



ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
 Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού
 Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού
 Πανεπιστημιούπολη - 69100 Κομοτηνή



Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Εποδών

DEMOCRITUS UNIVERSITY OF THRACE
 School of Physical Education & Sports Science
 Department of Physical Education & Sports Science
 University Campus - GR 69100 Komotini

Φυσιολογία της Άσκησης
 & Προπονητική

Π.Μ.Σ. «Φυσιολογία της Άσκησης και Προπονητική»

Μαθήματα και διδάσκοντες κατά το **εαρινό** εξάμηνο στο Π.Μ.Σ. «Φυσιολογία της Άσκησης και Προπονητική»

	Α' εξάμηνο (εαρινό)	Υπεύθυνος μαθήματος	Συν-διδάσκων			
Μάθημα Κορμού						
Φ101	Μεθοδολογία έρευνας, στατιστική επεξεργασία δεδομένων και συγγραφή διατριβής	Γούργουλης Βασίλης (5)	Αντωνίου Παναγιώτης (3)	Κουρτέσης Θωμάς (3)	Κούλη Όλγα (2)	
Μαθήματα της ειδίκευσης «Φυσιολογία της Άσκησης»						
Φ102	Μεταβολική - ορμονική λειτουργία στην άσκηση	Αυλωνίτη Αλεξάνδρα (5)	Χατζηνικολάου Αθανάσιος (3)	Μούγιος Βασίλειος (5)		
Φ103	Νευρομυϊκό σύστημα και άσκηση	Σμήλιος Ηλίας (8)	Αγγελούσης Νικόλαος (2)	Τερζής Γεράσιμος (2)	Παραδείσης Γιώργος(1)	
Φ104	Καρδιαγγειακό - αναπνευστικό σύστημα και άσκηση	Σπάσης Απόστολος (5)	Σμήλιος Ηλίας (2)	Ζαφειρίδης Αντρέας (1)	Δίπλα Κωνσταντίνα (3)	Τοκμακίδης Σάββας (2)
Μαθήματα της ειδίκευσης «Προπονητική»						
Φ105	Φυσιολογικές Αρχές της Προπόνησης	Σμήλιος Ηλίας (6)	Χατζηνικολάου Αθανάσιος (2)	Αυλωνίτη Αλεξάνδρα (5)		
Φ106	Αθλητική εμβιοχημική	Αγγελούσης Νικόλαος (7)	Γιαννακού Ερασμία (4)	Γιάκας Ιωάννης (2)		
Φ107	Μαθησιακές προσαρμογές στα τεχνικοτακτικά στοιχεία	Μιχαλοπούλου Μαρία (7)	Ζέτου Ελένη (6)			

**Αναλυτικό πρόγραμμα διαλέξεων
Π.Μ.Σ. «Φυσιολογία της Άσκησης και Προπονητική»**

Εαρινού εξάμηνο 2021 – 2022 (1^ο εξάμηνο Μεταπτυχιακού Κύκλου Σπουδών εισαχθέντων 2021-2022)

- Η **εξ αποστάσεως** διδασκαλία θα πραγματοποιείται μέσω του Microsoft **TEAMS**
- **Οδηγίες** και βοήθεια σχετικά με την ρύθμιση, εγκατάσταση και χρήση του TEAMS μπορείτε να βρείτε στο <https://itc.duth.gr/msteams/>

1^ο πενταήμερο (Δια ζώσης)

Τετάρτη 16-2-2022			Πέμπτη 17-2-2022			Παρασκευή 18-2-2022			Σαββάτο 19-2-2022			Κυριακή 20-2-2022		
	Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική
09:00 – 11:00	Ενημέρωση πρωτοετών		09:00 – 11:00	Φ102 (2^η) Μούγιος	Φ106 (2^η) Αγγελούσης	09:00 – 11:00	Φ101 (4^η) Γούργουλης		09:00 – 11:00	Φ101 (6^η) Γούργουλης		09:00 – 11:00	Φ102 (5^η) Αυλωνίτη	Φ106 (5^η) Αγγελούσης
11:00 – 13:00	Φ101 (1^η) Κουρτέσης		11:00 – 13:00	Φ101 (2^η) Γούργουλης		11:00 – 13:00	Φ104 (3^η) Σπάσης	Φ107 (3^η) Μιχαλοπούλου	11:00 – 13:00	Φ102 (4^η) Χατζηνικολάου	Φ106 (4^η) Αγγελούσης	11:00 – 13:00	Φ104 (5^η) Σπάσης	Φ107 (5^η) Μιχαλοπούλου
Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα		
14:00 – 16:00	Φ102 (1^η) Μούγιος	Φ105 (1^η) Χατζηνικολάου	14:00 – 16:00	Φ103 (2^η) Σμήλιος	Φ105 (2^η) Αυλωνίτη	14:00 – 16:00	Φ102 (3^η) Μούγιος	Φ105 (3^η) Αυλωνίτη	14:00 – 16:00	Φ104 (4^η) Σπάσης	Φ107 (4^η) Μιχαλοπούλου	13:30 – 15:30	Φ103 (5^η) Αγγελούσης	Φ105 (5^η) Αυλωνίτη
Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα					
16:30 – 18:30	Φ103 (1^η) Σμήλιος	Φ106 (1^η) Αγγελούσης	16:30 – 18:30	Φ104 (2^η) Τοκμακίδης	Φ107 (2^η) Μιχαλοπούλου	16:30 – 18:30	Φ103 (3^η) Σμήλιος	Φ106 (3^η) Αγγελούσης	16:30 – 18:30	Φ103 (4^η) Αγγελούσης	Φ105 (4^η) Αυλωνίτη			
Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα					
19:00 – 21:00	Φ104 (1^η) Σπάσης (Τοκμακίδης)	Φ107 (1^η) Μιχαλοπούλου	19:00 – 21:00	Φ101 (3^η) Κουρτέσης		19:00 – 21:00	Φ101 (5^η) Κουρτέσης		19:00 – 21:00	Φ101 (7^η) Κούλη				

Εξ αποστάσεως (6^η Διάλεξη)

Δευτέρα 28-2-2022			Τρίτη 1-3-2022			Τετάρτη 2-3-2022		
	Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική
21:00 –23:00	Φ102 (6^η) Μούγιος	Φ105 (6^η) Αυλωνίτη	21:00 –23:00	Φ103 (6^η) Παραδείσης	Φ106 (6^η) Αγγελούσης	21:00 –23:00	Φ104 (6^η) Τοκμακίδης	Φ107 (6^η) Μιχαλοπούλου

Εξ αποστάσεως (7^η Διάλεξη)

Δευτέρα 7-3-2022			Τρίτη 8-3-2022			Τετάρτη 9-3-2022		
	Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική
21:00 –23:00	Φ104 (7^η) Σμήλιος	Φ107 (7^η) Μιχαλοπούλου	21:00 –23:00	Φ102 (7^η) Μούγιος	Φ105 (7^η) Χατζηνικολάου	21:00 –23:00	Φ103 (7^η) Σμήλιος	Φ106 (7^η) Γιαννακού

Εξ αποστάσεως (8^η Διάλεξη)

Δευτέρα 21-3-2022			Τρίτη 22-3-2022			Τετάρτη 23-3-2022		
	Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική
21:00 –23:00	Φ103 (8^η) Σμήλιος	Φ106 (8^η) Γιάκας	21:00 –23:00	Φ104 (8^η) Δίπλα	Φ107 (8^η) Ζέτου	21:00 –23:00	Φ102 (8^η) Χατζηνικολάου	Φ105 (8^η) Σμήλιος

Εξ αποστάσεως (9^η Διάλεξη)

Δευτέρα 4-4-2022			Τρίτη 5-4-2022			Τετάρτη 6-4-2022		
	Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική
21:00 –23:00	Φ102 (9^η) Χατζηνικολάου	Φ105 (9^η) Σμήλιος	21:00 –23:00	Φ103 (9^η) Σμήλιος	Φ106 (9^η) Γιάκας	21:00 –23:00	Φ104 (9^η) Ζαφειρίδης	Φ107 (9^η) Ζέτου

2^ο τετραήμερο (Δια ζώσης)

Δευτέρα 16-5-2022			Τρίτη 17-5-2022			Τετάρτη 18-5-2022			Πέμπτη 19-5-2022		
Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική		Φυσιολογία της Άσκησης	Προπονητική	
			09:00 – 11:00	Φ101 (9 ^η) Γούργουλης		09:00 – 11:00	Φ102 (12 ^η) Αυλωνίτη	Φ105 (12 ^η) Σμήλιος	09:00 – 11:00	Φ101 (13 ^η) Αντωνίου	
11:00 – 13:00	Φ101 (8 ^η) Αντωνίου		11:00 – 13:00	Φ103 (11 ^η) Τερζής	Φ107 (11 ^η) Ζέτου	11:00 – 13:00	Φ101 (11 ^η) Γούργουλης		11:00 – 13:00	Φ103 (13 ^η) Σμήλιος	Φ106 (13 ^η) Αγγελούσης
Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα		
14:00 – 16:00	Φ102 (10 ^η) Αυλωνίτη	Φ105 (10 ^η) Σμήλιος	14:00 – 16:00	Φ101 (10 ^η) Κούλη		14:00 – 16:00	Φ103 (12 ^η) Σμήλιος	Φ106 (12 ^η) Γιαννακού	13:30 – 15:30	Φ104 (13 ^η) Σπάσης	Φ107 (13 ^η) Ζέτου
Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα			15:30 – 17:30	Φ102 (13 ^η) Αυλωνίτη	Φ105 (13 ^η) Σμήλιος
16:30 – 18:30	Φ103 (10 ^η) Τερζής	Φ106 (10 ^η) Γιαννακού	16:30 – 18:30	Φ102 (11 ^η) Αυλωνίτη	Φ105 (11 ^η) Σμήλιος	16:30 – 18:30	Φ104 (12 ^η) Δίπλα	Φ107 (12 ^η) Ζέτου			
Διάλειμμα			Διάλειμμα			Διάλειμμα					
19:00 – 21:00	Φ104 (10 ^η) Σμήλιος	Φ107 (10 ^η) Ζέτου	19:00 – 21:00	Φ104 (11 ^η) Δίπλα	Φ106 (11 ^η) Γιαννακού	19:00 – 21:00	Φ101 (12 ^η) Αντωνίου				

Εξεταστική περίοδος Ιουνίου 2022: 1 – 15 Ιουνίου Εξ αποστάσεως (Θα ανακοινωθεί αναλυτικό πρόγραμμα εξετάσεων)

Εξεταστική περίοδος Σεπτεμβρίου 2022: 15 -30 Σεπτεμβρίου Εξ αποστάσεως (Θα ανακοινωθεί αναλυτικό πρόγραμμα εξετάσεων)