

COSTA NOSTRUM BEACH PHOTOBOOK



Ακολουθώντας τη φιλοσοφία της ζωής και της παράδοσης της ελληνικής και κρητικής φιλοξενίας, στοχεύουμε στο να προσφέρουμε στους επισκέπτες μας όχι μόνο άνετες και ξεκούραστες διακοπές, αλλά και τις απολαύσεις της ελληνικής και κρητικής κουλτούρας και γαστρονομίας.



Το 5 αστέρων **Apollonia Beach Resort & Spa**, με 336 δωμάτια στο κεντρικό κτίριο, σουίτες και 3 συγκροτήματα μπανγκαλόου, βρίσκεται στη μεγάλη αμμώδη παραλία της Αμμουδάρας και προσφέρει όλες τις ανέσεις που χρειάζονται για αξέχαστες διακοπές.

Στο καταπράσινο **“Anthousai” - Hotelpark** οι επισκέπτες μας θα βρουν την ηρεμία και τη χαλάρωση, ενώ στις ευρύχωρες πισίνες και στην παραλία, οι νέοι και οι ηλικιωμένοι μπορούν να απολαύσουν δραστηριότητες και διασκέδαση.

Το κεντρικό εστιατόριο του ξενοδοχείου προσφέρει μεγάλη ποικιλία από γαστρονομικές απολαύσεις, συμπεριλαμβανομένων των ελληνικών ημερήσιων σπεσιαλιτέ, ενώ στα τρία αλά κάρτ εστιατόριά μας μπορούν να απολαύσουν παραδοσιακές κρητικές, ιταλικές και βίγκαν κουζίνες.

Σε κεντρική τοποθεσία ανάμεσα στην Ανατολική και τη Δυτική Κρήτη, το ξενοδοχείο αποτελεί επίσης ένα βολικό σημείο εκκίνησης για πολλές ενδιαφέρουσες εκδρομές σε όλο το νησί της Κρήτης, με τη συναρπαστική ιστορία και τον πολιτισμό του.

Following the philosophy of life and tradition of Greek and Cretan hospitality, we have set our goal to offer our guests not only a comfortable and relaxing holiday, but also the delights of the Greek and Cretan culture and gastronomy.



With 336 rooms at the main building, suites and 3 bungalow complexes, located on the long sandy beach of Amoudara, the 5-Star **Apollonia Beach Resort & Spa** offers all the comforts necessary for a memorable vacation.

In the lush **“Anthousai”- Hotelpark** our guests will find peace and relaxation, while in the spacious pools and on the beach, young and old alike can enjoy activities and entertainment.

The hotel’s main restaurant offers a huge variety of culinary delights, including Greek daily specialties, while at the three a la carte specialty restaurants our guests can enjoy traditional Cretan, Italian and Vegan cuisines.

Located centrally between East and West Crete, the hotel is also a convenient launching pad for many interesting excursions across the spectacular island of Crete, with its exciting history and culture.



1.

Κοντινή λήψη ενός σύνθετου ασκίδιου που προσομοιάζει ένα σπόγγο. 🇬🇷

Close view of a combosite ascidian which is like a sponge. 🇬🇷



1.

2.

Κοντινή λήψη ενός πορτοκαλί σπόγγου. Το άνοιγμα είναι η θέση εισόδου του νερού, το οποίο φιλτράρει και τρέφεται με πλανκτονικούς οργανισμούς. 🇬🇷

Close view of an orange sponge. The open is the place from which it infiltrates water and is feed by planktonic organisms. 🇬🇷



2.

3.

Η θαλάσσια ανεμώνη σαν ανοιχτή μαργαρίτα. 🇬🇷

The sea anemone like an open daisy. 🇬🇧



4.

Η λευκή ανεμώνη (Anemona hortensis). 

The white anemone (Anemona hortensis). 

4.



5.

Χαμομήλι (*Matricaria chamomila*), μια μικρή μαργαρίτα με θεραπευτικές ιδιότητες. 🇬🇷

Chamomile (*Matricaria chamomilla*), a small daisy with healing properties. 🇬🇧



5.

6.

Ένα ζευγαράκι σαλιγκαριών σε αναζήτηση τροφής. 🇬🇷

A pair of snails in search of food. 🇬🇷



6.

7.

Οι αράχνες δεν είναι μόνο μαύρες, καφέ και σκοτεινές. 🇬🇷
Ενίοτε είναι και πράσινες για να κρύβονται στην βλάστηση.

Spiders are not only black, brown and dark. 🇬🇷
Sometimes they are green to hide in the vegetation.



7.

8.

Φτερά κάτω για ξεκούραση από ένα οδοντόγναθο (*Orthetrum coerulescens*), 
που ετοιμάζεται για την επόμενη πτήση προς αναζήτηση τροφής.

Wings down for resting on a odontognathus (*Orthetrum coerulescens*), 
preparing for the next flight in search of food.



8.

9.

Ο λευκός ασφόδελος (*Asphodelus albus*) είναι ο προπομπός της άνοιξης στην Κρητη όταν ανθίζει. 🇬🇷

The white asphodel (*Asphodelus albus*) is the forerunner of spring in Crete when it blooms. 🇬🇷

9.





10.

Μινιατούρες παχύφυτών, αξάδελφων των κάκτων, 
μεγαλώνουν σε σχισμές βράχων στον υγρότοπο του Αλμυρού.

Succulent plants miniatures, cactus cousins, 
they grow in rock slits in the Almyros wetland.



10.

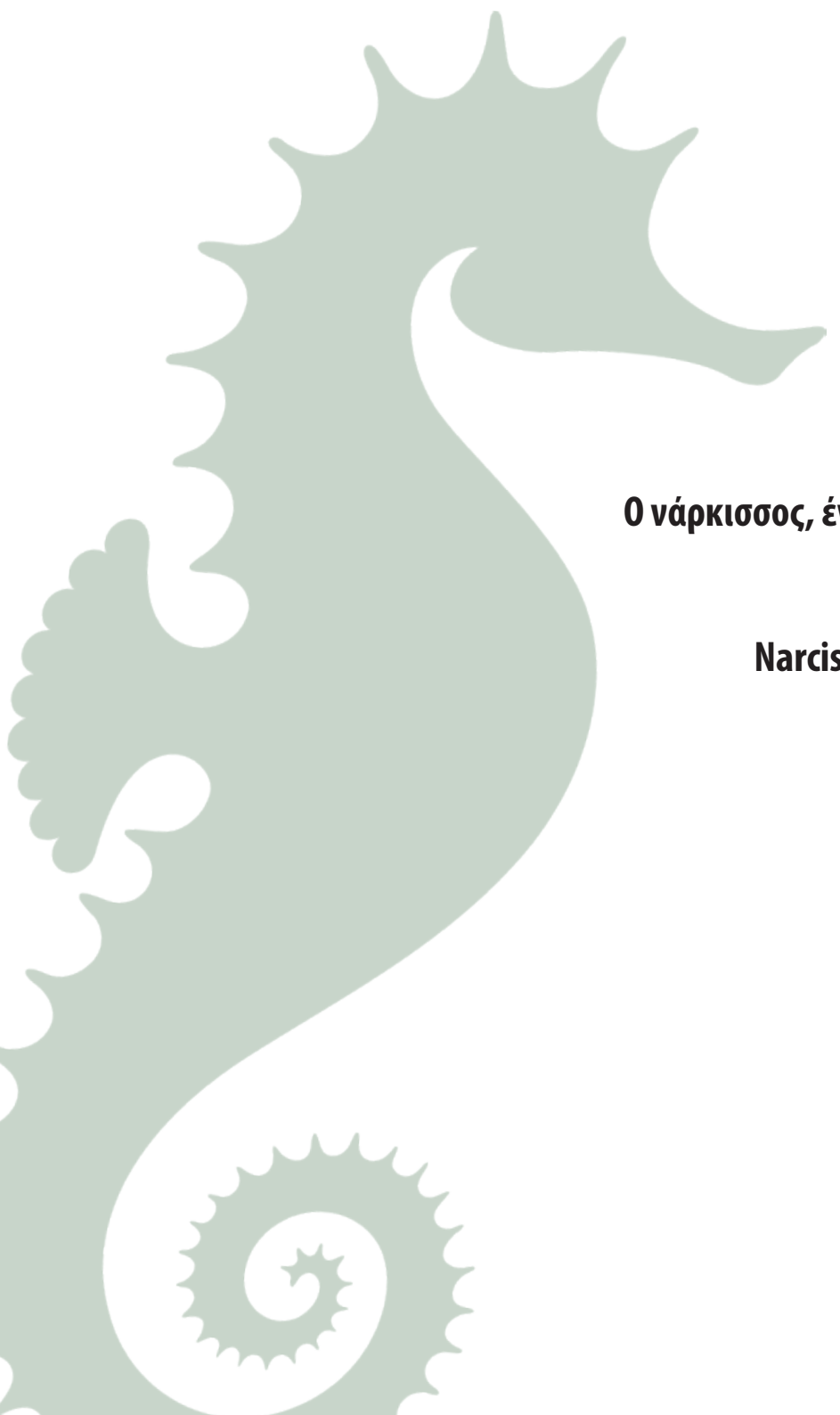
11.

Το λιακόνι (*Chalcides ocellatus*) είναι ένα σαυράκι που τα χρώματα που έχει,  του επιτρέπουν να αποφεύγει τους εχθρούς.

Chalcides ocellatus is a lizard that has its colors,  allow him to evade enemies.

11.





12.

Ο νάρκισσος, ένα από τα τελευταία λουλούδια του φθινωπόρου πριν τον χειμώνα. 🇬🇷

Narcissus, one of the last flowers of autumn, just before the cold winter. 🇬🇷

12.





13.

Κοντινή λήψη του άνθους της μαργαρίτας. 🇬🇷

Close up of the common Anthemis flower. 🇬🇧



13.

14.

Ένα μικρο σαυράκι (*Tarentola mauritanica*) στα χρώματα του περιβάλλοντος που ζει. 🇬🇷

A small gecko (*Tarentola mauritanica*) is camouflaged with the colors of the surrounding environment. 🇬🇷

14.



15.

Στον υγρότοπο, η μικρή χελώνα (Mauremis rivulata), ξεπροβάλει δειλά 
για να αναζητήσει την τροφή της.

At the wetland, the pont turtle (Mauremys rivulata), slowly appear for foraging. 

15.



16.

Ρηχά βραχάκια στην Αμμουδάρα καλυμμένα από φύκη του γένους *Cystoseira*. 🇬🇷

Shallow rocks covered by brown algae of the genus *Cystoseira*. 🇬🇷



16.

17.

Ένας βράχος καλυμμένος από πολύχρωμους σπόγγους. 🇬🇷

A rock covered by colorfull sponges. 🇬🇷



17.

18.

Η καλόγρια (*Chromis chromis*) είναι το πρώτο ψάρι που μπορείς να δεις 
όταν ξεκινήσεις εξερεύνηση με την μάσκα στην θάλασσα.

The small fish (*Chromis chromis*) is among the first fish that you can observe 
when you will start snorkeling.



18.

19.

Ο αμμόδης βυθός, αν και με πρώτη ματιά φαίνεται άδειος, εντούτοις είναι γεμάτος μυστικά. 🇬🇷
Το μεγαλύτερο είναι η ηρεμία που κρύβει.

The sandy bottom, even if it shows empty, is full of secrets. 🇬🇷
The most important is the tranquility that offer you.

19.

20.

Στην σκιερή πλευρά του βράχου, μωβ και πράσινα χρώματα ξεπηδούν
από τους οργανισμούς που ζουν. 🇬🇷

At the shadow part of the rocks, purple and greenish colors pop-up
from the organisms that live. 🇬🇧



20.

21.

Μακροφύκη αναπτύσσουν ιδιαίτερες βιοκοινωνίες στα βράχια 🇬🇷

Macroalgae create interesting biocoensis on the rocks. 🇬🇧



21.

22.

Ο επιβλητικός θαλασσόκρινος (*Pancratium maritimum*), ένα σπάνιο και ενδημικό φυτό των αμμοθινών της Μεσογείου. Ανθίζει συνήθως τον Αυγουστο, προσφέροντας ένα διακριτικό άρωμα στο περιβάλλον. 🇬🇷

The impressive white iris of the sea (*Pancratium maritimum*) is a rare and endemic plant of the Mediterranean sand dunes. It blossoms close to August while offer a delicate parfum at the surrounding. 🇬🇷



22

23.

Βραχώδεις σχηματισμοί στην θάλασσα καλυμμένος με αχινούς, αγαπητός μεζές στην Μεσόγειο. 🇬🇷

Rocky formations in the sea covered by sea urchin, a special meze in the Mediterranean. 🇬🇷



23.

24.

Μια μικρή σαλιάρα (*Parablennius* sp.) ξεπροβάλει από την φωλιά της 
περιτριγυρισμένη από καφέ φύκια.

A small blenny appears from its hide surrounded by brown algae. 

24.



25.

Ενα μικρό λιβάδι θαλάσσιου φυτού (*Cymodocea nodosa*). 🇬🇷
Σημαντική η υπαρξη του, δηλώνει καθαρότητα στην θάλασσα.

A seagrass meadow (*Cymodocea nodosa*) is hosted at the soft bottom. 🇬🇷
Important as species and habitat, its occurrence is related to the clearance of the sea.

25.





26.

Ένα σαλάχι κολυμπάει ατάραχο πάνω απο τον αμμώδη βυθό. 

A ray swims over the sandy seascape. 

26.



27.

Τα γαιδουράκια, στο θεματικό πάρκο του ξενοδοχείου, ξεκουράζονται υπο την σκιά ενός δένδρου. 🇬🇷

The donkeys, at the thematic park of the hotel, take a rest under the shadow of a tree 🇬🇷



27.



28.

Άποψη της παραλίας του Apollonia Resort & Spa. 

View of Apollonia Resort & Spa beach. 



28.



29.

Άποψη της παραλίας του Apollonia Resort & Spa. 

View of Apollonia Resort & Spa beach. 



29.



30.

Άποψη της παραλίας του Apollonia Resort & Spa. 

View of Apollonia Resort & Spa beach. 



30.



31.

Άποψη της παραλίας του Apollonia Resort & Spa. 

View of Apollonia Resort & Spa beach. 



32.

Οι μέλισσες επιλέγουν τα αρωματικά φυτά για να συλλέξουν γύρη και χυμούς για το πολύτιμο μέλι. 🇬🇷

Bees select herbs for the collection of pollen and juice for the honey production. 🇬🇷

32.



33.

Ρίγανη (*Origanum vulgare*), ένα αρωματικό φυτό άρρηκτα συνδεδεμένο με την 
Κρητική κουζίνα.

Origanum (*Origanum vulgare*), a herb linked with the Cretan culinary tradition. 

33.



34.

Προνύμφες εντόμων αναζητούν χώρο για να ξεκινήσουν την διαδικασία μεταμόρφωσης. 🇬🇷

Juvenile of insects looking for space in order to start metamorphosis. 🇬🇧

34.



35.

Οι λιβελλούλες (*Sympetrum fonscolombii*), τα ελικοπτεράκια κοινως ονομαζόμενα, 
είναι δείκτες οικολογικής κατάστασης των υγρότοπων.

The dragonflies (here the species *Sympetrum fonscolombii*), 
the greek-named “flying helicopters”, are indices of heathy status of the wetland.



35.



APOLLONIA RESORT & SPA
Member of Cyan Group Hotels

P.O. Box 32, Gazi 71414,
Heraklion, Crete, GR
Tel: +302814266000
Fax: +30 2810 821433



COSTA NOSTRUM
Sustainable Beaches

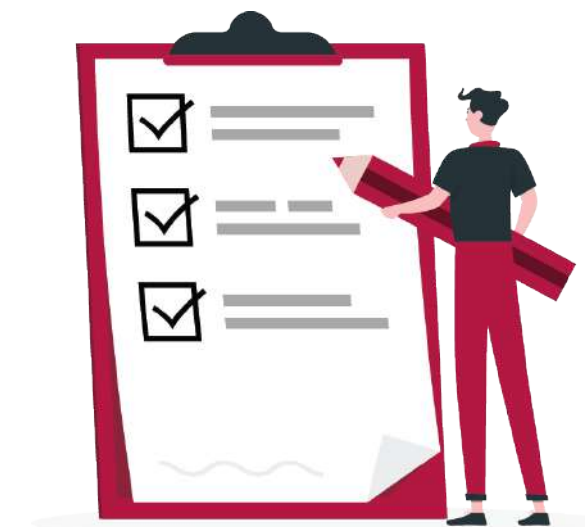
74, Meletiou Piga Str., 71306,
Heraklion, Crete, GR
Tel: +302810334025



Special “Thanks” to Terra Solutions



COSTA NOSTRUM BEACH QUESTIONNAIRE
Your opinion matters



select your language & answer



or visit the web address:
www.costanostrum.org

All Rights Reserved | 2020
Costa Nostrum | costanostrum.org

