



Ένας από τους μεγαλύτερους τεννίστες στην Χώρα μας !



Την Τετάρτη 21 Σεπτεμβρίου ο 35χρόνος Ελβετός τεννίστας Roger Federer βρέθηκε στην χώρα μας και μάλιστα λίγα χλμ από το Άργος <<Συνελήφθει>> στην 1η πρωτεύουσα της Ελλάδας, Ναύπλιο, να τρώει σε γνωστή ταβέρνα , με την οικογένειά του και άλλα 18 άτομα . Ο Ελβετός για μια εβδομάδα βρέθηκε στο Πόρτο Χέλι.

Τεννιστικά Νέα

Η Serena Williams απέσυρε τη συμμετοχή της από τα 2 μεγαλύτερα τουρνουά του Asian Swing και τη Wuxian, εξαιτίας του τραυματισμού της στον ώμο. Η Αμερικανίδα στοχεύει να επιστρέψει στην Σιγκαπούρη για το WTA Finals Ο Navak Djokovic δεν διανύει την καλύτερη χρονιά της καριέρας του. Ο νούμερο 1 στην κατάταξη τεννίστας δηλώνει ότι ανυπομονεί να βρει την φρεσκάδα του για το άθλημα. Από την στιγμή που ηττήθηκε στους Ολυμπιακούς αγώνες στο Ρίο 2016 αλλά και στον τελικό του Usopen της Νεάς Υόρκης από τον Σταν Βαβρίνκα, έχει δηλώσει πράγματα που συγκλονίζουν. Ο <<Nole>> παραδέχτηκε ότι από τότε που κατέκτησε το Roland Garros στο Παρίσι δεν έχει το ίδιο ενδιαφέρον για το τέννις .

Πετρίνα Παπουλέση A5 , Μάρα Δελλή A1, Αλέξανδρος Παναγόπουλος A3

Ενόργανη γυμναστική

Ιστορία της ενόργανης



Η ενόργανη γυμναστική γεννήθηκε στις αρχές του 19^{ου} αιώνα στην Γερμανία σε μια εντελώς διαφορετική μορφή από αυτή που εξελίχθηκε στη συνέχεια.

Οι αρχαίοι Έλληνες και αρκετοί άλλοι λαοί ήταν καλοί στην ακροβασία με ή χωρίς όργανα, αλλά και με ζώα (ταυροκαθάψια). Στην κεντρική μεγάλη αυλή των Μινωικών παλατιών λάμβαναν χώρα και ακροβατικές επιδείξεις στο έδαφος, οι οποίες μπορούν να θεωρηθούν ως πρόγονοι των σύγχρονων ασκήσεων εδάφους. Επίσης τα μινωικά ταυροκαθάψια μπορούν να θεωρηθούν ως πρόγονοι του

άλματος, αφού οι διάφορες μορφές των κυβιστήσεων, που εκτελούσαν οι ακροβάτες στηριζόμενοι στα κέρατα του ταύρου, έχουν κινητική συγγένεια.

Η ενόργανη γυμναστική είναι ένα Ολυμπιακό άθλημα που περιλαμβάνει γυμναστικές ακροβατικές ασκήσεις αλλά και στοιχεία χορού με τη χρήση οργάνων.

Σε αγωνιστικό επίπεδο τα όργανα της ενόργανης γυμναστικής:

για τις γυναίκες είναι: άλμα, ασύμμετροι ζυγοί, δοκός, έδαφος.

για τους άνδρες είναι: άλμα, δίζυγο, μονόζυγο, έδαφος, πλάγιος, ίππος, κρίκοι.

Ενόργανη εδάφους

Οι ασκήσεις εδάφους είναι ένα από τα πιο δυναμικά και ενδιαφέροντα γυμναστικά αγωνίσματα. Η μεγάλη ποικιλία και η δυσκολία των ασκήσεων αύξησαν τις απαιτήσεις της τεχνικής και τα ψυχοσωματικά προσόντα του αθλητή.]