

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ

«Ο αθλητισμός στις αναπτυξιακές ηλικίες»

10 Μαρτίου 2018 & ώρες: 15.30-21.00

Τοποθεσία: **Αλεξάνδρειο Συνεδριακό Κέντρο Λουτρακίου**

Πρόγραμμα εισηγήσεων

15.30-16.00 Εγγραφές

16.00-17.00 «**Η σημασία της διατροφής σε αθλούμενα παιδιά και εφήβους**»

Εισηγήτρια: **Μπαμπαρούτση Ειρήνη** Κλινική Διαιτολόγος – Αθλητική Διατροφολόγος,
PhD Διδάκτωρ Χαροκόπειου Πανεπιστημίου Αθηνών
Επιστημονική συνεργάτιδα ΣΕΓΑΣ

17.00-17.30 «**Είναι εφικτή η επιλογή αθλήματος, αγωνίσματος ενός αθλήματος στην παιδική ηλικία;**»

Εισηγητής: **Κέλλης Σπύρος** Ομότιμος καθηγητής προπονητικής της ΣΕΦΑΑ του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης
Μέλος Δ.Σ. ΣΕΓΑΣ Πρόεδρος της επιτροπής επιστημονικής στήριξης και επιμόρφωσης ΣΕΓΑΣ

17.30-19.00 «**Ανάπτυξη δύναμης στις αναπτυξιακές ηλικίες**»

Εισηγητής: **Κέλλης Σπύρος**

19.00-19.30 Διάλειμμα

19.30-21.00 «**Διδασκαλία τεχνικής των ασκήσεων στα αγωνίσματα των αλμάτων: μήκος, τριπλούν, ύψος μέχρι την ηλικία Κ16**»

Εισηγητής: **Κουτσογιαννόπουλος Γιάννης** Καθηγητής Φυσικής Αγωγής, MSc
Ομοσπονδιακός προπονητής αλμάτων ΣΕΓΑΣ