

## ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

**ΟΝΟΜΑ** : Αντώνης  
**ΗΜΕΡ. ΓΕΝΝΗΣΗΣ** : 16/09/1972  
**ΚΑΤΑΓΩΓΗ** : Αγρός  
**ΤΗΛΕΦΩΝΟ** : +357 99 666566  
**EMAIL** : [tsolakisa.antonis@gmail.com](mailto:tsolakisa.antonis@gmail.com)

**ΕΠΙΘΕΤΟ** : Τσολάκης  
**ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ** : Γρίβα Διγενή 63,  
4860 Αγρός, Λεμεσός  
**ΤΗΛΕΟΜΟΙΟΤΥΠΟ** : +357 25 521101

### **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ (ΑΚΑΔΗΜΑΙΚΗ)**

- **Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών - ΤΕΦΑΑ** **1996**
  - Βαθμός (7,27/10 - Λίαν Καλώς)
- **Ειδικότητα - Προπονητής Ποδοσφαίρου (Δίπλωμα)** **1996**
  - Βαθμός (Άριστα)
- **Απόφοιτος Απειρείου Γυμνασίου Αγρού** **1990**
  - Βαθμός (18,8/12 - Άριστα)

### **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ (ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ / CERTIFICATES)**

- **Αγγλική Γλώσσα - PITMAN EXAMINATION INSTITUTE**
  - **ELEMENTARY LEVEL (Πιστοποιητικό / Certificate)** **1988**
- **Sight & Sound Education - Didacta**
  - English Typing : 32 w.p.m.
  - Greek Typing : 30 w.p.m.

### **ΓΛΩΣΣΕΣ**

- **Ελληνική**: Άριστη
- **Αγγλική** : Καλή

### **ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ ΣΕ ΣΥΝΕΔΡΙΑ / ΣΥΜΠΟΣΙΑ / ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ (ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ /CERTIFICATES)**

- **ΑΔΕΙΑ ΙΔΙΩΤΗ ΦΥΛΑΚΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ** **02/2018 - 02/2026**
- **M.Sc.. «ΔΙΑΣΩΣΗ ΖΩΗΣ» (Πρώτες Βοήθειες στην Εργασία - Επείγοντα Περιστατικά)** **06/2021 - 06/2024**
- **«ΟΑΠ (Ομάδα Άμεσης Παρέμβασης)», ΥΠΠΑΝ, Λεμεσός, Κύπρος** **2021 - 2022**
  - **Πιστοποιητικό Επιμόρφωσης Σχολικών Συνεργατών/Συνεργατίδων** **08/04/2022**  
«Επιμόρφωση στη Θετική Διαχείριση Συμπεριφοράς Μαθητών/Μαθητριών»
- **Χείρνας - Πρώτες Βοήθειες** **12/2017 - 12/2020**
- **Δίπλωμα Διατησίας Βασικού Επιπέδου Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης - ΠΟΕΠΑ** **28/11/2015 - 12/12/2015**
- **Διαλέξεις Πρώτου και Δεύτερου Έτους του Ελεύθερου Πανεπιστημίου Τροόδους** **25/10/2013 - 05/06/2015**
  - **Πιστοποιητικό Παρακολούθησης**
- **Δίπλωμα Προπονητή Αντισφαίρισης - Επίπεδο 1** **15/05/2012 - 18/05/2012**
- **Συμμετοχή σε Σεμινάριο με θέμα Ανατομία της Ειρήνης** **25/07/2010 - 30/07/2010**
- **Συμμετοχή στην Ημερίδα Αθλητιατρικής - ΕΣΥΑΑ-ΚΟΑ** **23/03/2010**
- **Συμμετοχή στην Ημερίδα Αθλητιατρικής - ΕΣΥΑΑ-ΚΟΑ** **01/11/2008**
- **Δίπλωμα Προπονητή Βασικού Επιπέδου Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης** **24/11/2008 - 30/11/2008**
- **Δίπλωμα Διατησίας και Γραμματείας Πετοσφαίρισης** **12/2006 - 11/2007**
- **Δίπλωμα Γραμματείας Beach Volleyball** **18/04/2007 - 16/05/2007**
- **Δίπλωμα Διατησίας και Γραμματείας Καλαθοσφαίρισης** **10/2006 - 04/2007**
- **Σεμινάριο Προπονητικής Βασικού Επιπέδου Μπάτμιντον** **(Αγρός, 26/05/2006 - 28/05/2006)**
- **Εξειδικευμένα μαθήματα στις Πρώτες Βοήθειες για Αθλητικούς Χώρους** **2004 - 2015**
  - **Σύνδεσμος και Τάγμα Αγίου Ιωάννη Κύπρου** **(Λεμεσός, 2004 -2007, 2007-2010, 2012-2015)**
- **Η Φυσική Αγωγή στη Δημοτική Εκπαίδευση & ο ρόλος του Επιστήμονα Φυσικής Αγωγής σε αυτήν** **(Λεμεσός, 2004)**
- **Επιστημονική Προσέγγιση στον Αθλητισμό Αναπτυξιακής Ηλικίας** **2003**
  - **Εθνικό Σχέδιο Υποστήριξης Αναπτυξιακού Αθλητισμού** **Λευκωσία, 2003**
- **Μοντέρνο Πένταθλο - Διεθνείς Κανονισμοί-Οδηγίες για Διοργάνωση Αγώνων** **(Λευκωσία, 2002)**  
**Διάθλου-Τριάθλου**
- **Δ' Εθνικό Συνέδριο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού** **(Λεμεσός, 2002)**
- **Ολυμπισμός και Εθελοντισμός** **(Λευκωσία, 2002)**
- **Ημερίδα Αθλητιατρικής - Σεμινάριο Πρώτων Βοηθειών** **(Λευκωσία, 2001 - 2004)**
- **Β' Εθνικό Αθλητικό Συμπόσιο** **(Λευκωσία, 2001)**
- **Α' Εθνικό Συνέδριο Αθλητισμού ΔΗΣΥ** **(Λευκωσία, 2000)**
- **Προπόνηση Τερματοφυλάκων Ποδοσφαίρου** **(Βεβαίωση ΚΟΠ, 2000)**
- **Προπόνηση Τερματοφυλάκων Ποδοσφαίρου** **(Βεβαίωση ΚΟΠ, 1997)**
- **Δίπλωμα Παρατηρητή Διατησίας Ποδοσφαίρου Βασικού Επιπέδου** **1996**
- **Δίπλωμα Διατησίας Ποδοσφαίρου Βασικού Επιπέδου** **1996**

**ΠΡΟΥΠΗΡΕΣΙΑ  
(ΕΜΠΕΙΡΙΑ)**

- «ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ ΤΣΟΛΑΚΗΣ», Αγρός, Λεμεσός, Κύπρος **1995 - Σήμερα**  
Διαχειριστής Τουριστικών Διαμερισμάτων
- ΟΑΠ (ΟΜΑΔΑ ΑΜΕΣΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ), ΥΠΠΑΝ, Γυμνάσιο Αγίας Φυλάξεως & Τσίρειο Γυμνάσιο Λεμεσού **2021 - 2023**  
Σχολικός Συνεργάτης
  - 7 ώρες ημερησίως - 8 μαθητές
- ΟΛΟΗΜΕΡΟ «ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΛΑΙΧΩΡΙΟΥ» **2021 - 2023**  
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής 2021-2022
- ΕΡΓΟΛΗΠΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ «ΑΝΔΡΕΑΣ Α. ΤΣΟΛΑΚΗΣ & ΥΙΟΙ ΛΤΔ» **2004 - Σήμερα**  
Συνεργάτης (Προσφορά Δωρεάν Υπηρεσιών / Οικογενειακή Επιχείρηση) 2014 - Σήμερα  
Μισθωτός (Επιστάτης / Διαχείριση Γραφείου / Ετοιμασία Προσφορών, ΦΠΑ, κοκ) 01/10/2004 - 31/05/2014
- ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ «ΣΕΔΙΓΕΠ ΠΙΤΣΙΛΙΑΣ-ΤΡΟΟΔΟΥΣ» **2018 - 2019**  
Υπάλληλος Γενικών Καθηκόντων 01/09/2018 - 31/12/2018  
Υπάλληλος Γενικών Καθηκόντων 01/06/2019 - 31/12/2019
- ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ ΡΟΔΟΝ, Αγρός **01/03/2019 - 30/11/2019**  
Νυχτερινός Υπάλληλος Υποδοχής (23:00 - 07:00)
- ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΤΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ ΤΡΟΟΔΟΥΣ, Τρόδος, Κύπρος **2015 - 2017**  
Υπεύθυνος / Επιτηρητής Κατασκηνωτικού Χώρου 04/2017 - 10/2017  
Φύλακας Κατασκηνωτικού Χώρου 04/2016 - 10/2016  
Φύλακας Κατασκηνωτικού Χώρου 06/2015 - 10/2015
- ΟΛΟΗΜΕΡΟ «ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΥΠΕΡΟΥΝΤΑΣ» **2010 - 2013**  
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής 2010 - 2013
  - [2010-2011], [2011-2012] και [2012-2013]
- ΟΛΟΗΜΕΡΟ «ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΕΛΕΝΤΡΙΟΥ» **2009 - 2013**  
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής 2009 - 2013
  - [2009-2010], [2010-2011], [2011-2012] και [2012-2013]
- ΟΛΟΗΜΕΡΟ «ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΨΙΟΥΣ» **2008 - 2009**  
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής 2008 - 2009
  - [2008-2009]
- ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΥΠΡΟΥ, Ξενοδοχείο «ΡΟΔΟΝ», Αγρός, Λεμεσός **2012 - 2022**  
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
  - [2012-2022] [καλοκαιρινή περίοδος Ιουνίου-Ιουλίου]
- ΑΧΙΛΛΕΑΣ ΑΓΡΟΥ («Αθλητικός Όμιλος Αχιλλεύς Αγρού») **2006 - 2022**  
Προπονητής Παιδών, Εφήβων και Αντρών Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης 2008 - 2022
  - [2008-2009], [2009-2010], [2010-2011], [2011-2012], [2012-2013], [2013-2014], [2014-2015], [2015-2016], [2016-2017], [2016-2017], [2017-2018], [2018-2019], [2019-2020], [2020-2021], [2021-2022]
- Προπονητής Παιδών Καλαθόσφαιρας 2006 - 2014
  - [2006-2007], [2007-2008], [2008-2009], [2009-2010], [2010-2011], [2011-2012], [2012-2013], [2013-2014]
- Προπονητής Παιδών Ποδοσφαίρου 2008 - 2013
  - [2008-2009], [2009-2010], [2010-2011], [2011-2012], [2012-2013]
- Προπονητής Αντρών Καλαθόσφαιρας 2006 - 2010
  - [2006-2007], [2007-2008], [2008-2009], [2009-2010]
- “PEACEPLAYERS INTERNATIONAL”, Πρόγραμμα της UNDP - **2006 - 2011**  
Ηνωμένων Εθνών ( <https://www.cv.undp.org/> )  
Προπονητής Παιδών Καλαθόσφαιρας
  - Διεθνής μη κερδοσκοπική οργάνωση που ιδρύθηκε με στόχο «τα παιδιά που μαθαίνουν να παίζουν μαζί, μπορούν να μάθουν να ζουν μαζί»
  - [2006-2007], [2007-2008], [2008-2009], [2009-2010], [2010-2011]
- ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΠΕΠ ΠΙΤΣΙΛΙΑΣ («Αθλητική Ποδοσφαιρική Ένωση Πιτσιλιάς») **2000 - 2006**  
Προπονητής Παιδών & Εφήβων Ποδοσφαίρου 2000 - 2006
  - [2000-2001], [2001-2002], [2002-2003], [2003-2004], [2004-2005], [2005-2006]
- ΑΧΙΛΛΕΑΣ ΑΓΡΟΥ («Αθλητικός Όμιλος Αχιλλεύς Αγρού») **1995 - 2000**  
Προπονητής Εφήβων και Βοηθός Προπονητής Αντρών Καλαθόσφαιρας 1995 - 2000
  - [1995-1996], [1998-1999], [1999-2000]
- ΜΕΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ, ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΥΠΡΟΥ **2002 - 2003**  
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής 23/09/2002 - 31/08/2003
  - Λύκειο Αγίας Φυλάξεως & Γυμνάσιο Αγίου Δομετίου
- ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΚΥΠΡΟΥ, **2002 - 2003**  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΥΠΡΟΥ  
Προϋπηρεσιακή Κατάρτιση Εκπαιδευτικών
  - Βαθμός 86/100
- ΛΑΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ ΚΥΠΡΟΥ (CYPRUS POPULAR BANK / CPB BANK) **1997 - 2002**  
Λειτουργός Εξυπηρέτησης Πελατών 02/06/1997 - 30/09/2002
  - Υποκαταστήματα [084-Πλάτρες, Λαϊκή Επενδυτική-Λευκωσία]
  - Υποκαταστήματα [074-Αγρός, 021-Λεμεσός]
- ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ ΑΓΡΟΥ **1996 - 1997**  
Πολιτιστικός Λειτουργός Αγρού 08/04/1996 - 30/04/1997
  - Υπεύθυνος Πολιτιστικών Εκδηλώσεων

## ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΡΑΣΗ & ΠΡΟΣΦΟΡΑ

- **ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΑΓΡΟΥ (Κ.Σ.Α - ΚΟΙΝΟΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΑΓΡΟΥ)**  
Κοινοτάρχης Αγρού  
Αναπληρωτής Κοινοτάρχης Αγρού  
2012 - Σήμερα  
01/01/2022 - Σήμερα  
01/01/2012 - 31/12/2021
- **ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΦΟΡΕΙΑ ΑΓΡΟΥ**  
Πρόεδρος  
Μέλος  
○ Λύκειο, Ξενοδοχειακή Σχολή, Γυμνάσιο, Δημοτικό, Νηπιαγωγείο  
2012 - Σήμερα  
01/01/2022 - Σήμερα  
01/01/2012 - 31/12/2021
- **ΣΚΕ ΑΓΡΟΥ - ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΥ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ (ΣΚΕ)**  
Αντιπρόεδρος Επιτροπής  
Μέλος Επιτροπής  
○ Ασχολείται ιδιαίτερα με τον Βρεφονηπιοκομικό Σταθμό, την Παιδική Λέσχη και την κατ' οίκον φροντίδα ηλικιωμένων ατόμων  
2012 - Σήμερα  
01/01/2015 - Σήμερα  
01/01/2012 - 31/12/2014
- **ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΓΟΝΕΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ ΑΠΩΛΕΙΑ ΑΚΟΗΣ**  
Βοηθός Ταμίας  
01/01/2016 - Σήμερα
- **ΤΟΠΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΗΣΥ ΑΓΡΟΥ**  
Ταμίας & Οργανωτικός  
Ταμίας  
2013 - Σήμερα  
01/12/2018 - Σήμερα  
06/11/2013 - 01/12/2018
- **ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΗΣΥ (ΣΥΜΠΛΕΓΜΑ ΠΙΤΣΙΛΙΑΣ - ΑΓΡΟΥ)**  
Περιφερειακός Υπεύθυνος  
○ Αγρός, Άγιος Ιωάννης Αγρού, Άγιος Θεόδωρος Αγρού, Κάτω Μύλος, Χανδριά, Αγρίδια  
2014 - 2021  
07/05/2014 - 07/05/2021
- Ταμίας Ερανικής Επιτροπής Ανεγέρσεως της Ιεράς Μονής του Μεγάλου Αγρού  
10/03/2009 - Σήμερα
- Ταμίας Εκκλησιαστικής Επιτροπής Ιερού Ναού Αγίων Γερασίμων στον Αγρό  
03/03/2008 - Σήμερα
- Μέλος Συνδέσμου Γονέων Περιφερειακού Δημοτικού Σχολείου & Νηπιαγωγείου Αγρού  
2013 - 2014
- Γραμματέας θεμάτων Οργάνωσης Νέων Επιστημόνων ΔΗΣΥ  
2005 - 2007
- Μέλος Επιτροπής Αθλητισμού ΔΗΣΥ  
2005 - 2007
- Μέλος Στέγης Ευγηρίας Αγρού (Γηροκομείο)
- Μέλος Φιλοδασικού Συνδέσμου Αγρού
- Μέλος Συνδέσμου Αγροτών και Φύλων Αγρού
- Μέλος Αθλητικού Ομίλου Αχιλλέα Αγρού
- Μέλος ΠΑΣΥΠΕΦΑΑ - Παγκύπριος Σύνδεσμος Πτυχιούχων Επιστημόνων Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού
- Μέλος ΓΣΟ
- Μέλος Επαρχιακού Συμβουλίου ΝΕΔΗΣΥ Λεμεσού  
1996 - 2005
- Πρόεδρος Φ.Π.Κ. Πρωτοπορία Αθήνας  
1994 - 1995
- Μέλος Φ.Π.Κ. Πρωτοπορία Αθήνας  
1991 - 1994
- Πρόεδρος Μαθητικού Συμβουλίου Απεητείου Γυμνασίου Αγρού  
1989 - 1990

---

## ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗ ΘΗΤΕΙΑ

- **Εθνική Φρουρά (13 μήνες θητεία με το βαθμό του Τυφεκιοφόρου)**  
○ Γραφέας 2<sup>ου</sup> Γραφείου - ενασχόληση με απόρρητες πληροφορίες  
1990 - 1991  
05/07/1990 - 10/08/1991
-