

# ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

✉ johnnynew1111@gmail.com  
☎ +306982004188  
🏠 43300 Καρδίτσα  
📅 20 Δεκεμβρίου 1993  
📍 Καρδίτσα

## ΓΛΩΣΣΕΣ

Certificate of Proficiency in  
English C2

## ΧΟΜΠΙ ΚΑΙ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

■ Μουσική, Άσκηση,  
Ορειβασία, Yoga

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

**Πτυχίο Φυσικοθεραπείας** Οκτ 2016 - Σεπ 2019  
Mediterranean College, Θεσσαλονίκη  
Συνεργασία με Manchester Metropolitan University (MMU)  
Μαθήματα στα αγγλικά  
Μυοσκελετικό, Νευρολογικό και Καρδιοαναπνευστικό

**Πτυχιούχος Τ.Ε.Φ.Α.Α** Οκτ 2011 - Ιουλ 2015  
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο  
Θεσσαλίας, Τρίκαλα  
Κύρια ειδικότητα: Άσκηση σε γυναστήρια και διοίκηση του  
αθλητισμού.

## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

**Γυμναστής** Ιουλ 2020 - Νοε 2020  
Barcelo Hydra Beach Resort, Θερμησία  
Υπεύθυνος προγραμμάτων εκγύμνασης - συντονισμός βραδινής  
ψυχαγωγίας

**Γυμναστής και ψυχαγωγός** Ιουλ 2019 - Οκτ 2019  
Casa Marron - Grecotel Remarc International Group - Sunseafun Hotel  
Entertainment, Λακκόπετρα Αχαΐας  
Υπεύθυνος προγραμμάτων εκγύμνασης - συνεργασία με ομάδα  
ψυχαγωγίας, συμμετοχή σε θεατρικά, χορευτικές παραστάσεις, events

**Γυμναστής** Σεπ 2018 - Ιουν 2019  
Atma Club γυμναστήριο, Θεσσαλονίκη  
Ομαδικά προγράμματα γυμναστικής, επιτήρηση οργάνων,  
γραμματειακή υποστήριξη, δημιουργία καρτελών άσκησης  
ασκουμένων

**Γυμναστής/Χορογράφος** Δεκ 2017 - Μαρ 2018  
Γυμναστήριο EY ZHN, Κιλκίς  
Ομαδικά προγράμματα άσκησης  
yoga, pilates, functional  
Commercial hip-hop σε έφηβους

**Γυμναστής και ψυχαγωγός** Ιουν 2016 - Οκτ 2016  
Casa Marron - Grecotel Remarc International Group - Sunseafun Hotel  
Entertainment, Λακκόπετρα Αχαΐας  
Υπεύθυνος προγραμμάτων εκγύμνασης - συμμετοχή σε ψυχαγωγικά  
προγράμματα, θεματικές βραδιές

**Χοροδιδάσκαλος** Ιαν 2015 - Μαΐ 2016  
Terpsis Dance Academy, Τρίκαλα  
Εκμάθηση χορών hip hop και break-dance  
Αεροβική γυμναστική  
Γυμναστική ενδυνάμωσης και ευλυγισίας.

## Βοηθός προπονητή

Σεπ 2013 - Δεκ 2016

Αχιλλεύς Τρικάλων/ Σύλλογος ενόργανης, Τρίκαλα

Εκμάθηση ασκήσεων τραμπολίνου και ενόργανης, ασκήσεις ενδυνάμωσης και ευλυγισίας, προετοιμασία αθλητών για συμμετοχή σε αγώνες.

## ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΆΣΚΗΣΗ

### Φυσικοθεραπεία

Φεβ 2018 - Μαΐ 2018

ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ Α.Ε. Κέντρο Αποθεραπείας Αποκατάστασης,

Θεσσαλονίκη

Πρακτική άσκηση/παρατήρηση

Μυοσκελετικά, νευρολογικά και καρδιοαναπνευστικά περιστατικά

Επαφή με ασθενείς - εφαρμογή φυσικοθεραπευτικών ασκήσεων - συμπλήρωση ιστορικού ασθενούς.

### Βοηθός φυσικοθεραπευτή

Ιουλ 2017 - Αυγ 2017

Peak Physio, Θεσσαλονίκη

Κλινική άσκηση/παρατήρηση

Μυοσκελετικά και νευρολογικά περιστατικά.

### Γυμναστής

Σεπ 2014 - Νοε 2014

Via naturale, Τρίκαλα

Συμμετοχή σε τμήματα functional training, TRX, Yoga, Pilates και επίβλεψη οργάνων γυμναστικής!

## ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΑ

### Πρώτες βοήθειες

Ιαν 2018

"Training Reacue Team"

All Inclusive First Aid Course, Trauma Course

Clinic Seminar of Airway Response & Management, Basic Life Support (BLS)

## ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

### GRAFTS HELLAS

Απρ 2016

-yoga & yoga for kids

-pilates

-functional training

-aqua exercise

-myofascial workshop

-personal training

-group fitness

-dance workshop

### 2ο Fitness Weekend

Νοε 2014

Διοργάνωση από Oxygen gym

-Functional training

-Yoga

-Pilates

### 13ο Συνέδριο Αθλητικής Ψυχολογίας

Δεκ 2014

-Οργάνωση προγραμμάτων αγωγής υγείας

-Αθλητική ψυχολογία στην εκπαίδευση και τον αθλητισμό

## ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΡΑΣΗ

### Εθελοντικό πρόγραμμα UNESCO

Απρ 2017 - Απρ 2017

UNESCO

3rd Annual Meeting of the European Network of National Commissions for UNESCO