

There are no translations available.



Ο Σύλλογος Παλαιμάχων Αθλητών Καλαθοσφαίρισης Ελλάδας (ΣΠΑΚΕ) διοργανώνει σεμινάριο με τίτλο "Υγεία και άθληση, μετά το χειροκρότημα" την Κυριακή 8 Δεκεμβρίου στις 10:00 στο συνεδριακό κέντρο της Ελληνικής Ολυμπιακής Επιτροπής (Βικέλα 52, Χαλάνδρι).

Το πρόγραμμα του σεμιναρίου:

**10:00** - Προσέλευση

**10:30** - Έναρξη & χαιρετισμοί

**11:00** - "Προσαρμογή σε έναν νέο τρόπο ζωής": Χρήστος Ζούπας, Ειδικός Παθολόγος - Διαβητολόγος, Διευθυντής του Διαβητολογικού Κέντρου ΔΘΚΑ ΥΓΕΙΑ

**11:30** - "Η καρδιά του αθλητή": Κώστας Τούτουζας, Καθηγητής Επεμβατικής Καρδιολογίας, Υπεύθυνος καρδιολογικού ιατρείου ΓΝΑ Ιπποκράτειο

**12:00** - "Το αρθρικό γόνατο σε παλαιμάχους αθλητές": Παντελής Νικολάου, Χειρουργός - Ορθοπεδικός, Διευθυντής ορθοπεδικής κλινικής αθλητικών κακώσεων, Ιατρικό Κέντρο Αθηνών

**12:30** - "Προτάσεις διατροφικής συμπεριφοράς των αθλητών μετά τον πρωταθλητισμό": Γιώργος Μουλίνος, Διατροφολόγος, MS PhD Φυσιολογίας της άσκησης και διατροφής

**13:00** - "Η τέχνη της προσαρμογής": Γιάννης Χοϊμές, Διδάκτωρ Ψυχολογίας New Port University

**13:30** - Ερωτήσεις / Απαντήσεις

**14:00** - Λήξη

