



Βιογραφικό Σημείωμα

Δελή Χαρίκλεια (Χαρά) Κ.

Επίκουρη Καθηγήτρια
Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Δελή Χαρίκλεια Κ.

Items	Number
Books	
Book Chapters	2
Articles in International Peer-Reviewed Journals Indexed in Bibliographical Data Bases (e.g. Sport Discus)	37
Articles in Journals not Indexed in Bibliographical Data Bases	
Refereed International Conference Presentations	30
Google Scholar Citation Index (including self-citations)	301
Google Scholar h-Index	10
Involved in Successful Grant Applications	1

Βιογραφικά Στοιχεία

Χρονολογία Γέννησης: 18 Νοεμβρίου 1969

Τόπος γέννησης: Τρίκαλα

Τόπος διαμονής: Περραιβού 1, 42100, Τρίκαλα

Τηλέφωνο: 24310 47011 (γραφείο), 6979546721 (κινητό)

E-mail: delixar@pe.uth.gr, haradeli@gmail.com

Σπουδές

- 1. Διδακτορικός τίτλος (PhD)** στην επιστήμη της Φυσιολογίας - Βιοχημείας της άσκησης. Απονεμήθηκε το 2016 από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Ελλάδα.
Διάρκεια Σπουδών: Νοέμβριος 2009 – Ιούλιος 2016.
Εξειδίκευση: Φυσιολογία και Βιοχημεία της άσκησης.
- 2. Τίτλος μεταπτυχιακών σπουδών (MSc)**, στην επιστήμη της Εμβιομηχανικής της Άσκησης. Απονεμήθηκε το 2009 από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Ελλάδα.
Διάρκεια Σπουδών: Ιανουάριος 2008 – Μάιος 2009.
Εξειδίκευση: Εμβιομηχανική της άσκησης.
- 3. Πτυχίο Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ)**. Απονεμήθηκε το 1994 από το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Ελλάδα.
Διάρκεια Σπουδών: 1989 – 1994.
Κύρια εξειδίκευση: Προπονητική στον Κλασικό Αθλητισμό (Άλματα).

Ξένες Γλώσσες

Αγγλικά: Certificate of Proficiency in English

Ιταλικά: Certificato di Conoscenza della Lingua Italiana, Livello Medio

Επικαιροποίηση Γνώσεων

ΜΑΙΟΣ 2014 – ΙΟΥΝΙΟΣ 2014: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας.

Γνωστικό Πεδίο: « Οι σύγχρονες τεχνικές βιο-ανάλυσης στην υγεία, τη γεωργία, το περιβάλλον και τη διατροφή». Θεματική Ενότητα: ιατρική, φαρμακευτική, βιοτεχνολογία

Υποτροφίες

-) Υποτροφία για την εκπόνηση διδακτορικής διατριβής: (2011 - 2016), 20000 €. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Ελλάδα.
-) Πανεπιστημιακή Υπότροφος στα πλαίσια του έργου με τίτλο «Απόκτηση Ακαδημαϊκής Διδακτικής Εμπειρίας σε Νέους Επιστήμονες Κατόχους Διδακτορικού στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (MIS 5001189)», Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού: Εαρινό εξάμηνο 2016 – 2017.
-) Πανεπιστημιακή Υπότροφος στα πλαίσια του έργου με τίτλο «Απόκτηση Ακαδημαϊκής Διδακτικής Εμπειρίας σε Νέους Επιστήμονες Κατόχους Διδακτορικού στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (MIS 5001189)», Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού: Εαρινό Εξάμηνο 2017 – 2018.

Διδακτική Εμπειρία

- ✓ **Επίκουρη Καθηγήτρια Φυσιολογίας της Άσκησης: Φεβρουάριος 2019 – Σήμερα. Τ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας**
Υπεύθυνη για τη Διδασκαλία των παρακάτω μαθημάτων:
 - ✓ Εργομετρία – Εργοσπιρομετρία
 - ✓ Τεχνικές Ασκήσεων Ανάπτυξης Δύναμης (συνδιδασκαλία με τον κ. Φατούρο)
 - ✓ Ειδικότητα Γυμναστής Φυσικής Κατάστασης (συνδιδασκαλία με τον κ. Φατούρο)
-) **Διδάσκουσα στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα «Άσκηση και Υγεία», Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού: Οκτώβριος 2016 – Σήμερα**
Υπεύθυνη για τη διδασκαλία του μαθήματος:
 - ✓ Αξιολόγηση και Συνταγογράφηση Άσκησης για τον υγιή πληθυσμόΔιδασκαλία στα παρακάτω μαθήματα:

✓ Άσκηση και Παχυσαρκία

) Διδάσκουσα στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα «Εφαρμοσμένη Κινησιολογία στις Ένοπλες Δυνάμεις», Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού: Οκτώβριος 2016 – Σήμερα

Διδασκαλία στα παρακάτω μαθήματα:

✓ Φυσιολογία της Άσκησης και Προπονητική

) Διδάσκουσα στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα «Άσκηση, Εργοσπιρομετρία και Αποκατάσταση», Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού – Τμήμα Ιατρικής:

○ Χειμερινό εξάμηνο 2016 – 2017, Χειμερινό εξάμηνο 2017 – 2018

Διδασκαλία στα παρακάτω μαθήματα:

✓ Φυσιολογία της Άσκησης

) Διδάσκουσα (αυτοδύναμη διδασκαλία) ως Πανεπιστημιακή Υπότροφος στα πλαίσια του έργου με τίτλο «Απόκτηση Ακαδημαϊκής Διδακτικής Εμπειρίας σε Νέους Επιστήμονες Κατόχους Διδακτορικού στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (MIS 5001189)», Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού:

○ Εαρινό Εξάμηνο 2016 – 2017

Διδασκαλία στα παρακάτω μαθήματα:

✓ Φυσιολογία της Άσκησης: αθλητική απόδοση και επιβίωση σε αντίξοες συνθήκες

) Διδάσκουσα (αυτοδύναμη διδασκαλία) ως Πανεπιστημιακή Υπότροφος στα πλαίσια του έργου με τίτλο «Απόκτηση Ακαδημαϊκής Διδακτικής Εμπειρίας σε Νέους Επιστήμονες Κατόχους Διδακτορικού στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (MIS 5008005)», Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού:

○ Εαρινό Εξάμηνο 2017 – 2018

Διδασκαλία στα παρακάτω μαθήματα:

✓ Φυσιολογία της Άσκησης: αθλητική απόδοση και επιβίωση σε αντίξοες συνθήκες

) Διδάσκουσα (αυτοδύναμη διδασκαλία) ως Πανεπιστημιακή Υπότροφος στα πλαίσια του έργου με τίτλο «Απόκτηση Ακαδημαϊκής Διδακτικής Εμπειρίας σε Νέους Επιστήμονες Κατόχους Διδακτορικού στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (MIS 5008005)», Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού:

○ Χειμερινό Εξάμηνο 2018 – 2019

Διδασκαλία στα παρακάτω μαθήματα:

- ✓ Εργαστηριακή αξιολόγηση της αθλητικής απόδοσης
- ✓ Η διδασκαλία του Κλασσικού Αθλητισμού

) **Συμβασιούχος Καθηγήτρια (ΠΔ 407/80): Οκτώβριος 2011 – Ιούλιος 2016**

Σ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τρίκαλα.

Διδασκαλία των παρακάτω μαθημάτων:

- ✓ Εργοφυσιολογική Αξιολόγηση Αθλητών
- ✓ Βιοχημική Αξιολόγηση Αθλητών
- ✓ Εργαστηριακή Αξιολόγηση Αθλητικής Απόδοσης
- ✓ Πρακτική Άσκηση στο Στίβο

) **Συμβασιούχος Καθηγήτρια: Νοέμβριος 2014 – σήμερα**

Γενικό Επιτελείο Στρατού, Σχολή Μονίμων Υπαξιωματικών (ΣΜΥ), Τρίκαλα

Διδασκαλία του μαθήματος:

- ✓ Κλασσικός Αθλητισμός

) **Βοηθητική διδασκαλία:**

- ✓ Χειμερινό εξάμηνο 2015 – 2016, Χειμερινό εξάμηνο 2016 – 2017,
Χειμερινό εξάμηνο 2017 – 2018

Σ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τρίκαλα.

Διδασκαλία του μαθήματος:

- ✓ Εργαστηριακή αξιολόγηση αθλητικής απόδοσης

) **Βοηθητική διδασκαλία: Θερινό εξάμηνο 2015 – 2016**

Σ.Ε.Φ.Α.Α., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τρίκαλα.

Διδασκαλία του μαθήματος:

- ✓ Σωματική αξιολόγηση σε ειδικούς πληθυσμούς, Άσκηση και Υγεία I

) **Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: Ιανουάριος 2010 - Ιούνιος 2010**

Τμήματα Αθλητικής Διευκόλυνσης του 2ου Γυμνασίου Τρικάλων

Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας

Εκπαίδευσης Νομού Τρικάλων

Διδασκαλία του μαθήματος:

- ✓ Κλασσικός Αθλητισμός

) **Συμβασιούχος Διδάσκουσα σε Τμήματα Αναπτυξιακού Αθλητισμού: 2008 – 2009**

Γενική Γραμματεία Αθλητισμού

Διδασκαλία του μαθήματος:

- ✓ Κλασσικός Αθλητισμός

) **Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής: 2003 – 2005**

Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Νομού Τρικάλων

Επαγγελματική Εμπειρία

) **Κέντρο Έρευνας και Αξιολόγησης Φυσικής Απόδοσης (Κ.Ε.Α.Φ.Α.):
Νοέμβριος 2009 – σήμερα**

Καθήκοντα:

- ✓ Συμμετοχή στις ερευνητικές δραστηριότητες του εργαστηρίου, συγγραφή και δημοσίευση επιστημονικών δημοσιεύσεων σε διεθνή περιοδικά
- ✓ Υπεύθυνη εργοφυσιολογικών αξιολογήσεων αθλητικών ομάδων και μεμονωμένων αθλητών

) **Προπονήτρια Στίβου: 2006 – Σήμερα**

Γυμναστική Ένωση Αθλητών Τρικάλων (Γ.Ε.Α.Τ.) – Αθλητικό Σωματείο

Καθήκοντα:

- ✓ Εκγύμναση αθλητών και αθλητριών όλων των αγωνιστικών κατηγοριών και προετοιμασία για τη συμμετοχή τους σε διασυλλογικά αλλά και Πανελλήνια πρωταθλήματα, καθώς και επίβλεψη τους κατά τη διάρκεια των πρωταθλημάτων.

) **Σύμβουλος σε Θέματα Φυσιολογίας της Άσκησης: 2011 – Σήμερα**

Γυμναστική Ένωση Αθλητών Τρικάλων (Γ.Ε.Α.Τ.) – Αθλητικό Σωματείο

Καθήκοντα:

- ✓ Εργοφυσιολογική παρακολούθηση και αξιολόγηση των αθλητών και αθλητριών
- ✓ Συμβουλευτική καθοδήγηση σε θέματα Αθλητικής Φυσιολογίας και αποκατάστασης

) **Rheumatoid arthritis – Reducing oxidative stress in chronic inflammation: Design and testing of mechanisms based interventions. Κωδ. LS6 (3896). ΕΣΠΑ 2007-2013, ΔΡΑΣΗ: ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΜΕΤΑΔΙΔΑΚΤΟΡΩΝ ΕΡΕΥΝΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ, Κωδικός Έργου 4438.: 1/11/2013 – 31/12/2013**

1/6/2014 – 30/6/2014

Καθήκοντα:

- ✓ Αξιολόγηση σωματικής σύστασης και σωματικής κατάστασης συμμετεχόντων και ανάλυση αιματολογικών δειγμάτων

)] Προπονήτρια φυσικής κατάστασης: 1995 – 2010

Καθήκοντα:

- ✓ Διδασκαλία αεροβικής γυμναστικής, μυϊκής ενδυνάμωσης και power yoga, σε διάφορα αθλητικά κέντρα

Μέλος Επιστημονικών Εταιρειών

-)] Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης
-)] European College of Sport Science

Κριτής Άρθρων σε Επιστημονικά Περιοδικά

-)] Journal of Sport Sciences
-)] Journal of Sports Science and Medicine
-)] Antioxidants
-)] Journal of Strength and Conditioning Research
-)] Nutrients
-)] European Journal of Applied Physiology
-)] European Review of Aging and Physical Activity
-)] International Journal of Sports and Exercise Medicine
-)] Oxidative Stress and Cellular Longevity
-)] Plos One
-)] Sports

Ερευνητική Εμπειρία – Συμμετοχή σε Ερευνητικά Προγράμματα

-)] **Κέντρο Έρευνας και Αξιολόγησης Φυσικής Απόδοσης (Κ.Ε.Α.Φ.Α.): Νοέμβριος 2009 – σήμερα.** Συμμετοχή στις ερευνητικές δραστηριότητες του εργαστηρίου, συλλογή και ανάλυση δεδομένων, συγγραφή και δημοσίευση επιστημονικών δημοσιεύσεων σε διεθνή περιοδικά.
-)] **Δημιουργία καινοτόμων ιατροτεχνολογικών προϊόντων και φαρμακευτικών βάσεων σε μορφή κρέμας με βάση φυτικά συστατικά δρογών που εντοπίζονται στην ελληνική χλωρίδα για τη μείωση της φλεγμονής και βελτίωση της αθλητικής απόδοσης.** ΕΠΑνεΚ 2014-2020, ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΤΗΤΑ – ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ – ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ», ΔΡΑΣΗ ΕΘΝΙΚΗΣ ΕΜΒΕΛΕΙΑΣ: «ΕΡΕΥΝΩ – ΔΗΜΙΟΥΡΓΩ – ΚΑΙΝΟΤΟΜΩ», Κωδικός Έργου: Τ1ΕΔΚ-00862.
-)] **Rheumatoid arthritis – Reducing oxidative stress in chronic inflammation: Design and testing of mechanisms based interventions.** Κωδ. LS6 (3896). ΕΣΠΑ 2007-2013, ΔΡΑΣΗ: ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΜΕΤΑΔΙΔΑΚΤΟΡΩΝ ΕΡΕΥΝΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ, Κωδικός Έργου 4438.

Κεφάλαια σε Βιβλία

1. **Chariklia K. Deli**, Ioannis G. Fatouros, Yiannis Koutedakis and Athanasios Z. Jamurtas. (2013). Iron Supplementation and Physical Performance, In: Michael Hamlin (Ed.), *Current-issues-in-sports-and-exercise-medicine*, InTech, Rijeka, Croatia; pp: 141-168.
2. Athanasios Z. Jamurtas, **Chariklia K. Deli**, Kalliopi Georgakouli, Ioannis G. Fatouros. (2013). Glycemic Index, Food Exchange Values and Exercise Performance, In: Debasis Bagchi, Sreejayan Nair, Chandan K. Sen (Eds), *Nutrition and Enhanced Performance: Muscle Building, Endurance & Strength*, Elsevier, USA, pp: 9-27.

Δημοσιεύσεις σε Διεθνή Επιστημονικά Περιοδικά (Με το Σύστημα των Κριτών)

1. Alexios Batrakoulis, Georgios Loules, Kalliopi Georgakouli, Panagiotis Tsimeas, Dimitrios Draganidis, Athanasios Chatzinikolaou, Konstantinos Papanikolaou, Chariklia K. Deli, Niki Syrou, Nikolaos Comoutos, Yiannis Theodorakis, Athanasios Z. Jamurtas, & Ioannis G. Fatouros (2019). High-intensity interval neuromuscular training promotes exercise behavioral regulation, adherence and weight loss in inactive obese women. *European Journal of Sport Science*, 2019, <https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1663270>.
2. Athanasios Poulis, Kalliopi Georgakouli, Dimitrios Draganidis, Chariklia K. Deli, Panagiotis D. Tsimeas, Athanasios Chatzinikolaou, Konstantinos Papanikolaou, Alexios Batrakoulis, Magni Mohr, Athanasios Z. Jamurtas and Ioannis G. Fatouros (2019). Protein-Based Supplementation to Enhance Recovery in Team Sports: What is the Evidence? *Journal of Sports Science and Medicine* (2019) 18, 523-536.
3. Konstantinos Papanikolaou, Athanasios Z. Jamurtas, Dimitrios Draganidis, Athanasios Chatzinikolaou, Vassiliki C. Laschou, **Chariklia K. Deli**, Kalliopi Georgakouli, Panagiotis Tsimeas, Alexios Batrakoulis, Ioannis G. Fatouros (2018). Design and Rationale for a Clinical Trial to Investigate the Redox-Dependent Regulation of Satellite Cells Following Aseptic Muscle Trauma. *Trials*. (Accepted).
4. Konstantinos Papanikolaou, Athanasios Chatzinikolaou, **Chariklia K. Deli**, Theodoros Pontidis, Alexandra Avloniti, Diamanda Leontsini, Dimitrios Draganidis, Panagiotis D. Tsimeas, Lefteris Rafailakis, Athanasios Z. Jamurtas, Peter Krstrup, Magni Mohr, Ioannis G. Fatouros (2018). The Yo-Yo intermittent endurance level 2 test: reliability of performance scores, physiological responses and overload characteristics in competitive football, basketball and volleyball players. *Journal of Human Kinetics*, 67/2019, 223-233, DOI: 10.2478/hukin-2018-0091.
5. Alexios Batrakoulis, Ioannis G. Fatouros, Athanasios Chatzinikolaou, Dimitrios Draganidis, Kalliopi Georgakouli, Konstantinos Papanikolaou, **Chariklia K. Deli**, Panagiotis Tsimeas, Alexandra Avloniti, Niki Syrou, Athanasios Z. Jamurtas (2019). Dose-response effects of high-intensity interval neuromuscular exercise training on weight loss, performance, health and quality of life in inactive obese adults: Study rationale, design and methods of the DoIT trial. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 15, September 2019, 100386.

6. Kalliopi Georgakouli, Ioannis G. Fatouros, Dimitrios Draganidis, Konstantinos Papanikolaou, Panagiotis Tsimeas, **Chariklia K. Deli**, Athanasios Z. Jamurtas (2019). Exercise in Glucose-6-Phosphate Dehydrogenase Deficiency: Harmful or Harmless? A Narrative Review. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*, Volume 2019, Article ID 8060193, 7 pages, doi.org/10.1155/2019/8060193.
7. Christina Yfanti, **Chariklia K. Deli**, Kalliopi Georgakouli, Ioannis Fatouros, Athanasios Z. Jamurtas (2019). Sport nutrition, redox homeostasis and toxicity in sport performance. *Current Opinion in Toxicology*, 13, 45-67.
8. Kalliopi Georgakouli, Ioannis G. Fatouros, Apostolos Fragkos, Theofanis Tzatzakis, **Chariklia K. Deli**, Konstantinos Papanikolaou, Yiannis Koutedakis, Athanasios Z. Jamurtas (2018). Exercise and Redox Status Responses Following Alpha-Lipoic Acid Supplementation in G6PD Deficient Individuals. *Antioxidants*, 7, 162; doi:10.3390/antiox7110162w.
9. Ypatios Spanidis, Aristidis S. Veskoukis, Christina Papanikolaou, Dimitrios Stagos, Alexandros Priftis, **Chariklia K. Deli**, Athanasios Z. Jamurtas, and Demetrios Kouretas (2018). Exercise-Induced Reductive Stress Is a Protective Mechanism against Oxidative Stress in Peripheral Blood Mononuclear Cells. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*, 2018 Oct 11;2018:3053704. doi: 10.1155/2018/3053704. eCollection 2018.
10. Athanasios Z. Jamurtas, Ioannis G. Fatouros, **Chariklia K. Deli**, Kalliopi Georgakouli, Athanasios Poullos, Dimitrios Draganidis, Konstantinos Papanikolaou, Panagiotis Tsimeas, Athanasios Chatzinikolaou, Alexandra Avloniti, Athanasios Tsiokanos, Yiannis Koutedakis (2018). The effects of acute low-volume HIIT and aerobic exercise on leukocyte count and redox status. *Journal of Sports Science and Medicine*, 17, 501-508.
11. Alexios Batrakoulis, Athanasios Z Jamurtas, Kalliopi Georgakouli, Dimitrios Draganidis, **Chariklia K Deli**, Konstantinos Papanikolaou, Alexandra Avloniti, Athanasios Chatzinikolaou, Panagiotis Tsimeas, Nikolaos Comoutos, Maria Michalopoulou, Ioannis G. Fatouros (2018). High intensity, circuit-type integrated neuromuscular training alters energy balance and reduces body mass and fat in obese women: A 10-month training-detraining randomized controlled trial. *PLoS ONE*, 13(8): e0202390. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0202390>.
12. Charalampos Panagoulis, Alexandra Avloniti, Diamanda Leontsini, **Chariklia K. Deli**, Dimitrios Draganidis, Theodoros Stampoulis, Triantafyllos Oikonomou, Antonios Kambas, Athanasios Z. Jamurtas, Ioannis G. Fatouros, Athanasios Chatzinikolaou (2018). In-Season Integrative Neuromuscular Strength Training Improves Performance of Early-Adolescent Soccer Athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2018 Nov 13. doi: 10.1519/JSC.0000000000002938. [Epub ahead of print].
13. Ypatios Spanidis, Dimitrios Stagos, Christina Papanikolaou, Konstantina Karatza, Andria Theodosi, Aristidis S. Veskoukis, **Chariklia K. Deli**, Athanasios Poullos, Sofia

- D. Koulocheri, Athanasios Z. Jamurtas, Serkos A. Haroutounian, Demetrios Kouretas (2018). Resistance-Trained Individuals Are Less Susceptible to Oxidative Damage after Eccentric Exercise. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*. 2018 Jul 17;2018:6857190. doi: 10.1155/2018/6857190. eCollection 2018.
14. Esther Ubago-Guisado, Dimitris Vlachopoulos, Ioannis G. Fatouros, **Chariklia K. Deli**, Diamanda Leontsini, Luis A. Moreno, Daniel Courteix, Luis Gracia-Marco (2018). Longitudinal determinants of 12-month changes on bone health in adolescent male athletes. *Archives of Osteoporosis*, 13: 106.
 15. Dimitrios Draganidis, Athanasios Z. Jamurtas, Theodoros Stampoulis, Leonidas G. Karagounis, Vasiliki Laschou, **Chariklia K. Deli**, Georgakouli Kalliopi, Konstantinos Papanikolaou, Athanasios Chatzinikolaou, Maria Michalopoulou, Constantinos Papadopoulos, Niki Chondrogianni, Ioannis G. Fatouros (2018). Disparate Habitual Physical Activity and Dietary Intake Profiles of Elderly Men with Low and Elevated Systemic Inflammation. *Nutrients* 2018, 10, 566; doi:10.3390/nu10050566.
 16. Athanasios Poullos, Ioannis G. Fatouros, Magni Mohr, Dimitrios Draganidis, **Chariklia K. Deli**, Konstantinos Papanikolaou, Apostolos Sovatzidis, Theofano Nakopoulou, Georgios Ermidis, Theofanis Tzatzakis, Vasiliki C. Laschou, Kalliopi Georgakouli, Agisilaos Koulouris, Panagiotis Tsimeas, Athanasios Chatzinikolaou, Leonidas G. Karagounis, Dimitrios Batsilas, Peter Krstrup, Athanasios Z. Jamurtas (2018). Post-Game High Protein Intake May Improve Recovery of Football-Specific Performance during a Congested Game Fixture: Results from the PRO-FOOTBALL Study. *Nutrients*. Apr 16;10(4). pii: E494. doi: 10.3390/nu10040494.
 17. **Chariklia K. Deli**, Athanasios Poullos, Kalliopi Georgakouli, Konstantinos Papanikolaou, Alexandros Papoutsis, Maria Selemekou, Vaios T. Karathanos, Dimitris Draganidis, Athanasios Tsiokanos, Yiannis Koutedakis, Ioannis G. Fatouros, Athanasios Z. Jamurtas (2018). The effect of pre-exercise ingestion of Corinthian currant on endurance performance and blood redox status. *Journal of Sports Sciences*. Feb 22:1-9. doi: 10.1080/02640414.2018.1442781. [Epub ahead of print].
 18. Athanasios Chatzinikolaou, Konstantinos Michaloglou, Alexandra Avloniti, Diamanda Leontsini, **Chariklia K. Deli**, Dimitris Vlachopoulos, Luis Gracia-Marco, Sotirios Arsenis, Ioannis Athanailidis, Dimitrios Draganidis, Athanasios Z. Jamurtas, Craig A. Williams, Ioannis G. Fatouros (2018). The Trainability of Adolescent Soccer Players to Brief Periodized Complex Training. *Int J Sports Physiol Perform*. Feb 12:1-25. doi: 10.1123/ijsp.2017-0763. [Epub ahead of print].
 19. Kalliopi Georgakouli, Eirini Manthou, Ioannis G. Fatouros, Panagiotis Georgoulas, **Chariklia K. Deli**, Yiannis Koutedakis, Yannis Theodorakis, Athanasios Z. Jamurtas (2017). Enhanced erythrocyte antioxidant status following an 8-week aerobic exercise training program in heavy drinkers. *Alcohol*. Dec 2;69:57-62. doi: 10.1016/j.alcohol.2017.11.035. [Epub ahead of print].
 20. Christina Yfanti, Athanasios Tsiokanos, Ioannis G. Fatouros, Anastasios A. Theodorou, **Chariklia K. Deli**, Yiannis Koutedakis and Athanasios Z. Jamurtas (2017). Chronic Eccentric Exercise and Antioxidant Supplementation: Effects on

- Lipid Profile and Insulin Sensitivity. *Journal of Sports Science and Medicine*. 16, 375-382.
21. Dimitrios Draganidis, Niki Chondrogianni, Athanasios Chatzinikolaou, Gerasimos Terzis, Leonidas G. Karagounis, Apostolos Sovatzidis, Alexandra Avloniti, Maria Lefaki, Maria Protopappa, **Chariklia K. Deli**, Konstantinos Papanikolaou, Athanasios Z. Jamurtas, Ioannis G. Fatouros (2017). Protein ingestion preserves proteasome activity during intense aseptic inflammation and facilitates skeletal muscle recovery in humans. *British Journal of Nutrition*. Aug;118(3):189-200. doi: 10.1017/S0007114517001829..
 22. Eirini Manthou, Kalliopi Georgakouli, **Chariklia K. Deli**, Aggelos Sotiropoulos, Ioannis G. Fatouros, Dimitrios Kouretas, Chrysoula Matthaiou, Yiannis Koutedakis, Athanasios Z. Jamurtas (2017). Effects of Pomegranate Juice consumption on Biochemical Parameters and Complete Blood Count. *Experimental and Therapeutic Medicine*. Aug;14(2):1756-1762. doi: 10.3892/etm.2017.4690.
 23. **Chariklia K. Deli**, Ioannis G. Fatouros, Vassilis Paschalis, Athanasios Tsiokanos, Kalliopi Georgakouli, Athanasios Zalavras, Alexandra Avloniti, Yiannis Koutedakis, and Athanasios Z. Jamurtas (2017). Iron supplementation effects on redox status following aseptic skeletal muscle trauma in adults and children. *Oxidative medicine and cellular longevity*. 2017:4120421. doi: 10.1155/2017/4120421.
 24. **Chariklia K. Deli**, Ioannis G. Fatouros, Vassilis Paschalis, Kalliopi Georgakouli, Athanasios Zalavras, Alexandra Avloniti, Yiannis Koutedakis, Athanasios Z. Jamurtas (2017). A Comparison of Exercise-Induced Muscle Damage Following Maximal Eccentric Contractions in Men and Boys. *Pediatric Exercise Science*. Aug;29(3):316-325. doi: 10.1123/pes.2016-0185.
 25. Alexandra Avloniti, Athanasios Chatzinikolaou, **Chariklia K. Deli**, Dimitris Vlachopoulos, Luis Gracia-Marco, Dimitrios Draganidis, George Mastorakos, Athanasios Z. Jamurtas, Ioannis G. Fatouros (2017). Exercise-Induced Oxidative Stress Responses in the Pediatric Population: An Update. *Antioxidants*. Aug;29(3):316-325. doi: 10.1123/pes.2016-0185.
 26. Georgakouli, K., Manthou, E., Fatouros, I.G., **Deli, C.K.**, Spandidos, D.A., Tsatsakis, A.M. ... Jamurtas, A.Z. (2015). Effects of acute exercise on liver function and blood redox status in heavy drinkers. *Experimental and Therapeutic Medicine*, 10, 2015-2022.
 27. Dimitrios Draganidis, Athanasios Chatzinikolaou, Alexandra Avloniti, José C. Barbero-Álvarez, Magni Mohr, Paraskevi Malliou, Vassilios Gourgoulis, Georgios Ermidis, **Chariklia K. Deli**, Ioannis I. Douroudos, Konstantinos Margonis, Athanasios Z. Jamurtas, Yannis Koutedakis, Ioannis G. Fatouros (2015). Recovery kinetics of Knee Flexor and Extensor Strength after a Football Match. *PLOS ONE*. Jul 15;10(7):e0133459. doi: 10.1371/journal.pone.0133459.
 28. Jamurtas AZ, Douroudos II, **Deli CK**, Draganidis D, Chatzinikolaou A, Mohr M, Avloniti A, Barbero-Álvarez JC, Margonis K, Mavropalias G, Stampoulis T, Giannakidou D, Flouris AD, Koutedakis Y, Fatouros IG. (2015). Iron status markers

- are only transiently affected by a football game. *J Sports Sci.* Dec;33(20):2088-99. doi: 10.1080/02640414.2015.1064154.
29. Stagos D, Goutzourelas N, Ntontou AM, Kafantaris I, **Deli CK**, Poullos A, Jamurtas AZ, Bar-Or D, Kouretas D. (2015). Assessment of eccentric exercise-induced oxidative stress using oxidation-reduction potential markers. *Oxid Med Cell Longev.* 2015:204615. doi: 10.1155/2015/204615.
 30. Zalavras A, Fatouros IG, **Deli CK**, Draganidis D, Theodorou AA, Soulas D, Koutsioras Y, Koutedakis Y, Jamurtas AZ. (2015). Age-related responses in circulating markers of redox status in healthy adolescents and adults during the course of a training macrocycle. *Oxid Med Cell Longev.* 2015:283921. doi: 10.1155/2015/283921.
 31. Antonios Stavropoulos-Kalinoglou, **Chariklia Deli**, George D Kitas, Athanasios Z Jamurtas (2014). Muscle wasting in rheumatoid arthritis: The role of oxidative stress. *World J Rheumatol.* 12; 4(3): 44-53. doi: 10.5499/wjr.v4.i3.44.
 32. Manthou E, Kanaki M, Georgakouli K, **Deli CK**, Kouretas D, Koutedakis Y, Jamurtas AZ. (2014). Glycemic response of a carbohydrate-protein bar with ewe-goat whey. *Nutrients.* 6(6):2240-50. doi: 10.3390/nu6062240.
 33. Jamurtas, AZ., Garyfallopoulou, A., Theodorou, AA., Zalavras A., Paschalis V., **Deli CK.**, Nikolidis, MG., Fatouros, IG., Koutedakis, Y. (2013). A single bout of downhill running transiently increases HOMA-IR without altering adipokine response in healthy adult women. *European Journal of Applied Physiology.* 113(12): 2925-32. doi: 10.1007/s00421-013-2717-5.
 34. Georgakouli K, **Deli CK**, Zalavras A, Fatouros IG, Kouretas D, Koutedakis Y, Jamurtas AZ (2013). α -Lipoic acid supplementation up-regulates antioxidant capacity in adults with G6PD deficiency. *Food Chem Toxicol.* 61: 69-73. doi: 10.1016/j.fct.2013.01.055.
 35. Vassilis Paschalis, Michalis G. Nikolaidis, Anastasios A. Theodorou, **Chariklia K. Deli**, Athanasios Z. Jamurtas, Giannis Giakas, Yiannis Koutedakis (2013). The Effects of Eccentric Exercise on Muscle Function and Proprioception of Individuals Being Overweight and Underweight. *Journal of Strength and Conditioning Research.* Sep;27(9):2542-51. doi: 10.1519/JSC.0b013e31827fc9a6.
 36. Panayiotou G., Paschalis V., Nikolaidis M.G., **Deli C.K.**, Theodorou A.A., Fotopoulou N., Fatouros I.G., Koutedakis Y. Jamurtas A.Z. (2012). No Adverse Effects of Statins on Muscle Function and Health-Related Parameters in the Elderly: an Exercise Study. *Scand J Med Sic Sports.* 23(5):556-567. doi: 10.1111/j.1600-0838.2011.01437.x.
 37. **Deli C.K.**, Paschalis V., Theodorou A.A., Nikolaidis M.G., Jamurtas A.Z., Koutedakis Y (2011). Isokinetic Knee Joint Evaluation in Track and Field Events. *Journal of Strength and Conditioning Research.* Sep;25(9):2528-36. doi:10.1519/JSC.0b013e3182023a7a.