



**ΤΜΗΜΑ ΣΤΙΒΟΥ
ΜΕΣΣΗΝΙΑΚΟΣ Γ.Σ.
Ο ΚΛΑΣΙΚΟΣ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ (ΣΤΙΒΟΣ)
ΕΙΝΑΙ ΑΠΟ ΤΑ ΠΙΟ
ΔΙΑΔΕΔΟΜΕΝΑ
ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΣΕ ΟΛΟ
ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ!
ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΚΛΑΣΙΚΟΣ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ**

Ο κλασικός αθλητισμός όμως δεν είναι μόνο τα αγωνίσματα.

Διαπλάθει επίσης χαρακτήρες, διδάσκει την επιμονή, την υπομονή, την ευγενή άμιλλα, δίνει τη χαρά της επιτυχίας, την ικανοποίηση του να γίνεσαι καλύτερος!

Ο ιστορικός Μεσσηνιακός Γ.Σ. δίνει τη δυνατότητα σε όλους να γνωρίσουν από κοντά αυτό το άθλημα.

Μεσσηνιακός Γ.Σ. – Τμήμα Στίβου

Ο Μεσσηνιακός είναι ο αρχαιότερος σύλλογος της Ελλάδας με ιστορία μεγαλύτερη των 122 χρόνων. Ο Σύλλογος ιδρύθηκε το 1888 σαν σωματείο στίβου και συμμετείχε οργανικά στους ολυμπιακούς αγώνες της Αθήνας το 1896. Από τότε μέχρι και σήμερα πολυάριθμες γενιές της Καλαμάτας και της Μεσσηνίας αποτέλεσαν μέρος της ιστορίας του Συλλόγου.

Τη σημερινή εποχή το τμήμα στίβου είναι οργανωμένο σε επιμέρους τμήματα, ανάλογα με τις ηλικιακές κατηγορίες των παιδιών. Έτσι διακρίνεται η αγωνιστική ομάδα που συμμετέχει σε αξιολογημένους από την εθνική ομοσπονδία αγώνες, και η Ακαδημία (μαθητές Α΄-ΣΤ΄ Δημοτικού) είναι το πιο "ζωντανό" κομμάτι του Συλλόγου και τα παιδιά που την απαρτίζουν συμμετέχουν σε πολυάριθμες αθλητικές δραστηριότητες που οργανώνει τόσο ο Μεσσηνιακός όσο και η τοπική ένωση της πανελληνίας ομοσπονδίας στίβου.

Στόχοι Ακαδημίας

Με τη συμμετοχή τους στα προγράμματα της Ακαδημίας, οι νεαροί αθλητές και αθλήτριες έχουν την ευκαιρία να αποκομίσουν πολυάριθμα σωματικά, ψυχικά και πνευματικά οφέλη. Αυτά συνοψίζονται στην άσκηση για την υγεία, στην απόκτηση συνθηκών για άθληση σε πολύχρονη και μόνιμη βάση, στην πρόληψη και καταπολέμηση ασθενειών που σχετίζονται με καρδιαγγειακές παθήσεις και την παχυσαρκία, στη βελτίωση της ψυχικής υγείας και την απόκτηση ψυχικής ευφορίας, στη χαρά και την διασκέδαση μέσω των προπονήσεων, στην ανάπτυξη του αθλητικού ταλέντου, στη συμμετοχή σε πολυάριθμους αγώνες και διοργανώσεις (π.χ. Παπαφλέσσεια), στην υιοθέτηση αρετών (τιμότητα, αγωνιστικότητα, αυτοπεποίθηση κ.α.) οι οποίες θα αποτελέσουν σταθερή αξία σε όλους τους τομείς ενασχόλησης των παιδιών στο υπόλοιπο της ζωής τους.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ

Δευτέρα: 16:00-17:00 Τετάρτη: 16:00-17:00 Παρασκευή: 16:00-17:00 Σάββατο: 10:00-11:00

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

Πήραμε συνέντευξη από ένα προπονητή του Μεσσηνιακού Γ.Σ. τον Άρη

Τριανταφυλλόπουλο.

-Πιστεύετε ότι αθλούνται πολλά παιδιά στις μέρες μας ?

- Γενικώς τα περισσότερα παιδιά δεν αθλούνται, είτε επειδή βαριούνται είτε δίνουν παρά πολύ βάση στο διάβασμα κ.α. Γι αυτούς τους παραπάνω λόγους πολλά παιδιά δεν αθλούνται.

-Γιατί είναι καλό τα παιδιά να αθλούνται ?

- Τα παιδιά είναι καλό να αθλούνται γιατί διαπλάθουν ηθικό χαρακτήρα και γίνονται σωματικά υγιή. Επίσης, ξέρουμε ότι ο αθλητισμός είναι μια μικρογραφία της κοινωνίας. Για όλους αυτούς τους λόγους είναι καλό τα παιδιά να αθλούνται.

-Μπορεί κάποιος να καταλάβει ότι κάποια παιδιά είναι ξεχωριστά και μπορούν να κάνουν πρωταθλητισμό?

-Είναι παρά πολύ δύσκολο να καταλάβουμε από μικρή ηλικία αν το παιδί μπορεί να κάνει πρωταθλητισμό. Πρέπει αργότερα σε πιο μεγάλη ηλικία αν χρειαστεί να κάνει και προπονήσεις.

-Μπορεί ένα παιδί μόνο με το ταλέντο του να κάνει πρωταθλητισμό η χρειάζεται και προπόνηση?

-Ασφαλώς χρειάζεται ένα παιδί να κάνει προπονήσεις, γιατί μόνο με το ταλέντο του δεν μπορεί να κάνει τίποτα .

-Πόσες φορές χρειάζεται ανάλογα με την ηλικία τα παιδιά να κάνουν προπόνηση για να κάνουν πρωταθλητισμό?

-Ανάλογα με την ηλικία. Τα παιδιά που είναι στο δημοτικό χρειάζονται 3-4 φορές προπόνηση, αλλά μετά στο γυμνάσιο χρειάζεται πιο συστηματική προπόνηση, 5-6φορες την εβδομάδα.

Συνέντευξη από τον προπονητή του Μ.Γ.Σ. (στον ΚΩΝΣΤ. ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΠΟΥΛΟ)

Οδηγίες χρήσης για πολλά γέλια

Έχετε προσέξει ποτέ τις οδηγίες χρήσης σε προϊόντα που καθημερινά καταναλώνουμε; Αν όχι, κακώς. Υπάρχουν κάποιες περιπτώσεις που βγάζουν πολύ γέλιο. Πάμε να δούμε μερικές...

Σε σακουλάκι με γαριδάκια:

«Μπορεί να είσαι ο νικητής, δεν είναι απαραίτητη η αγορά του προϊόντος, πληροφορίες εντός».

Σε πιστολάκι για τα μαλλιά:

«Μην το χρησιμοποιείτε κατά την διάρκεια του ύπνου».

Σε σαπούνη ελληνικής παραγωγής:

«Χρησιμοποιήστε το σαν κανονικό σαπούνη».

Σε κατεψυγμένο φαγητό:

«Πρόταση σερβιρίσματος:

Ξεπαγώστε το».

Σε κάλυμμα κεφαλιού για ντους:

«Προσοχή: Χωράει μόνο ένα κεφάλι»

Σε πακέτο με γλυκό τιραμισού (τυπωμένο στον πάτο)

«Μην το αναποδογυρίζετε».

Σε υπνωτικό χάπι:

«Παρενέργειες: Μπορεί να προκαλέσει υπνηλία».

Σε αποκριτική παιδική στολή

Σούπερμαν:

«Φορώντας αυτή τη στολή δε μπορείς να πετάξεις».

Σε πακέτο ξηρών καρπών:

«Οδηγίες: Ανοίξτε το πακέτο, φάτε

τους ξηρούς καρπούς».

Σε κουβέρτα:

«Να μη χρησιμοποιείται για προστασία σε τυφώνες».

Σε καθρέφτη αυτοκινήτου:

«Θυμήσου: Τα αντικείμενα στον

καθρέφτη είναι στην πραγματικότητα πίσω σου».

Στο καπάκι μπουκαλιού με γάλα:

«Αφού ανοιχτεί, κρατήστε το όρθιο».

Σ' ένα σπρέι για έντομα:

«Αυτό το προϊόν δεν έχει δοκιμαστεί σε ζώα».

Σε μερικές βάσεις μπουκαλιών

γνωστού αναψυκτικού:

«Ανοίξτε απ' την άλλη μεριά».

Σε ένα κουτί φιστίκια:

«Προσοχή. Περιέχει φιστίκια».

Σε συσκευασία σιδήρου σιδερώματος:

«Μη σιδερώνετε τα ρούχα ενώ τα φοράτε».



Μόδα δια χειρός Emma Watson

Η Emma Watson θα λανσάρει μία συλλογή σε συνεργασία με την Ιταλίδα σχεδιάστρια Alberta Ferretti.

Μόδα δια χειρός Emma Watson

Η Emma Watson, η Βρετανίδα ηθοποιός που πρωταγωνιστεί εδώ και χρόνια στις ταινίες του "Harry

Potter", έχει γίνει το αγαπημένο παιδί των οίκων μόδας. Η ηθοποιός που από πολύ μικρή έμαθε να ζει μέσα στο star system απέδειξε από τα πρώτα της βήματα στο χώρο ότι διαθέτει άπταιστο fashion sense.

Ο οίκος Burberry δεν άργησε να την κάνει εκπρόσωπό του και να τη βάλει ως πρωταγωνίστρια σε όλες τις τελευταίες διαφημιστικές καμπάνιες του.

Η Emma αν και από τη μία γυρίζει τις τελευταίες ταινίες του Harry Potter και από την άλλη συνεχίζει τις σπουδές της στο Πανεπιστήμιο, βρίσκει χρόνο για ν' ασχοληθεί και με τη μόδα που απ' ό,τι φαίνεται αγαπάει πολύ.

Έτσι η Emma θα λανσάρει μία συλλογή σε συνεργασία με την Ιταλίδα σχεδιάστρια Alberta Ferretti. Το μόνο που γνωρίζουμε προς το παρόν είναι πως η συλλογή θα δημιουργηθεί αποκλειστικά από οργανικά υφάσματα.

Νεανική, οργανική και καινούρια πρόταση...