

**ΚΑΡΟΛΙΝΑ ΠΕΛΕΝΔΡΙΤΟΥ**

Σε εντυπωσιάζει με την ωριμότητα και την ομορφιά της. Η πίκρα δεν λέει να φύγει από την ψυχή της, παρά τα δυο χρυσά μετάλλια στους παραολυμπιακούς. Η Καρολίνα Πελενδρίτου ωρίμασε νωρίς. Από τη μια το πρόβλημα υγείας και από την άλλη ο αγώνας για δικαίωση των αθλητών των παραολυμπιακών από την Κυπριακή Πολιτεία.



# Η Κύπρια πριγκίπισσα της πισίνας

> «Κέρδισα πολλά κι απ' όσους κατάφεραν να με βγάλουν από το δρόμο μου»

ΤΗΣ ΑΝΤΙΓΟΝΗΣ ΣΟΛΩΜΩΝΙΔΟΥ ΔΡΟΥΣΙΩΤΟΥ

**Ε**χει άλλη αίσθηση το χρυσό σε μια δεύτερη Ολυμπιάδα; Ναι, η δεύτερη φορά ήταν πολύ ξεχωριστή διότι δεν είναι εύκολο σε δυο συνεχόμενες ολυμπιάδες να κατακτήσεις χρυσό μετάλλιο. Όταν ήμουν στο βόθρο ένιωθα πολύ πιο περήφανη και συγκινημένη από την Αθήνα.

**Ποια ήταν η πιο ωραία στιγμή;** Η στιγμή που άκουσα τον εθνικό ύμνο, αλλά όλη η διαδικασία ήταν κάτι πολύ ξεχωριστό.

**Η πιο δύσκολη στιγμή;** Το δύσκολο είναι μέσα στο δωμάτιο πριν να βγούμε για τους αγώνες, όπου όλοι οι αθλητές έχουν το άγχος της κούρασης. Είχα όμως δουλέψει πάρα πολύ τον ψυχολογικό τομέα με την αθλητική ψυχολόγο Μαρία Ψυχουτάκη και κατάφερα όταν πήγα στο Πεκίνο να είμαι αρκετά ψύχραιμη.

**Μέσα στην πισίνα πώς ξέρεις σε ποια θέση είσαι;** Στο Πεκίνο ήμουν τόσο συγκεντρωμένη στον εαυτό μου που ήταν η πρώτη φορά που δεν ένιωθα τις άλλες δίπλα μου. Πάλεψα με τον εαυτό μου και τα κατάφερα.

**Πότε κατάλαβες ότι ήσουν πρώτη;** Όταν τερμάτισα άκουσα τα χειροκροτήματα και μετά τον εκφωνητή να λέει το όνομά μου. Τότε χαμογέλασα.

**Από πού αντλεις όλη αυτή τη δύναμη;** Από τη θέληση που όλοι κρύβουμε μέσα μας, απλά έρχεται μια δεδομένη στιγμή που μας δίνει το κίνητρο να την βγάλουμε προς τα έξω.

**Ο δρόμος προς την κορυφή ήταν δύσκολος;** Η λέξη δύσκολος είναι πολύ απλή για όσα πέρασα. Ο δρόμος ήταν πολύ βαρύς ειδικά μετά το 2004 που είχα πάρει το πρώτο χρυσό μετάλλιο. Για να φτάσεις κάπου κάνεις κάποιες θυσίες, για να πας από εκεί που πάνω ήταν πολύ περισσότερες οι δυσκολίες ακόμα και αγωνιστικά. Όταν επιλέξεις τον πρωταθλητισμό πρέπει να τον υπηρετείς.

**Πότε τον επέλεξε;** Πηγαίνοντας μικρή στους πρώτους μου αγώνες και κερδίζοντας χρυσό μετάλλιο μπήκα στους ρυθμούς της πρωτιάς. Βέβαια πάντα ήθελα να είμαι πρώτη σε όλα, στο σχολείο, ακόμα και όταν έπαιξα με τα αδελφία μου επιτραπέζια παικνίδα δεν μπορούσα να χάσω. Νομίζω ότι είναι θέμα χαρακτήρα.

**Σε τι ηλικία μπήκε ο στόχος σου σε ολυμπιάδα;** Όταν το 2001 εντάχθηκα στην παραολυμπιακή ομοσπονδία, διότι μέχρι τότε λάμβανα μέρος με αρτιμελείς αθλητές. Πήγα στους πρώτους μου αγώνες το 2002 στους κοινοπολιτειακούς και από τότε είχα βάλει στόχο την ολυμπιάδα της Αθήνας.

**Ο δρόμος... ήθελε πάρα πολλές θυσίες.**

**Δεν έζησες την εφηβεία, τις νεανικές παρτές;** Όχι, διότι το κολύμπι θέλει πολλές ώρες καθημερινής προπόνησης, γυμναστήριο, θεραπείες, διατροφολόγο, κ.λπ., δεν μπορείς να πάρεις χρυσό μετάλλιο αν δεν έχεις μια ομάδα ειδικών να δουλεύει μαζί σου.

**Καταλαβαίνεις πότε ένα πρόγραμμα σε βοηθά και πότε όχι;** Ναι, το 2004 πηγαίνοντας στην Αθήνα άλλαξα προπονητή, πήγα στον Γιάννη Αλεξάκη και στην αρχή δεν τον εμπιστευόμουν. Ήμουν εννιά χρόνια με τον Τάσο Χρυσάνθου, συνήθισα με έναν άλλο τρόπο προπόνησης και όταν μου τον άλλαξαν δεν προσαρμόστηκα εύκολα. Μου πήρε δυο χρόνια για να εμπιστευτώ τον προπονητή μου.

**Δύσκολα εμπιστεύεσαι τους ανθρώπους;** Ναι, διότι πολύ νωρίς απογοητεύτηκα από ανθρώπους.



## «Το ταλέντο γεννιέται αλλά ο πρωταθλητής γίνεται»

**Τις ατέλειωτες ώρες στην πισίνα τι σκέψεις περνούν στο μυαλό σου;** Όταν ήταν κοντά οι αγώνες σκεφτόμουν την επιτυχία. Όμως δεν είχα κάθε μέρα όρεξη, νύσταζα, κρύωνα, ήμουν κουρασμένη αλλά έπρεπε να πηγαίνω προπόνηση. Πέρασα περιόδους άσκησης που μπορούσε για ένα μήνα να μην πηγαίνα καλά, αλλά πάντα κάτι γινόταν και αποκτούσα δυναμίες.

**Ποιος είναι ο καλός κολυμβητής;** Το ταλέντο από μόνο του σε παίρνει μέχρι ενός σημείου, μετά χρειάζεται προπόνηση, αφοσίωση, σκληρή δουλειά και θυσίες. Μικρή δεν ήμουν ιδιαίτερα της προπόνησης, κολυμπούσα αγώνες και ερχόμουν πρώτη με το ταλέντο μου, αλλά σε κάποια φάση άρχισα να πέφτουν οι επιδόσεις μου και τότε βρήκαμε τον Έλληνα διατροφολόγο Γιώργο Λέον, μια ομάδα επιστημονικής στήριξης που με βοήθησε να προχωρήσω. Το ταλέντο γεννιέται αλλά ο πρωταθλητής γίνεται.

**Το μυαλό, η ψυχή ή το σώμα κάνει τη διαφορά;** Εγώ νομίζω ότι είναι το μυαλό που προτρέπει το σώμα.

**Είδες τον Φελix;** Ναι, είναι ένας αθλητής που συνδυάζει τα πάντα.

**Τρώει πόσα αβγά, μακαρονάδες, πίτσες... νομίζω ότι όλα αυτά είναι υπερβολές.** Ένας γιατρός είπε ότι αν έτρωγε όλα αυτά θα πάθαινε από την καρδιά του. Όλα πρέπει να έχουν ένα μέτρο.

**Τις ατέλειωτες ώρες στην πισίνα τι σκέψεις περνούν στο μυαλό σου;** Όταν ήταν κοντά οι αγώνες σκεφτόμουν την επιτυχία. Όμως δεν είχα κάθε μέρα όρεξη, νύσταζα, κρύωνα, ήμουν κουρασμένη αλλά έπρεπε να πηγαίνω προπόνηση. Πέρασα περιόδους άσκησης που μπορούσε για ένα μήνα να μην πηγαίνα καλά, αλλά πάντα κάτι γινόταν και αποκτούσα δυναμίες.

**Ποιος είναι ο καλός κολυμβητής;** Το ταλέντο από μόνο του σε παίρνει μέχρι ενός σημείου, μετά χρειάζεται προπόνηση, αφοσίωση, σκληρή δουλειά και θυσίες. Μικρή δεν ήμουν ιδιαίτερα της προπόνησης, κολυμπούσα αγώνες και ερχόμουν πρώτη με το ταλέντο μου, αλλά σε κάποια φάση άρχισα να πέφτουν οι επιδόσεις μου και τότε βρήκαμε τον Έλληνα διατροφολόγο Γιώργο Λέον, μια ομάδα επιστημονικής στήριξης που με βοήθησε να προχωρήσω. Το ταλέντο γεννιέται αλλά ο πρωταθλητής γίνεται.

**Το μυαλό, η ψυχή ή το σώμα κάνει τη διαφορά;** Εγώ νομίζω ότι είναι το μυαλό που προτρέπει το σώμα.

**Είδες τον Φελix;** Ναι, είναι ένας αθλητής που συνδυάζει τα πάντα.

**Τρώει πόσα αβγά, μακαρονάδες, πίτσες... νομίζω ότι όλα αυτά είναι υπερβολές.** Ένας γιατρός είπε ότι αν έτρωγε όλα αυτά θα πάθαινε από την καρδιά του. Όλα πρέπει να έχουν ένα μέτρο.

**Ποια ήταν η πιο δύσκολη στιγμή της καριέρας σου;** Ήταν πιο πολλές οι δυσκολίες από τις καλές που κέρτισαν λεπτά και δευτερόλεπτα. Κέρδισα όμως πολλά και από όλους όσους προσπάθησαν να με βγάλουν από το δρόμο μου.

**«Τίποτα δεν γίνεται τυχαία, όλα γίνονται για κάποιο λόγο» είπες, μια κούραση που περμιένας να ακούσεις από έναν άνθρωπο που βρίσκεται στο τέλος της ζωής, όχι στο ξεκίνημα.** Ναι, οι εμπειρίες της υγείας και του αθλητισμού με έκαναν σοφότερη. Όταν είσαι εννιά χρονών και ξαφνικά δεν βλέπεις τον κόσμο γύρω σου, με το δικό μου χαρακτήρα περνάς πάρα πολλά δύσκολα. Δεν ήθελα να με λυπούνται και έπρεπε να προσπαθώ χίλιες φορές για να καταφέρω να είμαι πρώτη. Μπορούσε να γύριζα σπίτι από την προπόνηση στις δώδεκα και καθόμουν να διαβάσω. Θέλω να ευχαριστήσω τη μητέρα μου Έλενα που ήταν δίπλα μου όλα αυτά τα χρόνια διότι χωρίς αυτή θα ήταν αδύνατο να τα κάνω όλα αυτά.

**Πώς προέκυψε η ενόργανη γυμναστική;** Επειδή ήμουν πολύ ανήσυχος παιδί γεμάτο ενέργεια, πειράζα τη μεγαλύτερη μου αδελφή αλλά και τον μικρότερό μου αδελφό, με πήραν έξι χρονών για να γυμναζόμαι και να κουράζομαι. Στο σχολείο ξεκίνησα το στίβο, πήγα σε παγκόσμιας 100 μέτρα, μήκος, εμπόδια. Τελικά με κέρδισε το κολύμπι.

## «Θέλω να προσφέρω στην κοινωνία»

**Πώς βρέθηκες στην Αθήνα;** Μετά το 2004 πήγα για σπουδές στην Αθήνα. Είχα πάρει θέση στη Γυμναστική Ακαδημία, αλλά δεν μου άρεσε. Πήρα υποτροφία στο Κολέγιο New York. Ίσως ασχοληθώ με τηλεόραση και ραδιοφωνία.

**Αθλητικογράφος;** Όχι, δεν θέλω να ασχοληθώ με τον αθλητισμό, διότι κουράστηκα πάρα πολύ ψυχολογικά τόσα χρόνια και θέλω να κάνω κάτι για να προσφέρω στην κοινωνία.

**Η προετοιμασία στην Ελλάδα γίνεται μέσα από μια διακρατική συμφωνία;** Ναι, διότι τα έξοδα είναι πάρα πολλά και έπρεπε να γίνει αυτή η συμφωνία για να καλύπτονται κάποια έξοδα.

**Έχεις μια πίκρα;** Δυστυχώς ναι. Νιώθω αδικημένη από αυτή την κατάσταση.

**Αν έλθει η δικαίωση από το Ευρωπαϊκό Δικαστήριο;** Δεν θέλω να περιμένω το Ευρωπαϊκό Δικαστήριο, νομίζω ότι είναι κρίμα και για την Κύπρο και για μένα.

**Πώς είναι η ζωή σου στην Αθήνα;** Πολύ αναρχική... Ξυπνώ κατά τις επτά και ετοιμάζομαι για πάω προπόνηση, μετά σπίτι, μεσημεριανό, ύπνος, ξανά προπόνηση, γυμναστήριο, μασάζ, φυσιοθεραπείες. Κοιμώμαι στις δέκα το βράδυ.

**Τι στερείσαι από φαγητό;** Τα γλυκά, μπορεί να μη φάω

φαί αλλά όχι γλυκά.

**Έξω βγαίνεις;** Όχι. Κάθε Δευτέρα λέω το Σάββατο θα βγω και κάθε Σάββατο είμαι τόσο κουρασμένη που μένω σπίτι.

**Πότε διασκεδάζεις;** Δεν ξέρω... Βγήκα έξω στην Κίνα μετά τους αγώνες, πριν την Κίνα είχα βγει έξω τον προηγούμενο Δεκέμβριο.

**Η επόμενη έκδοσή σου θα είναι παραμονές πρωτοχρονιάς;** γελά...

**Στην Αθήνα έχεις μόνιμη;** Ναι και ταλαιπωρήθηκα πάρα πολύ.

**Η μουσική... με πρεμεί και ακούω τα πάντα ανάλογα με τη διάθεσή μου.**

**Ο έρωτας... πίνε μόνιμα διακοπές (γελά)... τον περιμένω να γυρίσει.**

**Τα ταξίδια σου αρέσουν;** Με κούρασαν.

**Τα ψώνια;** Όχι, τα λατρεύω. Από μικρή ήθελα να συνδυάζω τα ρούχα μου, να είμαι περιποιημένη. Το πρώτο στις οκτώ που όλα πάω προπόνηση περπατώ να ντυθώ καλά, να κτενιστώ, κ.λπ.

**Τι σε δίδαξε ο πρωταθλητισμός;** Να είμαι συνεπής, υπάκουη, έμαθα να είμαι ευγενική, πήρα όλα τα εφόδια για τη ζωή.

**Πώς ονειρεύεσαι τη ζωή σου;** Θέλω να είμαι πετυχημένη

νη σε εκείνο που θα ακολουθήσω ως επάγγελμα, να είμαι ευτυχισμένη.

**Τι είναι ευτυχία;** Πιστεύω ότι ευτυχία είναι να έχεις δίπλα σου ανθρώπους που πραγματικά να σε αγαπούν.

**Οι περισσότεροι άνθρωποι που ήταν δίπλα σου δεν σε αγαπούσαν πραγματικά;** Πολύ λίγοι, κάποιοι με πλήγωσαν. Εγώ ακούω ότι είσαι η πριγκίπισσα της πισίνας. Εγώ ακούω «τουτίτη νομίζω ότι κάποια είναι» και δεν καταλαβαίνω ότι μπορεί να περάσω από δίπλα σου, να μη σε χαιρετήσω διότι δεν σε βλέπω λόγω του προβλήματός μου.

**Ο επόμενος στόχος είναι...;** το 2009 στο παγκόσμιο πρωτάθλημα 25άρων πισίνας στο Ρίο στη Βραζιλία και το 2010 το παγκόσμιο πρωτάθλημα της διεθνούς ομοσπονδίας στην Ολλανδία.

**Οι παραολυμπιακοί του Λονδίνου;** Είναι πολύ μακριά, θα ξεκινώ με αυτή την προοπτική αλλά μέσα στα τέσσερα χρόνια μπορεί να συμβούν πάρα πολλά.

**Μετά από δυο Ολυμπιάδες...;** πέτυχα το ακατόρθωτο, έφτασα την απόλυτη επιτυχία. Θέλω να βελτιωθώ ως άνθρωπος, να δουλέψω εκείνο που άφησα πίσω με τον πρωταθλητισμό, τις ανθρώπινες σχέσεις. Θέλω να έχω μια πετυχημένη επαγγελματική καριέρα και πάνω από όλα υγεία. Να μπορώ να προσφέρω στον κόσμο.

