

Η ΦΩΤΟ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ



Πολεμικές τέχνες γένους θηλυκού..

Η Βικτώρια Πράσουλα και η Σταυρούλα Παπαδοπούλου, εκπαιδεύονται στο Zeus International Martial Arts Academy για να σας ...υποτάξουν με στυλ Jiu Jitsu. Το Jiu Jitsu, είναι μια πολεμική τέχνη που επικεντρώνεται στην πάλη με σκοπό την εδραίωση μια κυρίαρχης θέσης από την οποία μπορεί να προκληθεί η υποταγή του αντιπάλου. Σκοπός του αθλήματος είναι ο ασκούμενος να καταβάλει τον αντίπαλό του και στη συνέχεια να τον κάνει να παραδοθεί και όχι να τον τραυματίσει. Βασική αρχή της συγκεκριμένης πολεμικής τέχνης, όπως και όλων των υπολοίπων εξάλλου, είναι ότι ακόμη και ένας μικρόσωμος άνθρωπος μπορεί να αμυνθεί όταν δεχθεί επίθεση από έναν πιο δυνατό και σωματώδη αντίπαλο. Αυτός είναι και ο λόγος που η πάλη διεξάγεται στο έδαφος, όπου είναι δυνατόν να υπερισχύσει ένας πιο ελαφρύς αντίπαλος, εάν εφαρμόσει τις κατάλληλες τεχνικές και κλειδώματα στον αντίπαλό του. Μπορεί να διδαχθεί και ως τεχνική αυτοάμυνας. Αποτελεί έναν ιδανικό τρόπο εκγύμνασης, ενώ παράλληλα είναι πολύ δυναμικό και μαχητικό άθλημα.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

ΕΟΡΤΟΛΟΓΙΟ

Σήμερα Μεγάλη Τετάρτη
Της αλειψάσης τον Κύριον μύρω
Αύριο Μεγάλη Πέμπτη
Ο Μυστικός Δείπνος

Ο ΚΑΙΡΟΣ

Η μετεωρολογική υπηρεσία προβλέπει για σήμερα στο Σίδνεϊ τοπικές νεφώσεις και πιθανότητα βροχών, με την θερμοκρασία από 13°C - 23°C

ΕΛ. ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΣΙΔΝΕΪ-ΚΑΜΠΕΡΑ

Ιερά Αρχιεπισκοπή: 02 9690 6100
Ελληνική Κοινότητα: 02 9740 6022
Κυπριακή Κοινότητα: 02 9557 1256
Ελληνική Πρεσβεία: 02 6273 3011
Κυπριακή Πρεσβεία: 02 6281 0832
Ελληνικό Προξενείο: 02 9284 5500
fax: 02 9264 6135
email: grgencon.sid@mfa.gr
Γραφείο Τύπου: 02 9267 0966
email: grpressbureau@tpg.com.au
Γραφείο Εκπαίδευσης: 02 9283 3800
ΣΑΕ Ωκεανίας: 02 9558 3744
Γραφείο EOT: 02 9241 1663



Βρέθηκε ζωντανό το 11χρονο αγόρι που είχε χαθεί την Μεγάλη Παρασκευή

Ο 11χρονος Λούκας Σάμπρουκ που είναι αυτιστικός και είχε εξαφανιστεί από την Μεγάλη Παρασκευή την περασμένη εβδομάδα, βρέθηκε σύμφωνα με την αστυνομία λίγο πριν το μεσημέρι της χθεσινής μέρας στο Skyline Road. Ένα ελικόπτερο της αστυνομίας κατάφερε να εντοπίσει τον Λούκας που περιφερόταν στην περιοχή αλλά η ακριβής κατάσταση της υγείας του δεν είχε εξακριβωθεί μέχρι χθές. "Έχουμε περιορισμένες πληροφορίες σχετικά με τις λεπτομέρειες από την περιπλάνηση του αλλά και την κατάσταση του", ανέφερε ο εκπρόσωπος της αστυνομίας.

Άνοδο σημείωσαν οι λιανικές πωλήσεις τον Φεβρουάριο

Τα επίσημα στοιχεία των λιανικών πωλήσεων διέψευσαν τις προβλέψεις, καθώς οι πωλήσεις σημείωσαν αύξηση κατά 0,7 τοις εκατό το Φεβρουάριο. Το λιανικό εμπόριο τροφίμων είχε ένα σαφώς καλό μήνα, με αύξηση των πωλήσεων μέχρι 1,2 τοις εκατό συνολικά, και όλα τα επιμέρους τμήματα να σημειώνουν, επίσης, σταθερή αύξηση των πωλήσεων. Αλλά και τα Ηλεκτρικά και ηλεκτρονικά αγαθά λιανικής πώλησης σημείωσαν μεγάλες αυξήσεις στις πωλήσεις, μέχρι και 2,6 τοις εκατό, ενώ ακολουθούν φαρμακευτικά προϊόντα, καλλυντικά, προϊόντα περιποίησης, εφημερίδες και βιβλία. Ωστόσο, υποδήματα και αξεσουάρ σημείωσαν μείωση στις πωλήσεις. Μείωση είχαμε και στις πωλήσεις ενδυμάτων καθώς τα πολυκαταστήματα υπέστησαν πώση 3,2 τοις εκατό πώση στον κύκλο εργασιών.



Το ABS είπε ότι οι πωλήσεις αυξήθηκαν περισσότερο στη Βόρεια Επικράτεια (2,3 τοις εκατό), και στη Νότια Αυστραλία 1,7 τοις εκατό. Οι πωλήσεις στην Βικτώρια αυξήθηκαν 0,8 τοις εκατό, ενώ στη Νέα Νότια Ουαλία, Δυτική Αυστραλία και την Τασμανία αυξήθηκε περίπου κατά τον εθνικό μέσο όρο.

DelphiBank

- 149 Forest Rd, Hurstville, Tel: 8567 1111
- 204 Burwood Rd, Burwood, Tel: 9745 0400
- 192 B Maroubra Rd, Maroubra, Tel: 8347 7100
- 276 Marrickville Rd, Marrickville, Tel: 8226 5888

ΣΑΣ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ ΤΙΣ ΤΙΜΕΣ ΣΥΝΑΛΛΑΓΜΑΤΟΣ

COUNTRY	CURRENCY	ABBREVIATION	BANK BUYS	BANK SELLS
United States	Dollar	USD	0.7905	0.7321
Europe	Euro	EUR	0.7436	0.6638
United Kingdom	Pound	GBP	0.5410	0.4880

Ο ΚΟΣΜΟΣ

~ΤΗΣ ΤΡΙΤΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ~

ΚΑΘΕ ΤΡΙΤΗ, ΤΕΤΑΡΤΗ ΚΑΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
Shop 7/5 Belgrave St, Kogarah, NSW 2217
ABN: 69 145 864 071
Phone: (02) 9553 6955, Fax: 9553 6944
www.kosmos.com.au
• e-mail: kosmos@kosmos.com.au
PUBLISHER HELLENIC NEWS PTY LTD
ΕΚΔΟΤΗΣ
Σπύρος Χαραλάμπους
ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ
Γιώργος Χατζηβασιλίδης
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ
Γιάννης Δραμιτινός
ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΓΡΑΦΕΙΟΥ
Άννα Αρσένη
ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΟΙ
Χρήστος Μπελέρμας, Γιώργος Χατζηβασιλίδης, Γιάννης Δραμιτινός, Γιώργος Αθανασιάδης, Γρηγόρης Χρονόπουλος, Αντώνης Αρματζής, Δρ Βασίλης Αδραχτάς, Κώστας Καραμάρκος, Νίκη Καλτσόγια, Δέσποινα Μπαχά
ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΞΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ
Γιώργος Σταυρουλάκης - sportseditor@gmail.com
ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΟ
Βασιλική Τομαρά - sales@kosmos.com.au
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ
Σπύρος Μαντζούκης
ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΕΛΙΔΩΝ
Μάνος Αρμενάκης
ΤΕΧΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ
Γιάννης Γεωργιάδης
PRINTED BY Spotpress
WEBSITE Platyrhahos Publishing