



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΕ ΚΑΙ ΔΕ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ Β' ΑΘΗΝΑΣ



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΝΩΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ
ΛΕΙΤΟΥΡΓΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

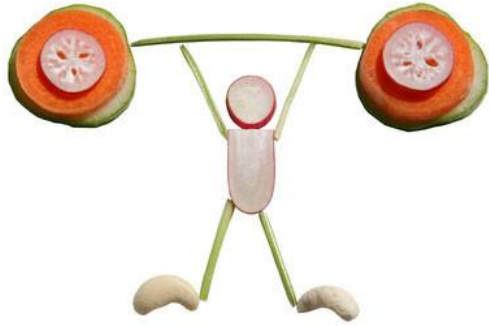


Σεμινάριο για εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής “Άσκηση και Διατροφή”

Υποχρεωτική συμμετοχή

Τρίτη 12/5/2015, ώρα 12:00
Αίθουσα διαλέξεων 2^{ου} ΕΠΑΛ Χαλανδρίου
Έλλης 3, 15232 Χαλάνδρι
(έναντι στάσης μετρό Αγίας Παρασκευής)

Συνδιοργάνωση:
2^ο ΕΠΑΛ Χαλανδρίου
Πανελλήνια Ένωση Εκπαιδευτικών Λειτουργών Φυσικής Αγωγής
Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής Β' Αθήνας



Οργανωτική Επιτροπή

Ηλίας Χατζόπουλος, *Επίτιμος Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής*
Βάιος Κάλλος, *Διευθυντής 2^{ου} ΕΠΑΛ Χαλανδρίου*
Ανδριανή Βούξινου, *Σχολική Σύμβουλος Περιφέρειας Αττικής*
Στυλιανή Δημητριάδου, *Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής*
Αναστάσιος Δικαστόπουλος, *Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής*
Έκτορας Εμμανουηλίδης, *Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής*
Παρασκευή Μιχαηλίδου, *Υπεύθυνη Ομάδας Φυσικής Αγωγής Β' Αθήνας*
Το ΔΣ της Π.Ε.Ν.Ε.Λ.Φ.Α.

Συντονιστής σεμιναρίου

Νικόλαος Τριπόδης, *Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής - Πρόεδρος της Π.Ε.Ν.Ε.Λ.Φ.Α.*

Εισηγητές

Ηλίας Χατζόπουλος
Νικόλαος Τριπόδης

Πρόγραμμα

Τρίτη 12 Μαΐου 2015
12:00-12:10 Εγγραφές
12:10-14:00

1. Βάσεις της σωστής διατροφής του αθλητή.
2. Διατροφικά συμπληρώματα.
3. Μέθοδοι για την σωστή απώλεια βάρους.

Θα χορηγηθεί Βεβαίωση Συμμετοχής στο τέλος του σεμιναρίου.