

# Contents

<b>Editorial</b> .....	5
<b>Review of Research Studies</b> .....	7
➤ Energy of muscle metabolism during competitive effort in rhythmic sports gymnastics <i>E. Douda, S. Tokmakidis</i> .....	7
➤ Woman and sports in Hellenic and Roman antiquity <i>E. Albanidis</i> .....	16
➤ The athletic role of woman. Stereotypes – Role conflict <i>X. Konstantinidou, Y. Harahousou, A. Katsikadeli</i> .....	24
➤ Self-defence: The key for woman’s emancipation <i>Y. Harahousou</i> .....	31
➤ Dance movement therapy as a psychotherapeutic intervention for the elderly people <i>M. Kongsatninidou, Y. Harahousou, C. Kabitsis</i> .....	37
➤ Skills and abilities: Necessary prerequisites for emerging women in leadership positions <i>R. Tsiotsou</i> .....	50
<b>Studies for Practical Evaluation and Application</b> .....	59
➤ Ways of effective passes in femall basketball <i>A. Theoharopoulos, G. Tsitskaris, A. Garefis</i> .....	59

# Περιεχόμενα

<b>Από τη σύνταξη</b> .....	5
<b>Ανασκόπηση Ερευνητικών Εργασιών</b> .....	7
➤ Παροχή μυικής ενέργειας κατά την αγωνιστική προσπάθεια στη Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική <i>Ε. Δούδα, Σ. Τοκμακίδης</i> .....	7
➤ Γυναίκα και άθληση στην Ελληνική και Ρωμαϊκή αρχαιότητα <i>Ε. Αλμπανίδης</i> .....	16
➤ Ο αθλητικός ρόλος της γυναίκας. Στερεότυπα – Σύγκρουση ρόλων <i>Ξ. Κωνσταντινίδου, Υ. Χαραχούσου, Α. Κατσικαδέλλη</i> .....	24
➤ Αυτοάμυνα: Κλειδί στην γυναικεία χειραφέτηση <i>Υ. Χαραχούσου</i> .....	31
➤ Η Χοροθεραπεία ως μια τεχνική ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης για τα άτομα της τρίτης ηλικίας <i>Μ. Κωνσταντινίδου, Υ. Χαραχούσου, Χ. Καμπίτσας</i> .....	37
➤ Δεξιότητες και ικανότητες: Απαραίτητες προϋποθέσεις για την ανάδειξη των γυναικών σε ηγετικές θέσεις <i>Ρ. Τσιότσου</i> .....	50
<b>Εργασίες Πρακτικής Αξιολόγησης και Εφαρμογής</b> .....	59
➤ Τρόποι μεταβίβασης της μπάλας και η αποτελεσματικότητά τους στη γυναικεία καλαθοσφαίριση <i>Α. Θεοχαρόπουλος, Γ. Τσίτσικαρης, Α. Γαρέφης</i> .....	59