

# Βασίλειος Τζανίνης

## Προσωπικές Πληροφορίες

---

**Ημερομηνία Γέννησης:** 25/06/1987  
**Τόπος Γέννησης:** Αθήνα, Ελλάδα  
**Εθνικότητα:** Ελληνική  
**Διεύθυνση Κατοικίας:** Αχαιών 54, Ντράφι, Ραφήνα, ΤΚ: 19009  
**Στοιχεία επικοινωνίας:** Τηλ: +30 6936739972  
Email: vasilistzaninis@hotmail.com

## Εκπαίδευση

---

**2023 – 2024 επι πτυχιο στο βιοιατρικό βελονισμό**

**Νοέμβριος 2014-Φεβρουάριο 2020:**

- **Πτυχίο Φυσικοθεραπείας**, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Αιγάλεω, Αθήνα,  
**Βαθμός Πτυχίου:** 7.51 *“Λίαν Καλώς”*

**Νοέμβριος 2005- Ιούνιος 2014 :**

- **Πτυχίο Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ)**, Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Δάφνη, Αθήνα Ελλάδα, **Βαθμός Πτυχίου:** 7.30 *“Λίαν Καλώς”*

**Ειδικότητα:**

- **Κωπηλασία:** *“Άριστα”*
- **Ειδική Αγωγή:** Προσαρμοσμένη κινητική αγωγή, *“Λίαν Καλώς”*

## Προϋπηρεσία

---

**2020- Σήμερα :**

**Φυσικοθεραπευτής με μπλοκάκι παροχής υπηρεσιών, σύμβαση σε φυσικοθεραπευτήριο.**

**Δεκέμβριος 2019- Σήμερα:**

**Προπονητής – ( Ελληνική Κωπηλατική Ομοσπονδία Φιλάθλων Ναυτικών Σωματείων (ΕΚΟΦΝΣ), Τομέας Ανάπτυξης Αθλητών)**

- Υπεύθυνος εύρεσης νέων ταλαντούχων αθλητών σε ηλικίες 11-14 ετών, Κεντρική και Νότια Ελλάδα.
- Συμβουλευτική προπονητική καθοδήγηση
- Βελτίωση τεχνικής κατάρτισης αθλητών.

**Νοέμβριος 2019- Φεβρουάριο 2020:**

**Φυσικοθεραπευτής – (401 Γενικό Στρατιωτικό νοσοκομείο Αθηνών, Κατεχάκη - Υπεύθυνη Τμήματος Φυσικοθεραπείας, Σωτηρία βρούβα)**

- Αξιολόγηση και σχεδιασμός κατάλληλης παρέμβασης σε Καρδιολογικές, Νευρολογικές, Αναπνευστικές, Μυοσκελετικές Παθήσεις.
- Συνεργασία και συνεχής επικοινωνία με το ιατρικό προσωπικό για τη βελτίωση της υγείας των ασθενών.

**Νοέμβριος 2016- Σεπτέμβριος 2018:**

**Προπονητής – ( Ελληνική Κωπηλατική Ομοσπονδία Φιλάθλων Ναυτικών Σωματείων (ΕΚΟΦΝΣ), Τομέας Ανάπτυξης Αθλητών)**

- Αρχηγός αποστολής της Εθνικής ομάδας Κωπηλασίας στους Μεσογειακούς αγώνες στην *Tarragona*, καθώς επίσης στο Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Εφήβων Νεανίδων στις *Gravelines*.
- Υπεύθυνος κατηγορίας ανδρών και γυναικών 23+ ετών. Επίβλεψη, Παρέμβαση, Συντονισμός για τη βελτίωση των επιδόσεων των αθλητών τόσο συλλογικά όσο και ατομικά.
- Υπεύθυνος κατηγορίας ανδρών και γυναικών ηλικίας 18-22 ετών.
- Συνεργασία με το ιατρό της Εθνικής ομάδας με στόχο την αποκατάσταση και την επανένταξη των αθλητών στην αγωνιστική δραστηριότητα.

**Σεπτέμβριος 2013-Σεπτέμβριος 2016:**

**Προπονητής - ( Όμιλος Ερετών, Πειραιάς, Ελλάδα)**

- Υπεύθυνος τμήματος ΑΜΕΑ με στόχο την κοινωνικοποίηση και την ένταξη παιδιών σε κοινωνικό σύνολο.
- Υπεύθυνος Αγωνιστικής κατηγορίας για το σχεδιασμό, προγραμματισμό και υλοποίηση του προπονητικού πλάνου.
- Συνεχής επικοινωνία και ενημέρωση των γονέων.

**Οκτώβριος 2013-Ιούνιο 2014:**

**Γυμναστής - ( ΠΙΚΠΑ Βούλας, Αττική)**

- Αξιολόγηση και βελτίωση κινητικών προτύπων

- Ενασχόληση με διάφορα αθλήματα με σκοπό την κοινωνικοποίηση και την καλλιέργεια πνεύματος συνεργασίας.
- Βελτίωση φυσικής κατάστασης, με στόχο την καλύτερη μελλοντική αυτοεξυπηρέτηση του ατόμου.

### **Δεξιότητες**

---

#### **Κοινωνικές δεξιότητες:**

- Ικανότητα προσεκτικής ακρόασης του ομιλητή και προσαρμογής συμπεριφοράς ανάλογα με το πλαίσιο επικοινωνίας. Επικοινωνία με γονείς, ηλικιωμένους και παιδιά.
- Ικανότητα Συνεργασίας και ευελιξίας με διάφορους χαρακτήρες ανθρώπων

#### **Οργανωτικές Δεξιότητες και ικανότητες:**

- Έντονο συναίσθημα υπευθυνότητας, Συνέπεια και ικανότητα επαναπρογραμματισμού για την ομαλότερη εξυπηρέτηση ασθενών ή και αθλητών με σκοπό την αποτελεσματικότερη συνεργασία και έμπνευση εμπιστοσύνης.

#### **Τεχνικές Δεξιότητες:**

- Πολύ καλή γνώση Microsoft Office (Excel,ppt,word)

### **Σεμινάρια/Συνέδρια**

---

- Επιστημονική ημερίδα με τίτλο "Οι εξελίξεις της ειδικής φυσικής αγωγής στην Ελλάδα και στον κόσμο", 13 Δεκεμβρίου 2012, Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Δάφνη, Αθήνα
- 12ο Πανελλήνιο συνέδριο αθλητικής ψυχολογίας, 14-16 Δεκεμβρίου 2012, Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Δάφνη, Αθήνα
- 2ο Συνέδριο αθλητικής επιστήμης με θέμα: "Άσκηση και υγεία" 19-21 Απριλίου 2013, Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Δάφνη, Αθήνα
- Εργαστήριο ανάπτυξης για το άθλημα της αντισφαίρισης με αμαξίδιο της εθνικής αθλητικής ομοσπονδίας ατόμων με αναπηρίες, 6-7 Μαΐου 2014, Ολυμπιακό Αθλητικό Κέντρο Αθηνών (ΟΑΚΑ)
- 3ο Συνέδριο αθλητικής επιστήμης με θέμα: "Απόδοση ασκούμενων, αθλητών, πρωταθλητών", 8-10 Μαΐου 2015

### **Γλώσσες**

- Ελληνικά (Μητρική γλώσσα)
- Αγγλικά (Πολύ καλή γνώση- επίπεδο B2)

### **Hobbies/Sports**

- Τένις
- Κολύμβηση
- Μαγειρική

### **Εθελοντικές Δραστηριότητες**

---

- Αποκατάσταση κινητικών προβλημάτων ατόμων, σε διάφορα αθλητικά σωματεία κατά τη διάρκεια επίσκεψης για την αξιολόγηση των ικανοτήτων τους.
- Ενημέρωση αθλήματος κωπηλασίας σε λύκεια και γυμνάσια στο δήμο του Πειραιά.
- 13η Ημερίδα κολύμβησης για παιδιά και νέους με αναπηρία: "Φωτεινή Παπαδονικολάκη" του Πανελληνίου συλλόγου προσαρμοσμένων δραστηριοτήτων ΑΛΜΑ, 20 Μαΐου 20213, σε Συνεργασία με το δήμο Παλαιού Φαλήρου στο ανοιχτό κολυμβητήριο αθλητικού και πολιτιστικού κέντρου

### **Διακρίσεις:**

---

Από το 2002-2014 πολλαπλές και συνεχόμενες διακρίσεις σε Πανελλήνιους, Βαλκανικούς, Διεθνείς αγώνες κωπηλασίας από αυτές αξίζει να αναφερθούν:

#### **Από Πανελλήνιους αγώνες:**

- 2012 - 1η Θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα κωπηλασίας κατηγορίας ανδρών
- 2013 - 1η Θέση στο Πανελλήνιο πρωτάθλημα κωπηλασίας κατηγορίας ανδρών
- 2014 - 1η Θέση Πανελλήνιο πρωτάθλημα κωπηλασίας κατηγορίας ανδρών

#### **Βαλκανικούς αγώνες:**

- 2005 - 2ος στο Βαλκανικό Πρωτάθλημα κωπηλασίας κατηγορίας ανδρών

#### **Διεθνείς Αγώνες:**

- 2005 - 3η θέση σε Παγκόσμιο μίτινγκ στο Πιεντιλούκο της Ιταλίας
- 2009 - 4η θέση σε Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Νέων ανδρών
- 2010 - 4η θέση Royal Henly Regatta Διεθνής αγώνας προς τιμήν της Βασίλισσας Αγγλίας
- 2011 - 1η Θέση σε παγκόσμιο μίτινγκ στο Έσσεν της Γερμανίας