Η **Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού** (ΣΕΦΑΑ) του **ΕΚΠΑ** και η **Ελληνική Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης** (ΕΟΠΕ), σε συνεργασία με τον **Σύνδεσμο Ελλήνων Προπονητών Πετοσφαίρισης** (ΣΕΠΠΕ) και τον **Σύλλογο Φίλων Ελληνικών Εθνικών Ομάδων Πετοσφαίρισης** (ΣΦΕΕΟΠ)**,** και την ευγενική υποστήριξη του **Δήμου Ηλιούπολης**, διοργανώνουν διημερίδα Πετοσφαίρισης με τίτλο **«Στοιχεία προπονητικής στην πετοσφαίριση: Από τη Θεωρία στη Δημιουργική Πρακτική»**.

Η διοργάνωση φιλοδοξεί να αποτελέσει ένα σημείο επιστημονικής επικοινωνίας και ανταλλαγής γνώσεων με στόχο την επιμόρφωση προπονητών, ΚΦΑ και φοιτητών-τριών ΣΕΦΑΑ. Μέσα από τη σύνδεση θεωρίας και πράξης, θα παρουσιαστούν σύγχρονα ερευνητικά δεδομένα και θα αναδειχθούν καλές πρακτικές στο βόλεϊ και τον αθλητισμό.

Πρόγραμμα

- **Σάββατο 03/10/2026 (10:00-14:00): Μεγάλο Αμφιθέατρο ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ**

Εθν. Αντιστάσεως 41, Δάφνη Αττικής 172 37

09.30-09.50	Άφιξη
10.00-10.55	Α. Τσούκος: «ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΜΥΪΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΚΑΙ ΙΣΧΥΟΣ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ: Από τη μέτρηση στις προπονητικές αποφάσεις»
11.00-11.40	Μ. Ψυχουντάκη: «Ηγεσία και Συνοχή ομάδων Πετοσφαίρισης»
11.45-12.00	Ερωτήσεις προς τους ομιλητές
12.00-12.15	Διάλειμμα
12.15-12.55	Ιόλη Πανίδη: «Ανάπτυξη, Ωρίμανση & Απόδοση σε Αθλητές Πετοσφαίρισης: Μυϊκές Προσαρμογές»
13.00-13.40	Δημήτριος Μανδαλίδης: «Μυϊκές ανισορροπίες και σκελετικές ασυμμετρίες: Οι βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες επιπτώσεις τους στην αθλητική απόδοση»
13.45-14.00	Ερωτήσεις προς τους ομιλητές

- **Κυριακή 04/10/2026 (10:00 - 14:00): Κλειστό Δήμου Ηλιούπολης "Δ. Κωστάκης"**

  Εθνάρχου Μακαρίου 3, Ηρώς Κωνσταντοπούλου, Ηλιούπολη

09.30-09.50	Άφιξη
10.00-11.30	Marcello Abbondanza: «Το τρίγωνο του πόντου: Θεωρητική προσέγγιση»
11.30-11.45	Διάλειμμα
11.45-13.30	Marcello Abbondanza: «Το τρίγωνο του πόντου: Πρακτική εφαρμογή»
13.30-14.00	Ερωτήσεις προς τον ομιλητή

Πληροφορίες Συμμετοχής:

- **ΣΕΠΠΕ, ΑΝΔΡΕΑ ΚΑΛΒΟΥ 75 Ν. ΙΩΝΙΑ, ΤΗΛ.ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: 2109218936, e-mail: info@seppe.com.gr**
- Η Διημερίδα θα μεταδοθεί και σε livestreaming

  Η συμμετοχή είναι **δωρεάν** για τη διαζώσης παρακολούθηση. Παρακολούθηση μέσω **livestreaming 20 ευρώ**
- Θα χορηγηθούν **βεβαιώσεις συμμετοχής**
- Οι εγγραφές πραγματοποιούνται **έως 30/09/2026** στον παρακάτω σύνδεσμο: **https://forms.gle/yVa7wgCyWC7KKype7**

Κεντρικοί ομιλητές

Οι ομιλητές που θα πλαισιώσουν τις εργασίες της διημερίδας είναι:

Η **Μαρία Ψυχουντάκη** είναι Καθηγήτρια στη ΣΕΦΑΑ του ΕΚΠΑ. Το διδακτικό και ερευνητικό της έργο εστιάζει στα αντικείμενα της Αθλητικής και Αναπτυξιακής Ψυχολογίας και της Άσκησης & Ψυχικής Υγείας. Ως αθλητική ψυχολόγος - στο πλαίσιο της ψυχολογικής προετοιμασίας των αθλητών ξεκίνησε το 1989. Από τότε μέχρι σήμερα έχει συνεργαστεί με Αθλητικές Ομοσπονδίες και Συλλόγους από την Ελλάδα, την Ολυμπιακή και Παρα-Ολυμπιακή Επιτροπή της Κύπρου και αθλητές από το εξωτερικό. Για 10 χρόνια (2006-2017) υπήρξε αθλητική ψυχολόγος στην Ακαδημία ποδοσφαίρου της ΠΑΕ Παναθηναϊκός όπου δημιούργησε ένα πρόγραμμα ψυχολογικής εκπαίδευσης - προετοιμασίας των νεαρών παικτών, συμπεριλαμβάνοντας όλους τους εμπλεκόμενους: Διευθυντή Ακαδημίας, Προπονητές, Αθλητές και Γονείς. Επίσης, από το 2026 ξεκίνησε συνεργασία με την Ακαδημία ποδοσφαίρου της ΠΑΕ ΑΕΚ. Είναι μέλος επιστημονικών φορέων στο πεδίο της Ψυχολογίας και της Αθλητικής Ψυχολογίας. Υπήρξε Γραμματέας και Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας και Αντιπρόεδρος της Ευρωπαϊκής Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας (FEPSAC).

Ο **Marcello Abbondanza** είναι Ιταλός προπονητής πετοσφαίρισης και νυν ομοσπονδιακός τεχνικός της Εθνικής γυναικών της Βουλγαρίας. Από το 2002 έχει εργαστεί ως προπονητής σε κορυφαίες Ευρωπαϊκές ομάδες με τις οποίες έχει κατακτήσει σημαντικές διακρίσεις. Ως προπονητής εθνικών ομάδων έχει εργαστεί στη Βουλγαρία (2011-14), τον Καναδά (2017-18) και την Ελλάδα (2022).

Ο **Δημήτριος Μανδαλίδης** είναι Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας στο ΤΕΦΑΑ του ΕΚΠΑ. Είναι πτυχιούχος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού και Φυσικοθεραπείας, κάτοχος μεταπτυχιακών τίτλων στην Αθλητιατρική και τη Στατιστική, καθώς και διδακτορικού διπλώματος από το Trinity College του Πανεπιστημίου του Δουβλίνου. Από το 2013 διδάσκει σε προπτυχιακό και μεταπτυχιακό επίπεδο στο ΤΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ. Είναι Διευθυντής του Εργαστηρίου Αθλητικής Φυσικοθεραπείας και, από το 2022, του ΠΜΣ «Βιολογία της Άσκησης». Διαθέτει εκτεταμένο ερευνητικό και συγγραφικό έργο, με πολυάριθμες δημοσιεύσεις σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά, με κύρια ερευνητικά ενδιαφέροντα την αθλητική φυσικοθεραπεία, τη μυοσκελετική λειτουργία, την ανθρώπινη κίνηση και την αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων.

Ο **Αθανάσιος Τσούκος** είναι Επίκουρος Καθηγητής Προπονητικής της ΣΕΦΑΑ του ΕΚΠΑ, με ειδίκευση στα άλματα, και κάτοχος διδακτορικού και μεταδιδακτορικής έρευνας στην Προπονητική. Η ερευνητική του δραστηριότητα επικεντρώνεται στη μυϊκή δύναμη και ισχύ, στη νευρομυϊκή απόδοση, στην κόπωση, στην προπόνηση βάσει της ταχύτητας μετακίνησης των φορτίων και στην αξιολόγηση της αθλητικής απόδοσης. Έχει διατελέσει προπονητής φυσικής κατάστασης της Εθνικής Ομάδας Πετοσφαίρισης Ανδρών, καθώς και προπονητής φυσικής κατάστασης και υπεύθυνος αξιολόγησης σε ομάδες της Α1 Εθνικής Κατηγορίας Πετοσφαίρισης.

Η **Ιόλη Πανίδη** είναι διδάκτωρ της ΣΕΦΑΑ του ΕΚΠΑ, με ερευνητικό αντικείμενο τη μυϊκή λειτουργία και αρχιτεκτονική. Το επιστημονικό της ενδιαφέρον εστιάζει στις μορφολογικές και λειτουργικές προσαρμογές του μυοτενόντιου συνόλου ως απόκριση σε ερεθίσματα διάτασης κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης. Έχει δημοσιεύσει περισσότερες από 20 επιστημονικές εργασίες σε ελληνικά και διεθνή περιοδικά και έχει συμμετάσχει σε περισσότερες από 40 ανακοινώσεις σε επιστημονικά συνέδρια. Διαθέτει πολυετή εμπειρία στον αγωνιστικό αθλητισμό και στην προπονητική της πετοσφαίρισης, επιδιώκοντας μέσα από το έργο της τη σύνδεση της επιστημονικής γνώσης με την εφαρμοσμένη άσκηση και την αθλητική πράξη.

Οργανωτική Επιτροπή

Εμμανουήλ Ζαχαράκης, Καθηγητής ΣΕΦΑΑ
Κωνσταντίνος Σωτηρόπουλος, Αν. Καθηγητής ΣΕΦΑΑ
Περικλής Μπακοδήμος, Εκτελεστικός Δ/ντής ΕΟΠΕ
Άρης Αγγελόπουλος, Πρόεδρος ΣΕΠΠΕ
Ιωάννης Στουραΐτης, Γενικός Συντονιστής ΣΦΕΕΟΠ
Ευγενία Γκορτσίλα, ΕΕΠ ΣΕΦΑΑ