

13/02 - 19/02/2019

Chillin

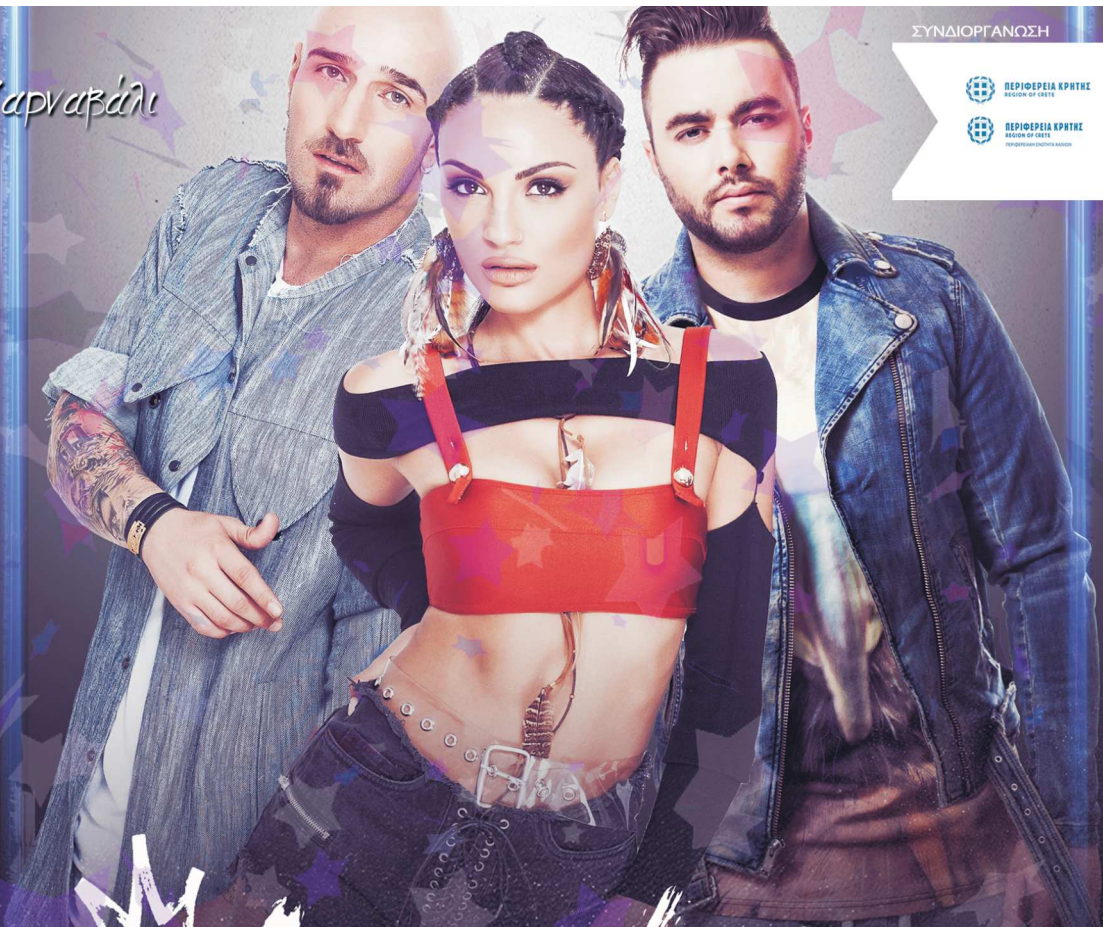
FREE PRESS
CHANIA
RETHYMNO

667

www.chilloutnews.gr

 Χανιώτικο Καρναβάλι
στη Σούδα

ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



KINGS

τελετή έναρξης
ΧΑΝΙΩΤΙΚΟΥ ΚΑΡΝΑΒΑΛΙΟΥ

ΣΑΒΒΑΤΟ 16 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ

19.00

ΑΦΙΞΗ ΒΑΣΙΛΙΑ ΚΑΡΝΑΒΑΛΟΥ

Θα χορέψει η σχολή χορού Χορότεχνο χορούς lady style -tumpa
Βόλτα με το αποκριάτικο τρενάκι για μικρούς κ μεγάλους

19.30

ΟΜΙΛΙΑ ΔΗΜΑΡΧΟΥ ΧΑΝΙΩΝ, έναρξη καρναβαλιού 2019

19.45

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΣΤΟΛΩΝ ΚΑΡΝΑΒΑΛΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ

20.15

ΣΥΝΑΥΛΙΑ ΜΕ ΤΟΥΣ KINGS

**ΠΛΑΤΕΙΑ ΣΟΥΔΑΣ
ΕΝΑΡΞΗ 19.00**

ΠΑΥΛΟΣ ΠΑΥΛΙΔΗΣ & B-MOVIES LIVE

Ο Παύλος Παυλίδης & οι B-movies έρχονται στο Bras De Freres την Κυριακή 17/2 για τη μία και μοναδική τους εμφάνιση φέτος το χειμώνα στα Χανιά. Το τελευταίο διάστημα ετοιμάζουν τον νέο τους δίσκο και έτσι θα έχετε την ευκαιρία να ακούσετε live κάποια κομμάτια που θα παρουσιαστούν για πρώτη φορά αλλά και τραγούδια που έχουν ήδη γίνει γνωστά από το καινούριο τους υλικό. Φυσικά δεν πρόκειται να λείψει και η αναδρομή σε όλη τη μουσική πορεία του Παύλου Παυλίδη τόσο από την αξέχαστη εποχή των Ξύλινων Σπαθιών όσο και από τη μετέπειτα δισκογραφία του. Αναμένεται ένα δυναμικό συναυλιακό πρόγραμμα που σίγουρα θα σας μείνει αξέχαστο. Μην το χάσετε!



Bras de Frères
INFO
The Day: Κυρ. 17/2
The Time: 22:00
Location: Εμπνευδίου 2

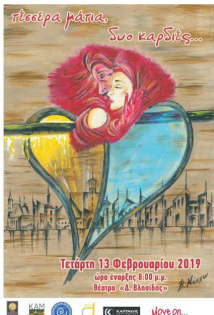
EVENT OF THE WEEK

“ΧΑΝΙΩΤΙΚΟ ΚΑΡΝΑΒΑΛΙ 2019” - ΤΕΛΕΤΗ ΈΝΑΡΞΗΣ

Οι απόκριες πλησιάζουν και φυσικά το Καρναβάλι των Χανίων στη Σούδα δηλώνει παρών και ετοιμάζεται για μια ακόμα φαντασμαγορική παρέλαση! Για ακόμα μια χρονιά η Σούδα μεταμορφώνεται και σας υποδέχεται όλους για ένα μοναδικό αποκριάτικο ξεφάντωμα στην μεγάλη παρέλαση αρμάτων και καρναβαλιστών! Σάββατο 16/2 παίρνετε μια πρώτη γεύση από αυτά που θα ζήσετε φέτος με την Τελετή έναρξης όπου θα γίνει η άφιξη του Βασιλιά Καρναβαλου, χορευτικά από τη σχολή "Χορότεχνο", βόλτα με το αποκριάτικο τρενάκι για μικρούς και μεγάλους, παρουσίαση των καρναβαλικών ομάδων και θα ακολουθήσει μια δυνατή συναυλία με τους KINGS! Και φέτος το καρναβάλι πάει Σούδα και δεν πρέπει να λείψει κανείς!



Χανιώτικο Καρναβάλι
INFO
The Day: Σαβ.16/02
The place: Πλατεία Σούδας
The Time: 19:00



"ΤΕΣΣΕΡΑ ΜΑΤΙΑ, ΔΥΟ ΚΑΡΔΙΕΣ"
ΜΟΥΣΙΚΟΧΟΡΕΥΤΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ
INFO
The Day: Τετ.13/2
The Time: 20:00-23:00
The Place: Θέατρο Βλνσιδν
Location: Μαριδάκη και Ακτι Μιαούλη

"Τέσσερα μάτια, δύο καρδιέςόταν αγαπηθούνε.. Μια μουσικοχορευτική παράσταση διάρκειας περίπου δύο ωρών, που το κοινό θα έχει την ευκαιρία να παρακολουθήσει μια χορευτική ποικιλία από όλη την Ελλάδα με άξονα τον έρωτα και την αγάπη. Ακόμα μια ξεχωριστή εκδήλωση που διοργανώνει το Dale Paso στο Θέατρο Βλνσιδν και αξίζει να τη ζήσετε!



ΝΙΚΟΣ ΓΩΝΙΑΝΑΚΗΣ/ ΝΙΚΟΣ ΠΟΝΤΙΚΑΚΗΣ
INFO
The Day: Παρ.15 - Σαβ.16/2
The place: Nikki Μουσική Σκνήη
The Time: 22:00

Για ακόμα μια εβδομάδα το Nikki Μουσική Σκνήη συνεχίζει δυναμικά, και σας περιμένει με άλλες δυο ξεχωριστές live παραδοσιακές μουσικές βραδιές! Παρασκευή βράδυ 15/2 η διασκέδαση ξεκινά με τον πάντα κεφάτο Νίκο Γωνιανάκη και το συγκρότημά του να σας υποδέχονται για μια ξεχωριστή παραδοσιακή βραδιά, ενώ Σάββατο 16/2 η σκυτάλη στη διασκέδαση παίρνει ο μοναδικός Νίκος Ποντικάκης και μαζί με το συγκρότημά του σας χαρίζουν ένα μοναδικό ξεφάντωμα μέχρι το πρωί!



ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΛΙΟΛΙΟΥ- ΕΛΕΝΗ ΒΑΒΟΥΔΑΚΗ / STICKERNOIZ BAND
INFO
The Day: Παρ.15 - Σαβ.16/2
The place: Ακταίων
The Time: 22:30

Και αυτή την εβδομάδα το Ακταίων σας υποδέχεται έχοντας ετοιμάσει για εσάς ακόμα δυο ξεχωριστά live με σκοπό φυσικά να σας διασκεδάσει μουσικά. Παρασκευή 15/2 γίνεται η αρχή με τις μοναδικές Έλενα Βαβουδάκη & Κατερίνα Λιόλιου να σας ταξιδεύουν μουσικά σε έντεχνα και ροκ μονοπάτια, ενώ Σάββατο 16/2 το ξεχωριστό στέκι στο παραλιακό μέτωπο του Κουμ καπί ροκάρει δυνατά παρέα με την μπάντα των StickerNoiz σε ακόμα μια βραδιά open mic ακόμα πιο τρελή από τις προηγούμενες!



Μ. ΑΛΕΞΑΚΗΣ - Γ.ΜΑΝΩΛΙΟΥΔΗΣ / ΑΝΤΩΝΗΣ ΜΑΡΤΣΑΚΗΣ
INFO
The Day: Παρ.15 - Σαβ.16/2
The place: Κονάκι
The time: 22:00

Η διασκέδαση στο Κονάκι δε σταματά, και ξεχωριστές παραδοσιακές εκδηλώσεις σας περιμένουν και αυτή την εβδομάδα! Παρασκευή 15/1 ο Μανώλης Αλεξάκης παρέα με τον Γιώργο Μανωλιούδη ενώνουν τις μουσικές τους δυνάμεις και σας ξεφαντώνουν με τον δικό τους μοναδικό τρόπο, ενώ Σάββατο 16/2 ο αγαπημένος Αντώνης Μαρτζακής αναλαμβάνει την διασκέδαση σας και σας υπόσχεται όπως πάντα ένα αξέχαστο γλέντι γεμάτο κέφι και χορό!



ΚΟΡΗ ΠΙΤΑΣ ΣΧΟΛΗ ΧΟΡΟΥ "ΖΑΛΟΣ"
INFO
The Day: Σαβ.16/02
The Time: 18:00
The Place: Περιμηγνιτική Λέσχη Σκινέ

Η σχολή χορού "ΖΑΛΟΣ" το Σάββατο 16 Φεβρουαρίου και ώρα 18:00 σας προσκαλεί στην κοπή της πίτας της Σχολής, που θα γίνει στην αίθουσα της Περιμηγνιτικής Λέσχης στο Σκινέ. Θα σας κρατήσουν παρέα και θα σας διασκεδάσουν οι: Νταουντάκης Μανώλης στο βιολί, Πέτρος Περράκης & Γιάννης Γιακουμάκης στο λαούτο. Οι υπεύθυνοι της σχολής σας περιμένουν με χαρά μικρούς & μεγάλους μαθητές και φίλους του Συλλόγου για να γιορτάσετε παρέα!



ΑΝΔΡΕΑΣ ΜΑΝΩΛΑΡΑΚΗΣ LIVE
INFO
The Day: Σαβ.16/2
The Time: 22:00
The Place: Λίμνη Cafe

Ακόμα μια ξεχωριστή live βραδιά διοργανώνει για εσάς το ανανεωμένο Λίμνη Cafe το βράδυ του Σαββάτου και το μόνο που έχετε να κάνετε είναι να πάρετε την καλύτερη σας διάθεση και να ξεφαντώσετε μέχρι αργά. Σάββατο 16/2 ο αγαπημένος προορισμός διασκέδασης στην λίμνη της Αγιάς έχει καλεσμένο τον Ανδρέα Μανωλαράκη με το συγκρότημά του, και η βραδιά φυσικά προμηνύεται αξέχαστη, με τον γνωστό λυράρη να σας διασκεδάσει με τον δικό του μοναδικό τρόπο. Αν είστε λάτρες της παραδοσιακής διασκέδασης, τότε αυτή την κρητική βραδιά δεν πρέπει να την χάσετε!

Οδυσσεια
καφέ · μπίρα · ποτό

Κτιστάκη 9 Χανιά
facebook Instagram

CARNIVAL BEACH PARTY
ΤΟ ΠΙΟ ΤΡΕΛΟ ΚΑΡΝΑΒΑΛΙΚΟ ΔΙΗΜΕΡΟ

9 10 ΜΑΡΤΙΟΥ

PRIMO PIATTO restaurant STEAK HOUSE, BAROQUE RESTAURANT, EL VENIZELOU 2-4 PARALIAKI RETHYMNOU, DESPERADOS, A ΛΑΔΑ, T. ΠΕΡΑΧΗ

ΓΙΩΡΓΟΣ ΧΑΙΡΕΤΗΣ ΣΤΟ ΕΓΧΟΡΔΟ



ΜΑΡΟΥΛΗΣ ΣΤΟ ΚΟΝΑΚΙ



ΚΟΥΜΠΕΣ
παράδοση στη γεύση



Νέα εμφάνιση, νέος χώρος, νέες γεύσεις, σταθερή ποιότητα!

28210
76955
76956
93577

DELIVERY



Α. Ηρακλείου & Α. Παναγούλη, Κουμινές - Χανιά • Facebook: Ψωταριά Κουμινές - Koubes Grill House

Κονάκι
ΜΟΝΕΙΚΟ ΜΕΖΑΡΟΠΕΙΟ

Ακρωτηρίου 165, Χανιά | Τηλ Κρατήσεων: 698 307 7210

15 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ

ΜΑΝΩΛΗΣ ΑΛΕΑΚΗΣ
ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΑΝΟΛΙΟΥΔΗΣ

Ακρωτηρίου 165, Χανιά
Τηλ Κρατήσεων: 698 307 7210

www.apolafste.ypefthina.eneap.gr

CHIVAS

Έναρξη 22:00

Απολαύστε υπεύθυνα

Αντώνης ΜΑΡΤΣΑΚΗΣ

16 Σάββατο Φεβρουαρίου

Ακρωτηρίου 165, Χανιά
Τηλ Κρατήσεων: 698 307 7210

www.apolafste.ypefthina.eneap.gr

CHIVAS

Έναρξη 22:00

Απολαύστε υπεύθυνα

HOT



Γιάννης Αντετοκούμπο. Αρχηγός της Ανατολής στο All Star Game απολαμβάνει την καθολική αναγνώριση όλου του μπασκετικού κόσμου. Την ίδια στιγμή παραμένει ο ταπεινός Γιάννης που τόσο αγαπήσαμε.



Italian Factory Outlet. Συνεχίζει να προσφέρει τα πιο επώνυμα brands σε πολύ ανταγωνιστικές τιμές. Αν τα Χανιά τύνονται σωστά, σε μεγάλο βαθμό το χρωσάνε στο Italian Factory Outlet. 50% έκπτωση στην έκπτωση δεν έκανε κανείς!



ΣΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ΤΟ ΦΑΙΤΙΟ
STREET FOOD FESTIVAL CHANIA
10 11 12 MAY

Street Food Festival Chania. Το ενδιαφέρον των επιχειρήσεων να συμμετάσχουν αποδεικνύει ότι είναι κάτι που το ήθελαν τα Χανιά και σωστά έπραξαν οι διοργανωτές που το φέρνουν στη πόλη μας. Σύντομα θα ξεκινήσουν και οι ανακοινώσεις των συμμετοχών. Φήμες μιλούν για τις μεγαλύτερες επιχειρήσεις στο κλάδο της εστίασης.

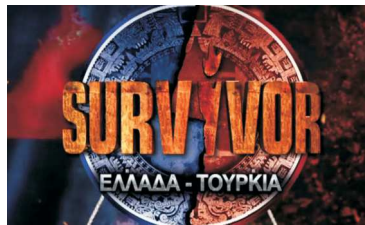
NOT

Ο Ολυμπιακός στο ντέρμπι φάνηκε κατώτερος των περιστάσεων και αν θέλει να σώσει τη χρονιά και να οβήσει την πικρή γεύση της ήττας, το μόνο που τον σώνει είναι μια καλή εμφάνιση και ένα καλό αποτέλεσμα με τη Ντιναμό.



Ο ΠΑΝΟΣ ΚΑΜΜΕΝΟΣ. Πληγωμένος από τον Αλέξη, πληγωμένος από την κοινοβουλευτική του ομάδα, πληγωμένος από όλους δε μπορεί να πιστέψει ότι εν'μια νυκτί βρέθηκε εκτός πολιτικού παιχνιδιού. Στα μέρη μας λένε... "ας πρόσεχε".

Survivor. Αλήθεια υπάρχει κόσμος που το βλέπει ακόμα; Ο Τανιμανίδης συνιστά υπομονή, αλλά ο κόσμος νομίζω ότι δεν ενδιαφέρεται να λύσει τα προβλήματα με τη Τουρκία μέσα από ένα παιχνίδι reality. Ασε Σάκη μα από "REALITY" χορτάσαμε όλο αυτό τον καιρό.



ΔΡΑΜΟΥΝΤΑΝΗΣ ΣΤΟ ΚΑΦΕ ΛΙΜΝΗ



Χανιάτικο μουσικοχορευτικό εργαστήρι

ΣΧΟΛΗ ΧΟΡΟΥ

Ζάθος

ΚΟΠΗ ΠΙΤΑΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ 16 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ

στην αίθουσα της Περηνγητικής Λέσχης
στο Σκινέ ώρα 18:00

**ΕΙΣΟΔΟΣ
ΕΛΕΥΘΕΡΗ**

Νταουντάκης Μανώλης Βιολί
Πέτρος Περράκης λαούτο
Γιάννης Γιακουμάκης λαούτο

ΜΕΓΑΣ ΧΟΡΗΓΟΣ:

ΧΟΡΗΓΟΙ:

ΕΥΛΟΦΟΥΡΝΟΣ ΑΙΩΝΙΟΝ ΝΑΤΑΡΙΟΥ

ΚΡΗΤΙΚΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΕΥΛΟΦΟΥΡΝΟΣ ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ

Paterakis Family

ΚΟΥΡΙΔΑΚΗΣ ΒΑΦΕΣ - ΓΥΑΛΙΣΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΗ ΒΑΦΗ CARBON ΤΗΛ. 6947 416025

ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ - ΜΕΤΑΚΟΜΙΣΕΙΣ ΧΩΜΑΤΟΥΡΓΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΑ - ΤΣΑΛΑΚΙ - ΕΣΤΡΑΚΙ ΔΑΣΕΠΡΟΪΝΑΣ

ΕΦΗΜΕΡΙΔΙΑ - ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΕΩΣ

Εππ.: 6944990119 Βασ.: 6944324618

Γραφ.: 28210 86455 - Οικ.: 28210 92630

ΚΑΙΜΑΤΙΣΜΟΣ ΨΙΧΗ

ΤΟΠΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣ

ΜΥΛΟΝΑΚΗΣ ΜΙΧΑΗΛ

τηλ. 694519214

ΛΙΜΝΗ ΚΑΦΕ

Αγία Χανίων
ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ:
28210 77976
6945151568

16 ΣΑΒΒΑΤΟ / ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ

ΜΑΝΩΛΗΣ ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ

Λαούτο: Στριλιγκάς Λευτέρης
Κιθάρα: Κοκοτσάκης Βασίλης
Μαντολίνο - Πνευστά: Κατζάκης Νίκος
Τύμπανα: Φουρνάρakis Αντώνης

ΓΕΡΜΑΝΟΣ-ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΟ ΒΡΑΣ



ΓΙΩΡΓΟΣ ΜΑΓΓΕΛΑΚΗΣ ΣΤΟ ΝΙΚΚΙ



Ύκταιον

ΠΑΡ. 15/2
 ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΛΙΟΛΙΟΥ
 ΕΛΕΝΗ ΒΑΒΟΥΔΑΚΗ
 ΕΝΤΕΧΝΟ - ROCK
 ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.30

ΣΑΒ. 16/2
 STICKERNOIZ BAND
 OPEN MIC NIGHT
 22:30

STICKERNOIZ BAND
 open mic night
 Ύκταιον
 Ακτή Μιαούλη 12, παραλία κουμ καπί

ΑΚΤΗ ΜΙΑΟΥΛΙ 12, ΚΟΥΜ ΚΑΠΙ II RSV.2821008003

NIKKI
 μουσική σκηνή

15
 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
ΦΛΕΒΑΡΗ
 ώρα έναρξης 22:00
ΝΙΚΟΣ ΓΩΝΙΑΝΑΚΗΣ

16
 ΣΑΒΒΑΤΟ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ
 Έναρξη 22:00
Νίκος ΠΟΝΤΙΚΑΚΗΣ

NIKKI
 μουσική σκηνή

ΚΑΤΟ ΣΤΑΘΟΣ ΧΑΝΙΑ
 ΓΡ. ΝΙΚΚΙ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΣΚΗΝΗΣ
 ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΗΣ: 694 4645 851

ΚΑΤΟ ΣΤΑΘΟΣ ΧΑΝΙΑ
 ΤΗΛ. ΚΡΑΤ.: 694 4645 851

Γάιος Σευργαλάκης (Ραίοια) - Λεωνόρα Πουκνουνάκη (Κιβόρι)
 Μανώλας Κρακοβάνης (Πικιαδά-Μακεδονία) - Δημήτρης Φουγκαράκης (Σύμηνα)

#LA CASA DE PARTY

Με αμείωτο ρυθμό συνεχίζονται οι συμμετοχές για την ομάδα των #la casa de just που συμμετέχει για πρώτη φορά στο Χανιώτικο Καρναβάλι. Τις προηγούμενες μέρες πραγματοποιήθηκε και η φωτογράφιση για την αφίσσα των στολών, ενώ η συνεχής



προώθηση μέσω των social media έχει συγκεντρώσει το ενδιαφέρον των φίλων. Αυτό όμως που δεν γνωρίζουν όσοι λάβουν μέρος με τους #lacasa είναι ότι αμέσως μετά το καρναβάλι θα ακολουθήσει ένα μεγάλο καρναβαλικό party με όλους όσους θέλουν να διασκεδάσουν αποκριάτικα! Δηλώστε συμμετοχή με inbox στη σελίδα του Justcarnival σε fb και insta, ή επισκεφθείτε απλά το justveronesi και ζητήστε να συμμετάσχετε. Αξίζει να το ζήσεις!!!

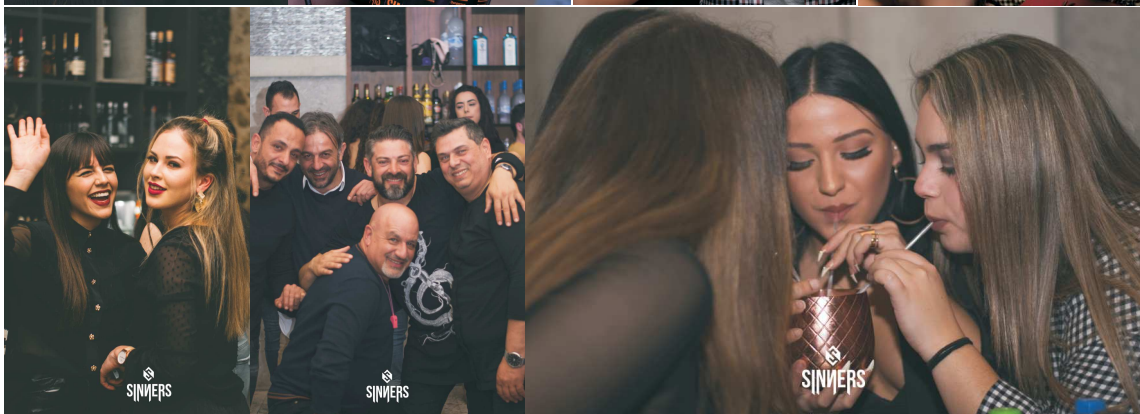
CARNIVAL BEACH PARTY



Όσοι βρέθηκαν πέρυσι στην αυλή του Primo Piatto για το διήμερο του καρναβαλιού, θα έχουν να το θυμούνται. Φέτος λοιπόν το party εδραιώνεται και παρουσιάζει ένα πολύ ξεχωριστό concept. Το σκηνικό μετατρέπεται σε παραλία και στήνεται το πιο τρελό "Carnival Beach Party" του Ρεθύμνου. Το Σάββατο μετά τη βραδινή παρέλαση και τη Κυριακή μετά τις 14.00 ετοιμαστείτε να ζήσετε στις επάλξεις, αφού ο Andreasondecks και τα Παρ"t"άλια δεν θα σας αφήσουν να οβήσετε ούτε στιγμή. Αν ψάχνεις να διασκεδάσεις στο πιο τρελό Αποκριάτικο party του Ρεθύμνου τώρα ξέρεις που θα πας! 9-10 Μαρτίου...πάμε όλοι σε μια παραλία παρέα με Alfa Beer και Desperados.

ΟΙ ΤΡΙΤΕΣ ΣΤΟ ΡΕΘΥΜΝΟ ΕΙΝΑΙ SINNERS!!!

Τι και αν έλειπαν οι φοιτητές; Τι και αν έξω έριχνε καρέκλες. Οι φίλοι των Sinners που είχαν απομείνει στο Ρέθυμνο δεν είχαν σκοπό να λείπουν από ένα ακόμα βράδυ Τρίτης στο Ice club. Λίγο μετά τις 12 άρχισαν να καταφθάνουν οι πρώτοι και πριν τις 1.30 οι αμαρτωλοί από Ρέθυμνο και Χανιά ήταν έτοιμοι να παρτάρουν. Ο Andreasondecks πήρε θέση στα decks και το party ξεκίνησε. Ο Αγαρίτος έβαλε την πινελιά του, οι Sinners εμφάνισαν και το νέο τους παιχνίδι "dangerous chemicals" και άλλη μια αμαρτωλή νύχτα αποτυπώθηκε στη μνήμη των φίλων του ICE. Αν οι πρώτες τρεις εβδομάδες με εξεταστική και διακοπές των φοιτητών πήγαν έτσι σκεφτείτε τι έχει να γίνει τις επόμενες Τρίτες. Αυτό σίγουρα «ΔΕΝ ΤΟ ΧΑΝΕΙΣ».



INFO / RSV
www.chilloutnews.gr
 Sinners Party
 sinners_party
 6943425456 (Anestis)

MUSIC BY
ANDREASONDECKS



SINNERS

ΟΙ ΑΜΑΡΤΩΛΟΙ

ΚΑΘΕ ΤΡΙΤΗ

DOORS OPEN: 23.30

ICE

RETHYMN0, CRETE





ΜΕΓΑΛΕΣ ΠΑΡΕΕΣ

Το να οδηγάς μόνος έχει μερικά πλεονεκτήματα. Πηγαίνεις με το ρυθμό σου χωρίς να σε παρασύρουν οι κάγκουρες που νομίζουν ότι σε κάθε στροφή τους παρακολουθεί scouter από την Vt46 Academy για να τους πάρει στην ομάδα. Στις στάσεις μπορείς, χωρίς περισπάσεις, να αναρωτηθείς για το νόημα της ζωής σου, που ήσουν πριν γεννηθείς, την θεωρία των Υπερχορδών, πότε θα πάρει πρωτάθλημα ο Πανιώνιος, και πολλές άλλες τέτοιες βαθυστόχαστες φιλοσοφικές αναζητήσεις. Επίσης μπορείς να κάνεις φοβερό σώμα, εάν πρέπει να ζμπρώξεις το εργαλείο που έχει μείνει από πνία του διαόλου το βατραχοπέδιλο και δεν έχεις σήμα στο κινητό.

Το να πηγαίνουν διακόσια μηχανάκια βόλτα παρέας κούγεται θεοπάλαβο, μάλλον επειδή είναι. Όμως μία φορά το χρόνο που το κάνουμε το απολαμβάνουμε πάρα πολύ και εμείς αλλά και οι συμμετέχοντες. Επειδή είναι ωραία η εικόνα των μοτοσυκλετιστών δίπλα και γύρω μας; Επειδή μοιραζόμαστε τις εικόνες και τις εμπειρίες τόσο πολλοί; Η χαρούμενη αύρα των ενθουσιασμένων συνταξιδιωτών που μεταδίδεται τηλεπαθητικά; Σίγουρα όλα τα παραπάνω. Εξίσου σημαντικό είναι όμως είναι ότι δίνεται η ευκαιρία σε όλους να συστηθούν με άτομα που δεν θα μπορούσαν να γνωρίσουν αλλιώς. Χάρη σε αυτές τις βόλτες άτομα που είτε είναι κλειστού χαρακτήρα και δεν έχουν μεγάλο κύκλο, είτε δεν έχουν μοτοσυκλετιστές φίλους να πάνε μαζί, είτε νεοφερμένοι στην πόλη αδικτύωτοι ακόμα, γνωρίζουν κόσμο και περνούν καλά. Για μία μέρα ή για μία ζωή. Το ίδιο ισχύει και για μας που χάρη σε τέτοιες βόλτες έχουμε αποκτήσει από πολυτίμους φίλους έως και ...κουμπάρους! Σας ευχαριστούμε που μας τιμήσατε και φέτος, ραντεβού του χρόνου, ακόμα περισσότεροι!



Κατά τη διάρκεια του Live Aid το 1985 ο Μπομπ Γκλέντορφ δέχθηκε τη μεγαλύτερη δωρεά ύψους 1 εκατομμυρίου δολαρίων από τη βασιλική οικογένεια του Ντουμπάι.

Τη δεκαετία του '80 η ρατσιστική κυβέρνηση της Νότιας Αφρικής απαγόρευσε το τραγούδι των Pink Floyd Another Brick In The Wall, επειδή το χρησιμοποιούσαν ως ύμνο οι μαύροι μαθητές.

Εξαιτίας ενός λάθους στα φωνητικά, ο Τζον Λένον ακούγεται να αναφωνεί Fuckin' Hell, στο τέλος του τραγουδιού Hey Jude των Beatles.

Ο Αξελ Ρόουζ προτού γνωρίσει τη δόξα με τους Guns 'n' Roses κάπνιζε τσιγάρα επί πληρωμή για επιστημονικά πειράματα.

Ο Τζον Λένον και ο Πολ Μακάρτνι έγραψαν μαζί 295 τραγούδια.

#8



#numero

Γ' αυτό ο Γιάννης είναι το φαβορί του MVP! #4
21/12: Οι Μπακς κερδίζουν τους Σέλτικς στο ντέρμπι της Ανατολής και ο Γιάννης άφησε τον Τρβινγκ να έχει 7/20 σουτ με 15 πόντους, 9 ριμπάουντ και 7 ασίστ.

Αντίθετα, ο σούπερ σταρ του Μιλγουόκι είχε 30 πόντους, 8 ριμπάουντ και 5 τελικές πάσες.

5/1: Και πάλι νικητής ο Γιάννης στη μεγάλη μονομαχία με τον Λέοναρντ!

Και μάλιστα «άγγιξε» το προσωπικό του ρεκόρ πόντων (σ.σ. 44) αφού σημείωσε 43 πόντους με 18 ριμπάουντ και 4 ασίστ.

Ο Καουάι με τη σειρά του είχε 30 πόντους, 6 ριμπάουντ και 6 ασίστ.

9/1: Γιάννης-Χάρντεν σημειώσατε «X» στο παρκέ και «διπλό» των Μπακς μέσα στο Χιούστον!

Μάλιστα ο «Greek Freak» έκανε ρεκόρ καριέρας στα ριμπάουντ έχοντας 27 πόντους, 21 «σκουπίδια» και 5 ασίστ.

Ο «μούσιος» από τη πλευρά του είχε 42 πόντους, 11 ριμπάουντ και 6 ασίστ.



EL.VENIZELOU 1 - CHANIA TEL: 698 584 4885
fb.Jay Jay's Steakhouse Burgerhouse

gas ologies

fb.Gas Motorsport Culture
www.gasmoto.gr
Κισσάμου 98 Τ. 28210 74730

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Σχέση ύπνου και διαίτας!

Πολυάριθμες μελέτες έχουν δείξει ότι ο ανεπαρκής ύπνος έχει επιπτώσεις στο μεταβολισμό του οργανισμού μας με συνέπεια την αύξηση του βάρους. Συγκεκριμένα, η μικρή διάρκεια ύπνου μπορεί να αυξήσουν σταδιακά το βάρος μας να μας οδηγήσει στη παχυσαρκία. Ο τρόπος με τον οποίο επηρεάζει η έλλειψη ύπνου το βάρος είναι πολυπαραγοντικός. Παρεμβαίνει στο μεταβολισμό των υδατανθράκων αυξάνοντας τα επίπεδα του σακχάρου και της ινσουλίνης στο αίμα, που έχει σαν αποτέλεσμα την αποθήκευση λίπους. Μειώνει τα επίπεδα της λεπτίνης, προκαλώντας αυξημένη όρεξη για γλυκά. Αυξάνει τα επίπεδα stress στον οργανισμό. Μειώνει τα επίπεδα της αυθιτικής ορμόνης η οποία ρυθμίζει το ποσοστό του λίπους και της μυϊκής μάζας. Για να διατηρούμε λοιπόν ένα κανονικό βάρος, είναι απαραίτητο να κοιμάμαστε κανονικά από 7 έως 9 ώρες.

Νικολέτα Μπαλαντινού

Διατροφολόγος - Διαιτολόγος



ΜΠΑΛΑΝΤΙΝΟΣ®
SINCE 1928



ZODIA

Κριός: Έρωτας: Ίσως σας δοθούν ευκαιρίες για να έρθετε σε επαφή με καινούριους χώρους, πρόσωπα και καταστάσεις. Επαγγελματικά: Η εβδομάδα αυτή θα επηρεάσει τον τρόπο λειτουργίας σας με θετικό τρόπο.

Ταύρος: Έρωτας: Στις νέες γνωριμίες τα πράγματα θα κυλήσουν ήρεμα και χωρίς τριγμούς. Προσέξτε μόνο τα λόγια που θα χρησιμοποιήσετε. Επαγγελματικά: Όσο και να έχετε προβληματιστεί με τις δυσκολίες, να θυμάστε, ότι ο μόνος τρόπος για να τις επιλύσετε είναι να τις αντιμετωπίσετε.

Δίδυμοι: Έρωτας: Ο κόμπος έφτασε στο χτένι κι εσείς δεν αντέχετε πια να είστε στο πλευρό αυτών που σας έχουν ανάγκη, ενώ αυτοί να μην είναι ποτέ στο πλάι σας. Επαγγελματικά: Είναι η κατάλληλη περίοδος για επαγγελματικά ανοίγματα, συναλλαγές και συμφωνίες. Έχετε πολλές ευκαιρίες να προβάλετε το έργο σας.

Καρκίνος: Έρωτας: Μέσα στη σχέση σας ο σύντροφός σας και η συμπεριφορά του θα σας προβληματίσουν. Μη βιαστείτε να πάρετε αποφάσεις. Επαγγελματικά: Η συνεχής και έντονη προσπάθειά σας για να πετύχετε όσα έχετε θέσει στόχο, δεν έχει ανταμειφθεί μέχρι στιγμής και αυτό είναι το αιώνιό σας παράνο.

Λέων: Έρωτας: Καλά θα κάνετε να κρατήσετε κλειστά τα χαρτιά σας και να δώσετε όλη σας την προσοχή, στο να ξεκαθαρίσετε τα προβλήματα της σχέσης σας, χωρίς να δημιουργείτε καινούρια. Επαγγελματικά: Ευχάριστες εξελίξεις αναμένονται να συμβούν αυτό το διάστημα.

Παρθένος: Έρωτας: Ο μόνιμος σύντροφός σας περιμένει να μοιραστείτε τα όνειρα σας για το μέλλον μαζί του. Κάντε το και δεν θα χάσετε. Επαγγελματικά: Έχετε μια τάση να διεκδικείτε όλο και περισσότερα από τους ανθρώπους που συνεργάζεστε.

Ζυγός: Έρωτας: Έχετε αναθεωρήσει τη θέση που είχατε μέχρι τώρα, σε ό,τι αφορά τα αισθηματικά σας. Ο χρόνος θα δείξει κατά πόσο έχετε δίκιο ή άδικο. Επαγγελματικά: Όσο πιο ευχάριστη είναι η παρουσία σας στον επαγγελματικό χώρο, τόσο πιο ευχάριστη θα αποδειχθεί για εσάς η κάθε μέρα.

Σκορπιός: Έρωτας: Οι ερωτικές εξομολογήσεις από κοντινούς σας ανθρώπους δεν θα πρέπει να σας ξαφνιάσουν. Επαγγελματικά: Νιώθετε ότι αντί να προχωράτε, οπισθοδρομείτε.

Τοξότης: Έρωτας: Κάποια καινούρια γνωριμία μπορεί να αποβεί η σημαντικότερη της ζωής σας. Οι δεσμευμένοι διανύουν μια ήρεμη και ενδιαφέρουσα περίοδο. Επαγγελματικά: Αισθάνεστε ότι τα πράγματα είναι στάσιμα και δεν έχετε άδικο.

Αιγόκερως: Έρωτας: Σαν αποτέλεσμα των δυσκολιών η στάση σας απέναντι στους κοντινούς σας ανθρώπους αλλιάζει. Επαγγελματικά: Δεν έχετε την καλύτερη των σχέσεων με τους συνεργάτες και τους ανωτέρους σας.

Υδροχόος: Έρωτας: Αναζητώντας την ισορροπία στη ζωή σας, έχετε γίνει η αιτία να συγκρουστείτε με άτομα, που η γνώμη τους είναι σημαντική για τη ζωή σας. Επαγγελματικά: Ετοιμάζεστε να κάνετε μια μεγάλη αλλαγή. Δουλεύετε σκληρά αλλά αμείβεστε ανάλογα. Παρακάμψτε με έξυμνο τρόπο τα εμπόδια.

Ιχθύς: Έρωτας: Έρχεστε θαρραλέα αντιμετώπι με ό,τι σας ενοχλεί και ενώ το τρέξιμο συνεχίζει, οι αποφάσεις που παίρνετε δηλώνουν ότι θέτετε να χτίσετε πιο γερά τα θεμέλια. Επαγγελματικά: Δεν πρόκειται να ανακλύψουν νέα προβλήματα.

BRAS DE FRÈRES

"THIS WEEK"

thursday

friday

sunday



wednesday



Epimenidou 2, Chania
rsv. 697 402 0550
fb. Bras de Frères
insta. Bras de Frères