

## برنامه تفصیلی کنفرانس یک روزه تخصصی مکملیاری و تغذیه ورزشی

۱۹ مهر ۱۳۹۷

زمان	برنامه / سخنران	عنوان سخنرانی	مدرک تحصیلی سخنران
۸ تا ۸:۰۵	تلاوت کلام الله مجید و پخش سرود مقدس جمهوری اسلامی		
۸:۰۵ تا ۸:۱۵	دکتر منیر دهری	خوش آمدگویی و بیان هدف جلسه	دکترای تخصصی تغذیه
۸:۱۵ تا ۹:۱۵	دکتر محمدعلی سردار	سیستم های انرژی	دکترای فیزیولوژی ورزشی
۹:۱۵ تا ۱۰	دکتر محمد صفریان	کلیات تغذیه ورزشکاران	PhD- MD تغذیه
۱۰ تا ۱۰:۳۰	استراحت و پذیرایی		
۱۰:۳۰ تا ۱۱:۳۰	دکتر فؤاد عسجدی	معرفی مکملهای ورزشی گروه A	کارشناس تغذیه کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزشی
۱۱:۳۰ تا ۱۲:۳۰	دکتر فؤاد عسجدی	معرفی مکملهای ورزشی گروه B	کارشناس تغذیه کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزشی
۱۲:۳۰ تا ۱۴	نماز و ناهار		
۱۴ تا ۱۵	دکتر فؤاد عسجدی	بررسی جدول ارزشهای غذایی و دوره بندی مکملها	کارشناس تغذیه کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزشی
۱۵ تا ۱۵:۴۵	دکتر فؤاد عسجدی	اصول تغذیه پیش از تمرین	کارشناس تغذیه کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزشی
۱۵:۴۵ تا ۱۶:۱۵	استراحت و پذیرایی		
۱۶:۱۵ تا ۱۷	دکتر فؤاد عسجدی	اصول تغذیه حین تمرین	کارشناس تغذیه کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزشی
۱۷ تا ۱۷:۴۵	دکتر فؤاد عسجدی	اصول تغذیه پس از تمرین	کارشناس تغذیه کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزشی

✓ جهت مشاهده رزومه آقای دکتر صفریان [کلیک](#) فرمایید.

✓ جهت مشاهده رزومه آقای دکتر عسجدی [کلیک](#) فرمایید.

✓ جهت مشاهده رزومه آقای دکتر سردار [کلیک](#) فرمایید.