



7ο Διεθνές Συνέδριο Λειτουργικής Διαχείρισης Τραυματισμών σε Αθλητές & Ασκούμενους

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού
του
Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης

8 και 9 Νοεμβρίου 2024

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΠΕΜΠΤΗ 7 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2024 SCIENTIFIC PROGRAM - THURSDAY NOVEMBER 7TH 2024

17.00-19.00

Σεμινάριο:

Άσκηση σε γυναίκες που νόσησαν από καρκίνο του μαστού – Το παράδειγμα άσκησης με τη μέθοδο Pilates

Exercise in women with breast cancer – The example of exercise with the Pilates method

Εισηγητές/τριές: Μάλλiou Π., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ./ Σπάσης Α., Ε.Ε.Π., Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ./ Παπαδημητρίου Αικ., Επικ. Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Instructors: Malliou P., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH. / Spasis A., E.E.P., D.P.E.S.S.-D.U.TH. / Papadimitriou Aik., Assist. Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ – ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 8 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2024 SCIENTIFIC PROGRAM - FRIDAY NOVEMBER 8TH 2024

9.30

Προεδρείο: Αγγελούσης Ν., Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Chairman: Aggelousis N., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Στρογγυλή Τράπεζα: Εφαρμογές της μεθόδου Pilates

Round Table: Application of Pilates method

Μέθοδος Pilates: Από το Χθες στο Σήμερα

Δασκαλάκη Αικ., Κ.Φ.Α. PhD, Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Pilates method: From Past to Present

Daskalaki Aik., Phys. Educ. Teacher, PhD, D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Εγκεφαλικό και Pilates

Αγγελούσης Ν., Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Pilates and Stroke

Aggelousis N., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Pilates και μυοσκελετικά προβλήματα

Μάλλiou Π., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Pilates musculoskeletal problems

Malliou P., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

10.40 Europe Time !

Some info about



The “PRophylactive Education & Actions for Cardiovascular Diseases and DiabeTes (PREACT)” project supported by HADEA-EU focus on the prevention of CVDs



The BasketALL (BASKETball Adaptation for All) ERASMUS project is to promote and develop cooperation in Wheelchair Basketball for all, not just athletes

Good news from EU :



TOOLS FOR
BETTER LEARNING

The new European program TOBE (Tools for better learning) just started ...

10.45

Προεδρείο: Μπεμπέτσος Ε., Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Chairman: Bebetzos E., Professor D.P.E.S.S. -D.U.TH.

Ομιλία: Διαταραχή ύπνου

Κωνσταντινίδης Χ., Ψυχολόγος, PhD, Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Speech: Sleep distraction

Konstantinidis Ch., Psychologist, PhD, D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Ομιλία: Διαταραχή ύπνου σε τραυματισμένους αθλητές

Μάλλiou Β., Ε.Ε.Π., Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Ε.Κ.Π.Α.

Speech: Sleep distraction in injury athletes

Malliou V., E.E.P., D.P.E.S.S.- E.K.P.A.

Ομιλία: Tai Chi και ποιότητα ύπνου

Χατζηπαναγιώτη Β., Ε.Ε.Π., Τ.Ε.Φ.Α.Α.- Δ.Π.Θ.

Speech: Tai Chi and sleep quality

Chatzipanagioti V., E.E.P., D.P.E.S.S.- D.U.TH.

12.00-12.30 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

12.30

Προεδρείο: Κέλλης Ε., Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α.-ΣΕΡΡΩΝ Α.Π.Θ.

Chairman: Kellis E., Professor D.P.E.S.S. SERRES, A.U.TH.

Ομιλία: Ασκήσεις της λεκάνης και του κορμού και πόνος στην βουβωνική χώρα

Κέλλης Ε., Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α.-ΣΕΡΡΩΝ Α.Π.Θ.

Speech: Pelvic and trunk muscle exercises and groin pain

Kellis E., Professor D.P.E.S.S. SERRES, A.U.TH.

Ομιλία: Επιστροφή στην προπόνηση και στον αγώνα μετά απο ρήξη πρόσθιου χιαστού συνδέσμου σε επαγγελματίες ποδοσφαιριστές

Κωφοτόλης Ν., Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α.-ΣΕΡΡΩΝ Α.Π.Θ.

Speech: Return to Training and Return to Play Following ACL Injury in Professional Soccer Players

Kofotolis N., Professor D.P.E.S.S. SERRES, A.U.TH.

13.30

Προεδρείο: Δούδα Ε., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Chairman: Douda E, Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Ομιλία: Γυναικεία Αθλητική Τριάδα

Δούδα Ε., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Speech: Female Athlete Triad

Douda E, Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Ομιλία: Η συνταγογράφηση της άσκησης κατά τη διάρκεια της κύησης

Σαββάκη Δ., Κ.Φ.Α. PhD, Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Speech: Exercise prescription during pregnancy

Savvaki D., Phys. Educ. Teacher, PhD, D.P.E.S.S.-D.U.TH.

14.30

Προεδρείο: Μπενέκα Α., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Chairman: Beneka A., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Στρογγυλή Τράπεζα: Άσκηση στον εργασιακό χώρο: Πολυτέλεια ή ανάγκη;

Round Table: Exercise in the Workplace: Luxury or Necessity?

Ομιλία: Άσκηση στον εργασιακό χώρο: Πολυτέλεια ή ανάγκη;
Μπενέκα Α., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Round Table: Exercise in the Workplace: Luxury or Necessity?
Beneka A., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Ομιλία: Εκπαίδευση άσκησης σε υγειονομικό προσωπικό μειώνει τον πόνο λόγω σωματικής καταπόνησης

Σακελλάρη Π., Φυσικοθεραπεύτρια, PhD (cand.) Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Speech: Exercise Training for Healthcare Workers Reduces Pain due to physical exertion

Sakellari P., Physiotherapist, PhD (cand.) D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Ομιλία: Εκπαίδευση άσκησης σε υπαλλήλους γραφείου βελτιώνει την ψυχική διάθεση

Κοτταρά Μ., Κ.Φ.Α. PhD (cand.) Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Speech: Exercise Training for Office Employees Enhances Mental Well-Being

Kottara M., Phys. Educ. Teacher, PhD (cand.) D.P.E.S.S.-D.U.TH.

Ομιλία: Γνωστικές προκλήσεις κατά την άσκηση ατόμων με χρόνια μυοσκελετικό πόνο

Βλαστού Κ., Ψυχολόγος

Speech: Cognitive Challenges During Exercise for Individuals with Chronic Musculoskeletal Pain

Vlastou K., Psychologist

16.00-17.30

Σεμινάριο:

Pilates – Εισαγωγή στην μέθοδο

Pilates – Introduction in the methos

Εισηγήτριες: Μάλλιου Π., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ./ Κάβουρα Α., Κ.Φ.Α. PhD (cand.) Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Instructors: Malliou P., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH. / Kavoura A., Phys. Educ. Teacher, PhD (cand.) D.P.E.S.S.-D.U.TH.

18.00-19.30

Σεμινάριο:

Pilates με την μεγάλη και την μικρή μπάλα

Pilates with big and small ball

Εισηγήτριες: Μάλλιου Π., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ./ Κάβουρα Α., Κ.Φ.Α. PhD (cand.) Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Instructors: Malliou P., Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH. / Kavoura A., Phys. Educ. Teacher, PhD (cand.) D.P.E.S.S.-D.U.TH.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ – ΣΑΒΒΑΤΟ 9 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2024
SCIENTIFIC PROGRAM - SATURDAY NOVEMBER 9TH 2024

10.00

Σεμινάριο:

Οδηγίες άσκησης κατά τη διάρκεια της κύησης

Instructions exercise during pregnancy

Εισηγήτρια: Σαββάκη Δ., Κ.Φ.Α. PhD, Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Instructor: Savvaki D., Phys. Educ. Teacher, PhD, D.P.E.S.S.-D.U.TH.

12.00

Σεμινάριο:

11+ Πρόγραμμα πρόληψης τραυματισμών στο ποδόσφαιρο

11+ Injuries prevention program in football

Εισηγήτρια: Γιοφτσίδου Α., Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ.

Instructor: Gioftsidou A. Professor D.P.E.S.S.-D.U.TH.