

**Παρασκευή 24 Απριλίου 2026**

8:30 – 9:00	<b>Προσέλευση - Εγγραφές</b>	
<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ -1-</b>	<b>Workshop</b>
9:00 – 10:30	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b> <b>Τομέας Υγρού Στίβου</b> «Διαχείριση της Επιβάρυνσης και της Αποκατάστασης των Αθλητών Υγρού Στίβου για τη βελτίωση της απόδοσης στην προπόνηση και τον αγώνα»	– 09:00-11:00 – <b>Εργαστήριο Αθλητικής Βιομηχανικής</b> «Το κατακόρυφο άλμα ως παράθυρο στη νευρομυϊκή-μηχανική λειτουργία των κάτω άκρων»
10:30-11:00	Καφές	
<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ -2-</b>	<b>Workshop</b>
11:00-12:30	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b> <b>Τομέας Αθλητιατρικής &amp; Βιολογίας της Άσκησης</b> «Κόπωση-Υπερκόπωση-Τραυματισμοί»	– 11:15-13:15 – <b>Εργαστήριο Κινητικής Συμπεριφοράς &amp; Αθλητικής Ψυχολογίας</b> «Από το εργαστήριο στο γήπεδο: Ψυχολογικές και νευρογνωστικές τεχνικές βελτίωσης και μεγιστοποίησης της απόδοσης»
12:30-14:00	Διάλειμμα	
<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>Αίθουσα</b>	<b>-ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ - I</b>
14:00-15:00	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b>	Επιστήμες της Άσκησης και της Υγείας – Διά βίου άσκηση -1
	<b>μ. Αμφιθέατρο</b>	Αθλητική Επιστήμη & Απόδοση -1
	<b>Αίθουσα 4</b>	Ψυχολογία Αθλητισμού & Άσκησης – Κινητική Συμπεριφορά & Μάθηση-Ανάπτυξη
	<b>Αίθουσα 5</b>	Αθλητική Επιστήμη & Απόδοση -2
	<b>Εργαστήριο ΑΨ</b>	Κοινωνιολογία, Φιλοσοφία & Ιστορία ΦΑΑ
15:00-15:15	Διάλειμμα	
<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ -3-</b>	<b>Workshop</b>
15:15-16:45	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b> <b>Τομέας Κλασικού Αθλητισμού</b> «Τεχνολογικές και προπονητικές εξελίξεις στον κλασικό αθλητισμό»	- 15:15-17:15 – <b>Εργαστήριο Προσαρμοσμένης Κινητικής Δραστηριότητας</b> «Συμπεριληπτικές Πρακτικές στην Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα: Η περίπτωση των Colrbol και Water Skyball»
16:45-17:30	Καφές	
<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ -4-</b>	<b>Workshop</b>
17:30-19:00	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b> <b>Τομέας Αθλοπαιδιών</b> «Εφαρμοσμένη Αθλητική Επιστήμη: Διαχείριση της Προπονητικής Επιβάρυνσης»	– 17:00-19:00 – <b>Εργαστήριο Αθλητικής Παιδαγωγικής &amp; Διδακτικής της ΦΑ</b> «Παιδαγωγικά βιώσιμες διδακτικές πρακτικές στη σχολική Φυσική Αγωγή»



	και Στρατηγικές της Αποκατάστασης στα Ομαδικά Αθλήματα»	- 17:00-19:00 - <b>Εργαστήριο Αθλητικής Φυσικοθεραπείας</b> «Μυοσκελετική αξιολόγηση και Λειτουργική απόδοση του κάτω άκρου»
19:00-19:30	<b>Τελετή ΕΝΑΡΞΗΣ</b>	
19:30-20:30	<b>ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΟΜΙΛΙΑ - Prof. Paul Wylleman, Vrije Universiteit Brussel, Belgium</b> “Ενοτητα των αντιθέτων: Reflections on the status of sport psychology”	
20:30	<b>Χορευτικές Εκδηλώσεις</b>	

## Σάββατο 25 Απριλίου 2026

ΩΡΕΣ	Αίθουσα	-ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ -II
09:00-10:00	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b>	Επιστήμες της Άσκησης και της Υγείας - Διά βίου άσκηση -2
	<b>μ. Αμφιθέατρο</b>	Αθλητική Επιστήμη & Απόδοση -3
	<b>Αίθουσα 4</b>	Επιστήμες της Άσκησης και της Υγείας - Διά βίου άσκηση -3
	<b>Αίθουσα 5</b>	Παιδαγωγική & Διδακτική ΦΑ - Ειδική ΦΑ & Προσαρμοσμένος Αθλητισμός
	<b>Εργαστήριο ΑΨ</b>	Χορός: Επιστημονικές προσεγγίσεις -2
10:00-10:15	Διάλειμμα	
ΩΡΕΣ	ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ -5-	Workshop
10:15-11:45	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b> <u><b>Τομέας Κοινωνικών &amp; Ανθρωπιστικών Επιστημών</b></u> «Ψυχολογία - Φιλοσοφία - Κοινωνιολογία: Οι θεωρητικές πτυχές της ψυχολογικής προετοιμασίας των αθλητών»	- 10:15-12:15 - <b>Αίθουσα Κολυμβητηρίου</b> «Καταγραφή ύπνου αθλητών με δραστηριογράφο: Μέθοδος και ερμηνεία αποτελεσμάτων»
		- 10:15-12:15 - <b>Εργαστήριο Αθλητικής Απόδοσης</b> «Αξιολόγηση παραμέτρων μυϊκής δύναμης και εκρηκτικότητας κάτω άκρων με φορητά συστήματα μέτρησης: εφαρμογές στην προπονητική διαδικασία»
11:45-12:30	<b>Καφές</b>	
12:30-13:30	<b>ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΟΜΙΛΙΑ - Prof. Peter Krstrup, University of Southern Denmark</b> “How to use sport science to improve public health and boost performance of elite team sport athletes”	
13:30-14:00	Διάλειμμα	

		Workshop
<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ -6-</b>	- 13:30-15:30 -
14:00 -15:30	<p>Μ. Αμφιθέατρο</p> <p><b>Τομέας Γυμναστικής &amp; Χορού</b></p> <p>«Χορός και Γυμναστική στη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό: Από τη σύγχρονη επιστημονική γνώση στην πρακτική εφαρμογή»</p>	<p><b>Εργαστήριο Εργοφυσιολογίας</b></p> <p>«Γαλακτικό' και 'αναπνευστικό' αναερόβιο κατώφλι: Ομοιότητες και διαφορές. Ποιο επιλέγουμε?»</p>
15:30-15:45	Διάλειμμα	
<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>Αίθουσα</b>	<b>=ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ -III</b>
15:45-16:45	<b>Μ. Αμφιθέατρο</b>	Επιστήμες της Άσκησης και της Υγείας - Διά βίου άσκηση -4
	<b>μ. Αμφιθέατρο</b>	Αθλητική Επιστήμη & Απόδοση - 4
	<b>Αίθουσα 4</b>	Ψυχολογία Αθλητισμού & Άσκησης - Κινητική Συμπεριφορά & Μάθηση-Ανάπτυξη
	<b>Αίθουσα 5</b>	Αθλητική Επιστήμη & Απόδοση -5
	<b>Εργαστήριο ΑΨ</b>	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού - Αθλητική τεχνολογία & Ψηφιακά εργαλεία
	<b>Εργαστήριο Παιδαγωγικής</b>	Χορός: Επιστημονικές προσεγγίσεις -2
16:45-17:00	Διάλειμμα	
17:00-17:30	<b>Τελετή ΛΗΞΗΣ</b>	