

1^ο ΔΙΕΘΝΕΣ FORUM

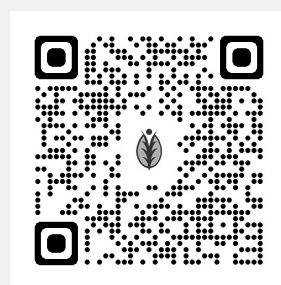


ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ & ΕΡΓΟΜΕΤΡΗΣΗ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Ο.Α.Κ.Α.

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΡΙΟ



**ΣΑΒΒΑΤΟ
19 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2022**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
HELLENIC NUTRITIONISTS SOCIETY



ΕΛ.Δ.Ε.
STUDIES



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

10:00 - 10:20

Χαιρετισμοί

Λευτέρης Αυγενάκης

Υφυπουργός Αθλητισμού

Κωνσταντίνος Χαλιορής

Συντονιστής Γενικός Διευθυντής ΟΑΚΑ

Λάμπρος Μπαλάφας

Chief editor-sports show host Cosmote TV

Γιώργος Τσαπόγας

Διοργανωτής Αγώνων Παιδικού Ποδοσφαίρου
(Respect Cup)

1η Θεματική
Ενότητα

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

10:20 - 10:40

Διατροφική προετοιμασία Elite ποδοσφαιριστών λίγο πριν το Mundial

Μιχάλης Μακρυλλός, Msc

Αθλητικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος

10:40 - 11:00

Εργογόνα στο ποδόσφαιρο

Αγγελική Γουλή

Ιατρός Ειδική Ενδοκρινολόγος - Διδάκτωρ
Πανεπιστημίου Αθηνών

11:00 - 11:20

Ενυδάτωση

Ερασμία Πολίτη, Msc

Διαιτολόγος – Διατροφολόγος

Master Nutritionist in Sports Nutrition

11:20 - 11:40

Προ&Μετά-αγωνιστική διατροφική υποστήριξη

Δρ. Δημήτρης Γρηγοράκης, PhD, Msc
Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος

2η Θεματική
Ενότητα

ΠΑΙΔΙ & ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ

11:40 - 12:00

Ανάπτυξη παιδιού, απαιτήσεις αθλήματος & διατροφή

Βασιλική Χαρατσή

Διαιτολόγος – Διατροφολόγος

Master Nutritionist in Pediatric Nutrition

12:00 - 12:20

Προσδιορισμός αγωνιστικής θέσης βάσει σωματομετρικών χαρακτηριστικών

Ευάγγελος Τσίωλης

Προπονητής ποδοσφαίρου

(UEFA A Football Coach)

12:20 - 12:40

Διαχείριση στρες και ψυχολογίας στις ποδοσφαιρικές ακαδημίες

Μιμικά Κίννα, Msc

Κλινική Ψυχολόγος

12:40 - 13:00

Coffee Break

13:00 - 13:20

ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ

Προπονητής Vs Ποδοσφαιριστής

- Διεθνείς Προπονητές και Ποδοσφαιριστές

13:20 - 13:40

Δοκιμασίες στο γήπεδο

Νεκτάριος Πανταζής

Προπονητής Φυσικής Κατάστασης

Τέως Ομοσπονδιακός Προπονητής Φυσικής Κατάστασης Εθνικής Ομάδας Ανδρών (MUNDIAL 2010, 2014. EURO 2012)

13:40 - 14:00

Εργομετρικές δοκιμασίες στο εργαστήριο

Ζήκος Κέντρος, MD, PMR Specialist

Ιατρός Αποκατάστασης

14:00 - 14:20

Ερμηνεία αποτελεσμάτων στον προπονητή

Ηλίας Λυμπεριάδης, MD, PMR Specialist

Ιατρός Αποκατάστασης

14:20 - 14:40

Υποστήριξη ψυχολογίας ποδοσφαιριστή

Μαντώ Αγουρίδου, Msc

Κλινική Ψυχολόγος

14:40 - 15:00

Διατροφική υποστήριξη γυναικών ποδοσφαιριστών

Αναστασία Θεοδωροπούλου

Βιολόγος - Διατροφολόγος MSc

15:00 - 15:20

Αθλητική τριάδα στο γυναικείο ποδόσφαιρο

Δρ. Κατερίνα Σκενδέρη, PhD

Βιοχημικός - Διατροφολόγος

15:20 - 15:40

Coffee Break

WORKSHOPS

15:40 - 16:00

1o Workshop:

Εργομετρικές δοκιμασίες

16:00 - 16:20

2o Workshop:

Εργοσπιρομέτρηση

16:20 - 17:00

Λήξη Forum - Συμπεράσματα



1^ο ΔΙΕΘΝΕΣ FORUM

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ & ΕΡΓΟΜΕΤΡΗΣΗ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ



19 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2022

Ο.Α.Κ.Α.

Ολυμπιακό Κολυμβητήριο



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
HELLENIC NUTRITIONISTS SOCIETY



ΕΛ.Δ.Ε.
STUDIES

eliteclinic

elde.gr - 2102520977 - info@elde.gr

eliteclinic.gr - 2106828906 - info@eliteclinic.gr