

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

ΟΝΟΜΑ:

ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ του ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ, 10.06.1970, Αθήνα.

ΤΟΠΟΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ:

Αρχιμήδους 29, Τ.Θ: 70653, ΤΚ=16607, Άνω Γλυφάδα Τηλ. – 697 437 2004

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Παίκτης ποδοσφαίρου

Αθλητής στίβου στις μεσαίες αποστάσεις. Καλύτεροι χρόνοι στα αγωνίσματα, 800 μέτρα: 1min.53sec και 1500 μέτρα: 3min 58sec.

Στίβος, συμμετοχή σε πανελλήνια πρωταθλήματα ανοικτού, κλειστού στίβου και ανωμάλου δρόμου.

Στίβος, συμμετοχή σε βαλκανικό πρωτάθλημα κλειστού στίβου, 4^η θέση, Αθήνα 1998.

Στίβος, συμμετοχή σε παγκόσμια συνάντηση κλειστού στίβου Αθήνα 1998.

Στίβος, συμμετοχή με την Εθνική Ενόπλων Δυνάμεων.

Αθλητής Τριάθλου.

ΣΠΟΥΔΕΣ

1993 Πτυχίο της Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (7,36 Λίαν Καλώς) Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) Ειδικότητα Κλασικός Αθλητισμός Δρόμοι (9 Άριστα).

1993 Πτυχίο Αγγλικής Γλώσσας University of Cambridge First Certificate in English certificate grade C.

1995 M.Sc. Μεταπτυχιακό Δίπλωμα στην Επιστήμη Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Leeds Metropolitan University, England, Master of Science in Sport and Exercise Science. Βαθμός ερευνητικής εργασίας 80% (διάκριση). Ειδικότητα Εργοφυσιολογία (Exercise Physiology) και προπονητική των δρόμων ημιαντοχής - αντοχής.

Υποψήφιος Διδάκτορας του Leeds Metropolitan University.

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ

N E Dimitriadis, C B Cooke and K Havenetidis. (1995). Lactate and Performance Response to Active and passive Recovery in Endurance Runners. International Congress on Exercise & Sports Medicine, 3-6 Οκτωβρίου 1995, Telford International Center, Telford, United Kingdom.

N E Δημητριάδης. (1996). Επίδραση της Ενεργητικής και Παθητικής Επαναφοράς στην Επίδοση και στην Συγκέντρωση του Γαλακτικού σε Δρομείς Αντοχής. 3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Καθηγητών Φυσικής Αγωγής, 15-17 Μαρτίου 1996, Στάδιο Ειρήνης και Φιλίας, Αθήνα.

N E Dimitriadis and C B Cooke. (1997). Heart rate and rating of perceived exertion during interval training using active and passive recovery.

N E Dimitriadis and C B Cooke. (1997). Oxygen deficit and excess post exercise oxygen consumption during interval training using active and passive recovery.

N E Dimitriadis, C B Cooke and K Havenetidis. (1996). Lactate and Performance Response to Active and passive Recovery. In proceedings of Physical Activity, Sport, and Health. The Pre-Olympic Scientific Congress, 10-14 July, Dallas, USA, pp121, 1996.

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

Active and Passive Recovery in Runners

Maximal Oxygen Uptake in Athletes

Carbohydrate Administration During Prolonged High Intensity Exercise.

Body Composition in Athletes.

Maximal Oxygen Uptake and determination of training quantity in competitive swimmers

A Biomechanical Evaluation of Stride Length and Frequency in Distance Running.

The Evaluation of Ground Reaction Forces with and without Shoe in a Normal Gait.

The Causal Relationship between Fitness and Personality

The Arousal Performance Relationship.

Άσκηση και Διατροφή στη Σχολή Ικάρων.

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ - ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ

Carbohydrate Metabolism, 20 Ιανουαρίου, Leeds Metropolitan University, Μεγάλη Βρετανία, 1995

Επαναφορά: A review, 1 Φεβρουαρίου, ΤΕΦΑΑ Αθηνών, 2000

Προπόνηση στο Υψόμετρο, 12 Απριλίου, ΤΕΦΑΑ Αθηνών, 2000

Έμμεση εκτίμηση των Ικανοτήτων της Φυσικής Κατάστασης: Υπαίθρια Τεστ, 5^ο Παγκρήτιο Συνέδριο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού 27-28 Απριλίου, Άγιος Νικόλαος, Κρήτη, 2001.

Ανάπτυξη αερόβιας αντοχής στις αναπτυξιακές ηλικίες 9-13 ετών. Επιμορφωτικό Σεμινάριο Καθηγητών Φυσικής Αγωγής Αναπτυξιακού Προγράμματος Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, Υπουργείο Πολιτισμού, Αθήνα 9-10 Νοεμβρίου 2002

Μετάβαση από την Αναπτυξιακή Φάση στην Φάση του Πρωταθλητισμού, Ιωάννινα (19.11.05), Θεσσαλονίκη ΤΕΦΑΑ (26.11.05), Κομοτηνή ΤΕΦΑΑ (9.12.05), Τρίκαλα ΤΕΦΑΑ (17.12.05), Αθήνα (21.01.06), Πάτρα (28.1.06), Κρήτη (18.02.06), Ρόδος (28.11.06). Ομοσπονδία ΣΕΓΑΣ 2005-2006

Προπόνηση στις Ηλικίες 14-15 και 16-17, Ιωάννινα (09.12.06), Καστοριά (16.12.06), Θεσσαλονίκη ΤΕΦΑΑ (17.12.06), Κομοτηνή ΤΕΦΑΑ (9.12.05), Τρίκαλα ΤΕΦΑΑ (27.01.07), Αθήνα (24.02.07) Βόλος (17.03.07), Ομοσπονδία ΣΕΓΑΣ, 2006-2007

Αλληλεπίδραση Βασικής - Ειδικής Αντοχής στους Δρόμους Μεσαίων Αποστάσεων, Πρέβεζα (10.11.07), Ιωάννινα (01.12.07), Πάτρα (8.12.07), Ομοσπονδία ΣΕΓΑΣ, 2007-2008

Παρουσίαση Προπονητικού Προγράμματος και Εργομετρήσεων ΣΕΓΑΣ στην Κύπρο 17-18 Ιανουαρίου 2009, Ομοσπονδία ΣΕΓΑΣ, 2008-2009.

Παρουσίαση της Έρευνας Η επίδραση του Νανοβιονικού Υλικού στην Αθλητική Απόδοση, Εργοδιάγνωση και Πανεπιστήμιο Αθηνών. Θεσσαλονίκη 17-18 Δεκεμβρίου 2011

Έρα Σπορ, ραδιόφωνο, παρουσίαση – συζήτηση για τα ωφέλη της Αερόβιας Προπόνησης και τρόποι αξιολόγησής της.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

ΑΚΑΔΗΜΑΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Αναπληρωτής ωρομίσθιος καθηγητής Φυσικής Αγωγής, Εργομέτρης, (εργομετρικό τμήμα) της Σχολής Ικάρων (1996-1997).

Διδασκαλία Κλασσικού Αθλητισμού στο Τ.Ε.Φ.Α.Α. Αθηνών ως προσκεκλημένος ομιλητής.

Υπέθυνος Επιμόρφωσης -Εισηγητής Ομοσπονδιακών και Σωματειακών Προπονητών ΣΕΓΑΣ 2005-2009

ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ

Επιστημονική Παρακολούθηση Δρομέων Αντοχής Εθνικής Ομάδας Στίβου απο το 1999-2012 και συλλόγων στίβου. Διακρίσεις σε εθνικό και Διεθνές Επίπεδο.

Επιστημονική Παρακολούθηση Δρομέων Μαραθωνίου Δρόμου 1992-2012

Επιστημονική Παρακολούθηση Ποδηλατών Εθνικής Ομάδας Ποδηλασίας 1997-2001. Διακρίσεις σε εθνικό και Διεθνές Επίπεδο.

Επιστημονική Παρακολούθηση Ποδηλάτη Εθνικής Ομάδας Λέκκα Παναγιώτη 1999-2002. 4^η θέση σε παγκόσμιο πίστας 4km.

Επιστημονική και Προπονητική Παρακολούθηση Ποδηλάτη Ράντου Χρήστου 2006-2012 στην Κατηγορία Masters. 1^η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Πίστας 200m ΟΑΚΑ, 2009 και 3^η θέση στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Βετεράνων Πίστας 1000m Γερμανία Ιούνιος 2008, 3^η θέση Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Βετεράνων Πίστας 200m Μεγάλη Βρετανία Ιούλιος 2009. 7^η θέση στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Βετεράνων, Πορτογαλία, Οκτώβριος 2010. 2^η θέση στο Σπριντ, Πανευρωπαϊκοί, Ιταλία 2011. 2^η θέση στο Σπριντ και 2^η θέση στα 750m time trial, Πανευρωπαϊκοί Λευκορωσία 2012. 7^η θέση στο Σπριντ και 7^η θέση στο 750m στο time trial, Παγκόσμιο Αγγλία, 2012.

Επιστημονική και Προπονητική Παρακολούθηση Κολυμβητών.

Επιστημονική και Προπονητική Παρακολούθηση Τριαθλητών.

Εργομετρική Παρακολούθηση Ομάδων Ποδοσφαίρου Α', Β' Γ' εθνικής Κατηγορίας, 2002-2012

Εργοφυσιολόγος, Ύπεύθυνος Εργομετρικής Αξιολόγησης και Φυσικής Κατάστασης πληρώματος Εθνικής Ομάδας Ιστιοπλοίας, 2009-2011 (Μπεκατώρου Σοφία, Κοζομπόλη Βούλα, Καιτατζίδου Σοφία)

Εργοφυσιολόγος, Ύπεύθυνος Εργομετρικής Αξιολόγησης της Εθνικής Ομάδας Ποδηλασίας πίστας (Βολικάκης Χρήστος, Βολικάκης Ζαφείρης) 2010-2012. Πανευρωπαϊκοί Αγώνες Ολλανδία 2^η θέση, Παγκόσμιο Κύπελλο Ουκρανία 1^η θέση. Νούμερο 1 στην Παγκόσμια Κατάταξη. 9^η θέση στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2012.

Εργοφυσιολόγος, Ύπεύθυνος Εργομετρικής Αξιολόγησης και Φυσικής Κατάστασης πληρώματος Εθνικής Ομάδας Ιστιοπλοίας, Ρωσίας (Skudina Ekaterina) 2011-2012 (Skudina Ekaterina, Elena Siuzeva, Irina Lotsmanova, Lena Oblova, Vera Verinda. Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ιστιοπλοιας κατηγορία Match Racing 4^η θέση Perth Αυστραλία, 4^η θέση στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2012.

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ

Βοηθός προπονητή Βρετανών δρομέων ημιαντοχής – αντοχής Αγγλία Leeds 1995.

Προπονητής Ανδρών – Γυναικών και Βετεράνων δρομέων Μαραθωνίου Δρόμου με συμμετοχή και διακρίσεις σε Πανελλήνια και Βαλκανικά Πρωταθλήματα, καθώς και σε ατομικό επίπεδο, 1992-2011.

Ομοσπονδιακός Προπονητής Γ' Βαθμίδας, Ομοσπονδία ΣΕΓΑΣ 2000-2002

Ομοσπονδιακός Προπονητής Β' Βαθμίδας, Ομοσπονδία ΣΕΓΑΣ 2002-2004

Ομοσπονδιακός Προπονητής Α' Βαθμίδας, Ομοσπονδία ΣΕΓΑΣ 2004-2008

Τομέαρχης Αντοχής ΣΕΓΑΣ 2008-2009

Κατά την διάρκεια των ετών αυτών συνεγάζηκα με 50 αθλητές της Εθνικής Ομάδας.

Οι μεγαλύτερες διακρίσεις ήταν:

2004 Χρυσό Ολυμπιακό Μετάλλιο 20km βάδην με την Αθανασία Τσουμελέκα, Αθήνα

2003 Χρυσό Μετάλλιο, Πανευρωπαϊκοί Νέων 20km βάδην με την Αθανασία Τσουμελέκα, Πολωνία.

2003 Χρυσό Μετάλλιο, Πανευρωπαϊκοί Νέων 10km με τον Γιάννη Κανελλόπουλο, Πολωνία.

2007 5^η θέση, Πανευρωπαϊκοί Νέων 20km βάδην, Δέσποινα Ζαπουνίδου, Ουγγαρία

2005, πέρασε στον τελικό Πανευρωπαϊκοί εφήβων/νεανίδων, 3000μ με φυσικά εμπόδια, Θαλασσινού Άννα, Λιθουανία

2000 1 συμμετοχή στους Ολυμπιακούς Αγώνες, Χρυσοστομία Ιακώβου 5km, Σίδνευ

2004 6 συμμετοχές στους Ολυμπιακούς Αγώνες, Αθανασία Τσουμελέκα, Χριστίνα Κοκκότου (20km βάδην), Νίκος Πολιάς (Μαραθώνιος), Σπύρος Καστάνης, Θεόδωρος Σταματόπουλος (50km βάδην), Στρουμπάκος Παναγιώτης (800m).

2008 1 συμμετοχή στους Ολυμπιακούς Αγώνες, Αθανασία Τσουμελέκα, Πεκίνο

2001 3 συμμετοχές στο Παγκόσμιο πρωτάθλημα, Καναδάς

2002 5 συμμετοχές στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, Μόναχο

2003 4 συμμετοχές στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα, Παρίσι

2005 1 συμμετοχή στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Ελσίνκι

2007 1 συμμετοχή στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα, Ιαπωνία

Κατά την διάρκεια των Πρωταθλημάτων αυτών καθώς και άλλων (εθνικό πρωτάθλημα, Βαλκανικοί αγώνες), οι αθλητές μου σημείωσαν περισσότερα από 20 πανελλήνια ρεκόρ σε επίπεδο κυρίως ανδρών γυναικών αλλά και εφήβων νεανίδων.

Ατομική Προπονητική Παρακολούθηση (Personal Trainer).

Υπεύθυνος Προπονητής του Running Club στα γυμναστήρια Holmes Place από τον Μάρτιο 2011 (Εργομέτρηση, Προπόνηση, Αγωνιστική Δραστηριότητα).

ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Επιστημονικός συνεργάτης στο τμήμα Εργομετρικής και Φυσιολογικής Αξιολόγησης αθλητών του Ινστιτούτου Πρόληψης και Αποκατάστασης Υγείας «ΗΡΟΔΙΚΟΣ» (1996-1999).

Επιστημονικός συνεργάτης στο Ιατρικό Κέντρο Αθηνών στο τμήμα Εργομετρικής και Φυσιολογικής Αξιολόγησης αθλητών (1999-2000).

Επιστημονικός Συνεργάτης στο Εργομετρικό Κέντρο ΕΡΓΟΔΙΑΓΝΩΣΗ, 2001-

Εργομετρική Αξιολόγηση:

Εθνική Ομάδα Στίβου,
Μαραθωνοδρόμων,
Εθνική Ομάδα Ποδηλασίας,
Κολυμβηση,
Κωπηλασία
Ιστιοπλοία
Μοντέρνο Πένταθλο,
Ορειβασία,
Κανόε Καγιάκ
Πυγμαχία
Πολεμικές Τέχνες
Ποδόσφαιρο (ΑΕΚ, Ολυμπιακός, Παναθηναϊκός και περισσότερες από 50 ομάδες όλων των κατηγοριών)
Μπάσκετ (ΑΕΚ, Ολυμπιακός και περισσότερες από 15 ομάδες όλων των κατηγοριών)
Πετοσφαίριση
Σύλλογοι Στίβου
Κυπριακές ομάδες ποδοσφαίρου.
Εργομετρική Αξιολόγηση παιδιών σχολικής ηλικίας στο προπονητικό Camp της Άννας Βερούλη, 1999
Εργομετρική Αξιολόγηση ακαδημιών ποδοσφαίρου, Θήβα, Κόρινθο, Λουτράκι, 2008-2009

ΆΛΛΕΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, τμήμα ανίχνευσης ταλέντων και ανάπτυξης αγωνιστικού αθλητισμού.

Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, επιτροπή αξιολόγησης ενιαίων προπονητικών προγραμμάτων αθλητικών ομοσπονδιών.

Προπονητής κλασικού αθλητισμού, προετοιμασία υποψηφίων για εισαγωγή στα ΤΕΦΑΑ και στις στρατιωτικές σχολές.

Βοηθός οργάνωσης τελετής έναρξης του 6^{ου} Παγκοσμίου Πρωταθλήματος Στίβου Αθήνα 97.

Βοηθός οργάνωσης Μαραθωνίου Δρόμου του 6^{ου} Παγκοσμίου Πρωταθλήματος Στίβου Αθήνα 97.

Βοηθός οργάνωσης Μαραθωνίου Δρόμου Γρηγόρη Λαμπράκη, κλασική διαδρομή 1997,1998).

Γυμναστής σε γυμναστήριο (1996).

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

Πρόληψη και Σύγχρονη Θεραπεία Αθλητικών Κακώσεων, 3ο Ετήσιο Πανελλήνιο Συμπόσιο, 1-2 Φεβρουαρίου 1992, Αθήνα.

Διατροφή Υγεία Οικονομία, 4ο Ετήσιο Πανελλήνιο Συμπόσιο, 4-5 Απριλίου 1992, Αθήνα.

Nutrition and Fitness, 2nd International Conference on Nutrition and Fitness, May 25, 1992, Athens.

Επιστημονικό Συνέδριο “Ορίζοντες της Αθλητικής Επιστήμης”, 25- 27 Μαΐου, 1992, Αθήνα.

Πρόληψη και Σύγχρονη Θεραπεία Αθλητικών Κακώσεων, 4ο Ετήσιο Πανελλήνιο Συμπόσιο, 26-28 Μαρτίου 1993, Αθήνα.

1ο Διεθνές Συνέδριο για τον Έλεγχο του Σωματικού Βάρους, την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας και την Επίτευξη Ιδανικού Σωματικού Βάρους στον Αθλητισμό, 10-13 Φεβρουαρίου 1994, Αθήνα.

XXVth Fims World Congress of Sports Medicine, 10-16 September 1994, Athens.

3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Καθηγητών Φυσικής Αγωγής, 15-17 Μαρτίου 1996.

Nutrition and Fitness, 3rd International Conference on Nutrition and Fitness, May 24-27, 1996, Athens.

14th Annual Congress of the European College of Sports Science, 24-27 June Oslo/Norway 2009

Με εκτίμηση,

**Νίκος Ε. Δημητριάδης, Καθηγητής Φ.Α., M.Sc.
Φυσιολογία της Άσκησης, Προπονητική**