

ΠΑΜΜΑΧΟΝ - PAMMACHON
ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΡΧΕΣ – TECHNIQUES AND PRINCIPLES

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ	(BASIC PRINCIPLES)
Για να καλλιεργήσει κανείς την αρετή χρειάζεται καθημερινή επιμονή και υπομονή.	
In order to fully develop virtue (<i>aretê</i>), one must practice daily with persistence and patience.	
Εκπαιδευθείτε να είστε αυτό που δεν χαρακτηρίζεται. «<i>Τα πάντα ρει</i>» είναι η αυταπόδεικτη Αρχή του Σύμπαντος.	
Train to be that which cannot be characterized. “All things are in flux” is the definitive condition of the Universe.	
Χαλαρώστε τα χέρια και τους ώμους και εκμεταλλευτείτε σωστά τη δύναμη της σπονδυλικής στήλης και του κέντρου. Η ελάχιστη κατανάλωση κάθε μορφής ενέργειας είναι αποτέλεσμα της σωστής στάσης του κορμού.	
Relax your arms and shoulders and properly utilize the power of your spine and center. Minimize the expenditure of every type of energy by maintaining the body’s proper physical stance.	
Δεν υπάρχει «πολεμική τέχνη». Ο πόλεμος, η πολιτική, και ο πολιτισμός είναι απλά διαφορετικές εκδηλώσεις του ίδιου φαινομένου.	
There is no such thing as a “martial art”. War, politics, and culture, all are simple manifestations of the same phenomenon.	
Μην επιζητάτε τη δύναμη επάνω σε άλλους. Να επιδιώκετε να μην έχει κανείς δύναμη επάνω σε σας. Αυτός που επιζητά τη δύναμη, θα γίνει στο τέλος σκλάβος της δύναμης. Βρείτε την ευτυχία στην ελευθερία.	
Seek power over no man; rather, strive that no man has power over you. Whoever seeks power, will become in the end a slave to power. Find happiness in freedom.	
Μια αληθινή πολεμική τέχνη πρέπει να διατηρεί την ίδια κινησιολογία, είτε είναι ένοπλος είτε άοπλος ο ασκούμενος, είτε θωρακισμένος με πανοπλία, είτε αθωράκιστος, είτε αντιμετωπίζει έναν αντίπαλο είτε πολλούς.	
A true martial art must use the same type of movement whether the practitioner is armed or unarmed, wearing armor or unarmored, whether facing an armed or unarmed opponent, whether there is one opponent or many.	



ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΕΛΑΧΙΣΤΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ 1^Ο ΚΑΙ 2^Ο ΕΠΙΠΕΔΟ
TECHNIQUES AND MINIMUM REQUIREMENTS FOR THE 1ST AND 2ND LEVELS

Στην ουσία δεν υπάρχουν απτές τεχνικές στο Πάμμαχον, πέρα της σκιαμαχίας των Οχτώ Κινήσεων. Ο μαθητής ξεκινάει τη μελέτη του εστιάζοντας επάνω σε τρεις «προσεγγίσεις». Οι προσεγγίσεις αυτές είναι 1) Μάχη Διαφυγής, 2) Μάχη Υποταγής, και 3) Μάχη Επιβίωσης. Παρά ταύτα, επειδή οι καινούργιοι μαθητές επιζητούν κάποια δομή, για χάρη πληροφόρησης, παραθέτουμε ενδεικτικά κάποιες ελάχιστες απαιτούμενες γνώσεις για την εξάσκηση της τέχνης μέχρι το Δεύτερο Επίπεδο του Παμμαχού.

In essence, there are no definitive techniques in Pammachon beyond the Eight Movements. The student will begin his training concentrating on three separate "Approaches". These approaches are 1) Escape combatives, 2) Submission combatives, and 3) Lethal combatives. Nevertheless, since all new students seek structure, for their sake we will list some of the minimum requirements necessary for reaching the Second Level of Pammachon.

A. Μάχη Διαφυγής

Escape combatives

1. 1^η Διαβάθμιση

1st Grade

a. Κυβιστήσεις/Ανακοπές πτώσης

(Rolls/breakfalls)

- | | |
|-------------------------------|---------------------------|
| 1. Πρόσθια ανακοπή πτώσης | (Front breakfall) |
| 2. Οπίσθια ανακοπή πτώσης | (Rear breakfall) |
| 3. Πλάγια ανακοπή πτώσης | (Side breakfall) |
| 4. Πρόσθια κυβίστηση | (Forward roll) |
| 5. Οπίσθια κυβίστηση | (Backward roll) |
| 6. Πλάγια κυβίστηση | (Sideward roll) |
| 7. Οπίσθια «κάθετη κυβίστηση» | (Rear perpendicular roll) |
| 8. Πλάγια «κάθετη κυβίστηση» | (Side perpendicular roll) |
| 9. Ανάστροφη κυβίστηση | (Reversed side roll) |

b. Αποδράσεις από αρπαγή καρπού

(Wrist hold escapes)

Ίδια πλευρά

(Same side)

- | | |
|------------------------------------|------------------------|
| 1. Απόδραση με στροφή | (Escape by pivoting) |
| 2. Εσωτερική αντιστροφή καρπού | (Inner wrist reversal) |
| 3. Ανύψωση του άκρου | (Arm hoist) |
| 4. (2,3) + Επίθεση εναντίον αγκώνα | (2,3 + Elbow lock) |

Αντίθετη πλευρά

(Opposing Side)

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| a. Εσωτερική αντιστροφή καρπού | (Inner wrist reversal) |
| b. Επίθεση εναντίον του αγκώνα | (Elbow attack) |

c. Αποδράσεις από αρπαγή σώματος

(Body hold escapes)

- | | |
|--|-----------------------|
| 1. Κλείδωμα επάνω από τους βραχίονες | (Hold over the arms) |
| 2. Αρπαγή κορμού | (Hold under the arms) |
| 3. Αρπαγή κεφαλοκλειδώματος, δύο χέρια | (Full Nelson) |
| 4. Αρπαγή κεφαλοκλειδώματος, ένα χέρι | (Head lock) |

2. 2^η Διαβάθμιση

2nd Grade

a. Αντιστροφές κλειδώσεων

(Joint reversals)

1. Εξωτερική αντιστροφή καρπού (Outer wrist lock)
2. Εσωτερική αντιστροφή καρπού (Inner wrist lock)
3. Κάθετη αντιστροφή καρπού (Vertical wrist lock)
4. Κατακόρυφη στρέβλωση καρπού (Vertical wrist dislocation)
5. Εσωτερική στρέβλωση αγκώνα (Interior Elbow Dislocation)
 1. Κύρια (Major)
 2. Αντίθετη (Opposite)
6. Εξωτερική εξάρθρωση αγκώνα (Exterior elbow lock)
7. Αναστροφή ώμου (Shoulder lock)
 1. Από αρπαγή (Upright wrestling hold)
 2. Από πυγμή εσωτερικά (Interior vs. punch)
 3. Από πυγμή εξωτερικά (Outside vs. punch)
8. Περιπεπλεγμένη εξάρθρωση (Entangled dislocation)
 1. Εξωτερική (Outer)
 2. Εσωτερική (Inner)
9. Σταυρωτή εξάρθρωση αγκώνα ("Cross" elbow break)

b. Χτυπήματα/ Λακτίσματα

(Strikes/kicks)

- i. Σκιαμαχία οχτώ κινήσεων Eight movement shadowboxing
- ii. Χτυπήματα εναντίον στόχου (Striking targets)
 1. Παλάμη Palm heel
 2. Κόψη (4^η) Edge of hand (quarte)
 3. Κόψη (3^η) Edge of hand (tierce)
 4. Σφύρα Hammer fist
 5. Πυγμή (κάθετη) Vertical punch
 6. Πυγμή (αγκριστρωτή) Hooking punch
 7. Αγκώνας Elbow strike
 8. Νύξη (προαιρετικό) Extended knuckle (optional)
- iii. Λακτίσματα (Kicks)
 1. Πρόσθιο λάκτισμα φτέρνας (Front heel stomp)
 2. Πρόσθιο λάκτισμα μήλου πέλματος (Front kick)
 3. Οπίσθιο λάκτισμα φτέρνας (Back heel stomp)
 4. Πλάγιο όρθιο λάκτισμα φτέρνας (Side heel stomp)
 5. Περιστροφικό λάκτισμα κνήμης (Roundhouse kick)

c. Αποκρούσεις

(Parries)

1. Πρώτη (Prime), Δεύτερη (Seconde), Τρίτη (Tierce), Τέταρτη (Quarte), Πέμπτη (Quinte), Έκτη (Sixte), Έβδομη (Septime), Όγδοη (Octave), Ένατη (Neuvieme)
2. Άσκηση αποκρούσεων (parrying exercise)
3. Συνασκήσεις (drills)

1^ο Επίπεδο

1st Level

a. Τεχνικές καταστροφής χτυπημάτων/λακτισμάτων **(Counterattacks against strikes and kicks)**

1. Χειρός

(Against the arm)

- i. Εσωτερικά πυγμής (Internal)
 1. α' σκριαμαχία (2^η πυγμή στο πρόσωπο, πυγμή στον δικέφαλο)
Form α (2nd punch to the face, strike to inner bicep)
 2. β' σκριαμαχία (2^η πυγμή στα πλευρά, σταυρωτή εξάρθρωση αγκώνα)
Form β (2nd punch to the ribs, "cross" elbow break)
- ii. Εξωτερικά πυγμής (External)
 1. α' σκριαμαχία (άμεση επίθεση στον αγκώνα)
Form α (immediate elbow lock)
 2. β' σκριαμαχία (κόψη παλάμης στη βάση του κρανίου)
Form β (edge of the hand to the base of the skull)

2. Ποδός

(Against kicks)

- i. Εναντίον του ποδιού-βάση (Against the supporting leg)
 1. Εσωτερικό λάκτισμα (Interior)
 2. Εξωτερικό λάκτισμα (Exterior)
- ii. Εναντίον ποδιού που λακτίζει (Against the kicking leg)
 1. Εσωτερικό (Interior)
 2. Εξωτερικό (Exterior)
- iii. Εναντίον των γεννητικών (Against genitals)
- iv. Χαμηλό περιστροφικό λάκτισμα (Low kicks)

3. Σύλληψη λακτισμάτων

(Kick takedowns)

1. Εσωτερική (Interior)
2. Εξωτερική (Exterior)
3. Χιαστή (Cross-over)

b. Ωθισμός

(Othismos)

Εξέταση: Μπορεί να σταθεί στη γραμμή κατά τον ωθισμό;
Examination: Can he or she stand in line during the othismos?

c. Σύνθλιψη

(Synthlipsis)

Εξέταση: Μπορεί να διαφύγει κατά τη σύνθλιψη;
Examination: Can he or she escape during the synthlipsis?

Κριτήριο Ποιοτικού Ελέγχου: Ο/η μαθήτρια θα πρέπει να διαφύγει από μία εμπλοκή χρησιμοποιώντας τις ως άνω γνώσεις/ικανότητες/ τεχνικές.

Quality Control Criterion: The student must be able to escape from a conflict situation using the skills outlined above.

B. Μάχη Υποταγής

2^ο Επίπεδο

Ρίψεις

- | | |
|---|----------------------------|
| 1. Ρίψη «εξωτερικής περιτύλιξης» | (Outer entangled throw) |
| 2. Ρίψη γοφού | (Hip throw) |
| 3. Ρίψη ώμου α´ | (Shoulder throw) |
| 1. Βασική | (Basic) |
| 2. Με περιτύλιξη | (Outer wrap) |
| 4. Ρίψη ώμου β´ (με κεφαλοκλείδωμα) | (Headlock throw) |
| 5. Ρίψη ώμου γ´ (δύο βραχιόνων) | (Two arm shoulder throw) |
| 6. Ρίψη ώμου με εξάρθρωση αγκώνα | (Armbar throw) |
| 7. Κύρια εξωτερική ρίψη | (Major outer throw) |
| 8. Εξωτερική σάρωση ποδιού, ίδια πλευρά | (External reap, same side) |
| 1. Στον αστράγαλο | (Ankle throw) |
| 2. Στο γόνατο | (Knee wheel) |
| 3. Στο μηρό | (Thigh stomp) |
| 9. Εξωτερική ρίψη με λάκτισμα | (Outer leg kick) |
| 10. «Τριπλή» σάρωση | (Triple reap) |
| 1. Εσωτερικό ίδιας πλευράς | (Interior, same side) |
| 2. Εσωτερικό αντίθετης πλευράς | (Interior, opposing) |
| 3. Εξωτερικό αντίθετης πλευράς | (Major outer reap) |
| 11. Αρπαγή ποδιού | (Leg takedowns) |
| 1. Μονού ποδιού | (Single leg) |
| 2. Δύο ποδιών | (Double leg) |
| 12. Ρίψη ισχίου | (Sweeping outer thigh) |
| 13. Ρίψη εσωτερικής σάρωσης μηρού | (Interior thigh reap) |
| 14. Ρίψη με ανύψωση μηρού | (Spring hip throw) |
| 15. Ρίψη κορμού | (Body drop) |
| 16. Πτώση θυσίας | (Sacrifice drop) |
| 17. Πτώση με σταυρωτή εξάρθρωση | (Armbar drop) |
| 18. Κυκλική ρίψη | (Circular throw) |
| 19. Ρίψη με ανύψωση στους ώμους | (Shoulder lift) |
| 20. Ανύψωση με εναγκαλισμό | (Body lift) |

Πνιγμοί/ Στραγγαλισμοί

Χωρίς ένδυμα

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------|
| 1. Χιαστός στραγγαλισμός | (No jacket) |
| 2. Ευθύς «γυμνός» πνιγμός | (Two-handed "cross" strangle) |
| 1. Πρόσθιος | (Naked choke) |
| 2. Οπίσθιος | (Front) |
| 3. Ανάστροφος | (Rear) |
| 3. Τριγωνικός στραγγαλισμός | (Reversed) |
| 4. Πνιγμός με ένα χέρι | (Triangle strangle) |
| 5. Στραγγαλισμός με χέρι αντιπάλου | (Single hand choke) |
| | (Single wing strangle) |

Με ένδυμα

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 1. Ευθύς πνιγμός με πυγμή | (Wearing jacket) (Source: jujutsu) |
| 2. Σταυρωτός πνιγμός | (Main cross choke – <i>Tsukkomi jime</i>) |
| 3. Στραγγαλισμός «συρόμενων γιακάδων» | (Reverse cross choke – <i>Gyaku jime</i>) |
| 4. Στραγγαλισμός «ενός φτερού» | (Sliding collar strangle – <i>Okuri eri jime</i>) |
| 5. Στραγγαλισμός με δύο αντίχειρες | (Single wing strangle – <i>Kata ha jime</i>) |
| | (Thumb strangle – <i>Ryo boshi jime</i>) |

Submission combatives

2nd Level

(Throws)

(Chokes/strangulations)

Καθηλώσεις

- | | |
|--|---|
| 1. Περιπελεγμένη εξάρθρωση | (Entangled arm lock) |
| 1. Ανωφερής, πλευρικός | (Upwards, opponent on side) |
| 2. Κατωφερής, πρηνηδόν | (Downwards, opponent face down) |
| 2. Ευθεία εξάρθρωση αγκώνα | (Straight armbar – <i>Hishigi juji gatame</i>) |
| 3. Τραβηχτή εξάρθρωση αγκώνα
με πλευρικό έλεγχο | (Vertical elbow lock) |
| 4. Καθήλωση με το γόνατο | (Knee hold down – <i>Hiza gatame</i>) |
| 5. Καθήλωση με τον κορμό | (Body hold down) |
| 6. Ανάστροφη περιπελεγμένη εξάρθρωση | (Reverse entangled lock) |
| 7. Καθήλωση με αναστροφή ώμου | (Shoulder lock) |

Εξέταση: Πάλη υποταγής με ρίψεις και εξαρθρώσεις (*randori*). Θα ληφθεί υπ' όψη η έκθεση, και μη, τρωτών σημείων σε κίνδυνο. Επιτρέπεται η ελαφριά επίθεση εναντίον αδυνάτων σημείων που ανοίγουν εν κινήσει (*sutemi*), πλην των ματιών και αυτιών.

Examination: Submission grappling with locks and throws (*randori*). Vulnerable points open for possible attack while grappling will be noted. Lightly touching or making use of vulnerabilities that open up while being attacked is permissible (*sutemi*), with the exception of eyes and ears.

ΟΠΛΑ

(Weapons)

Ραβδί

(Cane)

- | | |
|------------------------------|-------------------------|
| 1. Χιαστή επίθεση, εξωτερική | (Scissor attack, outer) |
| 2. Χιαστή επίθεση, εσωτερική | (Scissor attack, inner) |
| 3. Ρίψη «περίπλεξης» | (Outer entangled throw) |
| 4. Περιπελεγμένη εξάρθρωση | (Entangled arm lock) |
| 5. Σταυρωτή εξάρθρωση αγκώνα | (Cross elbow break) |
| 6. Πνιγμοί | (Chokes) |
| 7. Αντιστροφές του καρπού | (Wrist reversals) |

Κοντάρι

(Staff)

Σκιαμαχία κονταριού του Παμμάχου συν εφαρμογές
Pammachon staff form plus applications.

Μαχαίρι

(Knife)

Εξέταση: Αποφυγές και εξουδετερώσεις από συνεχόμενες επιθέσεις σε οχτώ γωνίες συν νύξη
Examination: Defense against a knife attack from eight directions plus a direct stab

Ρόπαλο

(Club)

Εξέταση: Αποφυγές και εξουδετερώσεις από συνεχόμενες επιθέσεις σε οχτώ γωνίες συν ευθύ χτύπημα

Examination: Defense against an attack with a club from eight directions plus a direct strike

ΔΙΑΒΑΘΜΙΣΕΙΣ (Levels)

Τα επίπεδα του Παμμαχού είναι τέσσερα, και εκφράζουν την εμπειρία (όχι την πραγμάτωση) επιμέρους συνειδησιακών καταστάσεων. Η περιγραφή και η επεξήγηση των επιπέδων είναι ως εξής:

There are four levels in Pammachon, representing the student's experience (not the realization) of specific states of consciousness. These states of consciousness and their corresponding levels may be described as follows:

Πρώτο Επίπεδο (Βοηθός Εκπαιδευτή) (Assistant instructor)

Γνώση των αναφερόμενων τεχνικών, σωματική κυριότητα. Η εκτέλεση κάθε τεχνικής θα πρέπει να βασίζεται στην εξής σειρά: 1) Εκτροπή, 2) Εμπλοκή, 3) Απισορρόπηση, 4) Σύσφιξη, 5) Εφαρμογή.

Knowledge of all aforementioned techniques, physical awareness. The implementation of every technique must be based on the following sequence 1) Displacement, 2) Engagement, 3) Unbalancing, 4) Constriction, 5) Execution.

Δεύτερο Επίπεδο (Εκπαιδευτής) (Instructor)

Διπλάσια τεχνική γνώση, αντιτεχνικές και παραλλαγές προαναφερόμενων τεχνικών, χρήση των τριών προαναφερόμενων όπλων σε οπλομαχία (αμυντικά και επιθετικά) συν κοντάρι, συναισθηματικός έλεγχος.

Double the technical knowledge, technique reversals and variations on form, use of three aforementioned weapons both in attack and defense plus use of the staff, emotional awareness.

Τρίτο Επίπεδο (Δάσκαλος) (Teacher)

C. Μάχη Επίβιωσης - Lethal Combatives

Τριπλάσια τεχνική γνώση, χρήση μαχαιριού, κοντού σπαθιού, σπαθιού και λόγχης, χρήση άλλων όπλων, νοητική ησυχία

Three times the technical base, use of knife, short sword, sword and spear, other weapons training, mental quiet

Εξέταση: Εξουδετέρωση ενός χτυπήματος που δίνεται με συγκέντρωση ενέργειας και πρόθεση φόνου.

Examination: Neutralization of a single strike, given with full concentration of energy and the intent to kill.

Τέταρτο Επίπεδο (Ακαδημαϊκός) (Academician)

Τετραπλάσια τεχνική γνώση, εμπειρία του πνεύματος

Four times the technical base, awareness of our spirit

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΣΤΙΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
CRITERIA FOR PROMOTION DURING EXAMINATIONS

Ο μαθητής εξετάζεται παίρνοντας υπ' όψη τα εξής:
A student is graded as follows:

- | | |
|--|--|
| 1) Τεχνογνωσία
Technique | Ξέρει ποια είναι η τεχνική και πως εκτελείται;
Does he know the technique and how it is executed? |
| 2) Ισορροπία
Balance | Κρατάει όρθιο το κορμί του και την ισορροπία του υπό έλεγχο;
Does he retain his balance under control? |
| 3) Σχηματισμοί
Formations | Χρησιμοποιεί τη σωστή στάση (<i>kamae</i>); Είναι άνετος ο «σχηματισμός» του σώματος του;
Does he use the proper stance (formation, <i>kamae</i>). Is this stance natural and relaxed? |
| 4) Απισορρόπηση
Unbalancing | Ελέγχει σωστά και σπάει την ισορροπία του αντιπάλου (<i>kuzushi</i>);
Does he control and correctly break the opponent's balance (<i>kuzushi</i>)? |
| 5) Χρονισμός
Timing | Είναι σωστός ο χρονισμός του και ο έλεγχος της απόστασης (<i>maai</i>);
Is his use of time and space correct (<i>maai</i>)? |
| 6) Αποτελεσματικότητα
Effectiveness | Έχουν το σωστό αποτέλεσμα τα χτυπήματα, ρίψεις, κλπ;
Are his strikes, throws, techniques, effective? |
| 7) Έλεγχος
Control | Έχει τον συνεχή έλεγχο του αντιπάλου από την αρχή μέχρι το τέλος (<i>kansetsu</i>);
Does he properly control the opponent from beginning to end (<i>kansetsu</i>)? |
| 8) Ροή
Flow | Ρέει σωστά η μία κίνηση στην άλλη χωρίς διακοπή;
Does he flow correctly from one movement to the other without pause? |
| 9) Πνεύμα
Energy | Έχει ενέργεια το παράστημα του; (Για τη δεύτερη διαβάθμιση και άνω.)
Does his presentation have energy? (For the second Level and above.) |

Η βαθμολογία έκαστης τεχνικής γίνεται ως εξής:
Grading of every technique is based on the following:

- | <u>Βαθμός</u>
<u>Grade</u> | <u>Κριτήριο</u>
<u>Criterion</u> |
|-------------------------------|--|
| (0) | Δεν δύναται να εκτελέσει την τεχνική ή την εκτελεί λάθος.
The student cannot perform the technique. |
| (1) | Δεν θυμάται την τεχνική. Χρειάζεται κάποιος να του δείξει πως γίνεται. Κακή ισορροπία.
The student does not remember the technique. Someone has to remind him how it is done. Poor balance. |

- (2) Κακή εκτέλεση της τεχνικής. Μέτρια ισορροπία. Κακή στάση. Κακή Απισορρόπηση.
Poor execution of the technique. Mediocre balance. Poor stance. Poor unbalancing.
- (3) Μέτρια ισορροπία. Μέτρια στάση. Κακή Απισορρόπηση. Κακός χρονισμός.
Mediocre balance. Mediocre stance. Poor unbalancing. Poor timing.
- (4) Καλή ισορροπία. Καλή στάση. Μέτρια Απισορρόπηση. Μέτριος χρονισμός.
Good balance. Good stance. Mediocre unbalancing. Mediocre timing.
- (5) Καλή ισορροπία. Καλή στάση. Καλή Απισορρόπηση. Μέτριος χρονισμός. Μέτρια αποτελεσματικότητα.
Good balance. Good stance. Good unbalancing. Mediocre timing. Mediocre effectiveness.
- (6) Καλή ισορροπία. Καλή στάση. Καλή Απισορρόπηση. Καλός χρονισμός. Μέτρια αποτελεσματικότητα. Μέτριος έλεγχος.
Good balance. Good stance. Good unbalancing. Good timing. Mediocre effectiveness. Mediocre control.
- (7) Καλή ισορροπία. Καλή στάση. Καλή Απισορρόπηση. Καλός χρονισμός. Καλή αποτελεσματικότητα. Καλός έλεγχος. Μέτρια ροή.
Good balance. Good stance. Good unbalancing. Good timing. Good effectiveness. Good control. Mediocre flow.
- (8) Όλα άψογα.
Everything perfect.

Ο ελάχιστος συνολικός βαθμός για το πρώτο επίπεδο είναι (5).
The minimum required average grade for the first level is (5).

Ο ελάχιστος συνολικός βαθμός για το δεύτερο επίπεδο είναι (6).
The minimum required average grade for the second level is (6).

Ο ελάχιστος συνολικός βαθμός για το τρίτο επίπεδο είναι (7).
The minimum required grade for the third level is (7).

© Copyright Kostas Dervenis, 1992, 2004, 2012, 2015, Athens, Greece. Any unauthorized reproduction is strictly forbidden.