οι Ελληνίδες στάθηκαν περίφημα και μάλιστα σε ορισμένα όργανα κέρδισαν Κινέζες, Σοβιετικές και Ουγγαρέζες, κάτι ασύλληπτο για τα Ελληνικά δεδομένα.

Όσο και αν φαίνεται παράξενο, η Γιάννα Κασούνη με 36,00 β. (μέσος όρος 9,00) ισοβάθησε στο σύνθετο με την Κινέζα Ζου Τιεγιά και κέρδισε την Ουγγαρέζα Άγκνες Κόλος, που πέρυσι εντυπωσίασε στο τουρνουά της Βάρνας. Από την πλευρά της η Ζαχαρή κέρδισε όλες τις Τουρκάλες, μέλη της ομάδας που πέρυσι κέρδισε την εθνική μας στην Άγκυρα.

Στο άλμα με 9,30, η Κασούνη ήρθε 15η στις 28 αθλήτριες, υποσκελίζοντας τις Βορειοκορεάτισες Κιμ Κιμ Οκ και Σουν Κεν Οκ (μέλη της ολυμπιακής ομάδας του Λος Άντζελες), τις Κινέζες Ζου Τιεγιά και Ζανγκ Χονγκ, την Σοβιετική Τατιάνα Κουζμίνα και την Ουγγαρέζα Κόλος. Η τελευταία έχασε και από την Ζαχαρή που πήρε 9,00.

Η Ζου Τιεγιά έχασε στο δίζυγο και από την Κασούνη (19η με 8,75) και από την Ζαχαρή (23η με 8,05), όπως και η Κόλος.

Στο έδαφος η Κασούνη ήρθε 14η με 9,25, μαζί με την Ουγγαρέζα Μπάρτα και κέρδισε τις Βουλγάρες Βάνια και Μιγκλένα Ντιμιτρόβα, την Κορεάτισσα Σουν Κεν Οκ, την Κουζμίνα και τη γνωστή Σουηδέζα Λένα Άντοματ. Η Κουζμίνα, η Μ. Ντιμιτρόβα και η Άντοματ έχασαν και από την Ζαχαρή (19η με 9,10).

Οι Ρουμάνες κυριάρχησαν σε όλα τα όργανα, ενώ το σύνθετο κέρδισε η Λαβίνια Αγκάκε, μπροστά από την Κάτι Σάμπο, την Μιχαέλα Στάνουλετ και την Ελβετίδα Ρόμυ Κέσσερ. Μάλιστα το 39,50 της Αγκάκε στα ελεύθερα είναι ανεπίσημο παγκόσμιο ρεκόρ.

Αυτό που θα πρέπει να τονιστεί επίσης είναι το πνεύμα της νέας διοίκησης της ΤΕΓ, που έχει στρέψει την προσοχή της στην διεθνή προβολή της χώρας μας, κάτι που από καιρό έπρεπε να είχαν κάνει ο κ. Τσαλαμανιός και η δική του διοίκηση. Μέσα σε τρεις μήνες η χώρα μας πήρε μέρος σε δύο τουρνουά ρυθμικής (Πόζναν, Στούντενσκα Τριμπούνα), και σε δύο συναντήσεις ενοργάνου (Πανευρωπαϊκούς νεανίδων, Μοντσεάνου), ενώ ήδη προγραμματίστηκε η συμμετοχή στο τουρνουά ρυθμικής Χρυσό Στεφάνι στην Μπούαλα Ζλάτινα Βουλγαρίας (Καϊτετζίδου, Λ. Νόντα) και ενοργάνου Χρυσή Άμμου στη Βάρνα (Στουπάκης, Κασιόλας, Κοτζαμάνη, Αρβανιτίδου). Ασφαλώς δε οι προσδοκίες δεν διαψεύστηκαν, αφού τα αποτελέσματα μιλούν μόνα τους.



Δίνεται ακόμα η δυνατότητα σε πολλά παιδιά να πλουτίσουν τις εμπειρίες τους και δεν περιορίζεται η εκπροσώπηση σε δυο ή τρία άτομα, όπως στο παρελθόν. Είναι χαρακτηριστικό το ότι μέσα στους τρεις μήνες καθιερώθηκαν τρεις νέες διεθνείς (Κυρή, Γ. Ζαχαρή, Αλεβίζου). Και όλα αυτά, παρά την όχι τόσο φιλική στάση της ΓΓΑ, που περικόπτει τις αποστολές.

Παρά τα προβλήματα και το χάος που παρέλαβε, η διοίκηση του κ. Πάττα και η Τριμελής (Ταπραντζής, Νίκου, Χρηστίδη) προχωρούν στην αναβάθμιση της Ελληνικής γυμναστικής με βήματα σταθερά και ριζοσπαστικές αλλαγές (π.χ. σωματειακοί προπονητές), έχοντας την κατανόηση της πλειοψηφίας των σωματείων που καλλιεργούν πραγματικά το άθλημα και βλέπουν ότι...κάτι πάει να γίνει για να βρει η γυμναστική το δρόμο της, το δρόμο που ήταν τόσα χρόνια κλειστός και άνοιγε μόνο σε λίγους.

Ζαχαρίας Νικολαΐδης



Ζαχαρίας Νικολαΐδης

# ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΡΥΘΜΙΚΗΣ

Από περυσινή φωτογραφία μας: αριστερά η Αργυράκη και στη μέση η Νόντα.



Η Λυδία Αργυράκη του ΓΛΟΑ ήταν η κοπέλα που πρωταγωνίστησε στο φετινό Πανελλήνιο πρωτάθλημα ρυθμικής γυμναστικής, που έγινε στο κλειστό γυμναστήριο της Ν. Σμύρνης.

Η νεαρή Κυπελλούχος Ελλάδας κατάφερε όχι μόνο να κερδίσει το Πανελλήνιο πρωτάθλημα, αλλά να εκθρονίσει από την κορυφή τη Δανάη Νόντα, την αθλήτρια που τα τελευταία τρία χρόνια κυριαρχούσε στον Ελληνικό χώρο. Η μεγάλη αυτή και δίκαιη νίκη της Λυδίας ανοίγει νέους δρόμους στο άθλημα, όχι τόσο επειδή έχασε η Νόντα (που παραμένει πάντα μια μεγάλη αθλήτρια), αλλά επειδή κοντά τους ανέβηκε και ένα νέο ταλέντο, η 15η χρονη Μαρία Αλεβίζου του ΦΟ Καλαμάτας. Η Αλεβίζου είχε δείξει από πέρυσι δείγματα του ταλέντου της και η φετινή της επιτυχία (τρίτη) δεν ήταν τυχαία, αφού λίγες μέρες μετά έκανε την πρώτη της διεθνή εμφάνιση στο τουρνουά STUDENSKA TRIBUNA της Σόφιας και στάθηκε πολύ καλά, χάνοντας από την Αργυράκη για 5 μόλις εκατοστά.

Ο ΓΛΟΑ, υπό την καθοδήγηση πάντα της κ. Ελένης Λάμπρου, κέρδισε καθαρά το ομαδικό πρωτάθλημα, ενώ ο ΦΟ Καλαμάτας πήρε το αργυρό μετάλλιο από τον Αλέξανδρο και έδειξε ότι είναι η νέα δύναμη του αθλήματος. Ο Αλέξανδρος είχε προβλήματα, αφού η Κεντημένου ήρθε μεν τέταρτη, αλλά δεν ήταν στην καλύτερή της φόρμα.

Στις νεάνιδες η Νταίζη Τσακίρη διατήρησε τον τίτλο της μετά από σκληρή μάχη με τη μόνιμη αντίπαλό της Έθελ Μητσοπούλου. Οι δυο διεθνείς αθλήτριες του ΓΛΟΑ ήταν ισόβαθμες στα τρία όργανα και η Τσακίρη πήρε τον τίτλο στην κορδέλλα. Η Νίνα Δίπλα του Αλέξανδρου κράτησε την τρίτη θέση, παρότι την κοντράρισε η συναθλήτριά της Γιάννα Παπαδοπούλου, ενώ και εδώ ο ΦΟ Καλαμάτας έδειξε άνοδο, αφού δυο αθλήτριές του (Κανελλοπούλου, Τρυπύνη) μπήκαν στην εξάδα.

Και εδώ ο ΓΛΟΑ κέρδισε εύκολα το ομαδικό μπροστά από τον Αλέξανδρο και τον ΦΟ Καλαμάτας.

Αυτό ασφαλώς που προκάλεσε εντύπωση ήταν οι - για μια ακόμη φορά - ψηλές βαθμολογίες που δόθηκαν. Βαθμοί του ύψους 9,95 και 9,50 σίγουρα δεν ανταποκρίνονται στην πραγματική αξία των Ελληνίδων αθλητριών, αφού μόλις οι τελευταίες βγαίνουν έξω παίρνουν 8,90 και 8,70.

ΖΗΤΕΙΣΤΕ ΤΟ  
ΑΠΟ ΤΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ

ΠΟΖΑΡΕΙ ΕΙΔΙΚΑ  
Ο ΜΙΣΤΕΡ ΕΛΛΑΣ  
ΣΠΥΡΟΣ ΜΠΟΥΡΝΑΖΟΣ

ΔΥΝΑΜΙΚΟ  
ΘΥΜΙΟΣ ΠΕΡΣΙΔΗΣ  
ΖΑΪΜΗ 38, ΑΘΗΝΑ 148

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

**ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ: Η ΜΥΪΚΗ ΔΥΝΑΜΙΗ**

**Κεφάλαιο 1: Η ΑΠΟΔΟΣΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ**

Τα Σωματικά Προσόντα..... 19

Η Νευρική Αποδοτικότητα..... 22

Η Καρδιαγγειακή Ικανότητα..... 22

Η Τεχνική Επιδεξιότητα..... 22

Η Μυϊκή Δύναμη..... 22

Συμπεράσματα..... 22

**Κεφάλαιο 2: ΜΥΪΚΗ ΔΟΜΗ - ΜΥΪΚΗ ΣΥΣΤΑΣΗ**

Η Μυϊκή Δομή..... 24

Κινητικές Μονάδες - Νευρομυϊκή Αποδοτικότητα..... 26

Ο Μηχανισμός της Μυϊκής Σύσπασης..... 27

Η Χημεία της Μυϊκής Σύσπασης..... 28

Οι Φάσεις του Μυϊκού Έργου..... 29

**Κεφάλαιο 3: ΟΙ ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ**

Αερόβιες Ασκήσεις..... 31

Καρδιαγγειακή Ικανότητα..... 31

Οι Καρδιακοί Παλμοί..... 32

Αναερόβιες Ασκήσεις..... 33

Ισομετρικές Ασκήσεις..... 34

Ισοδυναμικές Ασκήσεις..... 35

Αυτοτονικές - Ισοκνητικές Ασκήσεις..... 35

Προπόνηση με Βάρη και Καρδιαγγειακή Αποδοτικότητα..... 38

**Κεφάλαιο 4: Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ**

Η Μυϊκή Δύναμη..... 40

Η Αρχή της Επιδόρυσης..... 42

Η Ανάπτυξη των Μυώνων..... 45

Η Μέθοδος των Αργών Κινήσεων..... 47

Προπόνηση και Ανάπαυση..... 51

**Κεφάλαιο 5: ΑΝΑΠΝΟΗ - ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ - ΕΛΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑ**

Η Αναπνοή..... 56

Η Προθέρμανση..... 57

Η Αποθέρμανση..... 58

Η Ελαστικότητα..... 58

Ασκήσεις Ελαστικότητας..... 60

**ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ: Η ΜΕΘΟΔΙΚΗ ΥΠΕΡΕΝΤΑΤΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ**

**Κεφάλαιο 6: ΓΕΝΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΥΠΕΡΕΝΤΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ**..... 67

**Κεφάλαιο 7: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΤΗΘΟΣ**

Οι Μυώνες του Στήθους..... 70

Πιέσεις επί Πάγκου..... 71

Πουλ-όφερ..... 73

Εκτάσεις Αθλητών..... 74

Βυθώσεις στο Δίχτυο..... 76

**Κεφάλαιο 8: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΛΑΤΗ ΚΑΙ ΜΕΣΗ**

Οι Μυώνες της Πλάτης και της Μέσης..... 77

Κωπηλατική Άσκηση..... 78

Κωπηλατική με Μπάρα «Τ»..... 80

Κωπηλατική με Έναν Αθλητή..... 81

Έλξεις στο Μονόζυγο..... 82

Άρσεις Θανάτου..... 85

Υπερεκτάσεις..... 86

Η Άσκηση «Καλημέρα»..... 86

**Κεφάλαιο 9: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ ΧΕΡΙΑ**

Τρικέφαλοι..... 87

Οι Τρικέφαλοι Μυώνες..... 87

Εκτάσεις Τρικεφάλων με Μπάρα..... 87

Πιέσεις στη Μηχανή Φτερών..... 91

Δικέφαλοι..... 92

Οι Δικέφαλοι Μυώνες..... 92

Κάμψεις Δικεφάλων με Μπάρα..... 93

Κάμψεις Δικεφάλων με Αλτήρες..... 93

Κάμψεις Συγκέντρωσης με Έναν Αθλητή..... 94

Πήξεις..... 94

Οι Μυώνες των Πήξεων..... 94

Ασκήσεις για τους Πήξεις..... 95

Ανάποδες Κάμψεις Δικεφάλων..... 100

**Κεφάλαιο 10: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΩΜΟΥΣ**

Οι Δελτοειδείς Μυώνες..... 101

Πιέσεις..... 101

Προτάσεις και Ανατάσεις Αθλητών..... 104

Η Όρθια Κωπηλατική..... 105

Πλάγιες Εκτάσεις Αθλητών..... 106

Εκτάσεις Αθλητών στην Πρόκλιμη..... 106

**Κεφάλαιο 11: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΥΧΕΝΑ**

Οι Μυώνες του Αυχένα..... 108

Ασκήσεις για τον Αυχένα..... 108

**Κεφάλαιο 12: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΟΔΙΑ**

Οι Μυώνες των Ποδιών..... 111

Βαθερά Καθίσματα (Σκουάτς)..... 114

Μπροστινά Βαθερά Καθίσματα (Χακ Σκουάτς)..... 116

Εκτάσεις Τετρακεφάλων..... 117

Διπλώσεις Δικεφάλων..... 119

Για τις Γάμπες, Άρσεις στις Μύτες των Ποδιών..... 119

**Κεφάλαιο 13: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΚΟΙΛΙΑΚΟΥΣ**

Οι Κοιλιακοί Μυώνες..... 121

Άρσεις Κορμού (Σπ-Άπς)..... 123

Άρσεις Ποδιών..... 125

Συστροφές της Μέσης..... 125

**Κεφάλαιο 14: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΛΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑΣ**..... 126

**Κεφάλαιο 15: ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΥΠΕΡΕΝΤΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ**..... 135

**ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ: Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

Βασικές Γνώσεις..... 141

Τα Θρεπτικά Συστατικά των Τροφών..... 142

Η Στρατηγική της Διαίτας..... 147

Επίλογος..... 149

ΝΙΚΟΥ ΡΑΦΤΑΚΗ

Η ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ  
ΜΕ ΒΑΡΗ  
ΓΙΑ ΑΥΞΗΣΗ  
ΤΗΣ  
ΔΥΝΑΜΗΣ



ΓΙΑ ΤΙΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ  
ΠΟΖΑΡΕΙ  
Ο ΜΙΣΤΕΡ ΕΛΛΑΣ  
ΣΠΥΡΟΣ ΜΠΟΥΡΝΑΖΟΣ

ΓΙΑ ΘΛΟΥΣ  
ΤΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ  
ΤΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ

ΔΥΝΑΜΙΚΕΣ  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ

ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΠΕΝΤΕ ΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΚΟΜΑ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ  
ΤΑ ΛΕΠΤΟΜΕΡΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΑΙΓΥΠΤΙΟΥΣ

## ΚΑΙ ΠΑΛΙ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΤΗΣ ΙΑΚΦ ΣΤΟ ΚΑΪΡΟ - 22 ΝΟΕ 84

Παρ' όλο που αναφερθήκαμε σχετικά και στο τεύχος μας Νο 3 Το 7, κρίνουμε σκόπιμο να επανέλθουμε στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα της ΙΑΚΦ τον Νοέμβριο του 1983 στο Κάιρο. Όλο αυτό το διάστημα γράψαμε 4-5 γράμματα στον υπεύθυνο της Αιγυπτιακής Ομοσπονδίας Καράτε για να μας στείλει τα πλήρη αποτελέσματα των αγώνων και ακόμα περιμένουμε. Για τους φίλους του καράτε λοιπόν διαθέτουμε μόνο τους πρώτους από τα διάφορα μέρη των αγώνων και υποσχόμαστε την επόμενη φορά να είμαστε πιο συστηματικοί.

Στο Κάιρο, λοιπόν, στην πόλη της απάθειας και της τρελλής οδήγησης, οι Παγκόσμιοι της ΙΑΚΦ περιόριστσαν στο στάδιο της Ακαδημίας της Αστυνομίας ακατάλληλο για τέτοιες διοργανώσεις και άδελιο από φιλάθλους από το πανάκριβο εισιτήριο (8.000 έως 9.000 δρχ. για τις τρεις μέρες). Χωρίς χώρους προθέρμανσης, ανέσεις και με υπό τη φύλαξη στρατιωτών και αστυνομικών οι περίπου 40 εθνικές ομάδες αγωνίστηκαν κάτω από μια απάραδεκτα ευνοϊκή διαιτησία για τους Αιγύπτιους και με τις φωνές, τους αλαλαγμούς, τα ντέφια και τα ρυθμικά τραγουδοσυνθήματα των Αιγύπτιων φιλάθλων.

Με αυτού του είδους την ψυχολογική ακαταστασία και μέσα στο αλλοπρόσαλο αυτό περιβάλλον, γνώστες δυνατές ομάδες μερικών χωρών όχι μόνο δεν απώδωσαν την πραγματική τους αξία, αλλά με τη συμπεριφορά τους και με τις δηλώσεις τους σε διεθνή περιοδικά έδειξαν να μετάνοισαν που πήραν μέρος σε τέτοιους αγώνες.

Λίγο από έλλειψη προσαρμοστικότητας των φιλοξενομένων ομάδων και λίγο από εύνοια των κριτών προς την Αίγυπτο, οι αθλητές της τελευταίας πήραν θέσεις που δεν είχαν πάρει ποτέ άλλοτε και ούτε θα ξαναπάρουν.

Γενικά, διακρίθηκαν οι χώρες που έχουν αναπτυγμένο σε πλάτος το άθλημα και συγχρόνως διαθέτουν και Ιάπωνες κορυφαίους εκπαιδευτές. Αυτές είναι η Ιαπωνία, η Γερμανία, η Ιταλία, η Γιουγκοσλαβία, η Αγγλία (λιγότερο απ' όλες) και ανάμεσά τους και η Αίγυπτος.

Σας δίνουμε την επίσημη ανακοίνωση της ΙΑΚΦ για την διεξαγωγή των αγώνων και τα αποτελέσματα.

### Η ΙΑΠΩΝΙΑ ΚΕΡΔΙΖΕΙ Σ' ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΣΤΟ 4ο ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΚΑΡΑΤΕ-ΝΤΟ

Το 4ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Καράτε-ντο έγινε στο Κάιρο, της Αιγύπτου, στις 22-23 Νοεμβρίου 1983. Τους αγώνες διοργάνωσε η Αιγυπτιακή Ομοσπονδία Καράτε, στους οποίους συμμετείχαν 38 χώρες. Το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα υποστηρίχθηκε από το Υπουργείο Αθλητισμού της Αιγύπτου και διεξήχθη στο Γυμναστήριο της Αστυνομικής Ακαδημίας. Ο Αιγύπτιος Πρόεδρος κ. Χόσνι Μουμπάρεκ παραβρέθηκε επίσης, σαν Επίτιμος Πρόεδρος.

Συνεχίζοντας την αγωνιστικότητα που έδειξαν στο 3ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα που έγινε στη Βρέμη το 1980, η Ιαπωνική Ομάδα έδειξε ξανά τις ικανότητές της και την εμπειρία της, σαρώνοντας όλες τις κατηγορίες. Ο παράγοντας της εμπειρίας ήταν πολύ σημαντικός, μια και οι περισσότερες από τις νικήτριες ομάδες, είχαν συναγωνιστεί μεταξύ τους σε αρκετούς προηγούμενους διεθνείς αγώνες. Θα πρέπει να τονίσουμε τη σημαντική επίδειξη της Αιγυπτιακής Εθνικής Ομάδας, και τους πολλούς παρατηρητές που σχολίαζαν τα αξιοσημείωτα άλματα που πραγματοποίησαν στην ανάπτυξη και στο πνεύμα οι Αιγύπτιοι από το 1980. Γενικά, η αξία του διεθνούς καράτε συνεχώς ανεβαίνει.

Επίσης, το γεγονός της συμμετοχής 38 χωρών στο 4ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Καράτε-ντο, σημαίνει άνοδο του καράτε στο διεθνή χώρο και οπωσδήποτε παραπέρα εξέλιξη.

Τα επίσημα αποτελέσματα του 4ου Παγκόσμιου Πρωταθλήματος Καράτε-ντο ήταν τα εξής :

#### ΓΥΝΑΙΚΕΣ

##### Ατομικό Κάτα

1. Μορίγια (Ιαπωνία)
2. Νακαμούρα (Ιαπωνία)
3. Σακάτα (Ιαπωνία)

##### Ομαδικό Κάτα

1. Ιαπωνία
2. Γιουγκοσλαβία
3. Αίγυπτος

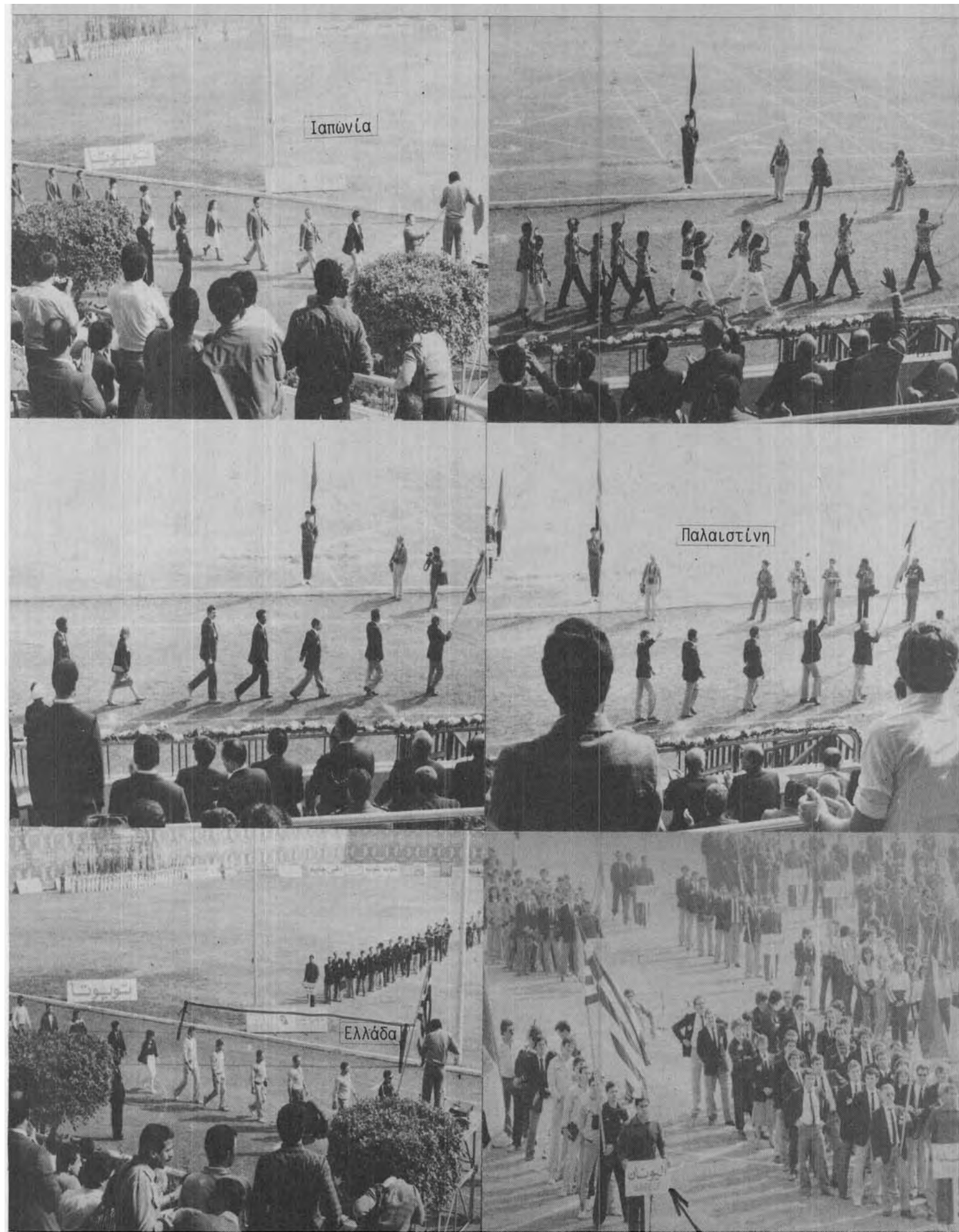
#### ΑΝΔΡΕΣ

##### Ατομικό Κάτα

1. Οσάκα (Ιαπωνία)
2. Γιαχάρα (Ιαπωνία)
3. Σαϊντ (Αίγυπτος)

##### Ομαδικό Κάτα

1. Ιαπωνία
2. Ιταλία
3. Βέλγιο



Από την τελετή ενάρξεως των Παγκόσμιων στο Κάιρο. Η Ελληνική ομάδα και δίπλα της η Ιρλανδία. Δείτε τις συμμετοχές στην Ιρλανδική ομάδα. Είναι υπερτριπλάσιες. Αυτό σημαίνει

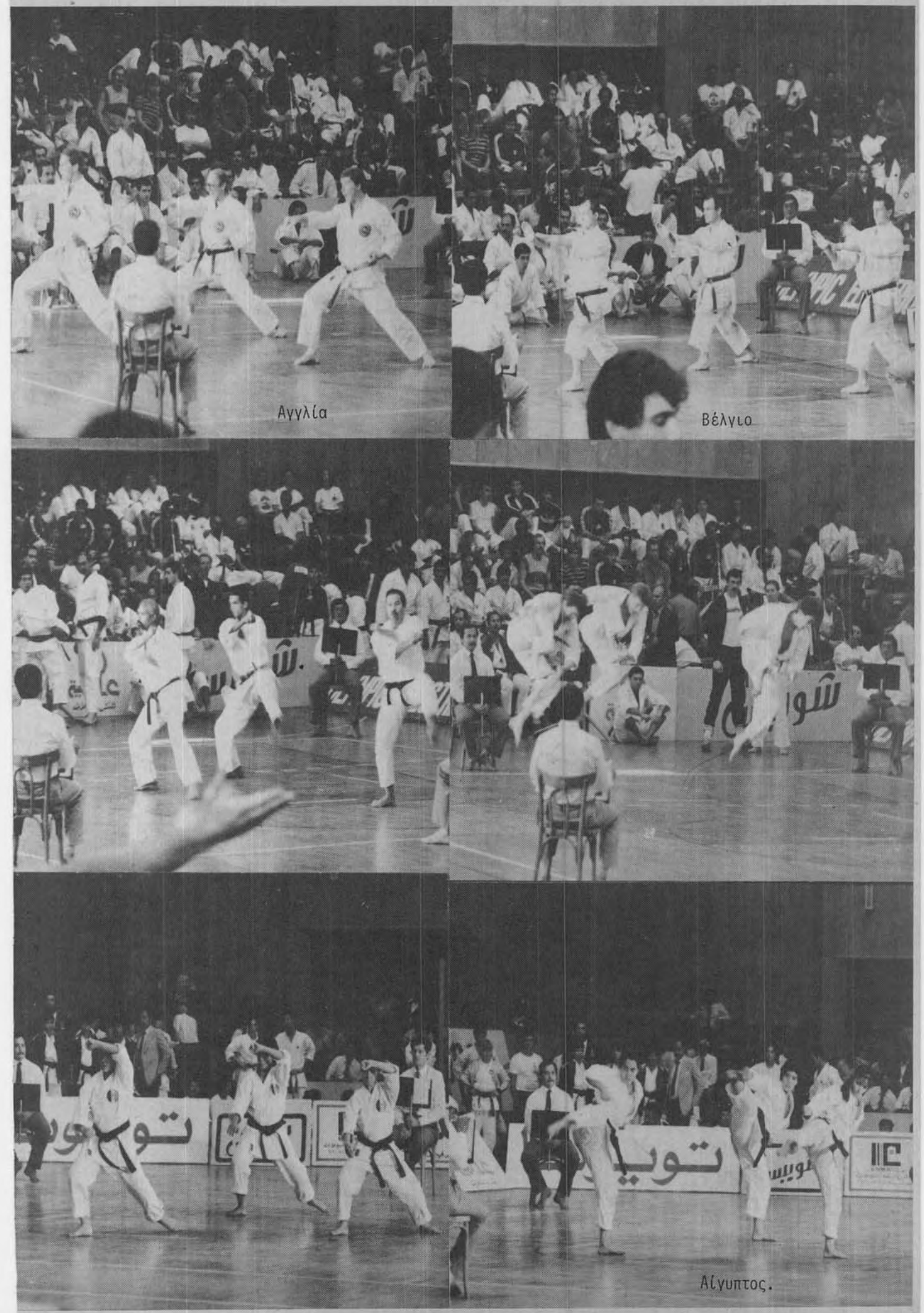
μεγάλο πλήθος αθλητών στη χώρα, άρα διαλέγουν τους καλύτερους, και δυνατή οικονομικά ομοσπονδία για κάλυψη τώσων εξόδων. Την Ιρλανδία στο Ομαδικό Κούμιτε την νικήσαμε 4-1.



Ινδονησία

Ιαπωνία

Παλαιστίνη



Αγγλία

Βέλγιο

Αίγυπτος.

# 1984 ATHENS SHOTOKAN KARATE COURSE

Από την Δευτέρα 3 Σεπτεμβρίου μέχρι και Τρίτη 11 Σεπτεμβρίου 1984 διοργανώνεται σεμινάριο καράτε στο γυμναστήριο:

**HAGAKURE**  
Λ. Μεσογείων 451  
ΠΛΑΤΕΙΑ ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

Θα διδάξουν οι:

**Δ. ΚΑΖΑΚΕΑΣ 3 DAN J.K.A.**  
**Ε. ΚΑΡΑΜΗΤΣΟΣ 2 DAN J.K.A.**  
**Η. ΚΑΖΑΚΕΑΣ 2 DAN J.K.A.**

και από την Ιαπωνία ο

**Sensei Mikio YAHARA 6 DAN J.K.A.**

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ			
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΩΡΕΣ		
		9.00-11.00	18.00-21.00
ΔΕΥΤΕΡΑ	3/9	ΑΦΙΞΙΣ ΑΘΛΗΤΩΝ	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ
ΤΡΙΤΗ	4/9	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ
ΤΕΤΑΡΤΗ	5/9	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ	///
ΠΕΜΠΤΗ	6/9	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	7/9	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ
ΣΑΒΒΑΤΟ	8/9	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ
ΚΥΡΙΑΚΗ	9/9	///	///
ΔΕΥΤΕΡΑ	10/9	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ	ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΤΡΙΤΗ	11/9	ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΤΗΡΙΟ ΠΑΡΤΥ ΑΝΑΧΩΡΗΣΙΣ ΑΘΛΗΤΩΝ	



## ΠΡΟΣΟΧΗ:

Λόγω μεγάλης συμμετοχής από την Ευρώπη, συνιστάται η έγκαιρη αποστολή του δελτίου συμμετοχής για την εξασφάλιση θέσεως. Αποστέilate ταχυδρομική επιταγή προκαταβολής 2.000 ΔΡΧ. μαζί με το κατωτέρω δελτίο (τα χρήματα αυτά δεν επιστρέφονται σε περίπτωση μη συμμετοχής) στην διεύθυνση:

**Δ. ΚΑΖΑΚΕΑΣ**  
**ΦΡΑΓΚΟΓΙΑΝΝΗ 20**  
**156 59 ΠΑΠΑΓΟΥ**  
**ΑΘΗΝΑΙ**

Συμμετοχή (Σεμινάριο μόνο): Δοχ. 5.000  
Θεατής: 300 ΔΡΧ. ημερησίως.  
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΟ ΤΗΛ. 6516592  
(9-11πμ. και 8-9μμ.)

## ΔΕΛΤΙΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

ΟΝΟΜ/ΜΟ: .....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ..... ΤΗΛ. ....

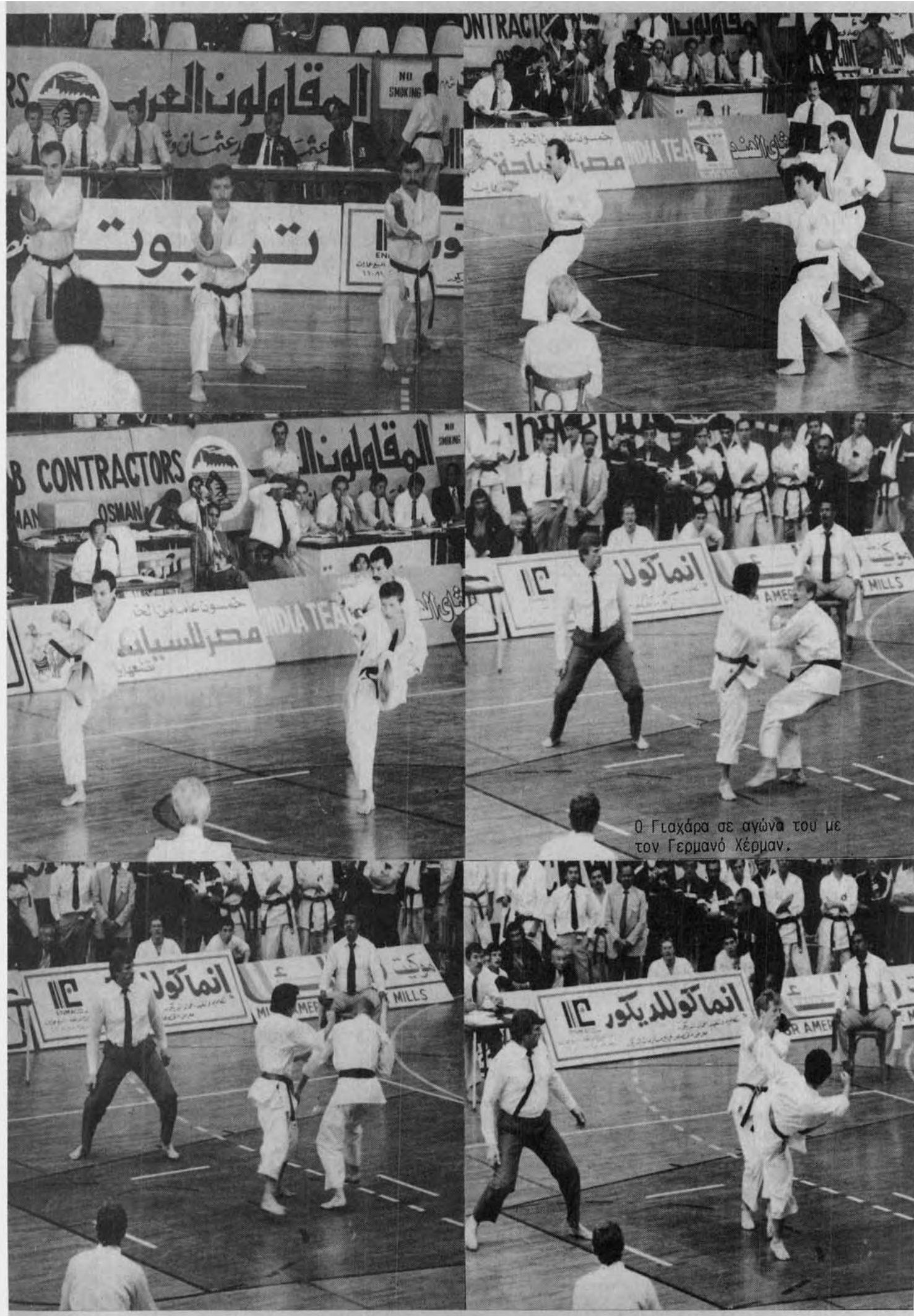
ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ: ..... ΚΥΨ Η ΔΑΝ: .....

ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΣΗΜΕΙΩΣΤΕ ΕΝΑ ΤΩΝ ΚΑΤΩΤΕΡΩ:

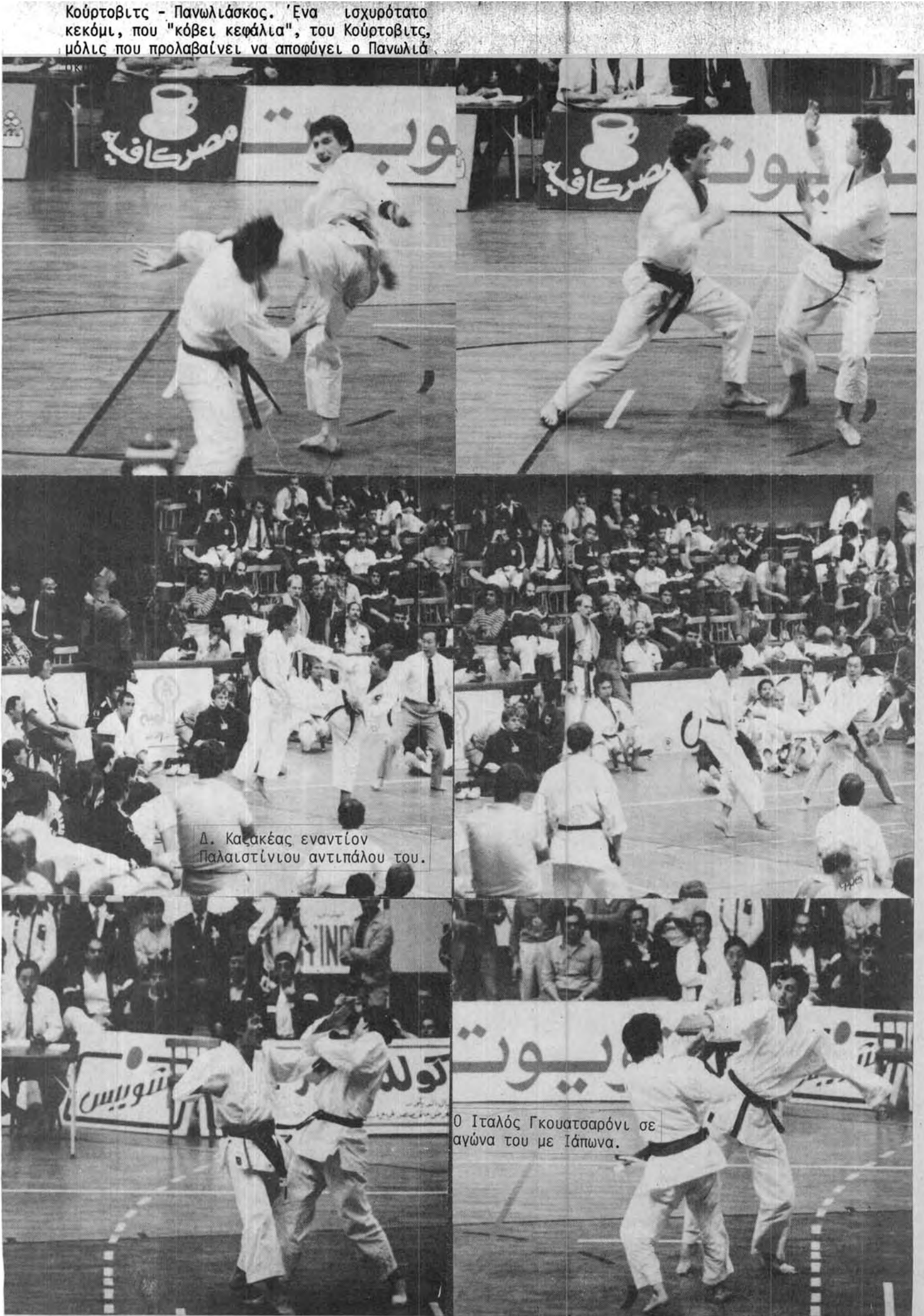
ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ: .....

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ & ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ: .....

Στο τέλος του Σεμιναρίου θα γίνουν εξετάσεις και θα απονεμηθούν διπλώματα συμμετοχής.



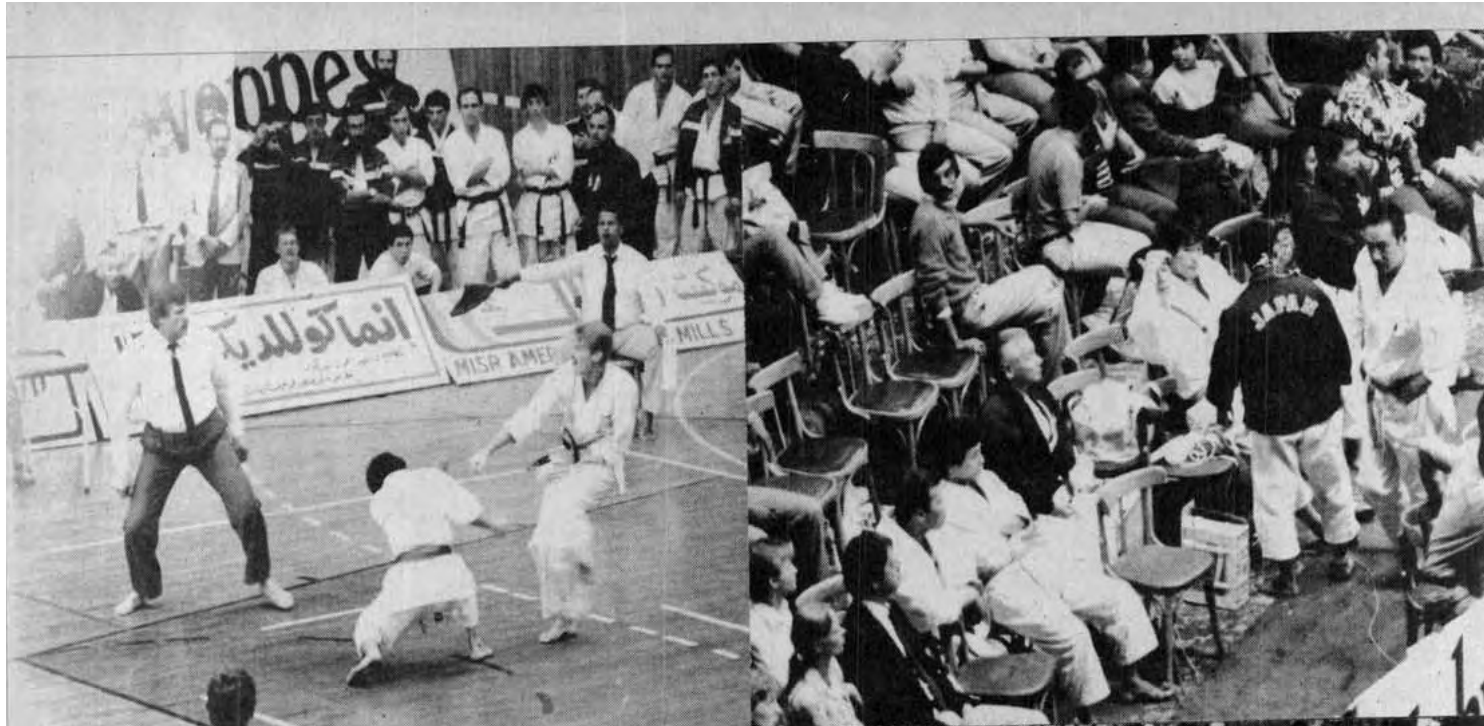
Ο Γραχάρα σε αγώνα του με τον Γερμανό Χέρμαν.



Κούρτοβιτς - Πανωλιάσκος. Ένα ισχυρότατο κεκόμενι, που "κόβει κεφάλια", του Κούρτοβιτς, μόλις που προλαβαίνει να αποφύγει ο Πανωλιά

Δ. Κατακέας εναντίον Παλαιστίνιου αντιπάλου του.

Ο Ιταλός Γκουατσαρόνι σε αγώνα του με Ιάπωνα.



Τελικός Ομαδικού Κούμιτε: Ιαπωνία-Γερμανία.  
 Ιαπωνία (από αριστερά): Τανάκα (κόντε), Γιαμαμότο, Καγκάβα, Γιαμαγκούτσι, Γιαμούρα, Γιαχάρα. Γερμανία (από αριστερά): Οίτσι (κόντε), Νηητλ, Στράιτ, Χέρμαν, Λεούτσι και Στάνινγκ (πρόσωπα στην μικρή ένθετη).

Καραμήτσος εναντίον Γουίλλιαμς

Η Ελληνική ομάδα ετοιμάζεται να παίξει με την Αγγλική.

Δ. Καζακίας εναντίον Μπρέναν.

Καγκάβα - Στράιτ

Γιαμαμότο - Νηητλ

Γιαμούρα - Λεούτσι

Γιαμαγκούτσι - Χέρμαν



#### Ατομικό Κούμιτε

1. Γιαματό (Ιαπωνία)
2. Γκουαζαρόνι (Ιταλία)
3. Σαλέχ (Αίγυπτος)

#### Ομαδικό Κούμιτε

1. Ιαπωνία
2. Γερμανία
3. Αίγυπτος

Στα παραπάνω έχουμε να προσθέσουμε την αξιοθαύμαστη σκληρότητα και αντοχή των Γερμανών, που η αθλήτριά τους Σβάιμπερ (πρωταθλήτρια Ευρώπης) πήρε την 4η θέση στο Ατομικό Κάτα Γυναικών, και η ομάδα τους ανδρών στα κάτα πήρε την 4η θέση μετά την Αίγυπτο. Όπως όμως οι ίδιοι οι Γερμανοί παραδέχονται, σε περιοδικά τους για το άθλημα, οι Ιάπωνες προηγούνται κατά πολλά χρόνια σε τεχνική και εμπειρία.

Εδώ ας προσθέσουμε πως η Ελληνική ομάδα πήρε την 7η θέση στο Ομαδικό Κάτα Ανδρών με μόνο 5 μέρες κοινή προπόνηση των μελών της.

Στο Ομαδικό Κούμιτε έπαιξαν κατά σειρά Αυστρία-Ιαπωνία, Γερμανία-Γιουγκοσλαβία, Ιρλανδία-Ελλάδα (1-4), Γερμανία-Ινδονησία, Αγγλία-Ελλάδα (3-2), Αγγλία-Βραζιλία (3-1), Γερμανία-Βέλγιο (5-0), Ιταλία-Αίγυπτος κ.λ.π. με τα γνωστά αποτελέσματα.

Δεν περιγράφεται με λόγια αλλά διασκέδασαν τους θεατές οι Αιγύπτιοι προπονητές, οι οποίοι από τη μια παρότρυναν τα ντέφια και τις πίπιζες υπέρ των Αιγύπτιων αθλητών και από την άλλη προσιθούσαν να μετριάσουν σαν μαέστροι το πανδαιμόνιο.

Στον τελικό του Ομαδικού Κούμιτε συναντήθηκαν Γερμανία-Ιαπωνία με αποτέλεσμα 2-3 στους αγώνες: Νητλ-Γιαματό, Στράϊτ-Καγκάβα, Χέρμαν-Γιαμαγκούτσι, Λεούτσι- και Στάινενγκ - Γιαχάρα.

Στον τελικό του Ατομικού Κούμιτε συναντήθηκε ο Χιντέο Γιαματό (28 ετών) με τον Κλαούντιο Γκουατσαρόνι (23 - Ιταλό). Η νίκη έστεψε τον Γιαματό ο οποίος μπορούμε να πούμε πως πραγματικά ήταν η μορφή των αγώνων κούμιτε. Ο πρωταθλητής της Ιαπωνίας για το 1983 έπαιρνε τους πόντους στα πρώτα δευτερόλεπτα των αγώνων του θυμίζοντας βλήμα που εκτινάσσεται από κνήμη πυροβόλου. Μεγάλη εντύπωση έκανε επίσης ο Μίκιο Γιαχάρα (35 χρόνων), ο γνωστός "καμικάζι" για το απόλυτο πνεύμα "αυτοκτονίας" που χαρακτήριζε όλες του τις επιθέσεις.

Τελικά το μεγάλο γεγονός των Παγκόσμιων αυτών αγώνων άφησε δυσαρέσκειες οργανωτικές και συμπεριφορές των ντόπιων στις φιλοξενούμενες εθνικές ομάδες.



Γιαχάρα - Στάινενγκ

Γιαματό - Αϊμάν για την τρίτη θέση στο Ατομικό Κούμιτε.

Γκουατσαρόνι - Γιαματό στον τελικό.

Από τα φαιδρά των αγώνων, οι προπονητές της Αιγυπτιακής ομάδας και οι "γυροβολιές" στο στάδιο του "καλού" τους Αϊμάν σε κάθε νίκη του με 5-10 λεπτών διακοπές των αγώνων.



Ατομικό Κάτα Γυναικών: Και οι τρεις πρώτες Γαπωνέζες. 1η Μορίγια (μέση), 2η Νακαμούρα (αριστερά), 3η Σακάτα.



Ελληνες αθλητές και φίλαθλοι στο ξενοδοχείο που έμειναν οι ομάδες.



Ελληνες Βεδουίνοι στην Πυραμίδα του Χέοπα : Περισίδης, Μπίκας, Παναγιωτίδης.



Ο εκδότης του ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ με ...τοπικό χρώμα.



Οι γνωστοί Έλληνες Βεδουίνοι με ...τοπικό χρώμα.



Χορός της ...κοιλίας για ...κοιλιόδουλους πα ρακαλώ τή εκκωφαντική συνοδεία 22 οργάνων α πό γνωστή "μάστερ" ...9 νταν του είδους.(Το ξέρω, είμαι απαράδεκτος στη φωτογραφία. Υπό σχομαι, άλλη φορά.)





ΑΝΑΦΟΡΕΣ ΤΩΝ ΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΩΝ  
ΣΤΗ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΠΡΙΝ ΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ

**ΜΙΣΤΕΡ ΥΦΗΛΙΟΣ 83 - ΣΙΓΚΑΠΟΥΡΗ**

ΓΙΑ ΝΑ ΔΟΥΜΕ ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΟΙ ΑΛΛΟΙ  
ΚΑΙ ΠΟΣΟ ΠΟΛΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΟΥΛΕΨΟΥΜΕ ΕΜΕΙΣ

ΟΙ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΜΙΣΤΕΡ ΕΛΛΑΣ 81

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ ΣΤΗ ΣΙΓΚΑΠΟΥΡΗ

Εκ μέρους της International Federation of Bodybuilders, θα ήθελα να ευχαριστήσω τις αρχές της Σιγκαπούρης για τη θαυμάσια συνεργασία τους, στο Διεθνές Συνέδριο και στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα που έγιναν στη Σιγκαπούρη και τα οποία θα μας μείνουν αξέχαστα. Έλαβαν μέρος 45 χώρες και η όλη διοργάνωση διεξήχθη σωστά. Θα ήθελα να ευχαριστήσω ιδιαίτερα τον κ. Πωλ Τσούα, Πρόεδρο της Singapore Amateur Bodybuilding Federation, και τη δραστήρια και εργατική επιτροπή του, το Δόκτ. Ταν Ενγκ Λιάνγκ, Πρόεδρο της Singapore Sports Council, τον κ. Η. Σαίτο, Γενικό Διευθυντή της Canon, του Οργανισμού Τουρισμού της Σιγκαπούρης, και όλους τους άλλους υπαλλήλους, τον τύπο, την τηλεόραση και το ραδιόφωνο, που συνεργάστηκαν για την επιτυχία αυτών των αγώνων.

Η Σιγκαπούρη ήταν μια μαγευτική πόλη, και οι αντιπρόσωποί μας επέστρεψαν στα σπίτια τους με θαυμάσιες και αξέχαστες αναμνήσεις.

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

Είναι τιμή για τη Σιγκαπούρη να αναλάβει το 37ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης. Η Σωματική Διάπλαση δεν είναι κυρίως ένα άθλημα για την αύξηση των μυών, αλλά ένα άθλημα που απαιτεί αυστηρή πειθαρχία και σκληρή προπόνηση. Οι προσπάθειες του αθλητή για τελειότητα πρέπει να λειτουργήσουν σαν παράδειγμα για τη νεότερη γενιά, η οποία πρέπει να μάθει πως η σκληρή δουλειά και η επιμονή είναι απαραίτητα στοιχεία για την

επιτυχία. Ακόμα, η Σωματική Διάπλαση χρησιμεύει σαν μια άλλη εκλογή υγιεινής απασχόλησης για κάποιον.

Συγχαίρω τη Singapore Amateur Bodybuilding Federation που ανέλαβε την όλη διοργάνωση και εύχομαι κάθε επιτυχία σ' αυτό το πρωτάθλημα σε όλους τους αθλητές, της χώρας μας και ξένους.

Ταν Ενγκ Λιάνγκ  
Πρόεδρος της Singapore Sports Council

Το Συνέδριο της IFBB  
στη Σιγκαπούρη, στις 26 Νοεμβρίου 1983.

Έλαβαν μέρος οι :

ΠΡΟΕΔΡΟΣ : Μπεν Γουέιντερ (Καναδάς).

ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΙ : Όσκαρ Στέιτ, Αντιπρόεδρος του Εκτελεστικού Συμβουλίου (Αγγλία) - Ζουλιέν Μπλόμερτ, Ευρώπη (Βέλγιο) - Τζιμ Μάνιον, Βόρεια Αμερική (ΗΠΑ) - Πωλ Τσούα, Ασία (Σιγκαπούρη) - Πωλ Γκράχαμ, Ωκεανία (Αυστραλία) - Λαέρσιο Μαρτίνεζ, Νότια Αμερική (Βραζιλία) - Τομ Ομουόμπο, Αφρική (Κένυα) - Άμπντ Ελ Χαμίτ Ελ Γκουϊντα, Μέση Ανατολή (Αίγυπτος).

ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ : Γουίνστον Ρόμπερτς (Καναδάς) - Βοηθός Γενικού Γραμματέα : Χάρρις Κάγκαν (Καναδάς).

ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΜΕΛΩΝ : Ντόρις Μπαριλό, των Γυναικών (ΗΠΑ) - Ζακ Μπλόμαρτ, των Κριτών (Βέλγιο) - Γραμματέας της Επιτροπής : Δόκτ. Τσαρλς Γκάρφιλντ (ΗΠΑ).

Λίγες μέρες μετά τους αγώνες του Καΐρου, η Ιαπωνική ομάδα πέρασε από την Αθήνα για 3-4 μέρες. Οι φωτογραφίες είναι από τη συνεννόηση των Γιαπωνέζων με Έλληνες καρατέκα σε παρλιακό κέντρο.

Και οι παρακάτω αντιπρόσωποι :

ΑΥΣΤΡΑΛΙΑ : Κρις Ντιπρόουζ, Δόκτ. Ρον Πάλμερ - ΑΥΣΤΡΙΑ : Βάλτερ Βούτσε, Μπριγκίτε Βούτσε, Βάλτερ Μπουμπένισεκ - ΒΕΛΓΙΟ : Μίλου Λάχοτ, Ζοτζέτε Μπλόμαρτ - ΒΕΡΜΟΥΔΕΣ : Μπουρνελ Μουχάμαντ - ΒΡΑΖΙΛΙΑ: Απαρεκίτα Μαρτίνεζ - ΚΑΝΑΔΑΣ : Σέλλεϋ Χούμπερ - ΚΙΝΕΖΙΚΗ ΤΑΙΠΕΥ : Γιέ Τζουέϋ Φενγκ, Τόμας Χουάνγκ - ΤΣΕΧΟΣΛΟΒΑΚΙΑ : Λούμπεκ Νόζεκ, Εύα Νόζεκ - ΔΑΝΙΑ : Όλε Σόντερουπ, Χένινγκ Χάνσεν - ΑΙΓΥΠΤΟΣ : Μουσταφά Χέφζι, Μουσταφά Αμπτουλά - ΑΓΓΛΙΑ : Ρον Ντέιβις, Τζων Μάρτιν, Μέρυλιν Ντέιβις - ΦΙΝΛΑΝΔΙΑ : Τζάρμο Παούνου, Πίρτζιο Χασπάλο - ΓΑΛΛΙΑ : Πιέρ Σκατολίνι, Ζαν-Κλωντ Ραφόζ, Ματίζ Ραφόζ - ΓΕΡΜΑΝΙΑ : Άλμπερτ Μπούσεκ, Λόδαρ Ντομπρόσκι, Έριχ Τζάνερ - ΕΛΛΑΔΑ : Κωνσταντίνος Σπανούδης - ΓΚΟΥΑΜ : Ρούμπεν Καντιότι, Τζόουζ Ασάνομα - ΟΛΛΑΝΔΙΑ : Βάλτερ βαν ντεν Μπράντεν, Νολ βαν Στάϊκ, Τζέιμς βαν ντεν Άαρ, Τζέτι βαν ντεν Μπράτεν - ΟΝΔΟΥΡΕΣ : Λουίζ Φλόρες - ΙΝΔΙΑ : Μ. Κεσαβάν, Πάρμπατ - ΙΝΔΟΝΗΣΙΑ : Μπριγκ. Τζεν. Μπάσιρουν Νουγκρόχο, Σούχουντ Κρισταναντιάγια, Σινάτρα Κασές - ΙΤΑΛΙΑ : Αντόνιο ντι Σιόια, Φίλιππο Αλφάνι - ΙΑΠΩΝΙΑ : Χιτόσι Ταμάρι, Μινόρου Ογκιβάρα - ΚΕΝΥΑ : Πωλ Μπατσέτα - ΚΟΡΕΑ : Κιμ Γιόνγκ Γουν, Χουγκ Γιόνγκ Πίο - ΛΟΥΞΕΜΒΟΥΡΓΟ : Νίκο Κόνεν, Χένρυ Χέπνερ - ΜΑΛΑΙΣΙΑ : Υ.Υ. Λη, Πάτρικ Τσιν - ΝΕΑ ΚΑΛΗΔΟΝΙΑ : Μαρτίν Μαζένς - ΝΕΑ ΖΗΛΑΝΔΙΑ : Γκράχαμ Φονγκ, Έρικ Γουντ - ΝΟΡΒΗΓΙΑ : Άρνε Σβέντσεν - ΠΑΚΙΣΤΑΝ : Τσ. Μοχάμαντ Αμίν - ΠΟΡΤΟΓΑΛΙΑ : Λουρένκο Μπραζιλ - ΣΚΩΤΙΑ : Τζακ Ράικροφτ, Τζην-Πωλ Ράικροφτ - ΣΕΝΕΓΑΛΗ : Τζ. Μπ. Λάμπερ - ΣΙΓΚΑΠΟΥΡΗ : Μ. Λετσημόν, Ζαμπάρι Ασμουίν - ΙΣΠΑΝΙΑ : Ραφαέλ Σαντόνγια, Χοσέ Ντονάτο, Κάρμεν Μπορθέρε - ΣΡΙ-ΛΑΝΚΑ : Τζεφ Στσούκροφτ, Άνσον Έμπερτ - ΣΟΥΗΔΙΑ : Περ-Άξελ Σγιόχολμ, Τζαν Λέναρτσον - ΕΛΒΕΤΙΑ : Τζόζεφ Σμιντ, Ότο Ζέγκερ - ΣΥΡΙΑ : Καμάλ Μπούζαν, Φάτι Μπούζαν - ΤΑΙΤΗ : Μπ. Γκάετ, Τζόζεφ Πρόκοπ, Γ. Τεζσο - ΤΑΥΛΑΝΔΗ : Κολ. Πράσαν Νιγιαμάμπα - ΤΟΥΡΚΙΑ : Νούρταν Μπέρκερ - ΗΠΑ : Πωλ Λαβ, Νικ Στασκιβιτς - ΟΥΑΛΛΙΑ : Στέφεν Ντελβ - ΖΙΜΠΑΜΠΟΥΕ : Τσαρλς Μποφέν, Κέϋς Ρούσικα.

Αντιπροσωπήθηκαν 45 χώρες.

#### 1. ΕΝΑΡΞΗ ΤΟΥ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ.

Ο Πρόεδρος Μπεν Γουέιντερ καλωσόρισε όλους τους αντιπροσώπους και είπε ότι ήταν πολύ ευχάριστο το γεγονός ότι τόσες πολλές χώρες εκπροσωπήθηκαν. Λίγες Αθλητικές Ομοσπονδίες έχουν τη συμμετοχή τόσων πολλών κρατών κατά τη διεξαγωγή των παγκοσμίων πρωταθλημάτων τους και ήταν μια αναγνώριση των προσπαθειών των υπευθύνων των εθνικών ομοσπονδιών, που είχε σαν αποτέλεσμα τη μεγάλη διαφορά προσέλευσης κρατών. Ευχαρίστησε τον Οργανισμό Τουρισμού της Σιγκαπούρης, όπως και το Συμβούλιο Αθλητισμού της Σιγκαπούρης για την πολύτιμη βοήθειά τους, καθώς επίσης και τον κ. Πωλ Τσοά, για την άψογη οργάνωση και τη γενναιοδωρή φιλοξενία του.

#### 2. ΕΠΙΣΗΜΟΣ ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ.

Ο Πωλ Τσοά, Πρόεδρος της Singapore Amateur Body-builders Federation, καλωσόρισε όλους τους αντιπροσώπους και τους αθλητές. Ήλπισε ότι όλοι θα περνούσαν καλά στη Σιγκαπούρη και ότι θα γυρ-

νούσαν στις πατρίδες τους με έντονες και ευχάριστες αναμνήσεις. Ευχήθηκε καλή επιτυχία σ' όλες τις ομάδες.

#### 3. ΕΞΑΚΡΙΒΩΣΗ ΑΡΙΘΜΟΥ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΩΝ.

Ο Γενικός Γραμματέας Γουίνστον Ρόμπερτς διάβασε τα ονόματα των αντιπροσώπων και επιβεβαίωσε ότι έχουν παραβρεθεί από 45 χώρες.

#### 4. ΕΓΓΡΑΦΗ ΝΕΩΝ ΜΕΛΩΝ.

Η ένταξη της Ταϊτής στην Ομοσπονδία έγινε ομόφωνα αποδεκτή. Ο Μπεν Γουέιντερ ανέγγειλε ότι έτσι ο αριθμός των μελών ανέρχεται στις 121 χώρες.

#### 5. Η ΕΚΘΕΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΕΔΡΟΥ (Παράρτημα Α).

Η έκθεση του Προέδρου Μπεν Γουέιντερ έγινε ομόφωνα αποδεκτή.

#### 6. ΟΙ ΕΚΘΕΣΕΙΣ ΤΩΝ ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΩΝ.

α) Αντιπρόεδρος για την Ασία, ο Πωλ Τσοά (Παράρτημα Β) - Επίσης ο Τσ. Μοχάμαντ Αμίν, Πρόεδρος της Asian Bodybuilding Federation, ανέγγειλε ότι προχωρεί το θέμα της αναγνώρισης της Σωματικής Διάπλασης από το Συμβούλιο Αθλητισμού της Ασίας.

β) Αντιπρόεδρος για την Αφρική, ο Τομ Ομούμπο (Παράρ. Γ).

γ) Αντιπρόεδρος για τη Νότια Αμερική, ο Λαέρσιο Μαρτίνεζ (Παράρτ. Δ).

δ) Αντιπρόεδρος για τη Βόρεια Αμερική, ο Τζιμ Μάνιον (Παράρ. Ε).

ε) Αντιπρόεδρος για την Ωκεανία, ο Πωλ Γκράχαμ (Παράρ. ΣΤ).

ζ) Αντιπρόεδρος για την Ευρώπη, ο Ζουλιέν Μπλόμερτ (Παράρ. Ζ).

η) Αντιπρόεδρος του Εκτελεστικού Συμβουλίου, ο Όσκαρ Στέιτ (Παράρ. Η).

Όλες οι εκθέσεις έγιναν ομόφωνα αποδεκτές.

#### 7. ΕΚΘΕΣΗ ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑ (Παράρ. Ι).

Η έκθεση του Γουίνστον Ρόμπερτς έγινε και αυτή ομόφωνα αποδεκτή.

#### 8. ΕΚΘΕΣΗ ΤΟΥ ΤΑΜΙΑ.

Ο Μπεν Γουέιντερ τόνισε ότι είναι η πρώτη φορά που η IFBB πέτυχε ισοζύγιο πιστώσεως, που οφείλεται κυρίως στα τηλεοπτικά δικαιώματα. Η έκθεση έγινε ομόφωνα αποδεκτή.

#### 9. ΕΚΘΕΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΚΡΙΤΩΝ (Παράρ. Ι).

Ο Όσκαρ Στέιτ διάβασε τις κυριότερες αποφάσεις της Επιτροπής Κριτών. Ο Άρνε Σβέντσεν (Νορβηγία), με την υποστήριξη του Όλε Σόντερουπ (Δανία), πρότεινε, κατά την προκριματική φάση, οι αθλητές να εκτελούν τις υποχρεωτικές πόζες σε γκρουπ των 5 αθλητών, ώστε να εκλέγονται 15 για τους ημιτελικούς. Η πρόταση έγινε αποδεκτή.

#### 10. ΕΚΘΕΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ (Παράρ. Κ).

Η έκθεση της Ντόρις Μπαριλό έγινε ομόφωνα αποδεκτή.



#### 11. ΔΙΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΕΠΙΣΗΜΟΥ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ ΤΗΣ I.F.B.B. "FLEX" (Παρ. Λ).

Ο κ. Λη Σίλβερν, Αντιπρόεδρος της Εκτελεστικής Επιτροπής της Worldwide Media Services Inc., εξήγησε πως η εταιρεία του θα μπορούσε να βοηθήσει τις εθνικές ομοσπονδίες να λαμβάνουν στα κανονικά χρονικά διαστήματα αντίτυπα του περιοδικού "FLEX".

#### 12. ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΑΣ (Παρ. Μ).

Ο Δόκτ. Τσαρλς Γκάρφιλντ έδωσε ένα συνοπτικό σχεδιάγραμμα της εργασίας της επιτροπής και της επόμενης τεχνικής ανακοίνωσης, το οποίο ο Μπεν Γουέιντερ σύντομα θα δημοσιεύσει και θα διανείμει.

Μετά ο Μπεν Γουέιντερ ανέφερε το θέμα του ελέγχου της λήψης φαρμάκων. Ευχαρίστησε τη Σουηδική Ομοσπονδία, που άρχισε τον έλεγχο των στεροειδών, κατά το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 1983. Είχε συζητήσει την έκθεσή τους (Παρ. Μ) με τον Δόκτωρα Ερνστ Τζοκλ, Πρόεδρο της Επιτροπής Ιατρικής και Έρευνας. Ο Δόκτ. Τζοκλ είχε προτείνει να υιοθετήσουν τις τεχνικές του ελέγχου ντόπιν της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής και ήταν έτοιμος να ζητήσει τη βοήθεια του ειδικού του IOC ελέγχου ντόπιν, του Καθηγητή Ντένικε, για να διευθύνει τον έλεγχο κατά το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα στο Λας Βέγκας. Τα τεστ θα ήταν ανώνυμα, αλλά αν υπήρχαν θετικά αποτελέσματα, τα οποία θα έδιναν σε νομικό δικαστήριο, η IFBB θα μπορούσε να προτείνει κανονισμούς για την απαγόρευση της χρησιμοποίησης φαρμάκων, που θα άρχιζαν να εφαρμόζονται κατά το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 1985.

Ο Περ-Άξελ Σγιόχολμ (Σουηδία) πρότεινε ότι ο πρώτος επίσημος έλεγχος ντόπιν θα έπρεπε να γίνει το 1985 και όχι το 1984, και ότι τα τεστ να γίνουν κατά τη διάρκεια του Παγκόσμιου και του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος, στους τρεις πρώτους κάθε κατηγορίας και σε μερικούς άλλους στην τύχη. Τους αθλητές στους οποίους παρουσιάζονταν θετικά αποτελέσματα, θα έπρεπε να τους απομακρύνουν από αγώνες για 18 μήνες. Αν συνέχιζαν το παράπτωμα, τότε θα έπρεπε να απομακρυνθούν για πάντα. Αυτή η πρόταση υποστηρίχθηκε από τον Άρνε Σβέντσεν (Νορβηγία), ο οποίος πρότεινε ότι ο νέος κανονισμός για την απαγόρευση της λήψης φαρμάκων θα έπρεπε να ισχύσει από τον Ιανουάριο του 1985. Η πρόταση έγινε ομόφωνα αποδεκτή.

Ο Γκράχαμ Φογκ (Νέα Ζηλανδία) πρότεινε ο έλεγχος της λήψης φαρμάκων κατά τη διάρκεια Ευρωπαϊκών Πρωταθλημάτων, να γίνεται μόνο σε χώρες που έχουν τις κατάλληλες δυνατότητες για τεστ εργαστηρίου. Η πρόταση έγινε ομόφωνα αποδεκτή.

Ο Όσκαρ Στέιτ (Αγγλία) πρότεινε ότι θα πρέπει να απομακρύνονται επίσης και αυτοί που προμηθεύουν φάρμακα στους αθλητές, στους οποίους παρουσιάστηκαν θετικά αποτελέσματα. Η πρόταση έγινε ομόφωνα αποδεκτή.

#### 13. ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΕΚΤΕΛΕΣΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ (Παρ. Ν).

α) Εξ' αιτίας της σοβαρότητας της περίπτωσης της Κικί Ελόμα, ο Μπεν Γουέιντερ εξήγησε τη διαδικασία που υιοθετήθηκε.

β) Το συνέδριο δέχτηκε τους τρεις αντιπροσώ-

πους που πρότεινε στην τύχη το Εκτελεστικό Συμβούλιο.

#### 14. ΕΚΘΕΣΗ ΤΗΣ G.A.I.S.F. (Παρ. Ο).

Η έκθεση του Όσκαρ Στέιτ έγινε ομόφωνα αποδεκτή.

#### 15. ΕΚΘΕΣΗ ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΝ ΑΓΩΝΩΝ (Παρ. Ρ).

Ο Όσκαρ Στέιτ τόνισε ότι θα γίνουν περισσότερα αθλητικά γεγονότα (24) στους Παγκόσμιους Αγώνες του 1985, απ' ότι θα γίνουν στους Ολυμπιακούς του 1984 (21). Ήταν σημαντικό να πραγματοποιηθεί το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα του 1984, επειδή θα υπήρχαν αγώνες από τους οποίους θα γινόταν η εκλογή των αθλητών, που θα μπορούσαν να λάβουν μέρος στους Παγκόσμιους Αγώνες του 1985. Η έκθεση έγινε ομόφωνα αποδεκτή.

#### 16. ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΤΟΥ 1984.

Ο Άντυ Όλσον, Διευθυντής των Εκτάκτων Εκδηλώσεων στο Caesars Palace, ανέφερε την παρούσα κατάσταση των προετοιμασιών για το Πρωτάθλημα. Ο Μπεν Γουέιντερ τόνισε την αξία της ειδικής προσφοράς του Caesars Palace για τους φιλάθλους και συμβούλεψε τις εθνικές ομοσπονδίες να στείλουν νωρίς τις αιτήσεις τους για τους αγώνες.

#### 17. "ΜΙΣΤΕΡ ΟΛΥΜΠΙΑ" ΤΟΥ 1984.

Ο Γουέιν Ντεμίλια επιβεβαίωσε ότι αυτοί οι αγώνες θα γίνουν στη Νέα Υόρκη στις 3 Νοεμβρίου στο Felt Forum, Madison Square Garden, με χρηματικό βραβείο \$100,000. Θα υπάρξει αρκετή επιπρόσθετη δημοσιότητα εκ μέρους των εφημερίδων και των περιοδικών, εκτός από την τακτική ύλη των περιοδικών της Σωματικής Διάπλασης, πράγμα το οποίο θα συντελέσει στο να γίνει πιο γνωστό το σπορ.

Επίσης βεβαίωσε ότι θα γίνουν το επαγγελματικό παγκόσμιο πρωτάθλημα ανδρών στο Τορόντο, στις 25 Φεβρουαρίου, και το επαγγελματικό παγκόσμιο πρωτάθλημα γυναικών και ζευγαριών στο Κάλγκαρι, στις 5 Μαΐου.

#### 18. "PUMPING IRON II".

Ο Τζωρτζ Μπάτλερ, παραγωγός του φιλμ "Pumping Iron II", εξήγησε το σκοπό της παρουσίασης της γυναικείας Σωματικής Διάπλασης, κατά τη διάρκεια του Παγκοσμίου Κυπέλλου Γυναικών, στο Caesars Palace, στο οποίο δόθηκε το μεγαλύτερο χρηματικό βραβείο \$50,000, με πρώτο βραβείο \$25,000. Είπε πως η ταινία θα είναι έτοιμη να προβληθεί τον Μάϊο ή τον Ιούνιο του 1984, και θα μπορούν να γίνουν συνεννοήσεις με τις εθνικές ομοσπονδίες για τις επίσημες πρεμιέρες στις χώρες τους.

#### 19. ΑΝΑΘΕΣΗ ΤΩΝ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΩΝ.

Ο Όσκαρ Στέιτ διάβασε τον κατάλογο των πρωταθλημάτων, ο οποίος εγκρίθηκε από το Εκτελεστικό Συμβούλιο (Παρ. Ν).

#### 20. ΤΟ ΧΡΥΣΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ ΤΟΥ ΠΡΟΕΔΡΟΥ.

Ο Πρόεδρος Μπεν Γουέιντερ, βοηθούμενος από την κα Μπέτη Γουέιντερ και την κα Ρέιτσελ Μακλίς, απένευσε το Χρυσό Μετάλλιο της IFBB στην κα Ρέι-κο Ματουγιάμα (Ιαπωνία).



#### 21. ΑΠΟΝΟΜΗ ΒΡΑΒΕΙΩΝ.

Ο Μπεν Γουέιντερ απένευσε το Δίπλωμα της IFBB σε τρεις Αυστραλιανούς επισήμους, τους: Ρον Πάλμερ, Κρις Ντιπρόουζ και Στηβ Λέιγκ.

Απένευσε την Ασημένια Πλακέτα της IFBB στους: Μ. Λετσομένον (Σιγκαπούρη) και Σινάτρα Κασές (Ινδονησία).

Απένευσε τα Διπλώματα Αξίας της IFBB στους παρκάτω επισήμους της Σιγκαπούρης: Οσμάν μπιν Μοχάμεντ, Λτ. Κολ. Κ. Σουν, Τζόζεφ Μάουγκ, Δίδα Νορεσά Ραζάκ, Σ. Κ. Τσεόγκ και στους Μ. Κεσάβαν (Ινδία), Σ. Αμπντούλ Χαμίτ (Μαλαισία), Δόκτ. Μπάσιρουμ Νουγκρόχο (Ινδονησία), Τζ. Μπ. Στσούκροφτ (Σρι-Λάνκα), Γιέ Τζουέι Φενγκ (Κινέζικη Ταϊπέι) και Σάνυ Φούα (Μαλαισία).

#### 22. ΑΠΟΝΟΜΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ.

Οι παρακάτω χώρες απένευσαν βραβεία στον Μπεν Γουέιντερ και σ' άλλα επίσημα μέλη της IFBB: Μαλαισία, Ιαπωνία, Συρία, Βερμούδες, Σρι-Λάνκα, Ινδία, Ουαλλία, Πακιστάν, Ινδονησία, Αυστρία, Λουξεμβούργο, Κορέα, Ονδούρες, Γερμανία, Γαλλία, Κινέζικη Ταϊπέι, Ολλανδία, Βραζιλία, Γκουάμ, Τσεχοσλοβακία και Τουρκία.

Ο Μπεν Γουέιντερ έκλεισε το συνέδριο ευχαριστώντας τις εθνικές ομοσπονδίες για τη συμμετοχή τους στους αγώνες και για την αφοσίωση και υποστήριξή τους κατά τη διάρκεια του χρόνου.

#### Παράρτημα Α

#### ΕΚΘΕΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΕΔΡΟΥ

Το 1983 είναι ακόμα ένας χρόνος γεμάτος από δραστηριότητες και συνεχή πρόοδο του αθλήματός μας. Με περηφάνεια αναγγέλω ότι η IFBB έχει μέλη από 121 χώρες, αφού προστέθηκε και η Ταϊτή, που αποτελεί το πιο νέο μέλος μας. Μετά από αυτό η IFBB είναι η έβδομη πιο ισχυρή διεθνής ερασιτεχνική αθλητική ομοσπονδία στον κόσμο σήμερα, στην κυριολεξία με εκατομμύρια μέλη. Επίσης η IFBB είναι ασύγκριτα η μεγαλύτερη ομοσπονδία της οποίας το άθλημα είναι ενταγμένο στο πρόγραμμα των Παγκοσμίων Αγώνων του 1985.

Το άθλημα της Σωματικής Διάπλασης εξασκεί μια αποφασιστική επίδραση σε πολλές χώρες, και λαμβάνουμε τη μεγαλύτερη υποστήριξη από ποτέ, από εθνικές ολυμπιακές επιτροπές, από κρατικές αθλητικές υπηρεσίες και από τη διεθνή κοινότητα αθλητισμού. Ένα πρόσφατο παράδειγμα είναι η συνεργασία μεταξύ της Ολλανδικής Ομοσπονδίας και του Κρατικού Οργανισμού Αθλητιστικής της Ολλανδίας.

Η Σωματική Διάπλαση είναι ένα επίσημο αγώνισμα των Τοπικών Αγώνων της Νοτιανατολικής Ασίας και με τις ηρωϊκές προσπάθειες του Μοχάμαντ Αμίν, Γενικού Γραμματέα της Πακιστανικής Ολυμπιακής Ένωσης, υπάρχει δυνατότητα να περιληφθεί το αγώνισμα στους Ασιατικούς Αγώνες. Οι Αγώνες της Νοτι-

νατολικής Ασίας και οι Ασιατικοί Αγώνες είναι αναγνωρισμένοι από τη Διεθνή Ολυμπιακή Επιτροπή (ΔΟΕ).

Σκεπτόμενοι το θέμα της Ασίας, παρατηρούμε με ευχαρίστηση ότι η Λαϊκή Δημοκρατία της Κίνας έχει ήδη διοργανώσει ένα εθνικό πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης. Παρουσιάζει γρήγορη πρόοδο με ένα τρομακτικό ενθουσιασμό που είναι φανερό σε όλες τις κυριότερες πόλεις της, και σύντομα περιμένω να ζητήσει να γίνει πλήρες μέλος της IFBB.

Η Ολυμπιακή Επιθεώρηση, η επίσημη εφημερίδα της ΔΟΕ κατά τη διάρκεια του χρόνου έχει δημοσιεύσει άρθρα για το αγώνισμα και για την ομοσπονδία μας, καθώς επίσης και επίσημες ανακοινώσεις μας. Στελέχη της IFBB έχουν παραβρεθεί σε συναντήσεις της Γενικής Ένωσης των Διεθνών Αθλητικών Ομοσπονδιών (ΓΕΔΑΟ) και του Παγκόσμιου Συμβουλίου Αγώνων. Έτσι, η συμμετοχή μας στο διεθνή αθλητισμό έχει φτάσει σε υψηλό σημείο.

Η Επιτροπή Ιατρικής και Έρευνας της IFBB έχει δημοσιεύσει μερικές εκθέσεις κατά τη διάρκεια του χρόνου, τις οποίες έχει διανεμήσει στις εθνικές ολυμπιακές ομοσπονδίες και σε άλλες διεθνείς ομοσπονδίες αθλητισμού σε όλο τον κόσμο. Η αντίδραση είναι στους περισσότερους ευνοϊκή. Αυτό είναι ένας από τους τρόπους συμβολής στην ανάπτυξη του αθλήματος γενικά. Κατά συνέπεια, η IFBB έχει κατορθώσει να αποκτήσει την εκτίμηση από τη Διεθνή Ένωση Αθλητισμού.

Αυτό το χρόνο ο Όσκαρ Στέιτ τέλειωσε το καινούργιο βιβλίο κανονισμών κρίσης, το οποίο περιλαμβάνει κανονισμούς για ερασιτέχνες (άνδρες και γυναίκες), επαγγελματίες και ζευγάρια. Αυτοί πρέπει να τηρούνται υποχρεωτικά από όλες τις εθνικές ομοσπονδίες. Θέλω να συγχαρώ τον Όσκαρ, για το ότι ανέλαβε αυτή την τεράστια εργασία, και για το ότι κατάφερε να γράψει ένα βιβλίο τόσο σημαντικό και ολοκληρωμένο.

Η γυναικεία Σωματική Διάπλαση αναπτύσσεται αλματωδώς. Όλο και περισσότεροι αγώνες διοργανώνονται, όλο και περισσότερες χώρες λαμβάνουν μέρος σε πρωταθλήματα. Το 1982, στο Επαγγελματικό Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Γυναικών, συμμετείχαν αθλήτριες από 10 χώρες. Αυτό το χρόνο περίπου 30 χώρες συναγωνίστηκαν στο Ερασιτεχνικό Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Γυναικών, που έγινε στο Λονδίνο. Η προβολή τους από την τηλεόραση, το ραδιόφωνο και τις εφημερίδες είχε σαν αποτέλεσμα την αύξηση του ενδιαφέροντος και των σχεδίων διοργάνωσης περισσότερων αγώνων. Η Πρόεδρός μας στην Επιτροπή Γυναικών, Ντόρις Μπαριλό, μεταφέρει μέσα από το περιοδικό της SPA νέα από τις διεθνείς δραστηριότητες και συνεχώς προσπαθεί να διατηρήσει μια υγιή εικόνα για τη γυναικεία Σωματική Διάπλαση.

Η Επαγγελματική Σωματική Διάπλαση αναπτύχθηκε πάρα πολύ το 1983, αφού έγιναν μεγαλύτεροι και καλύτεροι αγώνες, οι οποίοι μεταδόθηκαν στις περισσότερες χώρες και προσφέρθηκαν τα μεγαλύτερα μέχρι τώρα χρηματικά βραβεία. Θέλω να ευχαριστήσω τους οργανωτές αυτών των αγώνων για τις προσπάθειες που έχουν κάνει, όχι μόνο για λογαριασμό των επαγγελματιών μπόντυ-μπίλντερς, αλλά επίσης γιατί έδωσαν τη δυνατότητα στις χιλιάδες οπαδών του αθλήματος στο εξωτερικό να δουν τους σπουδαιότερους μπόντυ-μπίλντερς σε δράση, και επομένως να τονώσουν το ενδιαφέρον για το άθλημά μας. Ειδικότερα ευχαριστώ τον Γουέιν Ντεμλίλια, Σύμβου-

λο της Επαγγελματικής Σωματικής Διάπλασης στην IFBB, ο οποίος έχει αναλάβει μια σημαντική δουλειά τον συντονισμό των πολλών λεπτομερειών που παρουσιάζονται κατά την οργάνωση των επαγγελματικών αγώνων για άνδρες και γυναίκες. Κάτω από τη συνεχή επίβλεψή του, η IFBB κατόρθωσε να αποκτήσει τη φήμη της σαν διοργανώτρια αγώνων υψηλού επιπέδου.

Επίσης ευχαριστώ τους οργανωτές της Ευρώπης, όπως τον Τζόζεφ Σμιντ από την Ελβετία, τους Ζουλιέν Μπλόμερτ και Φρανκ Γκαλ από το Βέλγιο, τον Ουλφ Μπένγκτσον από τη Σουηδία, και τους Όσκαρ Στέιτ και Ντέιβιντ Ρίλεϋ από την Αγγλία, οι οποίοι διοργάνωσαν ξανά ένα μοναδικό πρωτάθλημα, το οποίο ανοίγει μια καινούργια σελίδα στην ιστορία της IFBB.

Μια δυσάρεστη κατάσταση που παρατηρεί κανείς στην ανάπτυξη της επαγγελματικής Σωματικής Διάπλασης είναι η έλλειψη ειλικρίνειας και εντιμότητας από ένα μικρό αριθμό επαγγελματιών μπόντυ-μπίλντερς, οι οποίοι δεν σέβονται τις συμφωνίες ή τα συμβόλαιά τους, ούτε συνεργάζονται με τους οργανωτές των αγώνων, και συνήθως συναγωνίζονται με χαμηλής στάθμης σωματική διάπλαση. Μερικοί έχουν βρεθεί ακόμα ένοχοι ότι πήρανε χρήματα από τον οργανωτή και δεν εμφανίστηκαν στους αγώνες. Τέτοια συμπεριφορά αντανακλά άδικο στον οργανωτή, ο οποίος έτσι χάνει κατά κάποιο τρόπο την αξιοπιστία του με τους θεατές. Η IFBB θα αντιδράσει πολύ αυστηρά σε όποιον επαγγελματία παραβεί τους κανονισμούς στο μέλλον.

Ο Ζουλιέν Μπλόμερτ, Αντιπρόεδρος της IFBB στην Ευρώπη, έχει κάνει μια θαυμάσια δουλειά, όπως πάντα, για την ανάπτυξη της Σωματικής Διάπλασης στην Ευρώπη. Η οργάνωση του παγκόσμιου πρωταθλήματος τον περασμένο χρόνο στην Brugge, ήταν ένα παράδειγμα προς μίμηση για όλες τις άλλες ομοσπονδίες. Το 1985, ο Ζουλιέν θα οργανώσει τους αγώνες Μίστερ Ολύμπια και θα προσφέρει \$100,000.000 σαν χρηματικό βραβείο. Μπορούμε να βασιστούμε στον Ζουλιέν ότι οι αγώνες θα είναι άψογοι στην οργάνωσή τους.

Το 1984 θα είναι ένας "γεμάτος" χρόνος για τις ΗΠΑ, αφού θα πραγματοποιηθούν σε αυτές τα δυο πιο σπουδαία γεγονότα του προγράμματος της IFBB. Οι αγώνες Μίστερ Ολύμπια 1984 θα γίνουν στο Felt Forum of Madison Square Garden, στις 3 Νοεμβρίου. Θα χρηματοδοτηθούν από τη μεγαλύτερη αλυσίδα καταστημάτων ηλεκτρονικών, "Crazy Eddie's". Το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 1984 θα γίνει στο Ξενοδοχείο Caesars Palace στο Λας Βέγκας ένα από τα πιο εντυπωσιακά ξενοδοχεία στον κόσμο. Ο κ. Άντυ Όλσον, Διευθυντής των Εκτάκτων Εκδηλώσεων στο Caesars Palace, έχει κανονίσει εκδρομές και διαμονή στο Caesars Palace σε υπερβολικά χαμηλές τιμές για να έρθουν όσο το δυνατόν πιο πολλοί επίσημοι και οπαδοί.

Οι αγώνες Μις Ολύμπια 1984 θα γίνουν στο Μόντρεαλ, στον Καναδά, και θα χρηματοδοτηθούν από το μεγαλύτερο Γαλλοκαναδικό ραδιοφωνικό δίκτυο, που είναι το Radio Mutuel.

Αυτό το χρόνο οι αγώνες Μίστερ Ολύμπια διεξήχθησαν σωστά, εξ' αιτίας της διορατικότητας του οργανωτή τους Άλμπερτ Μπούσεκ. Οι αγώνες έγιναν στο Olympic Hall, σε έναν από τους χώρους όπου πραγματοποιήθηκαν οι Ολυμπιακοί Αγώνες του 1972, στο Ολυμπιακό Χωριό του Μονάχου. Η θαυμάσια οργάνωσή τους χρησιμεύει πια σαν πρότυπο για τους μελλοντικούς οργανωτές.

Ο Όσκαρ Στέιτ έχει συνεισφέρει σε όλους τους μεγάλους αγώνες με την ίδια ζωντάνια και ορμή που εκδηλώνει και στην καθημερινή του συμπεριφορά. Ο Όσκαρ είναι πρόθυμος να διανύσει χιλιάδες χιλιόμετρα για να βοηθήσει την IFBB στην προσπάθειά της. Η παρουσία του και οι πολύτιμες συμβουλές του δίνουν πολύ θάρρος στις ομοσπονδίες σε όλο τον κόσμο. Αποτελεί παράδειγμα για τους συνεργάτες μας που θα ήθελαν να γίνουν ενεργά μέλη της IFBB και να την βοηθήσουν στις πολλές ευθύνες που έχει αναλάβει. Χρωστάμε ευγνωμοσύνη στον Όσκαρ.

Ο κ. Τομ Ομούμπο τήρησε τελικά την υπόσχεσή του να οργανώσει το πρώτο Παναφρικανικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης στο Ναϊρόμπι, με ενθαρρυντική προσέλευση από τα μέλη μας στην Αφρική. Είμαι σίγουρος ότι τέτοια πρωταθλήματα χρησιμεύουν σαν κίνητρο για τους μπόντυ-μπίλντερς της κάθε ηπείρου, και ελπίζουμε να γίνουν θεσμός. Ευχαριστούμε τον Τομ για τη δραστήρια αφοσίωσή του.

Αυτό το χρόνο άρχισε να βγαίνει το καινούργιο μας επίσημο περιοδικό, το "FLEX", που την επιμέλειά του έχει ο Μπιλ Ντόμπινς και εκδίδεται από τον αδερφό μου Τζο, ο οποίος και πάλι έχει διαθέσει πολύ χώρο για τις δραστηριότητες της ομοσπονδίας μας. Το FLEX θα αποδείξει ότι είναι ένα πολύτιμο μέσο διάδοσης των ειδήσεων και δημοσίας προβολής των σπουδαιότερων αγώνων και των γνωστών μπόντυ-μπίλντερς. Ακόμα το επίσημο περιοδικό της IFBB θα συνεχίσει να δίνει την ευκαιρία στις εθνικές ομοσπονδίες να δημοσιεύονται οι δικές τους δραστηριότητες.

Έχουν περάσει 36 χρόνια από τότε που ιδρύθηκε η IFBB και είναι ενθαρρυντικό το γεγονός ότι συνέχεια προοδεύει. Το ότι μπορούμε να πετύχουμε, οφείλεται στις κοινές προσπάθειες των διαφόρων στελεχών μας στις πολλές χώρες, οι οποίες συνδέονται με την IFBB. Γι' αυτό δεν μπορώ να τελειώσω την αναφορά μου, χωρίς να ευχαριστήσω όλα εκείνα τα αφοσιωμένα στελέχη μας, που βρίσκονται σε πολλές χώρες και τα οποία μου πρόσφεραν τη βοήθεια και τη συνεργασία τους, κατά τη διάρκεια του χρόνου. Χωρίς όλους εσάς, η IFBB δεν θα ήταν η μεγάλη ομοσπονδία που είναι σήμερα. Θέλω να τονίσω ξανά, ότι η IFBB είναι μια ομοσπονδία αδερφοσύνης και φιλίας, αισθήματα που εκφράζουμε διαμέσου του αθλήματος.

Τέλος, θέλω να ευχαριστήσω τον Πωλ Τσούα, Πρόεδρο της Ερασιτεχνικής Ένωσης Σωματικής Διάπλασης της Σιγκαπούρης και την επιτροπή του για την τεράστια σκληρή δουλειά τους και την αφοσίωση στην οργάνωση αυτού του καταπληκτικού παγκόσμιου πρωταθλήματος και του διεθνούς συνέδριου εδώ στη Σιγκαπούρη.

Επίσης, ευχαριστώ τον Οργανισμό Τουρισμού της Σιγκαπούρης και όλους τους κρατικούς υπαλλήλους της Σιγκαπούρης, τον τύπο, το ραδιόφωνο και την τηλεόραση που βοήθησαν για να πετύχουν αυτοί οι αγώνες. Επίσημα η IFBB ευχαριστεί το λαό της Δημοκρατίας της Σιγκαπούρης για τη ζεστή του φιλοξενία. Ειδικές ευχαριστίες στην αξιολάμπη και χαριτωμένη Σίρλεϋ Ταν του "STRAITS TIMES" για τα πολλά άρθρα της, τα οποία αύξησαν σημαντικά το ενδιαφέρον για το πρωτάθλημά μας.

Εύχομαι σε όλους εσάς μια θαυμάσια διαμονή στη Σιγκαπούρη.

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

## Παράρτημα Β ΕΚΘΕΣΗ ΤΗΣ ΑΣΙΑΣ

### ΙΝΔΙΑ

Η Ινδική Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης συμμετείχε με μια ομάδα από 3 αθλητές, έναν προπονητή-μάνατζερ και δυο αντιπροσώπους, μαζί με τον κ. Κεσαβάν, Πρόεδρο της IBBF, η οποία έλαβε μέρος επίσης και στο 36ο Παγκόσμιο Συνέδριο της IFBB. Η Ινδία οργάνωσε το μεγαλύτερο εθνικό πρωτάθλημα τον Φεβρουάριο του 1983 στο Κοϊμποτόρε. Με προσκάλεσαν να προεδρεύσω σε αυτό το πρωτάθλημα με την ιδιότητά μου, του Αντιπροέδρου της IFBB για την Ασία. Εντυπωσιάστηκα πάρα πολύ με τη μαζική συμμετοχή σχεδόν όλων των ομάδων της Ινδικής Ομοσπονδίας Σωματικής Διάπλασης. Το επίπεδο της Σωματικής Διάπλασης έχει καλύτερη και έλαβαν μέρος περισσότεροι από 150 αθλητές. Ο προηγούμενος Γραμματέας ακόμα δημιουργεί προβλήματα στα νεοεκλεγμένα αναγνωρισμένα μέλη της IBBF με απειλές ότι θα κάνει αγωγή στο δικαστήριο. Παρόλα αυτά έχουμε παραμείνει σταθεροί στις αποφάσεις μας. Η Ινδία επίσης έστειλε έναν παρατηρητή στο 1ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Γυναικών που έγινε στη Σιγκαπούρη τον Ιούλιο του 1983. Η Ινδία επιβεβαίωσε ότι θα συμμετάσχει στο προσεχές παγκόσμιο πρωτάθλημα που θα γίνει στη Σιγκαπούρη.

### ΙΝΔΟΝΗΣΙΑ

Η All Indonesia Weightlifting & Bodybuilding and Powerlifting Association οργάνωσε αρκετούς διαπολιτειακούς αγώνες στη χώρα της. Πρόσφατα οργάνωσαν το εθνικό πρωτάθλημα και πήραν μέρος στο Τετραεθνές Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης στο Μπατού Παχάτ, στη Μαλαισία. Κέρδισαν ένα χρυσό μετάλλιο στην κατηγορία πετεινού με τον Ζάρμι. Στην Ινδονησία θα γίνει το Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης και συγκεκριμένα στην Τζιακάρτα τον Φεβρουάριο του 1984. Ο Πρόεδρός τους, ο Υποστράτηγος Τζονοσεβότσο, ο Αντιπρόεδρος κ. Έρβιν Μπαχρουντίν και ο Γραμματέας κ. Σινάτρα Κασές, μαζί με τον Πρόεδρο της Επιτροπής Σωματικής Διάπλασης, Στρατηγό της Αστυνομίας Μπάσιρουν Νουγκρόχο, εργάζονται πολύ σκληρά για να κάνουν τη Σωματική Διάπλαση το πρώτο άθλημα στην Ινδονησία.

### ΙΑΠΩΝΙΑ

Η Ιαπωνική Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης οργάνωσε το 18ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης τον περασμένο χρόνο επιτυχημένα. Αυτή η εντυπωσιακή επιτυχία οφειλόταν στις συντονισμένες προσπάθειες του κ. Ταμάρι και της κα Ρέικο Ματουγιάμα, καθώς επίσης και των δραστήριων μελών της επιτροπής της JBBF.

### ΜΑΛΑΙΣΙΑ

Το Κότα Κιναμαλού (Σαμπάχ-Μαλαισία) ήταν ο τόπος όπου διεξήχθησαν τον περασμένο χρόνο οι Α-

sean Bodybuilding Championships. Συγκεκριμένα συμμετείχαν οι χώρες : Σιγκαπούρη, Ινδονησία και Μαλαισία. Η Μαλαισία οργάνωσε επίσης αυτό το χρόνο το Τετραεθνές Πρωτάθλημα στο Μπατού Παχάτ, στο Τζοχόρε. Και αυτή η χρονιά έκλεισε με την οργάνωση του Εθνικού Πρωταθλήματός τους στο Κούσινγκ, στο Σάραβακ. Η Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης της Μαλαισίας είναι δραστήρια στην προώθηση του αγωνίσματος και ήδη σκοπεύει να οργανώσει το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης στη χώρα της.

#### ΠΑΚΙΣΤΑΝ

Ο Μοχάμαντ Αμίν, Γραμματέας της Πακιστανικής Ομοσπονδίας Σωματικής Διάπλασης, ανέφερε πως η ομοσπονδία του βοηθά έντονα στην ανάπτυξη του αθλήματος σ' όλο το Πακιστάν.

Αυτό το χρόνο, οργάνωσαν ξανά το Quaid-e-Azam (Πατέρας του Έθνους) Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης, που έγινε στο Λαϊάκουτ Μεμόριαλ Χωλ, στο Rawalpindi. Οι πιο σημαντικοί και διακεκριμένοι μόντυ-μπιλντερς έλαβαν μέρος σ' αυτούς τους μεγάλους αγώνες.

Οι παρακάτω αθλητές νίκησαν στις αντίστοιχες κατηγορίες : Πετεινού : Αμίρ Αφζάλ Κχαν, Ελαφρά Βάρη : Σαουκάτ Αλί, Μεσαία : Κάϊσερ Περβάζ, Ελαφρά-Βαρέα : Αζάμ Μπατζούα.

Ο Τζανάμ Νιάζ Μοχάμαντ Άρπαμ, Ομοσπονδιακός Υπουργός Πολιτισμού, Αθλητισμού και Τουρισμού, στην Κυβέρνηση του Πακιστάν, ήταν επικεφαλής στην επίσημη τελετή και απένειμε τα βραβεία στους νικητές.

Μετά από παράκλησή μου, ο Μοχάμαντ Αμίν, ο χρηματοδότης μας, αντιπροσώπευσε την ABBF στη Γενική Ένωση των Αθλητικών Ομοσπονδιών της Ασίας στη Σεούλ, στην Κορέα τον Ιούλιο. Δεν μπορούσαν να παραβρεθώ, γιατί ήμουν απασχολημένος με τη διοργάνωση του Ασιατικού Πρωταθλήματος Σωματικής Διάπλασης Γυναικών και με το προσεχές Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης.

Η αναφορά του είναι η εξής :

Συνάντηση του Συμβουλίου της GAASF  
στη Σεούλ 18-19 Ιουλίου, 1983.

Η δεύτερη Συνάντηση του Συμβουλίου της GAASF (General Association of Asian Sports Federation) πραγματοποιήθηκε στο Ξενοδοχείο Seoul Plaza, στη Σεούλ, στις 18 και 19 Ιουλίου 1983. Περίπου 23 Αθλητικές Ομοσπονδίες της Ασίας βρέθηκαν στη Συνάντηση που ήταν πολύ επιτυχημένη. Για πρώτη φορά υπήρχε αντιπρόσωπος της Σωματικής Διάπλασης, άθλημα το οποίο απολαμβάνει τώρα τα πλεονεκτήματα που έχει ένα Μέλος της Ένωσης, αλλά μια και έχει αναγραφεί στον εγκεκριμένο πίνακα των αθλημάτων από την Ολυμπιακή Επιτροπή της Ασίας θα πρέπει να γίνει πλήρες μέλος. Η GAASF, αναμφίβολα, έχει παρουσιαστεί σαν ένα από τα ισχυρότερα αθλητικά δικαστήρια στην Ασία και θα έχει την ευθύνη για τον έλεγχο από τεχνικής πλευράς των Ασιατικών Αγώνων και των άλλων Τοπικών Αγώνων που θα γίνουν στο μέλλον.

Ο κ. Τόμας Κέλερ, Πρόεδρος της General Assembly of International Sports Federations (GAISF), παραβρέθηκε στη Συνάντηση μετά από ειδική πρόσκληση και προσφώνησε τους αντιπροσώπους.

Η Ασιατική Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης ή απλά η "Σωματική Διάπλαση" αντιπροσωπεύθηκε από τον Τσαουντχάρι Μοχάμαντ Αμίν από το Πακιστάν, ο οποίος ήρθε με αεροπλάνο στη Σεούλ για να παραβρεθεί σ' αυτή τη σημαντική συνάντηση. Στη Συνάντηση της Επιτροπής της GAASF προέστατο ο Πρόεδρος της κ. Παρκ από τη Νότια Κορέα. Θα πρέπει να σημειωθεί ότι η Νότια Κορέα ανέλαβε την τιμή να οργανώσει στη χώρα της τους Ασιατικούς Αγώνες του 1986 και τους Παγκόσμιους Ολυμπιακούς στη Σεούλ, κάτι το οποίο χωρίς αμφιβολία, είναι μια σπάνια διάκριση.

Στην πρώην συνεδρίαση στις 18 Ιουλίου 1983, ο Τσαουντχάρι Μοχάμαντ Αμίν αφού πήρε την άδεια από τον Πρόεδρο είπε τα παρακάτω :

"Κύριε Πρόεδρε, εξεχόντες αντιπρόσωποι και αρχηγοί των αθλημάτων από την Ασία. Εκπροσωπώ τη Σωματική Διάπλαση και επομένως την Ασιατική Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης. Πρώτα απ' όλα, θέλω να ευχαριστήσω τον κ. Παρκ που μου επέτρεψε να λάβω το λόγο και να σας εκθέσω το θέμα της ένταξης του αθλήματος της Σωματικής Διάπλασης στο πρόγραμμα των Ασιατικών Αγώνων του 1986 που θα γίνουν στη Σεούλ.

Η Σωματική Διάπλαση είναι ένα από τα πιο δημοφιλή και οργανωμένα αγωνίσματα στην Ασία. Στην Ασιατική Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης είναι μέλη περίπου 16 Ασιατικές χώρες, οι οποίες οργανώνουν κάθε χρόνο το εθνικό τους Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης. Κάθε χρόνο κανονικά γίνονται οι Ασιατικοί Αγώνες Σωματικής Διάπλασης από το 1970,

οι οποίοι κάθε φορά οργανώνονται και σε άλλη χώρα διαδοχικά, από αυτές που ανήκουν στην Ομοσπονδία. Ο μέσος όρος συμμετοχής είναι 11 με 12 χώρες και αθλητών πάνω από 60.

Οι Εθνικές Ολυμπιακές Επιτροπές του Πακιστάν, της Μαλαισίας, της Ινδονησίας, της Νότιας Κορέας, του Μπαχρέϊν και του Ιράκ αναγνωρίζουν τη Σωματική Διάπλαση σαν σπορ και επίσης μερικές φορές βοηθούν οικονομικά τις Εθνικές Ομοσπονδίες Σωματικής Διάπλασης των αντίστοιχων χωρών τους.

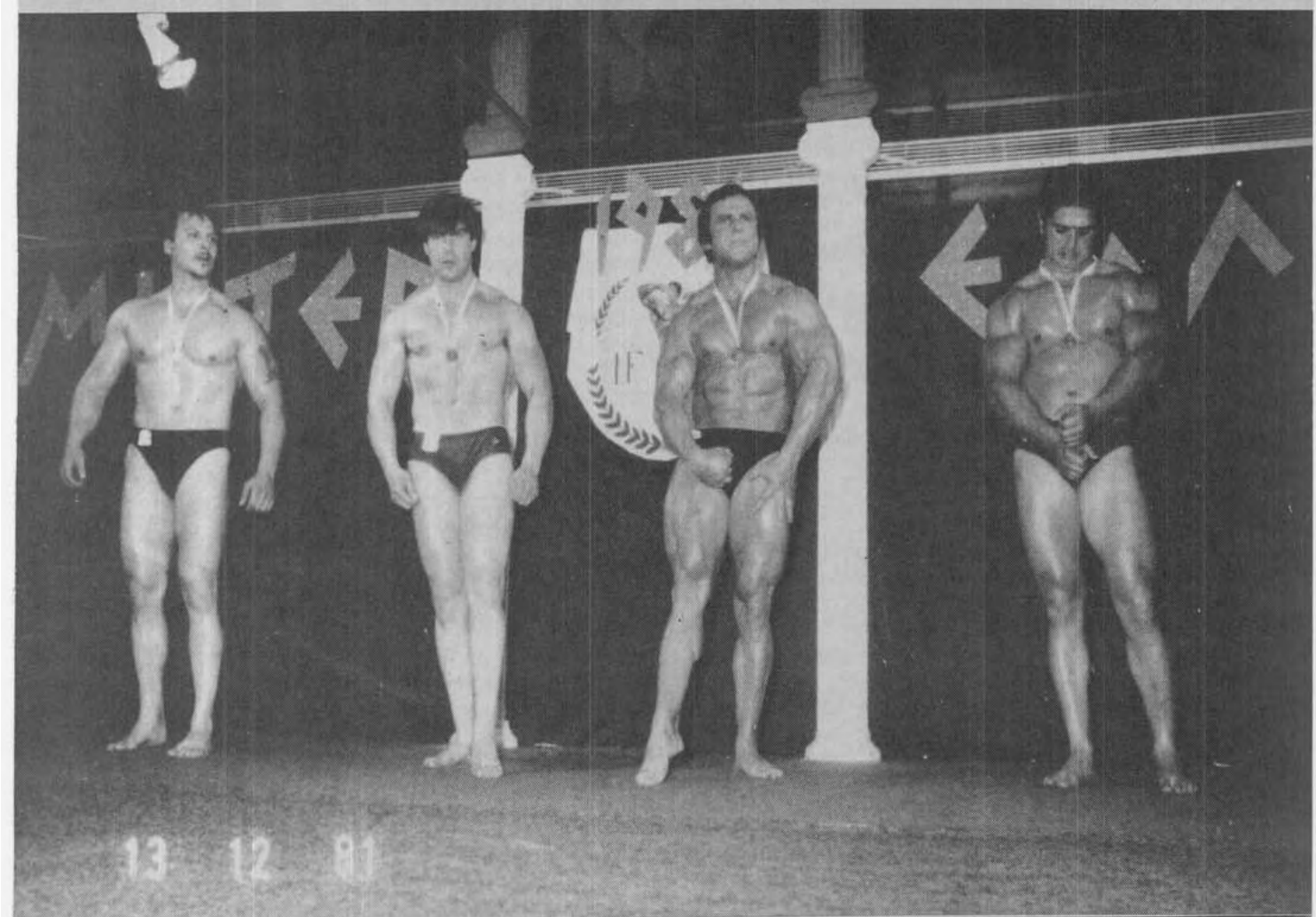
Τον προηγούμενο χρόνο το Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης έγινε στο Τόκυο· αυτό το χρόνο γίνεται στο Καράτσι (Πακιστάν) τον Οκτώβριο· και του χρόνου θα γίνει στη Σεούλ (Νότια Κορέα). Επίσης έχουμε αιτήσεις για το 1985.

Η IFBB (με έδρα της στο Μόντρεαλ) έχει μέλη από 115 χώρες περίπου και από τις πέντε ηπείρους και οργανώνει κάθε χρόνο το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης.

Κύριε Πρόεδρε. Το άθλημα της Σωματικής Διάπλασης συγκεντρώνει όλα τα απαραίτητα στοιχεία για να συμπεριληφθεί στο αγωνιστικό πρόγραμμα των επόμενων Ασιατικών Αγώνων, καθώς εκπληρεί όλους τους όρους και επομένως θα υποστηρίξω την ενταξή του και θα ήθελα να ζητήσω από την GAASF να τονίσει την περίπτωση μας στην Οργανωτική Επιτροπή των Ασιατικών Αγώνων του 1986.

Θα πρέπει να σας υπενθυμίσω ότι ένας από τους σκοπούς της GAASF είναι να προωθεί αγώνισματα στην Ασία και να τα κάνει αγαπητά στη νεότερη γενιά. Η Σωματική Διάπλαση αξίζει την υποστήριξή σας, καθώς το ρητό μας είναι "Η Σωματική Διάπλαση είναι η Διάπλαση του Έθνους", και έτσι προσπαθούμε να ενημερώσουμε τη νεότερη γενιά για την πνευματική και σωματική υγεία.

Σας ευχαριστώ πολύ".



Στις δεξιώσεις και τα επίσημα γεύματα, μου δόθηκε η ευκαιρία να έρθω σε επαφή με αντιπροσώπους και να συζητήσω με επίσημα στελέχη ομοσπονδιών. Επίσης συνάντησα το Γενικό Γραμματέα και τα μέλη της οργανωτικής επιτροπής των Αγώνων της Σεούλ το 1986 και συζητήσα μαζί τους για τη Σωματική Διάπλαση. Αισιοδοξώ ότι θα προκύψουν θετικά αποτελέσματα.

Εκτίμησα πολύ την πράξη της NOC του Πακιστάν να στείλει επίσημη πρόταση στην OCA (για το θέμα της ένταξης της Σωματικής Διάπλασης ανάμεσα στα αναγνωρισμένα αγωνίσματα) για συζήτηση κατά τη συνάντηση του Γενικού Συμβουλίου που θα γίνει τον επόμενο Οκτώβριο στο Κουβέιτ. Ελπίζω να παραβρεθώ εκεί.

#### ΣΙΓΚΑΠΟΥΡΗ

Η Ομοσπονδία Ερασιτεχνικής Σωματικής Διάπλασης της Σιγκαπούρης οργάνωσε στη χώρα της αρκετούς αγώνες Σωματικής Διάπλασης. Οι τρεις σημαντικότεροι στο πρόγραμμα ήταν: το 1ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Γυναικών, το 2ο Εθνικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Γυναικών και το 21ο Εθνικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης.

Το 1ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Γυναικών έγινε στις 2 Ιουλίου στην αίθουσα PUB. Συμμετείχαν οι χώρες: Αυστραλία, Ιαπωνία, Κινέζικη Ταϊπέι, Κορέα, Ινδία και Σιγκαπούρη.

Τα αποτελέσματα ήταν:

- 1η Έρικα Γκέισεν (Αυστραλία)
- 2η Γιουρίε Ιτζίμα (Ιαπωνία)
- 3η Σαλμπιάχ Μόρις (Σιγκαπούρη)
- 4η Μιβάκο Ταμούρα (Ιαπωνία)
- 5η Χσου Λη-Νταν (Κινέζικη Ταϊπέι)
- 6η Τέρι Νορ (Σιγκαπούρη)
- 7η Μαίρη Σζοκολιάι (Σιγκαπούρη)
- 8η Τσανγκ Έουν Γιόνγκ (Νότια Κορέα)
- 9η Λίου Γιέν Βεν (Κινέζικη Ταϊπέι)

Την ίδια εποχή δημιουργήθηκε μια επιτροπή που ανήκει στην ABBF για τη Σωματική Διάπλαση των Γυναικών στην Ασία. Αυτή θα είναι μια υποεπιτροπή που θα ασχολείται με τα ζητήματα της Γυναικείας Σωματικής Διάπλασης. Πρόεδρος εκλέχτηκε η κα Ρέϊκο Ματουγιάμα και Γραμματέας η κα Αντρέι Τσούα. Στη γυναικεία επιτροπή εκλέχτηκαν μέλη από τη Κινέζικη Ταϊπέι, την Ινδία και τη Νότια Κορέα.

Το ίδιο βράδυ, η Σιγκαπούρη οργάνωσε το 2ο Εθνικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης και το Εθνικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Εφήβων.

Η Σιγκαπούρη οργάνωσε το 21ο Εθνικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης που έγινε στις 3 Σεπτεμβρίου 1983 στην αίθουσα PUB σε συνδυασμό με τη γιορτή της Εθνικής Μέρας. Αγώνες ομάδων κατά ηλικίας και το 2ο Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Γυναικών, διεξήχθη το ίδιο βράδυ στον ίδιο χώρο.

Τον επόμενο χρόνο θα οργανώσουμε το 2ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Γυναικών και το 1ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Ζευγαριών. Το 1985 ευχόμαστε να μας γίνει πρόταση να αναλάβουμε το 3ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Γυναικών.

#### ΙΡΑΚ

Αυτή την άνοιξη έγινε το Πρωτάθλημα Εφήβων πρώτα σε τοπικιστικό επίπεδο και μετά σε εθνικό.

Ο καλύτερος κάθε κατηγορίας αντιπροσώπευσε την επαρχία του στο Εθνικό Πρωτάθλημα. Αυτό δέχεται όλους τους αθλητές της Σωματικής Διάπλασης ηλικίας μέχρι 20 χρόνων.

Τον Απρίλιο του 1983 έγινε το Πρωτάθλημα Ανδρών σε τοπικό επίπεδο. Ο καλύτερος από κάθε κατηγορία αντιπροσώπευσε την επαρχία του στο Εθνικό Πρωτάθλημα Ανδρών.

Τον Ιούνιο του 1983 ο αθλητικός σύλλογος Al-Shebab διοργάνωσε ένα ανοιχτό πρωτάθλημα σε επίπεδο συλλόγων, προσφέροντας ένα ακριβό βράβειο στο όνομα του Προέδρου Σαντάμ Χουσεϊν. Ο σύλλογος Army κέρδισε το έπαθλο, με το σύλλογο Al-Shebab δεύτερο.

Τον Ιούλιο του 1983 έγινε το Εθνικό Πρωτάθλημα, με νικητές τους:

- |                  |   |                      |
|------------------|---|----------------------|
| 65 κιλά          | - | Αμπντούλ Λατίφ Σάκερ |
| 70 "             | - | Σαχάμπ Ταλίμπ        |
| 90 "             | - | Αχμέτ Χαντί          |
| Πάνω από 90 κιλά | - | Αζίζ Αμπντούλ Καρίμ  |

Το Ιράκ διευθύνει σχολές όπου εκπαιδεύονται προπονητές και προπονούνται αθλητές της Σωματικής Διάπλασης, καθώς επίσης και σχολές κριτών. Διπλώματα δίνονται αφού περάσουν πρώτα τα τεστ. Τέλος, υπάρχει ένα μοντέρνο γυμναστήριο, στο οποίο προπονούνται οι πρωταθλητές, κάτω από την επίβλεψη του εθνικού προπονητή.

#### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟ 1983

Η Sri Lanka Physical Culture Federation οργάνωσε επιτυχημένα το Most Muscular Man and Novices Championship Meet Nuwara Eliya τον Απρίλιο του 1983 μαζί με τις εποχιακές δραστηριότητες. Σ' αυτή τη σημαντική εκδήλωση έλαβαν μέρος 35 αθλητές.

Ήταν η πρώτη φορά που η Physical Culture Federation επισκέφθηκε τις Επαρχίες. Αυτό προκάλεσε μεγάλο ενθουσιασμό ώστε η ομοσπονδία σχεδίαζε να επισκεφθεί το Hill Capital, στην Κεντρική Επαρχία (Kandy), αλλά η αναστάτωση που προκαλείται στην εξοχή τον Ιούλιο, ανέτρεψε τα σχέδια της Ομοσπονδίας.

Λειτουργήσε μια κατασκήνωση, στην οποία προπονήθηκαν οι αθλητές από το Γυμναστήριο YMBA, οι οποίοι θα λάβουν μέρος στο 37ο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα. Όλα τα έξοδα, συμπεριλαμβανομένων και των γευμάτων, ήταν πληρωμένα από την Ομοσπονδία.

Στις 20 Οκτωβρίου έγιναν οι Αγώνες Mr. School Boy και He-Man, στην αίθουσα του YMBA. Η Ομοσπονδία ελπίζει να τραβήξει το ενδιαφέρον των νέων στα περισσότερα αποτελεσματικά και πειθαρχημένα αθλήματα.

Οι Αγώνες Mr. Western Province έγιναν στις 30 Οκτωβρίου στην Επαρχία Καλουτάρα, μετά από διακοπή οκτώ χρόνων.

Τον επόμενο χρόνο η Sri Lanka Physical Culture Federation αισιοδοξεί να δώσει μια μεγάλη ώθηση στο άθλημα, αφού θα διαφημίσει τη σημασία της προπόνησης με βάρη από το εθνικό τηλεοπτικό δίκτυο και το τηλεοπτικό πρόγραμμα των σχολείων. Η Ομοσπονδία έχει αναγκαστεί να επιβραδύνει το ρυθμό της ανάπτυξης μας, εξ' αιτίας έλλειψης χρημάτων.

Αλλά βασίζεται στην οικονομική βοήθεια του υπουργείου.

1983 - Η ΠΑΚΙΣΤΑΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΔΙΑΠΛΑΣΗΣ ΟΡΓΑΝΩΣΕ ΤΟ 19ο ΑΣΙΑΤΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΣΤΟ ΚΑΡΑΤΣΙ, ΣΤΟ ΠΑΚΙΣΤΑΝ. ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΑΝ 11 ΧΩΡΕΣ:

#### Κατηγορία Πετεινού.

- 1ος Ακίο Καβακάμι (Ιαπωνία)
- 2ος Κατσούμι Ισιμούρα (Ιαπωνία)
- 3ος Κιμ Γιόνγκ Χο (Ν. Κορέα)
- 4ος Κβακ Ρο Σουκ (Ν. Κορέα)
- 5ος Ιμπραχίμ Σεχάτ (Σιγκαπούρη)
- 6ος Ζάρμι (Ινδονησία)

#### Ελαφρά Βάρη.

- 1ος Φαδολομίν Αλί (Σιγκαπούρη)
- 2ος Χαν Ντονγκ Κι (Κορέα)
- 3ος Κχου Έβε Μπενγκ (Μαλαισία)
- 4ος Πρίτσα Σοβάνα (Ταϊλάνδη)
- 5ος Μαν Τσέουκ Κβονγκ (Χονγκ-Κονγκ)
- 6ος Ρόσιαν Μπουτζουάν (Σιγκαπούρη)

#### Μεσαία Βάρη.

- 1ος Πρεμ Τσαντ (Ινδία)
- 2ος Αχμάντ Αμπάς (Ιράκ)
- 3ος Κανγκ Κγιονγκ Σουν (Ν. Κορέα)
- 4ος Γιουτάκα Μιγιαχάτα (Ιαπωνία)
- 5ος Κχάβάμπ Καρίμ (Πακιστάν)
- 6ος Ισμαήλ Αλόγγκ (Σιγκαπούρη)

#### Ελαφρά Βαρέα Βάρη.

- 1ος Γιασούσι Καβάμα (Ιαπωνία)
- 2ος Αχμάντα Χαντί (Ιράκ)
- 3ος Κουασάρ Περβάζ (Πακιστάν)
- 4ος Αζίζ Μαντχλόουμ (Ιράκ)
- 5ος Ασάμ Μπατζούα (Πακιστάν)
- 6ος Γιουονίς Σαλμάν Ασαάντ (Μπαχρέϊν)

#### Βαρέα Βάρη.

- 1ος Αζίζ Αμπντούλ Καρίμ (Ιράκ)
- 2ος Αλί Χουσεϊν (Ιράκ)
- 3ος Σαχλίμπ Μπουτ (Πακιστάν)

Στην ετήσια Γενική Συνέλευση της Ασιατικής Ομοσπονδίας Σωματικής Διάπλασης που έγινε στο Καράτσι τον Οκτώβριο κατά τη διάρκεια του Ασιατικού Πρωταθλήματος, ο Μοχάμαντ Αμίν (Πακιστάν) εξελέγη Πρόεδρος και ο κ. Πωλ Τσούα επανεξελέγη Γενικός Γραμματέας. Τα κεντρικά γραφεία της ABBF παραμένουν στη Σιγκαπούρη.

#### ΚΙΝΕΖΙΚΗ ΤΑΙΠΕΥ

Ο κ. Γιέχ Τζιουέι Φενγκ, Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Σωματικής Διάπλασης της Κινέζικης Ταϊπέι, ανακοίνωσε ότι η χώρα του οργάνωσε και συμμετείχε στους παρακάτω αγώνες.

- 26/27 Μαρτίου 1983 - οργάνωσε το Κύπελλο Εφήβων για νέους αθλητές Σωματικής Διάπλασης.

- 1 με 4 Ιουλίου 1983 - έλαβε μέρος στο 1ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Γυναικών στη Σιγκαπούρη με 2 αθλήτριες.

- 17 Ιουλίου 1983 - Ταϊτσούνγκ: Ένα σεμινάριο και επιδείξεις Σωματικής Διάπλασης, που έγιναν από άνδρες και γυναίκες.

- 26/27 Αυγούστου 1983 - Ταϊπέι: Οργάνωσε σεμινάρια κριτών, για τις τοπικές Ενώσεις, που είναι μέλη της Ομοσπονδίας, από το Ταϊτσούνγκ, το Καοσιούνγκ και το Ταϊπέι.

Το Χονγκ-Κονγκ, η Ταϊλάνδη, το Νεπάλ, το Μπαχρέϊν, η Νότια Κορέα και η Σρι-Λάνκα δεν υπέβαλαν τις εκθέσεις τους.

Ευχαριστώ όλες τις Εθνικές Ομοσπονδίες που με βοήθησαν σ' αυτή την αναφορά μου και ελπίζω ότι εκείνες οι χώρες που δεν έστειλαν τις δικές τους, να ανταποκριθούν στο μέλλον.

Πωλ Τσούα  
Γενικός Γραμματέας της IFBB  
για την Ασία

#### ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΤΗΣ "ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΤΗΣ ΑΣΙΑΣ" ΣΤΟ ΚΟΥΒΕΙΤ

Η δεύτερη συνάντηση της Γενικής Συνέλευσης της Ολυμπιακής Επιτροπής της Ασίας πραγματοποιήθηκε στο Ξενοδοχείο Meridien στο Κουβέιτ, στις 6 Νοεμβρίου 1983, κατά την οποία πρόεδρος ήταν ο Σελκχ Φαχάντ Αλ Αχμέτ Αλ Σαμπάχ, πρόεδρος της Επιτροπής. Παραβρέθηκαν αντιπρόσωποι από 34 εθνικές ολυμπιακές επιτροπές.

Η Πακιστανική Ολυμπιακή Ένωση έστειλε μια επίσημη πρόταση για την ένταξη του αγωνίσματος της Σωματικής Διάπλασης στον εγκεκριμένο πίνακα Αθλημάτων της Ολυμπιακής Επιτροπής της Ασίας.

Στην πρωινή συνεδρίαση, ο Σίλντ Βατζίντ Αλί, μέλος της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής και Πρόεδρος της Πακιστανικής Ολυμπιακής Επιτροπής, μίλησε σ' αυτό το θέμα:

"Κύριε Πρόεδρε,

Πρώτα απ' όλα, θάθελα να σας ευχαριστήσω για το ότι μου δώσατε την άδεια να πάρω το λόγο. Διαπρέπει αντιπρόσωποι και αγαπητοί συνεργάτες, θα ήθελα να σας μιλήσω για ένα αγώνισμα, το οποίο έχει γίνει πολύ δημοφιλές στην Ασία και συνεχώς προοδεύει, αφού έχει τραβήξει το ενδιαφέρον εκατομμυρίων νέων αυτής της ηπείρου. Σ' αυτό το αγώνισμα δεν χρειάζονται στάδια ή ειδικές ανέσεις. Μπορεί κάποιος να εξασκηθεί σ' αυτό σ' ένα μικρό χώρο, ή ακόμα και σε ένα δωμάτιο με ένα μέτρο εξοπλισμό. Τα αποτελέσματά του είναι καταπληκτικά. Βοηθάει τους αθλητές, τους μποξέρ, τους κολυμβητές, τους ποδοσφαιριστές και γενικά όλους όσους ασχολούνται με τα σπορ.

Κύριοι, αναφέρομαι στο αγώνισμα της Σωματικής Διάπλασης.

120 χώρες ανήκουν στη Διεθνή Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης και στην Ασία περίπου 20 χώρες είναι μέλη της Ασιατικής Ομοσπονδίας Σωματικής Διάπλασης. Το Ετήσιο Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης γίνεται κανονικά από το 1970, και ο μέσος όρος συμμετοχής είναι 11 με 12 χώρες. Στις 8 Οκτωβρίου 1983 οργανώσαμε στο Καράτσι το 19ο Ασιατικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης, στο οποίο συμμετείχαν αθλητές από 12 χώρες. Η Πακιστανική Ολυμπιακή Ένωση θα προτρέψει και θα προτείνει σ' αυτή τη συνάντηση, να συμπεριληφθεί η Σωματική Διάπλαση στον εγκεκριμένο πίνακα της Ολυμπιακής Επιτροπής της Ασίας και να μπει στο μέλλον και στο πρόγραμμα των Ασιατικών Αγώνων.

Σας ευχαριστώ".

Συνέχεια στο επόμενο

# ΜΙΣΤΕΡ ΕΛΛΑΣ 1984

## ΚΑΙ

# ΜΙΣΤΕΡ ΥΦΗΛΙΟΣ 1984 ΣΤΟ ΛΑΣ ΒΕΓΚΑΣ

Η Ελληνική Ερασιτεχνική Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης η οποία είναι μέλος της INTERNATIONAL FEDERATION OF BODYBUILDERS (I.F.B.B.) οργανώνει το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης 1984.

Στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα είναι δεκτοί όλοι οι ερασιτέχνες αθλητές από όλη την Ελλάδα.

Οι αγώνες θα γίνουν σε δυο κατηγορίες από άποψη ηλικίας: σε έφηβους, που δεν θα έχουν συμπληρώσει το εικοστό έτος της ηλικίας τους την ημέρα των αγώνων, και σε άνδρες, που θα το έχουν συμπληρώσει.

Και για τους έφηβους και για τους άνδρες θα υπάρχουν τέσσερις κατηγορίες βαρών :

1. Ελαφρά Βάρη, μέχρι και 70 κιλά.
2. Μεσαία Βάρη, μέχρι και 80 κιλά.
3. Ελαφρά Βαρέα Βάρη, μέχρι και 90 κιλά.
4. Βαρέα Βάρη, άνω των 90 κιλών.

Οι 4 πρωταθλητές των Πανελληνίων Αγώνων Ανδρών θα αντιπροσωπεύσουν πιθανότατα την Ελλάδα στους Παγκόσμιους της IFBB στο Λας Βέγκας. (Υπάρχει η συνήθεια να οργανώνεται ιδιαίτερα Πρωτάθλημα Πρωταθλητών, πράγμα που δεν το υιοθετούμε, για τί δεν γίνεται για κανένα άλλο άθλημα. Άλλωστε ένας πρωταθλητής του 1980 μπορεί να είναι 3ος σε αγώνες του 1984.)

Έπαθλα απονέμονται στους τρεις πρώτους κάθε κατηγορίας. Ειδικά έπαθλα απονέμονται :

1. Στον περισσότερο μυώδη.
2. Στον καλύτερο ποζέρ.
3. Στον μεγαλύτερο στην ηλικία που είναι φανερό ότι εξακολουθεί να γυμνάζεται.

Ο τόπος, η ημερομηνία και η ώρα των αγώνων θα ανακοινωθούν έγκαιρα στο τεύχος Σεπτεμβρίου του ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ή πάρτε (από επαρχία) στο τηλέφωνο 8224794 από 1ης Σεπτεμβρίου.

Αιτήσεις συμμετοχής δεκτές αυστηρά μέχρι 10 Σεπτεμβρίου σε ειδικό έντυπο, που θα ζητήσετε στα γραφεία του ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ, Ζαΐμη 38, Μουσείο, Αθήνα.

Για Γυμναστήρια και Αθλητές που θέλουν να προετοιμαστούν σωστά, σε λίγες μέρες θα εκδοθούν οι κανονισμοί αγώνων που θα διατίθενται δωρεάν από τα γραφεία του ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ. Πληροφορίες-διευκρινήσεις στο 8224794.

Όσοι θέλουν μπορούν να μας δηλώσουν από τώρα συμμετοχή σε πρώτη φάση γράφοντάς μας

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ .....  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ .....  
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ .....  
ΗΛΙΚΙΑ .....  
ΒΑΡΟΣ .....  
ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ ΚΑΙ ΤΙΤΛΟΙ .....

Θέλω να πάρω μέρος στο Μίστερ Ελλάς 1984 της ΕΕΟΣΔ (μέλους της IFBB).

Τέλος, για να σβήσουμε και τις τελευταίες αμφιβολίες πως είμαστε μέλη της IFBB σας δίνουμε την επιστολή αποδοχής μας ως μέλους από τον κ. Μπεν Γουέιντερ, Διεθνή Πρόεδρο της IFBB.

Θύμιος Περισίδης

INTERNATIONAL PRESIDENT  
BEN WEIDER, C.M.  
Founder of the I.F.B.B.

EXECUTIVE VICE-PRESIDENT  
OSCAR STATE, O.B.E.  
England

#### EXECUTIVE COUNCIL

#### VICE PRESIDENTS

ABD EL HAMID EL GUINDY  
Middle East

JULIEN BLOMMAERT  
Europe

JIM MANION  
North America

VICTOR A. COPRA  
Caribbean Islands

TOM O'OMUOMBO  
Africa

PAUL CHUA  
Asia

LAERCIO MARTINEZ, M.D.  
South America

PAUL GRAHAM  
Oceania

#### GENERAL SECRETARY

WINSTON ROBERTS  
Canada

#### ASSISTANT SECRETARY

HARRIS KAGAN  
Canada

#### DELEGATES AT LARGE

REIKO MATUYAMA  
(Japan)

CASPAR SCHMID  
(Switzerland)

DR. THOMAS ROSANDICH  
(U.S.A.)

#### PATRONS

His Excellency, President  
FERDINAND E. MARCOS  
Philippines

JOE WEIDER  
U.S.A.

HON. SYED WAJID ALI  
President, Pakistan Olympic  
Committee

Member, International Olympic  
Committee

#### JUDGES

HAROLD EISENBERG  
Canada

LEGAL COUNSEL

GEORGE LENGVARI  
Canada

MEDICAL & RESEARCH  
COMMITTEE

Prof. ERNST JOKL, M.D.  
U.S.A. Chairman

Dr. CHARLES GARFIELD  
U.S.A., Secretary

#### JUDGES COMMITTEE

JACQUES BLOMMAERT  
Belgium, Chairman

OSCAR STATE, O.B.E.  
England, Secretary

WOMEN'S COMMITTEE

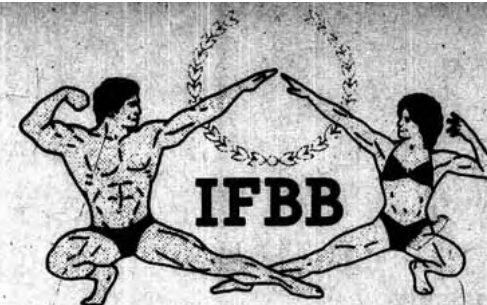
DORIS BARRILLEAUX  
U.S.A., Chairperson

LIAISON FOR  
PROFESSIONALS

WAYNE DEMILIA  
U.S.A.

OFFICIAL JOURNAL

"FLEX" Magazine



International  
Federation of  
Body-  
Builders

MR. BEN WEIDER, C.M.  
INTERNATIONAL PRESIDENT  
2875 BATES ROAD  
MONTREAL, QUE., CANADA H3S 1B7  
TELEPHONE: (514) 731-3783  
TELEX: 05-827669 WEIDER MTL

affiliated with --

General Association of International Sports Federations;  
International Council of Sport and Physical Education (UNESCO);  
Union of International Associations.

26th March 1984

Mr. Efthimios Persidis,  
President,  
Greek Amateur Bodybuilding  
Federation,  
38 Zaimi Street,  
Athens,  
GREECE

Dear Mr. Persidis,

Thank you for your letter and news, and the information that you have now formed a new Greek amateur bodybuilding federation. Enclosed you will find your official receipt for your 1984 affiliation fee. Also enclosed is the Inspection Report giving you details on the up-coming world bodybuilding championships to be held at Caesars Palace Hotel in Las Vegas. I suggest you write without delay to Mr. Andy Olson (whose name and address you will find in the report) indicating what your requirements will be as far as rooms and tickets are concerned.

Enclosed is the IFBB constitution. Please read it carefully so you will be aware of all our rules and regulations. Also enclosed is a copy of the latest IFBB Judges Guide book. You may obtain additional copies at \$5.00 USA each.

Please send photos and a type written report on your national championships to the official journal of the IFBB which is FLEX magazine, so we can give you publicity. Please send this material to:

Mr. Jerry Kindella,  
Editor in Chief-FLEX Magazine,  
Weider Health & Fitness,  
P.O. Box 864,  
Woodland Hills,  
California 91367

I look forward to seeing you in Las Vegas with a Greek team. Please keep us informed of all your activities.

With my cordial greetings, I am,

Sincerely yours,

Mr. Ben Weider, C.M.  
PRESIDENT ΔΥΝΑΜΙΚΟ 39

ΣΕ ΚΑΘΕ ΤΕΥΧΟΣ ΤΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΘΑ ΒΡΙΣΚΕΤΕ  
ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΝΕΑ ΤΗΣ IFBB, ΟΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ  
ΦΘΑΝΟΥΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΡΑΣΙΤΕΧΝΙΚΗ  
ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΔΙΑΠΛΑΣΗΣ, Η ΟΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ  
ΕΠΙΣΗΜΟ ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ IFBB

## ΔΙΕΘΝΗ ΝΕΑ ΚΑΙ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΤΗΣ INTERNATIONAL FEDERATION OF BODY-BUILDERS

ΟΙ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΜΙΣΤΕΡ ΒΟΡΕΙΟΣ ΕΛΛΑΣ 83

Απρίλιος 84

ΠΡΟΣ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΤΗΣ IFBB

Αγαπητέ κ. Πρόεδρε,

Με ευχαρίστηση σας στέλνω ένα αντίγραφο του γράμματός που έγραψε ο κ. Λουκ Νίγκλι, Διευθυντής της Γενικής Ένωσης των Διεθνών Αθλητικών Ομοσπονδιών (GAISF).

Αυτό το γράμμα είναι η απάντηση της ερώτησης που έθεσε ο Γενικός Γραμματέας της Τουρκικής Ομοσπονδίας Σωματικής Διάπλασης.

Σκέφθηκα πως οι εθνικές ομοσπονδίες θα ήθελαν να είχαν αυτό το έγγραφο στα χέρια τους. Όπως ξέρετε, η Γενική Ένωση των Διεθνών Αθλητικών Ομοσπονδιών συντονίζει τις δραστηριότητες όλων των αναγνωρισμένων διεθνών αθλητικών ομοσπονδιών, είτε πρόκειται για Ολυμπιακά αθλήματα είτε όχι. Η IFBB είναι πραγματικά ένα μέλος με καλή φήμη και η ομοσπονδία μαζί με το άθλημα αναγνωρίζονται από τις ψηλές στάθμες διοίκησης στο διεθνή αθλητισμό.

Εύχομαι να είστε καλά,

Με εκτίμηση

Μπεν Γουέντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

Προς τον κ. Νούρταν ΜΠΕΡΚΕΡ  
Γενικό Γραμματέα  
της Τουρκικής Ομοσπονδίας Σωματικής Διάπλασης

Μόντε Κάρλο  
10 Απριλίου 1984

Αγαπητέ κ. Μπέρκερ,

Σας ευχαριστούμε για το γράμμα που μας στείλατε και το οποίο μας πληροφόρησε για την κατάσταση που επικρατεί στη χώρα σας σχετικά με τη Σωματική Διάπλαση.

Η GAISF βρίσκεται στην ευχάριστη θέση να επιβεβαιώσει ότι η IFBB (Διεθνής Ομοσπονδία Σωματικής Διάπλασης) είναι ένα αξιόπιστο μέλος της με καλή φήμη. Πραγματικά, μόνο τις Διεθνείς Ομοσπονδίες που ασχολούνται εντατικά με το άθλημά τους και που διοργανώνουν διεθνή πρωταθλήματα, μπορεί η Ένωσή μας να τις δεχθεί σαν μέλη της.

Αν θελήσετε περισσότερη βοήθεια, παρακαλώ μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

Πιστεύουμε ότι θα μας πληροφορήσετε για τις μελλοντικές εξελίξεις της Σωματικής Διάπλασης στην Τουρκία και σας ευχόμαστε κάθε δυνατή επιτυχία.

Με εκτίμηση

Λουκ ΝΙΓΚΛΙ  
Διευθυντής GAISF

Απρίλιος 1984

ΠΡΟΣ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΤΗΣ IFBB

Αγαπητέ κ. Πρόεδρε,

Σας εσωκλείω ένα φωτοαντίγραφο του άρθρου που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό "Health and Strength" τον Απρίλιο του 1984. Είναι γραμμένο από τον προηγούμενο Πρόεδρο της WABBA, ο οποίος έχει παραιτηθεί από τη θέση του, αλλά εξακολουθεί να είναι Πρόεδρος της NABBA.

Σκέφθηκα πως θα ενδιέφερε τις εθνικές ομοσπονδίες να μάθουν για τις δυσκολίες που περνούν σ' αυτό το στάδιο αυτοί οι δυο οργανισμοί, και για το χαμηλό επίπεδο των αλληλοσυκοφαντιών στο οποίο έχουν περιπέσει.

Αυτό αποδεικνύει για μια ακόμα φορά, ότι η IFBB προσπαθεί όσον αφορά το άθλημα σε διεθνές επίπεδο να ενώσει και να ενισχύσει την κίνηση της Σωματικής Διάπλασης σ' όλο τον κόσμο.





Πιστεύω πως αυτό το άρθρο μιλάει εύγλωττα μόνο του.

Με εκτίμηση

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

Υ.Γ. : Επίσης εσωκλείουμε μια έκθεση για τους "ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ", οι οποίοι θα γίνουν στο Λονδίνο, στην Αγγλία το 1985. Όπως θα δείτε, η Σωματική Διάπλαση περιλαμβάνεται στο πρόγραμμα.

Απρίλιος 1984

ΠΡΟΣ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΤΗΣ IFBB

Αγαπητέ κ. Πρόεδρε,  
Σας επιβεβαιώνω ότι το Ερασιτεχνικό Πρωτάθλημα Σωματικής Διάπλασης Γυναικών θα γίνει στο Βέλγιο, το 1985.

Ο τόπος και η ακριβής ημερομηνία δεν έχουν ακόμα οριστεί, αλλά μόλις γίνει αυτό, θα πληροφρηθούν σχετικά όλες οι εθνικές ομοσπονδίες.

Όσες εθνικές ομοσπονδίες θέλουν περισσότερες πληροφορίες μπορούν να γράψουν κατ' ευθείαν στον διοργανωτή, στη διεύθυνση :

Mr. Julien Blommaert,  
Hoge Lane 9,  
B-8200 Brugge 2,  
BELGIUM

Εύχομαι να είστε καλά,

Με εκτίμηση

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

ΠΟΥ ΟΔΗΓΗΤΑΙ Η WABBA ΑΠΟ ΕΔΩ;

Από τον Όσκαρ Χέιντενσταμ

Δημοσιεύουμε το παρακάτω έγγραφο, το οποίο έστειλε ο Σερζ Νυμπρέ σε όλες τις χώρες που ανήκουν στη WABBA. Πιστεύω πως πολλά από αυτά που γράφει απέχουν πολύ από την αλήθεια. Είμαι σίγουρος πως όσοι παρακολουθούν τα διεθνή γεγονότα θα ερμηνεύσουν μόνοι τους τους αγώνες.

Η NABBA ήταν πάντα το δυνατότερο μέλος της WABBA, εκτός πιθανώς από τη Γαλλία. Είμασταν η μοναδική χώρα, η οποία είχε τρεις ΕΚΛΕΓΜΕΝΟΥΣ εκπροσώπους στην Επιτροπή της WABBA, εμένα σαν Πρόεδρο, τον Χάρολντ Ρίγκλεϋ, σαν Πρόεδρο των Κριτών, και τον Ντέιβιντ Μίτσελ, σαν Βοηθό Πρόεδρο, μαζί με τον επίσημο αντιπρόσωπο της Βρεταννίας.

Δίσταξα στο να γίνω Πρόεδρος, εξ' αιτίας της ηλικίας μου και των περισσότερων απ' ότι ήθελα ευθυνών που είχα στη NABBA κ.λ.π. Αλλά εκλέχτηκα για ένα χρόνο. Ήξερα πως ο Σερζ Νυμπρέ φιλοδοξούσε να γίνει αυτός Πρόεδρος, και έχει καλύψει από μόνος του τη θέση. Τουλάχιστον, ποτέ δεν θέλησα τόσο πολύ να το κάνω αυτό.

Συνεργαστήκαμε επειδή τόσες πολλές χώρες περιμέναμε από μας το προβάδισμα, και για να δείξου

με στις άλλες χώρες ότι ένας τέτοιος διεθνής οργανισμός θα ήταν κάτι καλό. Πολλοί άνθρωποι θεωρούσαν τη WABBA σαν την "Ένωση του Νυμπρέ". Ευχρηθήκαμε ότι θα πετυχαίναμε και ότι θα εργαζόμασταν δημοκρατικά.

Η NABBA μια "αρρωστημένη" ομοσπονδία! Αυτό είναι το πιο αστείο απ' όλα. Η NABBA έχει μέχρι τώρα 2.300 εφ' όρου ζωής Μέλη και κατά μέσο όρο 80-100 νέα μέλη κάθε μήνα.

Δεν ξέρω αν η Γαλλία (η χώρα του Νυμπρέ) έχει καμιά ομοσπονδία! Δεν έχω ποτέ διαβάσει τίποτα σχετικό.

Η Γαλλία χρησιμοποιούσε την ονομασία FFCPAS, αλλά ποτέ δεν είχε δεχθεί να δημιουργηθεί κάποια ένωση, που να διοργανώνει επαγγελματικούς αγώνες.

Ρωτήστε για να ελέγξετε μερικούς από τους επαγγελματίες μπόντυ-μπιλντερς για το χρηματικό βραβείο σε διάφορους αγώνες, και για το μέρος που έγιναν αυτοί.

Ο Νυμπρέ εναντιώθηκε στον Πέταρ Τσέλικ, από την Γιουγκοσλαβία, για την οργάνωση του Παγκόσμιου Πρωταθλήματος, αν και ο Πέταρ είχε επιλεγεί επίσημα για αυτήν. Δημιουργήθηκε μια έντονη διαφωνία μεταξύ τους στο τελευταίο Συνέδριο της WABBA, και ξαφνικά δυο Ιταλοί πρότειναν να οργανώσουν το πρωτάθλημα, σαν μια τελευταία προσπάθεια, και πλειοψήφισαν, αν και είχε ήδη ψηφιστεί η διοργάνωση να γίνει από την Γιουγκοσλαβία.

Ο Νυμπρέ τώρα υπόσχεται πλήρη υποστήριξη στη Γιουγκοσλαβία, και πρόκειται να επισκεφθεί τη χώρα για να δει τις προετοιμασίες. Αμφιβάλλω αν, μετά από τους θαυμάσια οργανωμένους στη Γιουγκοσλαβία Χειμερινούς Ολυμπιακούς, το Υπουργείο Αθλητισμού της θα χρειαστεί καμιά συμβουλή.

Θα ήθελα ο κ. Νυμπρέ να μου αναφέρει τους "καλύτερους αθλητές" με τους οποίους έχει έρθει σε επαφή, οι οποίοι να είναι πρωταθλητές πρώτης τάξεως και που θέλουν να συνεχίσουν να αγωνίζονται με τη WABBA.

Επίσης προσέξτε ότι σε οποιοδήποτε αθλητή, του οποίου η χώρα ανήκει στη WABBA, απαγορεύεται τώρα να λαμβάνει μέρος στους αγώνες Μίστερ Υφήλιος της NABBA. Φαίνεται ότι έχουμε μεταξύ μας άλλον ένα "Δικτάτορα".

Η NABBA ενώθηκε με τη WABBA με τον όρο να μη διοργανώνει τους αγώνες Μίστερ Υφήλιος.

Ο Σερζ Νυμπρέ κέρδισε το Επαγγελματικό Μίστερ Υφήλιος το 1976 και ηττήθηκε από τον Μπέρτιλ Φοξ το 1977.

Μπορώ να αναφέρω δυο ή τρεις κορυφαίους Γάλλους αθλητές, οι οποίοι ανυπομονούν να έρθουν σε μας. Θα τους καλωσορίσουμε στους Ευρωπαϊκούς Αγώνες που θα γίνουν στο Μπλάκπουλ, στις 2 Ιουνίου.

ΜΕΡΙΚΟΙ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΕΥΡΩΠΑΙΟΥΣ ΕΠΙΣΗΜΟΥΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ.

Ζάαν Πόζινγκ, πρώην εκπρόσωπος της WABBA για τη Γερμανία.

Μπιιάτζιο Φιλιζόλι, πρώην εκπρόσωπος της WABBA για την Ιταλία. Φίλιπο Μασαρόνι, από τη Ρώμη, νικητής του Μίστερ Υφήλιος.

Έντου Φλόρουζ, από το Βέλγιο.

Η Ολλανδία, η Γερμανία και η Αυστρία, έχουν ήδη στραφεί προς τη νέα Ομοσπονδία, και πραγματικά έχουν γίνει δυο συναντήσεις, και σύντομα θα γί



νει μια γενική, πιθανώς στους Ευρωπαϊκούς της NABBA (Διεθνής), που θα γίνουν στο Μπλάκπουλ.

Πιστεύω πως η ενότητα της NABBA θα αντέξει το τεστ όσων δημιουργούν φανταστικές ιστορίες σχετι κά μ' αυτήν.

Δεν θα είχαμε αφήσει ποτέ τη WABBA, αν υπήρχε έστω και η παραμικρή δυνατότητα να μη ντρεπόμαστε γι' αυτήν.

Απ' ότι άκουσα, ο Σερζ Νυμπρέ, παρ' όλα τα παράπανω, είναι επίτιμος καλεσμένος και κριτής στους αγώνες Midlands Open Oscar της NABBA.

Εκπλήσσομαι γιατί κάποιος από μας τον κάλεσε, και ακόμα περισσότερο γιατί θα παραβρεθεί σε μια εκδήλωση της NABBA. Αν φυσικά η πληροφορία που πήρα είναι σωστή, και πιστεύω πως είναι!

ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΕΡΖ ΝΥΜΠΡΕ - WABBA

ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΜΕΛΗ

Αγαπητέ Φίλε και Πρόεδρε,

Μόλις πληροφορήθηκα από το Γερμανικό "SPORT AND FITNESS" ότι έγινε μια συνάντηση στη Γερμανία, με τη συμμετοχή :

- Αυστριακής Ομοσπονδίας
- Γερμανικής "
- Αγγλικής "

Σκοπός αυτής της συνάντησης ήταν η εξόντωση της WABBA. Πραγματικά, όπως είχα υποψιαστεί και είχα εκφράσει τη γνώμη μου σε μερικούς φίλους από τη WABBA, κατά τη διάρκεια του Συμβουλίου του Ευρωπαϊκού Πρωταθλήματος και του Παγκόσμιου Πρωταθλήματος, ο μοναδικός στόχος της Αγγλικής Ομοσπονδίας (NABBA) ήταν η καταστροφή της WABBA, η οποία ολοένα φέρνει δυσκολίες στη NABBA. Τα μέλη της NABBA ποτέ δεν θέλησαν τη WABBA από τότε που ιδρύθηκε. Υποχρεώθηκαν όμως να τη δεχθούν, αφού έλαβαν υπ' όψη τους τον αριθμό των χωρών που ενδιαφερόντουσαν για την ίδρυσή της. Αν θυμόσαστε, είχαν υποστηρίξει για τη θέση του Προέδρου τον Όσκαρ Χέιντενσταμ. Από τότε έχουμε προοδεύσει σημαντικά : Η Αυστραλία, η Ιαπωνία και η AAU (ΗΠΑ) έγιναν μέλη μας, καθώς και άλλες χώρες βρίσκονται στη διαδικασία της ένταξής τους. Το τελευταίο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα όμως έχει οδηγήσει τη NABBA να αντιδράσει με αυτό τον τρόπο, βλέποντας τη διαρκώς αυξανόμενη δύναμη της WABBA.

Είναι αλήθεια ότι η δουλειά μας στη WABBA μόλις έχει αρχίσει και θα ήταν προτιμότερο να κάνουμε λογικές κριτικές και αξιολογήσεις στη Γενική Συνέλευση, παρά να ακολουθήσουμε έναν ψεύτικο δρόμο μέσα από μυστικές συναντήσεις, επιτρέποντας συγχρόνως σε σίγουρα μέλη να ιδρύσουν μια καινούργια διεθνή ομοσπονδία, όταν στην πραγματικότητα πρωταρχικός στόχος είναι η ενίσχυση της NABBA.

Πολλοί κατακρίνουν τον Σερζ Νυμπρέ ότι είναι ο μόνος που διευθύνει τα πάντα, ο μόνος που παίρνει αποφάσεις. Βέβαια υπάρχει μια δόση αλήθειας πάνω σ' αυτά, αλλά είναι απαραίτητο να αναλύσουμε τις αιτίες και τους λόγους.

Ο Σερζ Νυμπρέ είναι ο μοναδικός που εργάζεται θετικά σε διεθνές επίπεδο : αναπληρώνει το ρόλο του Προέδρου, επειδή ο Πρόεδρος ... κοιμάται, πρέπει να κάνει τις δουλειές του Γενικού Γραμματέα, επειδή τη μοναδική μέρα που ... ξύπνησε ήταν

όταν έγινε η Γενική Συνέλευση' ο μοναδικός ο οποίος επιτυγχάνει θετικά στη θέση του είναι ο Ταμί-ας και αν κατάκρινα τον Ο. Χέιντενσταμ και τον Κλέμεντ Λέμπλανκ κατά τη διάρκεια της Γενικής Συνέλευσης, ήταν γιατί παραπονέθηκαν μέλη από διάφορες χώρες. Τέθηκε ακόμα ζήτημα να ξαναγίνει ψηφοφορία για αυτές τις δυο θέσεις σ' εκείνη τη Συνέλευση, αλλά αρνήθηκα γιατί πιστεύω πως είναι καθήκον μας να σεβόμαστε τη σύνθεση της WABBA. Προετοιμάζομαι όμως, κατά τη διάρκεια της επόμενης Γενικής Συνέλευσης που θα γίνει στη Γιουγκοσλαβία, να ζητήσω να ξαναξετάσουμε το θέμα αυτών των θέσεων, γιατί κάτι τέτοιο είναι απαραίτητο πια για την καλή λειτουργία της Ομοσπονδίας.

Κατά τη διάρκεια αυτής της "μυστικής" συνάντησης που έγινε στη Γερμανία, θυμήθηκα πως η Αυστρία και η Ολλανδία ήθελαν να ακολουθήσουν τη NABBA, όπως ίσως και η Ελβετία με τη Γερμανία.

Τηλεφώνησα στον κ. Ντόναλντ Ζένγκερ, τον Πρόεδρο της Ελβετικής Ομοσπονδίας. Μου απάντησε πως δεν συμβαίνει κάτι τέτοιο και πως κατά τη διάρκεια του International Grand Prix που έγινε στη Λιέγη, στο Βέλγιο, είχε τονίσει πως, επειδή είχε κουραστεί από τη διοργάνωση του τελευταίου Παγκόσμιου Πρωταθλήματος και είχε πάθει οικονομική ζημιά, επιθυμούσε να αφιερώσει τον καιρό του στο γυμναστήριό του και να μην παίζει πια δραστήριο ρόλο στη WABBA. Παρ' όλα αυτά διαβεβαίωσε πως αν δεν έβρισκε κάποιον να τον αντικαταστήσει, θα συνέχιζε τις δραστηριότητές του στη WABBA.

Όσον αφορά τη Γερμανία, τηλεφώνησα στον κ. Τζιν Πόσινγκ, ο οποίος μου είπε πως αν άφηνε τη WABBA, το πρώτο πρόσωπο που θα το μάθαινε θα ήταν ο Σερζ Νυμπρέ.

Τι απομένει;

Η Ολλανδία, η οποία είναι μια ομοσπονδία-φάντασμα. Δεν υπάρχουν αντιπρόσωποι στα Παγκόσμια Πρωταθλήματα και οι εκπρόσωποί της αλλάζουν ιδέες κάθε βδομάδα.

Η Αυστρία, για την οποία θα λυπηθώ, αλλά εξακολουθώ να πιστεύω πως οι αρχηγοί της θα το ξανασκεφθούν και δεν θα κάνουν αυτό το λάθος.

Η NABBA είναι μια "αρρωστημένη" ομοσπονδία. Η πλειοψηφία των καλύτερων αθλητών της φεύγουν για να πάνε στην IFBB. Έχω έρθει σε επαφή με μερικούς καλούς από αυτούς, πρωταθλητές πρώτης τάξεως, που θέλουν να συνεχίσουν με τη WABBA.

Κατά συνέπεια, έχουμε να αποφασίσουμε το συντομότερο για τρία βασικά ζητήματα :

1. Το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, που θα γινόταν στις 2 Ιουνίου 1984 στο Μπλάκπουλ. Θα πρέπει να αλλάξουμε το μέρος. Προτείνω το Παρίσι, αλλά στην ίδια ημερομηνία, επειδή αρκετές χώρες-μέλη έχουν ήδη προγραμματίσει τις ημερομηνίες των εθνικών τους πρωταθλημάτων, σε σχέση με αυτή την ημερομηνία. Θα σας δοθούν περαιτέρω πληροφορίες στο εγγύς μέλλον.

2. NABBA ΜΙΣΤΕΡ ΥΦΗΛΙΟΣ - Λονδίνο. Δεν θα συμμετάσχει καμιά χώρα-μέλος της WABBA σ' αυτούς τους αγώνες.

3. Θα πρέπει να βοηθήσουμε τη Γιουγκοσλαβική Ομοσπονδία, η οποία έχει πάρει όλα τα απαραίτητα μέτρα για τη διοργάνωση του επόμενου Παγκόσμιου Πρωταθλήματος της WABBA.

Προσωπικά θα πάω στη Γιουγκοσλαβία στις αρχές του 1984, για να δω κάτω από ποιές συνθήκες θα γίνει αυτό το πρωτάθλημα και για να βοηθήσω τη Γιουγκοσλαβική Ομοσπονδία.

Με εκτίμηση

Σερζ Νυμπρέ

25 Απριλίου 1984

ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ

Ο κ. Ραφαέλ Σαντόνγια, Πρόεδρος της Ισπανικής Ομοσπονδίας Ερασιτεχνικής Σωματικής Διάπλασης, θα αναλάβει τη διοργάνωση του ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΥ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΟΣ, που θα γίνει την 1η Ιουλίου 1984, στη Μπαρτσελόνα, στην Ισπανία.

Οι αγώνες θα γίνουν στο : TEATRO MARISTA, που βρίσκεται στην Κάλε Βαλέντσια στη Μπαρτσελόνα, και όλοι οι αντιπρόσωποι και οι αθλητές θα μείνουν στο Ξενοδοχείο EXPO, που βρίσκεται στην Κάλε Μαγιόρκα 1, στη Μπαρτσελόνα.

Οι αντιπρόσωποι και οι αθλητές της εθνικής σας ομοσπονδίας θα πρέπει να κανονίσουν να φτάσουν στη Μπαρτσελόνα, την Παρασκευή 29 Ιουνίου. Το Σάββατο 30 Ιουνίου, θα γίνει περιήγηση στην πόλη, προπόνηση και προκριματικοί. Την Κυριακή 1 Ιουλίου θα διεξαχθούν οι αγώνες, και μετά θα δοθεί επίσημο δείπνο. Αναχωρήσεις τη Δευτέρα 2 Ιουλίου 1984.

Ελπίζω η ομοσπονδία σας να πάρει μέρος σ' αυτό το πρωτάθλημα, και σας παρακαλώ όπως μας πληροφορήσετε έγκαιρα για τη συμμετοχή σας, στη διεύθυνση :

Rafael Santonja,  
Santiago Cordero 17,  
Madrid 29,  
SPAIN Τηλ.: (1) 7333451

Για να έχουν επιτυχία αυτοί οι αγώνες παρακαλούμε κάντε προσπάθειες για να συμμετάσχετε.

Σας ευχαριστούμε για τη συνεργασία σας,

Με εκτίμηση

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

ΕΞΗΓΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟ ΠΟΥ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΙ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΒΟΗΘΗΜΑΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΓΩΝΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΔΙΑΠΛΑΣΗΣ

Οι αθλητές της Σωματικής Διάπλασης έχουν αρχίσει τελευταία να χρησιμοποιούν διάφορα βοηθήματα, για να πρωτοτυπήσουν στην επίδειξή τους. Μερικοί φορούν καπέλα, μερικοί γάντια, άλλοι πάλι φορούν ρούχα τα οποία βγάζουν κατά τη διάρκεια της επίδειξής τους.

Η χρησιμοποίηση τέτοιων βοηθημάτων απαγορεύεται εντελώς από τους κανονισμούς της IFBB.

Ένας αγώνας Σωματικής Διάπλασης, είναι μια συναγωνιστική αθλητική δραστηριότητα, και δεν μπορούμε να επιτρέψουμε να καταντήσει νούμερο βαριετέ. Η IFBB δεν έχει καμιά αντίρρηση οι αθλητές να πρωτοτυπούν στην επίδειξή τους, αλλά θα πρέπει να εκτελούν τις υποχρεωτικές πόζες, στις οποίες θα παραμένουν για κάποιο χρονικό διάστημα, ώστε να μπορούν οι κριτές να τις βαθμολογήσουν ανάλογα.

Όποιοι μπόντυ-μπιλντερς χρησιμοποιούν βοηθήματα στο μέλλον δεν θα βαθμολογούνται και θα αποκλείονται από τον αγώνα.

Παρακαλώ να μας βοηθήσετε να διαφυλλάξουμε την αθλητική μορφή και την ευπρέπεια του αγωνίσματός μας, και να εκτελείτε τις επιδείξεις σας σύμφωνα με αυτά.

Σας ευχαριστώ για την υποστήριξή σας στα παραπάνω.

Με εκτίμηση

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

ΠΡΟΣ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΤΗΣ IFBB

Αγαπητέ κ. Πρόεδρε,

Σας πληροφορώ ότι η Εταιρεία Sterling Publishing από τη Νέα Υόρκη, έχει πρόσφατα εκδόσει δυο καταπληκτικά έγχρωμα ημερολόγια Σωματικής Διάπλασης.

Κυκλοφορούν με τίτλο : - HARD CORE MEN'S BODYBUILDING & HARD CORE WOMEN'S BODYBUILDING.

Το μέγεθος του ημερολογίου είναι 30 X 30 εκ. και παρουσιάζει 12 από τους πιο διακεκριμένους άνδρες και γυναίκες πρωταθλητές της Σωματικής Διάπλασης. Τα ημερολόγια είναι τυπωμένα πάνω σε χοντρό επιχρωμιωμένο χαρτί και κάθε μια από τις φωτογραφίες μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν ένα όμορφο πόστερ, κρεμασμένο στον τοίχο ενός σπιτιού, γυμναστηρίου ή λέσχης.

Αυτά τα ημερολόγια μπορείτε να τα παραγγείλετε απ' ευθείας στην Sterling Publishing, στη διεύθυνση :

Mr. Charles Nurnberg,  
Sterling Publishing,  
2 Park Avenue,  
New York City, N.Y. 10016,  
U.S.A.

Προσφέρονται ειδικές τιμές στις εθνικές ομοσπονδίες. Προτείνω να αγοράσετε αρκετές ποσότητες για να τις πουλήσετε στα μέλη σας και να χρησιμοποιήσετε τα κέρδη εκεί που χρειάζονται για την προώθηση της Σωματικής Διάπλασης στη χώρα σας.

Όταν γράψετε στον κ. Νούρνμπεργκ, παρακαλώ να του αναφέρετε ότι εγώ σας ζήτησα να επικοινωνήσετε μαζί του. Ενημερώστε τον πόσες ποσότητες από τα 2 ημερολόγια θέλετε, και εκείνος θα σας προσφέρει τις καλύτερες δυνατές τιμές. Αν έχετε σκοπό να παραγγείλετε μεγάλες ποσότητες, πρέπει να το κάνετε πριν από το τέλος Ιουνίου 1984, για να μπορέσουν να συμπεριληφθούν στην τρέχουσα εκτύπωση. Οι παραγγελίες με λογικές ποσότητες μπορούν να δο-



## **HAGAKURE**

HEALTH STUDIO

**ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ 451, ΠΛΑΤΕΙΑ ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ**

(Παραπλεύρως Εθνικής Τράπεζας)

ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΑΠΩΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΡΑΤΕ (J.K.A.)

Σε ένα σύγχρονο, άνετο και πολιτισμένο χώρο 650 τετρ. μέτρων λειτουργούν τμήματα:

\* SHOTOKAN KARATE (J.K.A.) \* BODY BUILDING \* AEROBICS

υπό τη διεύθυνση των

\* Δ. ΚΑΖΑΚΕΑ, 3 ΝΤΑΝ JKA, \* Η. ΚΑΖΑΚΕΑ, 2 ΝΤΑΝ JKA  
ΚΑΙ Ι. ΒΕΛΩΝΗ

Επίσης θα βρείτε: SAUNA, Αθλητιατρική Επίβλεψη, Προγράμματα διατροφής.

## **E & D INTERNATIONAL**

Διαθέτουμε την πιο πλούσια συλλογή σε είδη πολεμικών τεχνών στην Ελλάδα. Αντιπροσωπεύουμε τους μεγαλύτερους οίκους σ' ολόκληρο τον κόσμο:

Karate-gi E & D (Standard και competition)  
KAMAË International  
TOKAIDO

Ζώνες TOKAIDO, E & D, KAMAË

Πλούσια συλλογή βιβλίων

Sai - Tonfa - Nunchaku - Ασπίδες προπόνησης

Μπλουζάκια (T-shirts, κολλεγιακά κτλ.) της KAMAË με σήμα ή γράμματα της Ιαπωνικής Ομοσπονδίας.

Επίσης διαθέτουμε τη γνωστή πλέον μπλε φόρμα της KAMAË. Φοριέται πάνω από το Gi. Ειδική για αγώνες.

Ελάτε να γνωριστούμε στη Boutique μας στο HAGAKURE Health Studio, Λ. Μεσογείων 451, Πλατεία Αγίας Παρασκευής.

Είμαστε σίγουροι ότι θα μείνετε ικανοποιημένοι.

Θούν από την αποθήκη κατευθείαν στα χέρια σας.  
Μια και δεν θα γίνει δεύτερο τύπωμα, θα πρέπει να  
δώσετε τις παραγγελίες σας χωρίς καθυστέρηση.

Με εκτίμηση

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

Μάιος 1984

ΠΡΟΣ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΤΗΣ IFBB

ΑΦΟΡΑ : ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΓΙΑ ΤΟ 1984.

Αγαπητέ κ. Πρόεδρε,

Αυτή είναι η τελευταία ειδοποίηση για τη συν-  
δρομή σας του 1984, που είναι 100 δολάρια ΗΠΑ.  
Όσες ομοσπονδίες έχουν ήδη καταβάλλει αυτή τη συν-  
δρομή, να αγνοήσουν την ειδοποίηση.

Οι ομοσπονδίες που δεν έχουν πληρώσει τη συν-  
δρομή τους, θα πρέπει να την πληρώσουν μέχρι το  
τέλος του Μαΐου 1984. Αν δεν έχουμε πάρει τα χρή-  
ματα μέχρι το τέλος Μαΐου, η ομοσπονδία σας θα  
διαγραφεί από τον επίσημο κατάλογο διευθύνσεων  
της IFBB, και στο εξής δεν θα μπορείτε να ενημε-  
ρώνεστε για όλες τις δραστηριότητες της IFBB, ού-  
τε θα λαμβάνετε τα περιοδικά.

Έχουμε εμπιστοσύνη πως δεν θα συμβεί κάτι τέ-  
τοιο.

Σας ευχαριστώ,

Με εκτίμηση

Χάρης Κάγκαν  
Βοηθός Γενικού Γραμματέα

ΠΡΟΣ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΕΣ ΤΗΣ IFBB

Αγαπητέ κ. Πρόεδρε,

Θα ήθελα να σας πληροφορήσω ότι το Παγκόσμιο  
Πρωτάθλημα Ερασιτεχνικής Σωματικής Διάπλασης Ζευ-  
γαριών θα γίνει στη Μαδρίτη, της Ισπανίας, στις  
23 Σεπτεμβρίου 1984, στο Municipal Auditorium.

Όσες εθνικές ομοσπονδίες θέλουν να στείλουν  
αθλητές σ' αυτό το Πρωτάθλημα, θα πρέπει να επι-  
κοινωνήσουν με τον διοργανωτή για πρόσθετες λε-  
πτομέρειες :

Mr. Rafael Santonja,  
Santiago Cordero 17,  
Madrid 29,  
SPAIN

Ο κ. Σαντόνγια είναι ένας ικανός διοργανωτής  
και η IFBB εύχεται σ' όλους τους συμμετέχοντες  
μια ευχάριστη και επιτυχημένη παραμονή στην Ισπα-  
νία.

Με εκτίμηση

Μπεν Γουέιντερ  
Διεθνής Πρόεδρος

25η ΕΠΕΤΕΙΟΣ  
ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ  
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 26-27, 1984

Επίσημη ανακοίνωση της IFBB  
Μάιος 1984

Αγαπητοί Φίλοι που ανήκετε στην IFBB,

Εκ μέρους της Οργανωτικής Επιτροπής του Πα-  
γκόσμιου Ερασιτεχνικού Πρωταθλήματος Σωματικής  
Διάπλασης της IFBB για το 1984, σας ανακοινώνου-  
με ότι ένα επίσημο γράμμα του Προέδρου των ΗΠΑ,  
Ρόναλντ Ρήγκαν, θα διαβαστεί στους αθλητές, τους  
αντιπροσώπους και το κοινό, που θα παρευρίσκονται  
στην Τελετή Έναρξης, στο Pavilion του Caesars  
Palace, στις 7.00 μ.μ., στις 17 Οκτωβρίου.

Το γράμμα θα διαβάσει ο Ρίτσαρντ Μπρίαν, Κυ-  
βερνήτης της Πολιτείας της Νεβάδα. Επίσης θα πα-  
ραβρεθούν ο Δήμαρχος του Λας Βέγκας, Γουίλιαμ Μπρά-  
ιερ και αρκετοί επίσημοι από το Caesars Palace, ό-  
πως ο Πρόεδρος μας και ο Διευθυντής του Κεντρι-  
κού Γραφείου, Στρατηγός Χάρρυ Γουόλντ.

Όπως βλέπετε στον επόμενο εντυπωσιακό κατάλο-  
γο των συμμετοχών, θα παραβρεθούν σ' αυτό το Πα-  
γκόσμιο Πρωτάθλημα αντιπρόσωποι από πολλές χώρες  
όλης της γης. Όσες χώρες δεν έχουν ακόμα ανταπο-  
κριθεί στην πρόσκλησή μας, τους ζητάμε να μας α-  
παντήσουν το συντομότερο. Αυτοί οι αγώνες θα εί-  
ναι γιορταστικοί, γιατί συμπληρώνονται 25 χρόνια  
από την έναρξή τους.

Όλοι μας από το Caesars Palace, σας ευχόμα-  
στε ένα θαυμάσιο καλοκαίρι.

Με εκτίμηση

Άντριου Όλσον  
Πρόεδρος της Οργανωτικής Επιτροπής  
του Παγκόσμιου Πρωταθλήματος

Κατάλογος συμμετοχών

Αυστραλία, Μπαρμπάντος, Βέλγιο, Βραζιλία, Βερμού-  
δες, Νησιά Κουκ, Τσεχοσλοβακία, Αίγυπτος, Αγγλία,  
Φινλανδία, Γαλλία, Γιβραλτάρ, Γκουάμ, Ελλάδα, Ολ-  
λανδία, (Βόρεια) Ιρλανδία, Ιταλία, Τζαμάικα, Ια-  
πωνία, Κορέα, Μάλτα, Μοντσεράτ, Ολλανδικές Αντίλ-  
λες, Νορβηγία, Παραγουάη, Παναμάς, Πολωνία, Πορ-  
τογαλία, Ρουμανία, Άγιος Βικέντιος, Σιγκαπούρη,  
Νότια Αφρική, Ισπανία, Σουηδία, Σουρινάμ, Τουρκί-  
α, Τρίνιταν/Τοπάγκο, Ουάλλια.

(Σύνολο, μέχρι Μάϊο 84 : 38 χώρες).



Silver Jubilee  
WORLD  
CHAMPIONSHIPS  
October 26-27, 1984



3570 LAS VEGAS BOULEVARD, SOUTH

LAS VEGAS, NEVADA 89109

AREA CODE 702-731-7110

IFBB Bulletin #5  
May, 1984

Dear Friends in the IFBB:

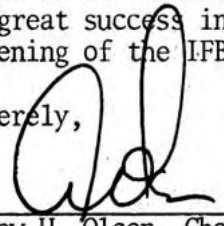
On behalf of the Organizing Committee for the 1984  
IFBB World Amateur Bodybuilding Championships, we are  
greatly honored to announce that an official letter  
from the President of the United States, Ronald Reagan,  
will be read aloud to the assembled athletes, delegates  
and audience at the Opening Ceremonies on October 27th  
at 7:00 p.m. in the Pavilion at Caesars Palace.

The Honorable Richard Bryan, Governor of the State of  
Nevada, USA, will read the letter at the opening  
festivities. Also attending will be the Mayor of  
Las Vegas, William Briare, and numerous dignitaries  
from Caesars Palace including our President and Chief  
Operating Officer, General Harry Wald.

As you can see from the impressive list of entries to  
the right, the entire globe is well represented at  
these World Championships. Those nations who have  
not yet committed a delegation to take part in this  
great event are asked to respond immediately. As the  
25th selection of world champions, this contest will  
mark the "Silver Jubilee" of Mr. Universe competitions.  
We are all looking forward to a magnificent celebration  
of the IFBB's finest bodybuilders.

All of us at Caesars Palace wish you a fine summer,  
and great success in the months ahead as we near the  
convening of the IFBB Congress in October.

Sincerely,


  
Andrew H. Olson, Chairman  
World Championship Organizing Committee

AHO.mag

Entries Received:

Australia  
Barbados  
Belgium  
Brazil  
Bermuda  
Cook Islands  
Czechoslovakia  
Egypt  
England  
Finland  
France  
Gibraltar  
Guam  
Greece  
Holland  
(N.) Ireland  
Italy  
Jamaica  
Japan  
Korea  
Malta  
Montserrat  
Netherlands Antilles  
Norway  
Paraguay  
Panama  
Poland  
Portugal  
Romania  
St. Vincent, W.I.  
Singapore  
South Africa  
Spain  
Sweden  
Suriname  
Turkey  
Trinidad/Tobago  
Wales

Το πρωτότυπο κείμενο  
της τελευταίας επιστολής

 **SOLANA** OFFICIAL TANNING SPONSOR  
OF THE 1984 MR. UNIVERSE  
WORLD CHAMPIONSHIP

# ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΙ ΤΖΟΥΝΤΟ ΕΦΗΒΩΝ

Το Σάββατο 5/5/84 έγιναν στο Κλειστό Γυμναστήριο της Γλυφάδας οι Πανελλήνιοι Αγώνες Τζούντο Εφήβων μαζί με τους πρώτους Διασυλλογικούς Αγώνες Γυναικών. Από τους αθλητές ξεχώρισαν τα γνωστά ονόματα και οι τεχνικές κυμαίνονταν στα γνωστά επίπεδα. Γενική παρατήρηση θα ήταν ότι ήδη μιουρήθηκε μια εύνοια και στους άνδρες και στους έφηβους υπέρ των αθλητών που είναι μέλη της εθνικής ομάδας. Για αυτούς τους αθλητές, η συστηματικότερη προπόνηση αποτελεί έναν βασικότατο παράγοντα που τους ευνοεί (χωρίς να μπορεί να γίνει και αλλιώς) μεγαλώνοντας τη διαφορά τους από τους άλλους κοινούς αθλητές όλων των συλλόγων.

Είναι πολύ φυσικό για την διοίκηση του τζούντο να παρέχει διευκολύνσεις και ευνοϊκότερες συνθήκες (ακόμα και οδοιπορικά έξοδα) στους αθλητές που δίνουν αποδοτικά πολύ από το χρόνο τους για εντατικότερες προπονήσεις. Η φυσική αυτή εύνοια όμως δημιουργεί μια όλο και μεγαλύτερη διαφορά με ταξύ αυτών των αθλητών και των άλλων, και η διαφορά αυτή κρατάει πάντα στις πρώτες θέσεις τους "ευνοούμενους", ενώ οι "άλλοι" έρχονται αρκετά χαμηλότερα. Τις σκέψεις αυτές τις κάναμε βλέποντας το εφηβικό πρωτάθλημα. Θα ήταν σκόπιμο να παρέχεται και στους κοινούς αθλητές η ευχέρεια εκλογής ποιότητας και συχνότητας προπόνησης ώστε να παίξουν με ίδιες συνθήκες.

Στο Πανελλήνιο Εφήβων είδαμε κακή οργάνωση και απαράδεκτη συμπεριφορά παραγόντων και φιλάθλων. Ας μην αναφερθούμε στα συγκεκριμένα ονόματα αυτή τη φορά (θα αναφερόμαστε όμως κάθε επόμενη) και ας θυμησούμε στους διαιτητές-κριτές πως πρέπει να είναι ψυχροί και αντικειμενικοί και στους φιλάθλους: μακριά από τον αγωνιστικό χώρο.

Στη συνέχεια σας δίνουμε τις συμμετοχές κατά συλλόγους, τους νικητές, την κατανομή μεταλλίων και στιγμιότυπα από τους αγώνες.

## ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ

### 1. Α.Ν.Ο. ΓΛΥΦΑΔΑΣ

1.1. ΜΑΓΚΛΗΣ ΜΙΧΑΗΛΣ	(71 κ.)
1.2. ΧΑΜΟΓΕΩΡΓΑΚΗΣ ΘΕΜΗΣ	(78 κ.)
1.3. ΤΟΣΟΥΝΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	(78 κ.)
1.4. ΔΙΑΜΑΝΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	(86 κ.)
1.5. ΒΑΛΑΜΟΥΤΣΟΥΝΟΣ ΜΙΧΑΗΛΣ	(95 κ.)
1.6. ΧΟΥΣΜΕΚΕΡΙΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	(95 κ.)

### 2. Α.Ο. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΥ

2.1. ΧΕΡΟΥΒΕΙΜ ΚΩΣΤΑΣ	(71 κ.)
-----------------------	---------

### 3. ΑΡΗΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ

3.1. ΖΩΝΑΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	(60 κ.)
-----------------------	---------

### 4. ΑΡΚΑΔΙΚΟΣ Σ.Ε.Φ.

4.1. ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	(60 κ.)
4.2. ΚΑΒΑΣΗΣ ΚΩΣΤΑΣ	(60 κ.)
4.3. ΨΙΜΟΥΛΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	(71 κ.)
4.4. ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	(78 κ.)

### 5. Α.Σ. ΡΟΔΟΣ

5.1. ΠΑΠΑΣΤΑΜΑΤΗΣ ΚΛΗΜΗΣ	(65 κ.)
5.2. ΣΤΑΥΡΙΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	(71 κ.)

### 6. Γ.Σ. ΝΕΩΝ ΛΙΟΣΙΩΝ

6.1. ΧΡΥΣΑΝΘΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΣΤΑΣ	(60 κ.)
6.2. ΣΤΑΝΤΖΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	(71 κ.)
6.3. ΠΕΤΡΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	(78 κ.)

### 7. Ε.Ο.Τ.Κ.

7.1. ΧΑΤΗΡΑΣ ΣΠΥΡΟΣ	(60 κ.)
7.2. ΓΙΑΝΝΑΤΟΣ ΚΩΣΤΑΣ	(65 κ.)
7.3. ΚΑΚΟΥΡΗΣ	(65 κ.)
7.4. ΓΙΑΝΝΑΤΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	(71 κ.)
7.5. ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΠΟΥΛΟΣ ΦΩΤΗΣ	(71 κ.)
7.6. ΠΡΑΣΣΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	(78 κ.)
7.7. ΣΚΟΥΤΑΡΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	(78 κ.)

### 8. ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.

8.1. ΚΥΠΑΡΟΣ ΓΙΑΝΝΗΣ	(60 κ.)
8.2. ΣΑΒΒΙΔΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ	(60 κ.)
8.3. ΣΕΦΕΡΛΗΣ ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ	(65 κ.)
8.4. ΠΑΤΑΚΗΣ ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ	(71 κ.)
8.5. ΧΛΑΜΠΕΑΣ ΚΩΣΤΑΣ	(78 κ.)

### 9. ΟΜΙΛΟΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΕΩΣ ΑΘΗΝΩΝ

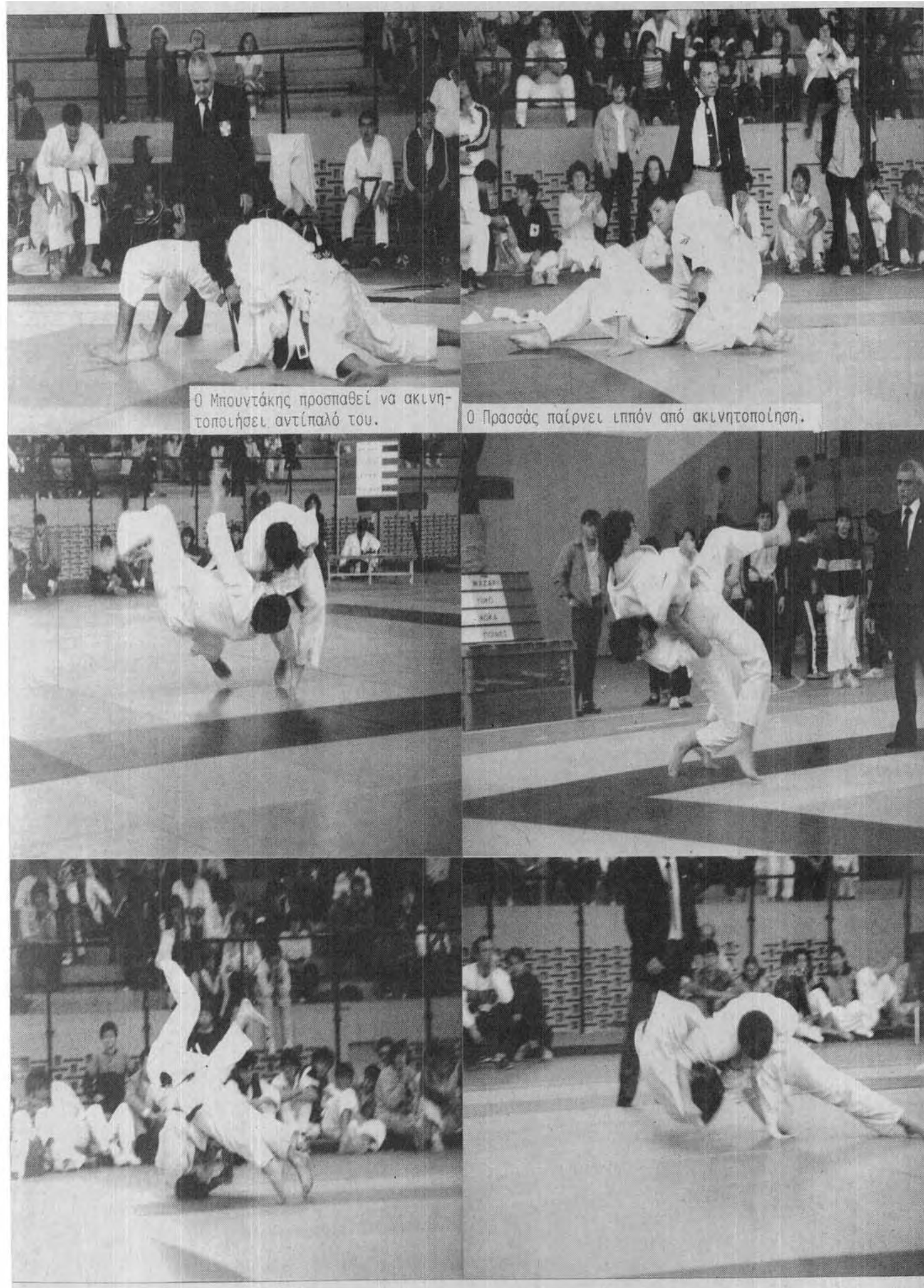
9.1. ΜΠΟΥΝΤΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	(60 κ.)
9.2. ΜΑΡΚΕΖΙΝΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	(71 κ.)
9.3. ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	(86 κ.)

### 10. ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.

10.1. ΠΑΤΣΕΛΗΣ ΣΤΡΑΤΟΣ	(60 κ.)
10.2. ΒΑΚΑΤΑΣΗΣ ΣΩΤΗΡΗΣ	(65 κ.)
10.3. ΜΑΡΙΟΛΗΣ ΜΑΝΟΛΗΣ	(71 κ.)
10.4. ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	(71 κ.)
10.5. ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	(78 κ.)
10.6. ΠΙΤΤΑΡΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	(86 κ.)
10.7. ΝΙΚΑΣ ΗΛΙΑΣ	(95 κ.)
10.8. ΣΓΑΝΤΖΟΣ ΜΑΡΚΟΣ	(95 κ.)

### 11. Χ.Α.Ν. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

11.1. ΤΣΑΒΙΔΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ	(60 κ.)
11.2. ΓΙΑΝΝΑΡΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	(65 κ.)
11.3. ΧΡΟΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΓΗΣ	(65 κ.)
11.4. ΡΟΥΣΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	(71 κ.)
11.5. ΓΚΑΡΕΛΗΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ	(71 κ.)
11.6. ΝΟΤΑΡΑΣ ΙΟΡΔΑΝΗΣ	(78 κ.)
11.7. ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗΣ	(78 κ.)





Ο Βακατάσης σε ταχύτατο χαράϊ-γκόσι.



Ο Χατήρας παίρνει ιππόν με τζούτζι-γκατάμε.

Ο Σκούταρης σε αγώνα του.



Η ομάδα της ΧΑΝΘ.

Η ομάδα των Νέων Λιοσίων.

#### ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

##### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 60 κ.

1. ΜΠΟΥΝΤΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ (Ο.Α.Α.)
2. ΤΣΑΒΙΔΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ (ΧΑΝΘ)
3. ΧΡΥΣΑΝΘΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΣΤΑΣ (Γ.Σ.Ν.ΛΙΟΣΙΩΝ)
3. ΣΑΒΒΙΔΗΣ ΗΡΑΚΛΗΣ (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)

##### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 65 κ.

1. ΒΑΚΑΤΑΣΗΣ ΣΩΤΗΡΗΣ (Π.Γ.Σ.)
2. ΓΙΑΝΝΑΡΑΚΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ (ΧΑΝΘ)
3. ΓΙΑΝΝΑΤΟΣ ΚΩΣΤΑΣ (ΕΟΤΚ)
3. ΧΡΟΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΓΗΣ (ΧΑΝΘ)

##### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 71 κ.

1. ΠΑΤΑΚΗΣ ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)
2. ΓΙΑΝΝΑΤΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ (ΕΟΤΚ)
3. ΡΟΥΣΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ (ΧΑΝΘ)
3. ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΠΟΥΛΟΣ ΦΩΤΗΣ (ΕΟΤΚ)

##### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 78 κ.

1. ΠΡΑΣΣΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ (ΕΟΤΚ)
2. ΧΑΜΟΓΕΩΡΓΑΚΗΣ ΘΕΜΗΣ (ΑΝΟΓ)
3. ΣΚΟΥΤΑΡΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ (ΕΟΤΚ)
3. ΧΛΑΜΠΕΑΣ ΚΩΣΤΑΣ (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)

##### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 86 κ.

1. ΔΙΑΜΑΝΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ (ΑΝΟΓ)
2. ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ (ΟΑΑ)
3. ΠΙΤΤΑΡΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ (ΠΓΣ)

##### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 95 κ.

1. ΝΙΚΑΣ ΗΛΙΑΣ (ΠΓΣ)
2. ΣΓΑΝΤΖΟΣ ΜΑΡΚΟΣ (ΠΓΣ)
3. ΒΑΛΑΜΟΥΤΣΟΥΝΟΣ ΜΙΧΑΛΗΣ (ΑΝΟΓ)
4. ΧΟΥΣΜΕΚΕΡΙΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ (ΑΝΟΓ)

#### ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΜΕΤΑΛΛΙΩΝ

ΣΥΛΛΟΓΟΙ	ΧΡ.	ΑΡΓ.	ΧΑΛ.	ΣΥΝ.
1. Α.Ν.Θ. ΓΛΥΦΑΔΑΣ	1	1	2	4
2. Α.Ο. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΥ	-	-	-	-
3. ΑΡΚΑΔΙΚΟΣ Σ.Ε.Φ.	-	-	-	-
4. Α.Σ. ΡΟΔΟΣ	-	-	-	-
5. Γ.Σ. ΝΕΩΝ ΛΙΟΣΙΩΝ	-	-	1	1
6. Ε.Ο.Τ.Κ.	1	1	3	5
7. ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.	1	-	2	3
8. ΟΜΙΛΟΣ ΑΝΤΙΣ.ΑΘΗΝΩΝ	1	1	-	2
9. ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.	2	1	1	4
10. Χ.Α.Ν.Θ.	-	2	2	4
11. ΑΡΗΣ ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗΣ	-	-	-	-
<b>ΣΥΝΟΛΑ</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>11</b>	<b>23</b>

Θύμιος Περισίδης

ΜΟΛΙΣ ΠΡΟΛΑΒΑΙΝΕΤΕ ΤΙΜΕΣ ... ΙΟΥΛΙΟΥ '83  
ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΕΙΚΟΣΙ ΚΟΜΜΑΤΙΑ

**ΤΟ ΠΟΔΗΛΑΤΟ ... ΕΥΚΑΙΡΙΑ**

ΖΗΤΕΙΣΤΕ ΤΑ  
ΑΠΟ ΤΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ



# ΔΙΑΣΥΛΛΟΓΙΚΟΙ ΤΖΟΥΝΤΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Το Σάββατο 5/5/84 έγιναν στο Κλειστό Γυμναστήριο Γλυφάδας οι Πρώτοι Διασυλλογικοί Αγώνες Τζούντο Γυναικών, όπου συμμετείχαν εννέα σύλλογοι με συνολικά τριάντα εννέα αθλήτριες.

Η ικανοποιητική συμμετοχή έδειξε ότι υπάρχει και υλικό και ενδιαφέρον με ορισμένες επιφυλάξεις δικές μας που θα εκθέσουμε πιο κάτω.

## ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ ΚΑΤΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥΣ

Οι αθλήτριες που πήραν μέρος στους πρώτους διασυλλογικούς αγώνες γυναικών είναι οι επόμενες κατά συλλόγους :

1. Α.Ν.Ο. ΓΛΥΦΑΔΑΣ
  - 1.1. ΚΑΛΑΝΤΖΗ ΕΥΔΟΚΙΑ (56 κ.)
2. Α.Ο. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΥ
  - 2.1. ΔΕΓΓΛΕΡΗ ΙΩΑΝΝΑ (52 κ.)
  - 2.2. ΡΩΣΙΔΟΥ ΜΑΡΘΑ (56 κ.)
  - 2.3. ΒΛΑΣΤΟΥ ΙΩΑΝΝΑ (61 κ.)
  - 2.4. ΜΠΟΤΟΥ ΦΡΕΙΔΕΡΙΚΗ (61 κ.)
  - 2.5. ΔΑΣΚΑΛΑΚΗ ΟΛΓΑ (72 κ.)
3. Α.Ο. Ν. ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ
  - 3.1. ΓΚΑΝΑΤΣΙΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ (48 κ.)
  - 3.2. ΜΠΑΡΟΥΦΗ ΕΦΗ (52 κ.)
  - 3.3. ΣΤΙΒΑΚΤΑΚΗ ΕΥΔΟΚΙΑ (56 κ.)
  - 3.4. ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ (56 κ.)
  - 3.5. ΛΕΠΙΔΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ (61 κ.)
  - 3.6. ΚΟΥΦΑΚΗ ΑΦΡΟΔΙΤΗ (61 κ.)
  - 3.7. ΦΑΤΗ ΕΛΕΝΗ (66 κ.)
  - 3.8. ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ ΚΑΙΤΗ (72 κ.)
4. Α.Σ. ΡΟΔΟΣ
  - 4.1. ΣΤΑΥΡΙΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ (48 κ.)
  - 4.2. ΣΤΑΥΡΙΑ ΤΣΑΜΠΙΚΑ (61 κ.)
5. Ε.Ο.Τ.Κ.
  - 5.1. ΣΚΟΥΤΑΡΗ ΕΥΧΑΡΙΣ (61 κ.)
  - 5.2. ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΚΑΙΤΗ (72 κ.)
6. ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.
  - 6.1. ΠΑΠΠΑ ΛΑΜΠΡΙΝΗ (48 κ.)
  - 6.2. ΣΚΑΠΟΥΛΗ ΝΙΚΗ (52 κ.)
  - 6.3. ΤΟΥΜΠΟΥΛΙΔΟΥ ΣΤΕΛΛΑ (52 κ.)
  - 6.4. ΒΑΛΑΒΑΝΗ ΔΗΜΗΤΡΑ (56 κ.)
  - 6.5. ΣΔΟΥΚΟΥ ΝΑΝΑ (61 κ.)
  - 6.6. ΧΑΤΖΗΛΑΜΠΡΟΥ ΑΛΕΚΑ (61 κ.)
7. ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΡΟΔΟΥ
  - 7.1. ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ (48 κ.)
  - 7.2. ΣΑΝΤΟΡΙΝΙΟΥ ΝΙΝΑ (52 κ.)

## 8. ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.

- |                               |         |
|-------------------------------|---------|
| 8.1. ΣΓΑΝΤΖΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ       | (52 κ.) |
| 8.2. ΛΟΥΪΖΟΥ ΝΤΙΝΑ            | (52 κ.) |
| 8.3. ΤΣΙΓΚΟΥ ΑΝΝΑ             | (56 κ.) |
| 8.4. ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ      | (56 κ.) |
| 8.5. ΕΥΑΓΓΕΛΙΝΟΥ ΑΛΕΚΑ        | (61 κ.) |
| 8.6. ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΟΥ ΓΙΩΤΑ       | (61 κ.) |
| 8.7. ΜΑΡΚΕΣΙΝΗ ΝΙΚΗ           | (66 κ.) |
| 8.8. ΤΣΑΛΑ ΕΦΗ                | (66 κ.) |
| 8.9. ΤΣΙΓΚΟΥ ΑΝΘΗ             | (72 κ.) |
| 8.10. ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΖΑΧΑΡΟΥΛΟΥ | (72 κ.) |

## 9. ΤΖΟΥΝΤΟΚΑΝ ΧΟΛΑΡΓΟΥ

- |                      |         |
|----------------------|---------|
| 9.1. ΤΡΑΥΛΟΥ ΟΛΥΜΠΙΑ | (56 κ.) |
| 9.2. ΡΙΖΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ   | (56 κ.) |
| 9.3. ΤΡΑΥΛΟΥ ΠΑΥΛΙΝΑ | (61 κ.) |

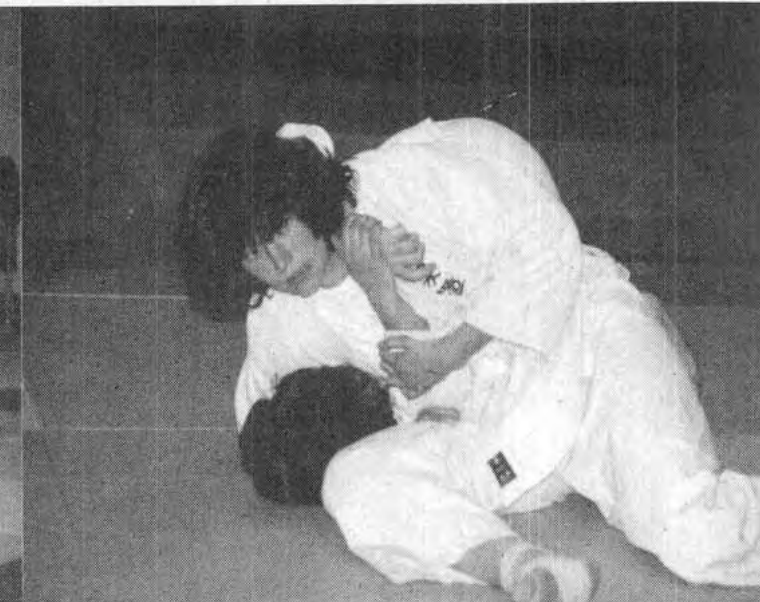
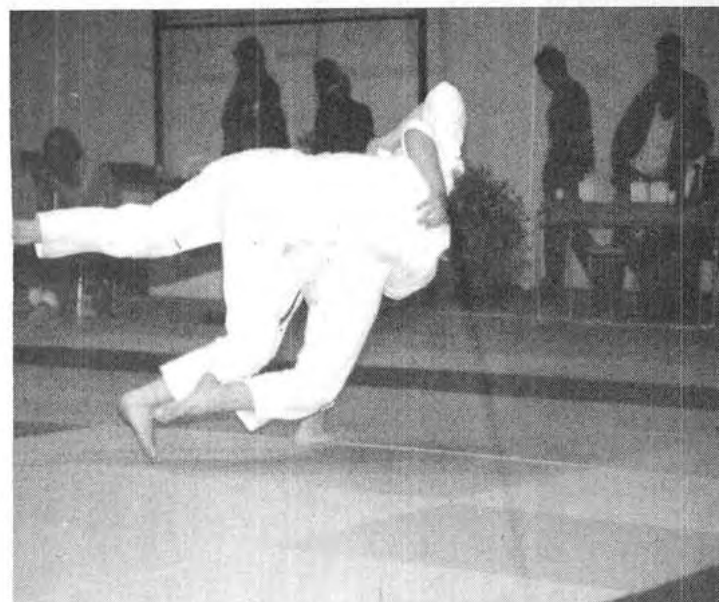
## ΟΙ ΑΓΩΝΕΣ

Οι αγώνες εξελίχθηκαν με μεγάλη επιθετικότητα από τις αθλήτριες, αρκετά λάθη οργάνωσης και με κακή συμπεριφορά φιλάθλων και παραγόντων.

Και εξηγούμε :

Πραγματικά, οι νεαρές αθλήτριες έδειξαν μεγαλύτερη επιθετικότητα σε σύγκριση με αγώνες ανδρών. Είναι ίσως η φύση της γυναίκας πιο επιθετική. Η τεχνική τους κατάρτιση όμως ήταν απογοητευτική, πλην εξαιρέσεων. Η γνώμη μας είναι πως οι σύλλογοι και οι προπονητές θέλουν γυναικείο τμήμα τζούντο, αλλά δεν του δίνουν την προσοχή που πρέπει. Η γυναίκα διαφέρει αναμφισβήτητα και στο σώμα και στην ψυχολογία από τον άνδρα και γι' αυτό θα πρέπει να δοθεί προσοχή σ' αυτές τις διαφορές και στο πώς πρέπει να μεθοδευτεί η εκπαίδευσή της ώστε να αποδώσει πρακτικά. Από τον τρόπο που έπαιζαν τζούντο οι νεαρές αθλήτριες βγάζει κανείς συμπεράσματα για τον τρόπο που προπονούνται και τα λάθη του. Με ικανοποιητικό έμφυχο υλικό, αλλά χαμηλή τεχνική κατάρτιση οδηγούμαστε στο συμπέρασμα ότι οι προπονήσεις γίνονται, αλλά δεν αποδίδουν.

Η γνώμη μας είναι πως για το γυναικείο σώμα που δεν είναι μυώδες και δυνατό σαν το αντρικό θα πρέπει να δοθεί μεγαλύτερη βαρύτητα στην ταχύτητα και στη λεπτομέρεια της τεχνικής και μικρότερη στη δύναμη. Το κάνουν αυτό οι προπονητές; Χαρακτηριστικό της γυναικείας προσωπικότητας είναι η ...ομιλία. Εννοώ η συνεχής και ασταμάτητη ... γλωσσολογία. Σε προπονήσεις γυναικών που έχω παρακολουθήσει, οι αθλήτριες μιλάνε μεταξύ τους όταν γυμνάζονται, μιλάνε όταν τους εξηγεί τεχνική ο προπονητής, μιλάνε όταν κάνουν επανάληψη τις τεχνικών (ουτσικόμι), μιλάνε όταν παίζουν μεταξύ τους ραντόρι, μιλάνε με μια λέξη ...ασταμάτητα.

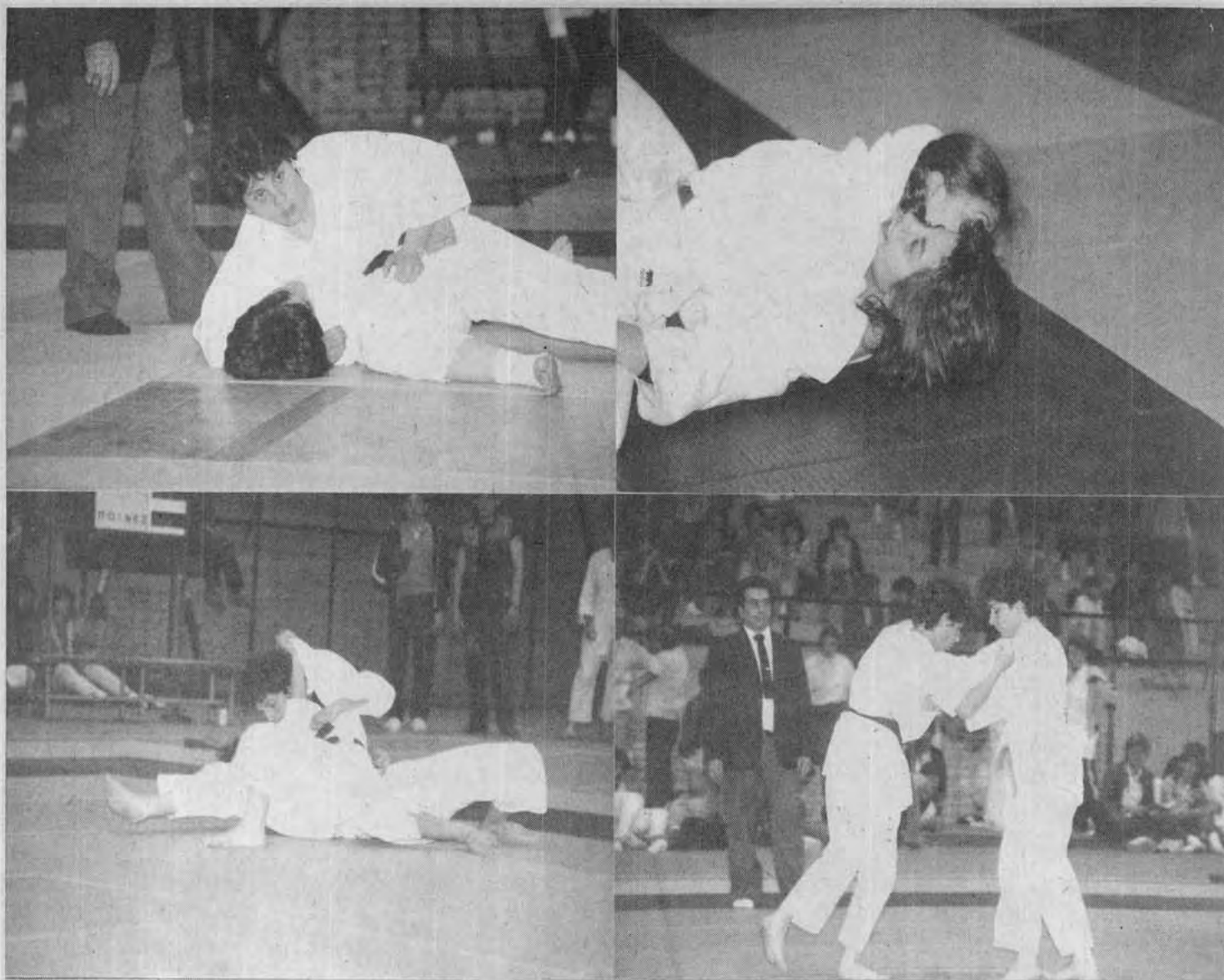


Έτσι η μιάμιση ώρα προπόνησης ισοδυναμεί με ένα τέταρτο καλής προπόνησης. Αποτέλεσμα : χαμηλή στάθμη τεχνικής, μικρή αποδοτικότητα, απογοήτευση της αθλήτριας, του προπονητή, του συλλόγου. Άλλη παρατήρηση θα ήταν οι μικτές ή όχι προπονήσεις με άνδρες. Αν βάλετε δέκα αθλήτριες σε ένα ανδρικό τμήμα είκοσι αθλητών δεν θα έχετε αποτελέσματα ούτε στις μεν ούτε στους δε. Ένα γυναικείο τμήμα παρουσιάζει πρόοδο όταν προπονείται συστηματικά στη στάθμη που βρίσκεται από τη φύση του και όχι σε ψηλότερη. Μια σοβαρή προπόνηση όμως στις 15 μέρες πιο σκληρή και πιο απαιτητική (π.χ. με ανδρικό τμήμα) οπωσδήποτε του δίνει μια ώθηση προς τα πάνω. Έτσι προωθείται σε καλύτερη τεχνική κατάρτιση και μεγαλύτερη αγωνιστικότητα ένα "ολόκληρο" γυναικείο τμήμα, ενώ με μικτές προπονήσεις ξεχωρίζουν μια-δυο αθλήτριες (και πέφτει η ποιότητα της προπόνησης των ανδρών).

Θέλει άλλη, λοιπόν, στρατηγική ή προπόνηση γυναικών και φυσικά είναι ένας τομέας του αγωνιστικού τζούντο που ήδη στο εξωτερικό έχει μεγάλη αξία.

Ελαττώματα παρουσίασε η οργάνωση των αγώνων. Τα καλύτερα σημεία που κρατάνε πειθαρχημένη και συμμαχή μια διοργάνωση αγώνων είχαν ξεφύγει τελείως από τους διοργανωτές και οι αγώνες εξελίχθηκαν κάτω από πλήρη χρονική παραλυσία που τους έκανε κουραστικούς και απογοητευτικούς.

Αλλά οι πιο απογοητευτικοί ήταν οι φιλάθλοι και μερικοί παράγοντες συλλόγων που φώναζαν απaráδεκτα ...χαζά (σαν Μεξικάνοι σε ...κοκορομαχίες) υπέρ της ...ευνοούμενης αθλήτριάς τους. Θα ήταν σκόπιμο να θεσπιστούν από την Τεχνική Επιτροπή Τζούντο κυρώσεις για όσους αθλητές ή παράγοντες δυσκολεύουν με οποιοδήποτε τρόπο τη διεξαγωγή αγώνων, ενώ οι άλλοι φιλάθλοι ...από το αυτί και έξω.



**ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 48 κ.**

- |                          |                  |
|--------------------------|------------------|
| 1. ΣΤΑΥΡΙΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ     | (Α.Σ. ΡΟΔΟΣ)     |
| 2. ΠΑΠΠΑ ΛΑΜΠΡΙΝΗ        | (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)   |
| 3. ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΝΗ | (ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΡΟΔΟΥ) |

**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 52 κ.**

- |                        |                   |
|------------------------|-------------------|
| 1. ΔΕΓΓΛΕΡΗ ΙΩΑΝΝΑ     | (Α.Ο. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΥ) |
| 2. ΤΟΥΜΠΟΥΛΙΔΟΥ ΣΤΕΛΛΑ | (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)    |
| 3. ΣΚΑΠΟΥΛΗ ΝΙΚΗ       | (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)    |
| 3. ΣΑΝΤΟΡΙΝΙΟΥ ΝΙΝΑ    | (ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΡΟΔΟΥ)  |

**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 56 κ.**

- |                        |                   |
|------------------------|-------------------|
| 1. ΒΑΛΑΒΑΝΗ ΔΗΜΗΤΡΑ    | (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)    |
| 2. ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ | (Π.Γ.Σ.)          |
| 3. ΡΙΖΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ       | (ΤΖΟΥΝΤΟΚΑΝ)      |
| 3. ΡΩΣΙΔΟΥ ΜΑΡΘΑ       | (Α.Ο. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΥ) |

**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 61 κ.**

- |                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| 1. ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΟΥ ΓΙΩΤΑ | (Π.Γ.Σ.)          |
| 2. ΕΥΑΓΓΕΛΙΝΟΥ ΑΛΕΚΑ  | (Π.Γ.Σ.)          |
| 3. ΜΠΟΤΟΥ ΦΡΕΙΔΕΡΙΚΗ  | (Α.Ο. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΥ) |
| 3. ΧΑΤΖΗΛΑΜΠΡΟΥ ΑΛΕΚΑ | (ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.)    |

**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 66 κ.**

- |                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| 1. ΜΑΡΚΕΣΙΝΗ ΝΙΚΗ | (Π.Γ.Σ.)              |
| 2. ΤΣΑΛΑ ΕΦΗ      | (Π.Γ.Σ.)              |
| 3. ΦΑΤΗ ΕΛΕΝΗ     | (Α.Ο.Ν. ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ) |

**ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 72 κ.**

- |                          |                       |
|--------------------------|-----------------------|
| 1. ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ | (Ε.Ο.Τ.Κ.)            |
| 2. ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ ΚΑΙΤΗ     | (Α.Ο.Ν. ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ) |
| 3. ΤΣΙΓΚΟΥ ΑΝΘΗ          | (Π.Γ.Σ.)              |

**ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΜΕΤΑΛΛΙΩΝ**

ΣΥΛΛΟΓΟΙ	ΧΡ.	ΑΡΓ.	ΧΑΛ.	ΣΥΝ.
1. Α.Ν.Ο. ΓΛΥΦΑΔΑΣ	-	-	-	-
2. Α.Ο. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΥ	1	-	2	3
3. Α.Ο.Ν. ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ	-	1	1	2
4. Α.Σ. ΡΟΔΟΣ	1	-	-	1
5. Ε.Ο.Τ.Κ.	1	-	-	1
6. ΗΡΑΚΛΗΣ Γ.Σ.	1	2	2	5
7. ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΡΟΔΟΥ	-	-	2	2
8. ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ Γ.Σ.	2	3	1	6
9. ΤΖΟΥΝΤΟΚΑΝ	-	-	1	1
<b>ΣΥΝΟΛΑ</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>21</b>

Θύμιος Περισίδης

**ΚΥΚΛΟΦΟΡΟΥΝ!!! ΖΗΤΕΙΣΤΕ ΤΑ!!!**

**ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΚΑΡΑΤΕ**  
 Συνοπτική Παρουσίαση



**1**

**ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΚΑΡΑΤΕ**  
 Κούμιτε 1



**3**

**ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΚΑΡΑΤΕ**  
 Θεμελιώδεις Αρχές



**2**

**ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΚΑΡΑΤΕ**  
 Κούμιτε 2



**4**



# ΑΓΩΝΕΣ ΤΖΟΥΝΤΟ

## ΣΤΑ ΝΙΚΟΛΑΪΔΕΙΑ

Το Σάββατο 19/5/84 και στα πλαίσια της ετήσιας αθλητικής διοργάνωσης των ΝΙΚΟΛΑΪΔΕΙΩΝ από τον ΑΡΗ Νικαίας, έγιναν αγώνες τζούντο παιδιών, γυναικών και ανδρών στο Κλειστό Γυμναστήριο του ΑΡΗ Νικαίας.

Η όλη εκδήλωση δεν συγκέντρωσε τα μεγάλα ονόματα του τζούντο, αλλά έδειξε όπως έπρεπε το αγωνιστικό πνεύμα του αθλήματος στους ενδιαφερόμενους θεατές.

Στους αγώνες αυτούς πήραν μέρος 26 παιδιά, 14 γυναίκες και 25 άνδρες σε μια άψογη διοργάνωση που ικανοποίησε τους ενδιαφερόμενους θεατές.

Θυμίζουμε στους συλλόγους πως τέτοιες διοργανώσεις μπορεί να μην δίνουν πανελλήνιους τίτλους, αλλά δίνουν ικανοποιήσεις-κίνητρα στους αθλητές τους που δεν διακρίνονται σε Πανελλήνιους και το κυριότερο λαμβάνονται υπόψη στις ετήσιες αξιολογήσεις των συλλόγων. Στη συνέχεια σας δίνουμε τα αποτελέσματα.

### ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

#### ΑΓΩΝΕΣ ΤΖΟΥΝΤΟ ΠΑΙΔΙΩΝ

##### Κατηγορία 50 κ.

- 1ος- Μαρκέτος (Τζούντοκαν)
- 2ος- Αναστασόπουλος (Αθηναϊκός)
- 3οι- Αθανασιάδης (Ν. Λιόσια)  
Γερακέλης (ΔΑΟ Πετρούπολης)

##### Κατηγορία 56 κ.

- 1ος- Σοφός (ΔΑΟ Πετρούπολης)
- 2ος- Φραγγελάκης (ΕΟΤΚ)
- 3οι- Καρύδης (ΔΑΟ Πετρούπολης)  
Σκαφιδάς (Ν. Λιόσια)

##### Κατηγορία 62 κ.

- 1ος- Βλαχόπουλος (Τζούντοκαν)
- 2ος- Τσακίρης (Αργυρούπολη)
- 3οι- Παπουτσής (Ν. Λιόσια)  
Πατέλης (Αργυρούπολη)

##### Κατηγορία 68 κ.

- 1ος- Καντούσης (ΔΑΟ Πετρούπολης)
- 2ος- Μαμαλάκης (Γλυφάδα)
- 3οι- Τσάκωνας (ΑΡΗ Πετρούπολης)  
Λιακάκος (Τζούντοκαν)

#### ΑΓΩΝΕΣ ΤΖΟΥΝΤΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

##### Κατηγορία 48 κ.

- 1η- Σταυριά (ΑΣ Ρόδου)
- 2η- Σακελαροπούλου (Κολοσσός)
- 3η- Γκανατσίου (Αργυρούπολη)

##### Κατηγορία 52 κ.

- 1η- Σγάντζου (Πανελλήνιος Γ.Σ.)
- 2η- Κωστή (Αργυρούπολη)

##### Κατηγορία 56 κ.

- 1η- Ρίζου (Τζούντοκαν)
- 2η- Πατσέλη (Πανελληνίου ΓΣ)
- 3η- Αλεξοπούλου Ελ. (Αργυρούπολη)

##### Κατηγορία 61 κ.

- 1η- Τσάλα (Πανελληνίου ΓΣ)
- 2η- Φατή (Αργυρούπολη)
- 3η- Κορκάλη (Πανελληνίου ΓΣ)

##### Κατηγορία 66 κ.

- 1η- Παπαθανασίου (ΕΟΤΚ)
- 2η- Αλεξοπούλου Αικ. (Αργυρούπολη)
- 3η- Σιδηροπούλου (Πανελληνίου ΓΣ)

#### ΑΓΩΝΕΣ ΤΖΟΥΝΤΟ ΑΝΔΡΩΝ

##### Κατηγορία 60 κ.

- 1ος- Χρυσανθακόπουλος (Ν. Λιόσια)
- 2ος- Κουϊμτσής (ΧΑΝΘ)
- 3ος- Αργυρόπουλος (Εθνικός)

##### Κατηγορία 65 κ.

- 1ος- Γιανναράκης (ΧΑΝΘ)
- 2ος- Κακαβάς (Εθνικός)
- 3ος- Σταύρακας (Τζούντοκαν)

##### Κατηγορία 71 κ.

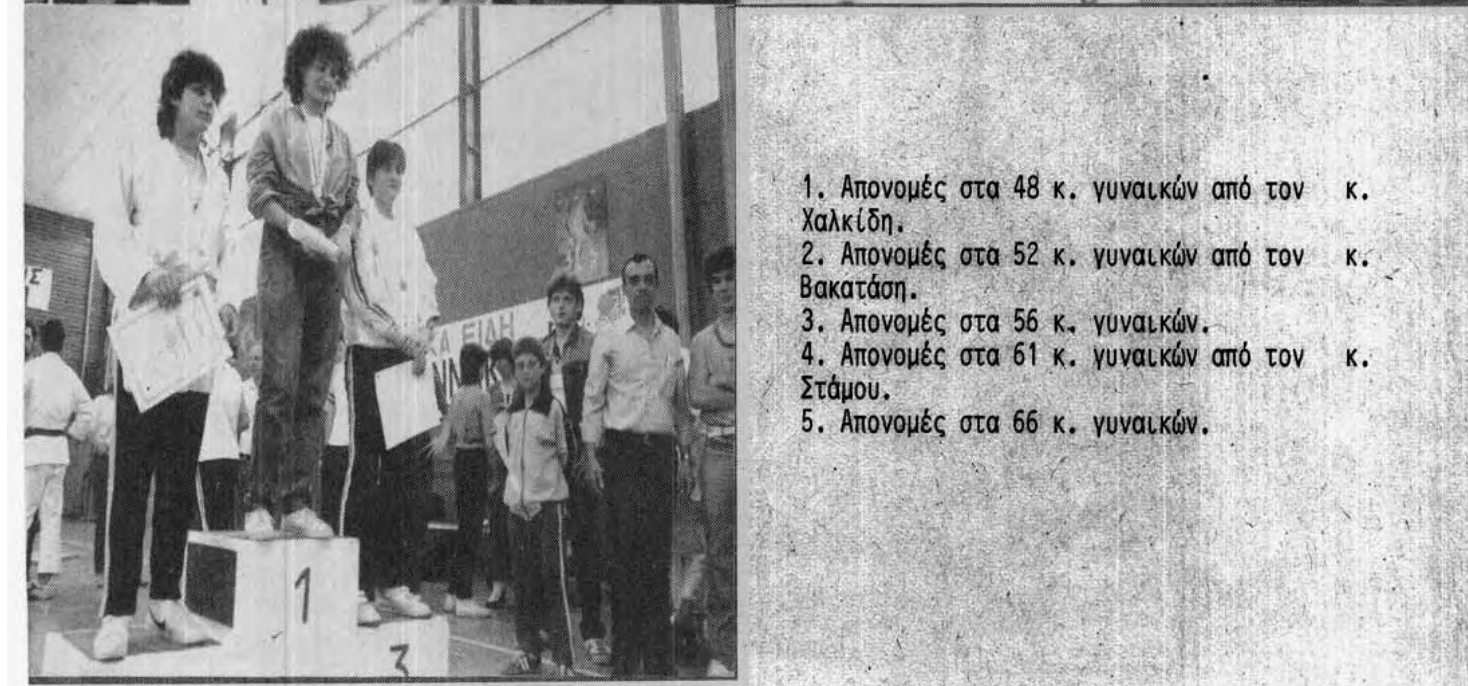
- 1ος- Κακούρης (ΕΟΤΚ)
- 2ος- Ρουσάκης (ΧΑΝΘ)
- 3οι- Μαγκλής (Γλυφάδα)  
Πόρος (Ν. Λιόσια)

##### Κατηγορία 78 κ.

- 1ος- Χατζηχαραλάμπος (Πανελλήνιος ΓΣ)
- 2ος- Περπινιάς (ΑΟ Παραδείσου)
- 3οι- Ιωαννίδης (ΧΑΝΘ)  
Γεωργίου (ΑΟ Παραδείσου)

##### Κατηγορία Ανοιχτή

- 1ος- Λικιαρδόπουλος (Εθνικός)
- 2ος- Λειβαδάς (Γλυφάδα)
- 3ος- Μανδριώτης (ΑΟ Παραδείσου)



1. Απονομές στα 48 κ. γυναικών από τον κ. Χαλκίδη.
2. Απονομές στα 52 κ. γυναικών από τον κ. Βακατάση.
3. Απονομές στα 56 κ. γυναικών.
4. Απονομές στα 61 κ. γυναικών από τον κ. Στάμου.
5. Απονομές στα 66 κ. γυναικών.



Οι νικητές στα 50 κ. παιδων.



Οι νικητές στα 56 κ.



Οι νικητές στα 62 κ.



Οι νικητές στα 68 κ.



1. Απονομές στα 60 κ. ανδρών από τον κ. Ζήκο.
2. Απονομές στα 65 κ. ανδρών από τον κ. Μαγ γουλά.
3. Απονομές στα 71 κ. από τον κ. Σοφό.
4. Απονομές στα 78 κ. από τον κ. Παπαδημη - τρίου.

Εδώ θα θέλαμε να παρατηρήσουμε πως ο 2ος, Ι ωσήφ Περπινιάς, και ο 3ος, Γεωργίου, είναι μέλη μιας ομάδας υπαλλήλων της Εμπορικής Τρα πέξης της Ελλάδος, της οποίας ομάδας τα έξο δα προπονήσεων καλύπτονται από την Τράπεζα σε ένα ευρύτερο πρόγραμμα παροχής κινήτρων προς τους υπαλλήλους της γενικά για άθληση. Μακάρι τέτοια κίνητρα να έδιναν και άλλοι οργανισμοί και μακάρι να φτάναμε στη στάθμη εξάπλωσης του τζούντο π.χ. της Γαλλίας, ό- που γίνεται και πρωτάθλημα τζούντο μεταξύ ο μάδων εταιρειών.



# ΑΓΩΝΕΣ-ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ-ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΟΠΩΣ ΜΑΣ ΤΙΣ ΣΤΕΛΝΟΥΝ ΣΥΛΛΟΓΟΙ, ΣΧΟΛΕΣ ΚΑΙ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΑ ΑΠΟ ΟΛΗ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

## ΝΕΑ - ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΑΠΟ ΣΥΛΛΟΓΟΥΣ, ΣΧΟΛΕΣ ΚΑΙ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΑ

Για όλους τους Συλλόγους, τις Σχολές και τα Γυμναστήρια:  
Στείλτε μας νέα και φωτογραφίες για τις δραστηριότητές σας. Ευχαρίστως θα τα δημοσιεύουμε (πάντα βέβαια μέσα στα λογικά πλαίσια.)

### ΣΟΤΟΚΑΝ ΚΑΡΑΤΕ - ΑΘΗΝΑ (ΓΚΥΖΗ)

Την 24/5/84 έγιναν στο γυμναστήριο ZENDOKAN εξετάσεις για Κίου. Ήταν οι πρώτες που έγιναν διότι το γυμναστήριο είναι μόλις 2 μηνών.

Οι εξετάσεις έγιναν υπό την επίβλεψη των κ.κ. Δημ. Καζακέα 3 ΝΤΑΝ JKA και Ηλία Καζακέα 2 ΝΤΑΝ JKA τους οποίους και ευχαριστούμε θερμώς.

Στις εξετάσεις αυτές τα αποτελέσματα ήταν :

- |                         |         |
|-------------------------|---------|
| 1. Κουτογιάννης Ιωάννης | 8ο Κίου |
| 2. Νιώρας Χρήστος       | 8ο "    |
| 3. Χατζής Χρήστος       | 7ο "    |
| 4. Δέμος Χριστόφορος    | 7ο "    |
| 5. Μπρενίστας Χρήστος   | 7ο "    |

Ευχαριστούμε θερμώς

ΓΑΛΑΝΟΥΔΗΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ  
1 ΝΤΑΝ

ΧΑΤΖΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

### ΣΟΤΟΚΑΝ ΚΑΡΑΤΕ - ΑΘΗΝΑ (ΖΩΓΡΑΦΟΥ)

Στις 12 έως 14 Απριλίου 1984 επισκέφτηκε την Αθήνα ο κος Νίνο Ταμακάρο, 6 ΝΤΑΝ, μαζί με τον βοηθό του Σαλβατόρε Παλμιέρι, 3 ΝΤΑΝ, για το ετήσιο σεμινάριο της AKSA.

Οι προπονήσεις που έγιναν βρίσκουν αμέριστο ενδιαφέρον από τους μαθητές της σχολής και ανεβάζουν το επίπεδό τους.

Στις 14/4/84 μπροστά στην επιτροπή εκπαιδευτών, Νίνο Ταμακάρο, Σαλβατόρε Παλμιέρι και Δημήτρη Σαράφη, έδωσε ο Δημήτρης Ζεύκης, μαθητής της AKSA, εξετάσεις όπου πήρε με επιτυχία 1 ΝΤΑΝ.

Στη φωτογραφία μας μαθητές και εκπαιδευτές της AKSA.



62 ΔΥΝΑΜΙΚΟ

### ΣΟΤΟΚΑΝ ΚΑΡΑΤΕ - ΑΘΗΝΑ (ΖΩΓΡΑΦΟΥ)

#### ΠΡΩΤΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ AKSA

Στις 26/2/84 έγινε το πρώτο πρωτάθλημα του συλλόγου της AKSA. Έλαβαν μέρος 55 άτομα και έγινε πρωτάθλημα ΚΑΤΑ παιδών και πρωτάθλημα ΚΑΤΑ και ΚΟΥΜΙΤΕ ανδρών.

Προ της έναρξης των αγώνων ο πρόεδρος του συλλόγου Αποστόλης Μπάδας έβγαλε λόγο για τους σκοπούς και επιδιώξεις της AKSA.

Στην συνέχεια άρχισε το πρωτάθλημα ΚΑΤΑ παιδών και ακολούθησε το πρωτάθλημα ΚΑΤΑ ανδρών. Οι δυο αυτοί αγώνες ήταν προκριματικοί. Μετά ακολούθησε ΚΟΥΜΙΤΕ ανδρών.

Στο τέλος έγιναν οι τελικοί ΚΑΤΑ παιδών και ΚΑΤΑ ανδρών. Στο διάλειμμα που ακολούθησε έγινε επίδειξη από τους τέσσερις κριτές και τον τεχνικό διευθυντή του συλλόγου Σαράφη Δημήτρη 4 ΝΤΑΝ.

#### ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΚΑΤΑ ΠΑΙΔΩΝ	ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ
1ος Λύκας Αθανάσιος	39,6
2ος Φραγκελάκης Γιώργος	38,4
3ος Φραγκελάκης Παναγιώτης	38,3
<b>ΚΑΤΑ ΑΝΔΡΩΝ</b>	
1ος Ζεύκης Δημήτρης	42,3
2ος Πετράκης Στέλιος	39,6
3ος Βασιλόπουλος Πέτρος	39,4
<b>ΚΟΥΜΙΤΕ ΑΝΔΡΩΝ</b>	
1ος Ζεύκης Δημήτρης	
2ος Σπύρου Μιχάλης	
3ος Λεοντής Χαράλαμπος	

Στιγμιότυπα από τους αγώνες και τις επιδείξεις στις φωτογραφίες



Κύριε Περισίδη,

Όπως σας έγραψα και πριν 2 μήνες με την πρώτη ευκαιρία θα σας έστειλα σε ΒΙΝΤΕΟ κασέτα το Πρώτο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ που έγινε στο Βόλο με σκοπό την προώθηση του στυλ και τη γνωριμία όλων των αθλητών του. Τώρα έκρινα σκόπιμο και αναγκαίο να τη δείτε διότι ίσως εσείς με περισσότερη επιείκεια κρίνετε τις παραλείψεις μου έχοντας υπ' όψη ότι μόνος διοργάνωσα το πρωτάθλημα προετοίμασα τους μαθητές μου και με μικρή πείρα διαιτησίας αγώνων. Βλέπετε δεν υπήρχαν έμπειροι διαιτητές και ανώτεροί μου και σαν υπεύθυνος για την τύχη του ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ στην Ελλάδα ανέλαβα όλες τις πρωτοβουλίες μόνος. Αυτό από πολλούς εκτιμήθηκε απ' άλλους όχι. Αυτό που θέλω είναι το ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ να διαδοθεί στην Ελλάδα όπως ακριβώς είναι: δυναμικό, τεχνικό, σκληρό. Όσο για τον κ. Καπαδουκάκη προσπάθησα να είμαι δίκαιος όσο μπορούσα, όμως το νοκ-άουτ τα επεσκίασε όλα, την υπεροχή του, την επιθετικότητά του, την αντοχή του, τη σωστή τεχνική του. Ίσως ο Ηλίας αντιλήφθηκε αυτά και με τα "γερά" μπλοκ του περίμενε την κατάλληλη στιγμή για να σκοράρει, όπως και το επέτυχε. Ο Αγώνας φαινόταν ισοπαλός ίσως με 1-2 βαζάρι περισσότερα ο κ. Καπαδουκάκης, αυτό όμως δεν το εξέτασα διότι όπως γνωρίζετε στο ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ μετρά και η αντοχή στα χτυπήματα και δεν δίνεται εύκολα βαζάρι ή το ιππόν. Φυσικά για την μαχητικότητα του αυτή ο κ. Καπαδουκάκης τιμήθηκε με δίπλωμα και μετάλλιο από τον Γ.Σ. Βόλου.

Συνεχίζοντας απαντώ στις ερωτήσεις και απορίες του κ. Καπαδουκάκη για το ποιός ήταν πρώτος, πως βγήκε πρώτος ο Ηλίας Σκυλοδήμος και πως ο Δήμου δεύτερος.

Μετά το ατύχημα (νοκ-άουτ) του Καπαδουκάκη (όπως θα δείτε στην κασέτα) ο Δήμου δεν ήθελε ν' αγωνιστεί, γι' αυτό έγινε συμφωνία και ο ίδιος παραιτήθηκε τη νίκη στον Ηλία, ο Ηλίας δε ήταν σε άσχημη ψυχολογική κατάσταση. Έτσι τελείωσα τους αγώνες με πρώτον τον Ηλία, δεύτερο τον Δήμου ο οποίος κέρδισε δυο αγώνες και τρίτο τον Λιούλιο.

Τις επόμενες ημέρες σταθήκαμε στο πλευρό του κ. Καπαδουκάκη, ώσπου έφυγε από το Βόλο. Η ευθύνη για την απουσία του γιατρού δεν είναι μόνο δική μου αλλά και των παραγόντων του Συλλόγου τους οποίους είχα ενημερώσει προ ημερών για τους αγώνες. Γνωρίζω ότι μετά τους αγώνες θα δεχόμουν δι' αμαρτυρίες, σχόλια, παράπονα, όμως αν τα σκεφτόμουν αυτά όλα πριν ποτέ δεν θα το διοργάνωνα. Πιστεύω ότι σε άλλη παρόμοια διοργάνωση θα είμαι περισσότερο προσεκτικός έχοντας εμπειρία μεγαλύτερη ώστε να μην κριθώ αυστηρά από κανέναν.

Ας έλθω όμως σ' ένα ουδέτερο θέμα, το θέμα του ΟΚΙΝΑΟΥΑ ΓΚΟΤΖΟΥ ΡΥΟΥ με τα προβλήματά του στα Χανιά από τον εκπαιδευτή του ΣΟΤΟΚΑΝ. Όταν υπήρχαν τα προβλήματα αυτά και ο κ. Τζουγανάκης αποχώρησε από τον Σύλλογο, όλοι οι υπεύθυνοι συμφωνήσανε να δημιουργηθεί τμήμα ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ στα Χανιά με δική μου πρωτοβουλία και εποπτεία, αυτό φαίνεται και σε παλαιότερο τεύχος σας. Τώρα τα προβλήματα ξεπεραστήκανε και χαίρομαι ιδιαίτερα γι' αυτό, ώστε να συνεχιστεί το ΓΚΟΤΖΟΥ ΡΥΟΥ στα Χανιά. Ελπίζω ότι το έργο του κ. Τζουγανάκη να συνεχιστεί με σοβαρότητα και ευθύνη. Από πλευράς μου θα δέχομαι κάθε αθλητή που ενδιαφέρεται για

το ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ και θα τον καλωσορίζω με μοναδικό σκοπό την εδραίωση και εξάπλωσή του στην Ελλάδα.

Πρόσφατα έλαβα γράμμα από τον ΜΑΣ ΟΓΙΑΜΑ, ο οποίος χαιρετά όλους τους αθλητές του ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ και συμβουλεύει αυτούς να γυμνάζονται σκληρά. Επίσης ο παλαιός πρωταθλητής Ευρώπης 1976 Φίτκιν Μπράϊαν σε γράμμα του εύχεται γρήγορα να δημιουργηθεί ένα γερό παράρτημα στην Ελλάδα και για το σκοπό αυτό υπόσχεται ότι θα βοηθήσει.

Νεώτερα του ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ :

Ήρθε γράμμα από το Αρχηγείο της Ευρώπης που εδρεύει στην Ολλανδία και τον Σεπτέμβριο-Οκτώβριο θα έλθει ομάδα καθηγητών 5-7 ΝΤΑΝ με τον Λόεκ Χολάντερ 7 ΝΤΑΝ για επίσκεψη και θα γίνουν προπονήσεις υπό την εποπτεία του. Επίσης το Αρχηγείο θα βοηθήσει ώστε να δημιουργηθεί στην Ελλάδα ένας δυνατός οργανισμός ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ παράρτημα του παγκόσμιου και να επεκταθεί σ' όλη την Ελλάδα. Όσοι έχουν ασχοληθεί με το ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ και ενδιαφέρονται να συνεχίσουν με στόχο την ίδρυση Σχολών μπορούν να επικοινωνήσουν με την μοναδική αναγνωρισμένη Σχολή από το Αρχηγείο, την Σχολή του Βόλου. Από το Αρχηγείο της Ευρώπης έγινε πρόταση να δημιουργηθεί ένας δυνατός οργανισμός και θα αρχίσουν οι διαδικασίες σύντομα για τον σκοπό αυτό. Οι αθλητές θα γίνουν όλοι πλήρη μέλη του ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ με πτυχία απ' ευθείας από τον ΜΑΣ ΟΓΙΑΜΑ.

Τελευταία νέα του τμήματος ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ του Βόλου :

Έγιναν εξετάσεις μέσα σε ενθουσιώδη ατμόσφαιρα συγγενών και φίλων των μαθητών και επέτυχαν οι κάτωθι αθλήτριες.

- |                     |   |      |              |
|---------------------|---|------|--------------|
| 1. Τουφεξή Μαρία    | 6 | ΚΥΟΥ | κίτρινη ζώνη |
| 2. Τσάντου Πόπη     | 6 | "    | "            |
| 3. Πατοπούλου Ελένη | 6 | "    | "            |

Και οι τρεις αθλήτριες ενθουσίασαν τους θεατές με τις σωστές, γρήγορες, ακριβείς και δυναμικές τεχνικές τους.

Το καλοκαίρι θα γίνει μια πλήρη προετοιμασία για μια καλή εμφάνιση στους ξένους επισκέπτες μας.

Με εκτίμηση  
Γεώργιος Κοσμίδης  
2 ΝΤΑΝ ΚΥΟΚΟΥΣΙΝ

#### ΟΚΙΝΑΟΥΑ ΓΚΟΤΖΟΥ ΡΥΟΥ - ΧΑΝΙΑ

Χανιά 11/4/84

Κύριε Περισίδη,

θα ήθελα να σας κάνω γνωστή την τελευταία αξιολόγηση για ΚΥΟΥ μελών του συλλόγου.

- |                          |   |      |
|--------------------------|---|------|
| 1. Ανδρουλάκης Μανώλης   | 9 | ΚΥΟΥ |
| 2. Γιανναράκης Γιάννης   | 9 | "    |
| 3. Γρηγοράκης Γιάννης    | 9 | "    |
| 4. Ματσαλάκης Δημ.       | 9 | "    |
| 5. Γιαμπιτζάκης Γιάννης  | 9 | "    |
| 6. Μπουρουτζίδης Δημ.    | 8 | "    |
| 7. Γλαμπεδάκης Ευτυχ.    | 8 | "    |
| 8. Μπιτζανάκης Νεκτάριος | 7 | "    |
| 9. Καφειδάκης Μιχάλης    | 7 | "    |



Η Μαρία Τουφεξή και η Ελένη Πατοπούλου στις εξετάσεις τους για κίτρινη ζώνη. Όρθιος δεξιά ο κ. Κοσμίδης.



Μαθητές και δάσκαλος από τη νέα σχολή Κουνγκ-Φου του Βασίλη Σιάτρα στα Κάτω Πατήσια.

10. Κουράκης Μανώλης	6	"
11. Ψαρουδάκης Γιάννης	6	"
12. Κατσιγαράκης Κυριάκος	6	"
13. Σταυρουλάκης Ανδρέας	6	"
14. Βλαμάκης Γιώργος	6	"
15. Φουντουλάκης Νίκος	6	"
16. Καπαδουκάκης Κώστας	6	"
17. Καπαδουκάκης Ηλίας	6	"

Σας ευχαριστώ  
Καπαδουκάκης Αντώνης  
1 ΝΤΑΝ ΟΚΙΝΑΟΥΑ ΓΚΟΤΖΟΥ ΡΥΟΥ

#### ΚΟΥΝΓΚ-ΦΟΥ ΚΑΙ ΚΙΚ ΜΠΟΞΙΝ - ΗΡΑΚΛΕΙΟ

Στα πλαίσια της διάδοσης και της ανάπτυξης των πολεμικών τεχνών διοργανώνεται στο Ηράκλειο της Κρήτης στις 5 Αυγούστου, το πρώτο Παγκρήτιο Πρωτάθλημα ΚΙΚ ΜΠΟΞΙΝ από τη σχολή "KUNG FU STUDIO" του σίφου Αντώνη Ιατράκη.

Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι οι αθλητές που κατάγονται από την Κρήτη άσχετα με το στυλ στο οποίο γυμνάζονται. Η διαιτησία θα είναι σύμφωνα με τους κανονισμούς της Ρ.Κ.Α. (με γάντια και προστατευτικά, αγώνες πλήρους επαφούς). Στους αγώνες θα συμπεριληφθεί επίδειξη τεχνικών και κάτα στο ΣΟΤΟΚΑΝ ΚΑΡΑΤΕ, οργανωμένη από τον Χρήστο Μελά, 1 ΝΤΑΝ JKA.

Πληροφορίες : Τηλ.: 7013474 Αθήνα 5-6 μμ και (081) 221231 Ηράκλειο 11-1 πμ και 6-8 μμ.  
Δηλώσεις συμμετοχής μέχρι 20 Ιουλίου.

Αντώνης Ιατράκης  
Χρήστος Μελάς

#### ΟΚΙΝΑΟΥΑ ΓΚΟΤΖΟΥ ΡΥΟΥ - ΧΑΝΙΑ

Κύριε Περισίδη,

Σας στέλνω για δημοσίευση (ΔΥΝΑΜΙΚΟ) φωτοαντίγραφο του Πτυχίου, όπως μας ήλθε από την Ιαπωνία το οποίο ανακηρύσσει και τυπικά πλέον τον κ. Ανδρέα Τζουγανάκη 2 ΝΤΑΝ ως τον αρμόδιο για τις εξετάσεις και τις απονομές τίτλων ΜΑΥΡΗΣ ΖΩΝΗΣ για την Ελλάδα στο ΟΚΙΝΑΟΥΑ ΓΚΟΤΖΟΥ ΡΥΟΥ.

Το ΟΚΙΝΑΟΥΑ ΓΚΟΤΖΟΥ ΡΥΟΥ διδάσκεται από το Δεκέμβριο του 1979 στα Χανιά (ΚΡΗΤΗ) και από φέτος και σε ένα τμήμα συλλόγου της Κομόπολης Καστελλίου με εκπαιδευτή τον Καπαδουκάκη Αντώνη, 1 ΝΤΑΝ.

Σας στέλνω επίσης και μια φωτογραφία των κ.κ. Ανδρέα Τζουγανάκη 2 ΝΤΑΝ και Thereo Ghinpen 7 ΝΤΑΝ (Γενικό αρχηγό του στυλ στην Αμερική) από προπόνηση στην ύπαιθρο σε εκτέλεση μαβάσι γκέρι με ΜΑΚΙΒΑΡΑ το δέντρο.

Για τον Σύλλογο Χανίων  
Κουράκη Βαγγελιώ 7 ΚΥΟΥ  
Νταουντάκης Γιώργος 6 ΚΥΟΥ  
Καπαδουκάκης Αντώνης 1 ΝΤΑΝ

#### ΦΟΥΛ ΚΟΝΤΑΚΤ - ΓΑΛΛΙΑ

Στις 14-15 ΑΠΡ 84 έγιναν Αγώνες Φουλ Κόντακτ Καράτε στην Μασσαλία. Πήραν μέρος αθλητές από Γερμανία, Βέλγιο, Ισπανία, Αγγλία, Γιουγκοσλαβία, Γαλλία, Ελλάδα, Ολλανδία, Ιταλία και Πορτογαλία. Από Ελληνικής πλευράς πήραν μέρος οι Κακαράκης, Δρόσος, Θεοδωρακόπουλος, Γούτσος και Πατρίκιος.

Ο Κακαράκης αναδείχθηκε πρωταθλητής στα 57-60 κ., ο Θεοδωρακόπουλος πρωταθλητής στα 67-70 κ., ο Γούτσος δεύτερη θέση και ο Πατρίκιος δεύτερη θέση. Δηλαδή στους πέντε αθλητές πήραμε τέσσερα κύπελλα.

Την ομάδα συνόδεψαν οι κ.κ. Μπαλόκας και Λιακόπουλος.

#### ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΙΔΕΙΞΗ ΣΟΤΟΚΑΝ ΚΑΡΑΤΕ ΣΤΟ DEREΕ COLLEGE

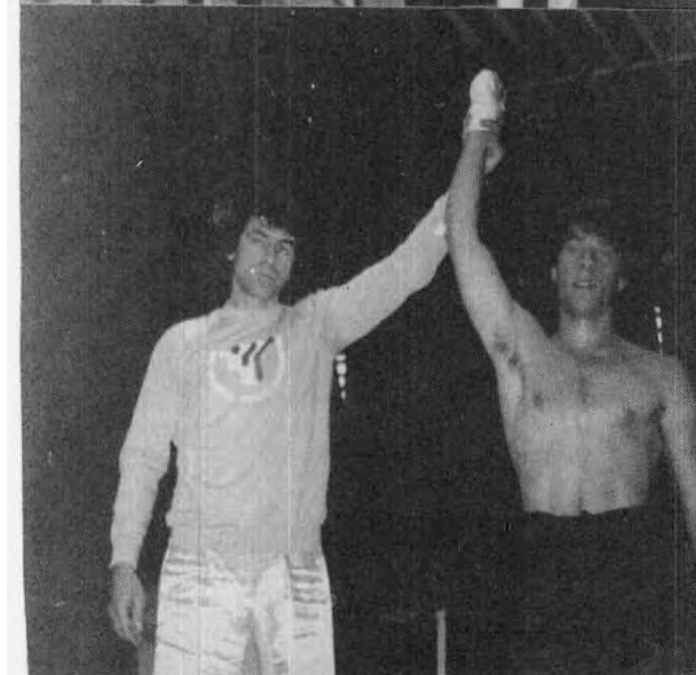
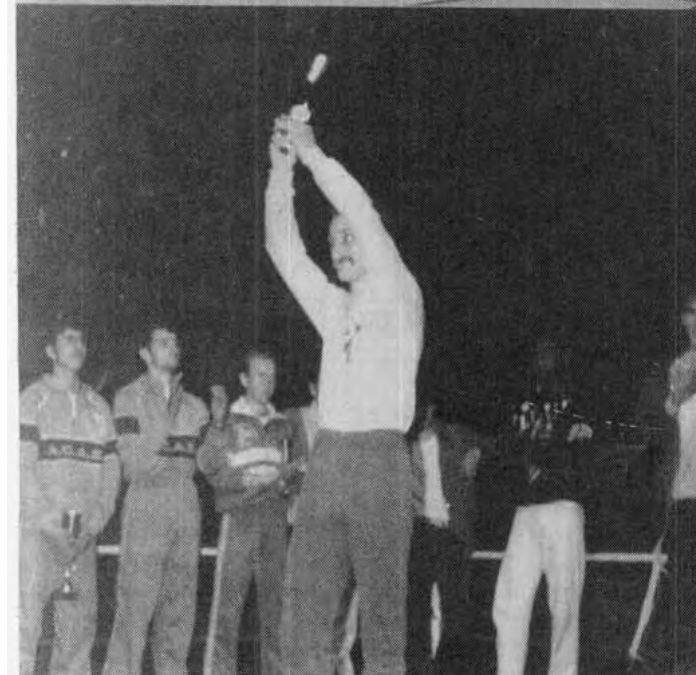
Στο Αμερικάνικο Κολέγιο της Αγίας Παρασκευής (DEREE COLLEGE), του οποίου το τμήμα καράτε λειτουργεί υπό την επίβλεψη των Δημήτρη Καζακέα 3 ΝΤΑΝ JKA και Ηλία Καζακέα 2 ΝΤΑΝ JKA, έγιναν εξετάσεις για ΚΙΟΥ στις 24/5/84. Απονεμήθηκαν από 80 μέχρι και 2 ΚΙΟΥ.

Επίσης στις 23/5/84 και κατά τη διάρκεια της μεγάλης ετήσιας συγκέντρωσης γονέων και κηδεμόνων το DEREΕ COLLEGE KARATE CLUB (DCKC) παρουσίασε σε μια επίδειξη του Στόκαν Καράτε, η οποία εντυπωσίασε πραγματικά τους 1500 θεατές που την παρακολούθησαν.

Πιστεύουμε ότι μόνο με εκδηλώσεις όπως οι επιδείξεις και τα σεμινάρια προωθείται και εξαπλώνεται το γνήσιο παραδοσιακό καράτε. Ο κόπος της οργάνωσης είναι αμελητέος μπροστά στην ικανοποίηση που πηγάζει από την αναγνώριση από το κοινό.

Θα θέλαμε να βλέπαμε και άλλους συλλόγους να οργανώνουν παρεμφερείς εκδηλώσεις για να μπορούμε να κερδίσουμε έτσι την κοινή γνώμη, γιατί είναι πλέον γνωστό το πόσο σημαντικό ρόλο θα παίξει, στην κρίσιμη αυτή περίοδο που διανύει το καράτε στη χώρα μας.

Δ. Καζακέας, 3 Νταν  
Η. Καζακέας, 2 Νταν



#### ΦΟΥΛ ΚΟΝΤΑΤ - ΓΑΛΛΙΑ

1. Η ελληνική ομάδα στην επιστροφή της από τη Μασσαλία. Από αριστερά: Κακαράκης, Πατρίκιος, Γούτσος, Θεοδωρακόπουλος, Λιακόπουλος, Μπαλόκας, Δρόσος.
2. Ο αθλητής Γούτσος (δεξιά) σε αγώνα του.
3. Ο Κακαράκης με το κύπελλο του πρώτου νικητή.
4. Ο αθλητής Πατρίκιος (δεξιά) σε αγώνα του.
5. Ο εκπαιδευτής Μπαλόκας (αριστερά) και ο αθλητής Θεοδωρακόπουλος.



ΤΑΕ-ΚΒΟΝ-ΝΤΟ - ΒΟΛΟΣ

ΝΕΑ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΥ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΤΑΕ-ΚΒΟΝ-ΝΤΟ

Αγαπητέ κ. Περισίδη,

Συνεχίζονται κανονικά οι προπονήσεις στο Εθνικό κλειστό Γυμναστήριο και στο Γυμναστήριο του Γ.Σ. Βόλου του Τμήματος Τάε-κβον-ντο, κάθε Τρίτη, Τετάρτη, Παρασκευή και προαιρετικά το Σάββατο.

1. Στις 16 Μαΐου 1984 το Τάε-κβον-ντο του Γ.Σ. Βόλου, πραγματοποίησε εκδρομή στη Λάρισα, στο Γυμναστήριο του Ομίλου Φιλιάθλων Λαρίσης με τον Προπονητή τους ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ Χρήστο 1 ΝΤΑΝ W.T.F.

Ο κ. ΚΑΛΦΟΥΝΤΖΟΣ 2 ΝΤΑΝ έκανε σε όλους μας μάθημα σε 3 μαύρες ζώνες 1 ΝΤΑΝ, (μαθητές του, ΚΑΣΤΟΡΗ Γεώργιο, ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ Χρήστο-προπονητή Γ.Σ.Β., ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟ Γεώργιο και σε όλους τους μαθητές χρώμα ζώνης Γυμναστηρίου Λαρίσης και Γ.Σ. Βόλου). Το Τάε-κβον-ντο του Γ.Σ.Β. απένειμε αναμνηστικό κύπελλο προς τιμήν του κ. ΚΑΛΦΟΥΝΤΖΟΥ 2 ΝΤΑΝ W.T.F. και του ευχήθηκε καλή επιτυχία στους αγώνες του Πανελληνίου Πρωταθλήματος στις 30 Ιουνίου 1984.

Στο τέλος του μαθήματος ο δάσκαλός μου με ενημέρωσε για θέματα Τάε-κβον-ντο, επίσης είχα πολύ ωραία φιλική συζήτηση με τον κ. ΖΕΜΠΕΚΗ Σταύρο 1 ΝΤΑΝ W.T.F., πολλές φορές πανελληνιονίκη και τον ευχαριστώ για το ενδιαφέρον του.

Εγώ, η Επιτροπή, οι μαθητές μου και ο κόσμος που παρακολούθησε, μέλναμε ενθουσιασμένοι με τον δάσκαλό μου και τους μαυροζωνάδες και μέσω του περιοδικού σας τους ευχαριστούμε.

2. Τον μήνα Μάιο, εγώ προσωπικά μαζί με τον Ειδικό Γραμματέα του Γ.Σ.Β. κ. ΚΑΚΟΥΛΙΔΗ, είχαμε αλληλογραφία και τηλεφωνική επικοινωνία με τους αρμοδίους του ΣΕΓΑΣ. Μέσω του περιοδικού σας ευχαριστούμε θερμά τον κ. ΧΑΤΖΗΑΝΔΡΕΟΥ Πρόεδρο Τεχνικής Επιτροπής Τάε-κβον-ντο ΣΕΓΑΣ (Άλεξανδρού-

πολη) και τον κ. ΒΟΛΑΡΗ 3 ΝΤΑΝ W.T.F. Γραμματέα Τάε-κβον-ντο ΣΕΓΑΣ για το ενδιαφέρον τους για το νέο τμήμα Τάε-κβον-ντο του Συλλόγου μας.

3. Ευχαριστούμε το Διοικητικό Συμβούλιο του Γ.Σ. Βόλου και τον Πρόεδρο κ. Στυλιανό ΠΛΑΣΤΑΡΑ, επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω τον κ. ΚΟΣΜΙΔΗ 2 ΝΤΑΝ Κυόκουσιν-κάι, για τη μέχρι τώρα στάση του. Αντιπροσωπεύουμε στον ίδιο Σύλλογο δυο διαφορετικά αθλήματα και δεν παύουμε να έχουμε φιλικές σχέσεις.

4. Σας δίνω τα ονοματεπώνυμα της Επιτροπής του Τάε-κβον-ντο του Γυμναστικού Συλλόγου Βόλου, προς ενημέρωση των αναγνώστών σας: ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ Δημήτριος (7 ΚΟΥΠ), ΒΑΙΣΜΕΝΟΣ Γεώργιος (Γονεύς), ΚΑΜΠΑΚΑΣ Ηλίας (8 ΚΟΥΠ), ΚΩΦΟΣ Θωμάς (Γονεύς), ΡΟΦΑΕΛΑΣ Κ. (8 ΚΟΥΠ), ΣΤΑΜΑΤΙΟΥ Ιωάν. (8 ΚΟΥΠ), ΓΚΙΚΑΣ Νικόλαος (9 ΚΟΥΠ), ΤΣΑΠΑΔΙΚΟΣ (Γονεύς), και ΠΑΠΠΑΣ Κων/νος (10 ΚΟΥΠ).

Όσοι από τους γονείς ή αθλητές του Τμήματος θέλουν, μπορούν να γίνουν μέλη της Επιτροπής χωρίς απολύτως καμιά διαδικασία.

5. Στις 18/5/84 έγιναν εξετάσεις, παρουσία του Προέδρου του Γ.Σ.Β. κ. Πλαστάρα Στυλιανού, για Μισή Πράσινη Ζώνη, Κίτρινες Ζώνες και Μισές Κίτρινες Ζώνες. Οι αθλητές και οι αθλήτριες διαγωνίστηκαν στο 1ο ΠΟΥΜ-ΣΕ, ΚΕΜΠΟΝ ΠΟΥΜ-ΣΕ, 1η ΜΙΚΡΗ ΚΟΜΠΙΝΑΤΣΟΝ, ΑΥΤΟΑΜΥΝΕΣ, 3πλά ΣΠΑΡΙΚ, ΦΙΛΟΣΟΦΙΕΣ, ΚΟΡΕΑΤΙΚΕΣ ΟΡΟΛΟΓΙΕΣ και ΜΟΝΟΜΑΧΙΕΣ σύμφωνα με τους κανονισμούς τους Τάε-κβον-ντο.

6. Στην φωτογραφία ο Πρόεδρος του Γ.Σ.Β. κ. Πλαστάρας Στυλιανός (δεξιά), (στο μέσον) ο πατέρας του Προπονητή μας κ. ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ Σεραφείμ και θερμός φίλος των πολεμικών τεχνών και (αριστερά) ο Προπονητής ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ Χρήστος, Μαύρη Ζώνη 1 ΝΤΑΝ (W.T.F.) και φυσικά ένα μέρος των Αθλητών και Αθλητριών του Τμήματος W.T.K.D. (Γ.Σ.Β.).

Μετά τιμής

Η ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΤΟΥ (W.T.F.) Γ.Σ.Β.

Ο ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΤΟΥ Γ.Σ.Β.

ΧΡΗΣΤΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΣΟΤΟΚΑΝ ΚΑΡΑΤΕ ΣΤΗΝ ΑΓΓΛΙΑ

Στις 30 Απριλίου μέχρι και 4 Μαΐου έγινε Σεμινάριο Σότοκαν Καράτε στην Αγγλία (στο Κρύσταλ Πάλλας) από τους μεγαλύτερους δασκάλους της JKA στην Ευρώπη κ.κ. KASE, ENOEDA, SHIRAI, TABATA, KAWAZOE, OHTA.

Έλαβαν μέρος πάνω από 300 καρατέκα απ' όλο τον κόσμο. Από Ελληνικής πλευράς συμμετείχαν οι Δ. Καζακέας, Σ. Δροσουλάκης, Γ. Νικόπουλος και Γ. Παναγιωτίδης.

Μεγάλη βάση δόθηκε στα ΚΑΤΑ και ο κάθε δάσκαλος έδειχνε τη δική του ερμηνεία και αντίληψη των τεχνικών. Εκτός από την ωφέλεια από τη διδασκαλία των ίδιων των δασκάλων, το σεμινάριο αυτό ήταν και μια ευκαιρία να προπονηθούμε με καρατέκα ξένων εθνικών ομάδων.

Στο τέλος του σεμιναρίου έγιναν εξετάσεις για ΝΤΑΝ και ΚΙΟΥ. Ο Γ. Νικόπουλος πέρασε 1ο ΝΤΑΝ JKA.

Προσωπικά πιστεύουμε ότι η πείρα από τη συμμετοχή στα διάφορα σεμινάρια μπορεί μόνο να ανεβάσει το καράτε σε κάθε χώρα.

Δ. ΚΑΖΑΚΕΑΣ  
3 ΝΤΑΝ JKA

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΣΟΤΟΚΑΝ ΚΑΡΑΤΕ ΣΤΗ Δ. ΓΕΡΜΑΝΙΑ (ΦΡΑΓΚΦΟΥΡΤΗ)

Το Σάββατο και Κυριακή 5-6 Μαΐου έγινε Σεμινάριο στην Φραγκφούρτη Δ. Γερμανίας από τον κ. ΟΤΣΙ (προπονητή Δ. Γερμανίας), 6 ΝΤΑΝ JKA. Μόλις που προλάβαμε να συμμετάσχουμε γιατί μέχρι την Παρασκευή συμμετείχαμε στο Σεμινάριο της Αγγλίας.

Εκεί εκτός από τον υπογράφοντα παρευρέθηκα και οι Ε. και Δ. Καραμήτσος.

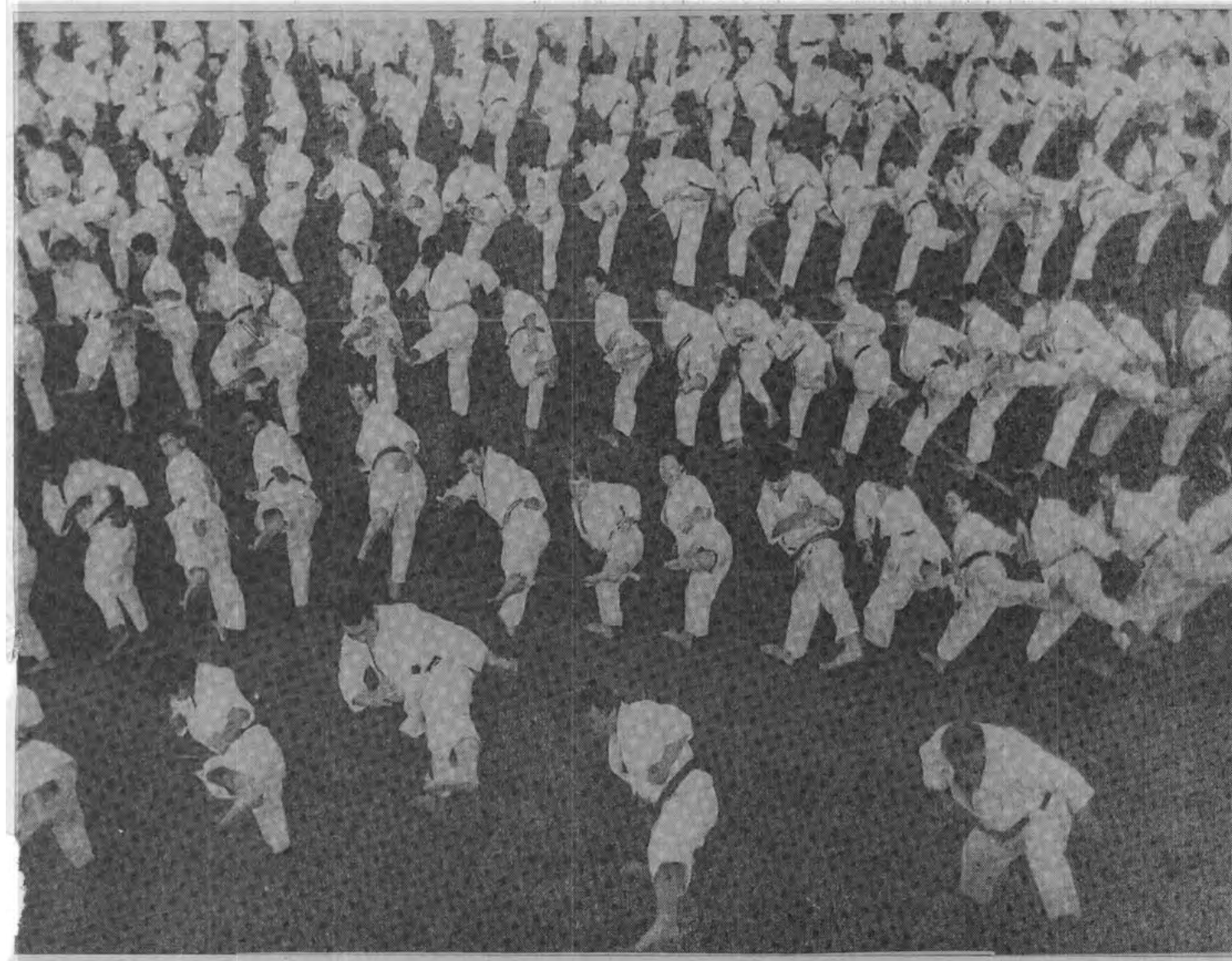
Οπωσδήποτε η πείρα και τελειότητα της τεχνικής του κ. ΟΤΣΙ μας έμαθαν πολλά.

Στο τέλος έγιναν εξετάσεις για ΝΤΑΝ και ΚΙΟΥ και ο Δ. Καραμήτσος (αδελφός του γνωστού πρωταθλητού Ε. Καραμήτσου) πέρασε στο 1ο ΝΤΑΝ JKA.

Προσωπικά εγώ ο Δ. Καζακέας θέλω μέσω του περιοδικού να ευχαριστήσω τα δυο αδέρφια και την οικογένειά τους για τις φροντίδες τους κατά την παραμονή μου στη Γερμανία.

Δ. ΚΑΖΑΚΕΑΣ  
3 ΝΤΑΝ JKA

Από το σεμινάριο Σότοκαν στο Κρύσταλ Πάλλας.





Ο αρχηγός εκπαιδευτής της Γερμανίας κ. Χιντέο Ότσι, 6 νταν της JKA.

Hideo Ochi



Ο παλιός συνεργάτης του ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ Γεράσιμος Αρτινός σε πρόσφατους αγώνες τζούντο στο ΚΟΔΟΚΑΝ για το τέταρτο νταν. Ο Γεράσιμος Αρτινός βρίσκεται αυτές τις μέρες για διακοπές στην Ελλάδα και από το ΔΥΝΑΜΙΚΟ του ευχόμαστε καλές διακοπές.

★ ΓΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΕ ΒΑΡΗ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ ΣΑΣ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ ΤΟ ΣΥΝΘΕΤΟ ΠΟΥ ΤΑ ΚΑΝΕΙ ΟΛΑ

★ ΑΠΟ ΙΣΧΥΡΟ ΣΤΡΑΝΤΖΑΡΙΣΤΟ ΠΟΥ ΜΟΝΟ ΕΜΕΙΣ ΕΧΟΥΜΕ ΣΕ ΜΕΛΕΤΗΜΕΝΟ ΣΧΕΔΙΟ ΠΟΥ ΜΟΝΟ ΕΜΕΙΣ ΞΕΡΟΥΜΕ.

★ ΓΙΑ ΑΘΛΗΤΕΣ 1,60-1,80 μ. και 1,80-2 μ. ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΟ ΚΑΙ ΑΧΤΥΠΗΤΟ (ΓΙΑ ΟΣΟΥΣ ΗΔΗ ΕΧΟΥΝ ΑΓΟΡΑΣΕΙ ΔΙΑΘΕΤΟΥΜΕ ΧΩΡΙΣΤΑ ΤΙΣ ΠΡΟΣΘΗΚΕΣ-ΒΕΛΤΙΩΣΕΙΣ).

★ ΕΝΑ ΠΡΩΤΟΠΟΡΙΑΚΟ ΟΡΓΑΝΟ, ΠΟΥ ΣΤΟΛΙΖΕΙ ΚΙΟΛΑΣ ΔΕΚΑΔΕΣ ΣΠΙΤΙΑ, ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΑΘΛΗΤΗ (ΑΘΗΝΩΝ ΚΑΙ ... ΠΑΣΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ).

- ★ ΤΟ ΦΟΒΕΡΟ ΣΥΝΘΕΤΟ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ
- 1.- Πάγκο οριζόντιο (ρυθμιζόμενοι ορθοστάτες)
  - 2.- Πάγκο επικλινή (με σωστούς ορθοστάτες)
  - 3.- Ορθοστάτες στρεφόμενους σε θέση και ρυθμιζόμενους σε ύψος
  - 4.- Δίζυγο σταθερό και ρυθμιζόμενο
  - 5.- Χρήση ρωμαϊκής καρέκλας
  - 6.- Μαξιλάρι δικεφάλων ρυθμιζόμενο
  - 7.- Όργανο εκτάσεων-διπλώσεων ποδιών

Εκτάσεις αλτήρων στον επικλινή



Γαλλικές Εκτάσεις τρικεφάλων



Πουλ-όβερ με μπάρα



Εκτάσεις τετρακεφάλων

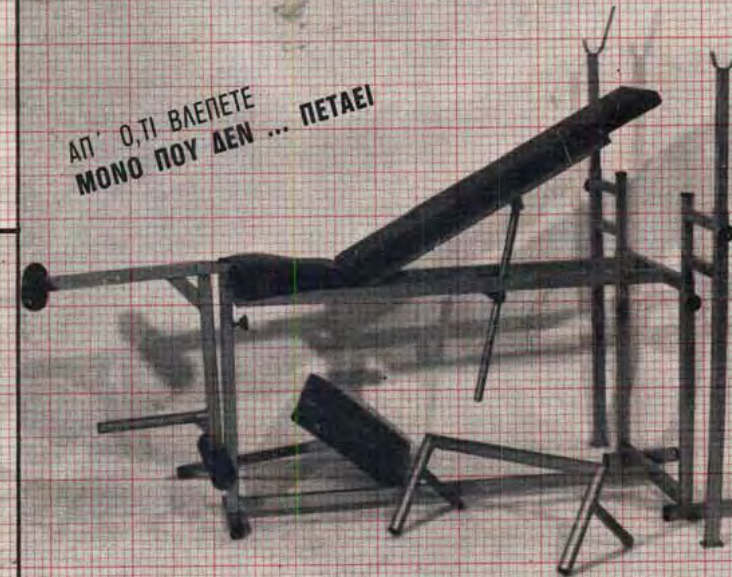


ΤΟ ΦΟΒΕΡΟ ΣΥΝΘΕΤΟ: Και τι δεν κάνεις μ' αυτό!!!

Πιέσεις στον οριζόντιο πάγκο



ΑΠ' ΟΤΙ ΒΛΕΠΕΤΕ ΜΟΝΟ ΠΟΥ ΔΕΝ ... ΠΕΤΑΕΙ



Κάμψεις δικεφάλων ποδιών



Πιέσεις στον επικλινή πάγκο



Κάμψεις δικεφάλων



Εκτάσεις αλτήρων στον οριζόντιο



Βαθιά καθίσματα από ψηλούς ορθοστάτες



Βυθίσεις στο δίζυγο



Εκτάσεις-διπλώσεις ρωμαϊκής καρέκλας

