



# 10<sup>ο</sup> Συνέδριο

## Βιοχημείας & Φυσιολογίας

### της Άσκησης

με Διεθνή Συμμετοχή

**Πρόγραμμα**

21-23 Οκτωβρίου 2022

Αμφιθέατρο Σ.Ε.Φ.Α.Α. - Ε.Κ.Π.Α.  
Αθήνα

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ  
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ



@HSEBP  
#HSEBP2018



Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και  
Φυσιολογίας της Άσκησης (ΕΕΒΦΑ)

[www.eevfa.gr](http://www.eevfa.gr)







Εκ μέρους του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρείας Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης (ΕΕΒΦΑ, [www.eevfa.gr](http://www.eevfa.gr)), έχουμε την τιμή και τη χαρά να σας προσκαλέσουμε στο 10ο Συνέδριο Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης. Το συνέδριο αποτελεί την κορυφαία εκδήλωση μιας δραστήριας επιστημονικής εταιρείας στα πεδία της Βιοχημείας και της Φυσιολογίας της Άσκησης. Μετά τη διακοπή δύο ετών λόγω της πανδημίας, το συνέδριο θα διεξαχθεί δια ζώσης στις εγκαταστάσεις του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Αθήνας. Το συνέδριο έχει καθιερωθεί ως ένας από τους κεντρικούς πυλώνες ενημέρωσης και επικοινωνίας



μεταξύ των Ελλήνων επιστημόνων που δραστηριοποιούνται στη Βιοχημεία και στη Φυσιολογία της άσκησης με στόχο τη βελτίωση της σωματικής απόδοσης και την προαγωγή της υγείας. Παράλληλα, μέσω του συνεδρίου δίνεται η δυνατότητα σε νέους αθλητικούς επιστήμονες να παρουσιάσουν το έργο τους και να επικοινωνήσουν με τους συναδέλφους τους.

Ένα από τα σημαντικότερα επιτεύγματα της δωδεκαετούς πορείας της ΕΕΒΦΑ είναι η συμμετοχή στις δραστηριότητες της ενός διαρκώς αυξανόμενου αριθμού νέων επιστημόνων, οι οποίοι αποτελούν το μέλλον της Αθλητικής Επιστήμης της χώρας μας. Επιπλέον, μέσα από τις δράσεις της, η εταιρεία φροντίζει για την πρόοδο, ενημέρωση, επιβράβευση και περαιτέρω κατάρτιση των νεότερων αθλητικών επιστημόνων οι οποίοι φιλοδοξούν μια μέρα να γίνουν μέλη της.

Κεντρικός ομιλητής του φετινού συνεδρίου θα είναι ο αναπληρωτής καθηγητής στο Πανεπιστήμιο της Κοπεγχάγης, Φαίδωνας Μάγκος, ο οποίος θα πραγματοποιήσει δύο ομιλίες. Η μια ομιλία θα αφορά τους μηχανισμούς μείωσης της συγκέντρωσης τριγλυκεριδίων στο αίμα μέσω της άσκησης, ενώ στη δεύτερη ομιλία θα παρουσιαστούν οι πρόσφατες επιστημονικές εξελίξεις σχετικά με την επίδραση της άσκησης στη μείωση και διατήρηση της σωματικής μάζας.

Όπως στο προηγούμενο, έτσι και στο 10<sup>ο</sup> Συνέδριο οι σύνεδροι θα μπορούν να καταθέσουν τις εργασίες τους στην αγγλική γλώσσα, ώστε να δημοσιευθούν στο διεθνούς κύρους επιστημονικό περιοδικό *Frontiers in Physiology*.

Με χαρά σας προσκαλούμε να υποβάλετε τις εργασίες σας, να παρακολουθήσετε τις ομιλίες και τα φροντιστήρια, να διεκδικήσετε τα θεσμοθετημένα βραβεία για τους νέους επιστήμονες και να αξιοποιήσετε τις ευκαιρίες δικτύωσης που παρουσιάζονται στη μοναδική αυτή ετήσια συνάντηση των αθλητικών επιστημόνων.

Με τιμή

**Βασίλης Πασχάλης**  
Πρόεδρος Επιστημονικής Επιτροπής

**Γρηγόρης Μποργάνης**  
Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής



# ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΧΟΡΗΓΟΥΣ ΜΑΣ





## ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΝΑΡΤΗΜΕΝΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

### Προφορικές ανακοινώσεις

Ο χρόνος παρουσίασης για τις προφορικές ανακοινώσεις είναι 10 λεπτά και ακολουθούν 3 λεπτά για ερωτήσεις και συζήτηση. Η παρουσίαση γίνεται αποκλειστικά από τον πρώτο συγγραφέα. Παρακαλούνται οι συγγραφείς να ανεβάσουν το αρχείο PowerPoint της παρουσιάσής τους στον ειδικό φάκελο παρουσιάσεων, [EEVFA Presentations, εδώ](#), το αργότερο μέχρι τις **17 Οκτωβρίου 2022**.

### Αναρτημένες ανακοινώσεις (posters)

- Οι μέγιστες διαστάσεις των poster είναι 68 cm πλάτος και 100 cm ύψος. Οι συγγραφείς οφείλουν να αναρτήσουν τα poster τους στις προκαθορισμένες θέσεις (σύμφωνα με τον αριθμό που εμφανίζεται στο πρόγραμμα) 2 ώρες πριν την παρουσίασή τους και να τα αφαιρέσουν 2 ώρες μετά.
- Την προβλεπόμενη από το πρόγραμμα ώρα, ο πρώτος ή η πρώτη συγγραφέας πραγματοποιεί μια δίλεπτη προφορική παρουσίαση της εργασίας. Κάθε παρουσίαση θα ακολουθείται από δίλεπτη συζήτηση. Οι σύνεδροι θα έχουν τη δυνατότητα για περαιτέρω συζήτηση και ανταλλαγή απόψεων κατά το διάλειμμα μετά τη συνεδρία.

## ΒΕΒΑΙΩΣΕΙΣ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ

Οι βεβαιώσεις παρακολούθησης θα αποσταλούν στους συνέδρους ηλεκτρονικά μετά την ολοκλήρωση του Συνεδρίου, αφού συμπληρώσουν ηλεκτρονικά ερωτηματολόγιο αξιολόγησης του Συνεδρίου



## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

# Παρασκευή 21 Οκτωβρίου

**7:45 - 8:15** **Εγγραφές στο Φροντιστήριο Φ4** (Νοσοκομείο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ)

**8:15 - 12:15** **Φροντιστήριο Φ4**  
**Καρδιοαναπνευστική Δοκιμασία Κόπωσης και Συνταγογράφηση**  
**Αερόβιας Άσκησης σε Κλινικούς Πληθυσμούς** (Νοσοκομείο  
 ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ)

**Υπεύθυνοι φροντιστηρίου:** Λ. Καρατζάνος - Α. Ζαφειρίδης

**9:00 - 13:00** **Εγγραφές στα Φροντιστήρια Φ1, Φ2 και Φ3 και στο**  
**συνέδριο** (Αίθουσα 5)

**10:00 - 12:30** **Φροντιστήριο Φ2 Ισοκινητική δυναμομετρία** (Εργαστήριο  
 Εργοφυσιολογίας ΣΕΦΑΑ - ΕΚΠΑ)

**Υπεύθυνος φροντιστηρίου:** Β. Πασχάλης

**13:00 - 15:30** **Φροντιστήριο Φ1 Σύσταση σώματος και απόδοση**  
 (Εργαστήριο Μυϊκής απόδοσης ΣΕΦΑΑ - ΕΚΠΑ)

**Υπεύθυνος φροντιστηρίου:** Γ. Τερζής

**15:00 - 16:00** **Εγγραφές στο συνέδριο** (Αίθουσα 5)

**16:00 - 17:30** **Προφορικές ανακοινώσεις 1**

**Αθλητική διατροφή**

**Προεδρείο:** Μ. Μαριδάκη, Χ. Καρατζαφέρη

**01. EFFECTS OF PROTEIN SUPPLEMENTATION COMBINED WITH HIGH-INTENSITY FUNCTIONAL TRAINING ON BODY COMPOSITION**

*C. Karpouzi, I. Kosmidis, A. Petridou, G. Bogdanis, V. Mougios*

**02. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΧΟΡΗΓΗΣΗΣ ΧΥΜΟΥ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΣΤΟ pH ΤΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΑΝΑΕΡΟΒΙΑ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ**

*N. Προκοπίου, Ε. Δόικα, Π. Χατζηνικολάου, Α. Καρσοφυλλίδου, Μ. Νικολαΐδης, Ν. Μαργαριτέλης, Β. Μάλλιου, Ν. Γελαδάς, Β. Πασχάλης*

**03. THE EFFECT OF ACUTE BEETROOT JUICE CONSUMPTION ON REPEATED MAXIMUM EFFORT IN ELITE MALE SWIMMERS**

*G. Vallas, D. Miliatso, T. Nomikos, A. Toubekis, G. Arnaoutis*

**04. ΑΠΟΚΛΙΣΕΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΩΝ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΥ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΛΙΠΟΥΣ ΣΕ ΒΕΤΕΡΑΝΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΑΝΤΟΧΗΣ ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ. ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ**

*Α. Καραθανάση, Γ. Τρέζου, Ν. Σαμελής, Γ. Πανταζίδης, Κ. Γούτα, Σ. Μεθενίτης, Κ. Φειδάντσης, Σ. Παπαδοπούλου, Γ. Παναγιώτου*



**05. EFFECTS OF A MULTI-INGREDIENT PROTEIN,  $\omega$ 3 FATTY ACID, AND VITAMIN D SUPPLEMENT, COMBINED WITH HIGH-INTENSITY FUNCTIONAL TRAINING, ON PHYSICAL PERFORMANCE**

*I. Kosmidis, C. Karpouzi, A. Petridou, G. Bogdanis, V. Mougios*

**06. ANTIOXIDANT SUPPLEMENTATION: APPLYING A NEW METHODOLOGICAL AND STATISTICAL FRAMEWORK TO INVESTIGATE INDIVIDUAL RESPONSES**

*G. Nastos, O. Vasileiadou, P.N. Chatzinikolaou, V. Paschalis, A.A. Theodorou, I.S. Vrabas, A. Kyparos, M.G. Nikolaidis, N.V. Margaritelis*

**17:30 – 19:00**

**Στρογγυλή τράπεζα**

**Κλινική Εργοφυσιολογία**

**Προεδρείο: Γ. Τερζής, Η. Σμήλιος**

- Φυσική δραστηριότητα και ρευματοειδής αρθρίτιδα  
*Γ. Μέτσιος*
- Άσκηση σε κλινικούς πληθυσμούς: σε τι διαφέρει από την άσκηση για όλους  
*Γ. Σακκάς*
- Η χρησιμότητα της εργοσπιρομετρίας σε άτομα με καρδιοαναπνευστικές παθήσεις  
*Α. Ζαφειρίδης*

**19:00 - 19:30**

**Διάλειμμα**

**19:30 - 20:00**

**Τελετή έναρξης**

**20:00 – 21:00**

**Κεντρική ομιλία**

**Προεδρείο: Β. Μούγιος**

**Mechanisms of exercise-induced hypotriglyceridemia**

*Φ. Μάγκος*



## Σάββατο 22 Οκτωβρίου

9:00 - 10:30

**Προφορικές ανακοινώσεις 2**  
**Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό**  
**Προεδρείο: Α. Φιλίππου, Γ. Αφάμης**

**07. THE RELATIONSHIP BETWEEN MATURITY OFFSET AND RELATIVE AGE WITH CRITICAL VELOCITY OF HIGH-LEVEL YOUNG SWIMMERS**

*C. Tsolakis, A. Nikolopoulos, A. Skouras, D. Antonakis-Karamintzas, P. Koulouvaris*

**08. DELAYED POTENTIATION EFFECT ON SPRINT, POWER, AND AGILITY PERFORMANCE IN WELL-TRAINED SOCCER PLAYERS**

*N. Panteli, M. Hadjicharalambous, G. Karatasos, N. Zaras*

**09. ALTERING THE TRAINING SETS SEQUENCE IN SWIMMING: PERFORMANCE AND PHYSIOLOGICAL RESPONSES**

*I. Nikitakis, C. Ioannou, K. Papadopoulos, E. Pragias, G. Paradisis, G. Bogdanis, A. Toubekis*

**010. COMPARISON OF TWO HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING PROTOCOLS ON SWIMMING SPEED, BIOMARKERS AND PERCEIVED EXERTION IN YOUNG SWIMMERS**

*K. Papadimitriou, A. Kabasakalis, A. Papadopoulos, G. Mavridis, G. Tsalis*

**011. THE EFFECT OF STATIC STRETCHING TRAINING ON MUSCLE MORPHOLOGY: A SYSTEMATIC REVIEW WITH META-ANALYSIS**

*I. Panidi, O. Donti, A. Konrad, P.C. Dinas, G. Terzis, V. Gaspari, A. Donti, G.C. Bogdanis*

**012. RELATIONSHIP BETWEEN SPRINT MECHANICS AND FORCE-TIME CHARACTERISTICS IN HIGH-LEVEL SPINTERS**

*I. Stavridis, A.N. Stasinaki, G. Terzis, C. Tsolakis, G. Paradisis*

**013. ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ ΣΤΗΝ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ΤΟΥ ΕΞΩ ΠΛΑΤΥ ΜΥ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΣΥΝΕΧΩΜΕΝΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΛΕΙΠΟΝΤΩΝ ΣΕΤ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΑΧΥΔΥΝΑΜΗΣ**

*Π. Κάβουρας, Β. Παπαδάκης, Α. Τσιλιάκου, Σ. Σικοβάρης, Α. Σπάσης, Ε. Δούδα, Η. Σμήλιος*

10:30 - 11:00

**Διάλειμμα**

11:00 - 12:30

**Στρογγυλή τράπεζα**

**Φυσιολογικές και βιοχημικές αρχές της μυϊκής λειτουργίας**  
**Προεδρείο: Α. Κυπάρης, Ν. Μαργαριτέλης**

- Ο ρόλος των αυξητικών παραγόντων αιμοπεταλίων στη λειτουργία του σκελετικού μυός και των κυττάρων δορυφόρων

*Α. Ματσκάς*



- **Η μυϊκή λειτουργία κατά τη γήρανση: Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας και της άσκησης**

*Δ. Δραγανίδης*

- **Μηχανισμοί της μυϊκής λειτουργίας - κάματος**

*Χ. Καρατζαφέρη*

**12:30 – 13:30**

### **Κεντρική ομιλία**

**Προεδρείο:** *Α. Τζιαμούρτας*

**Exercise vs diet in the management of type 2 diabetes: weight loss and beyond**

*Φ. Μάγκος*

**13:30 - 15:00**

### **Γενική Συνέλευση Ελληνικής Εταιρείας Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης**

**15:00 - 16:30**

### **Προφορικές ανακοινώσεις 3**

**Βιοχημεία και μοριακή βιολογία της άσκησης**

**Προεδρείο:** *Χ. Τσολάκης, Μ. Χατζηχαραλάμπους*

**014. COMPARISON OF MUSCLE OXYGENATION, CARDIORESPIRATORY RESPONSES, AND BLOOD LACTATE BETWEEN WALKING AND RUNNING AT THE SAME SPEED**

*A. Stathopoulos, A. Petridou, N. Kantouris, V. Mougios*

**015. THE EFFECTS OF ECCENTRIC EXERCISE VOLUME ON THE RECOVERY KINETICS AND MUSCLE DAMAGE MANIFESTATIONS**

*A. Rosvoglou, A. Poullos, D. Draganidis, K. Papanikolaou, C.K. Deli, N. Syrou, A. Pappas, P. Tsimeas, C. Liakou, D. Vlissaris, A.Z. Jamurtas, I.G. Fatouros*

**016. 016. BLOOD LACTATE AND MAXIMAL LACTATE ACCUMULATION RATE IN THREE SWIMMING SPRINTS (25, 35, AND 50 m) IN ELITE SWIMMERS**

*M. Mavroudi, A. Kabasakalis, A. Petridou, V. Mougios*

**017. SYSTEMIC OXIDATIVE STRESS, MUSCLE OXYGENATION AND PERFORMANCE: THE ROLE OF ERYTHROCYTE GLYCOLYSIS**

*P.N. Chatzinikolaou, N.V. Margaritelis, V. Paschalis, A.A. Theodorou, I.S. Vrabas, A. Kyparos, M.G. Nikolaidis*

**018. EFFECT OF SKELETAL MUSCLE CELLS SECRETOME, WITH AND WITHOUT LOADING PRECONDITIONING, ON BREAST CANCER CELLS VIABILITY**

*A. Papadopetraki, A. Moustogiannis, A. Giannopoulos, M. Maridaki, M. Koutsilieris, A. Philippou*



## 16:30 - 17:30 Αναρτημένες ανακοινώσεις

(ανάρτηση στο χώρο έξω από το μεγάλο αμφιθέατρο της ΣΕΦΑΑ - ΕΚΠΑ)

### Αθλητική διατροφή

Προεδρείο: *Κ. Χρυσανθόπουλος*

**P1. ΣΥΣΧΕΤΙΣΕΙΣ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΕ ΑΝΘΡΩΠΟΜΕΤΡΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟ ΗΡΕΜΙΑΣ ΚΑΙ ΣΕ ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΥΣ ΕΠΙΔΟΣΗΣ ΣΕ ΒΕΤΕΡΑΝΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΑΝΤΟΧΗΣ ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ. ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ.**

*Κ. Γούτα, Γ. Τρέζου, Α. Καραθανάση, Ν. Σαμελής, Γ. Πανταζίδης, Σ. Μεθενίτης, Κ. Φειδάντσης, Σ. Παπαδοπούλου, Γ. Παναγιώτου*

**P2. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΠΡΟΤΥΠΩΝ ΣΤΗΝ ΑΜΒΛΥΝΣΗ ΤΟΥ ΟΞΕΙΔΩΤΙΚΟΥ ΣΤΡΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΓΩΝΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΚΑΙ ΠΩΣ ΕΠΗΡΕΑΖΕΤΑΙ Η ΓΡΗΓΟΡΟΤΕΡΗ ΑΝΑΚΑΜΨΗ ΜΕΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ**  
*Α. Γαβαλά*

### Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

Προεδρείο: *Γ. Παναγιώτου*

**P3. CORE STABILITY PRE- AND POST A TAEKWONDO TRAINING IN ADOLESCENT MALE ATHLETES**

*D.A. Kanna, G.C. Bogdanis, O. Donti, I. Panidi, A. Donti*

**P4. EFFECT OF A 6- WEEK PRE-SEASON TRAINING PROTOCOL ON PHYSIOLOGICAL AND BIOCHEMICAL INDICES IN ELITE MALE BASKETBALL PLAYERS**

*Δ. Μέξης, Τ. Νομικός, Ν. Κωστόπουλος*

**P5. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΜΕΙΩΜΕΝΗΣ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ ΒΑΛΛΙΣΤΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΗΣ ΜΥΪΚΗΣ ΙΣΧΥΟΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΒΑΛΛΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ**

*Θ. Μπάμπουλης, Σ. Μεθενίτης, Α. Στασινάκη, Ν. Ζάρας, Γ. Μπογδάνης, Β. Πασχάλης, Γ. Τερζής*

**P6. EFFECTS OF UNILATERAL AND BILATERAL PLYOMETRIC TRAINING ON YOUNG FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS, UNDER VIDEO CONFERENCING SUPERVISION DURING COVID LOCKDOWN**

*A. Liotatis, C.D. Giannaki, P.S. Stavrinou, G. Aphasidis*

**P7. PERFORMANCE OF POWER ATHLETES ON VERTICAL AND HORIZONTAL DIRECTION ACROSS DIFFERENT MATURITY STATUS**

*N. Kontochristopoulos, G. Bogdanis, G. Paradisis, C. Tsolakis*

**P8. THE ACUTE EFFECTS OF PLYOMETRIC EXERCISES ON SPRINT PERFORMANCE AND KINEMATICS**

*M. Zisi, I. Stavridis, G. Bogdanis, G. Paradisis*



**P9. CROSSOVER EFFECT OF STATIC STRETCHING TRAINING ON HIP FLEXION IN PHYSICALLY ACTIVE FEMALES**

*D. Lyra, G.C. Bogdanis, V. Gaspari, I. Panidi, G. Giannakopoulou, G. Terzis, O. Donti*

**P10. ΙΣΟΜΕΤΡΙΚΗ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΤΡΙΑΘΛΟΥ**

*Κ. Τρομάρας, Θ. Μπάμπουλης, Ν. Ζάρας, Σ. Μεθενίτης, Α. Στασινάκη, Γ. Τερζής*

**P11. ACUTE EFFECTS OF DRY LAND RESISTANCE TRAINING ON SWIMMING PERFORMANCE**

*G. Arsoniadis, P. Botonis, G. Bogdanis, G. Terzis, A. Toubekis*

**Φυσιολογία της άσκησης**

**Προεδρείο:** Π. Μποτώνης

**P12. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΜΕΘΟΔΩΝ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΚΑΡΔΙΑΚΗΣ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ ΥΠΟ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΗΡΕΜΙΑΣ, ΥΠΟΜΕΓΙΣΤΗΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΝ**

*Α. Λαδάς, Α. Λαϊλόγου, Χ. Νασσιούδης, Γ. Παναγιώτου*

**P13. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΕΝΤΟΣ ΚΑΙ ΕΚΤΟΣ ΝΕΡΟΥ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ ΜΕ ΧΡΟΝΙΟ ΠΟΝΟ ΣΤΗ ΜΕΣΗ**

*Α. Θεοχαράκη, Ν. Ιντζόγλου, Α. Δούκα*

**P14. ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΡΑΣΗΣ ΙΣΟΧΡΟΝΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΟ ΝΕΡΟ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΞΗΡΑ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΣΕ ΑΜΕΑ**

*Γ. Κυριακίδου, Γ. Τσαλής*

**P15. THE EFFECT OF BIOLOGICAL MATURATION ON METABOLISM, NEUROMUSCULAR FATIGUE, EXERCISE-INDUCED MUSCLE DAMAGE, AND PERFORMANCE AFTER ACUTE PLYOMETRIC TRAINING**

*A. Kamperi, C.A. Liakou, A. Gatsas, A. Poullos, A. Rosvoglou, N. Sirou, D. Draganidis, M. Papagianni, K. Papanikolaou, P. Tsimeas, A.Z. Jamurtas, I.G. Fatouros, C.K. Deli*

**P16. IN-SEASON TRAINING MICROCYCLE EFFECTS ON SLEEPING PATTERNS IN ELITE FEMALE WATER POLO PLAYERS**

*N. Koutouvakis, P. Botonis*

**P17. RELATIONSHIP BETWEEN TRAINING VOLUME, INTENSITY, PHYSIOLOGICAL AND PERCEPTUAL RESPONSES DURING SWIMMING, CYCLING AND RUNNING IN A TRIATHLON TRAINING MICROCYCLE**

*P. Tsape, G.C. Bogdanis*

**P18. COMPARISON OF BODY COMPOSITION ASSESSED BY TWO BIOELECTRICAL-IMPEDANCE-BASED INSTRUMENTS IN TRAINED WOMEN AND MEN**

*I. Tsouknida, C. Karpouzi, I. Kosmidis, A. Petridou, V. Mougios*



**P19. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΜΕ ΡΑΔΙΟΣΥΧΝΟΤΗΤΕΣ TECAR ΣΕ ΔΕΙΚΤΕΣ ΜΥΪΚΗΣ ΒΛΑΒΗΣ ΚΑΙ ΤΟ ΕΥΡΟΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΠΡΟΚΛΗΣΗΣ ΑΣΚΗΣΙΟΓΕΝΟΥΣ ΜΥΪΚΟΥ ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΥ**

*A. Παππάς, A. Πούλιος, K.M. Παππά, A. Τζιαμούρτας, Θ. Τσαταλάς, I. Φατούρος, Γ. Γιάκας, A. Τσιόκανος*

**P20. THE EFFECT OF POWER TRAINING ON GLYCEMIC, LIPIDEMIC AND OXIDATIVE STRESS MARKERS' KINETICS. RELATIONSHIPS WITH MUSCLE FIBER COMPOSITION AND NUTRITION**

*S. Methenitis, T. Nomikos, T. Mrampoulis, E. Evangelidou, G. Papadimas, C. Papadopoulos, G. Terzis*

**P21. RECOVERY KINETICS FOLLOWING DIFFERENT SPRINT TRAINING PROTOCOLS: RESISTED VERSUS UNRESISTED SPRINTS**

*C.A. Liakou, D. Kaloudi, E. Karabina, A. Rosvoglou, A. Kamperi, A. Poullos, N. Sirou, A. Gatsas, P. Karanika, P. Tsimeas, K. Papanikolaou, D. Draganidis, T. Tsatalas, P. Tsaklis, G. Giakas, A.Z. Jamurtas, I.G. Fatouros, C.K. Deli*

**P22. RECOVERY KINETICS FOLLOWING DIFFERENT POWER TRAINING PROTOCOLS**

*D. Kaloudi, C.A. Liakou, E. Karabina, A. Gatsas, A. Kamperi, A. Rosvoglou, A. Poullos, N. Syrou, P. Tsimeas, K. Papanikolaou, D. Draganidis, T. Tsatalas, G. Giakas, P. Tsaklis, A.Z. Jamurtas, I.G. Fatouros, C.K. Deli*

**Κλινική εργοφυσιολογία: άσκηση και υγεία**

**Προεδρείο:** *K. Χρυσανθόπουλος*

**P23. ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΘΕΣΣΑΛΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΜΕ ΣΥΝΔΡΟΜΟ POST-COVID ΣΕ ΥΨΗΛΟ ΚΙΝΔΥΝΟ ΓΙΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΑΠΟΦΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΠΝΟΙΑΣ ΥΠΝΟΥ ΚΑΙ ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΜΕ ΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΤΟΥΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ**

*Γ. Τσιριμώνα, K. Ταχούλας, Π. Καλογιάννης, Β. Μητάκος, K. Γουργουλιάνης, Β. Σταύρου, Σ. Ζαρογιάννης*

**P24. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΑΠΟΦΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΠΝΟΙΑΣ ΣΤΟΝ ΥΠΝΟ ΧΩΡΙΣ ΧΡΗΣΗ ΣΥΣΚΕΥΗΣ CPAP: ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΑΤΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

*Β. Σταύρου, E. Παπαγιάννη, Γ. Βαβουγιός, K. Αστάρα, Z. Δανιήλ, K. Γουργουλιάνης*

**P25. ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΤΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΓΙΑ ΑΣΚΗΣΗ ΣΕ POST-COVID -19 ΑΣΘΕΝΕΙΣ**

*Β.Τ. Σταύρου, K. Ταχούλας, Γ. Βαβουγιός, K. Αστάρα, Γ. Τσιριμώνα, E. Παπαγιάννη, Π. Καλογιάννης, Z. Δανιήλ, K.I. Γουργουλιάνης*



**P26. THE INFLUENCE OF AEROBIC EXERCISE TRAINING ON COMPLETE BLOOD COUNT FOLLOWING BOUTS OF ACUTE EXERCISE IN INDIVIDUALS WITH ALCOHOL USE DISORDER**

*K. Georgakouli, E. Manthou, I.G. Fatouros, C.K. Deli, Y. Koutedakis, Y. Theodorakis, A.Z. Jamurtas*

**P27. EFFECTS OF ENGAGING OLDER ADULTS IN TECHNOLOGY-BASED DANCE PROGRAMS**

*V. Zilidou, P.D. Bamidis*

**P28. THE EFFECTIVENESS OF BLOOD FLOW RESTRICTION TRAINING ON CLINICAL AND FUNCTIONAL OUTCOMES IN PATIENTS WITH ANTERIOR KNEE PAIN**

*N. Syrou, P. Tsiakas, M. Koutsilieris, A. Philippou*

**P29. Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΒΑΔΙΣΗΣ ΜΕ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΗ ΡΟΗ ΑΙΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΠΟΛΛΑΠΛΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ**

*Κ. Μπρέγιαννης, Ε. Σκορδίλης*

**P30. THE ACUTE EFFECTS OF DIFFERENT EXERCISE MODALITIES ON CIRCULATING ENDOTHELIAL PROGENITOR CELLS IN YOUNG HEALTHY SUBJECTS.**

*P. Ferentinos, C. Tsakirides, M. Swainson, A. Davison, T. Ispoglou*

**P31. EFFECT OF DAILY PROTEIN INTAKE ON PHYSICAL PERFORMANCE IN ELDERLY WITH TYPE II DIABETES MELLITUS**

*D. Argyropoulou, N.D. Geladas, T. Nomikos, V. Paschalis*

**Βιοχημεία και μοριακή βιολογία της άσκησης**

**Προεδρείο:** Γ. Παναγιώτου

**P32. ΔΙΑΚΥΜΑΝΣΕΙΣ ΑΙΜΤΟΛΟΓΙΚΩΝ-ΒΙΟΧΗΜΙΚΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ ΑΝΤΟΧΗΣ ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ.**

*Γ. Πανταζίδης, Γ. Τρέζου, Α. Καραθανάση, Κ. Γούτα, Ν. Σαμελής, Σ. Μεθενίτης, Κ. Φειδάντσης, Σ. Παπαδοπούλου, Γ. Παναγιώτου*

**P33. EFFECT OF SPIRULINA NIGRITA SUPPLEMENTATION ON MARKERS OF EXERCISE-INDUCED MUSCLE DAMAGE AFTER A PROTOCOL OF ECCENTRIC EXERCISE OF THE ELBOW FLEXORS**

*A. Krokidas, A. Gakis, O. Aktypi, C. Kalafataki, T. Nomikos*

**17:30 - 18:00** Διάλειμμα

**18:00 - 19:30** Στρογγυλή τράπεζα

Νέοι ερευνητές

**Προεδρείο:** Γ. Παραδείσης, Α. Τουμπέκης



- **Απόφραξη μυϊκής αιματικής ροής και απόδοση**  
*Ε. Χερουβεΐμ (ΤΕΦΑΑ – ΕΚΠΑ)*
- **Αθλητική απόδοση στη ζέστη: "Hitting the wall" και "Heating the wall"**  
*Λ. Ιωάννου (ΤΕΦΑΑ – ΠΘ)*
- **Προσαρμογή της διαλειμματικής άσκησης υψηλής έντασης για τη βελτιστοποίηση μεταβολικών, καρδιοαναπνευστικών και ψυχολογικών αποκρίσεων**  
*Π. Σταυρινού (University of Nicosia)*

## 19:30 - 21:00 Προφορικές ανακοινώσεις 4

### Φυσιολογία της Άσκησης

Προεδρείο: *Μ. Νικολαΐδης, Γ. Τσαλής*

#### **019. CAPSAICIN APPLICATION ON THE SKIN INCREASES VO<sub>2</sub>MAX BUT NOT PEAK POWER OUTPUT**

*I. Loukas, P. Miliotis, P. Lakeas, N. Geladas*

#### **020. ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ ΣΤΗΝ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ΤΟΥ ΔΙΚΕΦΑΛΟΥ ΒΡΑΧΙΟΝΙΟΥ ΜΥΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΥΪΚΗΣ ΥΠΕΡΤΡΟΦΙΑΣ ΜΕ ΥΠΟΜΕΓΙΣΤΑ ΦΟΡΤΙΑ**

*Α. Τσιλιάκου, Π. Κάβουρας, Α. Σπάσης, Ε. Δούδα, Α. Τσιλιάκος, Η. Σμήλιος*

#### **021. BLOOD FLOW RESTRICTION DURING AN INCREMENTAL MAXIMAL RUNNING PROTOCOL**

*V. Skaraki, A.V. Micailidis, K. Patakioutis, E. Cherouveim, C. Chryssanthopoulos, M. Maridaki, T. Vassilakopoulos, A. Philippou*

#### **022. NIRS-DERIVED MUSCLE DEOXYGENATION AND MICROVASCULAR REACTIVITY DURING OCCLUSION-REPERFUSION AT REST ARE ASSOCIATED WITH WHOLE-BODY AEROBIC FITNESS**

*A. Koutlas, I. Smilios, E.M. Kokkinou, A. Myrkos, A. Kounoupis, K. Dipla, A. Zafeiridis*

#### **023. THE EFFECT OF EXERCISE-INDUCED MUSCLE DAMAGE ON MUSCLE AND CEREBRAL OXYGENATION AND ON MUSCLE MORPHOLOGICAL FEATURES**

*V. Bobotas, E. Doika, P. Spiliopoulou, P.N. Chatzinikolaou, Z. Politi, T. Mpampoulis, V. Malliou, S. Methenitis, G. Terzis, N. Geladas, V. Paschalis*

#### **024. EVIDENCE OF DEHYDRATION AND HIGH INTERNAL TRAINING LOAD DURING AN INTENSIVE MICROCYCLE IN ELITE RHYTHMIC GYMNASTS**

*A. Mastrogrianni, G.C. Bogdanis, V. Gaspari, I. Panidi, A. Toubekis, O. Donti*



## Κυριακή 23 Οκτωβρίου

**9:00 - 11:30 Φροντιστήριο Φ3: Μυϊκή και εγκεφαλική οξυγόνωση και δυναμική πελματογραφία κατά το τρέξιμο και τη βάρδια**

(Εργαστήριο Φυσικοθεραπείας ΣΕΦΑΑ - ΕΚΠΑ )

**Υπεύθυνοι φροντιστηρίου:** Δ. Μανδαλίδης - Β. Πασχάλης

**10:00 - 11:30 Προφορικές ανακοινώσεις 5**

**Κλινική Εργοφυσιολογία: άσκηση και υγεία**

**Προεδρείο:** Χ. Γιαννάκη, Ο. Δόντη

**025. EFFECT OF HYBRID REHABILITATION ON EXERCISE TOLERANCE, QUALITY OF LIFE AND FUNCTIONAL CAPACITY IN PATIENTS WITH LONG COVID-19 SYNDROME**

*N. Chynkiamis, A. Vontetsianos, C. Anagnostopoulou, E. Koukaki, I. Vogiatzis, A. Koutsoukou, N. Koulouris*

**026. THE EFFECT OF EXERCISE THERAPY ON PHYSICAL FITNESS AND PHYSICAL ACTIVITY LEVEL IN BREAST CANCER PATIENTS UNDERGOING THERAPY: PRELIMINARY RESULTS FROM ACTION FOR CANCER PROGRAM**

*A. Skouras, D. Antonakis-Karamintzas, C. Tsolakis, P. Koulouvaris*

**027. RHYTHMIC CUEING, DANCE, RESISTANCE TRAINING AND PARKINSON DISEASE: A SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS**

*C.C. Karpodini, C.P. Dinas, E. Angelopoulou, A.M. Wyon, N.A. Aline Nogueira Hass, M. Bougiesi, G.S. Papageorgiou, Y. Koutedakis*

**028. HYBRID MODE OF EXERCISE VERSUS TELE-EXERCISE IN LONG POST COVID-19 PATIENTS**

*T.V. Stavrou, P. Kalogiannis, D.G. Vavougiou, K. Astara, G. Tsimon, E. Papayianni, K. Tachoulas, Z. Daniil, I.K. Gourgoulis*

**029. ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗ ΜΥΪΚΗ ΜΑΖΑ ΚΑΙ ΣΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΠΟΛΛΑΠΛΟ ΜΥΕΛΩΜΑ**

*Π. Σπηλιοπούλου, Ε. Ελευθεράκης, Μ. Μίγκου, Ν. Κανελλιάς, Δ. Φωτίου, Μ. Θεωδορακάκου, Ι. Ντάνας, Μ. Γαβριατοπούλου, Ε. Τέρπος, Ε. Καστρίτης, Μ.Α. Δημόπουλος, Γ. Τερζής*

**11:30 - 13:00 Στρογγυλή τράπεζα**

**Επίδραση του περιβάλλοντος και η σημασία της θερμορύθμισης στην απόδοση**

**Προεδρείο:** Γ. Μπογδάνης, Β. Πασχάλης

- **Θερμορύθμιση και άσκηση: Σημεία καμψής και διχογνωμίες**  
*Ν. Γελαδάς*



- **Θερμορύθμιση κατά τη μαραθώνια προσπάθεια: προετοιμασία, στρατηγική αγώνα, αντιμετώπιση συμβάντων**  
*A. Φλουρής*
- **Επιχειρησιακή ικανότητα και ρύθμιση της θερμοκρασίας του σώματος του μαχητή σε θερμό και ψυχρό περιβάλλον: η σημασία του εγκλιματισμού**  
*Σ. Κουναλάκης*

**13:00 – 13:30 Τελετή λήξης – Βραβεύσεις– Αναγγελία του 11<sup>ου</sup> Συνεδρίου Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης**

**EYPETHPIO****Roman**

<b>A</b>		
Aktypi, O.	13	
Anagnostopoulou, C.	15	
Angelopoulou, E.	15	
Antonakis-Karamintzas, D.	8, 15	
Aphamis, G.	10	
Argyropoulou, D.	13	
Arnaoutis, G.	6	
Arsoniadis, G.	11	
Astara, K.	15	
<b>B</b>		
Bamidis, P.D.	13	
Bobotas, V.	14	
Bogdanis, G.C.	6, 7, 8, 10, 11, 14	
Botonis, P.	11	
Bougiesi, M.	15	
<b>C</b>		
Chatzinikolaou, P.N.	7, 9, 14	
Cherouveim, E.	14	
Chryssanthopoulos, C.	14	
Chynkiamis, N.	15	
<b>D</b>		
Daniil, Z.	15	
Davison, A.	13	
Deli, C.K.	9, 11, 12, 13	
Dinas, C.P.	15	
Dinas, P.C.	8	
Dipla, K.	14	
Doika, E.	14	
Donti, A.	8, 10	
Donti, O.	8, 10, 11, 14	
Draganidis, D.	9, 11, 12	
<b>E</b>		
Evangelidou, E.	12	
<b>F</b>		
Fatouros, I.G.	9, 11, 12, 13	
Ferentinos, P.	13	
<b>G</b>		
Gakis, A.	13	
Gaspari, V.	8, 11, 14	
Gatsas, A.	11, 12	
Geladas, N.D.	13, 14	
Georgakouli, K.	13	
Giakas, G.	12	
Giannaki, C.D.	10	
Giannakopoulou, G.	11	
Giannopoulos, A.	9	
Gourgoulianis, I.K.	15	
<b>H</b>		
Hadjicharalambous, M.	8	
Hass, N.A. Aline Nogueira	15	
<b>I</b>		
Ioannou, C.	8	
Ispoglou, T.	13	
<b>J</b>		
Jamurtas, A.Z.	9, 11, 12, 13	
<b>K</b>		
Kabasakalis, A.	8, 9	
Kalafataki, C.	13	
Kalogiannis, P.	15	
Kaloudi, D.	12	
Kamperi, A.	11, 12	
Kanna, D.A.	10	
Kantouris, N.	9	
Karabina, E.	12	
Karanika, P.	12	
Karatasos, G.	8	
Karpodini, C.C.	15	
Karpouzi, C.	6, 7, 11	
Kokkinou, E.M.	14	
Konrad, A.	8	
Kontochristopoulos, N.	10	
Kosmidis, I.	6, 7, 11	



Koukaki, E.	15	<b>P</b>	
Koulouris, N.	15	Panidi, I.	8, 10, 11, 14
Koulouvaris, P.	8, 15	Panteli, N.	8
Kounoupis, A.	14	Papadimas, G.	12
Koutedakis, Y.	13, 15	Papadimitriou, K.	8
Koutlas, A.	14	Papadopetraki, A.	9
Koutouvakis, N.	11	Papadopoulos, A.	8
Koutsilieris, M.	9, 13	Papadopoulos, C.	12
Koutsoukou, A.	15	Papadopoulos, K.	8
Krokidas, A.	13	Papageorgiou, G.S.	15
Kyparos, A.	7, 9	Papagianni, M.	11
<b>L</b>		Papanikolaou, K.	9, 11, 12
Lakeas, P.	14	Papayianni, E.	15
Liakou, C.	9	Pappas, A.	9
Liakou, C.A.	11, 12	Paradis, G.	8, 10
Liotatis, A.	10	Paschalis, V.	7, 9, 13, 14
Loukas, I.	14	Patakioutis, K.	14
Lyra, D.	11	Petridou, A.	6, 7, 9, 11
<b>M</b>		Philippou, A.	9, 13, 14
Malliou, V.	14	Politi, Z.	14
Manthou, E.	13	Poulios, A.	9, 11, 12
Margaritelis, N.V.	7, 9	Pragias, E.	8
Maridaki, M.	9, 14	<b>R</b>	
Mastrogianni, A.	14	Rosvoglou, A.	9, 11, 12
Mavridis, G.	8	<b>S</b>	
Mavroudi, M.	9	Sirou, N.	11, 12
Methenitis, S.	12, 14	Skaraki, V.	14
Micailidis, A.V.	14	Skouras, A.	8, 15
Miliatso, D.	6	Smilios, I.	14
Miliotis, P.	14	Spiliopoulou, P.	14
Mougiou, V.	6, 7, 9, 11	Stasinaki, A.N.	8
Moustogiannis, A.	9	Stathopoulos, A.	9
Mpampoulis, T.	12, 14	Stavridis, I.	8, 10
Myrkos, A.	14	Stavrinou, P.S.	10
<b>N</b>		Stavrou, T.V.	15
Nastos, G.	7	Swainson, M.	13
Nikitakis, I.	8	Syrou, N.	9, 12, 13
Nikolaidis, M.G.	7, 9	<b>T</b>	
Nikolopoulos, A.	8	Tachoulas, K.	15
Nomikos, T.	6, 12, 13	Terzis, G.	8, 11, 12, 14
		Theodorakis, Y.	13
		Theodorou, A.A.	7, 9



Toubekis, A. ....	6, 8, 11, 14
Tsakirides, C. ....	13
Tsaklis, P. ....	12
Tsalis, G. ....	8
Tsape, P. ....	11
Tsatalas, T. ....	12
Tsiakas, P. ....	13
Tsimeas, P. ....	9, 11, 12
Tsirimona, G. ....	15
Tsolakis, C. ....	8, 10, 15
Tsouknida, I. ....	11

## **V**

Vallas, G. ....	6
Vasileiadou, O. ....	7
Vassilakopoulos, T. ....	14
Vavougiou, D.G. ....	15
Vlissaris, D. ....	9
Vogiatis, I. ....	15
Vontetsianos, A. ....	15
Vrabas, I.S. ....	7, 9

## **W**

Wyon, A.M. ....	15
-----------------	----

## **Z**

Zafeiridis, A. ....	14
Zaras, N. ....	8
Zilidou, V. ....	13
Zisi, M. ....	10



## Ελληνικά

<b>A</b>		
Αστάρτα, Κ.	12	
Αφάμης, Γ.	8	
<b>B</b>		
Βαβουγιός, Γ.	12	
<b>Γ</b>		
Γαβαλά, Α.	10	
Γαβριατοπούλου, Μ.	15	
Γελαδάς, Ν.	6, 15	
Γιάκας, Γ.	12	
Γιαννάκη, Χ.	15	
Γουργουλιάνης, Κ.Ι.	12	
Γούτα, Κ.	6, 10, 13	
<b>Δ</b>		
Δανιήλ, Ζ.	12	
Δημόπουλος, Μ.Α.	15	
Δόικα, Ε.	6	
Δόντη, Ο.	15	
Δούδα, Ε.	8, 14	
Δούκα, Α.	11	
Δραγανίδης, Δ.	9	
<b>Ε</b>		
Ελευθεράκης, Ε.	15	
<b>Ζ</b>		
Ζάρας, Ν.	10, 11	
Ζαρογιάνης, Σ.	12	
Ζαφειρίδης, Α.	7	
<b>Θ</b>		
Θεοχαράκη, Α.	11	
Θεωδορακάκου, Μ.	15	
<b>Ι</b>		
Ιντζόγλου, Ν.	11	
Ιωάννου, Λ.	14	
<b>Κ</b>		
Κάβουρας, Π.	8, 14	
Καλογιάνης, Π.	12	
Καλογιάννης, Π.	12	
Κανελλιάς, Ν.	15	
Καραθανάση, Α.	6, 10, 13	
Καρατζάνος, Λ.	6	
Καρατζαφέρη, Χ.	6, 9	
Καρυοφυλλίδου, Α.	6	
Καστρίτης, Ε.	15	
Κουναλάκης, Σ.	16	
Κυπάρος, Α.	8	
Κυριακίδου, Γ.	11	
Κωστόπουλος, Ν.	10	
<b>Λ</b>		
Λαδάς, Α.	11	
Λαϊλόγου, Α.	11	
<b>Μ</b>		
Μάλλιου, Β.	6	
Μανδαλίδης, Δ.	15	
Μαργαριτέλης, Ν.	6, 8	
Μαριδάκη, Μ.	6	
Ματσακάς, Α.	8	
Μεθενίτης, Σ.	6, 10, 13	
Μέξης, Δ.	10	
Μέτσιος, Γ.	7	
Μητάκος, Β.	12	
Μίγκου, Μ.	15	
Μπάμπουλης, Θ.	10, 11	
Μπογοδάνης, Γ.	3, 10	
Μποτώνης, Π.	11	
Μπρέγιαννης, Κ.	13	
<b>Ν</b>		
Νασσιούδης, Χ.	11	
Νικολαΐδης, Μ.	6, 14	
Νομικός, Τ.	10	
Ντάνας, Ι.	15	
<b>Π</b>		
Παναγιώτου, Γ.	6, 10, 11, 13	
Πανταζίδης, Γ.	6, 10, 13	
Παπαγιάννη, Ε.	12	
Παπαδάκης, Β.	8	
Παπαδοπούλου, Σ.	6, 10, 13	
Παππά, Κ.Μ.	12	
Παππός, Α.	12	



Παραδείσης, Γ. ....	13	Τσολάκης, Χ. ....	9
Πασχάλης, Β. ....	3, 6, 10, 15	<b>Φ</b>	
Πούλιος, Α. ....	12	Φατούρος, Ι. ....	12
Προκοπίου, Ν. ....	6	Φειδάντσης, Κ. ....	6, 10, 13
<b>Σ</b>		Φιλίππου, Α. ....	8
Σακκάς, Γ. ....	7	Φλουρής, Α. ....	16
Σαμελής, Ν. ....	6, 10, 13	Φωτίου, Δ. ....	15
Σικοβάρης, Σ. ....	8	<b>Χ</b>	
Σκορδίλης, Ε. ....	13	Χατζηνικολάου, Π. ....	6
Σμήλιος, Η. ....	7, 8, 14	Χατζηχαραλάμπους, Μ. ....	9
Σπάσης, Α. ....	8, 14	Χερουβείμ, Ε. ....	14
Σπηλιοπούλου, Π. ....	15	Χρυσανθόπουλος, Κ. ....	10, 12
Στασινάκη, Α. ....	10, 11		
Σταυρινού, Π. ....	14		
Σταύρου, Β.Τ. ....	12		
<b>Τ</b>			
Ταχούλας, Κ. ....	12		
Τερζής, Γ. ....	6, 7, 10, 11, 15		
Τέρπος, Ε. ....	15		
Τζιαμούρτας, Α. ....	9, 12		
Τουμπέκης, Α. ....	13		
Τρέζου, Γ. ....	6, 10, 13		
Τρομάρας, Κ. ....	11		
Τσαλής, Γ. ....	11, 14		
Τσαταλάς, Θ. ....	12		
Τσιλιάκος, Α. ....	14		
Τσιλιάκου, Α. ....	8, 14		
Τσιόκανος, Α. ....	12		
Τσιριμώνα, Γ. ....	12		



**ARTION CONFERENCES & EVENTS**

Επίσημος Οργανωτής Συνεδρίου - PCO για το  
10<sup>ο</sup> Συνέδριο Βιοχημείας & Φυσιολογίας της Άσκησης

**E.** [eevfa@artion.com.gr](mailto:eevfa@artion.com.gr)

**T.** 2310250931 (Γραμμή Συνεδρίου), 2310272275

**W.** [www.eevfa.gr](http://www.eevfa.gr)

**Συντονισμός Συνεδρίου**

Δέσποινα Αμαραντίδου, Ζωή Παζαίτη

**Συντονισμός Επιστημονικού Προγράμματος**

Ζωή Παζαίτη

**E-Marketing**

Μαρία Καντζιάρη

**Χορηγίες**

Έφη Παπαθανασίου

**Graphic Design, DTP**

Κυριάκος Ζαγκλιβέρης

**IT**

Γιώργος Κανακάρης





A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing or notes.





A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for handwritten notes or answers.





**10<sup>ο</sup>** Συνέδριο  
Βιοχημείας & Φυσιολογίας  
της Άσκησης  
με Διεθνή Συμμετοχή

21-23 Οκτωβρίου 2022

Αμφιθέατρο Σ.Ε.Φ.Α.Α. - Ε.Κ.Π.Α.  
Αθήνα

**ARTION**

conferences & events •

[www.artion.com.gr](http://www.artion.com.gr)

**PROFESSIONAL CONGRESS ORGANISER**

**E.** [eevfa@artion.com.gr](mailto:eevfa@artion.com.gr)

**T.** 2310250931 (conference line), 2310272275

**W.** [www.eevfa.gr](http://www.eevfa.gr)