

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Μαρία Πολύζου



- Η Μαρία Πολύζου OLYMPIANS, - ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ είναι η πρώτη Ελληνίδα που αγωνίστηκε σε μαραθώνιο δρόμο, σε Ολυμπιακούς Αγώνες, στην Ατλάντα το 1996.
- Υπήρξε πρωταθλήτρια επί είκοσι συναπτά έτη και κάτοχος του ρεκόρ Ελλάδας, στο μαραθώνιο δρόμο, ρεκόρ που διατηρείται μέχρι και σήμερα με 2:33:40.
- Κατέχει την καλύτερη ελληνική επίδοση στην αυθεντική διαδρομή Μαραθώνας- Αθήνα με χρόνο 2:39:10 από το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα του 1997, όπου κατέλαβε και την 12^η θέση.
- Είναι κάτοχος του Πανελληνίου Ρεκόρ στον Ημιμαραθώνιο με χρόνο 1:13:31 από το 1998
- Κατέκτησε το Πρώτο Χρυσό Βαλκανικό Μετάλλιο σε Μαραθώνιο Δρόμο, σημειώνοντας Βαλκανικό Ρεκόρ τρέχοντας στην Κωνσταντινούπολη το 1990. Προς τιμήν της ακούστηκε ο Εθνικός Ύμνος μέσα στην πόλη.
- Κατέρριψε 14 Πανελλήνια Ρεκόρ, σε διάφορες αποστάσεις.
- Τον Ιούλιο του 2010 επανέλαβε ένα άθλο της Παγκόσμιας ιστορίας. Στην επέτειο των 2.500 χρόνων από την Μάχη του Μαραθώνα, διάνυσε,

τρέχοντας την απόσταση από την Αθήνα στην Σπάρτη, ξεκουράστηκε μία ώρα, και πήρε, τρέχοντας πάλι, τον δρόμο της επιστροφής. Στην Ακρόπολη πρώτα και από εκεί στο τύμβο των πεσόντων στον Μαραθώνα. Σε επτά ημέρες η Μαρία, διένυσε 524 χιλιόμετρα, απόσταση που αντιστοιχεί περίπου σε 13 μαραθωνίους (42χλμ). Αυτός είναι ο Φειδιππίδεις Άθλος, και η Μαρία Πολύζου είναι η μοναδική γυναίκα από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα που κατάφερε να τον επαναλάβει.

- Ανακηρύχτηκε Πρέσβειρα του Μαραθωνίου Δρόμου το 2009.
- Ανακηρύχθηκε AMBASSADOR της ELYZA για τα κακοποιημένα παιδιά και στηρίζει ενεργά, με μία σειρά από δράσεις, στην καταπολέμηση της ΒΙΑΣ.
- Ανακηρύχθηκε AMBASSADOR της EUROPA DONNA GREECE για την υποστήριξη της και το έργο που προσφέρει στις γυναίκες με καρκίνο του μαστού.
- Συνδράμει ενεργά για την καταπολέμηση της ΒΙΑΣ ενάντια των γυναικών, με ομιλίες και παρουσιάσεις στέλνοντας δυνατά μηνύματα στην κοινωνία.
- Είναι μέλος της Επιτροπής Γυναικών της AIMΣ (Παγκόσμια Ομοσπονδία Μαραθωνίου δρόμου) για την ανάπτυξη του δρομικού κινήματος στο κόσμο.
- Είναι απόφοιτη του ΤΕΦΦΑ ΑΘΗΝΩΝ
- Είναι συγγραφέας των Βιβλίων
- «ΨΥΧΗ ΤΕ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΙ» ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΜΕΓΑΛΗ ΚΩΠΗ ΚΑΙ
- « ΜΗΝ ΤΑ ΠΑΡΑΤΑΣ΄ » ΕΚΔΟΣΕΙΣ KEYBOOKS
-
- Το 2016 εκδόθηκε το παιδικό παραμύθι « ΕΝΑΣ ΓΙΓΑΝΤΑΣ ΠΟΥ ΤΟΝ ΕΛΕΓΑΝ Μ.Π. από την συγγραφέα Μάγδα Κωστοπούλου- Μπέριου., στην ελληνική και στην αγγλική γλώσσα
-
- Υπήρξε Διευθύντρια του Μουσείου Μαραθωνίου δρόμου
- Είναι προπονήτρια μεγάλων αποστάσεων και έχει δημιουργήσει την δική της ομάδα την MARATHON TEAM GREECE by Maria Polyzou η οποία έχει βραβευθεί από φορείς και συλλόγους για την δράση της στο πρόγραμμα αθλητισμός και κοινωνική αλληλεγγύη «42.195»
- Συνεχίζει και αγωνίζεται μέχρι και σήμερα προσφέροντας κάθε χιλιόμετρο στον συνάνθρωπο για να υποστηρίξει ανθρώπους που έχουν ανάγκη .

ΤΙΜΗΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

- Πρέσβειρα του Ελληνικού Αθλητισμού και του Μαραθωνίου Δρόμου
- Είναι μέλος στην Οργανωτική Επιτροπή του Μαραθωνίου της Αθήνας
- Επίτιμο Μέλος των Μεταλλιούχων Ολυμπιονικών Ελλάδος

- ΜΕΛΟΣ ΤΩΝ OLYMPIANS GREECE

- Από το 2020 , παρουσιάζει ομιλίες σε γυναίκες που πάσχουν από τον καρκίνο του μαστού , καθώς η ίδια πέρασε τον μαραθώνιο της ζωής όπως τον αποκαλεί, και δείχνει στις γυναίκες τον τρόπο που μπορεί η άσκηση να συμβάλει στην αποκατάσταση μίας γυναίκας μετά από το χειρουργείο , χημειοθεραπείες και ακτινοβολίες .

- Είναι Πρέσβειρα της «Γυναίκες στην Ογκολογία» (w4o) είναι ένα δυναμικό δίκτυο γυναικών γιατρών που ασχολούνται με την Ογκολογία

- Έχει τιμηθεί από τον Πρωθυπουργό της χώρας μας κ. Κυριάκο Μητσοτάκη το 2021 για την προσφορά της και τα κοινωνικά μηνύματα που δίνει Πανελλήνια για τον καρκίνο του μαστού.

- Επίτιμο Μέλος της Πανελλήνιας Οργάνωσης για την Οικογένεια και το Παιδί

- Επίτιμο Μέλος του Συλλόγου Δρομέων Υγείας Πειραιά

- Μετά από επίσημη πρόσκληση των διοργανωτών μετέφερα τη φλόγα του Μαραθωνίου Δρόμου από τον Μαραθώνα - τη γενέτειρα πόλη του μαραθωνίου δρόμου - στους παρακάτω διεθνείς μαραθωνίους: Βοστόνη, Πράγα, Χιαμέν (Κίνας), Βομβάη.

- Ανακηρύχτηκε Επίτιμος Δημότης της πόλης του Μαραθώνα, από το Διοικητικό Συμβούλιο του Μαραθώνα, το 2008

- Βραβεύθηκα από τον Υπουργό Πολιτισμού του Λιβάνου για τον Φειδιππίδειο Άθλο.

- Βραβεύθηκε από τον Αρχηγό Στρατού ΓΕΕΘΑ κ. Φράγκο Φραγκούλη με την μέγιστη τιμή για τον Φειδιππίδιο Άθλο στην επέτειο της Μάχης του Μαραθώνα
- Τιμήθηκε από τον ΣΕΓΑΣ στο Παναθηναϊκό στάδιο για τα 120 χρόνια του Μαραθωνίου δρόμου ως μία από τις κορυφαίες μαραθωνοδρόμων όλων των εποχών.
. Τιμήθηκε από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Μαραθωνίου δρόμου για την ανάπτυξη του δρομικού τρεξίματος παγκοσμίως.
- Έχει βραβευτεί από συλλόγους και ομοσπονδίες στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

- Από το 2011 έως και σήμερα, στο πρόγραμμα μαραθώνιος και κοινωνική αλληλεγγύη «42.195» της MARATHON TEAM GREECE by Maria Polyzou συμβάλει στην υποστήριξη της ΜΚΟ « ΜΠΟΡΟΥΜΕ» συλλέγοντας 40.000 μερίδες φαγητού για άστεγους και ανθρώπους που έχουν ανάγκη.
- Μέσω του προγράμματος προσέφερε δεκάδες παπούτσια αθλητικά σε πρόσφυγες καθώς και αθλητικό υλικό σε ανθρώπους που έχουν ανάγκη.
- Συνδράμει ενεργά στην καταπολέμηση της φτώχειας της χώρας μέσω δωρεάς τροφίμων σε κοινωνικά παντοπωλεία της χώρας και η ίδια ενεργά βρίσκεται εκεί για να προσφέρει όπου την χρειαστούν.
- Υποστηρίζει ενεργά το «ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ» στα παιδιά που έχουν ανάγκη εθελοντών δοτών μυελού των οστών, με μία σειρά από αγώνες σε όλη την Ελλάδα, παίρνοντας μέρος η ίδια ως εθελόντρια που έχει εκπαιδευτεί, δείγματα για την παγκόσμια τράπεζα μυελού των οστών. Το παιδικό παραμύθι που εκδόθηκε με την ζωή της , μέρος των εσόδων πηγαίνει στο ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑ.
- Επισκέπτεται γηροκομεία, ορφανοτροφεία, νοσοκομεία και άσυλο ανιάτων της χώρας μας, συνδράμοντας τόσο με την παρουσία της όσο και ενεργά στις αντίστοιχες ανάγκες κάθε ιδρύματος.

- Στα τέλη του 2020 και ενόσω ήταν σε περίοδο χημειοθεραπειών, δεν δίστασε να διοργανώσει αγώνα δρόμου για την ενίσχυση και την προσφορά τροφίμων και δωρεά χρημάτων στην « κιβωτό του κόσμου» του Πατέρα Αντώνιου με μεγάλη ανταπόκριση από τον κόσμο.
- Φροντίζει μέσω του προγράμματος της αθλητισμός και κοινωνικής αλληλεγγύης του άστεγους στην πόλη της Αθήνας ενεργά πολλές φορές μαγειρεύοντας η ίδια δεκάδες μερίδες ζεστού φαγητού και τα προσφέρει σε τακτικά χρονικά διαστήματα παίρνοντας από τις γειτονιές στο κέντρο της Αθήνας.
- Είναι πάντα κοντά στους σεισμόπληκτους σε όποια πλευρά της χώρας και αν πλήττονται οι άνθρωποι , στέλνοντας τρόφιμα, είδη ρουχισμού και είδη τροφίμων και φαρμακευτικού υλικού.
- Ήταν στο πλευρό των ανθρώπων που επλήγησαν στην Μάνδρα Αττικής και στην Καρδίτσα, φροντίζοντας από την πρώτη στιγμή στην ενίσχυση των πολιτών που επλήγησαν με υλικό και πρώτες βοήθειες.
- Είναι πάντα στο πλευρό του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού και συνδράμει ενεργά με την παρουσία της όπου της ζητηθεί.

- Άλλωστε όπως λέει και η ίδια «τα χέρια που προσφέρουν είναι καλύτερα από τα χέρια που προσεύχονται»
- Επισκέπτεται σχολεία και μιλάει στα παιδιά για της αξίες του αθλητισμού.
- Επισκέπτεται καταυλισμούς τσιγγάνων και ρομά. Ταξιδεύει στην Κένυα και στην Ινδία για ανιδιοτελείς υπηρεσίες .. γιατί η αγάπη και η προσφορά δεν γνωρίζει σύνορα.
- Υποστηρίζει ενεργά τους Γιατρούς του κόσμου, συλλέγοντας ιατροφαρμακευτικό υλικό που ταξιδεύει σε κάθε γωνιά της γης που υποφέρει.
- Η προσφορά ανιδιοτελούς υπηρεσίας είναι το οξυγόνο της ζωής.
- Ο Πρωθυπουργός της χώρας κ. Κυριακός Μητσοτάκης το 2021 της απέστειλε ιδιόχειρη επιστολή για την προσφορά της και το θάρρος να μιλήσει δημόσια και να υποστηρίξει κακοποιημένα παιδιά και να την καλέσει στο εθνικό πρόγραμμα ενάντια στην σεξουαλική κακοποίηση των παιδιών στην χώρα μας.

- Η Πρόεδρος της Δημοκρατίας κ. Κατερίνα Σακελαροπούλου το 2021, απέστειλε ιδιόχειρη επιστολή για την προσφορά της και το θάρρος να μιλήσει δημόσια και να υποστηρίξει κακοποιημένα παιδιά και τάσσεται στο πλευρό της στον αγώνα ζωής και προσφοράς στην κοινωνία με κοινές δράσεις με την Προεδρία της Ελληνικής Δημοκρατίας.
- Ανακηρύχθηκε Πρέσβειρα της ΜΚΟ «ELIZA” που αφορά την προστασία των παιδιών .
Ο Σύλλογος EUROPA DONNA GREECE την ανακήρυξε Πρέσβειρα στην εκστρατεία της πρόληψης και της ενημέρωσης των γυναικών κατά του καρκίνου του μαστού.

ΔΙΑΛΕΞΕΙΣ

- Ομιλία σε διευθυντές μεγάλων εταιρειών και στους εργαζόμενους, για τον τρόπο που πετυχαίνεις μεγάλους στόχους.
- Ομιλία με θέμα «NOTHING IS IMPOSSIBLE”» σε ανθρώπους που θέλουν να πετύχουν σε πολλά επίπεδα στην ζωή τους.
- Έχει επισκεφθεί και έχει κάνει ομιλίες σε σχολεία πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμιας εκπαίδευση στην Ελλάδα και στην Κύπρο
- Ημερίδα «Ευρωπαϊκή πολιτική σε θέματα Αθλητισμού και Λευκή Βίβλος».
- Ευρωπαϊκή πολιτική κατά του Ντόπινγκ
- Ολυμπιακή φλόγα - Πολιτιστική και Αθλητική κουλτούρα Κίνας- Ελλάδας.
- Ιστορία του Αγώνισματος του Μαραθωνίου Δρόμου (Μουσείο Μαραθωνίου Δρόμου
- Ιστορική Αναδρομή του Μαραθωνίου Δρόμου στις γυναίκες.
(1^ο Παγκόσμιο Συνέδριο AIMΣ – Μαραθώνας

- Μαραθώνιος Δρόμος – Σύμβολο της ανθρώπινης υπέρβασης
(2° Παγκόσμιο Συνέδριο AIMΣ – Μαραθώνας
- Ημερίδα για την καταπολέμηση του Ντόπινγκ
- Η σημασία του συμβόλου της Μαραθώνιας Φλόγας (Βομβάη 2010)
- Ομιλίες σε ελληνικά και Αμερικάνικα κολλέγια, για το αγώνισμα του μαραθωνίου Δρόμου
- Ο αθλητισμός και η σημασία του στα νέα παιδιά
- Ομιλίες για τον αθλητισμό σε ιδιωτικά και Δημόσια σχολεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης
- Ομιλίες σε Αθλητικούς και Πολιτιστικούς συλλόγους για την αξία του αθλητισμού
- Ιστορική εξέλιξη του μαραθωνίου δρόμου στις γυναίκες (Ξενοδοχείο Λυκαβέτους)

ΠΡΟΛΟΓΙΣΕΙΣ ΒΙΒΛΙΩΝ

- Παιδικό παραμύθι «Ο Νικόλας και η Άννα»
- « Μαραθώνιος - Ραντεβού με την Ιστορία» Γιάννη Μαμουζέλου.
- «Το επτάήμερο του αιώνα» Γιάννη Κούρου.
- «Στα χνάρια του Παναγιώτη Σκουλή» Κώστα Σάμιου.

- «Μαραθώνιος Δρόμος» Ηρακλή Αθανασόπουλου.
- Παρουσίαση του ντοκυμαντέρ «Μαραθώνιος μία Ελληνική Ιστορία» Χάιντι Διακομοπούλου
- Παρουσίαση του παραμυθιού του ΣΤΕΛΙΟΥ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗ στην Ελληνική Ολυμπιακή επιτροπή.
- Από το 2018 παρουσιάζει την Εκπομπή KEEP RUNNING STAR TV με τον δημοσιογράφο Νίκο Αρμένη και κάθε Δευτέρα στο ραδιόφωνο του ALPHA 9.89 με τον Τάκη Πουρναράκη δίνει συμβουλές για το τρέξιμο.

Με αθλητικούς χαιρετισμούς

MARATHON TEAM GREECE by Maria Polyzou

**Προπονήτρια- Συγγραφέας και Πρωταθλήτρια και κάτοχος του Ρεκόρ Ελλάδος στο
μαραθώνιο.**

[http:// www.mariapolyzou.com](http://www.mariapolyzou.com)

<https://www.facebook.com/maria.polyzou.50?fref=photo>

[Mob + 00 30 6979 490858](tel:+302036979490858)