



ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

ΕΠΙΘΕΤΟ : ΠΑΜΒΟΥΞΟΓΛΟΥ
ΟΝΟΜΑ : ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
ΗΜ. ΓΕΝ. : 1^Η ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 1977
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ : ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ 4^Α 15562
ΠΟΛΗ : ΧΟΛΑΡΓΟΣ, ΑΘΗΝΑ
ΣΤΡΑΤ. ΥΠΟΧ/ΣΕΙΣ : ΕΚΠΛΗΡΩΜΕΝΕΣ
ΤΗΛ. : 6947673387.
ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ : ΤΟΧΟΒΟΛΙΑ.ΕΥ (ΥΠΟ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ)
HTTP://ALECSANDROS.WIX.COM/ARCHERY SCHOOL
E-MAIL : ALECSANDROS@GMAIL.COM

ΣΠΟΥΔΕΣ-ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ. ΤΟΞΟΒΟΛΙΑ

- 2019: Ιταλία, Σεμινάριο Τοξοβολίας (coach Fillipo Clini)
- 2017: Ιταλία, Σεμινάριο Τοξοβολίας (coach Fillipo Clini)
- 2015 & 2016: Ελλάδα, Σεμινάριο Τοξοβολίας (coach Dubravko Buden)
- 2008, 2009, 2010: Κορέα Σεμινάριο Τοξοβολίας (coach KIM Hun Tak)
- 2005: Σχολή προπονητών Γ.Γ.Α. Β' κατηγορίας τοξοβολίας
- 2005: Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών Τμήμα Τ.Ε.Φ.Α.Α. (Αθλητικό μάρκετινγκ)
- 2002: Ελλάδα, Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Τοξοβολίας (Level 2 προπονητής World Archery Europe)
- 2001: Ελλάδα, Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Τοξοβολίας (Level 1 προπονητής World Archery Europe)

ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

- 2018: Ελλάδα, Εισηγητής Γ.Γ.Α προπονητών τοξοβολίας κατηγορίας Γ' κατηγορίας
- 2012: Ελλάδα, Τοξοβολία & ΑμΕΑ. Ελληνική Ομοσπονδία Τοξοβολίας (Ε.Ο.Τ.)
- 2007: Ελλάδα, Αμερικάνικη Πρεσβεία. Η άσκηση και εργονομία στο χώρο εργασίας
- 2006: Ελλάδα, Craft s.a. Εργονομία στο χώρο εργασίας
- 2003: Ελλάδα, Τοξοβολία. Ολυμπιακή παιδία (Υπ. Παιδείας & Θρησκευμάτων)

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

- 2014-Σήμερα: Ομοσπονδιακός προπονητής Σύνθετου τόξου (Ε.Ο.Τ.)

- 2014-Σήμερα: Προπονητής Τοξοβολίας ΠΑΟ
- 2005-Σήμερα: Προπονητής τοξοβολίας ΓΑΣ Χολαργου
- 2010-2013: Γυμναστής A1 Handball
- 2008-2016: Προπονητής Σκοπευτικού Συλλόγου Ελευσίνας (Τοξοβολία)
- 2008-2014: ACS (American Community School-Summer Camp) Τοξοβολία
- 2005-2007: Yoga Center Adrianou 52. Ιδιοκτήτης
- 2007-2010: Personal Trainers Network (US Embassy, King George Hotel)
- 2004-2005: Universal Ladies Χαλανδρίου (γυμναστής)

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

- 2017: Παγκόσμιο Ενόπλων δυνάμεων. 3η ατομική και 2η ομαδική θέση
- 2017: Ευρωπαϊκό Κύπελλο Νέων Μαραθώνας. 8^η Ατομική (ολυμπιακό Ν.Γ.), 2^η ομαδική Ν.Α, 3^η ομαδική Ν.Γ.
- 2016: Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Κλειστού Χώρου Άγκυρα 2^η ατομική, 4^η ομαδική, 8^η ατομική Σύνθετο τόξο
- 2016: Ευρωπαϊκό Κύπελλο Σόφια (leg 1). 1^η ατομική, 2^η ομαδική, 4^η ομαδική Σύνθετο τόξο
- 2014: Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα νέων Σλοβενία. 4^ο ομαδικό Σύνθετο τόξο και 3^η ατομική Σύνθετο τόξο

ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΟ ΈΡΓΟ

- 2019: Το σύνθετο τόξο (Γ.Γ.Α.). Βιβλίο Σχολής Προπονητών
- 2004: Σωματότυπος, Ψυχολογικά και Σωματικά Χαρακτηριστικά. Άρθρο εφημερίδας

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΈΡΓΟ

- 2004: Στατιστική Μελέτη Παγκοσμίων Πρωταθλημάτων Τοξοβολίας 1971-2003 (Πτυχιακή).
- 2003: Ραμνουχογιου Α.: Οι τραυματισμοί στην Ελληνική Τοξοβολία.(επιδημιολογική μελέτη), Ε.Ο.Τ.
- 2002: Κυριακόπουλος Κ., Παμβουξόγλου Α.: 8^ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο Βελονισμού. 'Η χρήση εναλλακτικής ιατρικής από τους Έλληνες αθλητές τοξοβολίας για την αντιμετώπιση των μυοσκελετικών κακώσεων'. (Ομιλία)
- 2002: Δημόσια Υποστήριξη Εργασίας στο Πανεπιστήμιο Αθηνών, σε συνεργασία με το τμήμα της Αθλητικής Βιομηχανικής με θέμα « Η Σημασία της ισορροπίας στο Άθλημα της Τοξοβολίας». (Ομιλία)
- 2000: Τραυλός Α. , Βισβάρδης Ν. , Παμβουξόγλου Α.: 6^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Αθλητικής Ψυχολογίας. "Επίδραση της νοερής και πρακτικής εξάσκησης στη βελτίωση της απόδοσης στην τοξοβολία: Περιπτώσιολογική μελέτη". (Ομιλία)

ΣΥΝΕΔΡΙΑ

- 2009: 19^ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας
- 2002: Πανελλήνια Ιατρική Εταιρία Βελονισμού: 8^ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο Βελονισμού. Αθήνα 28-29 Σεπτεμβρίου 2002 (Ομιλία)

- 2001:Ελληνικό Κέντρο Έρευνας Αθλητικού Δικαίου: 10 Χρόνια Λειτουργίας Ε.Κ.Ε.Α.Δ. Αθλητισμός και ανθρώπινα Δικαιώματα. Αθήνα 30 Ιανουαρίου 2001.
- Π.Ε.Π.Φ.Α. (Πανελλήνια Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής): 5^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Φ.Α. & Α. Αθήνα 25-27 Μαΐου 2001.
- 2000:Εταιρία Αθλητικής Ψυχολογίας: 6^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Αθλητικής Ψυχολογίας. Αθήνα 1-3 Δεκεμβρίου 2000. (Ομιλία)
- 1999: Διήμερο Επιμορφωτικό Σεμινάριο-Έλεγχος Φυσικής Κατάστασης . Αθήνα 28 Νοεμβρίου 1999.
- 1^η Επιμορφωτική Ημερίδα- Ανάπτυξη της Μέγιστης Δύναμης. Αθήνα 17 Ιανουαρίου 1999.
- 1998: Επιμορφωτική Ημερίδα Προπόνησης με Βάρη. Αθήνα 31 Μαΐου 1998.
- 1^ο Διήμερο Επιμορφωτικό Σεμινάριο. Αερόβια Άσκηση- Φυσική Κατάσταση με Ηλεκτρονικά Μηχανήματα. Αθήνα 29 Νοεμβρίου 1998.

ΠΑΤΕΝΤΕΣ- Πνευματική Ιδιοκτησία

- 2017: Σχεδιασμός αντίκυρτου τόξου σε συνεργασία με το Ε.Μ.Π. (**βραβείο καινοτομίας**)
- 2017: Σύστημα ρύθμισης μηχανικής απελευθέρωσης σε τόξα ©-2017
- 2016: Σύστημα ρύθμισης κεντρικού αντίβαρου σε τόξα ©-2016
- 2016: Σύστημα απόσβεσης και συντονισμού κραδασμών σε τόξα ©-2016
- 2016: Σύστημα απόσβεσης και συντονισμού κραδασμών σε τόξα ©-2016
- 2007: Κυβερνητική στην Τοξοβολία ©-2007
- 2007: Ορμονικό πρόγραμμα γύμνασης με αντιστάσεις ©-2007

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

- 2014-Σήμερα: Κιβωτός του κόσμου. Παρουσιάσεις τοξοβολίας
- Λαμπαδηδρόμος των Χειμερινών Ολυμπιακών Αγώνων Τορίνο 2006 στο Δήμο Χολαργού.
- Συμμετοχή στην 'Ολυμπιακή Ιδέα', το 2002, μια αναπαράσταση του ταξιδιού που έκαναν οι αρχαίοι Έλληνες στην Ιταλία (Πειραιάς-Οτράντο) με Τριακόντορο (εμπορικό πλοίο με κουπιά Ελληνιστικής Περιόδου).
- 1997:Επίδειξη τοξοβολίας στην ημερίδα του Δήμου Ηλιουπόλεως για την υποστήριξη του φακέλου ανάληψης των ολυμπιακών αγώνων στην "Αθήνα το 2004".