

GAME OVER ΣΤΟ HANGOVER.

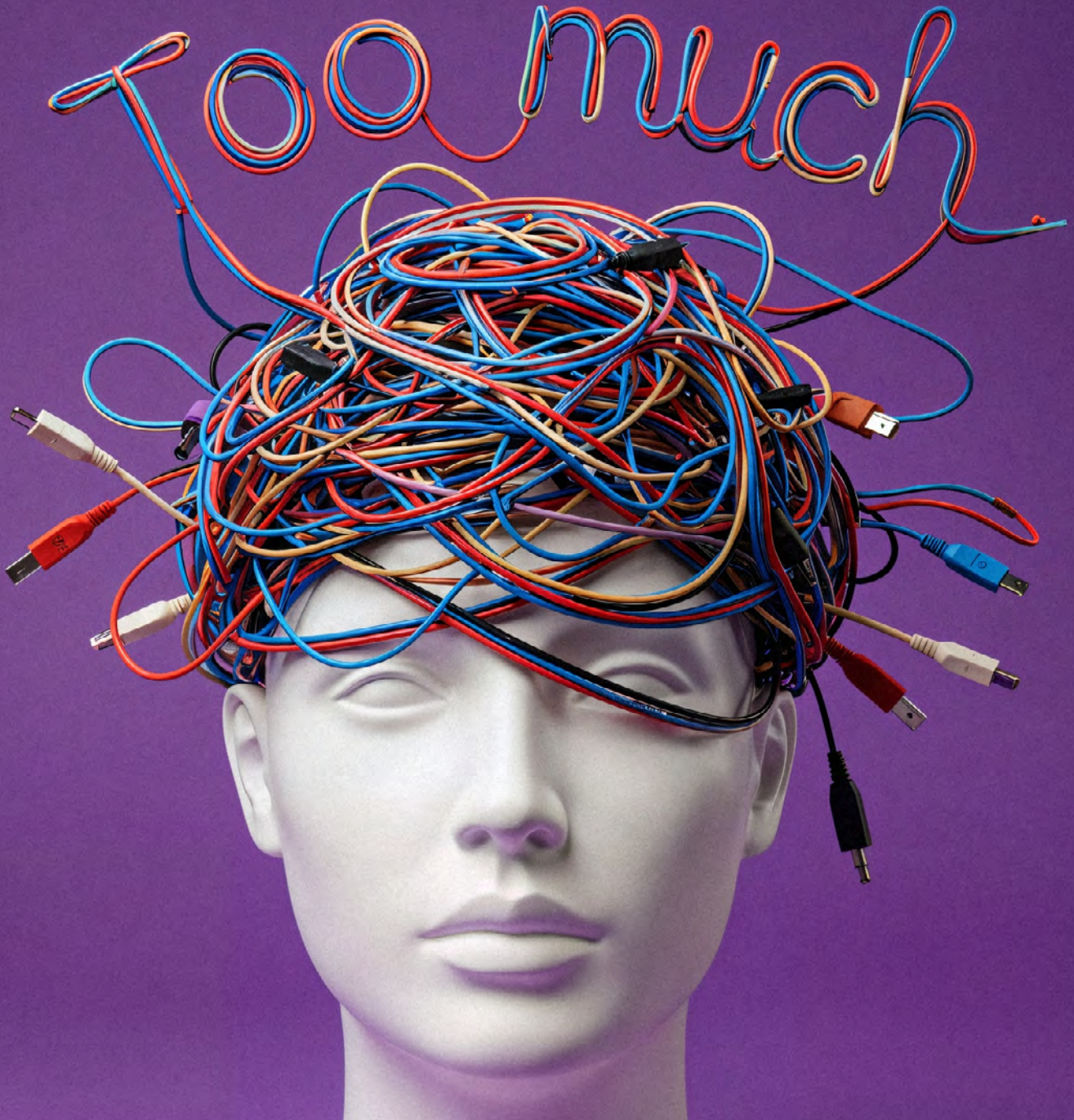
0% ΑΛΚΟΟΛ. 0% ΘΕΡΜΙΔΕΣ.



green
ΜΕ ΑΛΗΘΕΙΕΣ.
ΚΑΙ ΦΥΣΑΛΙΔΕΣ.

COLAS - FLAVORS - MOCKTAILS - MIXERS

SAY *yes* to the **press**
YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE



**ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΟΤΙ ΣΚΕΦΤΕΣΑΙ
ΠΟΛΥ. ΕΙΝΑΙ ΟΤΙ ΔΕΝ ΣΤΑΜΑΤΑΣ ΠΟΤΕ.**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Υπάρχει μια ερώτηση που κάνουμε συνέχεια, αλλά σχεδόν ποτέ δεν απαντάμε ειλικρινά.

«Πώς είσαι;»

Η πιο συνηθισμένη απάντηση είναι ένα βιαστικό «καλά». Ακόμα κι όταν δεν είμαστε. Ακόμα κι όταν έχουμε κοιμηθεί τρεις ώρες. Ακόμα κι όταν κάτι μας έχει πληγώσει. Ακόμα κι όταν νιώθουμε ότι όλα μάς πέφτουν λίγα.

Γιατί μάθαμε ότι το να είσαι ευαίσθητος είναι αδυναμία. Ότι δεν πρέπει να σε επηρεάζουν τα λόγια των άλλων. Ότι δεν κάνει να κλαις εύκολα. Ότι πρέπει να «σκληραγωγηθείς». Ότι όποιος δείχνει τα συναισθήματά του είναι υπερβολικός.

Κι έτσι, μεγαλώσαμε προσπαθώντας να κρύβουμε αυτό που πραγματικά νιώθουμε.

Μόνο που η ευαισθησία δεν εξαφανίζεται επειδή την αγνοείς. Απλώς αλλάζει μορφή. Γίνεται άγχος. Κούραση. Νεύρα. Απόσταση από τους ανθρώπους που αγαπάς. Γίνεται εκείνο το «δεν έχω τίποτα», ενώ μέσα σου γίνεται χαμός.

Και ξέρεις ποιο είναι το παράξενο; Οι άνθρωποι που θυμόμαστε περισσότερο δεν είναι οι πιο σκληροί. Είναι εκείνοι που συγκινήθηκαν μαζί μας. Που δεν ντράπηκαν να πουν «φοβάμαι», «στενοχωρήθηκα», «μου έλειψες», «σε αγαπώ».

Ίσως τελικά η ευαισθησία να μην είναι αυτό που μας κάνει αδύναμους. Ίσως να είναι αυτό που μας κάνει ανθρώπους.

Δεν χρειάζεται να κερδίζεις κάθε συζήτηση. Δεν χρειάζεται να δείχνεις ότι όλα είναι υπό έλεγχο. Δεν χρειάζεται να φοράς συνέχεια την πανοπλία του «δεν με αγγίζει τίποτα».

Γιατί οι πιο δυνατοί άνθρωποι που έχω γνωρίσει δεν ήταν εκείνοι που δεν λύγισαν ποτέ.

Ήταν εκείνοι που είχαν το θάρρος να παραδεχτούν ότι λύγισαν... και παρ' όλα αυτά συνέχισαν.

Οπότε, την επόμενη φορά που θα νιώσεις ότι συγκινείσαι εύκολα, μην απολογηθείς. Μην πεις «είμαι πολύ ευαίσθητος» σαν να πρόκειται για ελάττωμα. Είναι πολύ πιθανό να είναι ένα από τα πιο όμορφα χαρακτηριστικά σου.

Tip of the Day: Το πρόβλημα δεν είναι ότι είμαστε ευαίσθητοι. Είναι ότι ντρεπόμαστε γι' αυτό. Σε έναν κόσμο που επιβραβεύει τη σκληρότητα, η ευαισθησία δεν είναι αδυναμία. Είναι μια μορφή γενναιότητας που δεν κάνουν όλοι την επιλογή να δείξουν.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



Μπορείς να με βρεις στο Viber, στο WhatsApp και στο email μου με ένα κλικ!

Το πρόβλημα δεν είναι ότι σκέφτεσαι πολύ. Είναι ότι δεν σταματάς ποτέ.



Καλώς ήρθες στο τσίρκο του μυαλού σου

Υπάρχουν άνθρωποι που ζουν. Και υπάρχουν άνθρωποι που κάνουν live σχολιασμό της ζωής τους μέσα στο κεφάλι τους. Δεν πίνουν απλώς καφέ. Αναρωτιούνται αν πίνουν πολύ καφέ, αν ο καφές είναι άμυνα, αν η ανάγκη για καφέ σημαίνει ότι δεν κοιμούνται καλά, αν δεν κοιμούνται καλά επειδή δεν είναι ευτυχισμένοι και αν τελικά το decaf είναι μια μεταφορά για τη ζωή τους. Κουρασθήκαμε ήδη.

Αν ανήκεις σε αυτή την κατηγορία, ξέρεις. Το μυαλό σου δεν έχει off. Έχει μόνο «μήπως», «γιατί», «κι αν», «τι εννοούσε», «μήπως έκανα λάθος», «μήπως δεν κάνω αρκετά», «μήπως όλοι έχουν καταλάβει κάτι που εγώ δεν έχω καταλάβει ακόμα».

Το overthinking φοράει συχνά κοστούμι ωριμότητας

Το πρόβλημα με τους ανθρώπους που σκέφτονται πολύ είναι ότι δύσκολα τους πείθεις πως αυτό είναι πρόβλημα. Γιατί πολλές φορές όντως βλέπουν πράγματα που οι άλλοι

δεν βλέπουν. Διαβάζουν τις σιωπές. Πιάνουν τις αποχρώσεις. Καταλαβαίνουν πότε κάποιος λέει «είμαι καλά» αλλά δεν είναι. Μπαίνουν σε βάθος. Δεν μένουν στην επιφάνεια. Ωραία όλα αυτά. Μέχρι που το βάθος γίνεται βούρκος.

Γιατί άλλο σκέφτομαι και άλλο αυτοανακρίνομαι. Άλλο έχω επίγνωση και άλλο περνάω τον εαυτό μου από εξεταστική επιτροπή κάθε βράδυ στις 02:17.

Δεν είσαι πάντα δαισθητικός. Μερικές φορές είσαι απλώς εξαντλημένος

Να το πούμε λίγο ωμά; Δεν είναι κάθε σκέψη σοφία. Κάποιες σκέψεις είναι απλώς θόρυβος με αυτοπεποίθηση. Δεν σημαίνει ότι επειδή το μυαλό σου έφτιαξε δέκα πιθανά σενάρια, κάποιο από αυτά είναι αλήθεια. Μπορεί απλώς να έχεις έναν εσωτερικό σεναριογράφο που πληρώνεται με άγχος και δουλεύει υπερωρίες.

Το overthinking μοιάζει παραγωγικό γιατί κινείται. Όμως δεν σημαίνει ότι προχωρά. Είναι σαν να τρέχεις σε διάδρο-

μο γυμναστηρίου φορώντας τα καλά σου. Πολύς ιδρώτας, μηδέν προορισμός.

Η παγίδα του «θέλω απλώς να καταλάβω»

Αυτή είναι η πιο ύπουλη φράση. «Θέλω απλώς να καταλάβω». Τέλεια. Αλλά πόσες φορές χρειάζεται να αναλύσεις το ίδιο μήνυμα; Πόσα λεπτά χρειάζεται να ξαναπαίξεις μια συζήτηση που τελείωσε πριν από τρεις ημέρες; Πόσες φορές θα κάνεις forensic analysis σε ένα βλέμμα, ένα emoji, μια παύση, ένα «οκ»;

Κάπου εκεί η κατανόηση σταματά να είναι εργαλείο και γίνεται φυλακή. Δεν ψάχνεις πια απαντήσεις. Ψάχνεις απόλυτη βεβαιότητα. Και αυτή, λυπάμαι, δεν κυκλοφορεί σε συσκευασία ενηλίκων.

Μερικοί άνθρωποι μπορούν απλώς να υπάρχουν. Εκνευριστικό.

Υπάρχουν άνθρωποι που κάθονται στην παραλία και κοιτάζουν τη θάλασσα. Τέλος. Δεν σκέφτονται αν η ζωή τους έχει σωστή κατεύθυνση. Δεν αναρωτιούνται αν η παιδική τους ηλικία επηρεάζει τον τρόπο που διαλέγουν ξαπλώστρα. Δεν κάνουν απολογισμό προσωπικότητας επειδή άργησε κάποιος να απαντήσει.

Και τους ζηλεύουμε. Όχι επειδή είναι πιο απλοί. Επειδή μοιάζουν ελεύθεροι. Έχουν αυτή την εξωφρενική ικανότητα να είναι εκεί όπου βρίσκονται. Ενώ εμείς είμαστε εκεί, στο χθες, στο αύριο, στο εναλλακτικό σενάριο και σε μια παράλληλη εκδοχή της ζωής μας όπου απαντήσαμε πιο έξυπνα.

Το μυαλό σου δεν χρειάζεται πάντα λύση. Χρειάζεται τάξη

Ίσως το ζητούμενο δεν είναι να σταματήσεις να σκέφτεσαι. Καλή τύχη με αυτό. Το ζητούμενο είναι να σταματήσεις να πιστεύεις κάθε σκέψη σαν να είναι έκτακτο δελτίο ειδήσεων. Δεν είναι όλα επείγοντα. Δεν είναι όλα σημάδι. Δεν είναι όλα απόδειξη ότι κάτι πάει στραβά.

Μερικές φορές μια σκέψη είναι απλώς σκέψη. Περνάει. Δεν χρειάζεται να την καλέσεις για καφέ, να της στρώσεις τραπέζι και να της δώσεις κλειδιά σπιτιού.



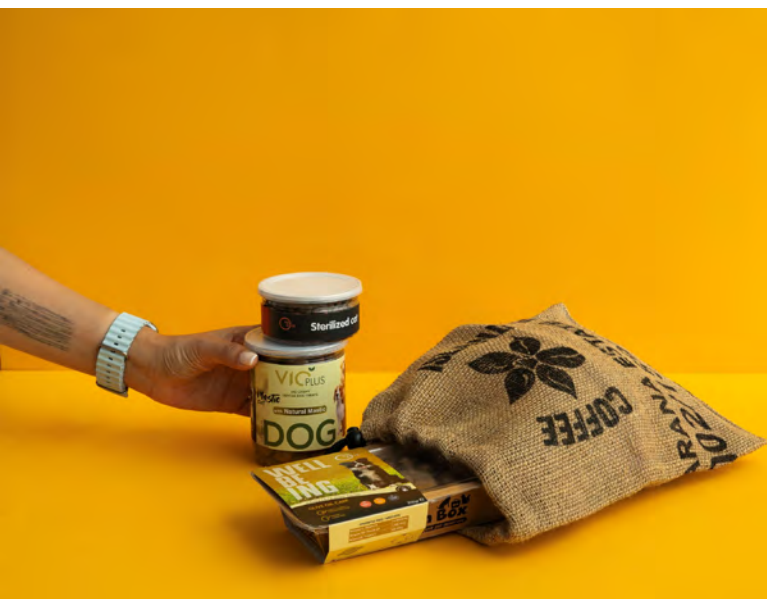
Και τώρα;

Δεν υπάρχει μαγικό κουμπί. Υπάρχει όμως μια μικρή, σχεδόν προσβλητικά απλή αρχή: δεν χρειάζεται να λύσεις τον εαυτό σου για να ζήσεις τη μέρα σου. Δεν είσαι πρόβλημα προς διόρθωση. Είσαι άνθρωπος με δυνατό μυαλό που ξέχασε ότι δεν είναι υποχρεωμένο να δουλεύει 24ωρο.

Οπότε την επόμενη φορά που θα πιάσεις τον εαυτό σου να κάνει συνέδριο μέσα στο κεφάλι του, πες του ευγενικά να κατεβάσει λίγο την ένταση.

Γιατί ναι, είναι ωραίο να σκέφτεσαι βαθιά.

Αλλά είναι ακόμη πιο ωραίο να μην πνίγεσαι σε κάθε σκέψη που περνάει.



Coffee Island & Viozois δημιουργούν pet corners για τους τετράποδους φίλους μας

Η Coffee Island ενώνει τις δυνάμεις της με τη Viozois και παρουσιάζει μια ξεχωριστή πρωτοβουλία που απευθύνεται στους λάτρεις των κατοικιδίων. Μέσα από τη νέα συνεργασία, επιλεγμένα καταστήματα του δικτύου αποκτούν τα Coffee Tails, ειδικά διαμορφωμένα pet corners με προϊόντα διατροφής για σκύλους και γάτες, προσφέροντας μια ολοκληρωμένη εμπειρία για ανθρώπους και τετράποδους συνοδούς.

Η νέα αυτή πρόταση απευθύνεται στους pet parents που απολαμβάνουν τον καφέ τους εν κινήσει ή στη διάρκεια της καθημερινής βόλτας με το κατοικίδιό τους. Στα Coffee Tails φιλοξενούνται premium γεύματα σε πρακτικές συσκευασίες, καθώς και επιλεγμένα snacks της ελληνικής εταιρείας Viozois, τα οποία παρασκευάζονται με ποιοτικές πρώτες ύλες και διατροφικά χαρακτηριστικά, όπως η χρήση ελαιολάδου.

Η Viozois αποτελεί μία από τις κορυφαίες ελληνικές εταιρείες στον τομέα της παραγωγής τροφών για ζώα συντροφιάς, ενώ η συνεργασία της με την Coffee Island αναδεικνύει μια διαφορετική προσέγγιση στην καθημερινή εμπειρία του καφέ, δίνοντας χώρο και στους πιο πιστούς μας φίλους.

Με τα Coffee Tails, οι δύο εταιρείες επιβεβαιώνουν τη δέσμευσή τους να δημιουργούν υπηρεσίες και εμπειρίες που ανταποκρίνονται στις σύγχρονες ανάγκες των καταναλωτών, κάνοντας την καθημερινότητα πιο εύκολη, πιο φιλική και πιο απολαυστική.

Γιατί, τελικά, οι πιο όμορφες στιγμές γύρω από έναν καφέ γίνονται ακόμη πιο ξεχωριστές όταν τις μοιράζεσαι με εκείνους που σε ακολουθούν παντού... κουνώντας χαρούμενα την ουρά τους.

Η Wolt εγκαινιάζει την πρωτοβουλία «Moving the City, Responsibly» για ασφαλέστερες μετακινήσεις στην πόλη



**Moving the City,
Responsibly.**

Wolt

Ι.Ο.ΑΣ.
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΥΠΟΨΗΦΩΝ ΚΑΙ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ

ΜΕ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

FIA SAFE & SUSTAINABLE MOBILITY GRANTS PROGRAMME

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΥΠΟΨΗΦΩΝ ΚΑΙ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ

Η Wolt παρουσιάζει τη νέα πρωτοβουλία «Moving the City, Responsibly», με στόχο την ενίσχυση της οδικής ασφάλειας και της υπεύθυνης μετακίνησης, σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας (Ι.Ο.ΑΣ.) «Πάνος Μυλωνάς», υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υποδομών και Μεταφορών και με την υποστήριξη της FIA.

Η πρωτοβουλία βασίζεται σε έρευνα του Ι.Ο.ΑΣ. με τη συμμετοχή περίπου 1.000 διανομένων, συνεργαζόμενων επιχειρήσεων και πολιτών, η οποία ανέδειξε ότι η οδική ασφάλεια αποτελεί συλλογική ευθύνη. Ενδεικτικό είναι ότι το 98% των συνεργαζόμενων διανομένων δηλώνει πως χρησιμοποιεί πάντα κράνος.

Στο επίκεντρο του προγράμματος βρίσκεται μια νέα ψηφιακή πλατφόρμα ενημέρωσης και κατάρτισης, διαθέσιμη σε περισσότερους από 17.000 συνεργαζόμενους διανομείς αλλά και στο ευρύ κοινό, με εκπαιδευτικό υλικό, οδηγούς ασφαλούς μετακίνησης και έξι θεματικές ενότητες. Παράλληλα, θα υλοποιηθούν εξειδικευμένα εκπαιδευτικά σεμινάρια για συνεργάτες της Wolt και καμπάνια ευαισθητοποίησης, ενώ το πρόγραμμα επεκτείνεται και στη μαθητική κοινότητα, με 12 εκπαιδευτικές δράσεις σε σχολεία της περιφέρειας για περισσότερους από 600 μαθητές.

Με την πρωτοβουλία αυτή, η Wolt επενδύει στην ενημέρωση, την πρόληψη και τη συνεργασία, συμβάλλοντας στη δημιουργία μιας ασφαλέστερης κουλτούρας μετακίνησης για όλους.

Η τράπεζα που δεν φυλάει χρυσό. Φυλάει παρμεζάνα.



Στην Ιταλία, το Parmigiano Reggiano δεν είναι απλώς τυρί. Είναι κεφάλαιο, εγγύηση, επένδυση και ένα από τα πιο νόστιμα παραδείγματα του πώς η παράδοση μπορεί να γίνει οικονομικό μοντέλο.

Το πιο γκουρμέ collateral στον κόσμο

Υπάρχουν τράπεζες που ζητούν ακίνητα. Άλλες ζητούν μετοχές. Και υπάρχει μια ιταλική τράπεζα που δέχεται... κεφάλια παρμεζάνας.

Η Credito Emiliano, γνωστή ως Credem, με έδρα την περιοχή της Εμίλια-Ρομάνια, εφαρμόζει εδώ και δεκαετίες ένα από τα πιο παράξενα αλλά απολύτως λογικά συστήματα χρηματοδότησης στην Ευρώπη: δίνει δάνεια σε παραγωγούς Parmigiano Reggiano και κρατά ως εγγύηση τα κεφάλια του τυριού. Όχι συμβολικά. Κυριολεκτικά. Τα αποθηκεύει σε ειδικές εγκαταστάσεις, τα παρακολουθεί, τα προστατεύει και ουσιαστικά τα αφήνει να ωριμάσουν μέχρι να αυξηθεί η αξία τους. Η πρακτική αυτή ξεκίνησε το 1953 και σύμφωνα με διεθνείς αναφορές η τράπεζα δανειζει συνήθως περίπου το 60% έως 80% της αξίας του προϊόντος.

Γιατί ένα τυρί γίνεται εγγύηση

Το Parmigiano Reggiano δεν είναι ένα οποιοδήποτε τυρί. Είναι προϊόν ΠΟΠ, παράγεται μόνο σε συγκεκριμένες περιοχές της Ιταλίας και υπό αυστηρούς κανόνες. Κάθε κεφάλι ζυγίζει συνήθως γύρω στα 40 κιλά, χρειάζεται εκατοντάδες λίτρα γάλακτος και ωριμάζει τουλάχιστον 12 μήνες, με πολλές ρόδες να μένουν 24 ή και 36 μήνες πριν φτάσουν στην αγορά.

Και εδώ βρίσκεται το πρόβλημα για τους παραγωγούς. Το τυρί έχει αξία, αλλά η αξία αυτή είναι «κλειδωμένη» στον χρόνο. Ο παραγωγός έχει ήδη πληρώσει γάλα, εργατικά, εγκαταστάσεις, ενέργεια, συντήρηση. Όμως δεν μπορεί να πουλήσει αμέσως το προϊόν στην καλύτερη τιμή του. Η Credem παρεμβαίνει ακριβώς σε αυτό το κενό. Δίνει ρευστότητα τώρα, παίρνει ως εγγύηση ένα προϊόν που όσο ωριμάζει γίνεται πιο πολύτιμο.





Η τράπεζα γίνεται και ωριμαντής

Το πιο ενδιαφέρον δεν είναι ότι η τράπεζα παίρνει τυρί ως εγγύηση. Είναι ότι το φυλάσσει σαν να ήταν θησαυρός. Οι αποθήκες της λειτουργούν σαν θησαυροφυλάκια παρμεζάνας, με ελεγχόμενες συνθήκες, ασφάλεια και συνεχή παρακολούθηση. Αν ο παραγωγός αποπληρώσει το δάνειο, παίρνει πίσω το προϊόν του. Αν όχι, η τράπεζα μπορεί να πουλήσει το τυρί και να ανακτήσει τα χρήματά της.

Ακούγεται σχεδόν κωμικό, αλλά οικονομικά είναι εξαιρετικά έξυπνο. Σε αντίθεση με άλλα ευπαθή προϊόντα, η παρμεζάνα δεν χάνει απαραίτητα αξία όσο περνά ο χρόνος. Αντίθετα, υπό σωστές συνθήκες, η ωρίμανση είναι μέρος της αξίας της.

Η πιο ιταλική απάντηση στη χρηματοδότηση

Σε μια εποχή που η οικονομία μιλά συνεχώς για ψηφιακά assets, crypto, αλγορίθμους και άυλες αξίες, η ιστορία της Credem μοιάζει σχεδόν επαναστατική. Μας θυμίζει ότι αξία μπορεί να έχει και κάτι απολύτως χειροπιαστό. Κάτι που παράγεται με γάλα, χρόνο, τεχνική και υπομονή.

Η Ιταλία κατάφερε να μετατρέψει ένα παραδοσιακό προϊόν σε χρηματοοικονομικό εργαλείο χωρίς να του αφαιρέσει την ψυχή του. Και ίσως αυτό είναι το

πιο ενδιαφέρον μάθημα: κάποιες φορές η καινοτομία δεν βρίσκεται στο να εφεύρεις κάτι καινούργιο, αλλά στο να δεις αλλιώς κάτι παλιό.

Στην περίπτωση της Parmigiano Reggiano, το παλιό δεν είναι απλώς καλό.

Είναι τραπεζικά αποδεκτό.



Η Blink Charging Hellas λανσάρει τη νέα ψηφιακή κάρτα Blink Members Club Pass

blink



Η Blink Charging Hellas παρουσιάζει το νέο Blink Members Club Pass, μια πλήρως ψηφιακή κάρτα μέλους που αναβαθμίζει την εμπειρία φόρτισης των οδηγών ηλεκτρικών οχημάτων. Με τη νέα υπηρεσία, η εταιρεία γίνεται η πρώτη στην ελληνική αγορά ηλεκτροκίνησης που αξιοποιεί την τεχνολογία των digital wallet passes, προσφέροντας ένα σύγχρονο και άμεσο κανάλι επικοινωνίας με τα μέλη της.

Η ψηφιακή κάρτα ενσωματώνεται εύκολα στο Apple Wallet ή το Google Wallet, επιτρέποντας στους χρήστες να έχουν άμεση πρόσβαση στα προνόμια του Blink Charging Members Club. Παράλληλα, λαμβάνουν σε πραγματικό χρόνο ενημερώσεις, εξατομικευμένες προσφορές και push notifications για νέους σταθμούς φόρτισης, υπηρεσίες και εξελίξεις στον χώρο της ηλεκτροκίνησης.

Τα μέλη επωφελούνται από προνομιακές τιμές φόρτισης, ειδικά rewards, διαγωνισμούς, δωρεάν φορτίσεις, καθώς και αποκλειστικές συνεργασίες με εκπτώσεις σε επιλεγμένες υπηρεσίες, όπως ακτοπλοϊκά εισιτήρια. Επιπλέον, κάθε νέα εγγραφή συνοδεύεται από Welcome Reward, το οποίο ενεργοποιείται με την αποθήκευση της κάρτας.

Με περισσότερα από 800 σημεία φόρτισης στην Ελλάδα, η Blink Charging Hellas συνεχίζει να επενδύει σε καινοτόμες ψηφιακές λύσεις που διευκολύνουν την καθημερινότητα των οδηγών ηλεκτρικών οχημάτων και ενισχύουν τη βιώσιμη κινητικότητα.

Η Tommy Hilfiger επιστρέφει στην Εβδομάδα Μόδας της Νέας Υόρκης με επίδειξη στο εμβληματικό The Plaza Hotel

Η Tommy Hilfiger ανακοίνωσε την επιστροφή της στην Εβδομάδα Μόδας της Νέας Υόρκης, παρουσιάζοντας τη συλλογή Άνοιξη 2027 στις 10 Σεπτεμβρίου στο ιστορικό The Plaza Hotel, ένα από τα πιο εμβληματικά κτίρια της αμερικανικής μητρόπολης και πρώην κατοικία του ίδιου του Tommy Hilfiger.

Η νέα συλλογή θα αναδείξει τη σύγχρονη εκδοχή της φιλοσοφίας «Prep Made Current», επαναπροσδιορίζοντας τα κλασικά prep στοιχεία μέσα από μια μοντέρνα αισθητική, εμπνευσμένη από τη διαχρονική ενέργεια και την πολιτιστική ταυτότητα της Νέας Υόρκης.

Το The Plaza Hotel, συνδεδεμένο με σημαντικές προσωπικότητες της παγκόσμιας κουλτούρας και της μόδας, αποκτά ιδιαίτερο συμβολισμό για τον σχεδιαστή, καθώς αποτέλεσε για περισσότερα από δέκα χρόνια την κατοικία του ίδιου και της συζύγου του, Dee Hilfiger.

«Τα αμερικανικά σύμβολα με εμπνέουν εδώ και χρόνια και λίγα μέρη εκφράζουν αυτό το πνεύμα όσο το The Plaza», δήλωσε ο Tommy Hilfiger, σημειώνοντας ότι η νέα επίδειξη ανοίγει ένα ακόμη κεφάλαιο στην ιστορία του brand.

Μετά τις επιτυχημένες επιδείξεις στο Grand Central Terminal και στο ιστορικό Staten Island Ferry, η Tommy Hilfiger συνεχίζει να αξιοποιεί εμβληματικά σημεία της Νέας Υόρκης, συνδέοντας τη μόδα με την ιστορία, τον πολιτισμό και το διαχρονικό αμερικανικό lifestyle.



Οι κάστορες που «έριξαν» το ίντερνετ. Και τι μας δίδαξαν για την τεχνολογία.



Ακούγεται σαν σενάριο κωμωδίας. Κι όμως συνέβη πραγματικά. Στον Καναδά, μια αποικία καστόρων κατάφερε να αφήσει μια ολόκληρη κοινότητα χωρίς ίντερνετ, τηλεόραση και τηλεφωνία. Το πιο εντυπωσιακό όμως δεν είναι η ζημιά. Είναι το πόσο εύθραυστος αποδεικνύεται τελικά ο ψηφιακός κόσμος μας.

Όταν η φύση κάνει... reboot

Φαντάσου να ξυπνάς ένα πρωί και να μην έχεις ίντερνετ. Δεν λειτουργεί το κινητό, δεν ανοίγει η τηλεόραση, δεν μπορείς να δουλέψεις από το σπίτι και οι ηλεκτρονικές υπηρεσίες είναι εκτός λειτουργίας.

Το πρώτο που θα σκεφτόσουν θα ήταν μια κυβερνοεπίθεση. Ή μια σοβαρή τεχνική βλάβη.

Οι κάτοικοι του Tumbler Ridge, μιας μικρής κοινότητας στη Βρετανική Κολομβία του Καναδά, έμαθαν ότι ο πραγματικός «χάκερ» ήταν... ένας κάστορας.





Η πιο παράξενη βλάβη της χρονιάς

Το περιστατικό έγινε όταν οι κάστορες άρχισαν να ροκανίζουν το προστατευτικό περιβλήμα ενός υπόγειου καλωδίου οπτικών ινών που βρισκόταν περίπου ένα μέτρο κάτω από το έδαφος. Δεν σταμάτησαν εκεί.

Έκοψαν το ίδιο το καλώδιο σε πολλά σημεία και χρησιμοποίησαν ακόμη και υλικά σήμανσης των οπτικών ινών για να ενισχύσουν το φράγμα τους.

Το αποτέλεσμα ήταν περίπου 900 συνδρομητές να μείνουν χωρίς ίντερνετ, δεκάδες χωρίς τηλεοπτικό σήμα, ενώ επηρεάστηκε και η κινητή τηλεφωνία για περίπου 36 ώρες.

Η εταιρεία τηλεπικοινωνιών χαρακτήρισε το συμβάν «μια μοναδικά καναδική διακοπή».

Οι καλύτεροι μηχανικοί της φύσης

Αν υπάρχει ένα ζώο που μπορεί να αλλάξει ολόκληρο το τοπίο, αυτό είναι ο κάστορας.

Οι επιστήμονες τον χαρακτηρίζουν ecosystem engineer. Με τα φράγματά του δημιουργεί νέους υγροτόπους, αλλάζει τη ροή του νερού, δημιουργεί καταφύγια για δεκάδες είδη ζώων και αυξάνει τη βιοποικιλότητα. Για τον κάστορα, το δέντρο δεν είναι εμπόδιο. Είναι οικοδομικό υλικό.

Το πρόβλημα είναι ότι ο ίδιος τρόπος σκέψης εφαρμόζεται και όταν συναντήσει ένα καλώδιο οπτικών ινών. Δεν γνωρίζει ότι μεταφέρει δεδομένα. Βλέπει απλώς ένα ακόμη υλικό που μπορεί να αξιοποιήσει για το σπίτι του.

Μια υπενθύμιση για τον ψηφιακό κόσμο

Η ιστορία έγινε viral γιατί είναι αστεία. Στην πραγματικότητα όμως κρύβει κάτι πολύ σοβαρό.

Παρά τη συζήτηση για τεχνητή νοημοσύνη, cloud, δορυφόρους και δίκτυα νέας γενιάς, η καθημερινότητά μας εξακολουθεί να εξαρτάται από φυσικές υποδομές. Χιλιάδες χιλιόμετρα καλωδίων βρίσκονται θαμμένα κάτω από το έδαφος ή στον βυθό των ωκεανών και αρκεί ένα κομμένο σημείο για να απομονωθούν ολόκληρες περιοχές. Οι ειδικοί επισημαίνουν ότι ειδικά οι απομακρυσμένες κοινότητες είναι πιο ευάλωτες όταν δεν υπάρχουν εναλλακτικές γραμμές σύνδεσης.

Ίσως τελικά οι πραγματικοί «χάκερ» να μην κρατούν πληκτρολόγιο

Ζούμε σε μια εποχή όπου φοβόμαστε τις ψηφιακές απειλές περισσότερο από οτιδήποτε άλλο. Κι όμως, μερικές φορές ο μεγαλύτερος κίνδυνος για το δίκτυο δεν φοράει κουκούλα, δεν γράφει κακόβουλο κώδικα και δεν βρίσκεται πίσω από μια οθόνη.

Έχει μεγάλα δόντια, χτίζει φράγματα και κάνει απλώς αυτό που κάνει εδώ και χιλιάδες χρόνια.

Η τεχνολογία αλλάζει με απίστευτη ταχύτητα. Η φύση, όμως, συνεχίζει να παίζει με τους δικούς της κανόνες. Και καμιά φορά αρκεί ένας αποφασισμένος κάστορας για να μας το θυμίσει.



Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



Η live-action «Μοααα» κάνει πρεμιέρα σήμερα στις ελληνικές αίθουσες



Η αναμονή ολοκληρώνεται για τους φίλους της Disney, καθώς η πολυαναμενόμενη live-action μεταφορά της «Μοααα» κάνει την επίσημη κινηματογραφική της πρεμιέρα, φέρνοντας στη μεγάλη οθόνη μια νέα εκδοχή της αγαπημένης ιστορίας που κατέκτησε εκατομμύρια θεατές το 2016. Η ταινία κυκλοφορεί και με μεταγλώττιση στα ελληνικά.

Στον πρωταγωνιστικό ρόλο της Moana βρίσκεται η Catherine Laga'aia, ενώ ο Dwayne Johnson επιστρέφει ως ο θρυλικός ημίθεος Maui, τον οποίο είχε ερμηνεύσει και στις δύο animated ταινίες της σειράς. Τη σκηνοθεσία υπογράφει ο Thomas Kail, ενώ το σενάριο έχουν αναλάβει οι Jared Bush και Dana Ledoux Miller.

Η ιστορία ακολουθεί ξανά τη νεαρή Moana, η οποία ανταποκρίνεται στο κάλεσμα του ωκεανού και ξεκινά ένα επικίνδυνο ταξίδι πέρα από τους υφάλους του νησιού της, έχοντας στο πλευρό της τον Maui, με στόχο να σώσει τον λαό της και να αποκαταστήσει την ισορροπία της φύσης.

Η παραγωγή αποτελεί μία από τις μεγαλύτερες

κινηματογραφικές επενδύσεις της Disney για το 2026, με γυρίσματα που πραγματοποιήθηκαν στην Ατλάντα και τη Χαβάη. Παράλληλα, επιστρέφει και ο βραβευμένος Lin-Manuel Miranda, συμβάλλοντας ξανά στη μουσική ταυτότητα του franchise μαζί με τον Mark Mancina.

Λίγες ημέρες πριν από την κυκλοφορία της ταινίας, πραγματοποιήθηκε η λαμπερή παγκόσμια πρεμιέρα στο Λος Άντζελες, με τον Dwayne Johnson να εμφανίζεται στο κόκκινο χαλί μαζί με την οικογένειά του, ενώ η νεαρή Catherine Laga'aia συνεχίζει να συγκεντρώνει ιδιαίτερα θετικά σχόλια για την ερμηνεία της και την εκπροσώπηση της πολυνησιακής κουλτούρας.

Η live-action «Μοααα» αναμένεται να αποτελέσει ένα από τα μεγαλύτερα κινηματογραφικά γεγονότα του φετινού καλοκαιριού, φιλοδοξώντας να κερδίσει τόσο τους θεατές που μεγάλωσαν με την αυθεντική animated ταινία όσο και μια νέα γενιά φίλων της Disney.

Δείτε το trailer της ταινίας [εδώ](#).



Η Swatch παρουσιάζει τη νέα συλλογή WHAT IF... JELLY? και δίνει χρώμα στην τετράγωνη πλευρά του χρόνου

Η Swatch παρουσιάζει τη νέα συλλογή WHAT IF... JELLY?, μια παιχνιδιάρικη πρόταση που επαναπροσδιορίζει το χαρακτηριστικό τετράγωνο design της σειράς WHAT IF?, συνδυάζοντας διαφάνεια, έντονα χρώματα και υλικά βιολογικής προέλευσης.

Η νέα συλλογή αποτελείται από πέντε μοντέλα που φέρνουν μια φρέσκια αισθητική στην εμβληματική τετράγωνη κάσα διαστάσεων 33 x 33 χιλιοστών. Οι διάφανες κάσες συνδυάζονται με πολύχρωμα καντράν και αντίστοιχα διαφανή λουράκια, δημιουργώντας ένα ανάλαφρο και σύγχρονο αποτέλεσμα που αποπνέει αισιοδοξία και δημιουργικότητα.

Ξεχωριστή θέση στη συλλογή κατέχει η μαύρη έκδοση, η οποία αντλεί έμπνευση από το εμβληματικό JELLY FISH της δεκαετίας του 1980, αποτίοντας φόρο τιμής σε ένα από τα πιο χαρακτηριστικά σχέδια της Swatch. Οι ζωηρόχρωμοι δείκτες και οι έντονες αντιθέσεις ολοκληρώνουν μια συλλογή που συνδυάζει το νοσταλγικό στοιχείο με μια φουτουριστική αισθητική.

Με τη σειρά WHAT IF...JELLY?, η Swatch συνεχίζει να εξερευνά νέες σχεδιαστικές δυνατότητες, παραμένοντας πιστή στη φιλοσοφία της για πρωτοποριακό design, δημιουργικότητα και βιώσιμη καινοτομία μέσα από τη χρήση υλικών βιολογικής προέλευσης.

Η νέα συλλογή WHAT IF...JELLY? είναι διαθέσιμη από τις 2 Ιουλίου 2026 μέσω του ηλεκτρονικού καταστήματος και των καταστημάτων Swatch παγκοσμίως.

La Roche-Posay και «ΑγκαλιάΖΩ» συνεχίζουν για 7η χρονιά τη δράση δωρεάν ελέγχου σπύλων σε νησιά των Κυκλάδων



Για έβδομη συνεχή χρονιά, η La Roche-Posay ενώνει τις δυνάμεις της με τον Όμιλο Εθελοντών κατά του Καρκίνου «ΑγκαλιάΖΩ», υλοποιώντας τη δράση δωρεάν προληπτικού ελέγχου σπύλων, υπό την αιγίδα της Ελληνικής Δερματολογικής και Αφροδισιολογικής Εταιρείας (Ε.Δ.Α.Ε.). Η πρωτοβουλία εντάσσεται στη διαρκή δέσμευση της εταιρείας για την προαγωγή της πρόληψης και της έγκαιρης διάγνωσης του καρκίνου του δέρματος.

Από τις 18 έως τις 25 Μαΐου, εθελοντές δερματολόγοι και ψυχολόγος επισκέφθηκαν τη Νάξο, την Ίο, τη Σέριφο και τη Σίφνο, προσφέροντας δωρεάν ελέγχους σπύλων και ενημέρωση για την ασφαλή έκθεση στον ήλιο. Συνολικά εξετάστηκαν 1.107 κάτοικοι, ενώ 143 ύποπτα περιστατικά παραπέμφθηκαν για περαιτέρω ιατρική διερεύνηση στο Νοσοκομείο «Ανδρέας Συγγρός».

Ο Brand Manager της La Roche-Posay, Γιώργος Ματέλλας, υπογράμμισε ότι η εταιρεία παραμένει σταθερά προσανατολισμένη στη στήριξη των τοπικών κοινωνιών, προσφέροντας πρόσβαση σε προληπτικούς ελέγχους και αξιόπιστη επιστημονική ενημέρωση.

Από την πλευρά του «ΑγκαλιάΖΩ», η Διευθύντρια Όλγα Λιοντοπούλου επισήμανε ότι τα αποτελέσματα της φετινής αποστολής επιβεβαιώνουν τη μεγάλη ανάγκη για υπηρεσίες πρόληψης στις νησιωτικές περιοχές, τονίζοντας πως η έγκαιρη διάγνωση μπορεί να οδηγήσει σε πλήρη ίαση του μελανώματος.

Η La Roche-Posay υπενθυμίζει ότι η προστασία από την ηλιακή ακτινοβολία, η τακτική εξέταση από δερματολόγο και η συστηματική αυτοεξέταση του δέρματος αποτελούν τα σημαντικότερα «όπλα» απέναντι στον καρκίνο του δέρματος.

Η Schwarzkopf Professional παρουσιάζει τη νέα σειρά Bonacure Repair Rescue+ για ολοκληρωμένη επανόρθωση των μαλλιών

Η Schwarzkopf Professional παρουσιάζει τη νέα γενιά της σειράς Bonacure Repair Rescue+, φέρνοντας μια αναβαθμισμένη πρόταση επανόρθωσης για τα ταλαιπωρημένα μαλλιά. Με νέο σύστημα περιποίησης και προηγμένη τεχνολογία, η σειρά έχει σχεδιαστεί για να προσφέρει πιο δυνατά, ανθεκτικά και υγιή στην όψη μαλλιά, ενισχύοντας την αυτοπεποίθηση μέσα από την καθημερινή φροντίδα.

Στην «καρδιά» της νέας σύνθεσης βρίσκεται το Peptide Bond Complex, που συνδυάζει τις τεχνολογίες Bond Repair Technology και Multi-Peptides Technology, συμβάλλοντας στην επανόρθωση τόσο της εσωτερικής δομής όσο και της εξωτερικής επιφάνειας της τρίχας. Το αποτέλεσμα είναι ορατά πιο δυνατά, λεία και λαμπερά μαλλιά, με αυξημένη ανθεκτικότητα απέναντι στη φθορά.

Η ανανεωμένη σειρά περιλαμβάνει shampoo, conditioner, treatment, spray conditioner και το εμβληματικό Sealed Ends+, ενώ εμπλουτίζεται με το νέο Bonacure Repair Rescue+ Shine Treatment, μια συμπυκνωμένη θεραπεία που ενισχύει τη λάμψη έως και 150% και προσφέρει άμεση λείανση της τρίχας.

Η νέα Bonacure Repair Rescue+ προσφέρει ολοκληρωμένη περιποίηση τόσο στο κομμωτήριο όσο και στο σπίτι, επιτρέποντας τη δημιουργία εξατομικευμένης ρουτίνας ανάλογα με τις ανάγκες κάθε τύπου μαλλιών. Με έμφαση στην επανόρθωση, την απαλότητα και την ευκο-

λία στο styling, η Schwarzkopf Professional συνεχίζει να επενδύει στην καινοτομία, προσφέροντας επαγγελματικές λύσεις που ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις της σύγχρονης περιποίησης μαλλιών.

Ποιο πλυντήριο ρούχων LG σας ταιριάζει; Ο οδηγός που κάνει την επιλογή πιο εύκολη

Η επιλογή ενός νέου πλυντηρίου ρούχων δεν είναι πάντα εύκολη, καθώς παράγοντες όπως η χωρητικότητα, η ενεργειακή απόδοση, οι τεχνολογίες πλύσης και οι ανάγκες κάθε νοικοκυριού παίζουν σημαντικό ρόλο. Η LG παρουσιάζει έναν πρακτικό οδηγό που βοηθά τους καταναλωτές να επιλέξουν το μοντέλο που ανταποκρίνεται καλύτερα στον τρόπο ζωής τους.

Η γκάμα πλυντηρίων της LG καλύπτει κάθε ανάγκη, από compact μοντέλα για μικρά σπίτια έως συσκευές μεγάλης χωρητικότητας για πολυμελείς οικογένειες. Για νοικοκυριά ενός ή δύο ατόμων προτείνονται μικρότερα μοντέλα, για οικογένειες τριών έως τεσσάρων ατόμων συσκευές 8-9 κιλών, ενώ για μεγαλύτερες οικογένειες ιδανικές είναι οι επιλογές άνω των 10 κιλών, που μειώνουν τον αριθμό των κύκλων πλύσης και εξοικονομούν χρόνο, νερό και ενέργεια.

Τα σύγχρονα πλυντήρια LG ενσωματώνουν προηγμένες τεχνολογίες όπως η AI DD™, που αναγνωρίζει τον τύπο και το βάρος των υφασμάτων προσαρμόζοντας αυτόματα την πλύση, καθώς και τις 6 Motion και Direct Drive, που προσφέρουν αποτελεσματικό καθαρισμό με χαμηλότερα επίπεδα θορύβου. Παράλληλα, η τεχνολογία Steam™ συμβάλλει στην υγιεινή των ρούχων, μειώνοντας αλλεργιογόνα όπως τα ακάρεα σκόνης, ενώ η TurboWash™ 360° εξασφαλίζει γρήγορα προγράμματα χωρίς συμβιβασμούς στην απόδοση.

Η εφαρμογή ThinQ™ και η λειτουργία Smart Diagnosis™ προσφέρουν απομακρυσμένο έλεγχο, παρακολούθηση της κατανάλωσης και έγκαιρη διάγνωση πιθανών προβλημάτων, διευκολύνοντας ακόμη περισσότερο την καθημερινότητα.



Η UGG ανανεώνει τη συλλογή της με πρωταγωνιστή το νέο Otzo Clog



Η UGG εμπλουτίζει τη συλλογή υποδημάτων της με νέες προτάσεις που συνδυάζουν άνεση, σύγχρονο design και καθημερινή ευελιξία, παρουσιάζοντας το Otzo Clog, το νέο σχέδιο που φιλοδοξεί να γίνει το επόμενο αγαπημένο footwear item της σεζόν.

Με χαρακτηριστική minimal αισθητική και τη γνωστή ποιότητα της UGG, το Otzo Clog σχεδιάστηκε για όσους αναζητούν ένα παπούτσι που μπορεί να φορεθεί από το πρωί έως το βράδυ, προσφέροντας άνεση χωρίς συμβιβασμούς στο στιλ. Η νέα πρόταση του brand ακολουθεί τη διεθνή τάση των clogs, τα οποία συνεχίζουν να κυριαρχούν στις casual και street style εμφανίσεις.

Η νέα καμπάνια της UGG προτρέπει τους λάτρεις της μόδας να ανανεώσουν τη συλλογή των παπουτσιών τους, παρουσιάζοντας το Otzo ως την ιδανική επιλογή για κάθε εποχή και κάθε περίσταση. Ο σύγχρονος σχεδιασμός του συνδυάζεται εύκολα με καθημερινά looks, από denim και λινά σύνολα μέχρι πιο relaxed εμφανίσεις.

Το νέο Otzo Clog είναι ήδη διαθέσιμο μέσα από το επίσημο δίκτυο πωλήσεων της UGG και το ηλεκτρονικό της κατάστημα, ενισχύοντας τη διαχρονική φιλοσοφία του brand που συνδυάζει λειτουργικότητα, άνεση και σύγχρονη αισθητική σε κάθε νέα συλλογή.

Η DSQUARED2 γιόρτασε τη μόδα με μια ξεχωριστή βραδιά στο Eponymo Glyfada

Η DSQUARED2 διοργάνωσε μια λαμπερή βραδιά μόδας στο κατάστημα Eponymo Glyfada, φιλοξενώντας προσωπικότητες από τον χώρο της μόδας, των media και του επιχειρείν σε ένα αποκλειστικό event αφιερωμένο στο ξεχωριστό DNA του διεθνούς fashion brand.

Οικοδεσπότες της εκδήλωσης ήταν οι ιδρυτές του οίκου, Dean και Dan Caten, μαζί με τις Λία Παγώνη και Φωτειάνα Παγώνη, οι οποίοι υποδέχθηκαν fashion influencers, celebrities, δημοσιογράφους και φίλους της DSQUARED2 σε μια βραδιά γεμάτη στυλ και δημιουργικότητα.

Οι προσκεκλημένοι είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν από κοντά τη νέα συλλογή της DSQUARED2, ενώ απόλαυσαν signature cocktails της Cincoro, ζωντανή μουσική από τον The Gosha και μια ατμό-



σφαιρα που αποτύπωνε τη σύγχρονη, δυναμική αισθητική του brand.

Η εκδήλωση επιβεβαίωσε τον ισχυρό δεσμό της DSQUARED2 με την ελληνική αγορά, αναδεικνύοντας τη μόδα ως μέσο έκφρασης, έμπνευσης και σύνδεσης ανθρώπων με κοινό πάθος για το σύγχρονο design και το luxury lifestyle.

Για μία μόνο βραδιά, το Eponymo Glyfada, ένας από τους σημαντικότερους προορισμούς πολυτελών μόδας στην Ελλάδα, μετατράπηκε στο επίκεντρο της ελληνικής fashion σκηνής, φιλοξενώντας μια εμπειρία που συνδύασε υψηλή αισθητική, μουσική και φιλοξενία, αφήνοντας τις καλύτερες εντυπώσεις στους παρευρισκόμενους.

Second Team Syndrome: Γιατί βρίσκουμε πάντα μια δεύτερη εθνική στο Μουντιάλ;



Λίγες ημέρες μετά την έναρξη κάθε Μουντιάλ, πολλοί φίλαθλοι έχουν ήδη διαλέξει τη δική τους «δεύτερη» εθνική ομάδα. Μπορεί να είναι το αουτσάιντερ της διοργάνωσης, μια ομάδα που παίζει θεαματικό ποδόσφαιρο ή εκείνη που διαθέτει τον αγαπημένο τους ποδοσφαιριστή. Το ερώτημα είναι γιατί αισθανόμαστε την ανάγκη να ταχθούμε υπέρ μιας ομάδας που δεν είναι η δική μας.

Η απάντηση βρίσκεται στην ανθρώπινη ψυχολογία. Έχουμε την τάση να αναζητάμε μια ομάδα με την οποία μπορούμε να ταυτιστούμε. Η υποστήριξη μιας ομάδας μάς κάνει να νιώθουμε ότι ανήκουμε σε μια κοινότητα και μας επιτρέπει να βιώνουμε πιο έντονα τη χαρά, την αγωνία και την προσμονή κάθε αγώνα.

Το ενδιαφέρον είναι ότι η επιλογή της «δεύτερης» εθνικής σπάνια γίνεται τυχαία. Μας ελκύει μια ομάδα που παίζει πολύ καλό ποδόσφαιρο, ένας ποδοσφαιριστής που θαυμάζουμε ή μια χώρα που καταφέρνει να ξεπερνά τις

προσδοκίες. Οι ιστορίες ανατροπής και υπέρβασης μάς συγκινούν περισσότερο από την εύκολη επικράτηση των μεγάλων φαβορί, γι' αυτό και τα αουτσάιντερ αποκτούν συχνά φανατικούς υποστηρικτές σε όλο τον κόσμο.

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης κάνουν αυτή τη σύνδεση ακόμη πιο εύκολη. Μέσα από στιγμιότυπα, συνεντεύξεις και βίντεο από τα αποδυτήρια, γνωρίζουμε καλύτερα τις προσωπικότητες των παικτών και δημιουργούμε έναν συναισθηματικό δεσμό που ξεπερνά τα σύνορα και τις εθνικότητες.

Η Altra παρουσιάζει το νέο Torin 9 με αποκλειστική τεχνολογία πρόσφυσης από τη Vibram

Η Altra επεκτείνει τη δημοφιλή σειρά running παπουτσιών Torin με το ολοκαίνουργιο Torin 9, ένα μοντέλο που φέρνει σημαντικές αναβαθμίσεις για τους δρομείς δρόμου και κάνει την πρεμιέρα του με μια αποκλειστική τεχνολογία που δεν διαθέτει κανένας ανταγωνιστής. Το νέο μοντέλο είναι το πρώτο που εξοπλίζεται με τη σόλα Vibram XS DURA, ένα νέο μείγμα καουτσούκ που θα παραμείνει αποκλειστικότητα της Altra για τους επόμενους έξι μήνες, προσφέροντας έως και 8,5% καλύτερη πρόσφυση σε σχέση με την προηγούμενη γενιά.

Το Torin 9 διατηρεί τα χαρακτηριστικά που έχουν καθιερώσει την Altra στους λάτρεις του φυσικού τρεξίματος, όπως το Zero Drop (ίδιο ύψος φτέρνας και δαχτύλων) και το ευρύχωρο toe box που επιτρέπει στα δάχτυλα να κινούνται φυσικά. Παράλληλα, διαθέτει νέα διπλής πυκνότητας ενδιάμεση σόλα P35X, επανασχεδιασμένη φτέρνα, πιο αναπνεύσιμο mesh επάνω μέρος και αναβαθμισμένη γλώσσα για ακόμη μεγαλύτερη άνεση και σταθερότητα στις καθημερινές προπονήσεις και στις μεγάλες αποστάσεις.

Το νέο Altra Torin 9 κυκλοφορεί ήδη στις ΗΠΑ με τιμή 160 δολάρια, ενώ στην ευρωπαϊκή αγορά η προτεινόμενη λιανική τιμή διαμορφώνεται στα 159,95 ευρώ. Προς το παρόν δεν είναι ακόμη διαθέσιμο στην Ελλάδα, ωστόσο η Altra διαθέτει επίσημο δίκτυο συνεργατών στη χώρα και η διάθεσή του αναμένεται το προσεχές διάστημα.



quote of the day

ΤΟ ΠΙΟ ΚΟΥΡΑΣΜΕΝΟ ΣΗΜΕΙΟ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΟΥ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ. ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΥΑΛΟ ΣΟΥ.

Σήμερα
γιορτάζουν!
Παγκράτιος,
Παγκρατία



9 Ιουλίου

- > National Don't Put all Your Eggs in One Omelet Day
- > National Sugar Cookie Day
- > Call of the Horizon Day
- > Fashion Day