

13^ο Διεθνές Συνέδριο Βιοχημείας & Φυσιολογίας της Άσκησης



17 - 19 Οκτωβρίου 2025
Πανεπιστήμιο Λευκωσίας
Κύπρος

Η Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης (ΕΕΒΦΑ, www.eenfa.gr) διοργανώνει το 13ο Διεθνές Συνέδριο Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης στην Κύπρο σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Λευκωσίας, το οποίο έχει αναλάβει και τη φιλοξενία της εκδήλωσης στις εγκαταστάσεις του από 17 έως 19 Οκτωβρίου 2025.

Το Συνέδριο περιλαμβάνει **κεντρικές ομιλίες** και **στρογγυλές τράπεζες** από διεθνώς αναγνωρισμένους επιστήμονες της Κύπρου, της Ελλάδας και του εξωτερικού, **συνεδρίες με προφορικές ανακοινώσεις**, καθώς και **φροντιστήρια (workshops)** με πρακτική εξάσκηση, στα οποία θα παρουσιαστούν τα πρόσφατα ερευνητικά δεδομένα στο πεδίο της Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης.

Κεντρικός ομιλητής είναι ο Καθηγητής Εργοφυσιολογίας Dr. Truls Raastad, από το Norwegian School of Sports Sciences, ο οποίος θα πραγματοποιήσει τις εξής κεντρικές διαλέξεις:

- Muscle memory – What is it and how can we use it for health and performance?
- Strength and power in team sports – Development during adolescence and implications for training in elite athletes

Το συνέδριο περιλαμβάνει και τις ακόλουθες **Στρογγυλές Τράπεζες και συνεδρίες ειδικού ενδιαφέροντος**:

- «Άσκηση και Υγεία- Συνταγογράφηση άσκησης σε άτομα με χρόνια μη-μεταδιδόμενα νοσήματα», σε συνεργασία με τον Παγκύπριο Ιατρικό Σύλλογο και το «Exercise is Medicine, Cyprus».
- «Αθλητική διατροφή, απόδοση και υγεία», σε συνεργασία με τον Σύνδεσμο Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου.
- «Επίκαιρα θέματα και χρήση νέων τεχνολογιών στην άσκηση και την σωματική ευεξία», σε συνεργασία με τον Παγκύπριο Σύνδεσμο Πτυχιούχων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού-ΠΑΣΥΠΕΦΑΑ.
- «Προπονητικό φορτίο, κίνδυνος τραυματισμού και στρατηγικές αποκατάστασης σε ποδοσφαιριστές»
- Δύο συνεδρίες σύντομων ομιλιών «Rapid Fire» με επιστήμονες από την Ελλάδα και την Κύπρο

Υπό την αιγίδα:



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΡΟΕΔΡΙΑ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Με τη στήριξη:



Χορηγός επικοινωνίας:



13^ο

Διεθνές Συνέδριο Βιοχημείας & Φυσιολογίας της Άσκησης



UNIVERSITY of NICOSIA



17 - 19 Οκτωβρίου 2025
Πανεπιστήμιο Λευκωσίας
Κύπρος

Κύριες Θεματικές Ενότητες:

1. Βιοχημεία και μοριακή βιολογία της άσκησης
2. Φυσιολογία της άσκησης
3. Προπονητικές εφαρμογές στον αθλητισμό
4. Κλινική εργοφυσιολογία: άσκηση και υγεία
5. Αθλητική διατροφή
6. Φυσιολογικές προσαρμογές προπόνησης δύναμης και φυσικής κατάστασης

Φροντιστήρια / workshops:

Στο πλαίσιο του συνεδρίου θα πραγματοποιηθούν τα ακόλουθα **φροντιστήρια (workshops)**, τα οποία περιλαμβάνουν πρακτική εξάσκηση. Σε όλους τους συμμετέχοντες θα χορηγηθούν πιστοποιητικά παρακολούθησης.

1. Προπόνηση Δύναμης για τα Ομαδικά Αθλήματα (Strength training in team sports)
2. Προπόνηση με βάση την Ταχύτητα Μετακίνησης των Φορτίων (Velocity based training)
3. Λειτουργικό εύρος κίνησης σε αθλητές: βασικές αρχές και προπονητικά πρωτόκολλα

Αιγίδες & Υποστηρικτές

Το συνέδριο τελεί υπό την αιγίδα του **εξοχότατου Προέδρου της Κυπριακής Δημοκρατίας κ. Νίκου Χριστοδουλίδη** και του **Υπουργείου Υγείας**.

Το συνέδριο υποστηρίζεται από

- τον Παγκύπριο Ιατρικό Σύλλογο
- το Σύνδεσμο Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου
- τον Παγκύπριο Σύνδεσμο Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού
- τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού
- το Exercise is Medicine Cyprus

Υπό την αιγίδα:



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΡΟΕΔΡΙΑ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Με τη στήριξη:



Χορηγός επικοινωνίας:

ΠΡΩΤΟ1
99.3 | 89.4 | 87.9

13^ο

Διεθνές Συνέδριο Βιοχημείας & Φυσιολογίας της Άσκησης



UNIVERSITY of NICOSIA



17 - 19 Οκτωβρίου 2025
Πανεπιστήμιο Λευκωσίας
Κύπρος

ΧΩΡΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ: Το συνέδριο θα πραγματοποιηθεί στους χώρους του Πανεπιστημίου Λευκωσίας, στη Λευκωσία της Κύπρου.

ΥΠΟΒΟΛΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ: από 6-8-2025 έως 14-9-2025 σε ειδική πλατφόρμα ως ακολούθως:

1. **Κατάθεση περιλήψεων:** <https://docs.google.com/forms/d/1oRVye-E8GW99ry1AZersEEHfTdBOpTDOA4U81B31aXY/edit?ts=6887c9e6>
2. **Εγγραφές:** Οι εγγραφές έχουν ξεκινήσει εδώ (https://docs.google.com/forms/d/1Hbllf29A-D4WNX6qsau9M2_Vv1eQgW04SeRuHTAtO7s). Μειωμένο κόστος εγγραφής έως 28-9-2025.

Για περισσότερες πληροφορίες:

Website συνεδρίου της ΕΕΒΦΑ: <https://www.eevfa.gr/>

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

Με τιμή,

Καθηγητής Χριστόφορος Γιαννάκη

Αν. Καθηγητής Γιώργος Αφάμης

Πρόεδρος Επιστημονικής Επιτροπής

Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής

Υπό την αιγίδα:



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΡΟΕΔΡΙΑ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Με τη στήριξη:



Χορηγός επικοινωνίας:

ΠΡΩΤΟ1
99.3 | 89.4 | 87.9