

ΤΟ ΠΡΌΓΡΑΜΜΑ ΜΕ ΜΙΑ ΜΑΤΙΆ

16 - 18 Οκτωβρίου 2026

Ώρα	Παρασκευή 16 Οκτωβρίου 2026		Σάββατο 17 Οκτωβρίου 2026	Κυριακή 18 Οκτωβρίου 2026
	Αίθουσα Α	Αίθουσα Β		
	Πρωί & νωρίς το απόγευμα: ΤΕΦΑΑ Δάφνη εκτός του Workshop 1 που θα γίνει στην Πολυκλινική Αθηνών Από 16:30: Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή, Χαλάνδρι		*Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Χαλάνδρι*	*Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Χαλάνδρι*
09:00	**Εργαστήριο 1 (ΠΟΛΥΚΛΙΚΙΝΗ ΑΘΗΝΩΝ) Καρδιοαναπνευστική Δοκιμασία Κόπωσης και Συνταγογράφηση Αερόβιας Άσκησης σε Κλινικούς Πληθυσμούς**	**Εργαστήριο 2 (ΤΕΦΑΑ ΔΑΦΝΗ) Foam Rolling και Μυοσκελετική Υγεία**	**Προφορικές Ανακοινώσεις 1 6 ανακοινώσεις**	**Προφορικές Ανακοινώσεις 3 6 ανακοινώσεις**
09:30				
10:00				
10:30			**Στρογγυλή Τράπεζα 2 Φυσιολογία και Εφαρμογές της Υποξίας**	**Προσκεκλημένη Ομιλία - Γ. Τερζής Η Βιολογία της Μέγιστης Δύναμης**
11:00				Διάλειμμα καφέ
11:30				**Κεντρική Διάλεξη 5 Γ. Πιτσιλαδής - Από τους Βιοδείκτες στους Ψηφιακούς Αθλητές**
12:00	**Εργαστήριο 3 (ΤΕΦΑΑ ΔΑΦΝΗ) Αξιολόγηση Δύναμης και Ισχύος**	**Εργαστήριο 4 (ΤΕΦΑΑ ΔΑΦΝΗ) Η Μετα-ανάλυση στην Επιστήμη της Άσκησης**	Διάλειμμα καφέ	
12:30			**Κεντρική Διάλεξη 3 Κ. Τσίντζας - Διαλείπουσα Νηστεία και Άσκηση**	**Προφορικές Ανακοινώσεις 4 6 ανακοινώσεις**
13:00				
13:30			Γεύμα & Γενική Συνέλευση ΕΕΒΦΑ	
14:00	**ΑΠΟΓΕΥΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΤΕΦΑΑ ΔΑΦΝΗ 14:00–14:45 Κεντρική Διάλεξη 1 · P. Balsom 14:45–15:30 Εργαστήριο 5, Μέρος 1ο · Σχεδιασμός, Παρακολούθηση & Βελτιστοποίηση Απόδοσης 15:30–16:30 Εργαστήριο 5, Μέρος 2ο · P. Balsom Ημερήσιο εισιτήριο 20 EUR · ζωντανή μετάδοση**			**Στρογγυλή Τράπεζα 3 Η Τεχνητή Νοημοσύνη στη Φυσιολογία της Άσκησης**
14:30				
15:00				
15:30			**Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις 24 ανακοινώσεις**	**Λήξη Συνεδρίου 15:30–15:45**
16:00				
16:30		Επιτόπου εγγραφές & καφές Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή, Χαλάνδρι	Διάλειμμα καφέ	
17:00		**Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις 24 ανακοινώσεις**	**Προφορικές Ανακοινώσεις 2 6 ανακοινώσεις**	
17:30				
18:00	**Στρογγυλή Τράπεζα 1 Παχυσαρκία: Φαρμακευτική Θεραπεία, Διατροφή και Άσκηση**			
18:30			**Κεντρική Διάλεξη 4 A. Konrad - Η Φυσιολογία των Διατάσεων**	
19:00				
19:30	**Κεντρική Διάλεξη 2 L. van Loon — Είσαι ό,τι τρως**		**Κεντρικός Διάλογος Τσίντζας - van Loon: Μυϊκή Υπερτροφία και Απώλεια**	
20:00				
20:30	**Τελετή Έναρξης & Απονομή Βραβείων**			
21:00	**Δεξίωση με ελαφρύ γεύμα στο Rooftop (καλούνται όλοι οι σύνεδροι)**		**Επίσημο Δείπνο Συνεδρίου (μόνο με πρόσκληση)**	
21:30				
22:00				

Το πρόγραμμα ενδέχεται να τροποποιηθεί. Τελευταία ενημέρωση: 27 Σεπτεμβρίου 2026.