

Κέντρο Επιμόρφωσης και δια Βίου
Μάθησης Πανεπιστημίου Δυτικής
Αττικής Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ - ΠΑ.Δ.Α.

Πρόγραμμα Εκπαίδευσης στη
Θεραπευτική Άσκηση με τη μέθοδο



CLINICAL PILATES

Έναρξη
12 Οκτωβρίου 2023

Δήλωση ενδιαφέροντος στο
secretary@efea.gr  210 4172111





"Μήνυμα από τον
Επιστημονικό Υπεύθυνο του
Προγράμματος"

"Με ιδιαίτερη χαρά σας
ανακοινώνω την έναρξη του
προγράμματος διά βίου μάθησης
του Πανεπιστημίου Δυτικής
Αττικής στο αντικείμενο της
θεραπευτικής άσκησης με τη
χρήση της μεθόδου
Pilates (Clinical Pilates)."

Η Θεραπευτική Άσκηση αποτελεί μια τεκμηριωμένη επιλογή βάσει των διεθνών επιστημονικών δεδομένων (evidence-based practice) για την βελτίωση, αποκατάσταση και διατήρηση της υγείας των ασθενών σε μια μεγάλη γκάμα παθήσεων. Η εφαρμογή της από τους επαγγελματίες υγείας στην καθημερινότητα είναι συνεχής και απαραίτητη για τα περισσότερα προβλήματα που καλούμαστε να αποκαταστήσουμε. Αντίστοιχα, η μέθοδος άσκησης του Joseph Pilates είναι μια στοχευμένη διαδικασία χρήσης διαφόρων οργάνων με σύστημα και αρχές που διασφαλίζουν υψηλού επιπέδου εκγύμναση, αρχικά σε χορευτές και κατόπιν μέσα στα έτη σε πολλές κατηγορίες ασκουμένων. Ο συνδυασμός της χρήσης της μεθόδου Pilates με τις αρχές της Θεραπευτικής Άσκησης σε ομάδες ασθενών αποτελεί μια σύγχρονη και ιδιαίτερα δημοφιλή πρόταση στα χέρια του θεραπευτή για να επιτελέσει τους στόχους του.

Ο σκοπός του παρόντος προγράμματος είναι η εφαρμογή των αρχών της Θεραπευτικής Άσκησης με τα εργαλεία και τεχνικές της μεθόδου του Pilates, κάτι που είναι γνωστό στη διεθνή σκηνή με την ορολογία «Clinical Pilates».



Για την επίτευξη αυτού του προγράμματος επιστρατεύθηκαν 24 εκπαιδευτές με την πλειονότητα τους να είναι κάτοχοι διδακτορικού και μεταπτυχιακών σπουδών, μεταξύ των οποίων 10 μέλη ΔΕΠ από το Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, το Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, το Πανεπιστήμιο Πατρών και το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου. Η αξιολόγηση του προγράμματος από το ΚΕΔΙΒΙΜ του ΠΑΔΑ απόδωσε 15 ECTS για τον προβλεπόμενο φόρτο εργασίας, με ένα σύνολο 180 ωρών μεικτής εκπαίδευσης εκ των οποίων τα 2/3 αφορούν στην πρακτική διά ζώσης εφαρμογή της μεθόδου.

Η πρότυπη αυτή προσπάθεια επιχειρεί να αναδείξει μια υψηλού επιπέδου εκπαίδευση στο Clinical Pilates, μέσα από τη συνδυασμένη γνώση των εκπαιδευτών, την διασφάλιση των ακαδημαϊκών απαιτήσεων του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, την τεχνογνωσία και την οργάνωση της Ελληνικής Φυσικοθεραπευτικής Εταιρείας Αλγολογίας και κυρίως το μεράκι όλων μας και το όραμα μιας ακόμη ποιοτικής παροχής μετεκπαίδευσης.

Τέλος, θέλω να ευχαριστήσω τους κορηγούς αυτής της προσπάθειας για την αμέριστη τους υποστήριξη και τη συνδρομή τους για την επίτευξη των στόχων μας.

Συγκεκριμένα: την εταιρεία Alpha Pilates και τον κ. Αργυρίου Δ., την εταιρεία Kalousos και τον κ. Γ. Καλούσο, την εταιρεία AMILA και τον κ. Μουσταφέλο Δ.

*Εύχομαι οι προσπάθειες μας να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις σας!
Καλή μας Επιτυχία!*

Γ. Γεωργούδης
Καθηγητής
Επιστημονικά Υπεύθυνος
του προγράμματος

Αθήνα, 01/08/2023

Τόπος Διεξαγωγής Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Πανεπιστημιούπολη 1,
Άλσους Αιγιάλεω.
Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής

Αγίου Σπυρίδωνος 28,
Αιγιάλεω 122 43
Τηλ. 210-5387487

Η Τοποθεσία →



Πανεπιστημιούπολη 2,
Αρχαίου Ελαιώνα.
Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής

Θηβών 250, Αιγιάλεω 122 44
Τηλ. 210-5387487

Η Τοποθεσία →



- Online - Θεωρία
- Διά ζώσης - Πρακτικό
- Διά ζώσης - Θεωρία

Διάρκεια
7 μήνες

ECTS
15 μόρια

Διά ζώσης
136 ώρες

online
εκπαίδευση
44 ώρες

φόρτος
εργασίας
326 ώρες



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ



**ΓΕΩΡΓΟΥΔΗΣ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ**

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
Π.Δ.Α., ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ



**ΣΤΑΣΙΝΟΠΟΥΛΟΣ
ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ**

ΕΠΙΚ.ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ Π.Δ.Α.
ΑΝΑΠ.ΕΠΙΣΤ. ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ



**ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΥ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ**

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
Π.Δ.Α.



**ΤΣΕΠΗΣ
ΗΛΙΑΣ**

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
ΠΑΝΕΠ. ΠΑΤΡΩΝ



**ΜΠΙΛΗ
ΕΥΔΟΚΙΑ**

ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
ΠΑΝΕΠ. ΠΑΤΡΩΝ



**ΦΟΥΣΕΚΗΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ**

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
ΠΑΝΕΠ. ΠΑΤΡΩΝ



**ΜΠΑΚΑΛΙΔΟΥ
ΔΑΦΝΗ**

ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ Π.Δ.Α.



**ΜΑΥΡΟΓΕΝΗΣ
ΑΝΔΡΕΑΣ**

ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΟΣ, ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ
ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΗΣ ΕΚΠΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ



**ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ
ΜΑΡΙΑΝΝΑ**

ΝΕΥΡΟΛΟΓΟΣ - ΑΝ.ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ
ΝΕΥΡΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΠΑ.Δ.Α.



**ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗΣ
ΓΕΩΡΓΙΟΣ**

ΕΠ.ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ



**ΣΤΑΣΗ
ΣΟΦΙΑ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ, MSc, PhD,
ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗ ΥΠΟΤΡΟΦΟΣ ΠΑ.Δ.Α.



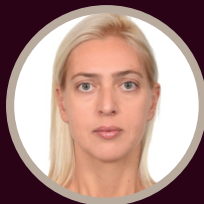
**ΣΚΟΡΔΑΣ
ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ, MSc,
ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑ.Δ.Α.



**ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΣ
ΣΠΥΡΙΔΩΝ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ, MSc,
ΥΠΟΨΗΦΙΟΣ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑ.Δ.Α.



**ΣΙΒΡΙΚΑ
ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ, MSc,
ΥΠΟΨΗΦΙΑ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑ.Δ.Α.,
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΑ CLINICAL PILATES



**ΜΑΡΣΕΛΛΟΥ
ΕΥΘΥΜΙΑ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ, MSc,
ΥΠΟΨΗΦΙΑ ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΠΑ.Δ.Α



**ΒΙΚΑΤΟΥ
ΘΕΑΝΩ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ, MSc, ΥΠΟΨΗΦΙΑ
ΔΙΔΑΚΤΩΡ, ΔΑΣΚΑΛΑ ΧΟΡΟΥ,
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΑ CLINICAL PILATES



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ



**ΛΑΓΑΡΗ
ΦΩΤΕΙΝΗ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ, MSc,
ΕΚΠΑΙΔ.ΜΗΤΡΩΟΥ ΚΕΔΙΒΙΜ ΠΑ.Δ.Α.



**ΣΙΔΕΡΗΣ
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ, MSc, ΕΚΠΑΙΔ.
ΜΗΤΡΩΟΥ ΚΕΔΙΒΙΜ ΠΑ.Δ.Α.



**ΑΓΓΟΥΡΑΚΗΣ
ΜΑΝΩΛΗΣ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ, MSc,
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ CLINICAL PILATES



**ΤΣΟΜΠΑΝΟΓΛΟΥ
ΠΑΡΙΣ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ, MSc,
ΕΚΠΑΙΔ.ΜΗΤΡΩΟΥ ΚΕΔΙΒΙΜ ΠΑ.Δ.Α.



**ΓΚΙΚΟΠΟΥΛΟΣ
ΓΙΩΡΓΟΣ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ, MSc,
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ CLINICAL PILATES



**ΑΓΑΠΗΤΟΣ
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ
CLINICAL PILATES



**ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ
ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ ΜΑΡΙΑ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ,
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΑ CLINICAL PILATES



**ΣΙΒΡΙΚΑ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ**

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΑ
CLINICAL PILATES



12/10/2023 - 15/10/2023



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ

Mat

Πέμπτη

Αρχές Ανατομίας
- Μυολογίας
Α. Μαυρογένης

Εισαγωγή στο
Clinical Pilates
Α. Σιβρίκα

Βασικές Αρχές στο
Clinical Pilates
Α. Σιβρίκα

Παρασκευή

Βασικές αρχές στο
Clinical Pilates (I)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

Βασικές αρχές στο
Clinical Pilates (II)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Clinical Pilates Matwork |
(Αρχάριο Επίπεδο)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

Clinical Pilates Matwork I
(Αρχάριο Επίπεδο)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

Σαββάτο

Clinical Pilates Matwork II
(Μεσαίο Επίπεδο)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

Clinical Pilates Matwork II
(Μεσαίο Επίπεδο)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Clinical Pilates Matwork
III (Προχωρημένο Επίπεδο)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

Clinical Pilates Matwork III
(Προχωρημένο Επίπεδο)
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

Κυριακή

Χρήση μικρού εξοπλισμού
λάστιχα, ring, rollers, weight/
soft/swiss balls στο
Clinical Pilates
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

Χρήση μικρού εξοπλισμού
λάστιχα, ring, rollers, weight/
soft/swiss balls στο
Clinical Pilates
Α. Σιβρίκα - Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Χρήση kettle bell, weights,
TRX, barbel βασισμένα στις
αρχές του Clinical Pilates
Α. Αγαπητός

Ομαδικά
Προγράμματα | Τάξεις
Α. Αγαπητός - Α. Σιβρίκα

Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη θεραπευτική άσκηση με την μέθοδο Clinical Pilates
ΠΑΔΑ - ΕΦΕΑ 2023-2024, Αθήνα



09/11/2023 - 12/11/2023



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ

BIG EQUIPMENT

09:00πμ. - 10:00πμ.

10:00πμ. - 11:00πμ.

11:00πμ. - 12:00πμ.

12:00μμ. - 13:00μμ.

13:00μμ. - 14:00μμ.

14:00μμ. - 15:00μμ.

15:00μμ. - 16:00μμ.

16:00μμ. - 17:00μμ.

17:00μμ. - 18:00μμ.

Πέμπτη

Αρχές Ευκαμψίας
Η. Τσέπης

Μεθοδολογία Ανασκόπησης
Βιβλιογραφίας
(Συγγραφή Εργασίας)
Σ. Στάση

Παρασκευή

Clinical Pilates με την
χρήση Reformer
(Αρχάριο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

Clinical Pilates με την
χρήση Reformer
(Αρχάριο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Clinical Pilates με την
χρήση Reformer
(Μεσαίο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

Clinical Pilates με την
χρήση Reformer
(Μεσαίο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

Σαββάτο

Clinical Pilates με την
χρήση Reformer
(Προχωρημένο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

Clinical Pilates με την
χρήση Reformer
(Προχωρημένο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Clinical Pilates με την
χρήση Barel
Θ. Βικάτου

Clinical Pilates με την
χρήση Spine Corrector
Θ. Βικάτου

Κυριακή

Clinical Pilates με την
χρήση Chair
Θ. Βικάτου

Clinical Pilates με την
χρήση Cadillac
(Αρχάριο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Clinical Pilates με την
χρήση Cadillac
(Μεσαίο Επίπεδο)
Βικάτου

Clinical Pilates με την
χρήση Cadillac
(Προχωρημένο Επίπεδο)
Θ. Βικάτου

Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη θεραπευτική άσκηση με την μέθοδο Clinical Pilates
ΠΑΔΑ - ΕΦΕΑ 2023-2024, Αθήνα



07/12/2023 - 10/12/2023



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ

**UPPER LIMB
| UPPER SPINE |**

09:00πμ. - 10:00πμ.

10:00πμ. - 11:00πμ.

11:00πμ. - 12:00πμ.

12:00μμ. - 13:00μμ.

13:00μμ. - 14:00μμ.

14:00μμ. - 15:00μμ.

15:00μμ. - 16:00μμ.

16:00μμ. - 17:00μμ.

17:00μμ. - 18:00μμ.

Πέμπτη

Αρχές
Φυσικοθεραπευτικής
Αξιολόγησης
Δ. Στασινόπουλος

Αξιολόγηση Παθολογιών
του Άνω Άκρου
Σ. Σωτηρόπουλος

Παρασκευή

Αρχές Αξιολόγησης &
Θεραπείας των Τενόντων
με την άσκηση μέσω
Clinical Pilates
Δ. Στασινόπουλος

Αξιολόγηση Παθολογιών
της Σπονδυλικής Στήλης
Χ. Σκορδής

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Πρακτική Εφαρμογή σε
Matwork I, II, III **Α. Σιβρίκα**
- **Ι. Θεοδωρακοπούλου**

Πρακτική Εφαρμογή σε
Matwork I, II, III **Α. Σιβρίκα**
- **Ι. Θεοδωρακοπούλου**

Σαββάτο

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα ΑΜΣΣ
Χ. Σκορδής
- **Ι. Θεοδωρακοπούλου**

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα ΑΜΣΣ
Χ. Σκορδής
- **Ι. Θεοδωρακοπούλου**

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα ΘΜΣΣ
Χ. Σκορδής
- **Ι. Θεοδωρακοπούλου**

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα ΘΜΣΣ
Χ. Σκορδής
- **Ι. Θεοδωρακοπούλου**

Κυριακή

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates
(για προβλήματα
Όμου-Ωμικής Ζώνης)
Σ. Σωτηρόπουλος - **Α. Σιβρίκα**

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα Όμου-Ωμικής
Ζώνης **Σ. Σωτηρόπουλος**
- **Α. Σιβρίκα**

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα Αγκώνα - ΠΧΚ -
Δακτύλων **Δ. Στασινόπουλος**
- **Α. Σιβρίκα**

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα Αγκώνα - ΠΧΚ -
Δακτύλων **Σ. Σωτηρόπουλος**
- **Α. Σιβρίκα**

Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη θεραπευτική άσκηση με την μέθοδο Clinical Pilates
ΠΑΔΑ - ΕΦΕΑ 2023-2024, Αθήνα



25/01/2024 - 28/01/2024



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ

LOWER SPINE | LOWER LIMB |

Πέμπτη

Αρχές Αξιολόγησης
Δύναμης

Σ. Σωτηρόπουλος

Αξιολόγηση Στάσης - ΣΣ

Σ. Στάση

Παρασκευή

Αξιολόγηση Παθολογιών
του Κάτω Άκρου

Θ. Βικάτου

Αρχές Εφαρμογής
ασκήσεων Clinical Pilates
για την μυοπεριτονία

Κ. Φουσέκης

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Πρακτική Εφαρμογή σε
Μεγάλο Εξοπλισμό

Θ. Βικάτου- Ι.
Θεοδωρακοπούλου

Πρακτική Εφαρμογή σε
Μεγάλο Εξοπλισμό

Θ. Βικάτου- Ι.
Θεοδωρακοπούλου

Σαββάτο

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα ΟΜΣΣ

Χ. Σκορδής - Θ. Βικάτου

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα ΟΜΣΣ

Χ. Σκορδής - Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα στο Ισχίο

Γ. Γεωργαδής - Θ. Βικάτου

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα στο Ισχίο

Γ. Γεωργαδής - Θ. Βικάτου

Κυριακή

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα στον Άκρο Πόδα

Θ. Βικάτου

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα στον Άκρο Πόδα

Θ. Βικάτου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα στο Γόνατο

Μ. Αγγουράκης - Θ. Βικάτου

Αξιολόγηση & Θεραπευτική
Άσκηση Clinical Pilates για
προβλήματα στο Γόνατο

Μ. Αγγουράκης - Θ. Βικάτου

Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη θεραπευτική άσκηση με την μέθοδο Clinical Pilates
ΠΑΔΑ - ΕΦΕΑ 2023-2024, Αθήνα



15/02/2024 - 18/02/2024



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ

NEURO PELVIS

Πέμπτη

Αρχές Κινητικής
Μάθησης
Μ. Παπαδοπούλου

Clinical Pilates σε
Νευρολογικούς ασθενείς
Δ. Μπακαλίδου

Άσκηση μέσω Clinical
Pilates στην Ψυχιατρική
Α. Σιδέρης

Παρασκευή

Αξιολόγηση Ισορροπίας
Ε. Μπίλλη

Εφαρμογή της υψηλής
τεχνολογίας στη
θεραπευτική άσκηση Clinical
Pilates (sensors, BFR, κ.ά.)
Γ. Παπαγιάννης

Χρόνιος Πόνος και
Clinical Pilates
Γ. Γεωργούδης

Σαββάτο

Εφαρμογή Clinical Pilates σε
ασθενείς με δυσλειτουργία
του Πυελικού Εδάφους:
Ανατομία, Φυσιολογία
Ε. Μαρσέλου - Φ. Λάγαρη

Αξιολόγηση & Εφαρμογή
Clinical Pilates σε ασθενείς
με δυσλειτουργία του
Πυελικού Εδάφους
Φ. Λάγαρη - Ε. Μαρσέλου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Αξιολόγηση & Εφαρμογή
Clinical Pilates σε ασθενείς
με δυσλειτουργία του
Πυελικού Εδάφους
Φ. Λάγαρη - Ε. Μαρσέλου

Αξιολόγηση & Εφαρμογή
Clinical Pilates σε ασθενείς
με δυσλειτουργία του
Πυελικού Εδάφους
Φ. Λάγαρη - Ε. Μαρσέλου

Κυριακή

Αξιολόγηση & Εφαρμογή
Clinical Pilates σε
νευρολογικούς ασθενείς
Χ. Σκορδής - Γ. Γκικόπουλος

Αξιολόγηση & Εφαρμογή
Clinical Pilates σε
νευρολογικούς ασθενείς
Χ. Σκορδής - Γ. Γκικόπουλος

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Αξιολόγηση & Εφαρμογή
Clinical Pilates σε
νευρολογικούς ασθενείς
Χ. Σκορδής - Γ. Γκικόπουλος

Αξιολόγηση & Εφαρμογή
Clinical Pilates σε
νευρολογικούς ασθενείς
Χ. Σκορδής - Γ. Γκικόπουλος

Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη θεραπευτική άσκηση με την μέθοδο Clinical Pilates
ΠΑΔΑ - ΕΦΕΑ 2023-2024, Αθήνα



25/04/2024 - 28/04/2024

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ

SPECIAL POPULATIONS

09:00πμ. - 10:00πμ.

10:00πμ. - 11:00πμ.

11:00πμ. - 12:00πμ.

12:00μμ. - 13:00μμ.

13:00μμ. - 14:00μμ.

14:00μμ. - 15:00μμ.

15:00μμ. - 16:00μμ.

16:00μμ. - 17:00μμ.

17:00μμ. - 18:00μμ.

Πέμπτη

Εφαρμογή Αεροβικών
Πρωτοκόλλων μέσω
του Clinical Pilates
Γ. Παπαθανασίου

Αθλητές και άσκηση μέσω
Clinical Pilates
Θ. Βικάτου

Η εφαρμογή ασκήσεων
μέσω Clinical Pilates
στην Εγκυμοσύνη
Π. Σιβρίκα - Α. Σιβρίκα

Παρασκευή

Αξιολόγηση &
Εφαρμογή Clinical Pilates
στην εγκυμοσύνη
Π. Σιβρίκα - Α. Σιβρίκα

Clinical Pilates σε αθλητές
Θ. Βικάτου - Π. Τσοπάνογλου

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Καρδιαγγειακή Άσκηση
μέσω Clinical Pilates
Θ. Βικάτου - Γ. Παπαθανασίου

Ανάλυση Περιστατικών
- Case studies
**Θ. Βικάτου - Α. Σιβρίκα
- Γ. Γεωργούδης**

Σαββάτο

Παρουσίαση, Κλινικός
Συλλογισμός και Συζήτηση
σε case studies AA
**Σ. Σωτηρόπουλος -
Α. Σιβρίκα - Γ. Γεωργούδης**

Παρουσίαση, Κλινικός
Συλλογισμός και Συζήτηση
σε case studies KA
**Θ. Βικάτου - Μ. Αγγουράκης
- Γ. Γεωργούδης**

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

Παρουσίαση, Κλινικός
Συλλογισμός και Συζήτηση
σε case studies ΣΣ
**Χ. Σκορδής - Α. Σιβρίκα
- Θ. Βικάτου - Γ. Γεωργούδης**

Παρουσίαση, Κλινικός
Συλλογισμός και Συζήτηση
σε case studies N/Λ, κ.ά.
**Χ. Σκορδής - Γ. Γκικόπουλος
- Γ. Γεωργούδης**

Κυριακή

ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ
Εποπτεία: Γ. Γεωργούδης

ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΓΡΑΠΤΕΣ
Εποπτεία: Γ. Γεωργούδης

ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ ΕΡΓΑΣΙΩΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΗΣΗ - ΓΕΥΜΑ

Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη θεραπευτική άσκηση με την μέθοδο Clinical Pilates
ΠΑΔΑ - ΕΦΕΑ 2023-2024, Αθήνα



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΛΓΟΛΟΓΙΑΣ

Οι Χορηγοί μας..
Σας ευχαριστούμε πολύ!



www.alphapilates.gr

AMILA[®]

www.eldico.gr



...to the point!

www.kalousos.gr

Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη θεραπευτική άσκηση με την μέθοδο Clinical Pilates
ΠΑΔΑ - ΕΦΕΑ 2023-2024, Αθήνα