

ΤΜΗΜΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΡΙΣΤΕΙΑΣ - SPORTS EXCELLENCE

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 15 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2019

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΙΣΗΓΗΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΤΙΤΛΟΣ	ΟΜΙΛΗΤΗΣ
18:00 - 18:10	Παρουσίαση του προγράμματος Sports Excellence	Κουλουβάρης Π.
18:10 - 18:30	Διατροφικές Συνήθειες νεαρού αθλητή	Τσαλουχίδου Σ.
18:30 - 18:50	Παρουσίαση του προγράμματος Sports Excellence	Μπαρκούκης Β.
18:50 - 19:10	Βιοχημικοί δείκτες ελέγχου της προπονητικής επιβάρυνσης	Καμπασακάλης Α.
19:10 - 19:30	Αερόβια ικανότητα στην κολύμβηση	Χερουβείμ Ε.

ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

ΩΡΑ	ΤΙΤΛΟΣ	ΟΜΙΛΗΤΗΣ
19:45 - 20:10	Κολύμβηση - Η διαχρονική επιτυχία στηρίζεται στην ευτυχία	Τσαλής Κ.
20:10 - 20:30	Χρήση νέων τεχνολογιών στην Κολύμβηση	Παπαδόπουλος Τ.

ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ

ΩΡΑ	ΤΙΤΛΟΣ	ΟΜΙΛΗΤΗΣ
19:45 - 20:10	Μακροχρόνιος προπονητικός σχεδιασμός	Τσολάκης Χ.
20:10 - 20:30	Βασικοί Πυλώνες ανάπτυξης μακροχρόνιου σχεδιασμού κωπηλασίας	Μπισκιτζή Χ.

ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑ

ΩΡΑ	ΤΙΤΛΟΣ	ΟΜΙΛΗΤΗΣ
19:45 - 20:10	Ανάπτυξη Αθλημάτων της Χιονοδρομίας	Γκρίτση Σ.
20:10 - 20:30	Μακροχρόνιος προπονητικός σχεδιασμός στη Χιονοδρομία (LTAD)	Τσολάκης Χ.