14th INTERNATIONAL CONGRESS OF BIOCHEMISTRY & PHYSIOLOGY OF EXERCISE

14ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΒΙΟΧΗΜΕΙΑΣ & ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

16–18 October 2026 / 16–18 Οκτωβρίου 2026
Athens, Greece / Αθήνα

DETAILED PROGRAMME
ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ



VENUES / ΧΩΡΟΙ

Main congress venue / Κύριος χώρος συνεδρίου: Hellenic Olympic Committee Building, 52 Dimitriou Vikela, Chalandri 152 33, Athens, Greece- Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Δημητρίου Βικέλα 52, Χαλάνδρι, 152 33, Αθήνα

ΠΡΟΣΟΧΗ! Παρασκευή πρωί έως το απόγευμα: Friday morning and early-afternoon sessions take place at the School of P.E. and Sport Science, Dafne, **except Workshop 1 at Polyclinic of Athens – Omonia**. From 16:30 onward, the programme takes place at the Hellenic Olympic Committee Building, Chalandri.
Οι πρωινές και πρώτες απογευματινές συνεδρίες της **Παρασκευής πραγματοποιούνται στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Δάφνη, εκτός από το Εργαστήριο 1 στην Πολυκλινική Αθηνών – Ομόνοια.** Από τις 16:30 και μετά, το πρόγραμμα πραγματοποιείται στο Κτήριο της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Χαλάνδρι.

Workshops locations / Χώροι εργαστηρίων

Workshop / Εργαστήριο	Time / Ώρα	Title / Τίτλος	Venue / Χώρος
Workshop 1 / Εργαστήριο 1	09:00–11:30	Cardiopulmonary Exercise Testing and Aerobic Exercise Prescription in Clinical Populations Καρδιοαναπνευστική Δοκιμασία Κόπωσης και Συνταγογράφηση Αερόβιας Άσκησης σε Κλινικούς Πληθυσμούς	Athens General Hospital “Polyclinic of Athens”, 3rd floor, 3 Pireos St, Omonia, 104 36 Athens, Greece ΓΝΑ «Πολυκλινική Αθηνών», 3ος όροφος, Πειραιώς 3, Ομόνοια, 104 36 Αθήνα
Workshop 2 / Εργαστήριο 2	09:00–11:00	Foam Rolling and Musculoskeletal Health: Practical Applications in Sport, Health and Recovery Μάλαξη με Κυλίνδρους Αφρού (Foam Rolling) και Μυοσκελετική Υγεία: Πρακτικές Εφαρμογές στον Αθλητισμό, την Υγεία και την Αποθεραπεία	Sports Performance Laboratory, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), 41 Ethnikis Antistaseos St, Dafne, Athens Εργαστήριο Αθλητικής Απόδοσης, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη
Workshop 3 / Εργαστήριο 3	12:00–14:00	Assessment of Strength and Power: From Measurement to Training Decisions Αξιολόγηση Δύναμης και Ισχύος: Από τη Μέτρηση στις Προπονητικές Αποφάσεις	Gymnasium, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), Alkmínis & Ethnikis Antistaseos, Dafne, Athens Γυμναστήριο Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Αλκμήνης και Εθνικής Αντιστάσεως, Δάφνη
Workshop 4 / Εργαστήριο 4	12:00–14:00	Meta-analysis in Exercise Science: The Methodology of Certainty and the Return of Doubt Η Μετα-ανάλυση στην Επιστήμη της Άσκησης: Η Μεθοδολογία της Βεβαιότητας και η Επιστροφή της Αμφιβολίας	Great Auditorium, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), 41 Ethnikis Antistaseos St, Dafne, Athens Μεγάλο Αμφιθέατρο, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη
Workshop 5 / Εργαστήριο 5	14:45–15:30	High-Intensity Interval Training in Football: Design, Monitoring, and Performance Optimization Διαλειμματική Προπόνηση Υψηλής Έντασης στο Ποδόσφαιρο: Σχεδιασμός, Παρακολούθηση και Βελτιστοποίηση της Απόδοσης	Great Auditorium, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), 41 Ethnikis Antistaseos St, Dafne, Athens Μεγάλο Αμφιθέατρο, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη

Presentation format / Μορφή παρουσίασης

Oral presentations / Προφορικές ανακοινώσεις: 10 min presentation + 3 min Q&A. **Short-oral presentations / Σύντομες προφορικές ανακοινώσεις:** 2 min presentation + 1 min Q&A.

FRIDAY 16 OCTOBER 2026 / ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026

Morning and early afternoon: School of P.E. and Sport Science, Dafne, except Workshop 1 at Polyclinic of Athens – Omonia. From 16:30: Hellenic Olympic Committee Building, Chalandri.
Πρωί και νωρίς το απόγευμα: Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Δάφνη, εκτός από το Εργαστήριο 1 στην Πολυκλινική Αθηνών – Ομόνοια. Από 16:30: Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Χαλάνδρι.

09:00–11:30 **Workshop 1 — Cardiopulmonary Exercise Testing and Aerobic Exercise Prescription in Clinical Populations**
Εργαστήριο 1 — Καρδιοαναπνευστική Δοκιμασία Κόπωσης και Συνταγογράφηση Αερόβιας Άσκησης σε Κλινικούς Πληθυσμούς
Speakers / Ομιλητές: E. Karatzanos, O. Papazachou, C. Maniotis
Venue / Χώρος: Athens General Hospital "Polyclinic of Athens", 3rd floor, 3 Pireos St, Omonia, 104 36 Athens, Greece / ΓΝΑ «Πολυκλινική Αθηνών», 3ος όροφος, Πειραιώς 3, Ομόνοια, 104 36 Αθήνα

09:00–11:00 **Workshop 2 — Foam Rolling and Musculoskeletal Health: Practical Applications in Sport, Health and Recovery**
Εργαστήριο 2 — Μάλαξη με Κυλίνδρους Αφρού (Foam Rolling) και Μυοσκελετική Υγεία: Πρακτικές Εφαρμογές στον Αθλητισμό, την Υγεία και την Αποθεραπεία
Speakers / Ομιλητές: A. Konrad, A. Donti, I. Panidi
Venue / Χώρος: Sports Performance Laboratory, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), 41 Ethnikis Antistaseos St, Dafne, Athens / Εργαστήριο Αθλητικής Απόδοσης, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη

12:00–14:00 **Workshop 3 — Assessment of Strength and Power: From Measurement to Training Decisions**
Εργαστήριο 3 — Αξιολόγηση Δύναμης και Ισχύος: Από τη Μέτρηση στις Προπονητικές Αποφάσεις
Speakers / Ομιλητές: A. Tsoukos, S. Methenitis
Venue / Χώρος: Gymnasium, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), Alkmínis & Ethnikis Antistaseos, Dafne, Athens / Γυμναστήριο Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Αλκμήνης και Εθνικής Αντιστάσεως, Δάφνη

12:00–14:00 **Workshop 4 — Meta-analysis in Exercise Science: The Methodology of Certainty and the Return of Doubt**
Εργαστήριο 4 — Η Μετα-ανάλυση στην Επιστήμη της Άσκησης: Η Μεθοδολογία της Βεβαιότητας και η Επιστροφή της Αμφιβολίας
Speakers / Ομιλητές: N. Margaritelis, K. Prokopidis, P. Dinas
Venue / Χώρος: Great Auditorium, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), 41 Ethnikis Antistaseos St, Dafne, Athens / Μεγάλο Αμφιθέατρο, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη

14:00–14:45 **Plenary Session 1 — Sport Science in Elite Football: People and Data Driving New Roles and Emerging Trends as Speed and Intensity Redefine the Game**
Κεντρική Διάλεξη 1 — Αθλητική Επιστήμη στο Επαγγελματικό Ποδόσφαιρο: Άνθρωποι και Δεδομένα που Διαμορφώνουν Νέους Ρόλους και Αναδυόμενες Τάσεις καθώς η Ταχύτητα και η Ένταση Επαναπροσδιορίζουν το Παιχνίδι
Speakers / Ομιλητές: Dr Paul Balsom (Sweden)
Προεδρείο: Γ. Μπογδάνης & Χ. Παΐζης
Venue / Χώρος: School of P.E. and Sport Science, National and Kapodistrian University of Athens, Dafne, Athens / Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), ΕΚΠΑ, Δάφνη, Αθήνα

14:45–15:30 **Workshop 5, Part 1 — High-Intensity Interval Training in Football: Design, Monitoring, and Performance Optimization**
Εργαστήριο 5, Μέρος Α΄ — Διαλειμματική Προπόνηση Υψηλής Έντασης στο Ποδόσφαιρο: Σχεδιασμός, Παρακολούθηση και Βελτιστοποίηση της Απόδοσης
Speakers / Ομιλητές: G. Bogdanis, Sotiris Roussis (Head of Performance, Asteras AKTOR FC), Professor Peter Krustrup (Elite Football Fitness & Conditioning Expert)
Venue / Χώρος: Great Auditorium, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), 41 Ethnikis Antistaseos St, Dafne, Athens / Μεγάλο Αμφιθέατρο, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη

15:30–16:30 **Workshop 5, Part 2 — High-Intensity Interval Training: From Understanding to Application in High-Performance Football**
Εργαστήριο 5, Μέρος Β΄ — Διαλειμματική Προπόνηση Υψηλής Έντασης: Από την Κατανόηση στην Εφαρμογή στο Ποδόσφαιρο Υψηλών Επιδόσεων
Speakers / Ομιλητές: P. Balsom (speaker), **Προεδρείο**: Γ. Μπογδάνης
Venue / Χώρος: Great Auditorium, School of P.E. and Sport Science (TEFAA), 41 Ethnikis Antistaseos St, Dafne, Athens / Μεγάλο Αμφιθέατρο, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Εθνικής Αντιστάσεως 41, Δάφνη



Μετάβαση στο κτήριο της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής

Hellenic Olympic Committee Building, 52 Dimitriou Vikelas, Chalandri 152 33, Athens, Greece / Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Δημητρίου Βικέλα 52, Χαλάνδρι, 152 33, Αθήνα

16:30–17:00 **On-site Registration and Coffee**
Επιτόπου εγγραφές και καφές
Venue / Χώρος: Hellenic Olympic Committee Building, 52 Dimitriou Vikelas, Chalandri 152 33, Athens, Greece / Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Δημητρίου Βικέλα 52, Χαλάνδρι, 152 33, Αθήνα

17:00–18:00 **Short-oral Presentations**
Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις
Room / Αίθουσα: Two parallel rooms (see below)

Short oral Presentations 1: Ground floor / Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις 1: Ισόγειο

Topics / Θεματικές ενότητες: Training Applications in Sports (TRAINING) & Sports Nutrition (NUTR)
Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό (TRAINING) & Αθλητική διατροφή (NUTR)
Προεδρείο: Π. Μποτώνης & Α. Δόντη

1 **EEVFA14-32**
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΣΤΑ ΕΠΙΠΕΔΑ ΤΗΣ ΕΦΙΔΡΩΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ
Χαλβαντζή Α.[1], Βλιώρα Μ.[1], Γκιάτα Π.[1], Φλουρής Α.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Χαλβαντζή Α.[1]

2 **EEVFA14-91**
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΙΣΟΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΤΩ ΑΚΡΩΝ ΚΑΙ ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΡΟΣΛΗΨΗ ΣΕ ΕΦΗΒΕΣ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ CHEERLEADING
Τσεπέτη Α.[1], Μποιδάνη Δ.Λ.[1], Γιόλα Ο.[1] , Πελαντή Γ.[1], Πεολίδου Θ.[1], Νικολοπούλου Μ.Φ.[1], Αρναούτης Γ.[1], Νομικός Τ.[1],
Presenting / Παρουσιάζει: Τσεπέτη Α.[1]

3 **EEVFA14-10**
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΑΡΑΜΟΝΗΣ ΣΕ ΥΨΟΜΕΤΡΟ 2.000 Μ: ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ ΣΕ ΚΟΛΥΜΒΗΤΡΙΕΣ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΕΠΙΠΕΔΟΥ
Νικητάκης Ι.[1,2], Τουμπέκης Α.[2]
Presenting / Παρουσιάζει: Νικητάκης Ι.[1,2]

4 **EEVFA14-13**
RELEVANCE OF SPRINT INTERVAL AND REPEATED SPRINT TRAINING PROTOCOLS TO THE PHYSIOLOGICAL AND KINEMATIC DEMANDS OF 25 AND 50-M SWIMMING: A RANDOMIZED EXPERIMENTAL CASE STUDY
Papadimitriou K.[1], Papadimitriou N.[2], Sokolis I.[2]
Presenting / Παρουσιάζει: Papadimitriou K.[1]

5 **EEVFA14-14**
ΜΕΤΑΒΟΛΗ ΤΗΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ ΣΕ ΔΥΟ ΣΥΝΕΔΡΙΕΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΕΠΙΒΑΡΥΝΣΗ
Πασχάλης Χ., Αδαμίδης Π., Αρσονιάδης Γ.
Presenting / Παρουσιάζει: Πασχάλης Χ.

6 **EEVFA14-15**
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΤΥΠΩΝ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ ΣΤΗΝ ΑΠΟΔΟΣΗ ΤΩΝ ΚΟΛΥΜΒΗΤΩΝ
Κουβαρίδης Κ., Εκίζος Α., Αρσονιάδης Γ., Τουμπέκης Α.
Presenting / Παρουσιάζει: Κουβαρίδης Κ.

7 **EEVFA14-18**
RELATIONSHIP BETWEEN PEAK BLOOD LACTATE ACCUMULATION RATE AND PERFORMANCE MAINTENANCE IN MAXIMAL-INTENSITY INTERVAL SWIMMING
Karga M-R.[1], Kabasakalis A.[1], Tsiggelidis P.[2], Kypraiou A.[1], Petridou A.[1], Dalamitros A.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Karga M-R.[1]

8 **EEVFA14-21**
ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΩΝ ΜΕΤΑΔΙΕΓΕΡΤΙΚΗΣ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗΣ ΣΤΗ ΜΕΓΙΣΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΠΙΕΣΗ ΠΑΓΚΟΥ
Μαυροματάκης Γ.[1], Τρομάρας Κ.[1], Μεθενίτης Σ.[1], Τερζής Γ.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Μαυροματάκης Γ.[1]

9 **EEVFA14-34**
ΑΜΕΣΗ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟΥ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟΥ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ ΜΕ ΗΧΗΤΙΚΟ ΕΡΕΘΙΣΜΑ ΣΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ ΔΡΟΜΕΩΝ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ
Κωνσταντινίδου Σ.[12], Παραδείσης Γ.[1], Ρουσάνογλου Ε.[12], Εκίζος Α.[1,2]
Presenting / Παρουσιάζει: Κωνσταντινίδου Σ.[1]

10 **EEVFA14-36**
ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΤΟΥ ΡΥΘΜΟΥ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΠΙΔΟΣΗΣ ΣΤΟ ΓΙΓΑΝΤΙΑΙΟ ΣΛΑΛΟΜ
Σπηλιοπούλου Π.[1], Νάκου Ε.[1], Βεκάκη Ε.[1], Ζάρας Ν.[2], Τερζής Γ.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Σπηλιοπούλου Π.[1]

11 **EEVFA14-37**
ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΔΟΣΗΣ ΣΤΟ ΤΕΧΝΙΚΟ ΣΛΑΛΟΜ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ ΜΕ ΤΗΝ ΕΠΙΔΟΣΗ ΣΕ ΥΠΑΙΘΡΙΕΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ
Νάκου Ε.[1], Σπηλιοπούλου Π.[1], Βεκάκη Ε.[1], Ζάρας Ν.[2], Τερζής Γ.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Νάκου Ε.[1]

Short oral Presentations 2: Roof Garden / Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις 2: Roof Garden

Topic / Θεματική: Training Applications in Sports (TRAINING)
Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό
Προεδρείο: Κ. Σωτηρόπουλος & Α. Τσούκος

1 EEVFA14-47
FLEXIBILITY AND SPORT-SPECIFIC PERFORMANCE ACROSS AGE GROUPS FOLLOWING AN 8-WEEK PILATES TRAINING PROGRAM IN FEMALE ARTISTIC SWIMMERS
Kainourgiou L.[1], Ntomali S.[1], Bampouras T.[2], Dimakopoulou E.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Kainourgiou L.[1]

2 EEVFA14-48
ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ PILATES ΜΕ RING ΚΑΙ REFORMER: ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗ ΜΑΧΗΤΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ, ΣΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΣΥΣΤΑΣΗ ΚΑΙ ΣΤΗ ΜΥΪΚΗ ΙΣΧΥ ΣΕ ΑΘΛΗΤΈΣ TAEKWONDO
Κάββουρα Α., Ψαθά Π.Α., Μακρή Ε., Ορμανλίδης Χ., Ζάρας Ν., Γιοφτσίδου Α., Αυλωνίτη Α., Σμήλιος Η., Χατζηνικολάου Α., Μπενέκα Α., Μάλλιου Π.
Presenting / Παρουσιάζει: Κάββουρα Α.

3 EEVFA14-50
EFFECTS OF BLOOD-FLOW RESTRICTION AND HEAVY-LOAD CONDITIONING ON COUNTERMOVEMENT-JUMP-PERFORMANCE IN YOUNG FEMALE TRACK-AND-FIELD JUMPERS
Konstantinou K., Parpa K., Moubarak M., Michaelides M.
Presenting / Παρουσιάζει: Konstantinou K.

4 EEVFA14-65
ACUTE EFFECTS OF FOAM ROLLING ON ACTIVE ANKLE RANGE OF MOTION, CALF MYOFASCIAL INDENTATION PARAMETERS AND THEIR INTER-LIMB ASYMMETRY IN TRACK AND FIELD JUMPERS
Chaitidou V.[1], Panoutsakopoulos V.[1], Kotzamanidou M.C.[2], Tziouref, M.[3], Konrad A.[4], Schleip, R.[5]
Presenting / Παρουσιάζει: Chaitidou V.[1]

5 EEVFA14-70
ΟΜΟΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΠΡΟΦΙΛ ΔΥΝΑΜΗΣ-ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΣΕ ΚΥΚΛΟΕΡΓΟΜΕΤΡΟ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΗΜΙΚΑΘΙΣΜΑ-ΑΛΜΑ
Τσαπέ Π., Δόντη Ο., Τσούκος Α., Τερζής Γ., Μπογδάνης Γ.
Presenting / Παρουσιάζει: Τσαπέ Π.

6 EEVFA14-71
ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ ΤΗΣ ΜΥΪΚΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ ΚΟΠΩΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΣΕΙΡΩΝ FLYWHEEL DEADLIFT: ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ
Σύρμος Α.[1], Τσούκος Α.[1], Μπογδάνης Γ.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Σύρμος Α.[1]

7 EEVFA14-79
TOWARDS INDIVIDUAL MOVEMENT PROFILES FOR TRAINING MONITORING IN RUNNING
Chalitsios C., Nikodelis, T., Panoutsakopoulos V.
Presenting / Παρουσιάζει: Chalitsios C.

8 EEVFA14-84
DELAYED EFFECTS OF A MODIFIED FRENCH CONTRAST PRIMING PROTOCOL COMBINED WITH MD-1 FOOTBALL TRAINING IN ELITE U16 PLAYERS.
Balis, N[1]. , Paizis, C.[1,3], Psarras I.[2], Babault, N.[1,3] , Bogdanis, G.C.[2]
Presenting / Παρουσιάζει: Balis, N[1].

9 EEVFA14-86
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΓΙΛΕΚΟΥ ΕΠΙΒΑΡΥΝΣΗΣ ΣΤΗ ΜΗΧΑΝΙΚΗ ΣΚΛΗΡΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΚΥΡΙΑΡΧΟΥ ΚΑΙ ΜΗ ΚΥΡΙΑΡΧΟΥ ΚΑΤΩ ΑΚΡΟΥ ΚΑΤΑ ΤΟ ΤΡΕΞΙΜΟ.
Μπελεχρής Ν.Π..[1], Μπογδάνης Γ.[1]., Τερζής Γ.[1]., Παραδείσης Γ.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Μπελεχρής Ν.Π..[1]

10 EEVFA14-97
INVESTIGATION OF THE POST-ACTIVATION POTENTIATION ENHANCEMENT PHENOMENON FOLLOWING POWER PRE-EXERCISE ON SPRINT PERFORMANCE
Papazoglou P.[1], Liakou C.A.[1], Jamurtas A.Z.[1], Kamperi A.[1], Roulia I.[1], Gatsas A.[1], Politi E.[1], Poulios A.[1], Tsimeas P.[1], Draganidis D.[1], Fatouros I.G.[1], Deli C.K.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Papazoglou P.[1]

11 EEVFA14-99
ΕΓΚΥΡΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΝΕΟΥ COMBAT SPORTS BEEP TEST ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΑΕΡΟΒΙΑΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΜΑΧΗΤΙΚΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ
Κωστικιάδης Ι., Παραδείσης Γ., Τσούκος Α., Σταυρινού Π., Τσολάκης Χ., Τερζής Γ., Μπογδάνης Γ.
Presenting / Παρουσιάζει: Κωστικιάδης Ι.

12 EEVFA14-100
ASSOCIATIONS BETWEEN ISOMETRIC STRENGTH, JUMP PERFORMANCE AND LOWER-LIMB MUSCLE ARCHITECTURE IN YOUNG ELITE FEMALE ARTISTIC GYMNASTS
Salagas A.[1], Gaspari V.[1], Panidi I.[1], Bogdanis G.C.[1], Donti O.[1], Donti A.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Salagas A.[1]

18:00–19:30 **Round Table 1 — Obesity: Pharmacotherapy Opens the Way, Nutrition and Exercise Build Sustainable Results**
Στρογγυλή Τράπεζα 1 — Παχυσαρκία: Η Φαρμακευτική Θεραπεία Ανοίγει τον Δρόμο, η Διατροφή και η Άσκηση Χτίζουν Βιώσιμα Αποτελέσματα
Speakers / Ομιλητές: A. Papalazarou, T. Siamatras, A. Petridou
Προεδρείο: Α. Τζιαμούρτας & Α. Κυπάρος

19:30–20:30	**Plenary Session 2 — You are what you eat: protein and muscle conditioning in health and disease** **Κεντρική Διάλεξη 2 — Είσαι αυτό που τρως: ο ρόλος της πρωτεΐνης στη μυϊκή διαμόρφωση, στην υγεία και στη νόσο** **Speaker / Ομιλητής:** Professor Luc van Loon (The Netherlands) **Προεδρείο:** Α. Τουμπέκης & Β. Πασχάλης
20:30–21:00	**Opening Ceremony & Awards** **Τελετή Έναρξης & Απονομή Βραβείων**
21:00–22:30	**Welcome Cocktail and Snack at the Rooftop (all delegates are invited)** **Δεξίωση με ελαφρύ γεύμα στο Rooftop (καλούνται όλοι οι σύνεδροι)**

SATURDAY 17 OCTOBER 2026 / ΣΑΒΒΑΤΟ 17 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026

Venue / Χώρος: Hellenic Olympic Committee Building, 52 Dimitriou Vikelas, Chalandri 152 33, Athens, Greece / Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Δημητρίου Βικέλα 52, Χαλάνδρι, 152 33, Αθήνα

09:00–10:30 — **Oral Presentations 1 — Clinical Exercise Physiology and Health (CLINICAL)**
Προφορικές Ανακοινώσεις 1 — Κλινική εργοφυσιολογία: άσκηση και υγεία (CLINICAL)
Προεδρείο: Γ. Μέτσιος & Δ. Δραγανίδης

1 — EEVFA14-33

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ/ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΩΝ ΑΣΘΕΝΩΝ
Αλιακιόζογλου Π.[1], Δάβος Κ.[2]
Presenting / Παρουσιάζει: Αλιακιόζογλου Π.[1]

2 — EEVFA14-49

ΘΕΡΜΟΡΥΘΜΙΣΤΙΚΗ ΚΑΤΑΠΟΝΗΣΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΚΑΙ ΕΜΒΡΥΪΚΗ ΑΙΜΟΔΥΝΑΜΙΚΗ ΚΑΤΑ ΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΕ ΘΕΡΜΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ
Γκιάτα Π.[1], Γκίκας Κ. Γ.[1], Φρόση Π.[1], Σίμου Α.[1], Μπαρτζιώκας Α.[1], Τσουτσουμπή Λ.[1,2], Βλιώρα Μ.[1], Αντωνακάκη Μ.[1], Χαλβαντζή Α.[1], Παπαδάκη Ζ. Μ.[1], Φλουρής Δ. Α.[1,4], Ιωάννου Γ. Λ.[1,2,3]
Presenting / Παρουσιάζει: Γκιάτα Π.[1]

3 — EEVFA14-78

EFFECTS OF WALKING SOCCER VS. WALKING TRAINING DURING RAMADAN FASTING ON GLYCEMIC CONTROL, BODY COMPOSITION, AND FUNCTIONAL CAPACITY IN ADULTS WITH TYPE 2 DIABETES: A THREE-ARM PRE–POST STUDY
Ayed K.[1,2,3], Pinti A.[3], Issam Mahjoub I.[4], Achache M.[5], Zouhal H.[2]
Presenting / Παρουσιάζει: Ayed K.[1,2,3]

4 — EEVFA14-96

THE EFFECT OF DIFFERENT EXERCISE PROGRAMS ON THE FUNCTIONAL PHYSICAL FITNESS OF POSTMENOPAUSAL WOMEN
Karakyriou S., Roumelioti M.I., Petrou V., Smilios I., Douda H.
Presenting / Παρουσιάζει: Karakyriou S.

5 — EEVFA14-45

ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΔΕΙΚΤΗΣ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ: ΜΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΣΤΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ PRADER – WILLI
Τριανταφύλλου Ε.[1] , Ασωνίτου Κ.[1] , Δουλκερίδου Α.[1] , Χαρίτου Σ.[1] , Σκορδίλης Ε.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Τριανταφύλλου Ε

6 — EEVFA14-26

ΕΦΙΚΤΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΥΨΗΛΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΠΡΙΝ, ΚΑΤΆ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΡΚΙΝΟΥ: ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΚΑΙ ΜΕΤΑ-ΑΝΑΛΥΣΗ
Καρνάρου Κ.[1], Ξανθοπούλου Β.[2], Σκούρας Α.Ζ.[1], Holborn C.[3], Newton E.[3], Τσαμτσούρη Λ.[4], Κουλουβάρης Π.[1], Copeland R.J.[3]
Presenting / Παρουσιάζει: Καρνάρου Κ

10:30–12:00 — **Round Table 2 — Physiology and Applications of Hypoxia in Sport and Health**
Στρογγυλή Τράπεζα 2 — Φυσιολογία και Εφαρμογές της Υποξίας στον Αθλητισμό και την Υγεία
Speakers / Ομιλητές: M. Koskolou, S. Kounalakis, M. Keramidas, A. Sotiridis
Προεδρείο: Η. Σμήλιος & Τ. Νομικός

12:00–12:30 — **Coffee Break**
Διάλειμμα καφέ

12:30–13:30 — **Plenary Session 3 — Intermittent Fasting and Metabolic Adaptations to Exercise**
Κεντρική Διάλεξη 3 — Διαλείπουσα Νηστεία και Μεταβολικές Προσαρμογές στην Άσκηση
Speakers / Ομιλητές: Professor O. K. Tsintzas (UK)
Προεδρείο: Β. Μούγιος & Α. Πετρίδου

13:30–15:30 — **Lunch Break & General Assembly of the HSBPE**
Γεύμα & Γενική Συνέλευση της ΕΕΒΦΑ

15:30–16:30 **Short-oral Presentations**
Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις
Room / Αίθουσα: Two parallel rooms (see below)

Short oral Presentations 1: Ground floor / Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις 1: Ισόγειο

Topics / Θεματικές ενότητες: Clinical Exercise Physiology and Health (CLINICAL) & Biochemistry and Molecular Biology of Exercise (BIOCH)
Κλινική εργοφυσιολογία: άσκηση και υγεία (CLINICAL) & Βιοχημεία της άσκησης(BIOCH)
Προεδρείο: **Χ. Δελή & Σ. Μεθενίτης**

1 **EEVFA14-83**
THE EFFECT OF REGULAR EXERCISE ON BODY COMPOSITION AND ANTIOXIDANT MARKERS IN MENOPAUSAL WOMEN
Leontiadis G.[1], Gatsas A.[1], Deli C.K.[1], Liakou C.A.[1], Barda A.[1], Politi E.[1], Poulios A.[1], Tsimeas P.[1], Syrou N.[1], Draganidis D.[1], Fatouros I.G.[1], Jamurtas A.Z.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Leontiadis G.[1]

2 **EEVFA14-110**
EFFECTS OF HYBRID-TYPE HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING COMBINED WITH N-ACETYLCYSTEINE SUPPLEMENTATION ON LIVER STEATOSIS: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL
Rosvoglou A.[1], Giouvri E.[1], Fatouros I.G.[1], Stampoulis T.[2], Poulios A.[1], Protopapa M.[2], Liakou C.A.[1], Avloniti A.[2], Chatzinikolaou A.[2], Syrou N.[1], Deli C.K.[1] Tziamourtas A.Z.[1], Draganidis D.[1],
Presenting / Παρουσιάζει: Rosvoglou A.[1]

3 **EEVFA14-16**
EXERCISE IMMUNOLOGY IN SYSTEMIC LUPUS ERYTHEMATOSUS: A SYSTEMATIC REVIEW OF IMMUNOLOGICAL AND INFLAMMATORY BIOMARKERS
Xanthopoulou V.[1], Mitropoulos A.[2]
Presenting / Παρουσιάζει: Xanthopoulou V

4 **EEVFA14-22**
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΑΣΘΕΝΩΝ ΜΕ ΜΗ ΕΙΔΙΚΟ ΧΡΟΝΙΟ ΠΟΝΟ ΣΤΗΝ ΟΣΦΥΪΚΗ ΜΟΙΡΑ: ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΗΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΆΣΚΗΣΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ
Δούκας Π.[1], Γούλα Α.[1], Πιερράκος Γ.[1], Φιλίππου Α.[2]
Presenting / Παρουσιάζει: ΔΟΥΚΑΣ Π

5 **EEVFA14-25**
Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΑΝΘΡΩΠΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΣΤΗ ΓΩΝΙΑ ΑΠΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΓΟΝΑΤΟΣ ΣΕ ΑΘΛΗΤΕΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΡΙΕΣ
Χατζηηλίας Β.[1], Μανδαλίδης Δ.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Χατζηηλίας Β

6 **EEVFA14-44**
ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΜΥΪΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΙ ΙΣΧΥΟΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΣΕ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΜΕ ΥΠΟΘΥΡΕΟΕΙΔΙΣΜΟ
Σκαμπαρδώνη Β.[1], Μπογδάνης Γ.[1], Μαστοράκος Γ.[2], Αποστολίδης Ν.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Σκαμπαρδώνη Β

7 **EEVFA14-74**
WORK-MATCHED CONTINUOUS AND INTERVAL EXERCISE ELICIT DISTINCT CUMULATIVE METABOLIC RESPONSES IN CHRONIC HEART FAILURE
Ferentinos P.[1],[2], Dimopoulos S.[1],[3], Ntalianis A.[4], Briasoulis A,[5] Tsakirides C.[2], Nanas S.[1], Karatzanos E.[1],[6]
Presenting / Παρουσιάζει: Ferentinos P

8 **EEVFA14-81**
THE EFFECT OF REGULAR EXERCISE ON GLUCOSE METABOLISM, BODY COMPOSITION AND CARDIORESPIRATORY FUNCTION IN PRO-DIABETES AND TYPE 2 DIABETES INDIVIDUALS
Liakou C.A.[1], Gatsas A.[1], Jamurtas A.Z.[1], Politi E.[1], Leontiadis G.[1], Rosvoglou A.[1], Tsimeas P.[1], Poulios A.[1], Draganidis D.[1], Syrou N.[1], Fatouros I.G.[1], Deli C.K.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Liakou C.A

9 **EEVFA14-112**
DOES THE TIME OF DAY OF A COMBINED EXERCISE PROTOCOL AFFECT GLYCEMIC CONTROL AND HEMODYNAMIC FUNCTION IN PATIENTS WITH T2DM?
Baltzi M. [1], Spasis A. [1], Smilios I. [1], Asimakopoulos V. [2], Douda H. [1], Tokmakidis S. [1]
Presenting / Παρουσιάζει: M. Baltzi[1] · **Topic / Θεματική:** Clinical Exercise Physiology and Health (CLINICAL) - Κλινική εργοφυσιολογία: άσκηση και υγεία

Short oral Presentations 2: Roof Garden / Σύντομες Προφορικές Ανακοινώσεις 2: Roof Garden

Topic / Θεματική: Physiology of exercise (PHYSIOL) - Φυσιολογία της άσκησης (PHYSIOL)

Προεδρείο: N. Ζάρας & A. Θεοδώρου

1 **EEVFA14-11**

BIOHACKING & MENSTRUAL CYCLE Η ΧΡΉΣΗ ΤΩΝ WEARABLES ΣΤΟΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΌ ΤΗΣ ΆΣΚΗΣΗΣ ΒΆΣΕΙ ΤΟΥ ΓΥΝΑΙΚΕΊΟΥ ΟΡΜΟΝΙΚΟΎ ΠΡΟΦΊΛ

Χριστίνα Βασιλειάδου

Presenting / Παρουσιάζει: Χριστίνα Βασιλειάδου

2 **EEVFA14-12**

UPPER AND LOWER EXTREMITY RESISTANCE TRAINING ELICIT NO NEGATIVE CROSS-TRANSFER EFFECTS ON MUSCLE PERFORMANCE

Mpampoulis T.[1], Methenitis S.[1], Païzis C.[2], Terzis G.[1]

Presenting / Παρουσιάζει: Mpampoulis T.[1]

3 **EEVFA14-19**

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΕΚΚΕΝΤΡΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗ ΠΡΟΣΛΗΨΗ ΟΞΥΓΟΝΟΥ ΚΑΙ ΣΤΟ ΜΥΪΚΟ ΜΙΚΡΟΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟ ΣΕ ΔΥΟ ΦΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΑΤΑΜΗΝΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ

Σεβαστού Κ., Καρυοφυλλίδου Α., Μανδαλίδης Δ., Τερζής Γ., Πασχάλης Β.

Presenting / Παρουσιάζει: Σεβαστού Κ.

4 **EEVFA14-39**

ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΤΗΣ ΗΛΕΚΤΡΟΜΥΟΓΡΑΦΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΜΥΪΚΗΣ ΟΞΥΓΟΝΩΣΗΣ ΚΙ ΑΙΜΑΤΩΣΗΣ ΤΟΥ ΜΕΙΖΟΝΑ ΘΩΡΑΚΙΚΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΤΡΙΚΕΦΑΛΟΥ ΒΡΑΧΙΟΝΙΟΥ ΜΥΟΣ, ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΠΙΕΣΕΩΝ ΣΤΗΘΟΥΣ ΜΕ ΜΠΑΡΑ ΣΕ ΟΡΙΖΟΝΤΙΟ ΠΑΓΚΟ ΜΕ ΑΝΟΙΧΤΗ ΚΑΙ ΚΛΕΙΣΤΗ ΛΑΒΗ

Τουφεξής Δ.,[1] Μυλωνάς Β.,[2] Πετρίδου Α.,[1] Νικοδέλης Θ.,[2] Μούγιος Β.[1]

Presenting / Παρουσιάζει: Τουφεξής Δ.

5 **EEVFA14-63**

BLOOD LACTATE AND HEART RATE RESPONSES DURING HIGH-INTENSITY STAGE PERFORMANCE IN PROFESSIONAL ACTORS

Korkos A.[1], Bogdanis G.C.[1], Psychountaki M.[1], Panidi I.[1], Gaspari V.[1], Kanna D.[1], Bovolou A.[1], Donti O.[1]

Presenting / Παρουσιάζει: Korkos A.[1]

6 **EEVFA14-67**

THE ROLE OF MACHINE LEARNING ALGORITHMS IN EXERCISE MANAGEMENT FOR IMPROVING HEALTH AND ATHLETIC PERFORMANCE: A SCOPING REVIEW

Messas K.[1,2], Exarchos T.[1], Chalari E.[3], Hadjicharalambous M.[4]

Presenting / Παρουσιάζει: Messas K.[1]

7 **EEVFA14-68**

DEVELOPMENT AND VALIDATION OF ANTHROPOMETRIC EQUATIONS FOR ESTIMATING LEAN MASS IN GREEK ADULTS

Chalari E.[1], Skoufas E.[2,3], Kanellakis S.[2,3], Androutsos O.[4], Moschonis G.[2], Migdanis I.[3,6], Migdanis A.[5], Papadopoulos I.M.[1], Manios Y.[2]

Presenting / Παρουσιάζει: Chalari E.[1]

8 **EEVFA14-85**

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΚΑΤΑΜΗΝΙΟΥ ΚΥΚΛΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΓΙΑΟΥΡΤΙΟΥ ΣΤΟΝ ΝΥΧΤΕΡΙΝΟ ΥΠΝΟ ΕΦΗΒΩΝ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Κριμιζή Ι.[1], Μαράκη Μ.[1]., Τουμπέκης Α.[1], Κλέντρου Π.[2], Μποτώνης Π.[1],

Presenting / Παρουσιάζει: Κριμιζή Ι.[1]

9 **EEVFA14-87**

ΜΕΤΑΒΟΛΗ ΤΗΣ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗΣ ΤΟΥ ΕΞΩ ΠΛΑΤΕΟΣ ΜΥΟΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΓΩΝΙΕΣ ΓΟΝΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ LEG PRESS

Πετράκη Δ.[1], Δόντη Ο[1]., Τσούκος Θ.[1], Τερζής Γ.[1], Μπογδάνης Γ.[1]

Presenting / Παρουσιάζει: Πετράκη Δ.[1]

10 **EEVFA14-92**

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΤΥΠΟΥ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΜΕΓΙΣΤΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΟΞΥΓΟΝΟΥ: ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΑΠΟ ΝΕΟΥΣ ΑΘΛΗΤΕΣ ΕΘΝΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ

Σωτηρίδης Α.[1,2], Εμμανουήλ Α.[1,2], Σωτηροπούλου Π.[1], Παξινός Ο.[1]

Presenting / Παρουσιάζει: Σωτηρίδης Α.[1]

11 **EEVFA14-107**

ASSOCIATIONS BETWEEN MUSCLE AND PREFRONTAL CORTEX NIRS-DERIVED THRESHOLDS AND VENTILATORY THRESHOLDS DURING INCREMENTAL CYCLING

Skavaras P., Myrkos A., Mari M., Spassis A., Douda H., Smilios I.

Presenting / Παρουσιάζει: Skavaras P.

16:30–17:00 **Coffee Break**
Διάλειμμα καφέ

17:00–18:30 — **Oral Presentations 2 — Physiology of Exercise (PHYSIOL)**
Προφορικές Ανακοινώσεις 2 — Φυσιολογία της άσκησης (PHYSIOL)
Προεδρείο: Ε. Δούδα & Ε. Μπάσσα

1 — EEVFA14-41
NON-INVASIVE ASSESSMENT OF CORE BODY TEMPERATURE USING WEARABLE SENSORS DURING REST, EXERCISE, AND RECOVERY IN DIFFERENT ENVIRONMENTS
Papadaki Z. M.[1], Gkikas, K. G.[1], Gkiata P.[1], Mantzios K.[1], Antonakaki M.[1], Chalvantzi A.[1], Vliora M.[1], Flouris A. D.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Papadaki Z. M.[1]

2 — EEVFA14-51
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΓΚΥΡΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΠΡΟΓΝΩΣΤΙΚΩΝ ΜΟΝΤΕΛΩΝ ΘΕΡΜΙΚΗΣ ΚΑΤΑΠΟΝΗΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΜΕ ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΕΡΓΟ ΚΑΙ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
Γκίκας Γ.Κ., Παπαγγελής Γ., Μάντζιος Κ., Ιωάννου Λ.Γ., Φλουρής Α.Δ.
Presenting / Παρουσιάζει: Γκίκας Γ.Κ.

3 — EEVFA14-59
Η ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ REPEATED BOUT EFFECT ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΕΚΚΕΝΤΡΗ ΑΣΚΗΣΗ
Καρυοφυλλίδου Α.Β.[1], Θεοδώρου Α.Α.[2], Μαργαριτέλης Ν.Β.[3], Χριστοδούλου Φ.[2], Τζαμούρτας Α.Ζ.[4], Φατούρος Ι.Γ.[4], Κυπάρος Α.[3], Νικολαΐδης Μ.Γ.[3], Πασχάλης Β.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Καρυοφυλλίδου Α.Β.[1]

4 — EEVFA14-73
MUSCLE OXYGENATION AND ARCHITECTURE OF THE BICEPS FEMORIS LONG HEAD DURING STRETCHING IN YOUNG FEMALE GYMNASTS AND CONTROLS
Kanna D. A.[1], Bogdanis G. C.[1], Panidi I.[1], Gaspari V.[1], Donti A.[1], Evangelidis P. E.[2], Terzis G.[1] Donti O.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Kanna D. A.[1]

5 — EEVFA14-94
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΣΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΜΕΤΑΞΥ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΣΤΗ ΜΥΪΚΗ ΚΟΠΩΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ
Καστριτσέας Λ[1]., Μπίσμπος Μ[1]., Κούτλας Α[1]., Ζουλάκης Χ[1]., Παπαδόπουλος Σ.[1], Κωνσταντούλας Δ[3]., Σμήλιος Η[2]., Δίπλα Κ[1]., Ζαφειρίδης Α[1].
Presenting / Παρουσιάζει: Καστριτσέας Λ[1].

6 — EEVFA14-108
ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΙΣΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΣΥΣΠΑΣΕΩΝ ΜΕ ΚΑΙ ΧΩΡΙΣ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟ ΤΗΣ ΑΙΜΑΤΙΚΗΣ ΡΟΗΣ: ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΚΟΠΩΣΗΣ ΣΤΗ ΝΕΥΡΟΜΥΪΚΗ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ ΑΓΟΡΙΩΝ ΚΑΙ ΑΝΔΡΩΝ
Χριστοδουλή Ρ[1]., Ζαφειρίδης Α.[2], Καρακύριου Σ.[1], Βόλακλης Κ.[1], Σμήλιος Η.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Χριστοδουλή Ρ[1].

18:30–19:30 — **Plenary Session 4 — The Physiology of Stretching: Neurophysiological and Muscle-Tendon Adaptations and Contemporary Assessment Methods**
Κεντρική Διάλεξη 4 — Η Φυσιολογία των Διατάσεων: Νευροφυσιολογικές και Μυοτενόντιες Προσαρμογές και Σύγχρονες Μέθοδοι Αξιολόγησης
Speaker / Ομιλητής: Professor Andreas Konrad (Austria)
Προεδρείο: Ο. Δόντη & Γ. Παραδείσης

19:30–20:30 — **Plenary Dialogue — Muscle Hypertrophy and Muscle Loss across the Lifespan**
Κεντρικός Διάλογος — Μυϊκή Υπερτροφία και Μυϊκή Απώλεια σε Όλη τη Διάρκεια της Ζωής
Speakers / Ομιλητές: Professors O. K. Tsintzas & L. van Loon
Προεδρείο: Γ. Κουτεντάκης & Γ. Τερζής

21:00 — **Congress Dinner (invitation only)**
Επίσημο Δείπνο Συνεδρίου (μόνο με πρόσκληση)

SUNDAY 18 OCTOBER 2026 / ΚΥΡΙΑΚΗ 18 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2026

Venue / Χώρος: Hellenic Olympic Committee Building, 52 Dimitriou Vikela, Chalandri 152 33, Athens, Greece / Κτήριο Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Δημητρίου Βικέλα 52, Χαλάνδρι, 152 33, Αθήνα

09:00–10:30 — **Oral Presentations 3 — Biochemistry and Molecular Biology of Exercise (BIOCH) & Sports Nutrition (NUTR)**
Προφορικές Ανακοινώσεις 3 — Βιοχημεία και Μοριακή Βιολογία της Άσκησης (BIOCH) & Αθλητική Διατροφή (NUTR)
Προεδρείο: N. Μαργαριτέλης & Α. Καμπασακάλης

1 — EEVFA14-7
ΣΥΣΧΕΤΙΣΕΙΣ ΔΕΙΚΤΩΝ ΤΟΥ ΑΕΡΟΒΙΟΥ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΟΛΩΜΙΚΩΝ ΑΠΟΚΡΙΣΕΩΝ ΣΤΟ ΠΛΑΣΜΑ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΥΨΗΛΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ.
Αυγερινού Γ.[1], Marques de Sá e Silva D.[2], Πετρίδου Α.[1], Γκίκα Ε.[2], Θεοδωρίδης Γ.[2], Μούγιος Β.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Αυγερινού Γ.[1]

2 — EEVFA14-24
ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΔΥΟ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΩΝ ΔΟΚΙΜΑΣΙΩΝ ΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΤΗΣ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΟΡΥΦΑΙΑΣ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ ΣΥΣΣΩΡΕΥΣΗΣ ΓΑΛΑΚΤΙΚΟΥ ΣΤΟ ΑΙΜΑ ΣΕ ΚΟΛΥΜΒΗΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ
Λιάκος Ι., Κυπραίου Α., Καμπασακάλης Α., Πετρίδου Α.
Presenting / Παρουσιάζει: Λιάκος Ι.

3 — EEVFA14-80
THE EFFECT OF REGULAR EXERCISE ON CARDIOMETABOLIC HEALTH INDICES IN WOMEN AT MENOPAUSE
Politi E.[1], Liakou C.A.[1], Jamurtas A.Z.[1], Gatsas A.[1], Leontiadis G.[1], Stavropoulos-Kalinoglou A.[1], Tsimeas P.[1], Poulios A.[1], Draganidis D.[1], Syrou N.[1], Fatouros I.G.[1], Deli C.K.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Politi E.[1]

4 — EEVFA14-90
OXIDATIVE STRESS BIOMARKERS AS EARLY INDICATORS OF OVERTRAINING SYNDROME IN ELITE ENDURANCE ATHLETES
Laschou VC.[1], Poulios A.[1], Tsimeas P.[1], Papanikolaou K.[2], Deli CK.[1], Kritikos S.[1], Gatsas A.[1], Dimisianos G.[3], Draganidis D.[1], Syrou N.[1], Jamurtas AZ[1], Fatouros IG[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Laschou VC.[1]

5 — EEVFA14-9
ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ ΠΡΩΤΕΪΝΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ PILATES ΣΤΑ ΑΜΙΝΟΞΕΑ ΠΛΑΣΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΣΕ ΑΙΜΑΤΟΛΟΓΙΚΟΥΣ, ΒΙΟΧΗΜΙΚΟΥΣ ΚΑΙ ΟΡΜΟΝΙΚΟΥΣ ΔΕΙΚΤΕΣ ΠΡΟΠΟΝΗΜΕΝΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ
Κυπραίου Α.[1], Καρπούζη Χ.[1], Πετρίδου Α.[1], Βιργιλίου Χ.[2], Γκίκα Ε.[2], Μούγιος Β.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Κυπραίου Α.[1] · **Topic / Θεματική:** Sports Nutrition (NUTR) - Αθλητική διατροφή

6 — EEVFA14-17
VITAMIN C SUPPLEMENTATION, OXIDATIVE STRESS AND INFLAMMATION: EXPLORING INDIVIDUAL RESPONSE HETEROGENEITY USING AGGREGATED N-OF-1 TRIALS
Nastos G.G.[1], Lolli L.[2], Atkinson G.[3], Theodorou A.A.[4], Paschalis V.[5], Kyparos A.[1], Nikolaidis M.G.[1], Margaritelis N.V[1]
Presenting / Παρουσιάζει: George G. Nastos[1] · **Topic / Θεματική:** Sports Nutrition (NUTR) - Αθλητική διατροφή

10:30–11:00 — **Invited Lecture — The Biology of Maximal Strength: From Fat-Free Mass to Competitive Performance in Powerlifting**
Προσκεκλημένη Ομιλία — Η Βιολογία της Μέγιστης Δύναμης: Από την Άλιπη Σωματική Μάζα στην Αγωνιστική Επίδοση στο Δυναμικό Τρίαθλο (Powerlifting)
Speaker / Ομιλητής: Professor G. Terzis (Greece)
Προεδρείο: Α. Χατζηνικολάου

11:00–11:30 — **Coffee Break & Light Snack**
Διάλειμμα καφέ

11:30–12:30 — **Plenary Session 5 — From Biomarkers to Digital Athletes: The Convergence of Physiology, Biochemistry, Genomics and Wearable Technologies in Shaping the Future of Sport**
Κεντρική Διάλεξη 5 — Από τους Βιοδείκτες στους Ψηφιακούς Αθλητές: Η Σύγκλιση της Φυσιολογίας, της Βιοχημείας, της Γονιδιωματικής και των Φορητών Τεχνολογιών στη Διαμόρφωση του Μέλλοντος του Αθλητισμού
Speaker / Ομιλητής: Professor Y. Pitsiladis (Hong Kong)
Προεδρείο: Μ. Νικολαΐδης & Γ. Τσαλής

12:30–14:00 — **Oral Presentations 4 — Training Applications in Sports (TRAINING)**
Προφορικές Ανακοινώσεις 4 — Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό (TRAINING)
Προεδρείο: Χ. Γιαννάκη & Γ. Αφάμης

1 — EEVFA14-31

DIFFERENCES IN BLOOD LACTATE, STEP KINEMATIC, STANCE PHASE BIOMECHANICS, AND SPRING-MASS MODEL VARIABLES AT THE TRANSITION FROM CURVE-TO-STRAIGHT SPRINTING IN THE 200-M DASH BETWEEN NATIONAL AND CLUB LEVEL ATHLETES

Panoutsakopoulos V.[1], Kyprianou E.[2], Saraslanidis P.[1], Tsalis G.[3]
Presenting / Παρουσιάζει: Panoutsakopoulos V.[1] · **Topic / Θεματική:** Training Applications in Sports (TRAINING) - Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

2 — EEVFA14-55

HIP-EXTENSION AND KNEE-FLEXION ECCENTRIC EXERCISE ELICIT DISTINCT REGIONAL MOTOR UNIT RESPONSES IN THE HAMSTRINGS

Sahinis C.[1], Amiridis I.G.[1], Enoka R.M.[2], Kellis E.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Sahinis C.[1] · **Topic / Θεματική:** Training Applications in Sports (TRAINING) - Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

3 — EEVFA14-57

ΝΕΥΡΟΜΥΪΚΕΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΣΥΝΔΥΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΑΝΤΟΧΗΣ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΗΣ ΜΕ ΑΝΤΙΘΕΤΕΣ ΕΠΙΒΑΡΥΝΣΕΙΣ ΑΠΟ ΑΥΤΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΤΕΙΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟ «ΙΔΑΝΙΚΟ» ΤΑΧΥΤΗΤΟ-ΔΥΝΑΜΙΚΟ ΠΡΟΦΙΛ

Ψαρράς Η.-Ι.[1], Παΐζης Χ.[2], Τερζής Γ.[1], Ζάββος Χ.Α.[1], Μπαλής Ν.[2], Μπογδάνης Χ.Γ.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Ψαρράς Η.-Ι.[1] · **Topic / Θεματική:** Training Applications in Sports (TRAINING) - Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

4 — EEVFA14-62

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΛΑΒΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΚΑΜΨΕΩΝ ΤΟΥ ΑΓΚΩΝΑ ΣΤΗ ΜΥΪΚΗ ΥΠΕΡΤΡΟΦΙΑ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΗ ΤΩΝ ΚΑΜΠΤΗΡΩΝ ΤΟΥ ΑΓΚΩΝΑ

Πλατιάς Γ., Μπογδάνης Γ., Τουμπέκης Α., Τερζής Γ.
Presenting / Παρουσιάζει: Πλατιάς Γ. · **Topic / Θεματική:** Training Applications in Sports (TRAINING) - Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

5 — EEVFA14-69

ONE-YEAR LONGITUDINAL CHANGES IN GROWTH, MATURATION, MUSCLE ARCHITECTURE AND NEUROMUSCULAR PERFORMANCE IN YOUNG RHYTHMIC GYMNASTS AND CONTROLS

Gaspari V.[1], Bogdanis G.C.[1], Panidi I.[1], Kanna D.[1], Salagas A.[1], Terzis G.[1], Donti A.[1], Donti O.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Gaspari V.[1] · **Topic / Θεματική:** Training Applications in Sports (TRAINING) - Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

6 — EEVFA14-88

MESOCYCLE-SPECIFIC EFFECTS OF TAPERING ON READINESS AND MATCH PERFORMANCE IN YOUTH SOCCER PLAYERS

Kyriacou-Rossi A.[1], Zaras N.[2], Hadjicharalambous M.[1]
Presenting / Παρουσιάζει: Kyriacou-Rossi A.[1] · **Topic / Θεματική:** Training Applications in Sports (TRAINING) - Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

14:00–15:30 — **Round Table 3 — Artificial Intelligence in Exercise Physiology, Biochemistry and Sports Training: From the Molecular Level to Systems and Network Approaches**
Στρογγυλή Τράπεζα 3 — Η Τεχνητή Νοημοσύνη στη Φυσιολογία της Άσκησης, τη Βιοχημεία και την Προπονητική: Από το Μοριακό Επίπεδο στη Συστημική και Δικτυακή Προσέγγιση
Speakers / Ομιλητές: G. Matsopoulos, A. Chatzinikolaou, Z. Papadakis, A. Krithara
Προεδρείο: Χ. Τσολάκης & Α. Φλουρής

15:30–15:45 — **Oral presentation Awards - Congress Closing**
Βραβεύσεις προφορικών εργασιών - Κλείσιμο Συνεδρίου

NON-DEBATED E-POSTERS / ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ ΧΩΡΙΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

Available throughout the Congress on large TV screens at the Hellenic Olympic Committee Building, Chalandri.
Διαθέσιμες καθ' όλη τη διάρκεια του Συνεδρίου σε μεγάλες οθόνες στο Κτήριο της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, Χαλάνδρι.

Training Applications in Sports (TRAINING) - Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό

1 EEVFA14-8
THE EFFECT OF FATIGUE INDUCED BY AN ARTISTIC GYMNASTICS TRAINING SESSION ON BALANCE AND SPATIAL ORIENTATION IN CHILD GYMNASTS
Karakitsou M.-K. [1], Donti O. [1], Bogdanis G. C. [1], Donti A. [1]

2 EEVFA14-38
ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ 3DSPORTMOTION ΓΙΑ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΣΤΟ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ: ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ
Σταφυλίδης Α.[1,5], Νάσιας Κ.[2], Παρασκευόπουλος Ε.[3], Αντωνίου Π.[4], Σταμκόπουλος Ε.[4], Δημητριάδης Μ.[4], Σιδηρόπουλος Ε.[4], Μπαμίδης Δ.[4], Καρτσίδης Π.[4], Μπαμίδης Π.[4], Μιχαηλίδης Γ.[5], Μανδρούκας Α.[5], Μεταξάς Θ.[5], Αμανατίδης Γ.[5], Μουμτζή Β.[1], Βόντας Α.[1], Μπακιρτζόγλου Φ.[1], Ζέλτση Τ.[1], Γκόνος Γ.[1], Βενιζέλου Γ.[1], Πλατνάρη Μ.[1], Κιοραποστόλου Ν.[2], Μαυρίκας Ε.[2], Ασμάνη Ε.[2], Βαρβαρήγος Σ.[2], Λιάσκας Β.[2], Οικονόμου Σ.[2], Μανιάτη Α.[2], Μπογδάνου Μ.[2], Φάκα Λ.[2]

3 EEVFA14-46
POSITIONAL DIFFERENCES IN ANTHROPOMETRIC AND PHYSICAL CHARACTERISTICS OF MALE FIRST DIVISION TEAM HANDBALL PLAYERS
Meletakos, P.,[1] Papavasileiou, A.,[1] Makri, A.,[1] Kepesidou, M.,[1] Noutsos, K.

4 EEVFA14-66
ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΥ ΣΠΡΙΝΤ ΜΕΤΑΞΥ ΕΠΑΝΑΦΟΡΑΣ ΤΟΥ ΧΕΡΙΟΥ ΜΕ ΥΨΗΛΟ ΚΑΙ ΧΑΜΗΛΟ ΤΟΞΟ
Τσώλης Π.[1], Τσιχλάκης Β.[1], Αρσονιάδης Γ.[2], Ρουσάνογλου Ε.[1], Εκίζος Α.[1]

5 EEVFA14-75
AGE- AND SEX-RELATED DIFFERENCES IN SPEED PERFORMANCE DEPEND ON SPRINT DISTANCE AND CHANGE-OF-DIRECTION DEMANDS IN HANDBALL PLAYERS
Papavasileiou Anastasia[1], Meletakos Panagiotis[1], Kepesidou Magdalini[1], Makri Aliki[1], Noutsos Konstantinos[1], Bassa Eleni[2]

6 EEVFA14-82
PENULTIMATE STEP LOADING AND SERVE SPEED IN ELITE MEN'S VOLLEYBALL MATCH PLAY: A CASE STUDY
Tsakiri M.[1], Karavola A. M.[2], Ntozis C.[3], Ekizos A.[1,4]
Presenting / Παρουσιάζει: Tsakiri M.[1]

7 EEVFA14-89
ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΜΕΘΟΔΟΥ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΥ ΤΗΣ ΕΝΑΡΞΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΣΤΟ ΥΨΟΣ ΑΛΜΑΤΟΣ ΜΕ ΑΝΤΙΘΕΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ
Εκίζος Α.[1], Καραπλής Α.[1], Πλάτση Π.[1], Ρουσάνογλου Ε.[1]

8 EEVFA14-95
INTERNAL TRAINING LOAD CHARACTERISTICS IN RHYTHMIC GYMNASTICS: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW
Mastrogianni A.,[1] Bogdanis G.C.,[1] Toubekis A.,[1] Donti O[1].

9 EEVFA14-101
FATIGUE AND KICKING VELOCITY IN AMATEUR MALE SOCCER PLAYERS
Souglis A., Bekris E., Karavola A.M., Alexiou V., Rizos I., Grosios P., Rousanoglou E., Ekizos A.

10 EEVFA14-105
DIFFERENCES IN JUMP PERFORMANCE AND GASTROCNEMIUS MUSCLE ARCHITECTURE IN YOUNG FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS AND ARTISTIC GYMNASTS
Panidi I.[1], Gaspari V.[1], Bogdanis G.C.[1], Salagas A.[1], Donti A.[1], Donti O.[1]

11 EEVFA14-111
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΜΕ ΤΟ ΒΑΡΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ΝΕΑΡΩΝ ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ ΡΥΘΜΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ 5-7 ΕΤΩΝ
Χαραλαμπίδου Ι. [1], Διβανή Α. [1], Δόντη Ο. [1], Μπογδάνης Γ. [1], Δόντη Α. [1]

Sports Nutrition (NUTR) - Αθλητική διατροφή

12 EEVFA14-28
NUTRITIONAL FACTORS AND HEART RATE COST OF BREATH-HOLD DIVING: AN EXPLORATORY ANALYSIS
Kurmazovic N.[1], Nomikos T.[2], Arnaoutis G.[2], Peolidou T.[2], Todorovic V.[1], Djordjevic B.[1], Dopsaj M.[3]

13 EEVFA14-29
MICRONUTRIENT ADEQUACY IN COMPETITIVE BREATH-HOLD DIVERS: FOCUS ON IRON, COPPER AND ZINC INTAKE
Kurmazovic N.[1], Nomikos T.[2], Todorovic V.[1], Djordjevic B.[1], Adamakis M.[3]

14 EEVFA14-30
ANTIOXIDANTS INTAKE IN COMPETITIVE BREATH-HOLD DIVERS: THE ROLE OF FRUITS, VEGETABLES, AND NUTS
Kurmazovic N.[1], Djordjevic B.[1], Todorovic V.[1], Dudasova Petrovicova O.[1], Adamakis M.[2]

15 EEVFA14-35
ASSESSMENT OF SKELETAL HEALTH RISK FACTORS IN COMPETITIVE BREATH-HOLD DIVERS
Kurmazovic N.[1], Djordjevic B.[1], Arnaoutis G.[2], Adamakis M.[3], Todorovic V.[1]

16 EEVFA14-43
ΑΝΘΡΩΠΟΜΕΤΡΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΣΥΣΤΑΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΤΡΙΩΝ: ΜΙΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΣΥΓΧΡΟΝΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ
Λεουνάκη Ε.[1]

17
EEVFA14-72

ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗΣ ΧΟΡΗΓΗΣΗΣ ΩΜΕΓΑ-3 ΛΙΠΑΡΩΝ ΟΞΕΩΝ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚΗ ΚΑΙ ΦΛΕΓΜΟΝΩΔΗ ΑΠΟΚΡΙΣΗ ΣΕ ΑΓΩΝΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Αποστολίδης Α.[1], Μπογδάνης Γ.[2], Παπαπαναγιώτου Α.[1]

Physiology of exercise (PHYSIOL) - Φυσιολογία της άσκησης

18
EEVFA14-60

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΥΠΕΡΗΧΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΠΑΡΑΜΕΤΡΩΝ ΣΤΗ ΝΕΥΡΟΜΥΪΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΝΕΑΡΩΝ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Βεκάκη Ε.[1], Μεθενίτης Σ.[1], Μπιτζανάκης Ε.[1], Στασινάκη Α.[1], Μπάμπουλης Θ.[1], Τερζής Γ.[1]

Clinical Exercise Physiology and Health (CLINICAL) - Κλινική εργοφυσιολογία: άσκηση και υγεία

19
EEVFA14-58

EFFECT OF REPEATED EXERCISE BOUT DURATION ON FAT OXIDATION AT INDIVIDUALIZED FATMAX

K. Anagnostopoulos[1], A. Spassis[1], I. Smilios[1], A. Chatzinikolaou[1], A. Batrakoulis[2], H. Douda[1]

21
EEVFA14-61

THE ROLE OF PAIN NEUROSCIENCE EDUCATION IN THE MANAGEMENT OF CHRONIC LOW BACK PAIN

Smailis P.[1], Gavrilis K.[1], Paraskevopoulos E.[1]

22
EEVFA14-93

ONE TEST IS NOT A FITNESS SCREEN: CROSS-DOMAIN PREDICTION IN ACTIVE MIDDLE-AGED ADULTS

Aikaterini Magdalini Karavola[1], Demosthenes Panagiotakos[2], Nikolaos Dimitriadis[1,2], Antonis Ekizos[3,4]

23
EEVFA14-104

SHORT-TERM PILATES TRAINING IMPROVES FUNCTIONAL PERFORMANCE AND BALANCE IN MIDDLE-AGED AND OLDER WOMEN

Kalapotharakos V. I.[1], Nalmpani Ch.[3], Ferentinos P.[3], Manthou E.[2]

Biochemistry and Molecular Biology of Exercise (BIOCH) - Βιοχημεία και μοριακή βιολογία της άσκησης

24
EEVFA14-27

ACUTE CHANGES IN METABOLIC BIOMARKERS FOLLOWING A MAXIMAL DYNAMIC BREATH-HOLD DIVE IN TRAINED BREATH-HOLD DIVERS

Kurmazovic N.[1], Nomikos T.[2], Arnaoutis G.[2], Todorovic V.[1], Djordjevic B.[1], Milinkovic N.[1], Dopsaj M.[3]

25
EEVFA14-77

ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ ΓΑΛΑΚΤΙΚΟΥ ΣΤΟ ΑΙΜΑ ΜΕ ΤΗΝ ΜΥΪΚΗ ΟΞΥΓΟΝΩΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΘΙΣΜΑΤΟΣ ΠΡΟΟΔΕΥΤΙΚΑ ΑΥΞΑΝΟΜΕΝΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ

Μιχαλάκης Δ., Κυπραίου Α., Πετρίδου Α.