

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΡΑΚΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥΠΟΛΗ
69100 ΚΟΜΟΤΗΝΗ



HELLENIC REPUBLIC
DEMOCRITUS
UNIVERSITY
OF THRACE

SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION
AND SPORT SCIENCE

DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION
AND SPORT SCIENCE

UNIVERSITY CAMPUS
69100 KOMOTINI-GREECE

N148 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ

Ύλη Εξετάσεων Ιουνίου 2026

1. Στα **Έγγραφα** του μαθήματος στο **e class** στο φάκελο **ΥΛΗ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ 2025-2026** θα βρείτε τα **αρχεία των διαλέξεων** των μαθημάτων ανά **εργαστήριο** και ανά **εβδομάδα** μαθήματος.

2. Από το **σύγγραμμα**:

Faigenbaum A., Lloyd R., Oliver J. (2022). **Βασικές Αρχές Προπόνησης Παιδιών και Εφήβων**. Εκδόσεις Κωνσταντάρας, Αθήνα.

Τα παρακάτω κεφάλαια:

- Κεφάλαιο **1** (σελ. 3-24)
- Κεφάλαιο **3** (σελ. 56-85)
- Κεφάλαιο **6** (σελ. 135-166)
- Κεφάλαιο **8** (σελ.194-228)