

### **Γεώργιος Πομάσκι B.Sc.**

Προπονητής στίβου παγκόσμιας κλάσης με περισσότερα από 30 χρόνια εμπειρίας. Έχει κερδίσει περισσότερα από 28 μετάλλια συνολικά, για την Ελλάδα ( χρυσό μετάλλιο στο Άλμα Απλούν, Τόκιο 2021 8,41 μέτρα) με περισσότερους από 31 αθλητές -γυναίκες και άνδρες- σε μεγάλα παγκόσμια πρωταθλήματα εσωτερικού και εξωτερικού χώρου (Ολυμπιακοί Αγώνες, Παγκόσμια Πρωταθλήματα, Ευρωπαϊκά Πρωταθλήματα, Diamond League). Διεθνή και εθνικά ΜΜΕ τον έχουν χαρακτηρίσει ως Βασιλιά του Στίβου και έχει τιμηθεί με το βραβείο "Καλύτερος προπονητής της χρονιάς" από την Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Κλασικού Αθλητισμού το 2017. Ο Γεώργιος γεννήθηκε στη Βουλγαρία και σπούδασε σε εξειδικευμένη αθλητική σχολή μέχρι το 1979. Στην ηλικία των 12 ετών ξεκίνησε ως αθλητής στο άλμα εις ύψος και σε ηλικία 17 ετών μεταφέρθηκε στο τριπλούν. Από το 1978 έως το 1988 ήταν ενεργός αθλητής του άλματος εις τριπλούν στην ομάδα της Βουλγαρίας με ρεκόρ 17.03

Επί του παρόντος είναι επικεφαλής των προπονητών του S.E.G.A.S. Ελληνική Ομοσπονδία Στίβου (1992 – σήμερα). Υπεύθυνος Προπόνησης ταλαντούχων αθλητών που διαπρέπουν στο άθλημά τους (άλμα εις μήκος, άλμα τριπλό, άλμα εις ύψος) και τους προετοιμάζει για αθλητική συμμετοχή σε διεθνές επίπεδο . Για κάθε αθλητή σχεδιάζει εξατομικευμένο πρόγραμμα προπόνησης, στοχεύοντας στη βελτίωση της τεχνικής και ψυχολογικής προετοιμασίας. ο Γεώργιος Πομάσκι έχει ενεργή συμμετοχή σε έξι ( 6) Ολυμπιάδες.

### **Παναγιώτης Καρμίρης B.Sc, M.Sc.**

Είναι κάτοχος πτυχίου (B.Sc.) από το Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο στο Τμήμα Εφαρμοσμένων Μαθηματικών και Φυσικής και μεταπτυχιακού (M.Sc.) στην Πυρηνική Φυσική. Κάτοχος πτυχίου MMA προπονητικής, από τον Αμερικανικό Οργανισμό, Άσκησης και Αθλητισμού (ΗΠΑ) (2020). Πτυχίο Κοινωνικής Διαχείρισης από το Πανεπιστήμιο Northwestern των USA (2014). Κάτοχος πτυχίου προπονητή Παγκρατίου (2013, 2016) και προπονητής Kettlebell (2014) από την Ελληνική Γενική Γραμματεία Αθλητισμού. Έχει πιστοποιηθεί στην Οργάνωση Αθλητικών δραστηριοτήτων Επιπέδου 1 από τον Αμερικανικό Οργανισμό, Άσκησης και Αθλητισμού (ΗΠΑ) (2012). Πιστοποίηση Διεθνούς Διαιτητή (Ελλανοδίκης) από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Αθλημάτων Παγκρατίου (2008), καθώς και Πιστοποίηση Προπονητή Αυτοάμυνας για Ολοκληρωμένη Εκπαίδευση Combative Arts ( ICAT) (2003 - 2011)

Είναι ιδρυτής - ιδιοκτήτης αθλητικού κέντρου (FIGHT BOX), συνιδιοκτήτης και υπεύθυνος εκδηλώσεων σε αθλητικές εκδηλώσεις Μαχητικών Τεχνών ενώ διετέλεσε υπεύθυνος εκδηλώσεων για τα Εθνικά Πρωταθλήματα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Παγκρατίου (2013 – 2018). Υπεύθυνος εκδηλώσεων στο Παιδικό Πρωτάθλημα Παιδιών για την Ελληνική Ομοσπονδία Jiu Jitsu και προπονητής Εθνικής Ομάδας Παγκρατίου «Πλήρης Αγών». (2004-2012). Πρωταθλητής Ελλάδος κατακτώντας την 2η θέση στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Παγκρατίου Αθλήματος στο Ταλίν της Εσθονίας(2011). Επαγγελματίας μαχητής MMA Ηνωμένου Βασιλείου CFC & UWC (2004-2010).

### **Στέλιος Πούλος B.Sc., M.Sc.**

Είναι κάτοχος πτυχίου B. Sc. στη Φυσική Αγωγή από τη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, καθώς και, M. Sc. στο Coaching από τη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Αθηνών. Προς το παρόν, είναι υποψήφιος διδάκτωρ στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών. Είναι διαπιστευμένος από το A.C.S.M (Αμερικανικό Κολλέγιο Αθλητικής Ιατρικής) ΗΠΑ και κατέχει άδεια προπονητή ποδοσφαίρου UEFA A '.

Ιδρυτής και Διευθύνων Σύμβουλος του Exercise Physiology Lab ERGOFIT (Αθήνα & Πάτρα) από το 2010. Σήμερα εργάζεται ως Εργοφυσιολόγος στο Μαιευτήριο REA και βοηθός καθηγητής στο Πανεπιστήμιο Αθηνών (Φυσιολογία άσκησης στο ποδόσφαιρο). Είναι συνεργάτης στην ελληνική ομοσπονδία Ποδοσφαίρου. Συμμετέχει σε προπονήσεις και πρακτικές αθλητικής αξιολόγησης, με διαλέξεις και παραδόσεις σεμιναρίων στην Φυσιολογία Άσκησης (1992-1998). Εκπαιδευτής & υπεύθυνος γυμναστικής του club NAUTILUS - ELMEC SPORT. Διετέλεσε Προπονητής στην Ποδοσφαιρική ομάδα (SUPER LEAGUE) EGALEO F.C. (2003-2006) και σε δέκα (10) διαφορετικές ομάδες ως προπονητής ποδοσφαίρου 2ης Εθνικής κατηγορίας.

**Dr. Άννα Παπαγεωργίου B. Sc. Ph.D.**

Πτυχιούχος (B. Sc.) Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του ΕΚΠΑ . Πτυχιούχος (B. Sc.) Επιστήμης Κλινικής Διαιτολογίας και Διατροφής του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου. Αριστούχος Διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ.

Ερευνήτρια Γ' βαθμίδας στο Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Υγείας Μητέρας-Παιδιού και Ιατρικής Ακριβείας στα εξής πεδία εξειδίκευσης: παιδική παχυσαρκία, μεταβολισμός, προαγωγή της υγείας, τον τρόπο ζωής και πρόληψη στα χρόνια νοσήματα.

Η Δρ. Άννα Παπαγεωργίου είναι ιδρύτρια και υπεύθυνη σχεδιασμού προγραμμάτων προαγωγής της Υγείας στο Κέντρο “**Ευρωστία**”, παρέχοντας υπηρεσίες σε ενήλικες, παιδιά και αθλητές. Υπεύθυνη κλινική Διαιτολόγος στο Κέντρο Ελέγχου βάρους παιδιών/ εφήβων της παιδιατρικής κλινικής «Μητέρα» . Διετέλεσε Επιστημονική συνεργάτης του Νοσοκομείου Παιδών “Αγία Σοφία” (Ιατρική Σχολή Αθηνών καινοτομώντας, με την λειτουργία του πρώτου κατασκηνωτικού προγράμματος για παχύσαρκα παιδιά στην Ελλάδα. Επιστημονική υπεύθυνη σε Ευρωπαϊκά προγράμματα (Erasmussport), ενώ διετέλεσε Εθνική εκπρόσωπος του Υπουργείου Υγείας στην Ευρωπαϊκή πλατφόρμα Διατροφής και Άσκησης (High Level Group on Nutrition and Physical Activity, DG-SANCO) Διατροφολόγος αθλητών υψηλού επιπέδου σε επαγγελματικές και Εθνικές ομάδες. Αθλήτρια κλασσικού αθλητισμού για 14 συναπτά έτη . Υπεύθυνη σχεδιασμού υπηρεσιών διατροφής στους Ολυμπιακούς και Παραολυμπιακούς Αγώνες “ΑΘΗΝΑ 2004” .Με διδακτική εμπειρία στην Ιατρική Σχολή Αθηνών (Μεταπτυχιακό πρόγραμμα “έλεγχος του στρες και προαγωγή της υγείας”) και Ιδιωτικά Κολλέγια. Επί του παρόντος διατελεί Γενική Γραμματέας στο Ελληνικό Κολλέγιο Τρόπου Ζωής και Υγείας.

Έχει εργαστεί ως διατροφολόγος- διαιτολόγος για υψηλού επιπέδου αθλητές σε πολλές επαγγελματικές ομάδες αντισφαίρισης (Ολυμπιακός, Ηλυσιακός, Πανελλήνιος) καθώς και σε εθνικές ομάδες (Εθνική ομάδα Ανσάμπλ Ρυθμικής γυμναστικής, Εθνική ομάδα ποδηλασίας, Εθνική ομάδα Handball). Η Άννα έχει επίσης εργαστεί ως επικεφαλής έργου σχεδιασμού τροφοδοσίας και παροχής υπηρεσιών διατροφής στους Ολυμπιακούς και Παραολυμπιακούς αγώνες Αθήνα 2004. Διετέλεσε σύμβουλος διατροφής του Ολυμπιακού Σταδίου, σχεδιάζοντας τα προγράμματα διατροφής των αθλητών καθώς και το επίσημο δείπνο των τελετών έναρξης και λήξης των ολυμπιακών αγώνων

**Δρ Βαβέτσης Γεώργιος B.Sc., M.Sc.,Ph.D.**

Ο Δρ. Βαβέτσης είναι κάτοχος διδακτορικού (PhD) και πτυχίου σπουδών στους τομείς της Βιοχημείας, της Άσκησης και της Φυσιολογίας της Κλινικής Άσκησης από την Ιατρική Σχολή Αθηνών. Μεταπτυχιακό (MSc) στο Α.Υ.Ε.Β Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών (Τμήμα Στατιστικής), Μεταπτυχιακό στην Επιστήμη Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού στο Πανεπιστήμιο Αθηνών και εξειδικευμένο στο Βόλει. Είναι επίσης κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου στη Φυσικοθεραπεία. Είναι πιστοποιημένος από: Την NASM Εθνική Ακαδημία Αθλητικής Ιατρικής (CPT-PES-CES)

Την NSCA – Πιστοποιημένος από τον Οργανισμό Ανάπτυξης Μυϊκής Δύναμης και Φυσικής Κατάστασης (CSCS)

Το A.C.S.M. Πιστοποιημένος- Φυσιολόγος Κλινικής Άσκησης

Πιστοποίηση Nautilus - Επίπεδο I & II

Με προπονητική εμπειρία σε αθλητές υψηλού επιπέδου σε πολλά διαφορετικά αθλήματα και χώρες (Ελλάδα, Ρωσία, Τουρκία, Ελβετία) και επίτευξη 35 πρωταθλημάτων, συμπεριλαμβανομένων και Εθνικών ομάδων (βόλει, χάντμπολ, μπάσκετ, ποδόσφαιρο, μπιτς βόλει). Εξειδίκευση σε προγράμματα Φυσικής Κατάστασης για επαγγελματίες αθλητές και μεγάλη εμπειρία στην επανένταξη αθλητών σε ενεργό δράση, μετά από αποκατάσταση, και εφαρμογή και ανάπτυξη προπονητικών προγραμμάτων για διάφορες ειδικότητες αθλητών. Εξειδίκευση στην εφαρμογή και το σχεδιασμό προγραμμάτων για την ανάπτυξη μυϊκής δύναμης και ισχύος, ταχύτητας, δεξιοτήτων, ευελιξίας και άλλων παραμέτρων γεφυρώνοντας το χάσμα μεταξύ θεωρίας και πρακτικής προπόνησης για αθλητές υψηλού επιπέδου. Εφαρμογή καινοτόμων μεθόδων προπόνησης και ταυτόχρονα βελτίωση της απόδοσής τους, με ειδικά προγράμματα για την προστασία των αθλητών από τραυματισμούς.

#### **Dr. Κωνσταντίνος Ν. Παύλου Sc.D., FAAKPE**

Ο Dr. Παύλου ολοκλήρωσε τις Πανεπιστημιακές του σπουδές στις ΗΠΑ (1970-1982) με βασικές σπουδές στις επιστήμες του Αθλητισμού, και μεταπτυχιακές εξειδικεύσεις στην Εργοφυσιολογία-Προπονητική, στην Κλινική και Αθλητική Διατροφή, στην οργάνωση και διοίκηση Ακαδημαϊκών-Ερευνητικών Οργανισμών και την παράλληλη ενασχόλησή του με την ερευνητική διαδικασία στους ως άνω τομείς. Διετέλεσε υπεύθυνος Τομέα Ερευνών και Εφαρμογών, στο **Εθνικό Κέντρο Αθλητικών Ερευνών (ΕΚΑΕ)** του Ολυμπιακού Αθλητικού Κέντρου Αθηνών (**ΟΑΚΑ**) (1986-2011) με παράλληλη Ακαδημαϊκή ενασχόληση ως επισκέπτης καθηγητής, στο Αγγλικό Πανεπιστήμιο του **“University of North Umbria at New Castle UK”**. Πριν την επιστροφή του στην Ελλάδα, κατείχε Ακαδημαϊκές-Ερευνητικές θέσεις σε ανώτατα Αμερικανικά Εκπαιδευτικά Ιδρύματα όπως το **‘Unity College’** (1975-77), **“University of Maine at Orono”** (1976-78), **“Boston University Medical School”** (1981-83 και **“Harvard Medical School”** (1982-86).

Στην Ελλάδα, συνιδρυτής και πρόεδρος του πρώτου **“Ιδιωτικού Κολλεγίου Αθλητικών Επιστημών”** (1990-2011), πρωτοπορώντας, καινοτόμησε εισάγοντας στην εκπαίδευση την ειδικότητα της «Οργάνωσης και Διοίκησης Αθλητισμού» στην Ελλάδα (Πρόγραμμα ERASMUS). Συνιδρυτής και πρώτος Ακαδημαϊκός Πρύτανης του **“Hellenic American University”** (2004-2006), ενώ Προέδρευσε στις οργανωτικές προσπάθειες δημιουργίας των **“ΤΕΦΑΑ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας”** (1986) και του **“Χαροκοπίου Πανεπιστημίου Αθηνών”** (1992). Το 1999 εξελέγη ομοφώνως δια βίου μέλος της **“Αμερικανικής Ακαδημίας Επιστημών” FAAKPE**, στην οποία συμμετέχουν 150 επίλεκτοι επιστήμονες Παγκοσμίως.

Συγγραφέας επτά βιβλίων-πρακτικών Συνεδρίων, στην ελληνική (3) και στην αγγλική (4) γλώσσα, ενώ δημοσίευσε πρωτοπόρα ερευνητικά δεδομένα στη ελληνική και αγγλική γλώσσα. Διετέλεσε Αθλητής Υψηλού επιπέδου στο Ποδόσφαιρο ( Νίκη Βόλου Α΄ Εθνική) Κωπηλασία (Ναυτικός Όμιλος Βόλου), Στίβου (Γ.Σ.Βόλου). Διετέλεσε κατά διαστήματα προπονητής πανεπιστημιακού επιπέδου (Ποδόσφαιρο, Καλαθοσφαίριση και μεγάλων αποστάσεων) στις ΗΠΑ. Εκτός της ενασχόλησης του, προσφέροντας τις υπηρεσίες του στο ΕΚΑΕ στους αθλητές/τριες όλων των Εθνικών και επαγγελματικών Ελληνικών Ομάδων, κατά διαστήματα, διετέλεσε επιστημονικός συνεργάτης στις κάτωθι ομοσπονδίες: Κολυμβητική Ομοσπονδία (1986-1990), Ομοσπονδία Καλαθοσφαίρισης ( 1986-1990), Κωπηλατική

Ομοσπονδία (1986-1997) ΣΕΓΑΣ (1987-1998), Άρση Βαρών (1988-2003) και Πάλης (1987-2000).

Με εντολή του Υπουργείου Παιδείας και του Εθνικού Συμβουλίου Έρευνας και Τεχνολογίας (ΕΣΕΤ) (2011), επικεφαλής τριμελών επιτροπών (ένας Έλληνας + δύο ξένοι) του ανατέθει η αξιολόγηση των τεσσάρων Ερευνητικών Κέντρων τα οποία αποτελούν προέκταση του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, ενώ παράλληλα συμμετείχε και στην **“Εθνική Επιτροπή Διατροφής και Άθλησης”** του Υπουργείου Υγείας. .

Επί του παρόντος, είναι μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Ομοσπονδίας Παγκρατίου Αθλήματος και υπεύθυνος Επιστημονικής επιτροπής, με στόχο, το Παγκράτιο Άθλημα να λάβει την θέση που του αξίζει στο παγκόσμιο αθλητικό στερέωμα.

### **Πύρρος Δήμας**

Η αναγνώριση που ήρθε με την επιτυχία μου στους Ολυμπιακούς Αγώνες, με έκανε να συνειδητοποιήσω τον κοινωνικό μου ρόλο. Όταν τα μικρά παιδιά σε βλέπουν ως πρότυπο είναι δύσκολο να μην το ξανασκεφτείς ή τουλάχιστον να σκεφτείς περισσότερο πώς ζεις τη ζωή σου, σε τι πιστεύεις κ.λπ. ρόλο, με όλες τις ευθύνες που συνοδεύουν.

Το έκανα ακόμη περισσότερο μετά το τέλος της καριέρας μου στην άρση βαρών. Τότε τα πράγματα έγιναν λίγο πιο περίπλοκα. Το άθλημά μου περνούσε δύσκολες στιγμές στην Ελλάδα, οπότε έπρεπε να ενταθώ και να το βγάλω από την κρίση. Το 2008 έγινα Πρόεδρος της Ελληνικής Ομοσπονδίας Άρσης Βαρών. Το ίδιο ένιωσα όταν έβαλα υποψηφιότητα για τη Βουλή το 2012, όταν η Ελλάδα βρισκόταν βαθιά σε μια οικονομική κρίση, η οποία δεν φαινόταν να τελειώνει. Σκέφτηκα ότι όταν οι άνθρωποι που αγαπάτε δυσκολεύονται είναι δική σας ευθύνη να δείξετε ότι είστε εκεί για αυτούς, Αργότερα, μπήκα στο Συμβούλιο της Διεθνούς Ομοσπονδίας Άρσης Βαρών (IWF). Πιο πρόσφατα, αποδέχτηκα τα καθήκοντα του Τεχνικού Διευθυντή και του Προπονητή της Εθνικής ομάδας Άρσης Βαρών των ΗΠΑ και τιμήθηκα και εκλέχτηκα μέλος της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής.

Τον περασμένο Δεκέμβριο στο Διεθνές Φόρουμ Ειρήνης και Αθλητισμού, έκανα ένα επιπλέον βήμα με το να γίνω Πρωταθλητής Ειρήνης και Αθλητισμού για την Ειρήνη. Έδειξα τη λευκή κάρτα για να σηματοδοτήσω τη δέσμευσή μου για την ειρήνη μέσω του αθλητισμού. Αισθάνομαι τεράστια υπερηφάνεια που βλέπω ότι ακόμη και στην τρέχουσα κρίση, τόσοι πολλοί άνθρωποι βγάζουν φωτογραφίες τους κρατώντας λευκές κάρτες και τις μοιράζονται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης στο πλαίσιο της Διεθνούς Ημέρας Αθλητισμού για την Ανάπτυξη και την Ειρήνη που γιορτάζεται στις 6 Απριλίου.

Σήμερα, δεσμεύομαι να δώσω συγκεκριμένο προσανατολισμό στη δράση μου. Θέλω να ενισχύσω το έργο του ιδρύματός μου, του «Διεθνούς Ινστιτούτου Αθλητισμού ΠΥΡΡΟΣ ΔΗΜΑΣ», το οποίο δημιουργήθηκε με την ελπίδα ανάπτυξης και προώθησης του αθλητισμού μέσω δραστηριοτήτων με κοινωνική διάσταση. Υλοποιεί έργα που χρησιμοποιούν τον αθλητισμό για την εκπαίδευση και επιπλέον υποστηρίζει αθλητές άρσης βαρών. Αλλά θα ήθελα να προχωρήσω παραπέρα. Θα ήθελα να επεκτείνω τις δράσεις του Ινστιτούτου σε διεθνές επίπεδο και στην εκπαίδευση..

Νιώθω τιμή που συμμετέχω στο ακαδημαϊκό πρόγραμμα «Sports Sciences and coaching», που προσφέρεται στο NYC Athens Greece, σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Bolton, υπό την ακαδημαϊκή καθοδήγηση του πρώην επιστημονικού Συνεργάτη της ελληνικής ομοσπονδίας άρσης βαρών, καθηγητή . Κωνσταντίνου Παύλου και συμβάλω στην περαιτέρω ανάπτυξη της άρσης βαρών καθώς και των προγραμμάτων ενδυνάμωσης και σωματικής δραστηριότητας στην Ελλάδα, εμπνέοντας τους Έλληνες μαθητές να εμπλακούν περισσότερο σε προγράμματα που σχετίζονται με τον αθλητισμό και την άσκηση,

αποκτώντας τις κατάλληλες δεξιότητες και τεχνογνωσία που χρειάζονται περισσότερο από ποτέ σήμερα, μέσω των προγραμμάτων του New York Collage.

### **Ιωάννα Δρανδάκη B. Sc.**

Πτυχιούχος Τ.Ε.Φ.Α.Α Σερρών με ειδικότητα Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική.  
Πιστοποιημένη δασκάλα Yoga , E-RYT 500, YACEP® από τον παγκόσμιο οργανισμό πιστοποίησης δασκάλων Yoga Alliance  
Πιστοποιημένη από τον Οργανισμό AFAA ως καθηγήτρια Ομαδικών Προγραμμάτων Άσκησης.  
Υποψήφια του Μεταπτυχιακού τίτλου Σπουδών με τίτλο: “Διαχείριση Γήρανσης και Χρόνιων Νοσημάτων” (ΓΧΝ) στο Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.  
Υποψήφια του Μεταπτυχιακού τίτλου Σπουδών με τίτλο: “Υγιεινή και Ασφάλεια της Εργασίας” στο Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Ιατρικής.  
Πιστοποιημένη δασκάλα Usui Shyky Ryoho, Reiki, επίπεδα 1&2.  
Βασική καθηγήτρια σε ιδιωτικές σχολές Fitness από το 1997.  
Εισηγήτρια σε πανελλήνια συνέδρια από το 1997.  
Έχει διατελέσει διευθυντικό στέλεχος σε μεγάλα ιδιωτικά γυμναστήρια της Αθήνας τα τελευταία 15 χρόνια.  
Υπεύθυνη διπλώματος Yoga Alliance 200 & 300 του εκπαιδευτικού οργανισμού Studio One και βασική καθηγήτρια  
Υπεύθυνη οργάνωσης του εκπαιδευτικού οργανισμού “Studio One”

### **Οικονόμου Φίλιππος B.Sc. M.Sc.**

Είναι κάτοχος πτυχίου B.Sc. από το Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τμήμα Φυσικής Αγωγής. Αθήνα (1985-1989) και B.Sc. Από το Κολλέγιο Deere , (Πανεπιστήμιο της Βοστώνης), στη Διοίκηση Επιχειρήσεων. Είναι Ph.D. Υποψήφιος Sporthochschule Κολωνία, στο Ινστιτούτο Ιστορίας Αθλητισμού. Και δίπλωμα προπονητή ποδηλασίας, από την Trainer Akademie Cologne (1991-92) της Γερμανικής Αθλητικής Ομοσπονδίας. Συμμετέχει ενεργά ως λέκτορας σε ιστορικά και κοινωνικά θέματα για αθλητικά γεγονότα, από την αρχαιότητα έως σήμερα, καθώς αυτά σχετίζονται με τις κοινωνικοοικονομικές και πολιτιστικές επιρροές. Συμμετέχει σε προγράμματα ERASMUS σχετικά με τα σπορ στην Ευρώπη. Σήμερα υπηρετεί ως ταμίας του «Πανελληνίου Συνδέσμου Προπονητών» (ΠΟΠΑ).

### **Δρ Πάτσου Ευφροσύνη B.Sc. M.Sc. Ph.D.**

Είναι κάτοχος διδακτορικού διπλώματος στην Ψυχολογία , Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών & Πολιτικών Επιστημών- Αθήνα, Τμήμα Ψυχολογίας (2020). Μεταπτυχιακό στην Αθλητική Ψυχολογία, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τμήμα Φυσικής Αγωγής (2012). Πτυχίο στην Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία EDEXCEL-University of England (2012). Πτυχίο Ψυχολογίας, Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών & Πολιτικών Επιστημών - Αθήνα (2007) Τμήμα Ψυχολογίας και Πτυχίο Αθλητικών Επιστημών και Φυσικής Αγωγής, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (1997), Τμήμα Αθλητικών Επιστημών και Φυσικής Αγωγής. Από το 1990 έως το 2006 αθλήτρια της Εθνικής & Ολυμπιακής Ομάδας Στίβου Ελλάδας (100 μ., 200 μ. Σκυταλοδρομία 4x100) συμμετείχε σε πρωταθλήματα, καθώς και σε δύο (2 ) Ολυμπιάδες (Σύδνεϋ , Αθήνα).

Με εμπειρία διδασκαλίας-διαλέξεων στην Αθλητική Ψυχολογία, σε κρατικά και Ιδιωτικά κολλέγια-φορείς και διδασκαλία ψυχολογικής προετοιμασίας-υποστήριξης σε ελίτ Ερασιτέχνες και επαγγελματίες Αθλητές.

Επιστημονικός Συνεργάτης Αθλητικής Ψυχολογίας στην Εθνική Ομάδα Στίβου Ελλάδας (από 01/2009) καθώς και, Επιστημονικός Σύμβουλος Αθλητικής Ψυχολογίας στην Ακαδημία Ποδοσφαίρου της ΑΕΚ (2017-2019).

### **Τουρναβίτης Κωνσταντίνος B.Sc.**

Είναι κάτοχος πτυχίου B.Sc. Αθλητικών Επιστημών από το Πανεπιστήμιο Αθηνών, με ειδίκευση στην κολύμβηση, και σπουδές στο τμήμα μαθηματικών του πανεπιστημίου Αθηνών. Έχει άδεια (κατηγορία Α) ασκήσεως επαγγέλματος ως προπονητής κολύμβησης, ξιφασκίας και Μοντέρνου πεντάθλου. Υπηρέτησε ως αναπληρωτής διευθυντής και Αλυτάρχης Μοντέρνου πεντάθλου στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας (2004). Καθηγητής Φυσικής Αγωγής της Ακαδημίας του Ελληνικού Στρατού (1991-1994) και καθηγητής στο κολλέγιο αθλητικών επιστημών Ελληνικό τμήμα του Πανεπιστημίου της Northumbria στο Newcastle (1996-2002). Διετέλεσε κορυφαίος κολυμβητής και ως προπονητής κολύμβησης πετυχαίνοντας πολλά ελληνικά ρεκόρ (κολύμβηση 15) καθώς και ως προπονητής Εθνικής στο Μοντέρνο Πένταθλο. Οι αθλητές στο «μοντέρνο Πένταθλο» υπό την προπόνησή του, έχουν πετύχει 5 φορές εθνική καλύτερη επίδοση και 20 πρωταθλήματα Ελλάδας, καθώς και διακρίσεις σε Παγκόσμια Πρωταθλήματα και άλλες διεθνείς συναντήσεις (1988-2021). Έχει διατελέσει γραμματέας συλλόγου Ειδικών Δυνάμεων και Λέσχης Ιερού Λόχου. Αντιπρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Προπονητών όλων των Αθλημάτων. Μέλος του ΔΣ του Ι.Δ.Ε.Α.Δ. (Ινστιτούτο Διεθνούς & Ελληνικού Αθλητικού Δικαίου). Αντιπρόεδρος και Γεν. Γ. Διοικητικού Συμβουλίου της Ένωσης Προπονητών Κολύμβησης (SEPKYSKK), σχολιαστής του διεθνούς αθλητικού τηλεοπτικού σταθμού EUROSPORT και ιδρυτικό μέλος της Ελληνικής Ομάδας Διάσωσης, υποκατάστημα της Αθήνας.

### **Παύλος Κότσιρας B.Sc.**

Κάτοχος Τίτλου B.Sc. στην Διοίκηση Επιχειρήσεων από την Σχολή Οικονομικών Επιστημών και επιχειρήσεων (ΑΣΟΕ) του Πανεπιστημίου Αθηνών και από την Σχολή Φυσικής αγωγής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Δίπλωμα Οικονομικού Αναλυτή, NUDIUS καθώς και Δίπλωμα εξειδίκευσης στην Άσκηση και Υγείας από την Αμερικανική Αθλητιατρική Εταιρία (ACSM).

Διατέλεσε Αντιπρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Γυμναστικής 1999 – 2005, Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου της Ευρωπαϊκής Οργάνωσης Γυμναστικής 1991 – 2011, Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου - Επικεφαλής της Ένωσης Ιδιοκτητών Γυμναστικής 1998 – 2010, Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου της Πανελληνίας Ένωσης Αθλητικών Οικονομολόγων, και Στελεχών 1993 - 1997 καθώς και Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου - Επικεφαλής Ανάπτυξη του Πανελληνίου Οργανισμού Φυσικής Κατάστασης.

### **Αθανάσιος Μουστογιάννης B.Sc., M.Sc., Ph. D.**

Απόφοιτος της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών **B.Sc.**, συνέχισε τις μεταπτυχιακές του σπουδές με την απόκτηση **μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών M.Sc.**, στη «*Μοριακή και Εφαρμοσμένη Φυσιολογία*» και **διδακτορικού τίτλου Ph. D.**, στην Φυσιολογία, από την Ιατρική Σχολή του ίδιου Πανεπιστημίου από το οποίο αποφοίτησε με άριστα. Έχει παρουσιάσει περισσότερες από 20 ερευνητικές εργασίες σε Εθνικά και Διεθνή Συνέδρια, όπως αυτές του American College of Sports Medicine (ACSM), του European Muscle Conference, του Growth Hormone Research Society καθώς και της Ελληνικής Εταιρείας Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης. Έχει βραβευτεί τρεις φορές με το «Best Presentation Award», μία στο συνέδριο European Muscle Conference(2015), από το ACSM (2018) και από την Ελληνική

Ενδοκρινολογική Εταιρία (2020). Τέλος, έχει δημοσιεύσει μελέτες σε επιστημονικά περιοδικά στον τομέα της μοριακής φυσιολογίας της άσκησης. Συμμετέχει ενεργά στην ανάπτυξη προγραμμάτων Άσκησης, Φυσικής δραστηριότητας και προπονητικής.

### **Γκόβας Ιωάννης**

Grand Master 8<sup>th</sup> DAN Taekwondo,

Πρόεδρος της Ελληνικής Ένωσης ιδιωτικών αθλητικών συλλόγων (2010-σήμερα) και της Ελληνικής Ένωσης Ταεκβοντό (2017-σήμερα). Μέλος της Πανελλήνιας Ένωσης όλων των προπονητών αθλητισμού (2017-σήμερα) και ιδρυτής- ιδιοκτήτης του Taekwondo Club "Jaguar" (1986-σήμερα) . Διεθνής Πιστοποιημένος Εξεταστής για την άδεια όλων των επιπέδων προπονητικής Taekwondo και Διευθυντής στις σχολές πιστοποίησης της Ελληνικής Ένωσης Ταεκβοντό υπό την εποπτεία του Ελληνικού Υπουργείου Αθλητισμού. Επικεφαλής εκπαιδευτής Πολεμικών Τεχνών, στις ειδικές δυνάμεις του Πολεμικού Ναυτικού (ΟΥΚ) (1995-2004). Διευθυντής προγραμμάτων κατάρτισης του Ελληνικού Taekwon do Roomsae (1990-2005). Εκπαιδευτής του Tae kwon do στο Κολλέγιο Αθλητικών Επιστημών (2007-2008) και City College (2013-2015). Διοργάνωσε ένα εθνικό πρόγραμμα για την προώθηση του Taek won do σε νέους σχολικής ηλικίας και στο Λύκειο Διαμαντοπούλου. Συνιδρυτής του σωματείου προώθησης σωματικής δραστηριότητας στην Ελλάδα (Institute of gr-active-wellness) και συν διοργανωτής της εθνικής εκπαιδευτικής πλατφόρμας για την προώθηση των κοινωνικών, ηθικών και σωματικών διαστάσεων του Taekwondo.