

# ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ



Διοργανώνεται από την  
**ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΥΠΡΟΥ**

Μοριοδότηση από ΠΙΣ:  
11 Μόρια Συνεχιζόμενης  
Ιατρικής Εκπαίδευσης



ΤΕΛΕΙ ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ ΠΙΣ

**27-29 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2019**

Πανεπιστήμιο Λευκωσίας, Αίθουσα UNESCO

ΧΡΥΣΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ



UNIVERSITY  
of NICOSIA



M.S. Jacovides



(Έντυπο Υ.Ε.3)

ΚΥΠΡΙΑΚΗ

ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Ο περί Σωματείων και Ιδρυμάτων και για Άλλα Συναφή Θέματα  
Νόμος του 2017 Ν. 104(I)/2017

Άρθρο 7(4)

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ

Αρ. Μητρώου : ΛΕΥ/Σ/85

Δια του παρόντος πιστοποιείται ότι το πιο κάτω αναφερόμενο Σωματείο ενεγράφη δυνάμει του περί Σωματείων και Ιδρυμάτων και για Άλλα Συναφή Θέματα Νόμου του 2017.

Επωνυμία Σωματείου : «ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΥΠΡΟΥ»

Διεύθυνση Σωματείου : Λευκωσία.

Εκδόθηκε στη ΛΕΥΚΩΣΙΑ,  
την 14 Μαρτίου 2019

Υπογραφή 

Επαρχος Λευκωσίας  
Έφορος Σωματείων, Ιδρυμάτων,  
Ομοσπονδικών/Ενώσεων  
Επαρχίας Λευκωσίας

(Ε.Δ. 18.1.3.1.3001)

ΠΑΓΚΥΠΡΙΟ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ  
27-29 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2019, Πανεπιστήμιο Λευκωσίας, Αίθουσα UNESCO

ΜΗΝΥΜΑ ΠΡΟΕΔΡΟΥ



Αγαπητοί συνάδελφοι και φίλοι,

Εκ μέρους της Οργανωτικής Επιτροπής του Συνεδρίου και του Διοικητικού Συμβουλίου της Αθλητιατρικής Εταιρείας Κύπρου, έχω την τιμή να σας προσκαλέσω στο φετινό συνέδριό μας, που οργανώνεται στο Πανεπιστήμιο Λευκωσίας, από 27 έως 29 Σεπτεμβρίου 2019. Ευχαριστούμε θερμά τη διεύθυνση του Πανεπιστημίου Λευκωσίας για τη δωρεάν παραχώρηση των χώρων του καθώς επίσης τον ΚΟΑ και όλους τους χορηγούς του Συνεδρίου, η αρωγή των οποίων κατέστησε δυνατή την οργάνωση και διεξαγωγή του ενός τόσο σημαντικού συνεδρίου.

Το νέο Διοικητικό Συμβούλιο που εκλέγηκε τον Ιούλιο του 2018, έχοντας παρακαταθήκη από τους παλαιότερους τη συμπυκνωμένη εμπειρία 42 χρόνων προσφοράς στα αθλητιατρικά δρώμενα στην Κύπρο, επιθυμεί να καταστρώσει ένα πολυδιάστατο σχέδιο δράσης που θα προσφέρει στη σημερινή κυπριακή πραγματικότητα ό,τι καλύτερο υπάρχει σε διεθνές επίπεδο από πλευράς αθλητιατρικής. Θα συνεργαστεί στενά με τον Κ.Ο.Α., την Κ.Ο.Ε. και όλους τους άλλους αθλητικούς φορείς στον τόπο μας και στο εξωτερικό, με στόχο η προσφορά των ιατρών στον αθλητισμό να γίνεται με το προβλεπόμενο επίπεδο κατάρτισης, προς όφελος όλων των αθλουμένων.

Σ' αυτό το συνέδριο έχουμε καλέσει διάφορους Συνδέσμους επαγγελματιών υγείας, που ασχολούνται με τον αθλητισμό, να οργανώσουν και παρουσιάσουν στοργυλλές τράπεζες σε θέματα της τρέχουσας επικαιρότητας. Ευχαριστούμε θερμά τους Συνδέσμους που πρόθυμα ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμά μας και με ομιλητές τους θα παρουσιάσουν τα εξής θέματα: Ο Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών Κύπρου «τη Φυσιοθεραπευτική Αποκατάσταση με Περιορισμό Αιματικής Ροής», ο Σύνδεσμος Γυμναστών Κύπρου τη «σημαντικότητα της άσκησης», ο Σύνδεσμος Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου τα «Νέα Δεδομένα στην Αθλητική Διατροφή» και ο Σύνδεσμος Προπονητών Κύπρου «το Ρόλο του Προπονητή στην Πρόληψη Τραυματισμών». Επίσης, η παρουσία προσκεκλημένων διακεκριμένων ομιλητών-ιατρών από την Αθλητιατρική Εταιρεία Ελλάδας (ΑΕΕ), οι οποίοι θα μας παρουσιάσουν θέματα που απασχολούν την αθλητιατρική παγκόσμια, προσδίδει στο συνέδριό μας ιδιαίτερη βαρύτητα. Θα οργανώσουν δύο Στρογγυλές Τράπεζες με θέματα για «σύνδρομο υπέρχρησης στους Αθλητές» και για «Αθλητικές κακώσεις». Επίσης, διαλέξεις για «ρήξη χιαστού στον αναπτυσσόμενο σκελετό» και για «οδοντικές βλάβες στους αθλητές: τερηδόνα, διαβρώσεις και αποτριβές». Η θεματολογία των παρουσιάσεων εμπλουτίζεται και με θέματα από Κύπριους ομιλητές, όπως «οι Καρδιολογικές Επιπλοκές του Ντόπινγκ», «Καρδιά και επιπτώσεις της Άσκησης και Φαρμακοδιέγερσης», «Αρρυθμίες στους Αθλητές», «Ρομποτική Αποκατάσταση Κήλης Αθλητών», «Σύνδρομο μηροκοτυλιαίας πρόσκρουσης – μίνι ανοικτή προσπέλαση», «Κακώσεις Κνημοτερονιαίας Συνδέσμωσης – Επιδημιολογικά στοιχεία και διαχείριση τραυματία αθλητή», καθώς και «Ανασκόπηση των Δεδομένων στη χρήση των Αυτόλογων Αυξητικών Παραγόντων Αίματος».

Μια πρωτοτυπία στο φετινό συνέδριο είναι η διοργάνωση το απόγευμα της πρώτης ημέρας στοργυλλής τράπεζας (εσπερίδας) σε συνεργασία με την Κυπριακή Αρχή Αντιντόπινγκ (CyADA) με θέμα τα «Προβλήματα Ντόπινγκ και η Αντιντόπινγκ εκστρατεία στην Κύπρο». Η συμμετοχή στην εσπερίδα είναι δωρεάν για όλους τους ενδιαφερομένους πολίτες της Κύπρου και αποτελεί τη συνεισφορά μας στα πλαίσια της Εβδομάδας Ευρωπαϊκού Αθλητισμού του ΚΟΑ "Be Active".

Οι σύνεδροι θα έχουν την ευκαιρία να συζητήσουν θέματα που παρουσιάζουν έντονο ενδιαφέρον και αντανακλούν τους προβληματισμούς σε διεθνές και κυπριακό επίπεδο.

Κατά τη διάρκεια της τελετής έναρξης του συνεδρίου θα μας δοθεί η ευκαιρία να τιμήσουμε το συνάδελφο Καρδιολόγο Δρα Πάμπη Νικολαΐδη που στήριξε την ΑΕΚ με τους αγώνες του τόσα χρόνια, ανακηρύσσοντάς τον σε Επίτιμο Μέλος.

Τέλος θέλουμε να τονίσουμε ότι η Κύπρος, με τους επιστήμονες που διαθέτει, μπορεί να προσφέρει στο λαό της και στην ευρύτερη Ευρωπαϊκή οικογένεια που ανήκει, επιστημονικό αθλητισμό υψηλού επιπέδου. Είναι γι' αυτό που το νέο Δ.Σ. της Α.Ε.Κ. έχει θέσει στις προτεραιότητές του την αναγνώριση της Αθλητιατρικής ως κύριας ειδικότητας στην Κύπρο, όπως τούτο ισχύει σε 16 από τις 28 χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Καλή ανάπτυξη στο Συνέδριο.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς,  
**Καθ. Δρ. Νικόλας Κ. Χριστοδούλου,**  
MD, PhD, SPRM(GR), Life Fellow EBPRM,  
Πρόεδρος Αθλητιατρικής Εταιρείας Κύπρου.



# Επιτέλους Apple Pay

## ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ

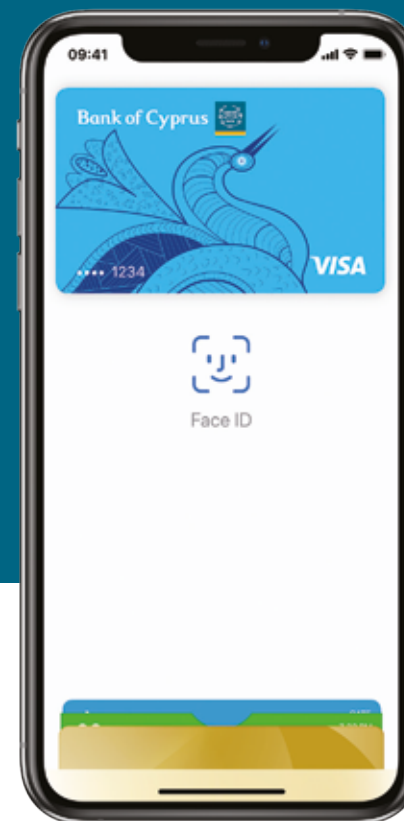
Πρόεδρος	Δρ. Νικόλας Χριστοδούλου
Εισερχόμενος Πρόεδρος	Δρ. Ευαγόρας Νικολαΐδης
Απερχόμενος Πρόεδρος	Δρ. Ανδρέας Τάνος
Γενικός Γραμματέας	Δρ. Ηλίας Παπαδόπουλος
Ταμίας	Δρ. Βάσος Κωνσταντίνου
Μέλη	Δρ. Οδυσσέας Αθάνατος
	Δρ. Αλέξης Σαμούτης
	Δρ. Μάριος Τρυφονίδης
	Δρ. Κώστας Σχίζας
	Δρ. Ανδρέας Λιβέρης
	Δρ. Ευαγόρας Λαούρης

## ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟΙ ΟΜΙΛΗΤΕΣ

- Δρ. Νίκος Καρτακούλλης – Πρόεδρος Πανεπιστημίου Λευκωσίας  
Δρ. Μιχάλης Πέτρου – Πρόεδρος Κυπριακής Αρχής Αντι-ντόπινγκ  
Δρ. Αντώνης Αλεξόπουλος – Πρόεδρος Παγκυπρίου Συνδέσμου Πτυχιούχων Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΠΑΣΥΠΕΦΑΑ)  
Δρ. Κωνσταντίνος Νάτσης – Πρόεδρος Αθλητιατρικής Εταιρείας Ελλάδος  
Δρ. Χρήστος Λυρτζής – Ορθοπαιδικός, Ελλάδα  
Δρ. Σάββας Γιακουμάκης – Ορθοπαιδικός, Ελλάδα  
Δρ. Παντελής Νικολάου – Ορθοπαιδικός, Ελλάδα  
Δρ. Ιωάννης Τερζίδης – Ορθοπαιδικός, Ελλάδα  
Δρ. Μαρία Πιάγκου – Γναθοχειρουργός, Ελλάδα

## ΠΡΟΣΚΕΚΛΗΜΕΝΟΙ ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ

- Σύνδεσμος Διαιτολόγων – Διατροφολόγων Κύπρου  
Παγκύπριος Σύλλογος Φυσιοθεραπευτών Κύπρου  
Σύνδεσμος Γυμναστών Κύπρου  
Σύνδεσμος Προπονητών Κύπρου  
Παγκύπριος Σύνδεσμος Πτυχιούχων Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΠΑΣΥΠΕΦΑΑ)



Καλωσορίζουμε τον πιο εύκολο και γρήγορο τρόπο πληρωμών χρησιμοποιώντας κάρτες Visa της Τράπεζας Κύπρου με Apple Pay. Τώρα, απολαμβάνετε όλα τα οφέλη που σας προσφέρουν οι κάρτες σας σε iPhone, Apple Watch, iPad και Mac.\* Το Apple Pay είναι απλό στη χρήση και συμβατό με τις συσκευές που χρησιμοποιείτε καθημερινά. Τα στοιχεία της κάρτας σας προστατεύονται, αφού δεν αποθηκεύονται στη συσκευή σας ούτε και κοινοποιούνται όταν πληρώνετε.

\* Για τη λίστα με τις συμβατές συσκευές με Apple Pay δείτε: [support.apple.com/km207105](https://support.apple.com/km207105)

Τράπεζα Κύπρου



Apple Pay

**27/09/2019 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ: ΕΣΠΕΡΙΔΑ ΑΝΟΙΚΤΗ ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ**

**18.00 – 20.00: Στρογγυλή Τράπεζα Αθλητιατρικής Εταιρείας Κύπρου (ΑΕΚ) - Κυπριακής Αρχής Αντιντόπινγκ (CyADA)**

**«Αντι-Ντόπινγκ: Νέες εξελίξεις και προβληματισμοί»**

Συντονιστές: Δρ. Νικόλας Χριστοδούλου πρόεδρος ΑΕΚ, Δρ. Μιχάλης Πέτρου πρόεδρος CyADA.

1. «Ντόπινγκ και αξιοπιστία του Αθλητισμού»,  
*Καθηγητής Νίκος Καρτακούλης, Πρόεδρος Πανεπιστημίου Λευκωσίας.*
2. «Καρδιολογικές Επιπλοκές του Ντόπινγκ», *Δρ. Ευαγόρας Νικολαΐδης, Καρδιολόγος.*
3. «Βασικές αρχές προγραμμάτων Αντι-ντόπινγκ»,  
*Δρ. Μιχάλης Πέτρου, πρόεδρος CyADA.*
4. «Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της χρήσης συμπληρωμάτων διατροφής στον αθλητισμό»,  
*Αντώνης Αλεξόπουλος, πρόεδρος Παγκυπρίου Συνδέσμου Πτυχιούχων Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΠΑΣΥΠΕΦΑΑ),*
5. Ερωτήσεις – συζήτηση.

**28/09/2019 ΣΑΒΒΑΤΟ**

**09.00 – 10.30: Στρογγυλή Τράπεζα Συνδέσμου Διαιτολόγων-Διατροφολόγων:**

**«Νέα Δεδομένα στην Αθλητική Διατροφή»**

Συντονίστρια: Δρ. Χριστιάνα Φιλίππου

1. Η σημασία της Αθλητικής Διατροφής στο παιδί και έφηβο αθλητή (20 λεπτά)  
*Δρ. Χριστιάνα Φιλίππου, RDN, Κλινική και Αθλητική Διαιτολόγος, Διατροφολόγος*
2. Η σχέση της σύστασης σώματος στον αθλητισμό  
*Δρ. Ελένη Ανδρέου, RDN, Κλινική Διαιτολόγος, Διατροφολόγος (20 λεπτά)*
3. Ενυδάτωση και αθλητισμός (20 λεπτά)  
*Νικολέτα Μιχαηλίδου, RDN, Κλινική και Αθλητική Διαιτολόγος, Διατροφολόγος*
4. Εξειδικευμένα γεύματα αθλητών, κατά την διάρκεια προετοιμασίας & αγωνιστικής περιόδου  
*(20 λεπτά) Ανδρέας Σάββα, Αθλητικός Διατροφολόγος*
5. Ερωτήσεις – συζήτηση.

**10.30 – 11.00: ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ**

**11.00 – 11.15: Διάλειμμα για καφέ στον εκθεσιακό χώρο**

**11.15 -12.45: Α' Στρογγυλή Τράπεζα Αθλητιατρικής Εταιρείας Ελλάδος:**

**«Σύνδρομο Υπέρχρησης σε Αθλητές»**

Συντονιστής: Δρ. Κωνσταντίνος Νάτσης πρόεδρος ΑΕΕ.

1. Σύνδρομο πρόσκρουσης ποδοκνημικής - Η ποδοκνημική του ποδοσφαιριστή,  
*Δρ. Κωνσταντίνος Νάτσης, Ορθοπαιδικός.*
2. Σύνδρομο προστριβής λαγονοκνημιαίας ταινίας- Το γόνατο του δρομέα,  
*Δρ. Χρήστος Λυριτζής, Ορθοπαιδικός.*
3. Τενοντοπάθεια επιγονατίδας- Το γόνατο του άλτη, *Δρ. Σάββας Γιακουμάκης, Ορθοπαιδικός.*
4. Έξω επικονδυλοπάθεια του αγκώνα- Ο αγκώνας του αντισφαιριστή,  
*Δρ. Χρήστος Λυριτζής, Ορθοπαιδικός.*
5. Ερωτήσεις – συζήτηση

**12.45 – 13.15: Δορυφορικό Συμπόσιο Εταιρείας MSJ-Ιακωβίδης:**

**«Συμπληρώματα Διατροφής: απαραίτητα ή όχι για ένα αθλητή;»**

**13.15 – 14.00: Διάλειμμα για ΓΕΥΜΑ.**

**14.00 – 15.30: Στρογγυλή Τράπεζα Συνδέσμου Γυμναστών Κύπρου:**

**«Η Σημαντικότητα της Άσκησης»**

Συντονιστής: Παρασκευάς Σαμάρας, αντιπρόεδρος ΣΓΚ,

1. Η Άσκηση ως αναπτυξιακή παράμετρος (0-18) και πρόληψη, *Παρασκευάς Σαμάρας.*
2. Οι προοπτικές της Φυσικής Αγωγής μέσα από την Ευρωπαϊκή ολοκλήρωση, *Μιχάλης Κουτσουλής.*
3. Νέες τάσεις στα θέματα Άθλησης και εφαρμογές στην Φυσική Αγωγή, *Άννα Ποιριάζη.*
4. Άσκηση και Οικονομία, *Σπύρος Σπύρου και Θεότη Ππούρου*
5. Ερωτήσεις – συζήτηση

**15.30 – 16.00: Διαλέξεις για καρδιολογικά θέματα αθλητών από ΑΕΚ:**

Συντονιστής: Δρ. Ευαγόρας Νικολαΐδης εισερχόμενος Πρόεδρος ΑΕΚ.

1. Καρδιά και επιπτώσεις της Άσκησης και Φαρμακοδιέγερσης,  
*Δρ. Νίκος Αγγελίδης, Καρδιοχειρουργός.*
2. Αρρυθμίες στους Αθλητές, *Λευτέρης Νικολαΐδης, Καρδιολόγος.*

**16.00 – 16.30: Διάλειμμα για καφέ**

**16.30 – 18.00: Β' Στρογγυλή Τράπεζα Αθλητιατρικής Εταιρείας Ελλάδος: «Αθλητικές Κακώσεις»**

Συντονιστής: Δρ. Χρήστος Λυριτζής, ΑΕΕ.

1. Το εξάρθρομα της επιγονατίδας στον αναπτυσσόμενο σκελετό,  
*Δρ. Παντελής Νικολάου, Ορθοπαιδικός.*
2. Τενοντοπάθεια του Αχιλλείου τένοντα, *Δρ. Κωνσταντίνος Νάτσης, Ορθοπαιδικός.*
3. Βλάβες του αρθρικού χόνδρου στους αθλητές, *Δρ. Ιωάννης Τερζίδης, Ορθοπαιδικός.*
4. Σύνδρομο καταπόνησης έσω επιφάνειας της κνήμης,  
*Δρ. Κωνσταντίνος Νάτσης, Ορθοπαιδικός.*
3. Ερωτήσεις – συζήτηση

**29/09/19 ΚΥΡΙΑΚΗ**

**09.00 – 10.30: Στρογγυλή τράπεζα Συλλόγου Φυσιοθεραπευτών: «Φυσιοθεραπευτική Αποκατάσταση με Περιορισμό Αιματικής Ροής».**

Συντονιστής: Ευάγγελος Νικολάου, Φυσιοθεραπευτής.

1. Βιβλιογραφική Ανασκόπηση Περιορισμού Αιματικής Ροής, *Χριστόδουλος Φυσέντζου, Φυσιοθεραπευτής.*
2. Περιορισμός Αιματικής Ροής για Αποκατάσταση Προσθίου Πόνου στο Γόνατο, *Καλλής Καλλή, Φυσιοθεραπευτής.*
3. Βελτιστοποίηση Δύναμης Κάτω Άκρων με Χρήση Συσκευής Περιορισμού Αιματικής Ροής, *Ευάγγελος Νικολάου, Φυσιοθεραπευτής.*
4. Ερωτήσεις – συζήτηση

**10.30 – 11.00: Συμμετοχή Συνδέσμου Προπονητών με Διάλεξη: « Ο Ρόλος του Προπονητή στην Πρόληψη Τραυματισμών». Ομιλητής: κ. Σάββας Σοφοκλέους.**

**11.00 – 11.30: Διάλειμμα για καφέ**

**11.30 – 13.15: Διαλέξεις για Αθλητιατρικά θέματα από ΑΕΚ – ΑΕΕ:**

Συντονιστής: Δρ. Ανδρέας Τάνος, απερχόμενος πρόεδρος ΑΕΚ και Δρ. Παντελής Νικολάου, ΑΕΕ

1. Ρομποτική Αποκατάσταση Κήλης Αθλητών, *Δρ. Σάββας Χειρίδης, Γενικός Χειρουργός (15 λεπτά)*
2. Σύνδρομο μηροκοτυλιαίας πρόσκρουσης – μίνι ανοικτή προσπέλαση, *Δρ. Οδυσσέας Αθάνατος, Ορθοπαιδικός (15 λεπτά)*
3. Ρήξη χιαστού στον αναπτυσσόμενο σκελετό, *Δρ. Παντελής Νικολάου, Ορθοπαιδικός (15 λεπτά).*
4. Κακώσεις Κνημοπερονιαίας Συνδέσμου – Επιδημιολογικά στοιχεία και διαχείριση τραυματία αθλητή, *Δρ. Μάριος Τρυφωνίδης, Ορθοπαιδικός (15 λεπτά).*
5. Οδοντικές βλάβες στους αθλητές: τερηδόνα, διαβρώσεις και αποτριβές, *Δρ. Μαρία Πιάγκου, Γναθοχειρουργός (15 λεπτά).*
6. Ανασκόπηση Δεδομένων στη χρήση των Αυτόλογων Αυξητικών Παραγόντων Αίματος, *Δρ. Βάσος Κωνσταντίνου, Ορθοπαιδικός (15 λεπτά).*
7. Ερωτήσεις – συζήτηση.

**13.15 – 13.30: Λήξη Συνεδρίου.**



Αποκλειστικός Αντιπρόσωπος Κύπρου





ΧΟΡΗΓΟΙ:



ΚΥΠΡΙΑΚΟΣ  
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
Η Ανώτατη Αθλητική Αρχή της Κύπρου



M.S. Jacovides



C.A. PΑΡΑΕΛΛΙΝΑΣ  
GROUP



ΚΑΡΠΑΣΙΑ  
πρόσιτα της φύσης



σε συμπληρώνει



Chadjianastasi  
Pharmaceutical Ltd

Τράπεζα Κύπρου



Procopiou Medi Shop Ltd

MEDICAL & REHABILITATION EQUIPMENT  
www.procopioumedishop.com

Παράρτημα Αθήνας: Κηφισίας 79 080 228

Προσφορά καφέδων από την εταιρεία



Chadjianastasi  
Pharmaceutical Ltd

Σ'ΑΓΑΠΟ ΠΟΛΥ

**Lanes**  
σε συμπληρώνει

Κάθε φορά που θες να νιώθεις **πολύ**,  
να πετυχαίνεις **πολύ**, να γυμνάζεσαι **πολύ**,  
να μελετάς **πολύ**, να κάνεις αυτό που θέλεις  
**πολύ**... υπάρχει και μια Πολυβιταμίνη Lanes.  
**Βρες την και... Ζήσε το Πολύ!**

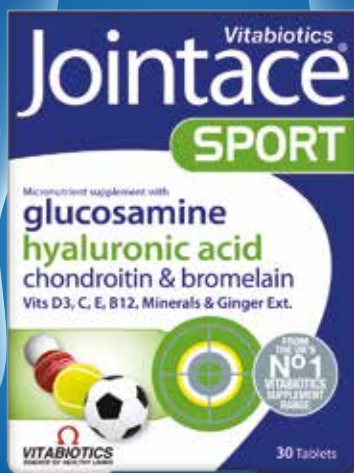
**ΖΗΣΕ ΤΟ ΠΟΛΥ**  
Με Πολυβιταμίνες Lanes

secretlab

Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μιας ποικιλίας διατροφής.  
Να μην γίνεται υπέρβαση της συγκεκριμένης συνιστώμενης ημερήσιας δόσης.  
Να φυλάσσονται μακριά από μικρά παιδιά.

# Jointace®

Ξεκλείδωσε τις αρθρώσεις σου



Ευλύγιστες αρθρώσεις χωρίς πόνο  
#JointsUnlocked

Τα συμπληρώματα διατροφής δεν είναι υποκατάστατα μιας ποικίλης και ισορροπημένης διατροφής και ενός υγιούς τρόπου ζωής.

  
**VITABIOTICS**  
SCIENCE OF HEALTHY LIVING

ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ



**M.S.Jacovides**