

# Πρόγραμμα 1ης Θεματικής Διημερίδας

του Διδρυματικού Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών:  
«Κλινική Άσκηση και Εφαρμογές της Τεχνολογίας στην Υγεία»

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Τ.Ε.Φ.Α.Α.

&

Εθνικό Κέντρο Έρευνας Φυσικών Επιστημών «ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ» - Ινστιτούτο  
Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών

**Τετάρτη 14 Οκτωβρίου 2020**

**&**

**Πέμπτη 15 Οκτωβρίου 2020**

**Κεντρικό Αμφιθέατρο  
“Γεώργιος Παπαδριέλλης”**

**Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού  
Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.  
Πανεπιστημιούπολη**

**Κλινική Άσκηση &  
Εφαρμογές  
της Τεχνολογίας  
στην Υγεία**



ΔΗΜΟΚΡΕΙΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ  
Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού  
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού  
Πανεπιστημιούπολη - 69100 Κομοτηνή



Διδρυματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών  
Κλινική Άσκηση &  
Εφαρμογές της Τεχνολογίας στην Υγεία



ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΡΕΥΝΑΣ  
ΦΥΣΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
ΕΛΛΗΝΟΦΟΝΗΣ  
& ΤΗΛΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ  
ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ  
ΕΚΕΦΕ ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ  
Ινστιτούτο Πληροφορικής  
& Τηλεπικοινωνιών  
Τ.Θ. 60037 Αγία Παρασκευή Αττικής

**10:00 Έναρξη Δημερίδας**

Χαιρετισμός Διευθύντριας Δ.Π.Μ.Σ. Καθηγήτριας κ. Ελένης Δούδα

**10:05 ΕΝΟΤΗΤΑ I: Σεμινάριο**

Διαλειμματική Άσκηση: Μόδα ή Εργαλείο σε υγιείς ασκούμενους και άτομα με χρόνιες παθήσεις;  
Από τη Θεωρία στην Πράξη στο Σύγχρονο Γυμναστήριο

**Συντονιστής:**

Σάββας Τοκμακίδης, Ομότιμος Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.

**10:05 - 11:00**

Διαλειμματική άσκηση για βελτίωση της αντοχής  
Ηλίας Σμήλιος, Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Φυσιολογίας,  
Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.

**11:00 - 13:00**

Ταχύτητα ή φορτίο σε καρδιο-μεταβολικούς ασθενείς;  
Απόστολος Σπάσης, Μέλος Ε.Ε.Π., Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.

**Διάλειμμα****13:30 ΕΝΟΤΗΤΑ II: Από τη Θεωρία στην Πράξη**

**13:30 - 14:00**  
Η Διαλειμματική Άσκηση στο Σύγχρονο Γυμναστήριο  
Μένια Καζάκη, MSc, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής, Εξειδικευμένη  
Επαγγελματίας Άσκησης & Υγείας

**14:00 - 16:00**

Εφαρμοσμένα πρωτόκολλα Διαλειμματικής Άσκησης στο Σύγχρονο  
Γυμναστήριο  
Μένια Καζάκη, MSc, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής, Εξειδικευμένη  
Επαγγελματίας Άσκησης & Υγείας

**Διάλειμμα****17:00 ΕΝΟΤΗΤΑ III: Το Βήμα του Ερευνητή - Πρωτόκολλα άσκησης Προεδρείο:**

Στυλιανή Καρακύριου, Μέλος Ε.Ε.Π., Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.

**17:00 - 19:00**

Ελεύθερες Ανακοινώσεις

**Πέμπτη 15 Οκτωβρίου 2020****10:00 ΕΝΟΤΗΤΑ IV: Εργαστηριακή αξιολόγηση****10:00 - 11:30**

Αξιολόγηση προβλημάτων κίνησης σε άτομα με νευρολογικές παθήσεις  
Νικόλαος Αγγελούσης, Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.

**11:30 - 12:30****Πρακτική εφαρμογή**

Ερασμία Γιαννακού, Επιστημονική συνεργάτης Τ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.

**Διάλειμμα****13:00 ΕΝΟΤΗΤΑ V: Προπόνηση κινητικότητας****13:00 - 15:00**

Εισαγωγή στην προπόνηση κινητικότητας  
Μένια Καζάκη, MSc, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής, Εξειδικευμένη  
Επαγγελματίας Άσκησης & Υγείας

**Λήξη εργασιών**

**Κλινική Άσκηση &  
Εφαρμογές της Τεχνολογίας στην Υγεία**