



14ο Διεθνές Συνέδριο Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης Αθήνα 16-18 Οκτωβρίου 2026 Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή, Χαλάνδρι

Η Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης (ΕΕΒΦΑ, www.eevfa.gr) διοργανώνει το 14ο Διεθνές Συνέδριο Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης, στην Αθήνα, από 16 έως 18 Οκτωβρίου 2026.

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

Φέτος, το Συνέδριο εμπλουτίζεται με νέες θεματικές που αντανakλούν σύγχρονες εξελίξεις στον χώρο της αθλητικής επιστήμης, από τη χρήση wearables και τα ζητήματα ντόπινγκ, έως τον ρόλο των νεότερων φαρμακευτικών παραγόντων (GLP-1) στη μυϊκή υγεία και τη ραγδαία εξέλιξη της Τεχνητής Νοημοσύνης στην αθλητική επιστήμη. Ξεχωριστές συνεδρίες θα καλύψουν επίσης τον ύπνο στους αθλητές, τη μεταβλητότητα καρδιακού ρυθμού (HRV) και τις παραμέτρους ανάπτυξης της φυσικής κατάστασης στα ομαδικά αθλήματα, προσφέροντας στους συμμετέχοντες μια ολοκληρωμένη εικόνα των σημερινών τάσεων της αθλητικής επιστήμης.

Προσκεκλημένοι Ομιλητές και Ομιλίες

Στο συνέδριο θα συμμετάσχουν, μεταξύ άλλων, οι ακόλουθοι διεθνώς αναγνωρισμένοι προσκεκλημένοι ομιλητές:

Ομιλητής / Τίτλος	Ομιλία(ες)
Καθηγητής Luc van Loon <i>Professor of Physiology of Exercise and Nutrition</i> <i>- Department of Human Biology, Maastricht University, Ολλανδία</i>	- Protein metabolism, muscle hypertrophy mechanisms, and the combined effects of nutrition and exercise on muscle health and performance across the lifespan - from athletes to ageing and clinical populations. - Συζήτηση (debate) με τον Καθηγητή Κ. Τσίντζα: Muscle hypertrophy and muscle loss throughout the lifespan
Καθηγητής Kostantinos Tsintzas <i>Professor of Human Physiology - Experimental Medicine, Metabolic and Nutritional Physiology, Faculty of Medicine and Health Sciences, University of Nottingham, Ηνωμένο Βασίλειο</i>	- Intermittent fasting and metabolic adaptations to exercise. - Συζήτηση (debate) με τον Καθ. Luc van Loon: Muscle hypertrophy and muscle loss through the lifespan
Καθηγητής Yannis Pitsiladis <i>Professor of Human Biology and Sport Science - Department of Biology, Director, Centre for Exercise Science and Medicine, Hong Kong Baptist University, Κίνα</i>	From Biomarkers to Digital Athletes: The Convergence of Physiology, Biochemistry, Genomics and Wearable Technologies in Shaping the Future of Sport.



Καθηγητής Andreas Konrad <i>Professor of Human Movement Science, Sport, and Health - Institute of Human Movement Science, Sport and Health, University of Graz, Αυστρία</i>	• The physiology and mechanisms of stretching-induced adaptations, including central and peripheral factors, muscle and tendon adaptations, changes in stretch tolerance, non-local (cross-over) effects, and contemporary methods used to assess these responses. • The practical application of stretching and foam rolling in sport, health, and rehabilitation settings, including their effects on performance, recovery, injury prevention, flexibility development, and clinical populations.
Dr Paul Balsom <i>UEFA Advisor, Chief Analyst, Tigres UANL (πρώην αναλυτής απόδοσης στη Leicester FC και την Εθνική Ομάδα Σουηδίας)</i>	• Performance optimization in elite team sports. The integration of sport science in high-performance environments. • Lessons learned from working with elite athletes and teams. • HIIT in soccer.

Κύριες Θεματικές Ενότητες του Συνεδρίου

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 έξι (6) φροντιστήρια (workshops), τα οποία περιλαμβάνουν πρακτική εξάσκηση. Σε όλους τους συμμετέχοντες θα χορηγηθούν πιστοποιητικά παρακολούθησης.

Αιγίδες

Το συνέδριο τελεί υπό την αιγίδα της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής.

Χώρος διεξαγωγής του συνεδρίου

Το συνέδριο θα πραγματοποιηθεί στις εγκαταστάσεις της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής, **Λ.Βικέλα 52, Χαλάνδρι, Τ.Κ. 152 33**. Τα φροντιστήρια θα πραγματοποιηθούν στις εγκαταστάσεις της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του ΕΚΠΑ, **Εθν.Αντίστασης 41, Δάφνη, Τ.Κ. 17237**.



Υποβολή εργασιών

Η υποβολή εργασιών θα πραγματοποιηθεί από **6-8-2026** έως **14-9-2025**.

Εγγραφές: Οι εγγραφές θα ξεκινήσουν στις **6-8-2026**.

Μειωμένο κόστος εγγραφής έως 10-10-2026

Σημείωση: τα οικονομικά τακτοποιημένα μέλη της ΕΕΒΦΑ θα έχουν δωρεάν εγγραφή στο Συνέδριο

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 Ελλάδας και του εξωτερικού.

Με τιμή,

Γρηγόρης Μπογδάνης, Καθηγητής
ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

Πρόεδρος Επιστημονικής Επιτροπής

Ολύβια Δόντη, Αν. Καθηγήτρια,
ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

Πρόεδρος Οργανωτικής Επιτροπής