



ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ
Σάββατο 22 Απριλίου 2017 ΣΤΙΣ 9:30
Μουσείο Μαραθώνιου δρόμου

ΘΕΜΑΤΑ
«Αξιολόγηση Καρδιοαναπνευστικής ικανότητας».
«Ορθοσωμική αξιολόγηση για τον ασφαλή και αποτελεσματικό σχεδιασμό προπονητικών προγραμμάτων».
<<Μαραθώνιος δρόμος 1896, η ιδέα πίσω από τον μύθο>>
<<Αρχές και διαδικασίες για την Οργάνωση ενός Μαραθώνιου δρόμου>>

ΟΜΙΛΗΤΕΣ
Δρ. ΒΑΒΕΤΣΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ: Κλινικός Εργοφυσιολόγος, Βιοχημεία της Άσκησης.
Δρ. ΤΣΟΝΙΑΣ ΣΤΑΥΡΟΣ: Ιστορικός του Ολυμπισμού.
Δρ. Γαργαλιάνος Δημήτρης: Αναπλ. Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής.



Σάββατο 22 Απριλίου 2017

Πρόγραμμα ημερίδας

- 9.30-10.00 ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗ (Μουσείο Μαραθώνιου δρόμου).
- 10.00-11.45 **1^η ΕΝΟΤΗΤΑ**
«Αξιολόγηση Καρδιοαναπνευστικής ικανότητας».
«Ορθοσωμική αξιολόγηση για τον ασφαλή και αποτελεσματικό σχεδιασμό προπονητικών προγραμμάτων».
Δρ. ΒΑΒΕΤΣΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ: Κλινικός Εργοφυσιολόγος, Βιοχημεία της Άσκησης.
- 11.45-12.00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ – καφές, μπουφέ
- 12.00-14.00 **2^η ΕΝΟΤΗΤΑ**
«Μαραθώνιος δρόμος 1896, η ιδέα πίσω από το μύθο».
Δρ. ΤΣΟΝΙΑΣ ΣΤΑΥΡΟΣ: Ιστορικός του Ολυμπισμού.
«Αρχές και Διαδικασίες για την Οργάνωση ενός Μαραθώνιου Δρόμου».
Δρ. ΓΑΡΓΑΛΙΑΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ: Αναπλ. Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής.

Ερωτήσεις – Συζήτηση

ΟΡΓΑΝΩΣΙΚΗ ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΗΜΕΡΙΔΑΣ:

Τσονίας Σταύρος, Επικοινωνία: stsonias@sch.gr 6936947663

Καλιακούδα Μαρία, ΚΕΔΜΑ Επικοινωνία: 2294069816, 6972099327