Вангел Мангов е роден во 1912 година во Костурското село Жупанишча, Егејскиот дел од Македонија. Основно образование завршил во 1926 година, а потоа учи во Костурската и Цотилската гимназија. Во периодот по Првата Светска Војна, кога во Егејскиот дел на Македонија не постои организација на македонскиот народ која ќе се спротивстави на грчките шовинисти, Вангел Мангов како средношколец пристапува кон комунистичката младинска организација и поради неговите револуционерни идеи, тој бил избркан од средното училиште.

Тешката економска криза во која запаѓа Грција во 1926 година, како и прогромите на грчките шовинисти кои го зголемија теророт врз македонскиот народ само за да се иселат Македонците од Егејскиот дел на Македонија, доведува до ширење на влијанието на Комунистичката партија на Грција (КПГ) меѓу прогресивните Македонци. По падот на диктаторскиот режим на владата на генаралот Пангалос во август 1926 година, на парламентарните избори во ноември истата година, КПГ добиваат 10 мандати од 16 што ги добиваат левичарските партии. По Светската економска криза во 1929 година, КПГ уште повеќе го зголемува своето влијание меѓу македонскиот народ, со чија помош во 1933 изборува 10 места во грчкиот парламент.

Во 1932 и 1936 година, Вангел Мангов учествува во предизборната кампања на КПГ, која е единствена партија која во овој период го заштитува правото на етничките Македонци од Егејскиот дел на Македонија. Со целосна посветеност кон идеологија и политиката на ГКП, која во 1934 година потпишува декларација со која се поддржува создавање на независна република Македонија и го помага формирањето на ВМРО (Об.), Вангел агитира меѓу своите сонародници за поддршка на ваквата политика.

Но, по воведувањето на Метаксасовата диктатура во август 1936 година веднаш започнаа апсења на комунистите, демократските ориентирани политичари и Македонците. Власта со крајна бруталност ги прогонуваше Македонците, кои ги третираше како граѓани од втор ред. Меѓу прогонетите се наоѓа и Вангел Мангов, кој бил уапсен и осуден на четири месеци затвор.

Во 1938 година Грција донесува посебен закон со кој најстрого се забранува употребата на македонскиот јазик. Од донесувањето на Законот па се` до избувнувањето на Грчко-италијанската војна (октомври 1940 г.), воглавно заради зборување на мајчин македонски јазик, голем број Македонци биле интернирани или затворени како сомнителни. Во 1939 година, Вангел бил повторно уапсен, брутално измачуван и осуден на 9 месеци затвор.

По ослободувањето од затвор, Вангел Мангов се вклучува во борбата против Италијанските фашисти. Тој е свесен дека фашистичкото ропство ќе биде уште поцрно, доколку Италија ја прегази Грција, па иако е незадоволен од Метаксасовата диктатура, која изврши економско ограбување и национално потиснување на македонскиот народ, како и најголем број Македонци, се одзива на мобилизацијата. Вангел учествува во Грчко-италијанската војна, во која во првите редови на фронтот кај Морава, Подградец, Иван Планина и Клисура се наоѓаа околу 80.000 војници од Егејскиот дел на Македонија.

По нападот на Германија во 1941 година и фашистичката окупација на Грција, Вангел активно се вклучува во подготовките за национално-ослободителната борба. Тој работи на собирање на оружје, како и на организирање и вклучување на населението во Националниот Ослободителен Фронт (гр. ЕАМ). Во 1942 година, Вангел е уапсен од страна на окупаторските сили и осуден на 11 месеци затвор. Исто така, со него била уапсена и затворена неговата партиска соработничка чије бебе умира како резултат на тешките затворски услови.

Откако бил ослободен од затвор, Вангел неуморно работи во револуционерното движење како партиски лидер и политички комесар во единицата на ЕЛАС. Тој бил добар и страствен оратор кој се спротивставува на фашистичката пропаганда на бугарските окупациски сили и активно работел на развивање и ширење на заедничка борба на македонскиот и грчкиот народ против фашистички непријател под раководство на КПГ.

Под раководство на КПГ, ЕАМ и ЕЛАС во 1943 година, антифашистиката борба ја зафаќа целата територија на Грција, а кон крајот на истата година партизанските единици се реорганизираат во воени формации (баталјони, полкови, дивизии). Македонскиот народ од Егејскиот дел на Македонија, масовно се вклучува во ослободителното движење и успева да создаде свои партизански единици. Во Костурско, каде до израз доаѓа политичката активност на Васил, македонското население масовно се крева и во повеќе македонски села се формираат партизански одреди кои вршат притисок врз КПГ и ЕАМ да бидат вклучени во ЕЛАС.

Како резултат на заедничката борба со грчкиот народ, во многу македонски села беа отворени првите македонски училишта, беа формирани театарски групи, а народот се чувствувал слободно. Меѓутоа, по формирањето на владата за национално единство на Грција, како и по договорот во Либан и Казерта во 1944 година, со кое народно-ослободителното движење на Грција се предаде во рецете на грчката десница и англиската воена команда на Исток, повторно настанаа црни денови за македонскиот народ. Владата на национално единство на Грција презеде повеќе мерки да го исклучи влијанието на Македонците како еден од условите за целосно владеење во Егејскиот дел на Македонија.

По расформирањето на организациите на СНОФ и големиот притисокот врз Македонците во единиците на ЕЛАС, една група Македонци ги напуштија единиците на ЕЛАС и во знак на протест кон политиката на КПГ се соединија со единиците на НОВ и ПОМ. Во јуни 1944 година беа формирани Воденскиот баталјон, Костурскиот баталјон, Леринскиот баталјон и баталјонот за тешко оружје, од кои на 18 ноември 1944 година беше формирана Првата Егејска бригада во Битола со околу 2.500 борци. На чело на Костурскиот баталјон беше командантот Сотир Андоновски и комесарот Вангел Мангов.

По расформирањето на Егејската бригада, голем дел од борците се вратија во Егејскиот дел на Македонија, каде активно се вклучија во ДАГ и Граѓанската војна во Грција од

1946-1949 година. По враќањето Вангел Мангов продолжува со својата активност и станува комесар на партизанска единица, а потоа работи како политички комесар во Костурско. Новата фашистичка власт во Грција го прогонува и нуди парична награда од 25 милиони драхми за главата на Мангов, но тој долго време бил недофатлив.

Владимир Мангов развива импресивна воено-политичка активност. За да ги заврши навреме своите активности, тој ги преминува и непријателските линии. Но, на 26 март 1947 година, додека се приближувал кон манастирот во Сливени бил предаден и уапсен од владините сили кои веќе биле во манастирот. Мангов без да чека многу, се фрлил од карпа во реката Бистрица, но не успеал да отплива далеку кога бил смртно погоден од куршум. Наредниот ден, телото на Вангел Мангов било откриено на брегот од реката од страна на селаните на Сливени. Полицијата му ја отсекла главата и во кутија ја испратиле во Костурско.

Вангел Мангов го посветува својот живот за слободата на македонскиот народ во Егејскиот дел на Македонија.