



ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΙΚΟ
ΚΟΛΛΕΓΙΟ

07.03.2026 | 10:00

CAMPUS ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ
ΣΩΡΟΥ 74 

ΗΜΕΡΙΔΑ

ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ: ΦΩΝΕΣ, ΑΝΑΓΚΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ



Ημερίδα αφιερωμένη στο ποδόσφαιρο γυναικών με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας.

Περιεχόμενο Ημερίδας

- Στρογγυλή τράπεζα με Ελληνίδες και Διεθνείς αθλήτριες
- Πάνελ συζήτησης με εκπροσώπους συλλόγων, αθλητικούς παράγοντες και προπονητές/προπονήτριες
- Συμμετοχή του Π.Σ.Α.Π.Π.
- Ανοιχτή συζήτηση με το κοινό και Q&A
- Δικτύωση μεταξύ των συμμετεχόντων

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ

Αλέξανδρος Καψής

Programme Leader Sports Coaching
& Physical Education - Μητροπολιτικό
Κολλέγιο

Πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής:

Αλέξανδρος Καψής, Τσουκαλά Κρυσταλλία
ktsoukala@mitropolitiko.edu.gr

Θα δοθεί Βεβαίωση Συμμετοχής



ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ: ΦΩΝΕΣ, ΑΝΑΓΚΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ

Δες το αναλυτικό πρόγραμμα

Σάββατο 07.03.2026

CAMPUS ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ



10:00 - 10:15 | Προσέλευση - Εγγραφές

10:15 - 10:30 | Έναρξη - Χαιρετισμοί και πλαίσιο της ημερίδας

10:30 - 11:45 | Round Table Αθλητριών (Ελληνίδες & Διεθνείς)

«Η πραγματικότητα του ποδοσφαίρου γυναικών:
εμπειρίες, ανάγκες, προτεραιότητες»

Κύκλος 1: «Πώς είναι σήμερα η καθημερινότητα;» (υποδομές, ιατρική υποστήριξη, συνθήκες αγώνων, ισορροπία με σπουδές/εργασία).

Κύκλος 2: «Τι χρειάζεται άμεσα για να πάμε μπροστά;» (πρακτικές λύσεις, προτεραιότητες, ελάχιστο πλαίσιο ασφάλειας/στήριξης).

11:45 - 12:00 | Διάλειμμα (15')

Χρόνος για networking, ανταλλαγή επαφών.

12:00 - 12:45 | Πάνελ Συλλόγων/Παραγόντων

«Οργάνωση, ανάπτυξη και βιωσιμότητα του γυναικείου τμήματος»

Θεματικές: λειτουργικό πλαίσιο του τμήματος, ανθρώπινο δυναμικό/υποδομές, επικοινωνία και προβολή, καλές πρακτικές, συνεργασίες.

12:45 - 13:25 | Πάνελ Προπονητών/Προπονητριών

«Προπόνηση, επιβάρυνση, υγεία και εξέλιξη στο ποδόσφαιρο γυναικών»

Θεματικές: προπονητικός σχεδιασμός, διαχείριση επιβάρυνσης/ πρόληψης τραυματισμών, υποστηρικτικές δομές, ανάπτυξη αθλητριών.

13:25 - 13:40 | Παρέμβαση Π.Σ.Α.Π.Π.

«Υποστήριξη και προστασία αθλητριών: πλαίσιο, ανάγκες, επόμενα βήματα»

Σύντομη στοχευμένη τοποθέτηση για δυνατότητες υποστήριξης και πρακτικές κατευθύνσεις.

13:40 - 13:45 | Κλείσιμο - Συμπεράσματα και συνέχεια

Σύνοψη 3-5 βασικών σημείων, ανακοίνωση επόμενων βημάτων (δίκτυο επικοινωνίας, αποστολή σύντομου summary report).

