



Διατροφή - Εργομέτρηση
Σύσταση σώματος - Μεταβολισμός

www.nutrilab.gr

Ο Δρ. Μπάρδης Κωνσταντίνος διδάκτωρ του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου στο Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής είναι επιστημονικός υπεύθυνος στο διαιτολογικό και εργομετρικό κέντρο Nutrilab στην Κηφισιά. Αναδείχθηκε χρυσός Βαλκανιονίκης στο άθλημα της ορεινής ποδηλασίας. Ως υπότροφος της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, παρακολούθησε με επιτυχία το Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών στο John Moores University στο Λίβερπουλ της Αγγλίας, πρώτο πανεπιστήμιο κατά σειρά αξιολόγησης στον τομέα της εργοφυσιολογίας. Το 2013, ολοκλήρωσε με επιτυχία τις διδακτορικές του σπουδές στο Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας - Διατροφής του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου Αθηνών με εξειδίκευση στην αθλητική διατροφή και με βαθμό «Άριστα», ενώ παράλληλα δημοσίευσε μελέτες σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά, σχετικά με τη διατροφή και τη θερμορύθμιση των αθλητών υψηλού επιπέδου. Ακολούθως, συνέχισε το 2014 τις μεταδιδακτορικές του έρευνες στην Αμερική (University of Arkansas), στο τμήμα Κινησιολογίας και συγκεκριμένα στο Human Performance Lab, όπου ασχολήθηκε με επιστημονικές μελέτες σε ομάδες αθλητών και διαβητικών ασθενών.

Η επαγγελματική του σταδιοδρομία ξεκίνησε το 2012 ως Εργοφυσιολόγος - Διατροφολόγος της Εθνικής Ομάδα Ποδηλασίας στην κατηγορία ανδρών. Το τρέχον χρονικό διάστημα εργάζεται ως επιστημονικός συνεργάτης του τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών διδάσκοντας το μάθημα με τίτλο «Διατροφή: Αθλητική απόδοση & υγεία» καθώς και το μάθημα με τίτλο «Προπονητική και Διδακτική στην Ποδηλασία» .