

ΒΑΣΗ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ

Μέλη ομάδας

- Μηναδάκης Μιχαήλ
- Παπαγγέλης Άρης Ελευθέριος
- Παπαδάμ Στέφανος

ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΒΑΣΗΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ

Παρακολούθηση της απόδοσης του αθλούμενου από:

- Τον ίδιο τον αθλούμενο
- Τον προπονητή του, για καλύτερη λήψη αποφάσεων
- Τον φυσιοθεραπευτή του, για να κρίνει την πορεία της θεραπείας

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΒΑΣΗΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ

- Καταγραφή και διαχείριση κιλών, επαναλήψεων, ασκήσεων και άλλων μεταβλητών της προπόνησης
- Καταγραφή και διαχείριση της διατροφής των αθλούμενων
- Καταγραφή του ιστορικού των προπονήσεων των αθλούμενων
- Καταγραφή βάρους και ποσοστού λίπους των αθλούμενων
- Καταγραφή τραυματισμών

ΥΠΟΨΗΦΙΕΣ ΟΝΤΟΤΗΤΕΣ

- Αθλούμενος (Όνομα, Ηλικία, Χαρακτηριστικά Σώματος κ.ά.)
- Προπονητής (Όνομα, Ηλικία, Ειδικότητα κ.ά.)
- Φυσιοθεραπευτής (Όνομα, Ηλικία, Ειδικότητα κ.ά.)
- Άσκηση (Επαναλήψεις, Κιλά κ.ά.)
- Τραυματισμός (Είδος, Χρονική Διάρκεια κ.ά.)
- Τρόφιμο (Όνομα, Θρεπτικά Συστατικά κ.ά.)
- Πρόγραμμα (Μέρες, Συμπεριλαμβανόμενες Ασκήσεις κ.ά.)

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ

