
ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

ΟΝΟΜΑ	: Αντώνης	ΕΠΙΘΕΤΟ	: Τσολάκης
ΗΜΕΡ. ΓΕΝΝΗΣΗΣ	: 16/09/1972	ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ	: Γρίβα Διγενή 63,
ΚΑΤΑΓΩΓΗ	: Αγρός		4860 Αγρός, Λεμεσός
ΤΗΛΕΦΩΝΟ	: +357 99 666566	ΤΗΛΕΜΟΙΟΤΥΠΟ	: +357 25 521101
EMAIL	: tsolakisa.antonis@gmail.com		

**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 Απευτείου Γυμνασίου Αγρού 1990
 - Βαθμός (18,8/12 - Άριστα)
-

**ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ
(ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ / CERTIFICATES)**

- Αγγλική Γλώσσα - PITMAN EXAMINATION INSTITUTE 1988
 - ELEMENTARY LEVEL (Πιστοποιητικό / Certificate)
 - 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)**

- ΔΕΞΙΑ ΙΔΙΩΤΗ ΦΥΛΑΚΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ 02/2018 - 10/2029
 - Μ.Σ.. «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»
 - Χείρωνα - Πρώτες Βοήθειες 12/2017 - 12/2020
 - Δίπλωμα Διαιτησίας 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 Διαιτησίας και Γραμματείας Πετοσφαίρισης 12/2006 - 11/2007
 - Δίπλωμα Γραμματείας Beach Volleyball 18/04/2007 - 16/05/2007
 - Δίπλωμα Διαιτησίας 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 Διάθλου-Τριάθλου (Λευκωσία, 2002)
 - Α΄ 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 Διαιτησίας Ποδοσφαίρου Βασικού Επιπέδου 1996
 - Δίπλωμα Διαιτησίας Ποδοσφαίρου Βασικού Επιπέδου 1996
-

**ΠΡΟΥΠΗΡΕΣΙΑ
(ΕΜΠΕΙΡΙΑ)**

- **«ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ ΤΣΟΛΑΚΗΣ», Αγρός, Λεμεσός, Κύπρος** **1995 - Σήμερα**
Διαχειριστής Τουριστικών Διαμερισμάτων
- **ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ Υ.Π.Α.Ν. (Υπουργείου Παιδείας, Αθλητισμού & Νεολαίας)** **2023 – Σήμερα**
Κοινοίτητες: Αγρός, Άγιος Ιωάννης Πιτσιλιάς, Λουβαράς, Πελένδρι, Δύμες
Κοινοίτητες: Αγρός, Παλαιχώρι, Άγιος Ιωάννης Πιτσιλιάς, Λουβαράς, Πελένδρι, Δύμες
Κοινοίτητες: Αγρός, Παλαιχώρι, Άγιος Ιωάννης Πιτσιλιάς, Λουβαράς, Πελένδρι, Κυπερούντα
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής (Γενική Εκγύμναση - Πυλάτες)
○ 16 ώρες εβδομαδιαίως 2024-2025
○ 16 ώρες εβδομαδιαίως 2024-2025
○ 18 ώρες εβδομαδιαίως 2023-2024
- **ΟΛΟΗΜΕΡΟ «ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΠΑΛΑΙΧΩΡΙΟΥ»** **2021 - 2025**
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής (Αθλοπαίδιές - Αντισφαίριση / 08 Ωρες Εβδομαδιαίως) 2021-2025
- **ΟΑΠ (ΟΜΑΔΑ ΑΜΕΣΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ), ΥΠΠΑΝ, Γυμνάσιο Αγίας Φυλάξεως & Τσίρειο Γυμνάσιο Λεμεσού** **2021 - 2023**
Σχολικός Συνεργάτης
○ 7 ώρες ημερησίως - 8 μαθητές
- **ΕΡΓΟΔΗΠΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ «ΑΝΑΡΕΑΣ Α. ΤΣΟΛΑΚΗΣ & ΥΙΟΙ ΑΤΑ»** **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 «ΣΕΛΙΓΕΗ 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 - 2025**
Προπονητής Παιδών, Εφήβων και Αντρών Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης 2008 - 2025
○ [2008-2009], [2009-2010], [2010-2011], [2011-2012], [2012-2013], [2013-2014], [2014-2015], [2015-2016], [2016-2017], [2017-2018], [2018-2019], [2019-2020], [2020-2021], [2021-2022], [2022-2023], [2023-2024], [2024-2025], [2025-2026]
- 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 - Ηνωμένων Εθνών (<https://www.cy.undp.org/>)** **2006 - 2011**
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, ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΥΠΡΟΥ** **2002 - 2003**
Προϋπηρεσιακή Κατάρτιση Εκπαιδευτικών
○ Βαθμός 86/100

**ΠΡΟΥΠΗΡΕΣΙΑ
(ΕΜΠΕΙΡΙΑ)
--ΣΥΝΕΧΕΙΑ--**

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• ΛΑΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ ΚΥΠΡΟΥ (CYPRUS POPULAR BANK / CPB BANK)
<u>Λειτουργός Εξυπηρέτησης Πελατών</u><ul style="list-style-type: none">ο Υποκαταστήματα [084-Πλάτρες, Λαϊκή Επενδυτική-Λευκωσία]ο Υποκαταστήματα [074-Αγρός, 021-Λεμεσός]• ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ ΑΓΡΟΥ
<u>Πολιτιστικός Λειτουργός Αγρού</u><ul style="list-style-type: none">ο Υπεύθυνος Πολιτιστικών Εκδηλώσεων | <p>1997 - 2002
<u>02/06/1997 - 30/09/2002</u></p> <p>1996 - 1997
<u>08/04/1996 - 30/04/1997</u></p> |
|--|---|

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΡΑΣΗ & ΠΡΟΣΦΟΡΑ

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΑΓΡΟΥ (Κ.Σ.Α - ΚΟΙΝΟΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΑΓΡΟΥ)
<u>Κοινοτάρχης Αγρού</u>
<u>Αναπληρωτής Κοινοτάρχης Αγρού</u>• ΣΥΜΠΛΕΓΜΑ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ ΟΡΕΙΝΗΣ ΠΙΤΣΙΛΙΑΣ ΤΡΟΟΔΟΥΣ (ΣΥΚ ΟΡΕΙΝΗΣ)
<u>Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου (5-ΕΤΗΣ ΘΗΤΕΙΑ)</u>• ΕΝΩΣΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΩΝ ΛΕΜΕΣΟΥ
<u>Εξελεγμένο Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου (5-ΕΤΗΣ ΘΗΤΕΙΑ)</u>• ΣΧΟΛΙΚΗ ΕΦΟΡΕΙΑ ΑΓΡΟΥ
<u>Πρόεδρος</u>
<u>Μέλος</u><ul style="list-style-type: none">ο Λύκειο, Ξενοδοχειακή Σχολή, Γυμνάσιο, Δημοτικό, Νηπιαγωγείο• ΣΚΕ ΑΓΡΟΥ - ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΥ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ (ΣΚΕ)
<u>Πρόεδρος Διοικούσας Επιτροπής</u>
<u>Αντιπρόεδρος Επιτροπής (Εκτελών Χρέη Προέδρου)</u>
<u>Αντιπρόεδρος Επιτροπής</u>
<u>Μέλος Επιτροπής</u><ul style="list-style-type: none">ο Ασχολείται ιδιαίτερα με τον Βρεφονηπιοκομικό Σταθμό, την Παιδική Λέσχη και την κατ' οίκον φροντίδα ηλικιωμένων ατόμων• ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΓΟΝΕΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ ΑΠΩΛΕΙΑ ΑΚΟΗΣ
<u>Βοηθός Ταμίας</u>• ΤΟΠΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΚΟΥ ΣΥΝΑΓΕΡΜΟΥ (ΔΗΣΥ) ΑΓΡΟΥ
<u>Πρόεδρος</u>
<u>Ταμίας & Οργανωτικός</u>
<u>Ταμίας</u>• ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΗΣΥ (ΣΥΜΠΛΕΓΜΑ ΠΙΤΣΙΛΙΑΣ - ΑΓΡΟΥ)
<u>Περιφερειακός Υπεύθυνος</u><ul style="list-style-type: none">ο Αγρός, Άγιος Ιωάννης Αγρού, Άγιος Θεόδωρος Αγρού, Κάτω Μύλος, Χανδριά, Αγρίδια• <u>Ταμίας</u> Ερανικής Επιτροπής Ανεγέρσεως της Ιεράς Μονής του Μεγάλου Αγρού• <u>Ταμίας</u> Εκκλησιαστικής Επιτροπής Ιερού Ναού Αγίων Γερασίμων στον Αγρό• <u>Εθελοντής Ψάλτης</u> Ιερού Ναού Παναγίας Αγρού στον Αγρό (<u>Εθελοντική Προσφορά στον Ναό</u>)• <u>Μέλος</u> Συνδέσμου Γονέων Περιφερειακού Δημοτικού Σχολείου & Νηπιαγωγείου Αγρού• <u>Γραμματέας</u> θεμάτων Οργάνωσης Νέων Επιστημόνων ΔΗΣΥ• <u>Μέλος</u> Επιτροπής Αθλητισμού ΔΗΣΥ• <u>Μέλος</u> Στέγης Ευγηρίας Αγρού (Γηροκομείο)• <u>Μέλος</u> Φιλοδοσιακού Συνδέσμου Αγρού• <u>Μέλος</u> Συνδέσμου Αγροτών και Φύλων Αγρού• <u>Μέλος</u> Αθλητικού Ομίλου Αχιλλέα Αγρού• <u>Μέλος</u> ΠΑΣΥΠΕΦΑΑ - Παγκύπριος Σύνδεσμος Πτυχιούχων Επιστημόνων Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού• <u>Μέλος</u> ΓΣΟ• <u>Μέλος</u> Επαρχιακού Συμβουλίου ΝΕΔΗΣΥ Λεμεσού• <u>Πρόεδρος</u> Φ.Π.Κ. Πρωτοπορία Αθήνας• <u>Μέλος</u> Φ.Π.Κ. Πρωτοπορία Αθήνας• <u>Πρόεδρος</u> Μαθητικού Συμβουλίου Απεητειού Γυμνασίου Αγρού | <p>2012 - Σήμερα
<u>01/01/2022 - Σήμερα</u>
<u>01/01/2012 - 31/12/2021</u></p> <p>2024 - Σήμερα
<u>01/07/2024 - Σήμερα</u></p> <p>2024 - Σήμερα
<u>06/07/2024 - Σήμερα</u></p> <p>2012 - Σήμερα
<u>01/01/2022 - Σήμερα</u>
<u>01/01/2012 - 31/12/2021</u></p> <p>2012 - Σήμερα
<u>10/11/2024 - Σήμερα</u>
<u>01/06/2023 - 09/11/2024</u>
<u>01/01/2015 - 30/05/2023</u>
<u>01/01/2012 - 31/12/2014</u></p> <p>01/01/2016 - Σήμερα</p> <p>2013 - Σήμερα
<u>27/11/2024 - 26/11/2024</u>
<u>01/12/2018 - 26/11/2024</u>
<u>06/11/2013 - 01/12/2018</u></p> <p>2014 - 2021
<u>07/05/2014 - 07/05/2021</u></p> <p>10/03/2009 - Σήμερα
03/03/2008 - Σήμερα</p> <p>1987 - Σήμερα
2013 - 2014
2005 - 2007
2005 - 2007</p> <p>1996 - 2005
1994 - 1995
1991 - 1994
1989 - 1990</p> |
|---|--|

ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΗ ΘΗΤΕΙΑ

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Εθνική Φρουρά (Εθελοντής Εθνοφύλακας - Εθνοφύλακας - Έφεδρος)<ul style="list-style-type: none">ο Εθελοντής - Εθνοφύλακαςο Έφεδρος - Εθνοφύλακας• Εθνική Φρουρά (13 μήνες θητεία με το βαθμό του Τυφεκιοφόρου)<ul style="list-style-type: none">ο Γραφέας 2^{ου} Γραφείου - ενασχόληση με απόρρητες πληροφορίες | <p>1997 - Σήμερα
<u>01/01/2023 - Σήμερα</u>
<u>1997 - 2022</u></p> <p>1990 - 1991
<u>05/07/1990 - 10/08/1991</u></p> |
|--|--|
-