

# ΑΛΕΞΙΟΣ ΜΠΑΤΡΑΚΟΥΛΗΣ, PhD

ΑΘΡΟΙΣΤΙΚΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΓΙΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ	
Είδος	Αριθμός
Βιβλία	1
Κεφάλαια σε βιβλία	7
Άρθρα σε Περιοδικά της Αλλοδαπής και Ημεδαπής με Σύστημα Κριτών Ενταγμένα σε Βιβλιογραφικές Βάσεις Δεδομένων	36
Άρθρα σε Περιοδικά της Αλλοδαπής και Ημεδαπής με Σύστημα Κριτών μη Ενταγμένα σε Βιβλιογραφικές Βάσεις Δεδομένων	3
<i>Δημοσιεύσεις στη Φυσική Κατάσταση</i>	6
<i>Δημοσιεύσεις στην Αθλητική και Κλινική Διατροφή</i>	3
<i>Δημοσιεύσεις στην Άσκηση για Μη Μεταδιδόμενα Νοσήματα &amp; Γήρανση</i>	20
<i>Δημοσιεύσεις στην Οργάνωση και Διοίκηση Αθλητισμού και Αναψυχής</i>	10
Συνολικά Άρθρα σε Περιοδικά της Αλλοδαπής και Ημεδαπής	39
Παρουσιάσεις σε Διεθνή Συνέδρια με Κριτές	17
Δημοσιεύσεις 2013 – 2017	4 (10%)
Δημοσιεύσεις 2018 – 2023	35 (90%)
Διεθνείς Διαλέξεις-Παρουσιάσεις μετά από Πρόσκληση	27
Συνολικός δείκτης απήχησης	77,806 <sup>a</sup>
Δείκτης απήχησης ανά δημοσίευση	1,995
Συνολικός αριθμός αναφορών	481 <sup>b</sup>
Αναφορές ανά δημοσίευση	12,3
Δείκτης απήχησης h-index	12
Δείκτης απήχησης i10-index	14
Επιτυχείς Διεκδικήσεις Χρηματοδοτήσεων	0

<sup>a</sup> σύμφωνα με τον πιο πρόσφατο πενταετή δείκτη απήχησης που ανατέθηκε σε περιοδικά από τις ετήσιες εκθέσεις της Thompson ISI

<sup>b</sup> Πηγές: Google Scholar (συμπεριλαμβανομένων των αυτοαναφορών και των αναφορών από βιβλία), <https://scholar.google.gr/citations?user=v4ePz9gAAAAJ&hl=el>

## ΣΥΝΟΛΙΚΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ ΕΡΓΟΥ

<b>1. Δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά της αλλοδαπής με σύστημα κριτών:</b>	<b>36</b>
1 <sup>ος</sup> συγγραφέας:	19 (49%)
2 <sup>ος</sup> συγγραφέας:	2 (5%)
3 <sup>ος</sup> συγγραφέας:	0 (0%)
>3 <sup>ος</sup> συγγραφέας:	14 (36%)
τελευταίος συγγραφέας	1 (3%)
<b>2. Συνολικό Impact Factor (IF):</b>	<b>77,806</b>
Δημοσιεύσεις χωρίς IF:	13 (33%)
Δημοσιεύσεις με IF 0.01 – 1.0:	1 (3%)
Δημοσιεύσεις με IF 1.1 – 2.0:	11 (28%)
Δημοσιεύσεις με IF 2.1 – 3.0:	4 (10%)
Δημοσιεύσεις με IF 3.1 – 4.0:	3 (8%)
Δημοσιεύσεις με IF 4.1 – 5.0:	1 (3%)
Δημοσιεύσεις με IF 5.1 – 10.0:	6 (15%)
Μέσο IF:	1,995
<b>3. Συνολικό Citation Index:</b>	<b>481</b>
Ετεροαναφορές:	369
Αυτοαναφορές:	112 (23%)
<b>4. Δείκτης h:</b>	<b>12</b>
<b>5. Δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά της ημεδαπής με σύστημα κριτών:</b>	<b>3</b>
<b>6. Επιστημονικές ανακοινώσεις σε συνέδρια της αλλοδαπής:</b>	<b>12</b>
<b>7: Επιστημονικές ανακοινώσεις σε συνέδρια της ημεδαπής:</b>	<b>5</b>
<b>8. Κριτής σε επιστημονικά περιοδικά της αλλοδαπής:</b>	<b>24</b>
<b>9. Κριτής σε επιστημονικά περιοδικά της ημεδαπής:</b>	<b>0</b>
<b>10. Υποτροφίες:</b>	<b>2</b>

## Ακαδημαϊκή Εκπαίδευση

Ίδρυμα: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Τίτλος: Πτυχίο

Πεδίο: Επιστήμη Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

Ειδικότητα: Αθλητικές Δραστηριότητες Κλειστών Χώρων

Βαθμός: 7,4

Ημερομηνίες φοίτησης: 1993–2000

Τίτλος διπλωματικής εργασίας: «Σχέση μεταξύ παχυσαρκίας και μελών γυμναστηρίου»

Ίδρυμα: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Τίτλος: Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης

Πεδίο: Άσκηση και Υγεία

Έμφαση: Άσκηση και Παχυσαρκία

Βαθμός: 9,7

Ημερομηνίες φοίτησης: 2014–2017

Τίτλος μεταπτυχιακής διατριβής: «Οι επιδράσεις ενός νέου υβριδικού προγράμματος άσκησης στη σύσταση σώματος, το σωματικό βάρος και την ενεργειακή ισορροπία σε αδρανείς υπέρβαρες και παχύσαρκες γυναίκες».

Ίδρυμα: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Τίτλος: Διδακτορικό Δίπλωμα

Πεδίο: Κλινική Εργοφυσιολογία

Έμφαση: Άσκηση και Παχυσαρκία

Βαθμός: 10,0

Ημερομηνίες φοίτησης: 2018–2022

Τίτλος διδακτορικής διατριβής: «Η επίδραση της δοσολογίας της διαλειμματικής νευρομυϊκής προπόνησης υψηλής έντασης στην υγεία, την απόδοση και την ποιότητα ζωής υπέρβαρων και παχύσαρκων ατόμων».

## Διεθνείς Επαγγελματικές Πιστοποιήσεις

### American College of Sports Medicine (ACSM):

- Certified Exercise Physiologist (ACSM-EP)
- Certified Personal Trainer (ACSM-CPT)
- Certified Exercise is Medicine (ACSM-EIM)

### National Strength and Conditioning Association (NSCA):

- Certified Strength and Conditioning Specialist (CSCS)
- Certified Special Population Specialist (CSPS)
- Certified Personal Trainer (NSCA-CPT)

### American Council on Exercise (ACE):

- Certified Medical Exercise Specialist (ACE-CMES)
- Certified Health Coach (ACE-CHC)
- Certified Personal Trainer (ACE-CPT)
- Youth Fitness Specialist (ACE-YFS)

- Senior Fitness Specialist (ACE-SFS)
- Weight Management Specialist (ACE-WMS)
- Therapeutic Exercise Specialist (ACE-TES)
- Fitness Nutrition Specialist (ACE-FNS)

**National Academy of Sports Medicine (NASM):**

- Corrective Exercise Specialist (NASM-CES)
- Performance Enhancement Specialist (NASM-PES)
- Weight Loss Specialist (NASM-WLS)

**EuropeActive (European Register of Exercise Professionals – EREPS):**

- EQF L3 – Fitness Instructor, Group Fitness Instructor
- EQF L4 – Personal Trainer, Youth Fitness Instructor, Active Aging Trainer, Pilates Teacher
- EQF L5 – Exercise for Health Specialist, Weight Management Exercise Specialist
- EQF L6 – Graduate Exercise Professional

**Others:**

- Functional Aging Institute: Functional Aging Specialist
- Functional Movement Systems: FMS Level 1 Certified

## *Επαγγελματική Εμπειρία*

### *Παροχή Υπηρεσιών Άσκησης*

- **Γυμναστής**
  - ✓ Διδασκαλία ομαδικών προγραμμάτων με ρυθμό και μουσική (αερόβιος χορός)
  - ✓ Σχεδιασμός ατομικών προγραμμάτων φυσικής κατάστασης (αερόβια ικανότητα, μυϊκή ενδυνάμωση, ευλυγισία-κινητικότητα)  
Μάρτιος 1995 – Ιούνιος 1997  
Γυμναστήριο VIS VITALIS CENTER (Γ. Λεπενιώτης & ΣΙΑ Ε.Π.Ε., Α.Φ.Μ.: 95395906)  
Βενιζέλου Ελ. 36, 54624, Θεσσαλονίκη
- **Γυμναστής και συνιδιοκτήτης επιχείρησης**
  - ✓ Διδασκαλία ομαδικών προγραμμάτων με ρυθμό και μουσική (αερόβιος χορός)
  - ✓ Σχεδιασμός ατομικών προγραμμάτων φυσικής κατάστασης (αερόβια ικανότητα, μυϊκή ενδυνάμωση, ευλυγισία-κινητικότητα)
  - ✓ Υπεύθυνος προσωπικού γυμναστών  
Σεπτέμβριος 1997 – Ιούνιος 2010  
Γυμναστήριο ΚΟΥΡΟΣ (Μπατρακούλης Ν. & Α. – Νικολίτσας Κ. Ε.Π.Ε.)  
Λαγού 2 και Κραννώνος, 41222, Λάρισα
- **Γυμναστής**
  - ✓ Επίβλεψη και σχεδιασμός εξατομικευμένων προγραμμάτων άσκησης φυσικής κατάστασης (αερόβια ικανότητα, μυϊκή ενδυνάμωση, ευλυγισία-κινητικότητα)  
Οκτώβριος 2020 – Ιανουάριος 2022  
Γυμναστήριο ΚΟΥΡΟΣ (Μπατρακούλης Ε. Νικόλαος, Α.Φ.Μ.: 052262532)  
Λαγού 2 και Κραννώνος, 41222, Λάρισα

## Παροχή Υπηρεσιών Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης

- **Εκπαιδευτής Ενηλίκων**

Εκπαιδευτής στο Ιδιωτικό Ινστιτούτο Επαγγελματικής Κατάρτισης «ΔΗΜΗΤΡΑ» στην ειδικότητα «Προπονητής Αθλημάτων» και υπεύθυνος διδασκαλίας των παρακάτω μαθημάτων:

- Προπονητική
- Κινητική Μάθηση
- Αθλητική Παιδαγωγική
- Εργοφυσιολογία
- Εργομετρία

Σεπτέμβριος 2017 – Ιούνιος 2018

Εκπαιδευτική Συμβουλευτική Α.Ε.

Παλαιολόγου 19, 41223, Λάρισα

- **Εκπαιδευτής Ενηλίκων**

Εκπαιδευτής στον ιδιωτικό φορέα Δια Βίου Μάθησης «Fitness Innovation» στον τομέα «Εξατομικευμένη Άσκηση» (Personal Training) διδάσκοντας τα παρακάτω μαθήματα:

- Ανατομία
- Κινησιολογία
- Φυσιολογία της άσκησης
- Διατροφή και άσκηση
- Προπόνηση με αντιστάσεις
- Ομαδικά προγράμματα άσκησης

Δεκέμβριος 2017 – Ιούνιος 2019

Fitness Innovation E.E.

Μιαούλη 14, 69100 Κομοτηνή

- **Εκπαιδευτής Ενηλίκων**

Εκπαιδευτής του Αμερικανικού εκπαιδευτικού οργανισμού «American Council on Exercise» για Ελλάδα και Κύπρο ως υπεύθυνος διδασκαλίας σεμιναρίων συνεχιζόμενης εκπαίδευσης στους παρακάτω τομείς:

- Άσκηση και παχυσαρκία
- Άσκηση σε παιδιά και εφήβους
- Προπόνηση σε ολιγομελείς ομάδες
- Φυσική κατάσταση αθλητών

Ιανουάριος 2017 – Δεκέμβριος 2020

American Council on Exercise

4851 Paramount Drive, 92123, San Diego, CA, USA

- **Εκπαιδευτής Ενηλίκων**

Εκπαιδευτής με ειδικότητα γυμναστή και κωδικό ΛΑΕΚ 76103 στο Κέντρο Διά Βίου Μάθησης Επιπέδου 2 «Κύβος Εκπαιδευτική Αναπτυξιακή Συμβουλευτική Μονοπρόσωπη ΙΚΕ (ΚΥΒΟΣ ΙΚΕ)», για την υλοποίηση του προγράμματος ΛΑΕΚ 1-49 έτους 2019 με τίτλο: «Εξατομικευμένη Προπόνηση Φυσικής Κατάστασης», διάρκειας 40 ωρών και κωδικό 3201900348, στο πλαίσιο υλοποίησης των ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΣΕ ΜΙΚΡΕΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΛΑΕΚ 1-49 ΕΤΟΥΣ 2019, σύμφωνα με τους όρους της εγκυκλίου του ΟΑΕΔ [https://laek.oaed.gr/manuals/laek1-49\\_modification\\_b\\_2019.pdf](https://laek.oaed.gr/manuals/laek1-49_modification_b_2019.pdf)

Η διδασκαλία 40 συνολικά ωρών κάλυψε τις παρακάτω 10 θεματικές ενότητες:

- Βασικές αρχές ανατομίας και κινησιολογίας
- Βασικές αρχές φυσιολογίας της άσκησης
- Βασικές αρχές διατροφής για άσκηση και υγεία
- Δυναμική προθέρμανση για υγεία, απόδοση και λειτουργικότητα
- Προπόνηση καρδιοαναπνευστικής αντοχής για ασκούμενους και αθλητές
- Προπόνηση μυϊκής ενδυνάμωσης για ασκούμενους και αθλητές
- Προπόνηση ευλυγισίας για ασκούμενους και αθλητές
- Προπόνηση ισορροπίας, μυϊκού συντονισμού και κορμού (πυρήνα)
- Αξιολόγηση φυσικής κατάστασης
- Άσκηση για ειδικούς πληθυσμούς

Οκτώβριος 2021

KYBOΣ I.K.E.

Νικηταρά 18, 41221, Λάρισα

- **Εκπαιδευτής Ενηλίκων**

Προσκεκλημένος εκπαιδευτής του «International Obesity Exercise Training Institute» για διδασκαλία σεμιναρίων συνεχιζόμενης κατάρτισης σε επαγγελματίες της άσκησης σε 40 χώρες σε 5 ηπείρους με την παρακάτω θεματολογία:

- Άσκηση και υγεία
- Άσκηση κλινικών πληθυσμών
- Φυσική κατάσταση φαινομενικά υγιών ατόμων
- Φυσική κατάσταση αθλητών

Ιανουάριος 2017 – Μάρτιος 2023

[www.ioeti.co](http://www.ioeti.co)

## *Ακαδημαϊκή Εμπειρία*

### *Διδασκαλία σε Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών*

- **Εαρινό εξάμηνο 2020-2021**

Σύμβαση ενός ακαδημαϊκού εξαμήνου για επικουρικό διδακτικό έργο ως διδάσκων στο Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (μάθημα: Κολύμβηση, εαρινό εξάμηνο, 2020-2021), το οποίο περιλαμβάνει τα παρακάτω:

- α) την επικουρία του εκπαιδευτικού έργου των μελών Δ.Ε.Π. και του λοιπού τακτικού και έκτακτου διδακτικού προσωπικού του Τμήματος σε μαθήματα του ίδιου ή συναφούς γνωστικού αντικειμένου, όπως αυτά θα καθορίστηκαν στην πρόσκληση (11938/29.03.2021),
- β) τη διεξαγωγή φροντιστηριακών μαθημάτων σε μικρές ομάδες φοιτητών, στις οποίες συμμετέχουν έως τριάντα (30) εγγεγραμμένοι φοιτητές, με σκοπό την καλύτερη εμπέδωση/κατανόηση του γνωστικού αντικειμένου του θεωρητικού μέρους του μαθήματος και τη διενέργεια πρακτικών ασκήσεων,
- γ) την υποστήριξη του εργαστηριακού, πρακτικού ή κλινικού μέρους μαθήματος, υπό την καθοδήγηση και εποπτεία του κάθε διδάσκοντος το μάθημα,
- δ) τη διόρθωση εργασιών ως προς το θεωρητικό ή εργαστηριακό ή πρακτικό μέρος των φροντιστηριακών μαθημάτων,

ε) τη συμμετοχή στην επιτήρηση των τελικών εξετάσεων και των ενδιάμεσων διαγωνισμάτων (προόδων) των μαθημάτων του προγράμματος σπουδών του Τμήματος, που υποστηρίζουν.

- **Εαρινό εξάμηνο 2021-2022**

Σύμβαση ενός ακαδημαϊκού εξαμήνου για αυτόνομο διδακτικό έργο ως διδάσκων με το Π.Δ. 407/80 στο Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (μάθημα: **Τεχνικές Ασκήσεων Ανάπτυξης της Δύναμης ΜΕ0917**, εαρινό εξάμηνο, 2021-2022), με σύμβαση εργασίας ιδιωτικού δικαίου ορισμένου χρόνου που περιλαμβάνει την εκπλήρωση ακόλουθων υποχρεώσεων:

α) διεξαγωγή επιστημονικού, οργανωτικού και εξεταστικού έργου, σχετικού με τις ανάγκες του μαθήματος.

β) παρακολούθηση και βαθμολόγηση διπλωματικών εργασιών των φοιτητών, εφόσον τούτο του ζητηθεί από το Τμήμα ή από την Πρυτανεία.

γ) παρουσία στους πανεπιστημιακούς χώρους της έδρας του Τμήματος, επί πέντε (5) ώρες εβδομαδιαίως κατ' ελάχιστο όριο, πέραν των τριών (3) ωρών διδασκαλίας για τη διεξαγωγή κάθε μορφής επιστημονικού, οργανωτικού και εξεταστικού έργου, σύμφωνα με τις ανάγκες του Τμήματος. Ο συνολικός αριθμός των οκτώ (8) ωρών διδασκαλίας και παρουσίας στους πανεπιστημιακούς χώρους δεν μπορεί να πραγματοποιείται σε λιγότερες από μια (1) ημέρα εβδομαδιαίως.

δ) κατά την παραμονή του στην έδρα του Τμήματος πρέπει να δέχεται τους φοιτητές που επιθυμούν, σε ώρες που ο ίδιος θα καθορίζει.

ε) Διεξαγωγή φροντιστηρίων, πρακτικής άσκησης φοιτητών (εφ' όσον παρίσταται ανάγκη) και κάθε άλλου επιστημονικού, οργανωτικού και εκπαιδευτικού έργου σύμφωνα με το εκάστοτε εβδομαδιαίο πρόγραμμα του Τμήματος.

ζ) Διεξαγωγή των απαραίτητων εξετάσεων των περιόδων Ιουνίου 2022 και Σεπτεμβρίου 2022 και κατάθεση της βαθμολογίας το αργότερο εντός μηνός από την ημερομηνία διεξαγωγής των εξετάσεων.

η) Υποβολή πρότασης για τη διάθεση συγγράμματος ή Πανεπιστημιακών παραδόσεων στους φοιτητές για την εκπαίδευσή τους στο μάθημα που διδάσκει.

**Αξιολόγηση μαθήματος από τους φοιτητές:** 4,6 / 5,0 (ΜΟ.ΔΙ.Π. Π.Θ.)

- **Εαρινό εξάμηνο 2021-2022**

Επικουρική διδασκαλία ενός ακαδημαϊκού εξαμήνου ως προσκεκλημένος διδάσκων στο Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (μάθημα: **Άσκηση με τη Μέθοδο Πιλάτες σε Ειδικά Κρεβάτια ΜΕ1147**, εαρινό εξάμηνο, 2021-2022, Υπεύθυνος Καθηγητής: Ιωάννης Φατούρος).

- **Εαρινό εξάμηνο 2022-2023**

Σύμβαση ενός ακαδημαϊκού εξαμήνου για αυτόνομο διδακτικό έργο ως Εντεταλμένος Διδάσκοντας σύμφωνα με το άρθρο 173 του ν. 4957/2022 (Α' 141) στο Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (μάθημα: **Τεχνικές Ασκήσεων Ανάπτυξης της Δύναμης ΜΕ0917**, εαρινό εξάμηνο, 2022-2023), με σύμβαση εργασίας ιδιωτικού δικαίου ορισμένου χρόνου που περιλαμβάνει την εκπλήρωση ακόλουθων υποχρεώσεων:

α) διεξαγωγή επιστημονικού, οργανωτικού και εξεταστικού έργου, σχετικού με τις ανάγκες του μαθήματος.

β) παρακολούθηση και βαθμολόγηση διπλωματικών εργασιών των φοιτητών, εφόσον τούτο του ζητηθεί από το Τμήμα ή από την Πρυτανεία.

γ) παρουσία στους πανεπιστημιακούς χώρους της έδρας του Τμήματος, επί έξι (6) ώρες εβδομαδιαίως κατ' ελάχιστο όριο, πέραν των δύο (2) ωρών διδασκαλίας για τη διεξαγωγή κάθε μορφής επιστημονικού, οργανωτικού και εξεταστικού έργου, σύμφωνα με τις ανάγκες του Τμήματος. Ο συνολικός αριθμός των οκτώ (8) ωρών διδασκαλίας και παρουσίας στους πανεπιστημιακούς χώρους δεν μπορεί να πραγματοποιείται σε λιγότερες από μια (1) ημέρα εβδομαδιαίως.

δ) κατά την παραμονή του στην έδρα του Τμήματος πρέπει να δέχεται τους φοιτητές που επιθυμούν, σε ώρες που ο ίδιος θα καθορίζει.

ε) Διεξαγωγή φροντιστηρίων, πρακτικής άσκησης φοιτητών (εφ' όσον παρίσταται ανάγκη) και κάθε άλλου επιστημονικού, οργανωτικού και εκπαιδευτικού έργου σύμφωνα με το εκάστοτε εβδομαδιαίο πρόγραμμα του Τμήματος.

ζ) Διεξαγωγή των απαραίτητων εξετάσεων των περιόδων Ιουνίου 2023 και Σεπτεμβρίου 2023 και κατάθεση της βαθμολογίας το αργότερο εντός μηνός από την ημερομηνία διεξαγωγής των εξετάσεων.

η) Υποβολή πρότασης για τη διάθεση συγγράμματος ή Πανεπιστημιακών παραδόσεων στους φοιτητές για την εκπαίδευσή τους στο μάθημα που διδάσκει.

**Αξιολόγηση μαθήματος από τους φοιτητές:** / 5,0 (ΜΟ.ΔΙ.Π. Π.Θ.)

- **Εαρινό εξάμηνο 2022-2023**

Σύμβαση ενός ακαδημαϊκού εξαμήνου για αυτόνομο διδακτικό έργο ως Εντεταλμένος Διδάσκοντας σύμφωνα με το άρθρο 173 του ν. 4957/2022 (Α' 141) στο Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος Διαιτολογίας και Διατροφολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (μάθημα: **Φυσιολογία της Άσκησης 4103**, εαρινό εξάμηνο, 2022-2023), με σύμβαση εργασίας ιδιωτικού δικαίου ορισμένου χρόνου που περιλαμβάνει την εκπλήρωση ακόλουθων υποχρεώσεων:

α) διεξαγωγή επιστημονικού, οργανωτικού και εξεταστικού έργου, σχετικού με τις ανάγκες του μαθήματος.

β) παρακολούθηση και βαθμολόγηση διπλωματικών εργασιών των φοιτητών, εφόσον τούτο του ζητηθεί από το Τμήμα ή από την Πρυτανεία.

γ) παρουσία στους πανεπιστημιακούς χώρους της έδρας του Τμήματος, επί πέντε (5) ώρες εβδομαδιαίως κατ' ελάχιστο όριο, πέραν των τριών (3) ωρών διδασκαλίας για τη διεξαγωγή κάθε μορφής επιστημονικού, οργανωτικού και εξεταστικού έργου, σύμφωνα με τις ανάγκες του Τμήματος. Ο συνολικός αριθμός των οκτώ (8) ωρών διδασκαλίας και παρουσίας στους πανεπιστημιακούς χώρους δεν μπορεί να πραγματοποιείται σε λιγότερες από μια (1) ημέρα εβδομαδιαίως.

δ) κατά την παραμονή του στην έδρα του Τμήματος πρέπει να δέχεται τους φοιτητές που επιθυμούν, σε ώρες που ο ίδιος θα καθορίζει.

ε) Διεξαγωγή φροντιστηρίων, πρακτικής άσκησης φοιτητών (εφ' όσον παρίσταται ανάγκη) και κάθε άλλου επιστημονικού, οργανωτικού και εκπαιδευτικού έργου σύμφωνα με το εκάστοτε εβδομαδιαίο πρόγραμμα του Τμήματος.

ζ) Διεξαγωγή των απαραίτητων εξετάσεων των περιόδων Ιουνίου 2023 και Σεπτεμβρίου 2023 και κατάθεση της βαθμολογίας το αργότερο εντός μηνός από την ημερομηνία διεξαγωγής των εξετάσεων.

η) Υποβολή πρότασης για τη διάθεση συγγράμματος ή Πανεπιστημιακών παραδόσεων στους φοιτητές για την εκπαίδευσή τους στο μάθημα που διδάσκει.

**Αξιολόγηση μαθήματος από τους φοιτητές:** / 5,0 (ΜΟ.ΔΙ.Π. Π.Θ.)



## Διδασκαλία σε Προγράμματα Δια βίου Μάθησης και Επιμόρφωσης

- Σύμβαση ως διδάσκων στο πρόγραμμα «Συνταγογράφηση άσκησης και φυσικής δραστηριότητας για άτομα με μη μεταδιδόμενα νοσήματα – Επίπεδο 1» του Κέντρου Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (2021-2022) αποκλειστικά για αποφοίτους των Τμημάτων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) και Ιατρικής Ελλάδας ή ομοταγών Τμημάτων της αλλοδαπής με αναγνώριση από ΔΟΑΤΑΠ ή ΔΙΚΑΤΣΑ. Η διδασκαλία 31 συνολικά ωρών κάλυψε τις παρακάτω 12 θεματικές ενότητες:
  1. Συνταγογράφηση ασκήσεων κινητικότητας για άτομα με μη μεταδιδόμενα νοσήματα (MMN).
  2. Αξιολόγηση της λειτουργικής ικανότητας ατόμων με μεταβολικά και αναπνευστικά νοσήματα.
  3. Αξιολόγηση της μυοσκελετικής φυσικής κατάστασης σε ασθενείς με μεταβολικά και αναπνευστικά νοσήματα.
  4. Ο σχεδιασμός ενός χώρου προπόνησης για άτομα με μεταβολικά και αναπνευστικά νοσήματα.
  5. Η οργάνωση του επαγγέλματος ατομικής προπόνησης (personal training) για άτομα με MMN I.
  6. Η οργάνωση του επαγγέλματος ατομικής προπόνησης (personal training) για άτομα με MMN II.
  7. Η άσκηση με άτομα με MMN στον διεθνή χώρο – πιστοποιήσεις.
  8. Η υιοθέτηση ενός σωματικά δραστήριου τρόπου ζωής.
  9. Ο ρόλος της τεχνολογίας στον σχεδιασμό και υλοποίηση προγραμμάτων άσκησης και φυσικής δραστηριότητας για άτομα με MMN.
  10. Ο πολυδιάστατος ρόλος του γυμναστή στην εποχή μας – προπόνηση μέσω υπολογιστή.
  11. Χρήση πηγών στο διαδίκτυο για ενημέρωση και επιμόρφωση πάνω στην άσκηση για άτομα με μεταβολικά και αναπνευστικά νοσήματα.
  12. Εργαστήριο "συνταγογράφησης" και υλοποίησης υβριδικών προγραμμάτων άσκησης για άτομα με μη μεταδιδόμενα νοσήματα.
- Σύμβαση ως διδάσκων στο πρόγραμμα «Κλινικός Εργοφυσιολόγος – Συνταγογράφηση άσκησης και φυσικής δραστηριότητας για άτομα με μη μεταδιδόμενα νοσήματα – Επίπεδο 2» του Κέντρου Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (2022-2023) αποκλειστικά για αποφοίτους των Τμημάτων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) και Ιατρικής Ελλάδας ή ομοταγών Τμημάτων της αλλοδαπής με αναγνώριση από ΔΟΑΤΑΠ ή ΔΙΚΑΤΣΑ. Η διδασκαλία 15 συνολικά ωρών κάλυψε τις παρακάτω 6 θεματικές ενότητες:
  1. Αρχές «συνταγογράφησης» διαλειμματικής προπόνησης υψηλής έντασης (HIIT) για ασθενείς με MMN
  2. Αρχές «συνταγογράφησης» ασκήσεων κινητικότητας για άτομα με MMN
  3. Αξιολόγηση της μυοσκελετικής φυσικής κατάστασης σε άτομα με MMN
  4. Αξιολόγηση της λειτουργικής ικανότητας σε άτομα με MMN
  5. Αξιολόγηση της παχυσαρκίας
  6. Εκτέλεση διαλειμματικών πρωτοκόλλων άσκησης σε άτομα με MMN
- Σύμβαση ως διδάσκων στο πρόγραμμα «Ειδικός της Άσκησης Pilates» του Κέντρου Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

(Μάιος–Οκτώβριος 2022) αποκλειστικά για αποφοίτους των Τμημάτων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) και Ιατρικής Ελλάδας ή ομοταγών Τμημάτων της αλλοδαπής με αναγνώριση από ΔΟΑΤΑΠ ή ΔΙΚΑΤΣΑ. Η διδασκαλία 24 συνολικά ωρών κάλυψε τις παρακάτω 6 θεματικές ενότητες:

1. Ιστορική αναδρομή, φιλοσοφία, βασικές αρχές και ερευνητικά δεδομένα της μεθόδου Pilates στο έδαφος
2. Καθοδήγηση του προγράμματος Pilates mat στην αίθουσα
3. Σχεδιασμός προγράμματος άσκησης για Pilates mat II
4. Η οργάνωση του χώρου άσκησης για Pilates mat
5. Σχεδιασμός προγράμματος άσκησης για Pilates με εξοπλισμό I
6. Σχεδιασμός προγράμματος άσκησης για Pilates με εξοπλισμό II

## Ερευνητικά Ενδιαφέροντα

Ο Μπατρακούλης είναι μέλος του Εργαστηρίου Βιοχημείας, Φυσιολογίας και Διατροφής της Άσκησης (επίσης γνωστό ως SmArT Lab), το οποίο διευθύνουν οι Καθηγητές κ.κ. Ιωάννης Φατούρος και Αθανάσιος Τζιαμούρτας ως μέρος του Κέντρου Έρευνας και Αξιολόγησης της Φυσικής Απόδοσης (ΚΕΑΦΑ) στο Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ) του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Τα κύρια ερευνητικά ενδιαφέροντά του είναι συνοπτικά τα παρακάτω:

- Άσκηση και παχυσαρκία
- Φυσική κατάσταση αθλητών
- Αθλητική διατροφή
- Άσκηση για μη μεταδιδόμενα νοσήματα
- Άσκηση και γήρανση
- Άσκηση και παιδική ηλικία
- Ασκησιογενής φλεγμονή
- Οργάνωση και διοίκηση μαζικού αθλητισμού

## Πλήρη Άρθρα σε Επιστημονικά Περιοδικά με Κριτές

1. **Batrakoulis A.**, Veiga OL, Franco S, Thomas E, Alexopoulos A, Valcarce-Torrente M, Santos-Rocha R, Ramalho F, Di Credico A, Vitucci D, Ramos L, Simões V, Romero-Caballero A, Vieira I, Mancini A, Bianco A. (2023). Health and fitness trends in Southern Europe for 2023: a cross-sectional survey. *Retos*, in press. Impact Factor: –
2. **Batrakoulis A.** (2023). Chronic Fatigue Syndrome: Exercise Recommendations. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 27(4), in press. Impact Factor: 1.130
3. Sorace P, LaFontaine T, **Batrakoulis A.** (2023). Left Ventricular Assist Device: Exercise Recommendations. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 27(2), 59–62. Impact Factor: 1.130

4. Kercher VM, Kercher K, Levy P, Bennion T, Alexander C, Amaral PC, **Batrakoulis A**, Gómez Chávez LFJ, Cortés-Almanzar P, Haro JL, Pelayo Zavalza AR, Aguirre Rodríguez LE, Franco S, Santos-Rocha R, Ramalho F, Simoes V, Vieira I, Ramos L, Veiga OL, Valcarce-Torrente M, Romero-Caballero A. (2023). 2023 Fitness Trends from Around the Globe. *ACSM's Health & Fitness Journal* 27(1): 19–30. Impact Factor: 1.130
5. **Batrakoulis A**. Role of Mind-Body Fitness in Obesity. *Diseases* 2023, 11(1), 1. Impact Factor: –
6. Georgakouli K, Siamata F, Draganidis D, Tsimeas P, Papanikolaou K, **Batrakoulis A**, Gatsas A, Poullos A, Syrou N, Deli CK, Fatouros IG, Jamurtas AZ. (2022). The Effects of Greek Orthodox Christian Fasting during Holy Week on Body Composition and Cardiometabolic Parameters in Overweight Adults. *Diseases* 10(4), 120. Impact Factor: –
7. **Batrakoulis A**. (2022). Psychophysiological Adaptations to Yoga Practice in Overweight and Obese Individuals: A Topical Review. *Diseases*, 10(4), 107. Impact Factor: –
8. **Batrakoulis A**. (2022). National Survey of Fitness Trends in Greece for 2023. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 10(5), 1085-1097 Impact Factor: –
9. **Batrakoulis A**. (2022). Psychophysiological Adaptations to Pilates Training in Overweight and Obese Individuals: A Topical Review. *Diseases*, 10(4), 71. Impact Factor: –
10. Mohr M, Ermidis G, Jamustas AZ, Vigh-Larsen J, Poullos A, Draganidis D, Papanikolaou K, Tsimeas P, Batsilas D, Loules G, **Batrakoulis A**, Sovatzidis A, Nielsen JL, Tzatzakis T, Deli CK, Nybo L, Krstrup P, Fatouros IG. (2022). Extended Match Time Exacerbates Fatigue and Impacts Physiological Responses in Male Soccer Players. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 55(1), 80-92. Impact Factor: 6.289
11. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2022). Exercise and type II diabetes mellitus: A brief guide for exercise professionals. *Strength and Conditioning Journal*, 44(6), 64–72. Impact Factor: 2.143
12. **Batrakoulis A**, Fatouros IG. Psychological Adaptations to High-Intensity Interval Training in Overweight and Obese Adults: A Topical Review. *Sports* 2022, 10(5), 64. Impact factor: –

13. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Metsios GS, Perivoliotis K, Liguori G, Feito K, Riebe D, Thompson WR, Angelopoulos TJ, Krstrup P, Mohr M, Draganidis D, Poullos A, Fatouros IG. (2022). Comparative efficacy of five exercise types on cardiometabolic health in overweight and obese adults: a systematic review and network meta-analysis of randomized controlled trials. *Circulation: Cardiovascular Quality and Outcomes* 15(6): e008243. Impact Factor: 5.882
14. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Tsimeas P, Poullos A, Perivoliotis K, Syrou N, Papanikolaou K, Draganidis D, Deli CK, Metsios GS, Angelopoulos TJ, Feito Y, Fatouros IG. (2022). Hybrid-type, multicomponent interval training upregulates musculoskeletal fitness of adults with overweight and obesity in a volume-dependent manner: A 1-year dose-response randomised controlled trial. *European Journal of Sport Science* 23(3): 432-443. Impact Factor: 4.050
15. Kercher VM, Kercher K, Bennion T, Levy P, Alexander C, Amaral PC, Li Y-M, Han J, Liu Y, Wang R, Huang H-Y, Gao B-A, **Batrakoulis A**, Gómez Chávez LFJ, Haro JL, Pelayo Zavalza AR, Aguirre Rodríguez LE, Veiga OL, Valcarce-Torrente M, Romero-Caballero A. (2022). 2022 Fitness Trends from Around the Globe. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 26(1), 21-37. Impact Factor: 1.364
16. Draganidis D, Jamurtas AZ, Chondrogianni N, Mastorakos G, Jung T, Grune T, Papadopoulos C, Papanikolaou K, Papassotiriou I, Papaevgeniou N, Poullos A, **Batrakoulis A**, Deli CK, Georgakouli K, Chatzinikolaou A, Karagounis LG, Fatouros IG. (2021). Low-grade systemic inflammation interferes with anabolic and catabolic characteristics of the aged human skeletal muscle. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*, 2021: 8376915. Impact Factor: 6.543
17. Tsitskari E. **Batrakoulis A**. (2021). Investigating the marketing strategies of the health and fitness sector in Greece; the managers' perspective. *Retos*, 43, 264-273. Impact Factor: 1.360
18. Sorace P, **Batrakoulis A**, (2021). Exercise Training with Atrial Fibrillation. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 25(6), 61-64. Impact Factor: 1.364
19. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Draganidis D, Georgakouli K, Tsimeas P, Poullos A, Syrou N, Deli CK, Papanikolaou K, Tournis S, Fatouros IG. (2021). Hybrid neuromuscular training improves cardiometabolic health and alters redox status in inactive overweight and obese women: a randomized controlled trial. *Antioxidants*, 10(10), 1601. Impact Factor: 6.312

- 
20. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2021). High-intensity interval training in metabolic diseases: Physiological adaptations. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 25(5), 54-59. Impact Factor: 1.364
21. Krstrup P, Mohr M, Nybo L, Draganidis D, Randers MB, Ermidis G, Ørntoft C, Røddik L, Batsilas D, Poullos A, Ørtenblad N, Loules G, Deli CK, **Batrakoulis A**, Nielsen JL, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2022). Muscle metabolism and impaired sprint performance in an elite women's football game. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 1(Suppl. 1), 27–38. Impact Factor: 3.255
22. Kritikos S, Papanikolaou K, Draganidis D, Poullos A, Georgakouli K, Tsimeas P, Tzatzakis T, Batsilas D, **Batrakoulis A**, Deli CK, Chatzinikolaou A, Mohr M, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2021). Effect of Whey vs. Soy Protein Supplementation on Recovery Kinetics Following Speed Endurance Training in Competitive Male Soccer Players: A Randomized Controlled Trial. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 18(1), 23. Impact Factor: 5.068
23. Papanikolaou K, Tsimeas P, Anagnostou A, Varypatis A, Mourikis C, Tzatzakis T, Draganidis D, Batsilas D, Mersinias T, Loules G, Poullos A, Deli CK, **Batrakoulis A**, Chatzinikolaou A, Mohr M, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2021). Recovery Kinetics Following Small-Sided Games in Competitive Soccer Players: Does Player Density Size Matter? *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 16(9), 1270–1280. Impact Factor: 3.528
24. Kercher VM, Kercher K, Bennion T, Yates BA, Feito Y, Alexander C, Amaral PC, Soares W, Li Y-M, Han J, Liu Y, Wang R, Huang H-Y, Gao B-H, **Batrakoulis A**, Gómez Chávez LFJ, López Haro J, Pelayo Zavalza AR, Aguirre Rodríguez LE, Veiga OL, Manel Valcarce-Torrente M, De la Cámara MÁ. (2021). Fitness trends from around the globe. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 25(1), 20–31. Impact Factor: 1.172
25. Georgakouli K, Manthou E, Georgoulis P, Ziaka A, Deli CK, Draganidis D, **Batrakoulis A**, Papanikolaou K, Tsimeas P, Mastorakos G, Fatouros IG, Koutedakis Y, Theodorakis Y, Jamurtas AZ. (2020). HPA axis responses to acute exercise differ in smokers and non-smokers. *Physiology & Behavior*, 229, 113258. Impact Factor: 2.826
26. **Batrakoulis A**, Chatzinikolaou A, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2020). National Survey of Fitness Trends in Greece for 2021. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 8(6), 308–320. Impact Factor: –
-

27. **Batrakoulis A**, Tsimeas P, Deli CK, Vlachopoulos D, Ubago-Guisado E, Poullos A, Chatzinikolaou A, Draganidis D, Papanikolaou P, Georgakouli P, Batsilas D, Gracia-Marco L, Jamurtas AZ, Fatouros I. (2020). Hybrid Neuromuscular Training Promotes Musculoskeletal Adaptations in Inactive Overweight and Obese Women: A Training-Detraining Randomized Controlled Trial. *J. Sports Sci.* 39(5), 503–512. Impact Factor: 2.597
28. Sovatzidis A, Chatzinikolaou A, Fatouros IG, Panagoutsos S, Draganidis D, Nikolaidou E, Avloniti A, Michailidis Y, Mantzouridis I, **Batrakoulis A**, Pasadakis P, Vargemezis V. (2020). Intradialytic Cardiovascular Exercise Training Alters Redox Status, Reduces Inflammation and Improves Physical Performance in Patients with Chronic Kidney Disease. *Antioxidants*, 9(9): 868. Impact Factor: 5.014
29. Tzatzakis T, Papanikolaou K, Draganidis D, Tsimeas P, Kritikos S, Poullos A, Laschou VC, Deli CK, Chatzinikolaou A, **Batrakoulis A**, Basdekis G, Mohr M, Krstrup P, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2020). Recovery Kinetics After Speed-Endurance Training in Male Soccer Players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 15(3), 395-408. Impact Factor: 3.979
30. **Batrakoulis A**, Loules G, Georgakouli K, Tsimeas P, Draganidis D, Chatzinikolaou A, Papanikolaou K, Deli CK, Syrou N, Comoutos N, Theodorakis Y, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2020). High-Intensity Interval Neuromuscular Training Promotes Exercise Behavioral Regulation, Adherence and Weight Loss in Inactive Obese Women. *European Journal of Sport Science*, 20(6), 783-792. Impact Factor: 2.781
31. **Batrakoulis A**. (2019). European Fitness Trends for 2020. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 23(6), 28–35. Impact Factor: 1.000
32. Poullos A, Georgakouli K, Draganidis D, Deli CK, Tsimeas P, Chatzinikolaou A, Papanikolaou K, **Batrakoulis A**, Mohr M, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2019). Protein-Based Supplementation to Enhance Recovery in Team Sports: What is the Evidence? *Journal of Sports Science and Medicine*, 18, 523–536. Impact Factor: 1.774
33. Papanikolaou K, Draganidis D, Chatzinikolaou A, Laschou VC, Georgakouli K, Tsimeas P, **Batrakoulis A**, Deli CK, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2019). The redox-dependent regulation of satellite cells following aseptic muscle trauma (SpEED): study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 20, 469. Impact Factor: 1.975
34. **Batrakoulis A**, Fatouros IG, Jamurtas AZ, Chatzinikolaou A, Draganidis D, Papanikolaou K, Deli CK, Tsimeas P, Avloniti A, Syrou N, Jamurtas AZ (2019). Dose-response effects of high- Impact Factor: –

intensity interval neuromuscular exercise training on weight loss, performance, health and quality of life in inactive obese adults: Study rationale, design and methods of the DoIT trial. *Contemporary Clinical Trials Communication*, 15, 100386.

35. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Georgakouli K, Draganidis D, Deli CK, Papanikolaou K, Avloniti A, Chatzinikolaou A, Leontsini D, Tsimeas P, Comoutos N, Bouglas V, Michalopoulou M, Fatouros IG. (2018). High intensity, circuit-type integrated neuromuscular training alters energy balance and reduces body mass and fat in obese women: A 10-month training-detraining randomized controlled trial. *PLoS ONE*, 13(8), e0202390. Impact Factor: 2.776
36. **Batrakoulis A**. (2016). The interaction between metabolic disorders and professional credentials. *Personal Training Quarterly*, 3(1), 18–20. Impact Factor: –
37. **Batrakoulis A**, Rieger T. (2014). European barometer on the top future trends in education, training and certification of the exercise professionals. *Journal for Physical Education and Sport Science*, 1(1), 10–26. Impact Factor: –
38. Chatzis V, **Batrakoulis A**. (2013). Cross transfer effect of unilateral strength training in lower limb. *Journal for Physical Education and Sport Science*, 1(1), 1–21. Impact Factor: –
39. Petridis L, **Batrakoulis A**. (2013). The running movement in Greece: Investigating the profile of the modern marathon runners. *Hellenic Journal of Sport & Recreation Management*, 10(2), 43–54. Impact Factor: –

## Περίληψεις σε Επιστημονικά Περιοδικά με Κριτές

1. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Perivoliotis K, Tsimeas P, Poullos A, Papanikolaou K, Draganidis D, Deli CK, Fatouros IG. (2022). Dose-response effects of high-Intensity interval neuromuscular training on musculoskeletal fitness in overweight and obese adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 54(95), 70.
2. **Batrakoulis A**, Perivoliotis K, Metsios GS, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2022). Effects of different exercise types on glucose control, lipid metabolism, and blood pressure in overweight and obese adults: A network meta-analysis. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 36(1), e5–e7.
3. **Batrakoulis A**, Metsios GS, Perivoliotis K, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2021). Effects of different exercise types on VO<sub>2</sub>max, muscular strength and central adiposity in overweight

- and obese adults: a network meta-analysis. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 35(12), e408–e410.
4. **Batrakoulis A**, Metsios GS, Jamurtas AZ, Perivoliotis K, Fatouros IG. (2021). Effects of different exercise types on body composition in overweight and obese adults: a network meta-analysis. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 53(8S), 446.
  5. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Draganidis D, Deli CK, Papanikolaou K, Tsimeas P, Chatzinikolaou A, Jamurtas A, Fatouros I. (2021). A 5-month high-intensity interval neuromuscular interval training program attenuates oxidative stress and improves redox status in obese women. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 35(4), e174–e175.
  6. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Draganidis D, Deli CK, Papanikolaou K, Tsimeas P, Syrou N, Chatzinikolaou A, Avloniti A, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2020). A 5-month high-intensity interval neuromuscular training program improves cardiometabolic health in obese women. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 52(5), S506.
  7. **Batrakoulis A**, Draganidis D, Papanikolaou K, Deli CK, Tsimeas P, Chatzinikolaou A, Laschou V, Georgakouli K, Jamurtas A, Fatouros I. (2020). A 10-month high-intensity interval neuromuscular interval training program improves fundamental movement patterns in previously inactive obese women. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 34(1), e50–e51.
  8. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Papanikolaou K, Zourbanos N, Draganidis D, Deli CK, Michalopoulou M, Avloniti A, Chatzinikolaou A, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2017). An 8-month small-group circuit functional training program improves body composition and performance of overweight/obese women. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 49(5), S243.
  9. **Batrakoulis A**, Draganidis D, Georgakouli K, Papanikolaou K, Jamurtas A, Fatouros I. (2017). Effects of circuit functional high-intensity training on physical fitness in sedentary overweight or obese women. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 31(1), e11.
  10. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Zourbanos N, Papanikolaou K, Draganidis D, Chatzinikolaou A, Deli CK, Michalopoulou M, Jamurtas AZ, Fatouros AZ. (2016). A 4-month circuit functional high-intensity training program improves body composition and performance of overweight women. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 30(1), S91.

## Ανακοινώσεις σε Επιστημονικά Συνέδρια

1. **Batrakoulis A**, Jamurtas A, Poullos A, Papanikolaou K, Tsimeas P, Syrou N, Draganidis D, Georgakouli K, Deli C, Fatouros I. Hybrid-type, multicomponent interval training program improves cardiorespiratory fitness and body composition in middle-aged overweight and obese adults: A 1-year dose-response randomized controlled trial. In: *Proceedings of the 27th Annual Congress of the European College of Sport Science*; 2022 Aug 30–Sep 2: Seville, Spain. European College of Sport Science; 2022.



2. **Batrakoulis A**, Jamurtas AZ, Perivoliotis K, Tsimeas P, Poullos A, Papanikolaou K, Draganidis D, Deli CK, Fatouros IG. (2022). Dose-response effects of high-Intensity interval neuromuscular training on musculoskeletal fitness in overweight and obese adults. In: *Proceedings of the 69th ACSM Annual Meeting*; 2022 May 31-Jun 4: San Diego, CA (USA). American College of Sports Medicine; 2022.
3. **Batrakoulis A**, Perivoliotis K, Metsios GS, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2021). Effects of different exercise types on glucose control, lipid metabolism, and blood pressure in overweight and obese adults: A network meta-analysis. In: *Proceedings of the 6th International NSCA Conference*; 2021 Dec 2-4: Shanghai, China. National Strength and Conditioning Association; 2021.
4. **Batrakoulis A**, Metsios GS, Perivoliotis K, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2021). Effects of different exercise types on VO<sub>2</sub>max, muscular strength and central adiposity in overweight and obese adults: a network meta-analysis. In: *Proceedings of the 44th NSCA National Conference*; 2021 Jul 7-10: Orlando, FL (USA). National Strength and Conditioning Association; 2021.
5. **Batrakoulis A**, Metsios GS, Jamurtas AZ, Perivoliotis K, Fatouros IG. (2021). Effects of different exercise types on body composition in overweight and obese adults: a network meta-analysis. In: *Proceedings of the 68th ACSM Annual Meeting*; 2021 June 1-5: Virtual. American College of Sports Medicine; 2021.
6. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Draganidis D, Deli CK, Papanikolaou K, Tsimeas P, Chatzinikolaou A, Jamurtas A, Fatouros I. (2020). A 5-month high-intensity interval neuromuscular interval training program attenuates oxidative stress and improves redox status in obese women. In: *Proceedings of the 43rd NSCA National Conference*; 2020 Jul 8-11: Las Vegas, NV (USA). National Strength and Conditioning Association; 2020.
7. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Draganidis D, Deli CK, Papanikolaou K, Tsimeas P, Syrou N, Chatzinikolaou A, Avloniti A, Jamurtas AZ, Fatouros IG. (2020). A 5-month high-intensity interval neuromuscular training program improves cardiometabolic health in obese women. In: *Proceedings of the 67th ACSM Annual Meeting*; 2020 May 26-30: San Francisco, CA (USA). American College of Sports Medicine; 2020.
8. **Batrakoulis A**, Draganidis D, Papanikolaou K, Deli CK, Tsimeas P, Chatzinikolaou A, Laschou V, Georgakouli K, Jamurtas A, Fatouros I. A 10-month high-intensity interval neuromuscular interval training program improves fundamental movement patterns in previously inactive obese women. In: *Proceedings of the 42nd NSCA National Conference*; 2019 Jul 10-13: Washington, DC (USA). National Strength and Conditioning Association; 2019.
9. Fatouros I, **Batrakoulis A**, Jamurtas A, Georgakouli K, Draganidis D, Deli C, Papanikolaou K, Avloniti A, Chatzinikolaou A, Leontsini D, Tsimeas P, Comoutos N, Michalopoulou M. A functional high-intensity circuit training program improves functional movement screen scores in overweight/obese women. In: *Proceedings of the 8th Congress of Exercise Biochemistry and Physiology*; 2018 Oct 19-21: Thessaloniki (Greece). Hellenic Society of Biochemistry and Physiology of Exercise; 2018. p. 91.

10. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Papanikolaou K, Zourbanos N, Draganidis D, Deli CK, Michalopoulou M, Avloniti A, Chatzinikolaou A, Jamurtas AZ, Fatouros IG. An 8-month small-group circuit functional training program improves body composition and performance of overweight/obese women. In: *Proceedings of the 64th ACSM Annual Meeting*; 2017 May 30 - Jun 3: Denver, CO (USA). American College of Sports Medicine; 2017.
11. **Batrakoulis A**, Draganidis D, Georgakouli K, Papanikolaou K, Jamurtas A, Fatouros I. Effects of circuit functional high-intensity training on physical fitness in sedentary overweight or obese women. In: *Proceedings of the 5th NSCA International Conference*; 2017 January 27-29: Chiba, Japan. National Strength and Conditioning Association; 2017.
12. **Batrakoulis A**, Rieger T, Santos Rocha R. The relationship between special populations and credentials for the European fitness professionals. In: *Proceedings of the 28th Symposium of the International Council for Physical Activity and Fitness Research (ICPAFR)*; 2016 Aug 24-27: Kaunas (Lithuania). Lithuanian Sports University; 2016. p. 27.
13. **Batrakoulis A**, Georgakouli K, Zourbanos N, Papanikolaou K, Draganidis D, Chatzinikolaou A, Deli CK, Michalopoulou M, Jamurtas AZ, Fatouros AZ. A 4-month circuit functional high-intensity training program improves body composition and performance of overweight women. In: *Proceedings of the 39th NSCA National Conference*; 2016 Jul 6-9: New Orleans, LA (USA). National Strength and Conditioning Association; 2016.
14. **Batrakoulis A**, Chatzinikolaou A, Douroudos I, Draganidis D, Barbero JC, Mohr M, Leontsini A, Stampoulis T, Michailidis Y, Ermidis G, Avloniti A, Koutedakis Y, Jamurtas AZ, Fatouros IG. Inflammatory and performance responses during a simulated in-season football microcycle. In: *Proceedings of the 3rd Congress of Exercise Biochemistry and Physiology*; 2013 Nov 8-9: Athens (Greece). Hellenic Society of Biochemistry and Physiology of Exercise; 2013. p. 13.
15. Gounelas G, **Batrakoulis A**, Chatzinikolaou A, Draganidis D, Stampoulis T, Douroudos I, Michailidis Y, Leontsini A, Tsoukas D, Barbero JC, Mohr M, Ermidis G, Avloniti A, Koutedakis Y, Jamurtas AZ, Fatouros IG. The effects of a football match on muscle architecture and performance. In: *Proceedings of the 3rd Congress of Exercise Biochemistry and Physiology*; 2013 Nov 8-9: Athens (Greece). Hellenic Society of Biochemistry and Physiology of Exercise; 2013. p. 14.
16. Pontidis T, Chatzinikolaou A, **Batrakoulis A**, Avloniti A, Douroudos I, Draganidis D, Leontsini A, Barbero JC, Mohr M, Stampoulis T, Michailidis Y, Ermidis G, Koutedakis Y, Jamurtas AZ, Fatouros IG. Maximal oxygen consumption and you-yo IR2 may be associated with performance recovery following a football match. In: *Proceedings of the 3rd Congress of Exercise Biochemistry and Physiology*; 2013 Nov 8-9: Athens (Greece). Hellenic Society of Biochemistry and Physiology of Exercise; 2013. p. 13.
17. **Batrakoulis A**, Tsoulis M. Relationship between obesity and fitness club individuals. In: *Proceedings of the 4<sup>th</sup> International Congress on Physical Education & Sport Science*; 1996

May 17-19: Komotini (Greece). Department of Physical Education and Sport Science; 1996. p. 232.

## Προσκεκλημένος Εισηγητής (Διεθνή Συνέδρια)

1. “Health is the New Wealth: Get Ready ACSM Certified Pros!” Invited Speaker. *ACSM’s International Health & Fitness Summit; 2023 Mar 16-18: Arlington, VA, USA.*
2. “HIITing the Obesity Epidemic: Mission Possible!” Invited Speaker. *NASM’s OPTIMA Conference; 2022 Oct 13-15: Virtual.*
3. “Training the Adult with Metabolic Syndrome” Invited Speaker. *ACSM’s International Health & Fitness Summit; 2022 Apr 1-3: Dallas, TX, USA.*
4. “Designing the Ultimate HIIT Workout for Special Populations” Invited Speaker. *ExPRO Convention; 2021 May 7-8: Singapore.*
5. “Training the Adult with Obesity” Invited Speaker. *ACSM’s International Health & Fitness Summit; 2021 Apr 7-10: Washington, DC, USA.*
6. “HIIT in Obesity: What's the evidence?” Invited Speaker. *2<sup>nd</sup> International Congress of Athletic Performance and Health in Sports; 2020 Oct 23-25: Nisantasi University, Istanbul, Turkey.*
7. “HIIT in Health and Disease” Invited Speaker. *IDEA China Convention; 2020 Aug 7-9: Shanghai, China.*
8. “HIIT for Clients with Obesity” Invited Speaker. *IDEA Personal Training Institute; 2020 Mar 5-8: Alexandria, VA, USA.*
9. “Exercise and Obesity” Invited Speaker. *Educational Forum; 2020 Feb 21: General Sports Authority’s Leadership Institute, Riyadh, Saudi Arabia.*
10. “Tackling Obesity Through Hybrid Interval Training” Invited Speaker. *2<sup>nd</sup> International Medical Fitness and Corrective Exercise Congress; 2019 Dec 13-15: Medical Exercise and Fitness Trainers Institution, Istanbul, Turkey.*
11. “ACSM’s European Fitness Trends – Do We Know Our Future?” Invited Speaker. *10<sup>th</sup> International Standards Meeting; 2019 Nov 21-22: EuropeActive, Copenhagen, Denmark.*
12. “Exercise and Health” Invited Speaker. *International Congress of Athletic Performance and Health in Sports; 2019 Oct 25-27: Nisantasi University, Istanbul, Turkey.*
13. “Functional Interval Training for Clients with Obesity” Invited Speaker. *IDEA China Convention; 2019 Aug 16-18: Shanghai, China.*
14. “The Art and Science of Coaching Special Populations” Invited Speaker. *ExPRO Convention; 2019 Jun 29-30: Singapore.*
15. “Impacting Obesity Through Hybrid Interval Training” Invited Speaker. *ACSM’s International Health & Fitness Summit; 2019 Mar 21-24: Chicago, IL, USA.*
16. “Health is the New Wealth: Exploring the International Fitness Trends” Invited Speaker. *IWF Shanghai Convention; 2019 Mar 7-8: Shanghai, China.*
17. “High-Intensity Circuit Functional Training for Individuals with Overweight or Obesity” Invited Speaker. *26<sup>th</sup> International Congress of Physical Education and Sport Science; 2018 May 18-20: School of Physical Education and Sport Sciences, Democritus University of Thrace, Komotini, Greece.*
18. “Growing the Fitness Sector through Advanced and Specialty Certification Programs” Invited Speaker. *8<sup>th</sup> International Standards Meeting; 2017 Nov 23-24: EuropeActive, Rome, Italy.*

19. “Exercise for Overweight or Obesity: Bridging the Gap Between Theory and Practice” Invited Speaker. *FIBO European Convention; 2017 Apr 8-9: Reed Exhibitions, Cologne, Germany.*
20. “Engaging special populations in the European fitness industry” Invited Speaker. *FIBO Innovation Tour 2017; 2017 Jan 26: EuropeActive and FIBO Global Fitness, London, UK.*
21. “Engaging special populations in the European fitness industry” Invited Speaker. *FIBO Innovation Tour 2017; 2017 Jan 31: EuropeActive and FIBO Global Fitness, Paris, France.*
22. “Engaging special populations in the European fitness industry” Invited Speaker. *FIBO Innovation Tour 2017; 2017 Feb 7: EuropeActive and FIBO Global Fitness, Vienna, Austria.*
23. “Engaging special populations in the European fitness industry” Invited Speaker. *FIBO Innovation Tour 2017; 2017 Feb 9: EuropeActive and FIBO Global Fitness, Riga, Latvia.*
24. “Engaging special populations in the European fitness industry” Invited Speaker. *FIBO Innovation Tour 2017; 2017 Feb 14: EuropeActive and FIBO Global Fitness, Barcelona, Spain.*
25. “Career Professional Development: What to Expect and What to Deliver?” Invited Speaker. *7<sup>th</sup> International Standards Meeting; 2016 Nov 17-18: EuropeActive, Athens, Greece.*
26. “Evolutionary Personal Training and Weight Management: the New Era of the European Fitness Industry” Invited Speaker. *6<sup>th</sup> International Standards Meeting; 2015 Oct 28-29: EuropeActive, Lisbon, Portugal.*
27. “EHFA’s Barometer on the Top Trends in Fitness Education & Training for 2013” Invited Speaker. *4<sup>th</sup> International Standards Meeting; 2013 Nov 21-22: EuropeActive, Budapest, Hungary.*
28. “Standards for Exercise Professionals in the Prevention and Treatment of Chronic Conditions” Invited Speaker. *3<sup>rd</sup> International Standards Meeting; 2012 Nov 8-9: EuropeActive, Barcelona, Spain.*

## Συγγραφέας Κεφαλαίων σε Βιβλία

1. **Batrakoulis A.** Nervous System. In Rieger T, Jones B, Jimenez A. (Eds.). *EuropeActive’s Essentials for Personal Trainers* (pp. 126–134), Champaign, IL: Human Kinetics, 2016.
2. Rieger T, **Batrakoulis A.** Innovations in Fitness Education: The European Approach of Standards Development for Specialist Occupations. In Middelkamp J, Rutgers H. (Eds.). *Growing the fitness sector through Innovation* (pp. 149–164), Brussels, Belgium: EuropeActive & BlackBox Publishers, 2016.
3. **Batrakoulis A.** Comprehensive Program Design. In T.A. Hargens (Ed.), *ACSM’s Resources for the Personal Trainer*, 6<sup>th</sup> edition (pp. 364–384). Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins, 2021.
4. Sovatzidis A, Chatzinikolaou A, Fatouros IG, Panagoutsos S, Draganidis D, Nikolaidou E, Avloniti A, Michailidis Y, Mantzouridis I, **Batrakoulis A.** Pasadakis P, Vargemezis V. Intradialytic Cardiovascular Exercise Training Alters Redox Status, Reduces Inflammation and Improves Physical Performance in End Stage Renal Disease Patients under Hemodialysis. In N. A. Qureshi (Ed.), *Recent Developments in Medicine and Medical Research, Vol. 13* (pp. 29–44). Hooghly, West Bengal, India: B P International, 2021.

5. Snarr R, **Batrakoulis A**. Resistance Exercise Technique. In B. Schoenfeld, R. Snarr (Eds.), *NSCA's Essentials of Personal Training*, 3<sup>rd</sup> edition (pp. 317–378). Champaign, IL: Human Kinetics, 2022.
6. Tsitskari E, Tzetzis G, **Batrakoulis A**. The Fitness Sector in Greece: Business Models and Marketing Perspectives. In J. García-Fernández, P. Gálvez-Ruiz (Eds.), *The Global Private Health & Fitness Business: A Marketing Perspective* (pp. 33–39). Bingley, UK: Emerald Publishing Limited, 2022.
7. Tsitskari E, **Batrakoulis A**. To Become Digital or Not... The Case of Greece. In J. García-Fernández, M. Valcarce-Torrente, S. Mohammadi, P. Gálvez-Ruiz (Eds.), *The Digital Transformation of the Fitness Sector: A Global Perspective* (pp. 31–37). Bingley, UK: Emerald Publishing Limited, 2022.

## Κριτής Κεφαλαίων σε Βιβλία

1. Group Dynamics and Group Cohesion (Chapter 8) and Communication Skills: Adherence and Motivation (Chapter 9). In *ACSM's Resources for the Group Exercise Instructor* (2nd edn.). ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins (in press).
2. Liguori G. Exercise Prescription for Individuals with Metabolic Diseases and Cardiovascular Disease Risk Factors. In G. Liguori (Ed.), *ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription* (11th edn.). Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins, 2021.
3. Naclerio F. & Moody J. (2015). Resistance Training. In R. Santos Rocha, T. Rieger, A. Jimenez (Ed.), *EuropeActive's Essentials of Fitness Instructors*. Champaign, IL: Human Kinetics.
4. Andersen C. (2016). Cardiorespiratory System. In T. Rieger, B. Jones, A. Jimenez (Ed.), *EuropeActive's Essentials of Personal Trainers*. Champaign, IL: Human Kinetics.

## Συγγραφέας Βιβλίων

1. Santos Rocha R, Jimenez A, Rieger T. *EuropeActive's Essentials for Fitness Instructors* (P. Sidiropoulos, **Batrakoulis A**, editing for the Greek publication). Thessaloniki: SALTO (Original publication 2015), 2018.

## Συντακτική Επιτροπή σε Επιστημονικά Περιοδικά

1. **Περιοδικό:** ACSM's Health & Fitness Journal (ISSN 2075–4663)  
**Συντακτική Επιτροπή:** Μέλος  
**Εκδότης:** American College of Sports Medicine / Lippincott Williams & Wilkins  
<https://journals.lww.com/acsm-healthfitness/Pages/editorialboard.aspx>
2. **Περιοδικό:** Diseases (ISSN 2079-9721)

**Ειδικό Τεύχος:** Psychophysiological Responses to Physical Activity, Exercise and/or Nutrition Interventions in Overweight and Obese Individuals  
**Εκδότης:** Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI)  
**Προθεσμία Υποβολής:** 30 Νοεμβρίου 2023

3. **Περιοδικό:** Sports (ISSN 2075–4663)  
**Θεματική Συμβουλευτική Επιτροπή:** Μέλος  
**Εκδότης:** Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI)  
[https://www.mdpi.com/journal/sports/topical\\_advisory\\_panel](https://www.mdpi.com/journal/sports/topical_advisory_panel)
4. **Περιοδικό:** International Journal of Environmental Research and Public Health (ISSN 1660–4601)  
**Θεματική Συμβουλευτική Επιτροπή:** Μέλος  
**Ενότητα:** Sport and Health  
**Εκδότης:** Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI)  
[https://www.mdpi.com/journal/ijerph/topic\\_editors/sport\\_health](https://www.mdpi.com/journal/ijerph/topic_editors/sport_health)
5. **Περιοδικό:** Applied Sciences (ISSN 2076-3417)  
**Θεματική Συμβουλευτική Επιτροπή:** Μέλος  
**Ενότητα:** –  
**Εκδότης:** Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI)  
[https://www.mdpi.com/journal/applsci/topic\\_editors](https://www.mdpi.com/journal/applsci/topic_editors)

## ***Κριτής σε Επιστημονικά Περιοδικά***

1. NSCA’s Personal Training Quarterly
2. NSCA’s Strength and Conditioning Journal
3. ACSM’s Health & Fitness Journal
4. Journal of Sports Sciences
5. Frontiers in Sports and Active Living
6. Journal of Sport and Health Science
7. PLoS One
8. Sports Medicine – Open
9. Oxidative Medicine and Cellular Longevity
10. International Journal of Environmental Research and Public Health
11. Sports
12. Sustainability
13. Antioxidants
14. Nutrients
15. Reviews in Cardiovascular Medicine
16. Nutrire
17. Behavioral Sciences
18. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation
19. European Journal of Applied Physiology
20. Diseases
21. Journal of Clinical Medicine
22. Journal of Science and Medicine in Sport

23. Applied Sciences
24. Infectious Disease Reports
25. Cogent Public Health
26. AIMS Public Health

## ***Υποτροφίες, Τιμητικές Διακρίσεις και Βραβεία***

- Υποτροφία για την εισαγωγή στα Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα με πανελλαδικές εξετάσεις ως 4<sup>ος</sup> εισακτέος στο Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (1993)
- Υποτροφία για την υψηλότερη μέση βαθμολογία στα μαθήματα 2 εξαμήνων του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών «Άσκηση και Υγεία» του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (2014-2016)
- Υποτροφία (1 έτος) για την ερευνητική πρόταση διδακτορικής διατριβής από τη Δομή Έρευνας, Καινοτομίας και Αριστείας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (2019-2020)
- Ανταποδοτική υποτροφία (1 εξάμηνο) για επικουρικό διδακτικό έργο ως διδάσκων στο Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (2020-2021)
- NSCA Certified Personal Trainer Emeritus (2016)
- IDEA Personal Trainer of the Year Award Finalist (2017)
- IDEA Personal Trainer of the Year Award Recipient (2018)
- IDEA China Fitness Innovator Award Recipient (2019)
- NSCA Personal Trainer of the Year Recipient (2020)
- MedFit Professional of the Year Finalist (2020)
- PFP Trainer of the Year Award Recipient (2021)
- ACSM Certified Professional of the Year Finalist (2021)
- ACSM Certified Professional of the Year (2022)
- NSCA Education Recognition Program (ERP) Sponsor, University of Thessaly (2020–2023)

## ***Επαγγελματικοί Οργανισμοί/Ενώσεις***

### ***Μέλος***

- American College of Sports Medicine – ACSM (2011 – ...)
- National Strength and Conditioning Association – NSCA (2014 – ...)
- European College of Sport Science – ECSS (2022 – ...)
- Πανελλήνιος Σύλλογος Επαγγελματιών Αθλητισμού και Άσκησης – ΠΣΕΑΑ (2021 – ...)
- Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης – ΕΕΒΦΑ (2014 – 2021)

### ***Επιτροπές***

- ACSM Exercise is Medicine Credential Committee Member (2017–2022)
- ACSM Professional Education Committee Member (2018–2021)
- ACSM International Health & Fitness Summit Program Committee Member (2018 – ...)
- ACSM Consumer Outreach Committee Member (2021 – ...)
- ACSM Certification and Registry Boards Certified Professional of the Year (2022–2023)

- 
- ACSM Certification and Registry Boards International Subcommittee Chair (2022 – ...)
  - ACSM International Relations Committee Member (2022 – ...)
  - NSCA Awards and Honors Committee Member (2021 – ...)
  - NSCA Membership Committee Member (2020 – ...)
  - NSCA Personal Trainers Special Interest Executive Council Member (2019–2020)
  - NSCA Personal Trainers Special Interest Executive Council Vice Chair (2020-2021)
  - EuropeActive Technical Expert Group Member (2012–2013)
  - EuropeActive Technical Expert Group Leader (2013–2014)
  - EuropeActive Professional Standards Committee Member (2013–2019)
  - EuropeActive Professional Standards Committee Deputy Director (2019–2020)