



# Πρόγραμμα Συνεδρίου



**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ**  
8 Μαΐου 2015

**ΠΡΩΙ**

## ΠΡΟ-συνεδριακή εκδήλωση

### Η ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΗ ΣΕΦΑΑ: ΣΥΝΘΗΚΕΣ, ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ, ΠΟΙΟΤΗΤΑ, ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ

**Προεδρείο:** Καθηγητής Γιώργος Βαγενάς

ΑΡΧΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗΣ ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑΣ (10:00-10:20)

**Ομιλητής:** Ομότιμος Καθηγητής Ιωάννης Ζέρβας

**10:00-11:00**

ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ (10:20-10:40)

**Ομιλητής:** Ομότιμος Καθηγητής Βασίλης Κλεισούρας

ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ 30 ΧΡΟΝΩΝ-ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΚΑΙ ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΣΕΦΑΑ (10:40-11:00)

**Ομιλητής:** Καθηγητής Κώστας Μπουντόλος

**11:00-11:10**

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

ΘΕΣΗ & ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ ΤΗΣ ΒΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΣΕΦΑΑ (11:10-11:30)

**Ομιλητής:** Καθηγητής Νίκος Γελαδάς

**11:10-12:10**

ΘΕΣΗ & ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ (11:30-11:50)

**Ομιλητής:** Καθηγητής Κώστας Καρτερολιώτης

ΘΕΣΗ & ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ ΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗ ΣΕΦΑΑ (11:50-12:10)

**Ομιλητής:** Καθηγητής Ιωάννης Μπάγιος

**12:10-12:45**

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ - ΣΥΖΗΤΗΣΗ - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ**  
ΑΠΟΓΕΥΜΑ

**Από 10:00**

## Πρόγραμμα Συνεδρίου

ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΣΥΝΕΔΡΩΝ – ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

### ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

**Προεδρείο:** Χ. Τσολάκης, Γ. Παραδείσης

Η ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΤΗΝ ΥΠΟΔΟΧΗ ΣΤΗΝ ΟΛΥΜΠΙΑΔΑ ΤΟΥ 2012. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΕ ΠΑΣΑ ΚΑΙ ΕΠΙΘΕΣΗ ΒΕΛΟΥ Θ, ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ Κ, ΣΠΗΡΟΠΟΥΛΟΣ Κ

ΣΧΕΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΦΥΣΙΚΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΚΑΙ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΑΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΙΚΟΥ Μ, ΔΟΝΤΗ Ο, ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ, ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΥ Κ

ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΦΥΛΟΥ ΣΕ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΕΣ ΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΣΤΗ ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΜΗΛΙΩΤΗΣ Π, ΚΟΣΚΟΛΟΥ Μ

ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΚΑΙ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΜΕ ΒΟΗΘΗΤΙΚΑ ΜΕΣΑ ΣΤΑ 50 ΚΑΙ 100 ΜΕΤΡΑ ΜΠΕΪΝΤΑΡΗΣ Ν, ΛΙΑΚΟΠΟΥΛΟΥ Γ, ΠΛΑΤΑΝΟΥ Θ, ΝΙΚΟΛΟΠΟΥΛΟΣ Α

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΡΟ ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΒΑΣΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΤΩΝ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗΣ Ι, ΧΑΡΙΤΑΚΗΣ Ι, ΜΠΟΤΩΝΗΣ Π, ΠΛΑΤΑΝΟΥ Θ

**15:00-16:50**

15:50-16:50

### ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

ΜΥΟΔΥΝΑΜΙΚΕΣ ΑΣΥΜΜΕΤΡΙΕΣ ΑΝΩ ΑΚΡΩΝ ΣΕ ΤΕΝΙΣΤΕΣ: ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ  
ΠΑΛΑΙΟΘΟΔΩΡΟΥ Δ, ΒΑΓΕΝΑΣ Γ

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΟΡΕΙΝΟΥ ΗΜΙ-ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΔΡΟΜΟΥ ΣΤΗΝ ΑΛΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ  
ΡΟΥΣΑΝΟΓΛΟΥ Ε, ΠΑΠΠΑΣ Α, ΠΑΛΑΙΟΘΟΔΩΡΟΥ Δ, ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ, ΝΟΥΤΣΟΣ Κ, ΜΠΑΓΙΟΣ Γ, ΒΑΓΕΝΑΣ Γ, Κ ΜΠΟΥΝΤΟΛΟΣ Κ

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΘΕΣΗΣ ΣΤΟ ΙΝΩΔΟΓΟΝΟ ΠΛΑΣΜΑΤΟΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ ΤΗΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ  
ΣΟΥΓΛΗΣ Α, ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ, ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ Ν, ΤΡΑΥΛΟΣ Α, ΓΕΛΑΔΑΣ Ν

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟΥ ΠΡΟΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗΣ ΣΤΑ 50μ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΣΤΥΛ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ  
ΧΡΙΣΤΟΦΗ Ι, ΖΕΡΒΟΓΙΑΝΝΗΣ Α, ΣΟΥΛΤΑΝΑΚΗ Ε, ΧΕΡΚΕΛΕΤΖΗ Ε

16:50-17:00

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

17:00-17:15

ΣΥΝΤΟΜΟ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ - ΑΛΛΑΓΗ ΠΡΟΕΔΡΕΙΟΥ

17:15-18:45

### ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

**Προεδρείο:** Γ. Τερζής, Δ. Μανδαλίδης

ΑΝΗΣΥΧΙΑ ΕΠΑΝΑΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΤΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΑΠΟ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ  
ΧΡΗΣΤΑΚΟΥ Α, ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ Μ, ΣΤΑΥΡΟΥ Ν, ΖΕΡΒΑΣ Γ

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΕΠΑΡΚΟΥΣ ΥΔΑΤΩΣΗΣ ΣΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ  
ΑΝΔΡΙΑΝΟΠΟΥΛΟΥ Μ-Β, ΓΕΛΑΔΑΣ Ν, ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ Μ, ΚΟΣΚΟΛΟΥ Μ

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΨΥΞΗΣ ΣΤΙΣ ΘΕΡΜΟΥΘΜΙΣΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΕΣ ΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ ΣΕ ΘΕΡΜΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ  
ΓΚΡΙΛΙΑΣ Π, ΖΑΒΒΟΣ Α, ΚΟΣΚΟΛΟΥ Μ, ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ Σ, ΓΕΛΑΔΑΣ Ν

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ ΠΡΟΨΥΞΗΣ ΣΤΗ ΘΕΡΜΙΚΗ ΑΙΣΘΗΣΗ ΚΑΙ ΝΟΗΤΙΚΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ  
ΖΑΒΒΟΣ Α, ΓΚΡΙΛΙΑΣ Π, ΧΕΡΟΥΒΕΙΜ Ε, ΚΟΣΚΟΛΟΥ Μ, ΝΑΣΣΗΣ Γ, ΓΕΛΑΔΑΣ Ν

ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΣΤΑΣΗΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΤΟΥ STAR EXCURSION BALANCE TEST  
ΙΑΤΡΙΔΟΥ Κ, ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΑΚΗΣ Δ, ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ Σ, ΜΑΝΔΑΛΙΔΗΣ Δ

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΥΔΑΤΑΝΘΡΑΚΩΝ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΙΟΓΕΝΗ ΚΟΠΩΣΗ ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ  
ΜΗΛΙΩΤΗΣ Π, ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ Ι, ΚΟΣΚΟΛΟΥ Μ, ΣΤΕΡΓΙΟΠΟΥΛΟΣ Δ, ΓΕΛΑΔΑΣ Ν

ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ-ΑΘΛΗΤΙΚΗ-ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ: ΑΝΑΛΥΣΗ ΔΗΜΟΣΙΕΥΜΕΝΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ  
ΠΑΛΑΙΟΘΟΔΩΡΟΥ Δ, ΒΑΓΕΝΑΣ Γ

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΒΑΘΟΥΣ ΒΥΘΙΣΗΣ ΣΤΙΣ ΚΑΡΔΙΟΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΕΣ ΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ  
ΣΟΥΛΤΑΝΑΚΗ Ε, ΒΑΓΙΑΚΗΣ Ε, ΦΛΩΡΟΥ Ε, ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ Μ, ΒΑССΑRΑΝΙ G

Η ΜΕΓΙΣΤΗ ΑΕΡΟΒΙΑ ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΕΙΝΑΙ ΜΙΚΡΟΤΕΡΗ ΚΑΤΑ ΤΟ ΠΑΛΙΝΔΡΟΜΟ ΤΡΕΞΙΜΟ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΕΚΕΙΝΗ ΠΟΥ ΕΠΙΤΥΓΧΑΝΕΤΑΙ ΣΤΟ ΔΑΠΕΔΟΕΡΓΟΜΕΤΡΟ  
ΣΤΕΡΓΙΟΠΟΥΛΟΣ Δ, ΚΟΥΝΑΛΑΚΗΣ Σ, ΜΗΛΙΩΤΗΣ Π, ΓΕΛΑΔΑΣ Ν

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΜΥΪΚΗΣ ΙΣΧΑΙΜΙΑΣ ΣΤΗ ΜΥΪΚΗ ΚΑΙ ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΗ ΟΞΥΓΟΝΩΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΑΘΕΡΟΥ ΕΡΓΟΥ  
ΧΕΡΟΥΒΕΙΜ Ε, ΚΟΣΚΟΛΟΥ Μ, ΒΡΑΜΠΑΣ Ι, ΓΕΛΑΔΑΣ Ν

19:30-21:30

### ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ

- ΠΡΟΣΦΩΝΗΣΕΙΣ
- ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ
- ΚΗΡΥΞΗ ΕΝΑΡΞΗΣ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΤΟΥ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

### ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΟΜΙΛΙΑ

**Προεδρείο:** Σ. Αθανασόπουλος, Ν. Αποστολίδης

ΓΟΝΙΔΙΑΚΕΣ ΚΑΙ ΜΟΡΙΑΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ: ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

**Ομιλητής:** Ιωάννης Πιτσιλαδής, Professor of Sport and Exercise Science, School of Sport & Service Management, University of Brighton, UK

21:30

### ΔΕΞΙΩΣΗ - ΜΟΥΣΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ

# ΣΑΒΒΑΤΟ

9 Μαΐου 2015

ΠΡΩΙ

Α΄ Πρωινή  
Συνεδρία

09:00-10:20

## ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΑΣΚΗΣΗΣ

Προεδρείο: Κ. Μπουντόλος, Μ. Κοσκολού

ΠΡΟΑΣΚΗΣΙΑΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ

Ομιλήτρια: Ευαγγελία Κουϊδή, Καθηγήτρια Αθλητιατρικής, ΣΕΦΑΑ, ΑΠΘ

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ

Ομιλητής: Θρασύβουλος Παξινός, Καθηγητής Στρατιωτικής Φυσικής Αγωγής, ΣΣΕ

ΣΚΕΛΕΤΙΚΕΣ ΔΥΣΜΟΡΦΙΕΣ ΚΑΙ ΝΕΥΡΟΜΥΙΚΕΣ ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ

Ομιλητής: Σπύρος Αθανασόπουλος, Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΑΓΟΥΝ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Ομιλήτρια: Ελένη Θεοδωροπούλου MSc, Ph.D, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής

10:20-10:30

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

10:30-10:40

ΣΥΝΤΟΜΟ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ - ΑΛΛΑΓΗ ΠΡΟΕΔΡΕΙΟΥ

Β΄ Πρωινή  
Συνεδρία

## ΤΙΤΛΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ: ΑΣΚΗΣΗ - ΕΥΡΩΣΤΙΑ - ΥΓΕΙΑ

Προεδρείο: Κ. Καρτερολιώτης, Μ. Ψυχουντάκη

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ

Ομιλήτρια: Μαρία Κοσκολού, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Εργοφυσιολογίας, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΓΙΑ ΑΠΩΛΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΒΑΡΟΥΣ

Ομιλήτρια: Μαρία Γιαννακούλια, Αν. Καθηγήτρια Διατροφής & Διαιτητικής Συμπεριφοράς, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΣΚΗΣΗΣ: ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ - ΑΣΦΑΛΕΙΑ - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

Ομιλήτρια: Ελισσάβη Ρουσάνογλου, Επίκουρη Καθηγήτρια Αθλητικής Βιομηχανικής, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ: ΜΙΑ ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΣΧΕΣΗ

Ομιλητής: Γιάννης Θεοδωράκης, Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας, ΣΕΦΑΑ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

12:00-12:10

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

12:10-12:30

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ - ΚΑΦΕΣ

12:30-13:50

## ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

Προεδρείο: Ι. Μπάγιος, Γ. Μπογδάνης

ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΠΑΡΑΤΕΤΑΜΕΝΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΤΗ ΜΕΓΙΣΤΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ

ΓΑΛΑΚΤΙΚΟΥ ΣΕ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΤΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ

ΔΡΑΓΩΝΕΑ Π, ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ Ν, ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ, ΖΑΧΑΡΑΚΗΣ Ε, ΜΠΟΥΡΔΑΣ Δ, ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ Ν

ΣΧΕΣΗ ΡΥΘΜΟΥ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ, ΑΛΙΠΗΣ ΜΑΖΑΣ ΚΑΙ ΡΙΠΤΙΚΗΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΡΙΨΕΩΝ

ΖΑΡΑΣ Ν, ΣΤΑΣΙΝΑΚΗ Α-Ν, ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ Σ, ΚΑΡΑΜΠΑΤΣΟΣ Γ, ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ Γ, ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ ΤΕΡΖΗΣ Γ

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΣΤΑΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΙΚΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΠΑΙΚΤΩΝ ΚΥΛΙΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΣΤΕΦΟΠΟΥΛΟΣ Β, ΙΑΤΡΙΔΟΥ Κ, ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ Σ, ΜΑΝΔΑΛΙΔΗΣ Δ

ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΑΓΩΓΗΣ ΝΕΥΡΙΚΩΝ ΩΣΕΩΝ ΣΤΙΣ ΜΥΪΚΕΣ ΙΝΕΣ ΣΕ ΜΑΡΑΘΩΝΟΔΡΟΜΟΥΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΕΣ ΙΣΧΥΟΣ

ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ Σ, ΚΑΡΑΝΔΡΕΑΣ Ν, ΖΑΡΑΣ Ν, ΣΤΑΣΙΝΑΚΗ Α, ΤΕΡΖΗΣ Γ

ΔΕΙΚΤΕΣ ΑΛΤΙΚΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΜΕ ΔΥΝΑΜΟΔΑΠΕΔΟ ΚΑΙ ΑΔΡΑΝΕΙΑΚΟΥΣ ΑΙΣΘΗΤΗΡΕΣ

ΠΑΠΠΑΣ Α, ΝΟΥΤΣΟΣ Κ, ΒΑΓΕΝΑΣ Γ, ΜΠΟΥΝΤΟΛΟΣ Κ

ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗ ΜΥΪΚΗ ΔΥΝΑΜΗ ΚΑΙ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΔΟΜΗ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΔΥΝΑΜΗΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΜΗΚΗ ΜΥΟΣ

ΣΤΑΣΙΝΑΚΗ Α-Ν, ΖΑΡΑΣ Ν, ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ Σ, ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ Γ, ΤΕΡΖΗΣ Γ

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΝ ΚΑΙ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΔΟΜΗ ΤΟΥ ΕΞΩ ΠΛΑΤΥ ΜΗΡΙΑΪΟΥ ΜΥΟΣ

ΤΣΙΤΚΑΝΟΥ Σ, ΣΤΑΣΙΝΑΚΗ Α-Ν, ΖΑΡΑΣ Ν, ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ, ΤΕΡΖΗΣ Γ

Η ΚΑΤΑΚΟΡΥΦΗ ΑΛΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΠΡΟΒΛΕΨΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΛΟΓΗ ΝΕΑΡΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ

ΤΣΟΥΚΟΣ Α, ΔΡΙΚΟΣ Σ, ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ Π, ΒΕΛΗΓΚΕΚΑΣ Π, ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ

ΕΝΤΑΣΗ, ΔΕΙΚΤΗΣ ΥΠΟΚΕΙΜΕΝΙΚΗΣ ΚΟΠΩΣΗΣ ΚΑΙ ΜΥΪΚΟΣ ΠΟΝΟΣ ΣΕ ΔΡΟΜΕΙΣ ΗΜΙ-ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ ΟΡΕΙΝΟΥ ΔΡΟΜΟΥ

ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ, ΠΑΠΠΑΣ Α, ΠΑΛΑΙΟΘΕΟΔΩΡΟΥ Δ, ΝΟΥΤΣΟΣ Κ, ΡΟΥΣΑΝΟΓΛΟΥ Ε, ΜΠΑΓΙΟΣ Ι, ΒΑΓΕΝΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, ΜΠΟΥΝΤΟΛΟΣ Κ

13:50-14:00

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

14:00-15:00

ΜΕΣΗΜΒΡΙΝΗ ΔΙΑΚΟΠΗ

Α΄ Απογευματινή  
συνεδρία

**15:00-16:20**

### **Τίτλος Συνεδρίας: ΜΕΓΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΜΥΙΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ, ΙΣΧΥΟΣ & ΚΑΡΔΙΟΑΝΑΠΑΝΕΥΣΤΙΚΗΣ ΑΝΤΟΧΗΣ**

**Προεδρείο:** Σ. Κέλλης, Γ. Γεωργιάδης

ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΥΙΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΙ ΙΣΧΥΟΣ: ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΟΣΗΣ Ή ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΩΝ;  
Ομιλητής: Ελευθέριος Κέλλης, Καθηγητής Αθλητικής Κινησιολογίας, ΣΕΦΑΑ, ΑΠΘ

ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΚΑΡΔΙΟΑΝΑΠΑΝΕΥΣΤΙΚΗΣ ΑΝΤΟΧΗΣ

Ομιλητής: Ιωάννης Βράμπας, Καθηγητής Εργοφυσιολογίας, ΤΕΦΑΑ Σερρών, ΑΠΘ

ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΙ ΚΑΡΔΙΟΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗΣ ΑΝΤΟΧΗΣ

Ομιλητής: Γεράσιμος Τερζής, Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικών Ρίψεων, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΑΘΛΗΤΩΝ ΔΥΝΑΜΗΣ, ΙΣΧΥΟΣ & ΑΝΤΟΧΗΣ

Ομιλητής: Ιωάννης Αρναούτης, MSc, Ph.D, Καθηγητής Φυσικής Αγωγής, Επιστημονικός Συνεργάτης Χαροκοπέιου

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

**16:20-16:45**

**16:45-17:00**

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ - ΚΑΦΕΣ

### **Τίτλος Συνεδρίας: ΜΕΓΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΟΣΗΣ - ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ**

**Προεδρείο:** Ι. Βράμπας, Χ. Χαιροπούλου

ΦΛΕΓΜΟΝΩΔΕΙΣ ΔΕΙΚΤΕΣ ΚΑΙ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΤΙΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ

Ομιλητής: Νικόλαος Αποστολίδης, Αναπληρωτής Καθηγητής Ειδικής Προπονησιολογίας Καλαθοσφαίρισης, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΦΟΡΜΑΡΙΣΜΑ ΣΤΑ ΔΡΟΜΙΚΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ

Ομιλητής: Γεώργιος Παραδείσης, Επίκουρος Καθηγητής Κλασικού Αθλητισμού-Αθλητικών Δρόμων, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

**17:00-18:20**

ΜΕΓΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΣΤΑ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΑ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ

Ομιλήτρια: Ελένη Σουλτανάκη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κολύμβησης, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ ΜΕ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Ομιλητής: Εμμανουήλ Σκορδίλης, Αναπληρωτής Καθηγητής Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

**18:20-18:45**

**18:45-19:15**

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ - ΚΑΦΕΣ

**18:00-19:00**

### **ΔΗΜΟΣΙΕΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΕΙΣ ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΩΝ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΩΝ**

**19:15-20:30**

### **ΦΟΙΤΗΤΙΚΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΕΣ**

**Προεδρείο:** Ε. Ρουσάνογλου, Ε. Σκορδίλης

ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΥΠΟΚΕΙΜΕΝΙΚΗ ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΚΟΠΩΣΗΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥΣ ΤΡΟΠΟΥΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΠΡΟΟΔΕΥΤΙΚΑ ΑΥΞΑΝΟΜΕΝΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ

ΖΕΚΟΥ Ε, ΣΠΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ Α, ΤΟΥΜΠΕΚΗΣ Α

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΥΨΟΥΣ ΤΑΚΟΥΝΙΟΥ ΣΤΗ ΟΡΘΟΣΤΑΤΙΚΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΝΕΑΡΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ Α, ΡΟΥΣΑΝΟΓΛΟΥ Ε

ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΝΟΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ ΚΑΙ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΥΤΙΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ

ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ Σ, ΛΙΒΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, ΚΟΥΤΣΟΥΚΗ Δ

ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΓΕΡΣΗΣ ΑΠΟ ΚΑΘΙΣΤΗ ΘΕΣΗ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΝΟΣΟ ΤΟΥ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ

ΚΟΥΚΟΥΛΑΚΗΣ Ν, ΡΟΥΣΑΝΟΓΛΟΥ Ε

Η ΑΠΟΔΟΣΗ ΤΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ ΣΕ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΕΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΥΣ ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΠΑΘΗΤΙΚΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

ΛΙΑΝΟΣ Γ, ΠΟΥΛΗΣ Σ, ΤΟΥΜΠΕΚΗΣ Α

ΣΧΕΣΗ ΔΥΝΑΜΗΣ ΤΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ ΕΝΤΟΣ ΚΑΙ ΕΚΤΟΣ ΝΕΡΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΤΑ 50μ ΕΛΕΥΘΕΡΟ

ΜΑΡΑΜΑΘΑ Α, ΑΝΔΡΟΥΛΑΚΗΣ Ι, ΤΟΥΜΠΕΚΗΣ Α

ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΦΥΛΟΥ ΚΑΙ ΠΛΕΥΡΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΑΝΩ ΚΑΙ ΚΑΤΩ ΑΚΡΩΝ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΜΥΛΩΝΑ Ε, ΜΠΑΓΙΟΣ Ι

Η ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΩΝ ΑΚΡΑΙΩΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΤΡΙΩΝ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΠΟΔΟΣΗ ΑΝΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ

ΝΙΚΟΛΑΟΥ Μ, ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ Κ

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΣΩΜΑΤΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΣΤΙΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ ΜΕ ΑΜΑΞΙΔΙΟ

ΞΥΣΤΟΥΡΗΣ Σ, ΡΟΥΣΟΥΝΙΔΗΣ Δ, ΖΑΧΑΡΑΚΗΣ Ε

Η ΑΠΟΔΟΣΗ ΤΗΣ ΑΜΥΝΑΣ ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΜΠΛΟΚ ΚΑΙ ΤΗΝ ΖΩΝΗ ΤΗΣ ΕΠΙΘΕΣΗΣ ΣΕ ΑΓΩΝΕΣ ΑΝΔΡΩΝ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ

ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ Χ, ΜΠΑΡΖΟΥΚΑ Κ

**ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ****Προεδρείο:** Κ. Θεοδωράκου, Κ. Ζουσιχιά

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΕΣ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΜΑΘΗΤΩΝ ΜΕ ΕΛΑΦΡΑ ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΗ ΠΑΡΑΛΥΣΗ

ΚΥΡΙΑΖΗΣ Α, ΕΥΑΓΓΕΛΟΔΗΜΟΥ Α, ΓΡΑΜΜΑΤΟΠΟΥΛΟΥ Ε, ΣΚΟΡΔΙΛΗΣ Ε, ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ Σ

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΗΝ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΕΠΑΡΚΕΙΑ ΜΑΘΗΤΩΝ ΕΙΔΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΜΕ ΗΠΙΑ ΝΟΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

ΚΟΝΤΑΞΗ Β, ΣΚΟΡΔΙΛΗΣ Ε, ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΥ Κ

ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ΜΗΚΟΥΣ ΚΑΙ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ ΔΙΑΣΚΕΛΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΜΕΣΗΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΔΙΑΣΚΕΛΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ

ΦΡΑΝΤΖΗΣ Δ ΠΑΝΟΥΤΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ Β, ΧΙΩΤΕΛΗΣ Κ, ΡΩΞΑΝΑΣ Π, ΑΛΥΣΑΝΔΡΑΤΟΥ Γ, ΘΕΟΔΩΡΟΥ Α

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΜΑΘΗΤΩΝ ΜΕ ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

ΚΟΥΡΚΟΥΝΑΣΙΟΥ Μ, ΤΕΧΛΙΚΙΔΟΥ Ε, ΣΠΑΝΑΚΗ Ε, ΣΚΟΡΔΙΛΗΣ Ε

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ: ΟΜΟΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΜΕΤΑΞΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΚΑΙ ΟΥΑΛΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ

ΜΑΡΚΑΤΗ Α, ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ Μ, KINGSTON Κ, ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΗΣ Κ

ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΩΝ ΒΙΟΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΤΟΥ ΑΛΜΑΤΟΣ ΤΡΙΠΛΟΥΝ ΣΤΟΥΣ ΚΟΡΥΦΑΙΟΥΣ ΕΛΛΗΝΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΔΕΣ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ

ΠΑΝΟΥΤΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ Β, ΘΕΟΔΩΡΟΥ Α, ΠΑΠΑΪΑΚΩΒΟΥ Γ, ΑΡΓΕΙΤΑΚΗ Π, ΚΟΥΤΣΙΩΡΑΣ Ι, ΚΟΛΛΙΑΣ Η

ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΠΟ ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΟΥΣ, ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΥΣ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ

ΤΣΑΜΙΤΑ ΙΑ, ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΗΣ Κ

ΕΝΤΑΣΗ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟ ΚΟΣΤΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ VINYASA ΓΙΟΓΚΑ

ΤΣΟΠΑΝΙΔΟΥ Α, ΖΑΧΑΡΟΓΙΑΝΝΗΣ Η, ΔΟΝΤΗ Ο, ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΥ Κ

ΣΥΝΤΟΜΟ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ- ΑΛΛΑΓΗ ΠΡΟΕΔΡΕΙΟΥ

**Τίτλος Συνεδρίας: ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΙ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ****Προεδρείο:** Γ. Βαγενάς, Χ. Κοτζαμανίδης

ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Ομιλητής: Γρηγόρης Μπογδάνης, Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού-Αλμάτων, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΒΙΟ-ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Ομιλητής: Κωνσταντίνος Μπουντόλος, Καθηγητής Αθλητικής Βιομηχανικής, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ

Ομιλητής: Δημήτρης Μανδαλίδης, Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Ομιλητής: Νεκτάριος Σταύρου, Λέκτορας Κινητικής Συμπεριφοράς-Αθλητικής Ψυχολογίας, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ - ΚΑΦΕΣ

**Τίτλος Συνεδρίας: ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ****Προεδρείο:** Α. Δεληγιάννης, Σ. Αθανασόπουλος

ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΔΡΟΜΟΥ ΥΠΕΡΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

Ομιλητής: Αθανάσιος Τζιαμούρτας, Αναπληρωτής Καθηγητής Βιοχημείας της Άσκησης, ΣΕΦΑΑ, ΠΘ

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΑΘΛΗΤΩΝ: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ

Ομιλήτρια: Μαρία Ψυχουντάκη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Αθλητικής Ψυχολογίας, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

ΕΡΓΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ

Ομιλητής: Νικόλαος Κουτλιάνος, Επίκουρος Καθηγητής Αξιολόγησης Σωματικής Υγείας Αθλουμένων, ΣΕΦΑΑ, ΑΠΘ

ΠΛΕΙΟΜΕΤΡΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ

Ομιλητής: Χρήστος Κοτζαμανίδης, Καθηγητής Προπονητικής με Έμφαση στο Νευρομυϊκό Έλεγχο, ΣΕΦΑΑ, ΑΠΘ

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

**ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ - ΛΗΞΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ - ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ**

Π Ε Μ Π Τ Η

14 Μαΐου 2015

ΒΡΑΔΥ

19:00-20:00

## ΜΕΤΑ-συνεδριακή εκδήλωση

### ΑΝΑΓΟΡΕΥΣΗ ΚΑΘΗΓΗΤΗ CLAUDE BOUCHARD ΣΕ ΕΠΙΤΙΜΟ ΔΙΔΑΚΤΟΡΑ ΤΟΥ ΕΚΠΑ

Στα πλαίσια του Συνεδρίου θα πραγματοποιηθεί η αναγόρευση σε Επίτιμο Διδάκτορα του ΕΚΠΑ του διακεκριμένου Καθηγητή Γενετικής του Αθλητισμού Claude Bouchard στην Αίθουσα Τελετών του Κεντρικού Κτιρίου του Πανεπιστημίου. Ο Καθηγητής Bouchard θα πραγματοποιήσει ομιλία με τίτλο:

THE LID HAS BEEN REMOVED FROM PANDORA'S URN: PROLONGED SITTING, LACK OF EXERCISE AND POOR FITNESS ARE THE EVILS

ΤΙΤΛΟΣ	ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ	ΧΡΟΝΟΣ	ΑΙΘΟΥΣΑ
ΜΕΘΟΔΟΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗΣ ΤΗΣ ΜΥΪΚΗΣ ΙΣΧΥΟΣ (ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ)	ΤΕΡΖΗΣ Γ., Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικών Ρίψεων <i>Υποψήφιοι Διδάκτορες: Ζάρας Ν., Στασινάκη Α</i>	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8/05/15 13.00-15.00	ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ
ΣΤΑΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΣΕΙΣ: ΠΩΣ, ΠΟΤΕ & ΓΙΑΤΙ ΤΙΣ ΚΑΝΟΥΜΕ	ΜΑΝΔΑΛΙΔΗΣ Δ., Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας ΜΠΟΓΔΑΝΗΣ Γ., Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού-Αλμάτων ΔΟΝΤΗ Θ., Λέκτορας Βασικής Γυμναστικής	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8/05/15 15.00-17.00	ΑΙΘΟΥΣΑ 15
ΑΡΧΕΣ & ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΟ ΝΕΡΟ (AQUA FITNESS)	ΣΟΥΛΤΑΝΑΚΗ Ε., Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κολύμβησης	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8/05/15 17.00-19.00	ΚΛΕΙΣΤΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ (ΒΙΟ-ΜΗΧΑΝΙΚΗ) ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ ΑΣΚΟΥΜΕΝΟΥ, ΑΘΛΗΤΗ & ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΗ	ΜΠΟΥΝΤΟΛΟΣ Κ., Καθηγητής Αθλητικής Βιο-μηχανικής <i>Συμμετέχοντες: ΡΟΥΣΑΝΟΓΛΟΥ Ε., Επίκουρη Καθηγήτρια ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ Μ., Μέλος ΕΕΠ Μεταπτυχιακοί φοιτητές: ΠΑΠΠΑΣ Α., ΤΣΙΟΥΡΗ Α., ΤΣΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ Γ</i>	ΣΑΒΒΑΤΟ 9/05/15 12.30-14.30	ΑΙΘΟΥΣΑ 15
ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ	ΒΕΝΕΤΣΑΝΟΥ Φ., Λέκτορας Γυμναστικής	ΣΑΒΒΑΤΟ 9/05/15 12.30-14.30	ΑΙΘΟΥΣΑ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

**3<sup>ο</sup> Συνέδριο** Αθλητικής Επιστήμης  
**ΑΠΟΔΟΣΗ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ, ΑΘΛΗΤΩΝ, ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΩΝ**  
**8-10 Μαΐου 2015**

Ιστοσελίδα Συνεδρίου: [www.tefaacongress.gr](http://www.tefaacongress.gr)

Πρόγραμμα  
Εργαστηριακών  
Ασκήσεων  
WORKSHOPS