

**Συνοπτικό Πρόγραμμα διαλέξεων  
Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών  
«Φυσιολογία της Άσκησης και Προπονητική»**

| Αριθμός διάλεξης   | Ημερομηνία                                     | Τύπος διάλεξης                 |
|--|--|--------------------------------|
| Εξεταστική Σεπτεμβρίου 2023  | 15 – 30 Σεπτεμβρίου 2023                       | Εξ αποστάσεως                  |
| <b>2<sup>ο</sup> εξάμηνο σπουδών (εισαχθέντων 2022-2023) (χειμερινό εξάμηνο 2023-2024)</b> |  |                                |
| <b>1<sup>η</sup>, 2<sup>η</sup> 3<sup>η</sup>, 4<sup>η</sup>, 5<sup>η</sup> διάλεξη</b>    | <b>1 – 2 – 3 – 4 – 5 Νοεμβρίου 2023</b>        | <b>Δια ζώσης στην Κομοτηνή</b> |
| 6 <sup>η</sup> διάλεξη   | 13 – 14 – 15 Νοεμβρίου 2023                    | Εξ αποστάσεως                  |
| 7 <sup>η</sup> διάλεξη   | 20 – 21 – 22 Νοεμβρίου 2023                    | Εξ αποστάσεως                  |
| 8 <sup>η</sup> διάλεξη   | 5 – 6 – 7 Δεκεμβρίου 2023                      | Εξ αποστάσεως                  |
| 9 <sup>η</sup> διάλεξη   | 12 – 13 – 14 Δεκεμβρίου 2023                   | Εξ αποστάσεως                  |
| <b>10<sup>η</sup>, 11<sup>η</sup>, 12<sup>η</sup>, 13<sup>η</sup> διάλεξη</b>              | <b>18 – 19 – 20 – 21 Ιανουαρίου 2024</b>       | <b>Δια ζώσης στην Κομοτηνή</b> |
| Εξετάσεις  | 30 Ιανουαρίου – 15 Φεβρουαρίου 2024            | Εξ αποστάσεως                  |
| <b>1<sup>ο</sup> εξάμηνο σπουδών (εισαχθέντων 2023-2024) (εαρινό εξάμηνο 2023-2024)</b>    |  |                                |
| <b>1<sup>η</sup>, 2<sup>η</sup> 3<sup>η</sup>, 4<sup>η</sup>, 5<sup>η</sup> διάλεξη</b>    | <b>21 – 22 - 23 - 24 - 25 Φεβρουαρίου 2024</b> | <b>Δια ζώσης στην Κομοτηνή</b> |
| 6 <sup>η</sup> διάλεξη   | 4 – 5 - 6 Μαρτίου 2024                         | Εξ αποστάσεως                  |
| 7 <sup>η</sup> διάλεξη   | 18 – 19 – 20 Μαρτίου 2024                      | Εξ αποστάσεως                  |
| 8 <sup>η</sup> διάλεξη   | 1 – 2 – 3 Απριλίου 2024                        | Εξ αποστάσεως                  |
| 9 <sup>η</sup> διάλεξη   | 15 – 16 – 17 Απριλίου 2024                     | Εξ αποστάσεως                  |
| <b>10<sup>η</sup>, 11<sup>η</sup>, 12<sup>η</sup>, 13<sup>η</sup> διάλεξη</b>              | <b>20 – 21 – 22 – 23 Μαΐου 2024</b>            | <b>Δια ζώσης στην Κομοτηνή</b> |
| Εξετάσεις  | 15 – 30 Ιουνίου 2024                           | Εξ αποστάσεως                  |
| Εξεταστική Σεπτεμβρίου 2024  | 15 – 30 Σεπτεμβρίου 2024                       | Εξ αποστάσεως                  |

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

| Β' εξάμηνο (χειμερινό)                                  |  | Υπεύθυνος μαθήματος         | Συν-διδάσκων                                 |                         |                         |                          |                         |
|---|--|-----------------------------|--|-------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|
| <b>Μάθημα Κορμού</b>                                    |  |                             |  |                         |                         |                          |                         |
| <b>Φ201</b>   | <i>Αθλητική Διατροφή</i>                                 | Χατζηνικολάου Αθανάσιος (2) | Σταμπουλής Θεόδωρος (5)                      | Δραγανίδης Δημήτρης (4) | Σμήλιος Ηλίας (2)       |                          |                         |
| <b>Μαθήματα της ειδίκευσης «Φυσιολογία της Άσκησης»</b> |  |                             |  |                         |                         |                          |                         |
| <b>Φ202</b>   | <i>Αθλητική φυσιολογία</i>                               | Σμήλιος Ηλίας (4)           | Δούδα Ελένη (1)                              | Τουμπέκης Ανάργυρος (2) | Μπογδάνης Γρηγόρης (3)  | Ζαφειρίδης Αντρέας (3)   |                         |
| <b>Φ203</b>   | <i>Εργοφυσιολογική αξιολόγηση αθλητών και αθλουμένων</i> | Σμήλιος Ηλίας (4)           | Δούδα Ελένη (1)                              | Σπάσης Απόστολος (1)    | Τουμπέκης Ανάργυρος (3) | Χατζηνικολάου Θανάσης(2) | Μπογδάνης Γρηγόρης (2)  |
| <b>Φ204</b>   | <i>Κλινική εργοφυσιολογία</i>                            | Δούδα Ελένη (3)             | Σπάσης Απόστολος (4)                         | Τοκμακίδης Σάββας(2)    | Δίπλα Κωνσταντίνα (1)   | Καρακύριου (1)           | Ζώης (1)                |
|   |  |                             | Σμήλιος (1)                                  |                         |                         |                          |                         |
| <b>Μαθήματα της ειδίκευσης «Προπονητική»</b>            |  |                             |  |                         |                         |                          |                         |
| <b>Φ205</b>   | <i>Αθλητική Ψυχολογία</i>                                | Μπεμπέτσος Βαγγέλης (9)     | Γαργαλιάνος Δημήτριος (2)                    | Αθαναηλίδης Ιωάννης (2) |                         |                          |                         |
| <b>Φ206</b>   | <i>Μέθοδοι Έρευνας στην προπονητική</i>                  | Χατζηνικολάου Θανάσης (2)   | Αγγελούσης Νικόλαος (2)<br>Παπαδημητρίου (2) | Σμήλιος Ηλίας (2)       | Ζέτου Ελένη (2)         | Λαπαρίδης Κων/νος (1)    | Μπεμπέτσος Βαγγέλης (2) |
| <b>Φ207</b>   | <i>Σχεδιασμός και καθοδήγηση της προπόνησης</i>          | Χατζηνικολάου Θανάσης (8)   | Αυλωνίτη (3)                                 | Παπαδημητρίου (1)       | Μαυρίδης (1)            |                          |                         |

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

**Χειμερινού** εξαμήνου 2023 – 2024 (2<sup>ο</sup> εξάμηνο Μεταπτυχιακού Κύκλου Σπουδών **εισαχθέντων 2022-2023**)

**1<sup>ο</sup> πενταήμερο (Δια ζώσης)**

| Τετάρτη<br>1-11-2023 |   |  | Πέμπτη<br>2-11-2023 |   |  | Παρασκευή<br>3-11-2023 |   |  | Σαββάτο<br>4-11-2023 |   |  | Κυριακή<br>5-11-2023 |  |  |
|----------------------|---|--|---------------------|---|--|------------------------|---|--|----------------------|---|--|----------------------|--|--|
|                      | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                  |                     | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                  |                        | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                  |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                  |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                   | Προπονητική                                |
|                      |   |  | 09:00 – 11:00       | <b>Φ203 (2<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ206 (2<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου         | 09:00 – 11:00          | <b>Φ203 (4<sup>η</sup>)</b><br>Τουμπέκης  | <b>Φ206 (4<sup>η</sup>)</b><br>Παπαδημητρίου | 09:00 – 11:00        | <b>Φ203 (6<sup>η</sup>)</b><br>Τουμπέκης  | <b>Φ206 (6<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 09:00 – 11:00        | <b>Φ202 (5<sup>η</sup>)</b><br>Τουμπέκης | <b>Φ207 (5<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη    |
| 11:00 – 13:00        | <b>Φ203 (1<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης     | <b>Φ206 (1<sup>η</sup>)</b><br>Λαπαρίδης     | 11:00 – 13:00       | <b>Φ203 (3<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ206 (3<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου         | 11:00 – 13:00          | <b>Φ203 (5<sup>η</sup>)</b><br>Τουμπέκης  | <b>Φ206 (5<sup>η</sup>)</b><br>Παπαδημητρίου | 11:00 – 13:00        | <b>Φ203 (7<sup>η</sup>)</b><br>Δούδα      | <b>Φ206 (7<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 11:00 – 13:00        | <b>Φ201 (5<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος   | <b>Φ201 (5<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος     |
|                      | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                     | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                        | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                      | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                      | <b>Διάλειμμα</b>                         |  |
| 14:00 – 16:00        | <b>Φ202 (1<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ207 (1<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 14:00 – 16:00       | <b>Φ204 (2<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης     | <b>Φ205 (2<sup>η</sup>)</b><br>Γαργαλιάνος   | 14:00 – 16:00          | <b>Φ201 (3<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ201 (3<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης    | 14:00 – 16:00        | <b>Φ202 (4<sup>η</sup>)</b><br>Τουμπέκης  | <b>Φ207 (4<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 13:30 – 15:30        | <b>Φ204 (5<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης    | <b>Φ205 (5<sup>η</sup>)</b><br>Αθαναηλίδης |
|                      | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                     | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                        | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                      | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                      | <b>Διάλειμμα</b>                         |  |
| 16:30 – 18:30        | <b>Φ204 (1<sup>η</sup>)</b><br>Δούδα      | <b>Φ205 (1<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος    | 16:30 – 18:30       | <b>Φ201 (2<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ201 (2<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης    | 16:30 – 18:30          | <b>Φ202 (3<sup>η</sup>)</b><br>Ζαφειρίδης | <b>Φ207 (3<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 16:30 – 18:30        | <b>Φ204 (4<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης     | <b>Φ205 (4<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος    |                      |  |  |
|                      | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                     | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                        | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                      | <b>Διάλειμμα</b>                          |  |                      | <b>Διάλειμμα</b>                         |  |
| 19:00 – 21:00        | <b>Φ201 (1<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ201 (1<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης    | 19:00 – 21:00       | <b>Φ202 (2<sup>η</sup>)</b><br>Ζαφειρίδης | <b>Φ207 (2<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 19:00 – 21:00          | <b>Φ204 (3<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης     | <b>Φ205 (3<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος    | 19:00 – 21:00        | <b>Φ201 (4<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ201 (4<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης    |                      |  |  |

**Εξ αποστάσεως (6<sup>η</sup> Διάλεξη)**

| Δευτέρα<br>13-11-2023 |                                      |   | Τρίτη<br>14-11-2023 |   |   | Τετάρτη<br>15-11-2023 |   |   |
|-----------------------|--------------------------------------|---|---------------------|---|---|-----------------------|---|---|
|                       | Φυσιολογία της Άσκησης               | Προπονητική                             |                     | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                               |                       | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                               |
| 22:00 – 24:00         | <b>Φ202 (6<sup>η</sup>)</b><br>Δούδα | <b>Φ207 (6<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη | 22:00 – 24:00       | <b>Φ204 (6<sup>η</sup>)</b><br>Τοκμακίδης | <b>Φ205 (6<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος | 22:00 – 24:00         | <b>Φ201 (6<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής | <b>Φ201 (6<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής |

**Εξ αποστάσεως (7<sup>η</sup> Διάλεξη)**

| Δευτέρα<br>20-11-2023 |  |  | Τρίτη<br>21-11-2023 |   |   | Τετάρτη<br>22-11-2023 |                                      |   |
|-----------------------|--|--|---------------------|---|---|-----------------------|--------------------------------------|---|
|                       | Φυσιολογία της Άσκησης                 | Προπονητική                            |                     | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                             |                       | Φυσιολογία της Άσκησης               | Προπονητική                               |
| 22:00 – 24:00         | <b>Φ201 (7<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | <b>Φ201 (7<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | 22:00 – 24:00       | <b>Φ202 (7<sup>η</sup>)</b><br>Ζαφειρίδης | <b>Φ207 (7<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη | 22:00 – 24:00         | <b>Φ204 (7<sup>η</sup>)</b><br>Δούδα | <b>Φ205 (7<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος |

### Εξ αποστάσεως (8<sup>η</sup> Διάλεξη)

| Δευτέρα<br>4-12-2023 |  |  | Τρίτη<br>5-12-2023 |  |  | Τετάρτη<br>6-12-2023 |  |  |
|----------------------|--|--|--------------------|--|--|----------------------|--|--|
|                      | Φυσιολογία της Άσκησης                 | Προπονητική                                |                    | Φυσιολογία της Άσκησης                       | Προπονητική                                  |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                 | Προπονητική                                  |
| 22:00 – 24:00        | <b>Φ204 (8<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | <b>Φ205 (8<sup>η</sup>)</b><br>Γαργαλιάνος | 22:00 – 24:00      | <b>Φ201 (8<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | <b>Φ201 (8<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 22:00 – 24:00        | <b>Φ202 (8<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | <b>Φ207 (8<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου |

### Εξ αποστάσεως (9<sup>η</sup> Διάλεξη)

| Δευτέρα<br>11-12-2023 |  |  | Τρίτη<br>12-12-2023 |                                      |   | Τετάρτη<br>13-12-2023 |  |  |
|-----------------------|--|--|---------------------|--------------------------------------|---|-----------------------|--|--|
|                       | Φυσιολογία της Άσκησης                   | Προπονητική                                  |                     | Φυσιολογία της Άσκησης               | Προπονητική                               |                       | Φυσιολογία της Άσκησης                       | Προπονητική                                  |
| 22:00 – 24:00         | <b>Φ202 (9<sup>η</sup>)</b><br>Μπογδάνης | <b>Φ207 (9<sup>η</sup>)</b><br>Παπαδημητρίου | 22:00 – 24:00       | <b>Φ204 (9<sup>η</sup>)</b><br>Δίπλα | <b>Φ205 (9<sup>η</sup>)</b><br>Αθανηλιδης | 22:00 – 24:00         | <b>Φ201 (9<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | <b>Φ201 (9<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου |

### 2<sup>ο</sup> τετραήμερο (Δια ζώσης)

| Πέμπτη<br>18-1-2024  |  |  | Παρασκευή<br>19-1-2024 |   |   | Σαββάτο<br>20-1-2024 |  |   | Κυριακή<br>21-1-2024 |  |   |
|----------------------|--|--|------------------------|---|---|----------------------|--|---|----------------------|--|---|
|                      | Φυσιολογία της Άσκησης                     | Προπονητική                                |                        | Φυσιολογία της Άσκησης                        | Προπονητική                                   |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                     | Προπονητική                                   |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                     | Προπονητική                                   |
|                      |  |  | 09:00 – 11:00          | <b>Φ203 (9<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου  | <b>Φ206 (9<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος        | 09:00 – 11:00        | <b>Φ203 (11<sup>η</sup>)</b><br>Μπογδάνης  | <b>Φ206 (11<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης    | 09:00 – 11:00        | <b>Φ203 (13<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ206 (13<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος    |
| <b>11:00 – 13:00</b> | <b>Φ203 (8<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος     | <b>Φ206 (8<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος  | 11:00 – 13:00          | <b>Φ203 (10<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | <b>Φ206 (10<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος       | 11:00 – 13:00        | <b>Φ203 (12<sup>η</sup>)</b><br>Μπογδάνης  | <b>Φ206 (12<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης    | 11:00 – 13:00        | <b>Φ204 (13<sup>η</sup>)</b><br>Δούδα      | <b>Φ205 (13<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος    |
| Διάλειμμα            |  |  | Διάλειμμα              |   |   | Διάλειμμα            |  |   | Διάλειμμα            |  |   |
| 14:00 – 16:00        | <b>Φ202 (10<sup>η</sup>)</b><br>Μπογδάνης  | <b>Φ207 (10<sup>η</sup>)</b><br>Μαυρίδης   | 14:00 – 16:00          | <b>Φ201 (11<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής    | <b>Φ201 (11<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής    | 14:00 – 16:00        | <b>Φ202 (12<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ207 (12<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 13:30 – 15:30        | <b>Φ201 (13<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής | <b>Φ201 (13<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής    |
| Διάλειμμα            |  |  | Διάλειμμα              |   |   | Διάλειμμα            |  |   | 15:30 – <b>17:30</b> | <b>Φ202 (13<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ207 (13<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου |
| 16:30 – 18:30        | <b>Φ204 (10<sup>η</sup>)</b><br>Τοκμακίδης | <b>Φ205 (10<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος | 16:30 – 18:30          | <b>Φ202 (11<sup>η</sup>)</b><br>Μπογδάνης     | <b>Φ207 (11<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 16:30 – 18:30        | <b>Φ204 (12<sup>η</sup>)</b><br>Ζώης       | <b>Φ205 (12<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος    |                      |  |   |
| Διάλειμμα            |  |  | Διάλειμμα              |   |   | Διάλειμμα            |  |   |                      |  |   |
| 19:00 – 21:00        | <b>Φ201 (10<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής | <b>Φ201 (10<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής | 19:00 – 21:00          | <b>Φ204 (11<sup>η</sup>)</b><br>Καρακύριου    | <b>Φ205 (11<sup>η</sup>)</b><br>Μπεμπέτσος    | 19:00 – 21:00        | <b>Φ201 (12<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής | <b>Φ201 (12<sup>η</sup>)</b><br>Σταμπουλής    |                      |  |   |

**Εξεταστική περίοδος : 30 Ιανουαρίου - 10 Φεβρουαρίου 2024 εξ αποστάσεως** (Θα ανακοινωθεί αναλυτικό πρόγραμμα εξετάσεων)

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

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

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

**Εαρινού** εξαμήνου 2023 – 2024 (1<sup>ο</sup> εξάμηνο Μεταπτυχιακού Κύκλου Σπουδών **εισαχθέντων 2023-2024**)

**1<sup>ο</sup> πενταήμερο (Δια ζώσης)**

| <b>Τετάρτη<br/>21-2-2024</b> |   |  | <b>Πέμπτη<br/>22-2-2024</b> |   |   | <b>Παρασκευή<br/>23-2-2024</b> |   |   | <b>Σαββάτο<br/>24-2-2024</b> |  |   | <b>Κυριακή<br/>25-2-2024</b> |   |   |
|------------------------------|---|--|-----------------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|--|---|------------------------------|---|---|
|                              | Φυσιολογία της Άσκησης                                | Προπονητική                                  |                             | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                 |                                | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                 |                              | Φυσιολογία της Άσκησης                       | Προπονητική                                 |                              | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                 |
| <b>09:00 – 11:00</b>         | <b>Ενημέρωση πρωτοετών</b>                            |  | 09:00 – 11:00               | <b>Φ102 (2<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ106 (2<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης   | 09:00 – 11:00                  | <b>Φ101 (4<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης |   | 09:00 – 11:00                | <b>Φ101 (6<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης    |   | 09:00 – 11:00                | <b>Φ102 (5<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη   | <b>Φ106 (5<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης   |
| 11:00 – 13:00                | <b>Φ101 (1<sup>η</sup>)</b><br>Κουρτέσης              |  | 11:00 – 13:00               | <b>Φ101 (2<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης |   | 11:00 – 13:00                  | <b>Φ104 (3<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης     | <b>Φ107 (3<sup>η</sup>)</b><br>Μιχαλοπούλου | 11:00 – 13:00                | <b>Φ102 (4<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | <b>Φ106 (4<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης   | 11:00 – 13:00                | <b>Φ104 (5<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης     | <b>Φ107 (5<sup>η</sup>)</b><br>Μιχαλοπούλου |
| <i>Διάλειμμα</i>             |   |  | <i>Διάλειμμα</i>            |   |   | <i>Διάλειμμα</i>               |   |   | <i>Διάλειμμα</i>             |  |   | <i>Διάλειμμα</i>             |   |   |
| 14:00 – 16:00                | <b>Φ102 (1<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης             | <b>Φ105 (1<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 14:00 – 16:00               | <b>Φ103 (2<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ105 (2<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη     | 14:00 – 16:00                  | <b>Φ102 (3<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ105 (3<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη     | 14:00 – 16:00                | <b>Φ104 (4<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης        | <b>Φ107 (4<sup>η</sup>)</b><br>Μιχαλοπούλου | 13:30 – 15:30                | <b>Φ103 (5<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης | <b>Φ105 (5<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη     |
| <i>Διάλειμμα</i>             |   |  | <i>Διάλειμμα</i>            |   |   | <i>Διάλειμμα</i>               |   |   | <i>Διάλειμμα</i>             |  |   |                              |   |   |
| 16:30 – 18:30                | <b>Φ103 (1<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος                | <b>Φ106 (1<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης    | 16:30 – 18:30               | <b>Φ104 (2<sup>η</sup>)</b><br>Τοκμακίδης | <b>Φ107 (2<sup>η</sup>)</b><br>Μιχαλοπούλου | 16:30 – 18:30                  | <b>Φ103 (3<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ106 (3<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης   | 16:30 – 18:30                | <b>Φ103 (4<sup>η</sup>)</b><br>Αγγελούσης    | <b>Φ105 (4<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη     |                              |   |   |
| <i>Διάλειμμα</i>             |   |  | <i>Διάλειμμα</i>            |   |   | <i>Διάλειμμα</i>               |   |   | <i>Διάλειμμα</i>             |  |   |                              |   |   |
| 19:00 – 21:00                | <b>Φ104 (1<sup>η</sup>)</b><br>Σπάσης<br>(Τοκμακίδης) | <b>Φ107 (1<sup>η</sup>)</b><br>Μιχαλοπούλου  | 19:00 – 21:00               | <b>Φ101 (3<sup>η</sup>)</b><br>Κουρτέσης  |   | 19:00 – 21:00                  | <b>Φ101 (5<sup>η</sup>)</b><br>Κουρτέσης  |   | 19:00 – 21:00                | <b>Φ101 (7<sup>η</sup>)</b><br>Κούλη         |   |                              |   |   |

**Εξ αποστάσεως (6<sup>η</sup> Διάλεξη)**

| <b>Δευτέρα<br/>4-3-2024</b> |   |   | <b>Τρίτη<br/>5-3-2024</b> |   |  | <b>Τετάρτη<br/>6-3-2024</b> |   |   |
|-----------------------------|---|---|---------------------------|---|--|-----------------------------|---|---|
|                             | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                             |                           | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                              |                             | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                 |
| 21:00 – 23:00               | <b>Φ102 (6<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ105 (6<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη | 21:00 – 23:00             | <b>Φ103 (6<sup>η</sup>)</b><br>Παραδείσης | <b>Φ106 (6<sup>η</sup>)</b><br>Γαρματζής | 21:00 – 23:00               | <b>Φ104 (6<sup>η</sup>)</b><br>Τοκμακίδης | <b>Φ107 (6<sup>η</sup>)</b><br>Μιχαλοπούλου |

### Εξ αποστάσεως ( 7<sup>η</sup> Διάλεξη)

| Δευτέρα<br>18-3-2024 |  |   | Τρίτη<br>19-3-2024 |   |  | Τετάρτη<br>20-3-2024 |  |                                       |
|----------------------|--|---|--------------------|---|--|----------------------|--|---------------------------------------|
|                      | Φυσιολογία της Άσκησης                 | Προπονητική                                 |                    | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                  |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                 | Προπονητική                           |
| 21:00 – 23:00        | <b>Φ104 (7<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | <b>Φ107 (7<sup>η</sup>)</b><br>Μιχαλοπούλου | 21:00 – 23:00      | <b>Φ102 (7<sup>η</sup>)</b><br>Δραγανίδης | <b>Φ105 (7<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | 21:00 – 23:00        | <b>Φ103 (7<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | <b>Φ106 (7<sup>η</sup>)</b><br>Γιάκας |

### Εξ αποστάσεως ( 8<sup>η</sup> Διάλεξη)

| Δευτέρα<br>1-4-2024 |  |  | Τρίτη<br>2-4-2024 |                                      |                                      | Τετάρτη<br>3-4-2024 |  |  |
|---------------------|--|--|-------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|---------------------|--|--|
|                     | Φυσιολογία της Άσκησης                 | Προπονητική                              |                   | Φυσιολογία της Άσκησης               | Προπονητική                          |                     | Φυσιολογία της Άσκησης                       | Προπονητική                            |
| 21:00 – 23:00       | <b>Φ103 (8<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | <b>Φ106 (8<sup>η</sup>)</b><br>Γιαννακού | 21:00 – 23:00     | <b>Φ104 (8<sup>η</sup>)</b><br>Δίπλα | <b>Φ107 (8<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου | 21:00 – 23:00       | <b>Φ102 (8<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | <b>Φ105 (8<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος |

### Εξ αποστάσεως ( 9<sup>η</sup> Διάλεξη)

| Δευτέρα<br>15-4-2024 |  |  | Τρίτη<br>16-4-2024 |  |                                       | Τετάρτη<br>17-4-2024 |   |                                      |
|----------------------|--|--|--------------------|--|---------------------------------------|----------------------|---|--------------------------------------|
|                      | Φυσιολογία της Άσκησης                       | Προπονητική                            |                    | Φυσιολογία της Άσκησης                 | Προπονητική                           |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                          |
| 21:00 – 23:00        | <b>Φ102 (9<sup>η</sup>)</b><br>Χατζηνικολάου | <b>Φ105 (9<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | 21:00 – 23:00      | <b>Φ103 (9<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος | <b>Φ106 (9<sup>η</sup>)</b><br>Γιάκας | 21:00 – 23:00        | <b>Φ104 (9<sup>η</sup>)</b><br>Ζαφειρίδης | <b>Φ107 (9<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου |

## 2<sup>ο</sup> τετραήμερο (Δια ζώσης)

| Δευτέρα<br>20-5-2024 |   |   | Τρίτη<br>21-5-2024 |   |  | Τετάρτη<br>22-5-2024 |  |   | Πέμπτη<br>23-5-2024 |  |   |
|----------------------|---|---|--------------------|---|--|----------------------|--|---|---------------------|--|---|
|                      | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                               |                    | Φυσιολογία της Άσκησης                    | Προπονητική                                |                      | Φυσιολογία της Άσκησης                     | Προπονητική                               |                     | Φυσιολογία της Άσκησης                     | Προπονητική                               |
|                      |   |   | 09:00 – 11:00      | <b>Φ101 (9<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης |  | 09:00 – 11:00        | <b>Φ102 (12<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη   | <b>Φ105 (12<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος   | 09:00 – 11:00       | <b>Φ101 (13<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης |   |
| 11:00 – 13:00        | <b>Φ101 (8<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης |   | 11:00 – 13:00      | <b>Φ103 (11<sup>η</sup>)</b><br>Τερζής    | <b>Φ107 (11<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου      | 11:00 – 13:00        | <b>Φ101 (11<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης |   | 11:00 – 13:00       | <b>Φ103 (13<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ106 (13<sup>η</sup>)</b><br>Γιαννακού |
| Διάλειμμα            |   |   | Διάλειμμα          |   |  | Διάλειμμα            |  |   | Διάλειμμα           |  |   |
| 14:00 – 16:00        | <b>Φ102 (10<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη  | <b>Φ105 (10<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος   | 14:00 – 16:00      | <b>Φ101 (10<sup>η</sup>)</b><br>Κούλη     |  | 14:00 – 16:00        | <b>Φ103 (12<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | <b>Φ106 (12<sup>η</sup>)</b><br>Γιαννακού | 13:30 – 15:30       | <b>Φ104 (13<sup>η</sup>)</b><br>Σπύσης     | <b>Φ107 (13<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου     |
| Διάλειμμα            |   |   | Διάλειμμα          |   |  | Διάλειμμα            |  |   | 15:30 – 17:30       | <b>Φ102 (13<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη   | <b>Φ105 (13<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος   |
| 16:30 – 18:30        | <b>Φ103 (10<sup>η</sup>)</b><br>Τερζής    | <b>Φ106 (10<sup>η</sup>)</b><br>Γιαννακού | 16:30 – 18:30      | <b>Φ102 (11<sup>η</sup>)</b><br>Αυλωνίτη  | <b>Φ105 (11<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος    | 16:30 – 18:30        | <b>Φ104 (12<sup>η</sup>)</b><br>Δίπλα      | <b>Φ107 (12<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου     |                     |  |   |
| Διάλειμμα            |   |   | Διάλειμμα          |   |  | Διάλειμμα            |  |   |                     |  |   |
| 19:00 – 21:00        | <b>Φ104 (10<sup>η</sup>)</b><br>Σμήλιος   | <b>Φ107 (10<sup>η</sup>)</b><br>Ζέτου     | 19:00 – 21:00      | <b>Φ104 (11<sup>η</sup>)</b><br>Δίπλα     | <b>Φ106 (11<sup>η</sup>)</b><br>Γιαρματζής | 19:00 – 21:00        | <b>Φ101 (12<sup>η</sup>)</b><br>Γούργουλης |   |                     |  |   |

**Εξεταστική περίοδος Ιουνίου 2024: 15 – 30 Ιουνίου Εξ αποστάσεως** (Θα ανακοινωθεί αναλυτικό πρόγραμμα εξετάσεων)

**Εξεταστική περίοδος Σεπτεμβρίου 2024: 15 - 30 Σεπτεμβρίου Εξ αποστάσεως** (Θα ανακοινωθεί αναλυτικό πρόγραμμα εξετάσεων)