



► ΚΑΛΟΧΕΡΗ ΟΛΓΑ

Διεύθυνση: ΠΛΑΤΕΙΑ ΛΕΛΑΣ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ 7

Τηλέφωνο: 6986601913/2108818894

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: olgaki.k@msn.com

Ημερομηνία Γέννησης: 24/01/1993

Σπουδές

2011-2015 Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Μέσος όρος πτυχίου 8,03), Ειδικότητα: Αθλητικά Άλματα, Πτυχιακή εργασία: «Επίδραση της προπόνησης με ένα και δύο πόδια στη μυϊκή δύναμη και ισχύ των κάτω άκρων» (Βαθμός πτυχιακής 10)

2015 Μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο Τμήμα Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός του Σ.Ε.Φ.Α.Α. Αθηνών

Γλωσσομάθεια

13/07/2010 First Certificate in English, University of Cambridge (Grade C)

8/8/2015 IELTS Academic in English, University of Cambridge (Overall Band Score 6.5)

Γνώση Υπολογιστών

17/7/2015 ECDL (Ενότητες: Ms Word 2010, Ms Excel 2010, Ms Int. Exp 8 & Outlook)

Σεμινάρια

19/11/2011 Οι διατροφικές συνήθειες των Ελλήνων, τα υπέρ και τα κατά. Βιολογική και σωματοκεντρική προσέγγιση

14-16/12/2012 12^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Αθλητικής Ψυχολογίας, «Η Αθλητική Ψυχολογία στην Παιδεία, την Ποιότητα Ζωής και τον Αθλητισμό»

5/4/2013 Βασικές αρχές ναυαγοσωστικής και Ά βοηθειών

19-21/4/2013 2^ο Συνέδριο Αθλητικής Επιστήμης με θέμα: Άσκηση και Υγεία

20/1/2014 Πτυχίο Choreography instructor level 1 (A.F Studies)

10/4/2014 Πτυχίο Body conditioning instructor (A.F Studies)

29/11/2014 Αξιολόγηση ασκούμενων στο γυμναστήριο

7/2/2015 Έρευνα και εφαρμογές στον κλασικό αθλητισμό

8-10/5/2015 3^ο Συνέδριο Αθλητικής Επιστήμης με θέμα: Απόδοση ασκούμενων, αθλητών, πρωταθλητών

Προϋπηρεσία

- | | |
|-------------------------------|--|
| 2009 | Ομαδάρχισσα σε δημοτική κατασκήνωση |
| 2013-2015
Γυμνασίου | Παροχή ενισχυτικής διδασκαλίας- βοήθειας σε 4 παιδιά Δημοτικού και |
| 2014
για 4 μήνες | Βοηθός προπονητή στις ακαδημίες του Πανελληνίου Γυμναστικού Συλλόγου |
| 2015 | Προπονήτρια στο Γυμναστικό Αθλητικό Σύλλογο Χολαργού |
-