



7ο Συνέδριο Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης

Πρόγραμμα Φροντιστηρίων

Φροντιστήριο 1

Μέτρηση και Αξιολόγηση της Συγκέντρωσης Γαλακτικού στο Αίμα	
Ημερομηνία διεξαγωγής	Παρασκευή 20/10/2017
Υπεύθυνος Φροντιστηρίου	Αργύρης Τουμπέκης, Επίκουρος Καθηγητής, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού (ΣΕΦΑΑ), Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ)
Διδάσκοντες	David Bishop, Professor, Victoria University, Melbourne, Australia Βασίλης Μούγιος, Καθηγητής, ΣΕΦΑΑ, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης Έρη Σγουράκη, Βιοχημικός της Άσκησης, Εθνικό Κέντρο Αθλητικών Ερευνών Αθανάσιος Καμπασακάλης, PhD, Βιοχημικός της Άσκησης, ΣΕΦΑΑ, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης Αργύρης Τουμπέκης, Επίκουρος Καθηγητής, ΣΕΦΑΑ, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Χώρος διεξαγωγής	Αίθουσα Κολυμβητηρίου, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ, Δάφνη
Επικοινωνία	Email: atoubekis@phed.uoa.gr
Ωρολόγιο πρόγραμμα	
8:00 - 8:10	Βασίλης Μούγιος Παραγωγή και διάχυση του γαλακτικού (θεωρία)
8:10 - 8:20	Έρη Σγουράκη Διαδικασία αιμοληψίας για τον προσδιορισμό της συγκέντρωσης γαλακτικού (επίδειξη).
8:20 - 8:50	Έρη Σγουράκη, Αθανάσιος Καμπασακάλης, Αργύρης Τουμπέκης Αιμοληψία και προσδιορισμός συγκέντρωσης γαλακτικού κατά την ηρεμία: Πρακτική εξάσκηση από τους συμμετέχοντες
8.50 - 9:30	Έρη Σγουράκη, Αθανάσιος Καμπασακάλης, Αργύρης Τουμπέκης Η σχέση προοδευτικά αυξανόμενης επιβάρυνσης και συγκέντρωσης γαλακτικού (πρακτική εξάσκηση – σχεδιασμός καμπύλης γαλακτικού από τους συμμετέχοντες)
9:30 – 10:10	David Bishop Validity and reliability of different methods to determine the lactate threshold*
10:10 – 10:30	Σύνοψη - Ερωτήσεις - Συζήτηση

*Θα πραγματοποιηθεί στην Αγγλική γλώσσα και κατά τη διάρκεια της διάλεξης δεν θα υπάρχει μετάφραση

ΠΡΟΣΟΧΗ

- Για το φροντιστήριο 1 ο αριθμός θέσεων είναι περιορισμένος (40 συμμετοχές)
- Η συμμετοχή σε κάθε φροντιστήριο κατοχυρώνεται μόνο μετά την κατάθεση του ανάλογου ποσού στο λογαριασμό της εταιρείας

Φροντιστήριο 2

Συστηματική Ανασκόπηση Βιβλιογραφίας και Μετα-ανάλυση. Η Διαδικασία Βήμα προς Βήμα.	
Ημερομηνία διεξαγωγής	Παρασκευή 20/10/2017
Υπεύθυνος Φροντιστηρίου	Πέτρος Ντίνας, PhD, Ερευνητής, FAME Laboratory, ΣΕΦΑΑ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (ΠΘ) Adjunct Researcher, Physiology Performance and Health Cluster, Institute of Sport, University of Wolverhampton, UK
Διδάσκοντες	Πέτρος Ντίνας, PhD, Ερευνητής, FAME Laboratory, ΣΕΦΑΑ, ΠΘ Adjunct Researcher, Physiology Performance and Health Cluster, Institute of Sport, University of Wolverhampton, UK
Χώρος διεξαγωγής	Αίθουσα Κολυμβητηρίου, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ, Δάφνη
Επικοινωνία	Email: petros.cd@gmail.com
Ωρολόγιο πρόγραμμα	
10:45 – 11:35	1. Ορισμός συστηματικής ανασκόπησης 2. Δημιουργία υπόθεσης (PICOS, FINER) 3. Διαδικασία εισαγωγής στην PROSPERO 4. Οδηγίες Cochrane Library 5. Οδηγίες PRISMA 6. Διαδικασία επιλογής βάσης δεδομένων και αλγόριθμου
11:35 – 11:40	Διάλειμμα
11:40 – 12:45	1. Χειρισμός των συμπεριλαμβανομένων άρθρων (PRISMA flowchart) 2. Εξαγωγή δεδομένων για μετα-ανάλυση 3. Εργαλεία (CONSORT, STROBE, ARRIVE) για αξιολόγηση συμπεριλαμβανομένων άρθρων (risk of bias, quality of reporting results) 4. Γράφοντας το άρθρο 5. Στατιστική προσέγγιση για μετα-ανάλυση

ΠΡΟΣΟΧΗ

- Για το φροντιστήριο 2 ο αριθμός θέσεων είναι περιορισμένος (40 συμμετοχές)
- Η συμμετοχή σε κάθε φροντιστήριο κατοχυρώνεται μόνο μετά την κατάθεση του ανάλογου ποσού στο λογαριασμό της εταιρείας

Φροντιστήριο 3

Αξιολόγηση της Μεταβλητότητας Καρδιακού Παλμού σε Ηρεμία και κατά την Άσκηση	
Ημερομηνία διεξαγωγής	Παρασκευή 20/10/2017
Υπεύθυνος Φροντιστηρίου	Αντωνία Καλτσάτου, PhD, ΣΕΦΑΑ, ΠΘ
Διδάσκοντες	Ανδρέας Φλουρής, PhD, Ερευνητής Α', FAME Laboratory, ΣΕΦΑΑ, ΠΘ Adjunct Professor in Environmental Medicine, University of Ottawa, Section Editor, Temperature Αντωνία Καλτσάτου, PhD, ΣΕΦΑΑ, ΠΘ
Χώρος διεξαγωγής	Αίθουσα Κολυμβητηρίου, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ, Δάφνη
Επικοινωνία	Email: akaltsat@gmail.com
Ωρολόγιο πρόγραμμα	
13:00 – 13:20	Μεταβλητότητα του καρδιακού παλμού (μέθοδοι και σχετικοί φυσιολογικοί μηχανισμοί)
13:20 – 13:40	Μεταβλητότητα του καρδιακού παλμού στην ηρεμία (συλλογή δεδομένων με διαφορετικές μεθόδους)
13:40 – 14:05	Μεταβλητότητα του καρδιακού παλμού κατά την άσκηση (συλλογή δεδομένων με διαφορετικές μεθόδους)
14:05 – 14:50	Εκτίμηση της μεταβλητότητας του καρδιακού παλμού (μεταφορά & ανάλυση δεδομένων με εξειδικευμένο λογισμικό)
14:50 – 15:00	Σύνοψη-Συζήτηση-Ερωτήσεις

ΠΡΟΣΟΧΗ

- Για το φροντιστήριο 3 ο αριθμός θέσεων είναι περιορισμένος (40 συμμετοχές)
- Η συμμετοχή σε κάθε φροντιστήριο κατοχυρώνεται μόνο μετά την κατάθεση του ανάλογου ποσού στο λογαριασμό της εταιρείας