

CVs – ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΑ (GREEK)

Μαντώ Παναγιωτάκη - τραγούδι

Η Μαντώ γεννήθηκε στην Αθήνα το 1984. Ξεκίνησε να παίζει κλασικό πιάνο σε ηλικία πέντε ετών. Έχει σπουδάσει μοντέρνο τραγούδι και jazz vocal performance στο Ωδείο Athenaeum, με ειδίκευση στον αυτοσχεδιασμό της jazz.

Έχει συμμετάσχει σε διάφορα μουσικά σχήματα και projects, με διεθνές και ελληνικό ρεπερτόριο, συνδυάζοντας στοιχεία κλασικής, μοντέρνας και jazz μουσικής. Από το 2013 είναι μέλος του φωνητικού jazz σχήματος «Les Trois Femmes». Το 2015 συνεργάστηκε με τον συνθέτη Παναγιώτη Καλαντζόπουλο στο νέο του άλμπουμ «Το Τέλειο Εγκλημα», το οποίο κυκλοφόρησε το 2016.

Στέργιος Πολύζος - σαξόφωνο

Ο Στέργιος Πολύζος ξεκίνησε την ενασχόλησή του με τη μουσική σε ηλικία 10 ετών. Παρακολούθησε μαθήματα ακορντεόν, πιάνου και μουσικής θεωρίας, στο Δελφικό Ωδείο Λαυρίου.

Το 2008 ξεκίνησε να παίζει σαξόφωνο στη Φιλαρμονική του Δήμου Λαυρίου, όπου παρέμεινε για δέκα χρόνια. Παράλληλα ολοκλήρωσε τις σπουδές του στην κλασική αρμονία και αντίστιξη. Είναι απόφοιτος του Τμήματος Μουσικών Σπουδών του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.

Από το 2012 ασχολείται επαγγελματικά με τη μουσική συμμετέχοντας σε σύνολα και ορχήστρες, τόσο σε συναυλίες όσο και σε ηχογραφήσεις σε studio, κάνοντας ενορχηστρώσεις και παραδίδοντας μαθήματα. Έχει συνεργαστεί με πληθώρα μουσικών της αθηναϊκής τζαζ σκηνής, αλλά και με καλλιτέχνες από τον χώρο της ποπ, ροκ και κλασικής μουσικής.

Από το 2025 διδάσκει σαξόφωνο στο Ωδείο Φίλιππος Νάκας.

Παναγιώτης Καψαμπέλης - κιθάρα

Γεννήθηκε στην Καλαμάτα το 1988. Φοίτησε στο Μουσικό Σχολείο Καλαμάτας «Μαρία Κάλλας» και κατά τη διάρκεια της φοίτησής του συμμετείχε και διακρίθηκε σε πανελλήνιους μουσικούς αγώνες με σύνολα του σχολείου του. Στο διάστημα 2009 – 2011 σπούδασε ηλεκτρική κιθάρα στο Ωδείο Φίλιππος Νάκας, με υπεύθυνο καθηγητή τον Γιώτη Σαμαρά και απέκτησε πτυχίο με άριστα ενώ στο ίδιο διάστημα μελέτησε και απέκτησε επίσης πτυχίο Jazz αρμονίας με άριστα. Το 2010 παρακολούθησε σεμινάριο του John Scofield στο Ωδείο Τέχνης του Γιώργου Φακανά.

Έχει εμφανιστεί σε συναυλίες με Έλληνες συνθέτες και τραγουδιστές όπως: Στ. Κραουνάκης, Γ. Θεοφάνους, Γ. Χατζηνάσιος, Κ. Χατζής, Κ. Μακεδόνας, Χ. Δάντης, Π. Παπαδοπούλου κ.ά, στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών, στο Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος, στο Gazarte, καθώς και σε θέατρα, χώρους εστίασης σε Ελλάδα και Κύπρο. Έχει πολλές χρονιές συμμετάσχει σε jazz φεστιβάλ της Καλαμάτας καθώς και σε jazz και έντεχνα live στο Costa Navarino.

Το 2015, συμμετέχοντας με άλλους μουσικούς στη δημιουργία του εμβληματικού μουσικού έργου (4 CDs) «Ξαναδιαβάζοντας τον Μίκη Θεοδωράκη», διασκεύασε και ενορχήστρωσε το κομμάτι «Σαν καφενείο». Συμμετείχε επίσης, ως συνθέτης και εκτελεστής στο δίσκο “Happy Hour” των B.F.A.M του drummer Σπύρου Παναγιωτόπουλου και σε ηχογραφήσεις τραγουδιών σπουδαίων δημιουργών όπως Μάνος Ελευθερίου, Νίκος Μωραΐτης κ.ά. Διδάσκει ηλεκτρική και ακουστική κιθάρα.

Αντώνης Αρβανίτης - κοντραμπάσο

Ο Αντώνης Αρβανίτης γεννήθηκε το 1985.

Σπούδασε jazz κοντραμπάσο στο Ωδείο Φίλιππος Νάκας, με καθηγητή τον Κώστα Κωνσταντίνου και μοντέρνο τραγούδι στο Εθνικό Ωδείο, με καθηγητή τον Γιάννη Παντελή.

Ως jazz κοντραμπασίστας έχει συνεργαστεί με τους μεγαλύτερους εκπροσώπους της τζαζ

στη χώρα μας. Έχει δώσει συναυλίες σε μουσικές σκηνές, θέατρα, στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών και στο Μέγαρο Μουσικής Θεσσαλονίκης, στο Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος και σε πολλούς άλλους χώρους. Επίσης, έχει εμφανιστεί σε πολλά φεστιβάλ, μιούζικαλ και θεατρικές παραστάσεις.

Από το 2010 εμφανίζεται στο ετήσιο Πολιτιστικό Φεστιβάλ Κορώνης, στη Μεσσηνία. Το 2012 συμμετείχε στην παρουσίαση πρωτότυπων μουσικών έργων του συνθέτη Παναγιώτη Κωνσταντακόπουλου, βασισμένων στην ποίηση του Νικηφόρου Βρεττάκου. Από το 2014 υπήρξε επίσης μέλος του συγκροτήματος «The Jazz Express», το οποίο εμφανιζόταν σε εβδομαδιαία βάση, στο «Τρένο στο Ρουφ».

Είναι επίσης, κάτοχος πτυχίου Οικονομικών από το Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών (2006) και μεταπτυχιακού τίτλου (Master) στο International Management από το Πανεπιστήμιο του Reading στην Αγγλία (2008).

ENGLISH (ΑΓΓΛΙΚΑ)

Manto Panagiotaki - singer

Manto was born in Athens in 1984. She began studying classical piano at the age of five. She studied modern singing and jazz vocal performance at the Athenaeum Conservatory, specializing in jazz improvisation.

She has participated in various musical ensembles and projects, performing both international and Greek repertoire, combining elements of classical, modern and jazz music. Since 2013, she has been a member of the jazz vocal group “Les Trois Femmes.” In 2015,

she collaborated with composer Panagiotis Kalantzopoulos on his new album “The Perfect Crime,” which was released in 2016. Since 2010, she has performed at the annual Koroni Cultural Festival in Messenia. In 2012, she participated in the presentation of original musical works by composer Panagiotis Konstantakopoulos, based on the poetry of Nikiforos Vrettakos.

Since 2014, she has also been a member of the band “The Jazz Express,” which performed weekly at “The Train at Rouf.” She also holds a bachelor’s degree in Economics from the Athens University of Economics and Business (2006) and a master’s degree in International Management from the University of Reading in England (2008).

Stergios Polyzos - saxophone

Stergios Polyzos began his musical studies at the age of 10. He took accordion, piano, and music theory lessons at the Delphic Conservatory of Lavrio.

In 2008, he began playing the saxophone in the Lavrio Municipal Philharmonic, where he remained for ten years. At the same time, he completed his studies in classical harmony and counterpoint. He is a graduate of the Department of Music Studies at the National and Kapodistrian University of Athens.

Since 2012, he has been working professionally in music, participating in ensembles and orchestras—both in concerts and studio recordings—as well as arranging music and teaching. He has collaborated with numerous musicians from the Athenian jazz scene, as well as with artists from the worlds of pop, rock, and classical music.

Since 2025, he has been teaching saxophone at the Philippos Nakas Conservatory.

Panagiotis Kapsambelis - guitar

He was born in Kalamata in 1988. He attended the “Maria Callas” Music School of Kalamata, and during his time there, he participated in and distinguished himself at national music competitions with ensembles from his school. Between 2009 – 2011, he studied electric guitar at the Filippos Nakas Conservatory under the guidance of Professor Giotis Samaras, earning a degree with honors; during the same period, he also studied and earned a degree in jazz harmony with honors. In 2010, he attended a seminar led by John Scofield at the Giorgos Fakanas Conservatory of Art.

Antonis Arvanitis - double bass

Antonis Arvanitis was born in 1985.

He studied jazz double bass at the Filippos Nakas Conservatory under Kostas Konstantinou and modern vocal performance at the National Conservatory under Yannis Pantelis.

As a jazz double bassist, he has collaborated with the leading figures of the jazz scene in Greece. He has performed at music venues, theaters, the Athens Concert Hall and the

Thessaloniki Concert Hall, the Stavros Niarchos Foundation Cultural Center, and many other venues. He has also appeared in numerous festivals, musicals, and theatrical productions.

He has performed in concerts with Greek composers and singers such as: S. Kraounakis, G. Theofanous, G. Hatzinassios, K. Hatzis, K. Makedonas, H. Dantis, P.Papadopoulou, and others, at the Athens Concert Hall, the Stavros Niarchos Foundation Cultural Center, Gazarte, as well as in theaters and restaurants throughout Greece and Cyprus. For many years, he has participated in jazz festivals in Kalamata as well as in jazz and art music live performances at Costa Navarino.

In 2015, collaborating with other musicians on the creation of the landmark musical project (4 CDs) "Rereading Mikis Theodorakis," he arranged and orchestrated the track "Like a Café." He also participated, as a composer and performer, on the album "Happy Hour" by B.F.A.M., led by drummer Spyros Panagiotopoulos, and on recordings of songs by renowned composers such as Manos Eleftheriou, Nikos Moraitis, and others.

He teaches electric and acoustic guitar.