

ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ Δ. ΤΕΡΖΗΣ

MSc, PhD (ΕΚΠΑ)

Αναπληρωτής Καθηγητής Κλασικού

Αθλητισμού - Αθλητικών Ριψεων

Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής &

Αθλητισμού

ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Α Θ Η Ν Α

Φεβρουάριος 2016

I. ΑΤΟΜΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ : ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ ΤΕΡΖΗΣ του Δημητρίου
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: Εθνικής Αντίστασης 41, Δάφνη, 17237
e-mail: gterzis@phed.uoa.gr
ΤΗΛΕΦΩΝΟ: 210-7276102

II. ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

- 1993: Πτυχίο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού: Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού- ΕΚΠΑ
1998: Μεταπτυχιακό Δίπλωμα στην Φυσιολογία του Ανθρώπου, Πανεπιστήμιο Κοπεγχάγης, Δανία
2000: Διδακτορικό Δίπλωμα στην Εργοφυσιολογία, ΤΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ

III. ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΑ

- ❑ Διδασκαλία των προπτυχιακών μαθημάτων «Αθλητικές Ρίψεις» και «Μυϊκή Ενδυνάμωση» στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών (από το 2002 ως το 2004 με σύμβαση ΠΔ 407/80, από το 2004 ως το 2009 ως Λέκτορας, από το 2009 ως το 2014, ως Επίκουρος Καθηγητής και από το 2014 ως σήμερα ως Αναπληρωτής Καθηγητής).
- ❑ Διδασκαλία του προπτυχιακού μαθήματος «Ειδικά θέματα Αθλητικών Ρίψεων» στο πλαίσιο της ειδικότητας «Αθλητικές Ρίψεις» στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών (από το 2004 ως το 2009 ως Λέκτορας, από το 2009 ως το 2014, ως Επίκουρος Καθηγητής και από το 2014 ως σήμερα ως Αναπληρωτής Καθηγητής).
- ❑ Διδασκαλία μέρους των μαθημάτων «Εργοφυσιολογία», «Εφαρμοσμένη Εργοφυσιολογία των Αθλημάτων» και «Εργονομία» στο Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (2000 – 2002, με σύμβαση ΠΔ 407/80).
- ❑ Διδασκαλία "Κλασικού Αθλητισμού" στη Σχολή Μονίμων Υπαξιωματικών Ναυτικού κατά τα ακαδημαϊκά έτη 2001 - 2002 και 2002 - 2003.
- ❑ Διδασκαλία "Σωματικής Αγωγής" στη Σχολή Ανθυποπυραγών της Πυροσβεστικής Ακαδημίας, κατά τα ακαδημαϊκά έτη 2001 - 2002 και 2002 - 2003.

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΑ

- ❑ Διδασκαλία του μεταπτυχιακού μαθήματος «Ειδικά Θέματα Κλασικού Αθλητισμού» του ΠΜΣ «Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός» στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών (2006 ως σήμερα).
- ❑ Διδασκαλία του αντικειμένου «Νευρομυϊκή λειτουργία και απόδοση» στο πλαίσιο του μεταπτυχιακού μαθήματος «Προχωρημένη Εργοφυσιολογία» του ΠΜΣ «Βιολογία της Άσκησης» στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών (2003 ως σήμερα).
- ❑ Διδασκαλία του αντικειμένου «Νευρομυϊκή λειτουργία» στο πλαίσιο του μεταπτυχιακού μαθήματος «Πειραματική Εργοφυσιολογία» του ΠΜΣ «Βιολογία της Άσκησης» στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών (2003 ως σήμερα).
- ❑ Διδασκαλία στο Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Άσκηση, Εργοσπιρομετρία και Αποκατάσταση» του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας 2014 ως σήμερα.
- ❑ Διδασκαλία στο Μεταπτυχιακό πρόγραμμα Σπουδών «Σωματική Επάρκεια και Υγεία στα Σώματα Ασφαλείας» του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, 2014 ως σήμερα.
- ❑ Διδασκαλία στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών Εφαρμοσμένη διαιτολογία-Διατροφή του Χαροκόπειου Πανεπιστημίου, 2011 ως σήμερα.

IV. ΜΕΛΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΩΝ

A. Ακαδημαϊκών

- Μέλος της Συντονιστικής Επιτροπής του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός» του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (2009 ως σήμερα).
- Σύμβουλος Σπουδών του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός» του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (2009 ως σήμερα).

Εξεταστικές επιτροπές διδακτορικών φοιτητών εξετάσεων *εφ'όλης της ύλης*

Μέλος έξι επιτροπών εξέτασης διδακτορικών φοιτητών *εφ'όλης της ύλης*.

Επταμελείς εξεταστικές επιτροπές διδακτορικών διατριβών

Μέλος σε 3 εξεταστικές επιτροπές διδακτορικών διατριβών (εκτός από τις διατριβές επίβλεψης).

Τριμελείς εξεταστικές

Μέλος σε 7 εξεταστικές επιτροπές μεταπτυχιακών διπλωμάτων ειδίκευσης (εκτός από τις εκείνες που αναφέρονται παρακάτω ως επίβλεψη).

B. Διοικητικών

Συμμετοχή στις επιτροπές Δημοσιότητας, Βιβλιοθήκης, Προγράμματος Σπουδών, Πληροφορικής, Διαδικτύου και Πολυμέσων καθώς και στη Γενική Συνέλευση της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών, σε διάφορα χρονικά διαστήματα από το 2006 ως σήμερα.

V. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Δημόσιες Επιστημονικές Διαλέξεις

Συμμετοχή σε πολλές δημόσιες επιστημονικές διαλέξεις και σεμινάρια για ενημέρωση επαγγελματιών της Αθλητικής Επιστήμης με θεματολογία που σχετίζεται με την Μυϊκή Ενδυνάμωση και τον Κλασικό Αθλητισμό.

VI. ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ

- ❑ Υπότροφος του Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών για Μεταπτυχιακές Σπουδές στην Ελλάδα στην ειδίκευση της Εργοφυσιολογίας (1994 - 1998).
- ❑ Υπότροφος από την κυβέρνηση της Δανίας για παρακολούθηση μεταπτυχιακών μαθημάτων στο Πανεπιστήμιο της Κοπεγχάγης, κατά το χειμερινό εξάμηνο σπουδών 1996 - 1997.
- ❑ Υπότροφος του Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών για Μεταδιδακτορική Έρευνα στις Αθλητικές Ρίψεις, σε συνεργασία με το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών (2003 - 2004).
- ❑ Α' Βραβείο Νέων Ερευνητών, 1ο Συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης, Αθήνα, Νοέμβριος 2000. Τίτλος εργασίας: Δομικές και μεταβολικές προσαρμογές στον τρικέφαλο βραχιόνιο αθλητών της χιονοδρομίας αντοχής ως αποτέλεσμα συστηματικής προπόνησης.

- Βραβείο αναρτημένης ανακοίνωσης στο 6ο Πανελλήνιο Συνέδριο Καρδιακής Ανεπάρκειας, Αθήνα, Φεβρουάριος, 2005. Τίτλος εργασίας: Επίδραση του προγράμματος αποκατάστασης στην κινητική οξυγόνου ασθενών με χρόνια καρδιακή ανεπάρκεια.

VII. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Συμμετοχή σε Συνέδρια-Σεμινάρια

45 διεθνή και πανελλήνια επιστημονικά συνέδρια.

Ερευνητική δράση

Μεταπτυχιακές Διατριβές (διεκπεραιωμένες)

1. Επιβλέπων καθηγητής του κ. Νίκου Ζάρα, ο οποίος εισήχθη στο ΠΜΣ «Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός» της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Αθηνών τον Οκτώβριο του 2009 και ολοκλήρωσε τις σπουδές του με επιτυχία τον Ιούλιο του 2011 με τίτλο μεταπτυχιακής διατριβής «Η επίδραση της προπόνησης δύναμης και της προπόνησης ισχύος στη ριπτική ικανότητα».
2. Επιβλέπων καθηγητής της κ. Αγγελικής Στασινάκη, η οποία εισήχθη στο ΠΜΣ «Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός» της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Αθηνών τον Οκτώβριο του 2010 και ολοκλήρωσε τις σπουδές της με επιτυχία τον Ιούλιο του 2012 με τίτλο μεταπτυχιακής διατριβής «Η επίδραση της συνδυαστικής προπόνησης δύναμης και ισχύος στη ριπτική ικανότητα».
3. Επιβλέπων καθηγητής της μεταπτυχιακής φοιτήτριας κ. Αργυρώ Κρασέ, η οποία εισήχθη στο ΠΜΣ «Βιολογία της Άσκησης» της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Αθηνών τον Οκτώβριο του 2010 και ολοκλήρωσε τις σπουδές της με επιτυχία τον Ιανουάριο του 2013 με τίτλο μεταπτυχιακής διατριβής «Επίδραση της άσκησης κατά τη θεραπεία ενζυμικής υποκατάστασης σε ασθενείς με νόσο Pompe ενήλικης μορφής».
4. Επιβλέπων καθηγητής του κ. Γιώργου Γλούμη ο οποίος ολοκλήρωσε την μεταπτυχιακή του διατριβή στο ΠΜΣ «Βιολογία της Άσκησης» της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Αθηνών τον Ιούλιο του 2012 με τίτλο «Η επίδραση της σύνθετης προπόνησης δύναμης και ισχύος στη μορφολογία του μυϊκού ιστού».

Διδακτορικές Διατριβές (διεκπεραιωμένες)

1. Επιβλέπων καθηγητής του κ. Νίκου Ζάρα, ο οποίος ορκίστηκε διδάκτορας της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Αθηνών τον Νοέμβριο του 2015 με τίτλο διατριβής «Προπόνηση ισχύος με υψηλές και χαμηλές αντιστάσεις: αλλαγές στον ρυθμό εφαρμογής της δύναμης και στη ριπτική επίδοση».
2. Επιβλέπων καθηγητής του κ. Σπύρου Μεθενίτη, ο οποίος ολοκλήρωσε τον διδακτορικό κύκλο σπουδών με την παρουσίαση της διατριβής τον Απρίλιο του 2016

στη Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Αθηνών με τίτλο διατριβής «Ταχύτητα αγωγής των νευρικών ώσεων στις μυϊκές ίνες και παραγωγή μυϊκής ισχύος».

VIII. ΔΗΜΟΣΙΕΥΜΕΝΟ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΕΡΓΟ

Διατριβές

- 1) Τερζής Γ. (1998). Ο ρόλος της μορφολογίας και των ενεργειακών ενζύμων του ανθρώπινου σκελετικού μυ στην απόδοση. Μεταπτυχιακή διατριβή, Πανεπιστήμιο Κοπεγχάγης, Δανία.
- 2) Τερζής Γ. (2000). Προσαρμοστικότητα του μυϊκού ιστού στην αθλητική προπόνηση. Διδακτορική διατριβή, Σ.Ε.Φ.Α.Α.- Ε.Κ.Π.Α.

Πλήρεις δημοσιεύσεις

(παρουσιάζονται μόνο τα επιστημονικά άρθρα που αναφέρονται στο PUBMED και έχουν δείκτη βαρύτητας – impact factor)

Ο συνολικός δείκτης βαρύτητας αυτών των εργασιών είναι 139,3.

1. Terzis G, Spengos K, Methenitis S, Aagaard P, Karandreas N, Bogdanis G. Early phase interference between low-intensity running and power training in moderately-trained females. European Journal of Applied Physiology (Accepted March 2016).

Συντελεστής βαρύτητας: 2.187

2. Methenitis SK, Zaras ND, Spengos KM, Stasinaki AN, Karampatsos GP, Georgiadis GV, Terzis GD. Role of Muscle Morphology in Jumping, Sprinting, and Throwing Performance in Participants With Different Power Training Duration Experience. J Strength Cond Res. 2016 Mar;30(3):807-17.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

3. Methenitis S, Terzis G, Zaras N, Stasinaki AN, Karandreas N. Intramuscular fiber conduction velocity, isometric force and explosive performance Journal of Human Kinetics (Accepted March 2016).

Συντελεστής βαρύτητας: 1.200

4. Methenitis S, Karandreas N, Spengos K, Zaras N, Stasinaki AN, Terzis G. Muscle fiber conduction velocity, muscle fiber composition and power performance. Medicine and Science in Sports and Exercise (Accepted 5/6/2016).

Συντελεστής βαρύτητας: 3.980

5. Tsoukos A, Bogdanis GC, Terzis G, Veligeas P. Acute improvement of vertical jump performance after isometric squats depends on knee angle and vertical jumping ability. *J Strength Cond Res.* 2016 Jan 19. [Epub ahead of print] PubMed PMID: 26808841.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

6. Krase A, Papadimas G, Terzis G. Functional capacity in a late-onset Pompe disease patient: Effect of enzyme replacement therapy and exercise training. *Annals of the Indian Academy of Neurology.* Accepted 8-2-2016.

Συντελεστής βαρύτητας: 0.670

7. Botonis PG, Toubekis AG, Terzis GD, Geladas ND, Platanou TI. Performance decrement and skill deterioration during a water polo game are linked with the conditioning level of the athletes. *J Strength Cond Res.* 2015 Sep 1. [Epub ahead of print] PubMed PMID: 26349048.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

8. Wright CR, Brown EL, Della Gatta PA, Fatouros IG, Karagounis LG, Terzis G, Mastorakos G, Michailidis Y, Mandalidis D, Spengos K, Chatzinikolaou A, Methenitis S, Draganidis D, Jamurtas AZ, Russell AP. Regulation of Granulocyte Colony-Stimulating Factor and Its Receptor in Skeletal Muscle is Dependent Upon the Type of Inflammatory Stimulus. *J Interferon Cytokine Res.* 2015 Sep;35(9):710-9.

Συντελεστής βαρύτητας: 3.899

9. Zaras ND, Stasinaki AN, Methenitis SK, Krase AA, Karampatsos GP, Georgiadis GV, Spengos KM, Terzis GD. Rate of Force Development, Muscle Architecture, and Performance in Young Competitive Track and Field Throwers. *J Strength Cond Res.* 2016 Jan;30(1):81-92.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

10. Stasinaki AN, Gloumis G, Spengos K, Blazeovich AJ, Zaras N, Georgiadis G, Karampatsos G, Terzis G. Muscle Strength, Power, and Morphologic Adaptations After 6 Weeks of Compound vs. Complex Training in Healthy Men. *J Strength Cond Res.* 2015 Sep;29(9):2559-69.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

11. Patel MS, Natanek SA, Stratakos G, Pascual S, Martínez-Llorens J, Disano L, Terzis G, Hopkinson NS, Gea J, Vogiatzis I, Maltais F, Polkey MI. Vastus lateralis fiber shift is an independent predictor of mortality in chronic obstructive pulmonary disease. *Am J Respir Crit Care Med.* 2014 Aug 1;190(3):350-2.

Συντελεστής βαρύτητας: 12.996

12. Zaras ND, Stasinaki AN, Krase AA, Methenitis SK, Karampatsos GP, Georgiadis GV, Spengos KM, Terzis GD. Effects of tapering with light vs. heavy loads on track and field throwing performance. *J Strength Cond Res.* 2014 Dec;28(12):3484-95.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

13. Vontzalidis A, Terzis G, Manta P. Increased dysferlin expression in Duchenne muscular dystrophy. *Anal Quant Cytopathol Histopathol.* 2014 Feb;36(1):15-22.

Συντελεστής βαρύτητας: 0.488

14. Vafiadaki E, Arvanitis DA, Papalouka V, Terzis G, Roumeliotis TI, Spengos K, Garbis SD, Manta P, Kranias EG, Sanoudou D. Muscle lim protein isoform negatively regulates striated muscle actin dynamics and differentiation. *FEBS J*. 2014 Jul;281(14):3261-79. doi: 10.1111/febs.12859. Epub 2014 Jun 11. PubMed PMID:24860983; PubMed Central PMCID: PMC4416226.

Συντελεστής βαρύτητας: 4.001

15. Bogdanis GC, Tsoukos A, Veligekas P, Tsolakis C, Terzis G. Effects of muscle action type with equal impulse of conditioning activity on postactivation potentiation. *J Strength Cond Res*. 2014 Sep;28(9):2521-8. doi:10.1519/JSC.0000000000000444. PubMed PMID: 24584048.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

16. Zaras N, Spengos K, Methenitis S, Papadopoulos C, Karampatsos G, Georgiadis G, Stasinaki A, Manta P, Terzis G. Effects of Strength vs. Ballistic-Power Training on Throwing Performance. *J Sports Sci Med*. 2013 Mar 1;12(1):130-7. eCollection 2013. PubMed PMID: 24149736; PubMed Central PMCID: PMC3761775.

Συντελεστής βαρύτητας: 1.025

17. Michailidis Y, Karagounis LG, Terzis G, Jamurtas AZ, Spengos K, Tsoukas D, Chatzinikolaou A, Mandalidis D, Stefanetti RJ, Papassotiriou I, Athanasopoulos S, Hawley JA, Russell AP, Fatouros IG. Thiol-based antioxidant supplementation alters human skeletal muscle signaling and attenuates its inflammatory response and recovery after intense eccentric exercise. *Am J Clin Nutr*. 2013 Jul;98(1):233-45.

Συντελεστής βαρύτητας: 6.770

18. Papadopoulos C, Terzis G, Papadimas GK, Manta P. OX40-OX40L expression in idiopathic inflammatory myopathies. *Anal Quant Cytopathol Histopathol*. 2013 Feb;35(1):17-26. PubMed PMID: 23469620.

Συντελεστής βαρύτητας: 0.488

19. Terzis G, Krase A, Papadimas G, Papadopoulos C, Kavouras SA, Manta P. Effects of exercise training during infusion on late-onset Pompe disease patients receiving enzyme replacement therapy. *Mol Genet Metab*. 2012 Dec;107(4):669-73. doi: 10.1016/j.ymgme.2012.10.020. Epub 2012 Oct 24. PubMed PMID: 23146291.

Συντελεστής βαρύτητας: 3.193

20. Terzis G, Kyriazis T, Karampatsos G, Georgiadis G. Muscle strength, body composition, and performance of an elite shot-putter. *Int J Sports Physiol Perform*. 2012 Dec;7(4):394-6. Epub 2012 Jul 24. PubMed PMID: 22832201.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.683

21. Bori Z, Zhao Z, Koltai E, Fatouros IG, Jamurtas AZ, Douroudos II, Terzis G, Chatzinikolaou A, Sovatzidis A, Draganidis D, Boldogh I, Radak Z. The effects of aging, physical training, and a single bout of exercise on mitochondrial protein expression in human skeletal muscle. *Exp Gerontol*. 2012 Jun;47(6):417-24. doi:10.1016/j.exger.2012.03.004. Epub 2012 Mar 17. PubMed PMID: 22449457.

Συντελεστής βαρύτητας: 3.529

22. Terzis G, Karampatsos G, Kyriazis T, Kavouras SA, Georgiadis G. Acute effects of countermovement jumping and sprinting on shot put performance. *J Strength Cond Res.* 2012 Mar;26(3):684-90. doi: 10.1519/JSC.0b013e31822a5d15.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

23. Terzis G, Dimopoulos F, Papadimas GK, Papadopoulos C, Spengos K, Fatouros I, Kavouras SA, Manta P. Effect of aerobic and resistance exercise training on late-onset Pompe disease patients receiving enzyme replacement therapy. *Mol Genet Metab.* 2011 Nov;104(3):279-83. doi: 10.1016/j.ymgme.2011.05.013. Epub 2011 May 19.

Συντελεστής βαρύτητας: 3.193

24. Radak Z, Bori Z, Koltai E, Fatouros IG, Jamurtas AZ, Douroudos II, Terzis G, Nikolaidis MG, Chatzinikolaou A, Sovatzidis A, Kumagai S, Naito H, Boldogh I. Age-dependent changes in 8-oxoguanine-DNA glycosylase activity are modulated by adaptive responses to physical exercise in human skeletal muscle. *Free Radic Biol Med.* 2011 Jul 15;51(2):417-23. doi: 10.1016/j.freeradbiomed.2011.04.018. Epub 2011 Apr 15.

Συντελεστής βαρύτητας: 5.423

25. Vogiatzis I, Terzis G, Stratakos G, Cherouveim E, Athanasopoulos D, Spetsioti S, Nasis I, Manta P, Roussos C, Zakynthinos S. Effect of pulmonary rehabilitation on peripheral muscle fiber remodeling in patients with COPD in GOLD stages II to IV. *Chest.* 2011 Sep;140(3):744-52. doi: 10.1378/chest.10-3058. Epub 2011 Apr 14.

Συντελεστής βαρύτητας: 6.519

26. Papadimas GK, Terzis G, Methenitis S, Spengos K, Papadopoulos C, Vassilopoulou S, Kavouras S, Michelakakis H, Manta P. Body composition analysis in late-onset Pompe disease. *Mol Genet Metab.* 2011 Jan;102(1):41-3. doi: 10.1016/j.ymgme.2010.09.002. Epub 2010 Sep 16. PubMed PMID: 20926325.

Συντελεστής βαρύτητας: 3.193

27. Papadimas GK, Terzis G, Spengos K, Methenitis S, Papadopoulos C, Vassilopoulou S, Manta P. Bone mineral density in adult patients with Pompe disease. *Bone.* 2011 Feb;48(2):417; author reply 418-9.

Συντελεστής βαρύτητας: 4.023

28. Kyriazis T, Terzis G, Karampatsos G, Kavouras S, Georgiadis G. Body composition and performance in shot put athletes at preseason and at competition. *Int J Sports Physiol Perform.* 2010 Sep;5(3):417-21.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.683

29. Terzis G, Spengos K, Mascher H, Georgiadis G, Manta P, Blomstrand E. The degree of p70 S6k and S6 phosphorylation in human skeletal muscle in response to resistance exercise depends on the training volume. *Eur J Appl Physiol.* 2010 Nov;110(4):835-43. doi: 10.1007/s00421-010-1527-2. Epub 2010 Jun 10.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.214

30. Papadimas GK, Terzis G, Papadopoulos C, Spengos K, Manta P. The importance of nutritional status in the prognosis of late onset Pompe disease. *Mol Genet Metab.* 2010 Aug;100(4):389. doi: 10.1016/j.ymgme.2010.04.012. Epub 2010 Apr 29. PubMed PMID: 20488740.

Συντελεστής βαρύτητας: 3.193

31. Vogiatzis I, Simoes DC, Stratakos G, Kourepini E, Terzis G, Manta P, Athanasopoulos D, Roussos C, Wagner PD, Zakynthinos S. Effect of pulmonary rehabilitation on muscle remodelling in cachectic patients with COPD. *Eur Respir J.* 2010 Aug;36(2):301-10. doi: 10.1183/09031936.00112909. Epub 2010 Jan 28. PubMed PMID: 20110400.

Συντελεστής βαρύτητας: 5.922

32. Terzis G, Spengos K, Kavouras S, Manta P, Georgiadis G. Muscle fibre type composition and body composition in hammer throwers. *J Sports Sci Med.* 2010 Mar 1;9(1):104-9. eCollection 2010. PubMed PMID: 24149393; PubMed Central PMCID: PMC3737956.

Συντελεστής βαρύτητας: 0.676

33. Terzis G, Spengos K, Karampatsos G, Manta P, Georgiadis G. Acute effect of drop jumping on throwing performance. *J Strength Cond Res.* 2009 Dec;23(9):2592-7. doi: 10.1519/JSC.0b013e3181b1b1a3. PubMed PMID: 19858755.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

34. Kyriazis TA, Terzis G, Boudolos K, Georgiadis G. Muscular power, neuromuscular activation, and performance in shot put athletes at preseason and at competition period. *J Strength Cond Res.* 2009 Sep;23(6):1773-9. doi:10.1519/JSC.0b013e3181b3f91e. PubMed PMID: 19675484.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

35. Terzis G, Stratakos G, Manta P, Georgiadis G. Throwing performance after resistance training and detraining. *J Strength Cond Res.* 2008 Jul;22(4):1198-204. doi: 10.1519/JSC.0b013e31816d5c97. PubMed PMID: 18545188.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

36. Terzis G, Spengos K, Manta P, Sarris N, Georgiadis G. Fiber type composition and capillary density in relation to submaximal number of repetitions in resistance exercise. *J Strength Cond Res.* 2008 May;22(3):845-50. doi:10.1519/JSC.0b013e31816a5ee4. PubMed PMID: 18438231.

Συντελεστής βαρύτητας: 2.075

37. Terzis G, Georgiadis G, Stratakos G, Vogiatzis I, Kavouras S, Manta P, Mascher H, Blomstrand E. Resistance exercise-induced increase in muscle mass correlates with p70S6 kinase phosphorylation in human subjects. *Eur J Appl Physiol.* 2008 Jan;102(2):145-52. Epub 2007 Sep 14. PubMed PMID: 17874120.

Συντελεστής βαρύτητας: 1.931

38. Terzis G, Karampatsos G, Georgiadis G. Neuromuscular control and performance in shot-put athletes. *J Sports Med Phys Fitness*. 2007 Sep;47(3):284-90. PubMedPMID: 17641594.

Συντελεστής βαρύτητας:0.514

39. Vogiatzis I, Stratakos G, Simoes DC, Terzis G, Georgiadou O, Roussos C, Zakyntinos S. Effects of rehabilitative exercise on peripheral muscle TNF α , IL-6, IGF-I and MyoD expression in patients with COPD. *Thorax*. 2007 Nov;62(11):950-6. Epub 2007 Jun 15. PubMed PMID: 17573449; PubMed Central PMCID: PMC2117139.

Συντελεστής βαρύτητας:7.069

40. Terzis G, Stattin B, Holmberg HC. Upper body training and the triceps brachii muscle of elite cross country skiers. *Scand J Med Sci Sports*. 2006 Apr;16(2):121-6. Erratum in: *Scand J Med Sci Sports*. 2006 Apr;16(2):144. PubMedPMID: 16533350.

Συντελεστής βαρύτητας: 1.989

41. Vogiatzis I, Terzis G, Nanas S, Stratakos G, Simoes DC, Georgiadou O, Zakyntinos S, Roussos C. Skeletal muscle adaptations to interval training in patients with advanced COPD. *Chest*. 2005 Dec;128(6):3838-45. PubMed PMID:16354852.

Συντελεστής βαρύτητας: 5.154

42. Manta P, Terzis G, Papadimitriou C, Kontou C, Vassilopoulos D. Emerin expression in tubular aggregates. *Acta Neuropathol*. 2004 Jun;107(6):546-52. Epub 2004 Apr 14. PubMed PMID: 15085358.

Συντελεστής βαρύτητας:5.310

43. Terzis G, Georgiadis G, Vassiliadou E, Manta P. Relationship between shot put performance and triceps brachii fiber type composition and power production. *Eur J Appl Physiol*. 2003 Sep;90(1-2):10-5. Epub 2003 May 27. PubMed PMID: 12768426.

Συντελεστής βαρύτητας: 1.931

44. Pilegaard H, Terzis G, Halestrap A, Juel C. Distribution of the lactate/H⁺ transporter isoforms MCT1 and MCT4 in human skeletal muscle. *Am J Physiol*. 1999 May;276(5 Pt 1):E843-8. PubMed PMID: 10329977.

Συντελεστής βαρύτητας: 3.855

45. Andersen JL, Terzis G, Kryger A. Increase in the degree of coexpression of myosin heavy chain isoforms in skeletal muscle fibers of the very old. *Muscle Nerve*. 1999 Apr;22(4):449-54. PubMed PMID: 10204778.

Συντελεστής βαρύτητας:2.594

Βιβλία

- Γιώργος Γεωργιάδης, Γεράσιμος Τερζής. *Αθλητικές Ρίψεις*. Αθήνα 2012.
- Γεράσιμος Τερζής. *Εφαρμοσμένη Εργοφυσιολογία στις Αθλητικές Ρίψεις*. Αθήνα, 2010.

Μεταφράσεις βιβλίων

- Γιώργος Γεωργιάδης, Γεράσιμος Τερζής. Σχεδιασμός προγραμμάτων άσκησης με αντίσταση. Απόδοση στην ελληνική γλώσσα από την αγγλική, του βιβλίου με τίτλο «Designing resistance training programs» των συγγραφέων Steve Fleck και William Kraemer του εκδοτικού οίκου Human Kinetics. Το βιβλίο κυκλοφορεί στην Ελλάδα από τις Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδη, 2005.
- Γιώργος Γεωργιάδης, Γεράσιμος Τερζής. Βασικές αρχές της προπόνησης δύναμης. Απόδοση στην ελληνική γλώσσα από την αγγλική, του βιβλίου με τίτλο «Essentials of strength training and conditioning» των συγγραφέων Earle και Baechle του εκδοτικού οίκου Human Kinetics. Το βιβλίο κυκλοφορεί στην Ελλάδα από τις Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδη, 2006.

Εγχειρίδια

1. Γεράσιμος Τερζής. Εγχειρίδιο Λήψης και Ανάλυσης Μυϊκής Βιοψίας. Τεχνικές λήψης και ανάλυσης δειγμάτων μυϊκής βιοψίας για έρευνα στην αθλητική επιστήμη. Σημειώσεις για το ΠΜΣ «Βιολογία της άσκησης», του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Ε.Κ.Π.Α., Αθήνα 2002.

Σημειώσεις

- Γεράσιμος Τερζής. Η βιολογική βάση της επίδοσης στις Αθλητικές Ρίψεις. Σημειώσεις για την ειδίκευση των Αθλητικών Ρίψεων του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών. Αθήνα 2006.

ΙΧ. ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΙΜΟΤΗΤΑ ΕΡΓΟΥ

- ❑ Μέχρι στιγμής, έχουν γίνει 846 αναφορές στο παραπάνω ερευνητικό έργο στη βάση δεδομένων Scopus.
- ❑ h-index: 15 στη βάση δεδομένων Scopus.
- ❑ Κριτής επιστημονικών άρθρων σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά όπως Journal of Applied Physiology, European Journal of Applied Physiology, Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, Metabolism, Journal of Sports Science, Journal of the Neurological Sciences, European Journal of Nutrition.
- ❑ Κριτής γραπτών περιλήψεων για το 3ο Συνέδριο Αθλητικής Επιστήμης, 2015.
- ❑ Μέλος της επιστημονικής επιτροπής του 3ου Συνεδρίου Αθλητικής Επιστήμης, 2015.
- ❑ Πρόεδρος της επιστημονικής επιτροπής του 5ου Συνεδρίου της Ελληνικής Εταιρείας Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης Επιστήμης, Νοέμβριος 2015.
- ❑ Μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρείας Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης 2014- σήμερα.