

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ



Πανεπιστήμιο
Κύπρου

Γραφείο Τύπου και
Δημοσίων Σχέσεων
Τομέας Προώθησης και
Προβολής

Τηλέφωνο: 22894304
Ηλ. Διεύθυνση: prinfo@ucy.ac.cy
Ιστοσελίδα: www.ucy.ac.cy/pr

Επιμέλεια συνέντευξης: Χριστίνα Παπαπολυβίου*

6 Απριλίου 2021

ΝΑΤΑΛΙΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΔΟΥ: Η ΠΟΡΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ

«Η συμμετοχή στην Ολυμπιάδα του Τόκιο είναι η μεγαλύτερη πρόκληση για μένα»

Η πρωταθλήτρια Ναταλία Ευαγγελίδου είναι απόφοιτη του Τμήματος Κλασικών Σπουδών και Φιλοσοφίας του Πανεπιστημίου Κύπρου και ασχολείται επαγγελματικά με τον στίβο από το 2013. Η ιδιαίτερη συνθήκη της πανδημίας δεν την έχει πτοήσει καθόλου παρά τις πρακτικές δυσκολίες και τις προκλήσεις που καλούνται να αντιμετωπίσουν όλοι/ες οι αθλητές/τριες λόγω των περιοριστικών μέτρων. Συνεχίζει συστηματικά και μεθοδικά την προσπάθειά της για να φτάσει στην πολυπόθητη κατάκτηση, να λάβει μέρος στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο 2021.



2018 Gold Coast Commonwealth Games, Australia
2018 Κοινοπολιτειακοί Αγώνες, Χρυσή Ακτί, Αυστραλία

Free Editorial Rights Only
© Selene Alexia
www.selenealexia.com

1. Τι σε ώθησε να ξεκινήσεις να ασχολείσαι με τον αθλητισμό και πώς έφτασες εδώ που είσαι σήμερα;

Είμαι πρωταθλήτρια στίβου στα 800 και 1500 μέτρα. Η ενασχόλησή μου με τον αθλητισμό ξεκίνησε από τις Ακαδημίες του ΓΣΠ όταν ήμουν 10 χρονών μετά από παρότρυνση του πατέρα μου. Σε ηλικία 14 χρονών εντάχθηκα στο γκρουπ του κ. Σπύρου Σπύρου, υπό την καθοδήγηση του οποίου κατόρθωσα να φτάσω σε αρκετά ψηλό αγωνιστικό επίπεδο και να εκπροσωπήσω την Κύπρο σε διεθνείς διοργανώσεις. Από το 2013, αφότου ολοκλήρωσα τις σπουδές μου στο τμήμα Κλασικών Σπουδών και Φιλοσοφίας του Πανεπιστημίου Κύπρου, ασχολούμαι επαγγελματικά με το άθλημα. Το 2015 κατέρριψα για πρώτη φορά το παγκύπριο ρεκόρ στα 800 μέτρα και την επόμενη χρονιά στα 1500 μέτρα. Εδώ και 2,5 χρόνια ζω και προπονούμαι στην Ελβετία, υπό την επίβλεψη του Louis Heyer, με στόχο να κάνω το όνειρό μου πραγματικότητα και να βρεθώ στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο 2021.

2. Η πανδημία επηρέασε πολύ τον τομέα του αθλητισμού. Τι σημαίνει για έναν/μία αθλητή/τρια το "κλείσιμο" του αθλητισμού; Πώς το αντιμετωπίσες/αντιμετωπίζεις εσύ; Θα πάμε στο Τόκιο;

Η πανδημία επηρέασε σε μεγάλο βαθμό τον αθλητισμό και έβγαλε όλους/ες τους/τις αθλητές/τριες εκτός προγράμματος. Αγώνες ακυρώνονταν ο ένας μετά τον άλλο, με αποκορύφωμα την αναβολή των Ολυμπιακών Αγώνων για δεύτερη φορά στην ιστορία τους (η πρώτη ματαίωση έγινε το 1940 λόγω του πολέμου!). Τα στάδια έκλεισαν για μεγάλο χρονικό διάστημα, πράγμα που δυσκόλεψε την προετοιμασία μας. Έπρεπε να βρούμε εναλλακτικούς τρόπους προπόνησης, ώστε να μείνουμε ενεργοί/ές και να μη χάσουμε το ενδιαφέρον και την όρεξή μας. Είναι δύσκολο για έναν/μία αθλητή/τρια να προπονείται χωρίς



να έχει έναν αγώνα-στόχο. Ο αγώνας είναι το κίνητρό σου, αυτό που σε κάνει να οραματίζεσαι και να δίνεις καθημερινά τον καλύτερό σου εαυτό.



Δρόμοι, χωράφια και πάρκα έγιναν οι νέοι χώροι προπόνησης. Αναγκαστήκαμε να αλλάξουμε το προπονητικό μου πλάνο και να προσαρμοστούμε στα νέα δεδομένα. Πέρασα τρεις μήνες μακριά από τον προπονητή και τους συναθλητές/τριες μου, καθώς δεν μπορούσα να ταξιδέψω στην Ελβετία. Παρά τις ανησυχίες μου, έμεινα αφοσιωμένη στην προπόνηση και δεν έχασα ούτε μια μέρα. Προσπάθησα να δω την κατάσταση από τη θετική της πλευρά. Εκμεταλλεύτηκα αυτή την περίοδο για να βελτιώσω κάποιες αδυναμίες μου και να χτίσω μια καλή χιλιομετρική βάση. Η φύση του αγωνίσματός μου είναι τέτοια, που μου επέτρεπε να βγάζω τον όγκο προπόνησης παρά τις διαφοροποιήσεις που κάναμε. Σκεπτόμενη πως ό,τι χτίζω τώρα θα με βοηθήσει στο μέλλον, κατόρθωσα να κρατήσω το ενδιαφέρον μου αμείωτο. Η οικογένειά μου ήταν και είναι συνεχώς δίπλα μου. Χωρίς τη συμπαράστασή της όλα θα ήταν δυσκολότερα.

Η συμμετοχή στην Ολυμπιάδα του Τόκιο είναι η μεγαλύτερη πρόκληση για μένα. Κάθε μέρα που περνά νιώθω ότι βρίσκομαι ένα βήμα πιο κοντά στην εκπλήρωση του στόχου μου. Βλέπω τον εαυτό μου στη γραμμή εκκίνησης ανάμεσα στις καλύτερες αθλήτριες στον κόσμο. Αυτή η εικόνα είναι αποτυπωμένη στο μυαλό μου και νιώθω πιο έτοιμη από ποτέ!

3. Τον Ιανουάριο ξεκίνησε το #metoo στην Ελλάδα μετά από την εξομολόγηση χρυσής Ολυμπιονίκη και σειρά άλλων καταγγελιών για τον αθλητικό χώρο. Είσαι χρόνια αθλήτρια, ένιωσες ποτέ φόβο ή ανασφάλεια;

Αισθάνομαι τυχερή επειδή μεγάλωσα σε ένα υγιές περιβάλλον περιτριγυρισμένη από αγνούς ανθρώπους που μου μετέδωσαν την αγάπη τους για τον αθλητισμό και με εφοδίασαν με αξίες και ιδανικά που με συγκρότησαν ως προσωπικότητα. Δεν ένιωσα ποτέ φόβο ή ανασφάλεια όλα αυτά τα χρόνια. Με σοκάρει και με στενοχωρεί το γεγονός ότι υπάρχουν αθλήτριες εκεί έξω που έχουν κακοποιηθεί ψυχικά, πνευματικά ή σωματικά. Τις θαυμάζω που τόλμησαν να καταθέσουν την ιστορία τους με ειλικρίνεια και ελευθερία. Πρόσφατα είδα μια ταινία με θέμα τη σεξουαλική κακοποίηση αθλητριών της ενόργανης γυμναστικής της Αμερικής από τον γιατρό της ολυμπιακής ομάδας. Συνειδητοποίησα πόσο μεγάλο ψυχικό σθένος και θάρρος χρειάζεται να έχεις για να μιλήσεις ανοιχτά για τέτοιου είδους βιώματα. Για αυτό και ευχαριστώ όλες αυτές τις γυναίκες που έσπασαν τη σιωπή τους. Όλοι/ες οφείλουμε να τις ευχαριστούμε. Οι ιστορίες τους είναι «φως» και πρέπει να μας εμπνεύσουν και να μας αφυπνίσουν. Εύχομαι να γίνει αυτό η αφετηρία, ώστε και άλλες γυναίκες, πέρα από τον χώρο του αθλητισμού, να βρουν το πλαίσιο υποστήριξης να ξεσκεπάσουν τι πραγματικά συμβαίνει γύρω μας. Έχουμε ευθύνη για το πώς θα μεγαλώσουν οι επόμενες γενιές. Ήρθε η στιγμή να απαλλαχθεί η κοινωνία μας από ταμπέλες και στερεότυπα και να κατανοήσουμε ότι κάθε άνθρωπος, ανεξαρτήτως φύλου, χρώματος ή σεξουαλικής προτίμησης, είναι σημαντικός και αξίζει σεβασμό.



4. Τι θα συμβούλευες μια νέα ή έναν νέο που προσπαθούν να συνδυάσουν τις σπουδές τους με τον πρωταθλητισμό;

Ο συνδυασμός σπουδών και πρωταθλητισμού είναι δύσκολος, όχι όμως ακατόρθωτος. Συνδύασα τις σπουδές και την προπόνηση για επτά χρόνια και γνωρίζω πολλούς/ές πρωταθλητές/τριες που διέπρεψαν και στους δύο τομείς. Κοιτάζοντας τώρα πίσω μπορώ να πω ότι το ένα κομμάτι βοηθούσε και συμπλήρωνε το άλλο. Πιστεύω πως είναι θέμα ισορροπίας και μεθοδικότητας. Θα τους/τις συμβούλευα λοιπόν να είναι οργανωμένοι/ες και υπομονετικοί/ές. Όταν υπάρχει θέληση, όλα γίνονται!

Στέλνοντας όλη τη θετική μας ενέργεια, να ευχηθούμε στη Ναταλία καλή επιτυχία! Είμαι σίγουρη πως θα συνεχίσει να υπηρετεί αυτό που αγαπά με το ίδιο πάθος, τη στοχοπροσήλωση και τη δύναμη ψυχής της και θα αποτελεί πρότυπο αθλήτριας και πηγή έμπνευσης για κάθε κορίτσι και γυναίκα που διεκδικεί με καθημερινές προσωπικές θυσίες μία θέση στο όνειρο. Πάμε δυνατά για Τόκυο!

Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες και να μαθαίνετε νέα για τη Ναταλία στην ιστοσελίδα της <https://www.nataliaevangelidou.com/> αλλά και στο <https://www.trackfieldcy.com/>.

***Χριστίνα Παπαπολυβίου
Ειδική Επιστήμονας Υποστήριξης Έργου
Γραφείο Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων, Πανεπιστήμιο Κύπρου**