

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΕΡΓΟΣΠΙΡΟΜΕΤΡΙΑΣ
ΑΣΚΗΣΗΣ & ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ**

www.elerga.org

Παπαδιαμαντοπούλου 20, 11026 Αθήνα, Τηλ.: 210-7201918, e-mail: elerga.org@gmail.com



Διοικητικό Συμβούλιο

Σταύρος Δημόπουλος
Πρόεδρος

Νικόλαος Γελαδάς
Απερχόμενος Πρόεδρος

Σεραφεΐμ Νανάς
Αντιπρόεδρος

Αναστάσιος Φιλίππου
Γεν. Γραμματέας

Λευτέρης Καρατζάνος
Ταμίας

Νίκη Παναγοπούλου
Έλενα Τριανταφυλλίδη
Μέλη

Εκπαιδευτική Επιτροπή

Σάββας Τοκμακίδης
Πρόεδρος

Γεώργιος Χρυσογεράκης
Αντιπρόεδρος

Παπαζάχου Ουρανία
Γεν. Γραμματέας

Μαρία Μαριδάκη
Απόστολος Σπάσης
Μέλη

**22^ο Κλινικό-Εκπαιδευτικό Σεμινάριο της
Ελληνικής Εταιρείας Εργοσπιρομετρίας, Άσκησης &
Αποκατάστασης (ΕΛΕΡΓΑ)**

**«Exercise is Medicine:
Θεραπευτικά Πρωτόκολλα Άσκησης σε Άτομα με
Χρόνιες Παθήσεις
(από τη θεωρία στην πράξη)»**

Χώρος πραγματοποίησης:

Εργαστήριο Κλινικής Εργοφυσιολογίας & Φυσιολογίας της Άσκησης

11 Μαΐου 2019, 08.30 – 12.00,

Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού,
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Κομοτηνή

Διευθυντής σεμιναρίου:

Σάββας Τοκμακίδης, Ομότιμος Καθηγητής Εργοφυσιολογίας,
Σ.Ε.Φ.Α.Α., Δ.Π.Θ.
Πρόεδρος Εκπαιδευτικής Επιτροπής της ΕΛΕΡΓΑ

08:30 – 09:00

Προσέλευση συμμετεχόντων – εγγραφές

09:00

Έναρξη εργασιών του σεμιναρίου

Προεδρείο:

Κουτσιλιέρης Μ., Καθηγητής Φυσιολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας,
Τμήμα Ιατρικής Ε.Κ.Π.Α., Πρόεδρος του Exercise is Medicine-Greece
Ασημακόπουλος Β., Καθηγητής, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα
Ιατρικής Δ.Π.Θ., Γραμματέας της Ελληνικής Εταιρείας Φυσιολογίας

1^η ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

Φυσική δραστηριότητα και άσκηση όχι μόνο για αθλητισμό αλλά για πρόληψη και θεραπεία σε όλο τον πληθυσμό

Κουτσιλιέρης Μ., Καθηγητής Φυσιολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας,
Τμήμα Ιατρικής Ε.Κ.Π.Α., Πρόεδρος του Exercise is Medicine-Greece

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΕΡΓΟΣΠΙΡΟΜΕΤΡΙΑΣ
ΑΣΚΗΣΗΣ & ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ**

www.elerga.org

Παπαδιαμαντοπούλου 20, 11026 Αθήνα, Τηλ.: 210-7201918, e-mail: elerga.org@gmail.com



**Εφαρμογή προγραμμάτων θεραπευτικής άσκησης στο Ηνωμένο Βασίλειο
και ανά την υφήλιο**

Pitsiladis Y., Professor of Sport and Exercise Science, University of Brighton, UK

Η άσκηση ως ένα φυσικό «φάρμακο» της σύγχρονης εποχής

**Τοκμακίδης Σ., Ομότιμος Καθηγητής Εργοφυσιολογίας, Σ.Ε.Φ.Α.Α. - Δ.Π.Θ.,
Πρόεδρος Εκπαιδευτικής Επιτροπής της ΕΛΕΡΓΑ**

2^η ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

ΚαρδιοΑναπνευστική Δοκιμασία Κόπωσης:

Το πρώτο βήμα για την συνταγογράφηση της άσκησης

Στάκος Δ., Καθηγητής Καρδιολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα Ιατρικής, ΔΠΘ

Θεραπευτική άσκηση στις Καρδιαγγειακές Παθήσεις

Επάσης Απ., Μέλος Ε.Ε.Π., Σ.Ε.Φ.Α.Α., Δ.Π.Θ.

Πρακτική εφαρμογή

Επάσης Απ.: Δοκιμασίας κόπωσης - Συνταγογράφηση της Άσκησης

Παπαδοπούλου Β.Κ. / Τιλιγαδά Β.Α.: Διαλειμματικά πρωτόκολλα άσκησης

3^η ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

Ρύθμιση της γλυκόζης μέσω της άσκησης σε ασθενείς με Σακχαρώδη Διαβήτη

Γουλής Δ., Αναπληρωτής Καθηγητής Ενδοκρινολογίας Αναπαραγωγής, MD, PhD,

Μονάδα Ενδοκρινολογίας Αναπαραγωγής, Α΄ Μαιευτική-Γυναικολ. Κλινική, Α.Π.Θ.

Πρακτική εφαρμογή

Ηλιόπουλος Στ.: Θεραπευτικά πρωτόκολλα άσκησης με αντιστάσεις

Λέου Τ.: Συνδυαστικά πρωτόκολλα άσκησης

4^η ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

ΡΩΤΗΣΤΕ τους Ειδικούς

Pitsiladis Y., Professor of Sport and Exercise Science, University of Brighton, UK

**Κουτσιλιέρης Μ., Καθηγητής Φυσιολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα Ιατρικής
Ε.Κ.Π.Α., Πρόεδρος του Exercise is Medicine-Greece**

**Γουλής Δ., Αναπληρωτής Καθηγητής Ενδοκρινολογίας Αναπαραγωγής, MD, PhD, Μονάδα
Ενδοκρινολογίας Αναπαραγωγής, Α΄ Μαιευτική-Γυναικολ. Κλινική, Α.Π.Θ.**

Στάκος Δ., Καθηγητής Καρδιολογίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα Ιατρικής Δ.Π.Θ.

12:00

Λήξη εργασιών σεμιναρίου

Τιμή σεμιναρίου:

Σύνεδροι: 20,00 €

Φοιτητές : 10,00 €

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΕΡΓΟΣΠΙΡΟΜΕΤΡΙΑΣ
ΑΣΚΗΣΗΣ & ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

www.elerga.org

Παπαδιαμαντοπούλου 20, 11026 Αθήνα, Τηλ.: 210-7201918, e-mail: elerga.org@gmail.com

