

Σεμινάρια

Παρασκευή

09.00-11.00	Αξιολόγηση της λειτουργικής ικανότητας σε άτομα με περιορισμένη φυσική δραστηριότητα
	KIDS Athletics
10.00-12.00	Προπόνηση δύναμης στα μαχητικά αθλήματα και την ξιφασκία
11.00-13.00	Μεταβλητότητα Καρδιακής Συχνότητας: Δείκτης Φυσικής Κατάστασης και Υγείας
13.00-15.00	Προπόνηση δύναμης στα μαχητικά αθλήματα και την ξιφασκία
16.30-18.30	Pilates Reformer

Σάββατο

09.00-11.00	Μεταβλητότητα Καρδιακής Συχνότητας: Δείκτης Φυσικής Κατάστασης και Υγείας
	KIDS Athletics
	Διατάξεις για πιο υγιή ζωή
13.00-15.00	Pilates Reformer
	Ανάλυση Βάδισης και Κινησιολογική Μελέτη του Ώμου και του Γόνατος σε Φυσιολογικές και Παθολογικές Καταστάσεις με την Χρήση Στολής Αισθητήρων Αδρανείας
15.30-17.30	Παιχνίδια Φυσικής Αγωγής για την ενίσχυση των γνωστικών λειτουργιών

Κυριακή

09.00-11.00	Αξιολόγηση της λειτουργικής ικανότητας σε άτομα με περιορισμένη φυσική δραστηριότητα
	Διατάξεις για πιο υγιή ζωή
	Παιχνίδια Φυσικής Αγωγής για την ενίσχυση των γνωστικών λειτουργιών