

ΑΓΛΑΪΑ ΖΑΦΕΙΡΟΥΔΗ

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

2026

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελ
Προσωπικά στοιχεία	3
1. Σπουδές	3
2. Διδακτικό έργο	3
2. Ερευνητικό έργο	4
2.1. Δημοσιεύσεις σε επιστημονικά διεθνή και ελληνικά περιοδικά	4
2.2. Δημοσιεύσεις σε πρακτικά διεθνών και ελληνικών επιστημονικών συνεδρίων	5
3. Συγγραφικό έργο	6
3.1. Διατριβές	6
3.2. Κεφάλαια σε συλλογικού τόμους και βιβλία	6
4. Θέσεις Ευθύνης	6
5. Καλλιτεχνικές χορευτικές δραστηριότητες	6
6. Προγράμματα	7
7. Διαλέξεις, σεμινάρια, στρογγυλές τράπεζες, παρουσίαση βιβλίων & προεδρεία	8
8. Μέλος συντακτικών και επιστημονικών επιτροπών - Κριτής	8

Προσωπικά στοιχεία

Όνοματεπώνυμο: Αγλαΐα Ζαφειρούδη
Τίτλος: Υποψήφια Διδάκτωρ
Τηλέφωνο: 6944334681
e-mail: azafeiro@phyed.duth.gr;
aglaiazaf@hotmail.com

**1. Σπουδές**

1. Μεταπτυχιακό Δίπλωμα ειδίκευσης του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Εκπαίδευση στο Χορό» του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού.
2. Πτυχίο του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Παν/μιου Θεσσαλίας.
3. Επαγγελματική Πιστοποίηση στον Χορό, Certificate Diploma in Dance Education Imperial Society Teachers of Dancing London (ISTD).
4. Πιστοποιητικό Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης με τίτλο «Θέατρο και Εκπαίδευση - Πολιτιστικές Εκδηλώσεις στο Σχολείο. Θεατρική Αγωγή και Επιμόρφωση» ΚΕΔΙΒΙΜ, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (500 ώρες).

2. Διδακτικό έργο

1. Αυτοδύναμο διδακτικό έργο στο ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στα παρακάτω μαθήματα: 1) (ME1132) Εισαγωγή σε Γιόγκα-Πιλάτες-Χορός, 2) INT-307 Yoga-Pilates-Dance (Erasmus Αγγλική γλώσσα) από 2019 έως σήμερα.
2. Διδασκαλία στο Μεταπτυχιακό πρόγραμμα «Αθλητικός Τουρισμός, Οργάνωση Δρώμενων, Χορός» του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού του Δ.Π.Θ. από το 2019 έως σήμερα.
3. Διδασκαλία Κέντρο Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, στα προγράμματα: 1) «Yoga Pilates school: Active leisure, Mind & Well-being από το 2017-2019, 2) «Yoga Dance Pilates school: Sport, Leisure & Arts, Aerial, yoga, Modern Dance, Ashtanga yoga» από το 2017-2019 , 3) «120h Aerial Art Level 1» 2019-2021
4. Διδασκαλία σε τμήματα, παιδικά, εφηβικά, ενηλίκων Modern-Contemporary Dance, Aerial Dance: 1) στη Σχολή Χορού Επί Σκηνής Τρίκαλα από το 2018-2026, και 2) Σχολή Χορού Μαρία Βασιλοπούλου, Καλαμπάκα, Θεσσαλία από το 2023 έως σήμερα.

2. Ερευνητικό έργο**2.1. Δημοσιεύσεις σε επιστημονικά διεθνή και ελληνικά περιοδικά**

1. Zafeiroudi, A., Tsartsapakis, I., & Kouthouris, C. (2026). Mindful Embodied Movement: Study Protocol for a 12-Week Modern Dance-Mindfulness Intervention and Mixed-Methods Randomized Controlled Trial in Recreational Adult Dancers. *Methods and Protocols*, 9(2), 37. <https://doi.org/10.3390/mps9020037>
2. Zafeiroudi, A., Tsartsapakis, I., Trigonis, I., Moustakidis, A., Ellinoudis, T. & Kouthouris, C. (2026). Training Models in Aerial Dance Education: Structured Progression, Creative and Hybrid Approaches for Skill Development and Performance. *A Convergent Mixed-*

- Methods Study and Systematic Review. *Journal of Educational and Social Research*, 16(1), 206. <https://doi.org/10.36941/jesr-2026-0248>
3. Zafeiroudi, A., Tsartsapakis, I., Trigonis, I., Kouli, O., Goulimaris, D., & Kouthouris, C. (2025). Embodied Mindfulness Through Movement: A Scoping Review of Dance-Based Interventions for Mental Well-Being in Recreational Populations. *Healthcare*, 13(17), 2230. <https://doi.org/10.3390/healthcare13172230>
 4. Zafeiroudi, A., Goulimaris, D., Alexandris, K., & Yfantidou, G. (2025). Segmenting Recreational Dance Communities in Greece: Cultural Identity, Lifelong Engagement, and Inclusive and Participant-Centered Approaches to Dance Programming. *Societies*, 15(9), 239. <https://doi.org/10.3390/soc15090239>
 5. Zafeiroudi, A., Karagiorgos, T., Tsartsapakis, I., Grivas, G. V., Kouthouris, C., & Goulimaris, D. (2025). Choreographing Well-Being: The Predictive Role of Self-Compassion on Life Satisfaction-A Therapeutic-Based Art Pedagogy Perspective in Recreational Dance. *Sports*, 13(7), 223. <https://doi.org/10.3390/sports13070223>
 6. Karamichou, Z., Trigonis, I., Tsartsapakis, I., & Zafeiroudi, A. (2025). Life Satisfaction in Dance Practitioners: An Exploratory Study. *Journal of Education and Training*, 12(1), 15-28. <https://doi.org/10.5296/ire.v12i2.22387>
 7. Daraki, D., Trigonis, I., Tsartsapakis, I., & Zafeiroudi, A. (2024). The Potential of Dance as a Tool for Enhancing Mindfulness. *International Research in Education*, 12(2), 84-97. <https://doi.org/10.5296/ire.v12i2.22387>
 8. Zafeiroudi, A. (2023). Analyzing and discussing the evolution of Arabesque movement according to dance elements and aesthetics. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 12(6), 41-54. <https://doi.org/10.36941/ajis-2023-0152>
 9. Zafeiroudi, A. (2023). Dance and psychological health: Effect of dance participation on social development. *Journal of Social science studies*, 10, 2, 90-100. <https://doi.org/10.5296/jsss.v10i2.21414>
 10. Zafeiroudi, A., Chatzipanteli, A., Athanasiou, A. C., Tsartsapakis, I., Kopanou, A., & Kouthouris, C. (2022). Exploring self-compassion among recreational dancers: Differences between tango and ballet - Dance teaching implications through somatic and embodied disciplines. *Journal of Educational and Social Research*, 12(6), 1-11. DOI: <https://doi.org/10.36941/jesr-2022-0140>
 11. Zafeiroudi, A. (2021). Intersections between modern and contemporary dance and yoga practice: A critical analysis of spiritual paths through body movement and choreography. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 10(4) 1-15. <https://doi.org/10.36941/ajis-2021-0094>
 12. Χατζηπαντελή, Α., Ζαφειρούδη, Α., Παπαδολούλου, Ε. Μ., & Χασιώτου, Α. (2021). Στρατηγικές ανάπτυξης της μεταγνώσης στον κλασσικό χορό. *Περιοδικό Διοίκησης Αθλητισμού & Αναψυχής*, 18(1), 11-20.

2.2. Δημοσιεύσεις σε πρακτικά διεθνών και ελληνικών επιστημονικών συνεδρίων

1. Ζήκου, Β., Τριγώνης, Ι., Ζαφειρούδη, Α., Τσαρτσάκης, Ι. (2026). Αξιολόγηση των επιδράσεων διδασκαλίας προγραμμάτων ελληνικού παραδοσιακού χορού σε παιδιά, ενήλικες και υπερήλικες: Μελέτη περίπτωσης του λαογραφικού συλλόγου «ΡΟΔΑΚΑΣ» στα μεσόγεια αττικής. 7ο Συνέδριο αθλητικού τουρισμού, χορού και αναψυχής, 13-14 Φεβρουαρίου ΣΕΦΑΑΕ, ΔΠΘ, Κομοτηνή.

2. Ζήκου, Β., Τριγώνης, Ι., Ζαφειρούδη, Α., Τσαρτσαπάκης, Ι. (2026). Τα οφέλη και η σημαντικότητα του ελληνικού παραδοσιακού χορού ως μια δραστηριότητα ελευθέρου χρόνου και αναψυχής στη σύγχρονη ελληνική. 7ο Συνέδριο αθλητικού τουρισμού, χορού και αναψυχής, 13-14 Φεβρουαρίου ΣΕΦΑΑΕ, ΔΠΘ, Κομοτηνή.
3. Γκίκα, Α., Τριγώνης, Ι., Ζαφειρούδη, Α., Τσαρτσαπάκης, Ι. (2026). Αξιολόγηση των επιδράσεων διδασκαλίας προγραμμάτων ελληνικού παραδοσιακού χορού σε παιδιά, ενήλικες και υπερήλικες: Μελέτη περίπτωσης του λαογραφικού συλλόγου «ΡΟΔΑΚΑΣ» στα μεσόγεια αττικής. 7ο Συνέδριο αθλητικού τουρισμού, χορού και αναψυχής, 13-14 Φεβρουαρίου ΣΕΦΑΑΕ, ΔΠΘ, Κομοτηνή.
4. Ωραιοπούλου, Γ., Τριγώνης, Ι., Ζαφειρούδη, Α., Τσαρτσαπάκης, Ι. (2026). Αξιολόγηση της εμπειρίας των παιδιών σε σχέση με την συμμετοχή τους σε αθλητικά και χορευτικά προγράμματα του κδαπ. 7ο Συνέδριο αθλητικού τουρισμού, χορού και αναψυχής, 13-14 Φεβρουαρίου ΣΕΦΑΑΕ, ΔΠΘ, Κομοτηνή.
5. Ωραιοπούλου, Γ., Τριγώνης, Ι., Ζαφειρούδη, Α., Τσαρτσαπάκης, Ι. (2026). Η συμβολή των αθλητικών και χορευτικών προγραμμάτων των κδαπ στην κινητική ανάπτυξη παιδιών σχολικής ηλικίας. 7ο Συνέδριο αθλητικού τουρισμού, χορού και αναψυχής, 13-14 Φεβρουαρίου ΣΕΦΑΑΕ, ΔΠΘ, Κομοτηνή.
6. Gagani A., Kaisari E., Karalarioti K., Karakitsiou F., Bisala I., Vasileiou K., Zafeiroudi A. (2025). PSYCHOLOGICAL INVOLVEMENT OF ADULTS IN EXPRESSIVE AND COMPETITIVE FORMS OF EXERCISE: A COMPARISON BETWEEN DANCE AND INDIVIDUAL SPORTS. Proceedings of the 33th International Congress on Physical Education & Sport Science, 23-25 May, Komotini, Greece.
7. Katsigianni S., Karakitsiou F., Gagani A., Tsartsapakis I., Kouthouris C., Zafeiroudi A. (2025). DANCE AND MINDFULNESS: A COMPARATIVE STUDY WITH INDIVIDUAL SPORTS. Proceedings of the 33th International Congress on Physical Education & Sport Science, 23-25 May, Komotini, Greece.
8. Vasileiou, A., Zafeiroudi, A., Kouthouris, C., Kourtesis, T., & Filippoy, F. (2022). Teaching Greek traditional dance as factor that influence mindfulness in high scholl students. Proceedings of the 30th International Congress on Physical Education & Sport Science, 20-22 May, Komotini, Greece. (short paper).
9. Karamichou, Z., Kounalaki, E., Daraki, D., Agraftioti, G., Zafeiroudi, A., Patsiaouras, A., & Kouthouris, C. (2022). Life satisfaction evaluation in adults participating in dance activities. Proceedings of the 30th International Congress on Physical Education & Sport Science, 20-22 May, Komotini, Greece.
10. Daraki, D., Michanikou, M., Georgomanos, S., Gouvala, I.N., Zafeiroudi, A., & Kouthouris, C. (2022). Differences in mindfulness among individulas participating in modern / contemporary dance, tango, and Greek traditional dance. Proceedings of the 30th International Congress on Physical Education & Sport Science, 20-22 May, Komotini, Greece.
11. Athanasiou, C., Ekizoglou, M., Zafeiroudi, A., Rozou, E., & Kouthouris, C. (2022). Exploring self-compassion in dancers and differences between tango and classical dance. Proceedings of the 30th International Congress on Physical Education & Sport Science, 20-22 May, Komotini, Greece.

3. Συγγραφικό έργο

3.1. Διατριβές

1. Ζαφειρούδη, Α. (2024). Διερεύνηση παραγόντων ευεξίας στον χορό αναψυχής ως ενσώματη πρακτική. Μεταπτυχιακή διατριβή, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Αριστοτελείο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

3.2. Κεφάλαια σε συλλογικούς τόμους και βιβλία

1. Ζαφειρούδη, Α. (2023). Τέχνη, πολιτισμός, κίνηση, ελεύθερος χρόνος και αναψυχή. Στο Κουθούρης, Χ., Ζαφειρούδη, Α., Πατσιαούρας, Α., Μπεκιάρη, Α., Ζήση, Β., & Δαλαμήτρος, Α. 2022. Κινητική Αναψυχή: Φύση, Σπορ, Τέχνες. Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. <https://hdl.handle.net/11419/8922>
2. Ζαφειρούδη, Α. (2023). Από τη θεωρία στην πράξη. Στο Κουθούρης, Χ., Ζαφειρούδη, Α., Πατσιαούρας, Α., Μπεκιάρη, Α., Ζήση, Β., & Δαλαμήτρος, Α. 2022. Κινητική Αναψυχή: Φύση, Σπορ, Τέχνες. Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. <https://hdl.handle.net/11419/8922>

4. Θέσεις ευθύνης

1. Ιδρυτικό Μέλος και Υπεύθυνη των Καλλιτεχνικών Πρότζεκτ από το 2018 έως σήμερα στο Εργαστήριο «Εφαρμοσμένες Επιστήμες Ελεύθερου Χρόνου: Φύση, Σπορ, Τέχνες», (Applied Leisure Science Lab: Nature, Sports, Arts), Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Τρίκαλα. <https://www.applelabway.com/>

5. Καλλιτεχνικές χορευτικές δραστηριότητες

2026 Τελετή Λήξης 14ου Μύλου των Ξωτικών του σκηνοθέτη Δημήτρη Αδάμη, Τρίκαλα, 6 Ιανουαρίου. Ρόλος: Πίτερ Παν, Χορογραφίες & Εκτέλεση.

2025 Μαγική Τελετή Έναρξης 14ου Μύλου των Ξωτικών του σκηνοθέτη Δημήτρη Αδάμη Τρίκαλα, 30 Νοεμβρίου. Ρόλος: Πίτερ Παν, Χορογραφίες & Εκτέλεση.

2024 Performance σύγχρονου εναέριου χορού, Thessaly Greece Hot Air Balloon Festival, Τρίκαλα, 28 Σεπτεμβρίου.

2024 Χορευτική παράσταση «Ωδή στη Φύση», σχολή χορού «Επί Σκηνής» Τρίκαλα.

2024 Χορευτική παράσταση «Σταχτοπούτα», σχολή χορού Μαρίας Βασιλοπούλου, Καλαμπάκα.

2022 Performance σύγχρονου εναέριου χορού, Hot Air Balloon Festival Βοιωτία, 8 Οκτωβρίου.

2021 Κινηματογραφικό σποτ "Hope for Evia-Greece" στα πλαίσια της αρωγής της νήσου Εύβοιας που βλήθηκε από τις πυρκαγιές, Επιμελητήριο Εύβοιας.

2020-2025 Σειρά ταινιών για την προώθηση του τουρισμού στην Ελλάδα και των δραστηριοτήτων αναψυχής της εταιρίας παραγωγής Explore DMC υπό την αιγίδα του Υπουργείου Τουρισμού.

2020 Performance σύγχρονου εναέριου χορού στο πρότζεκτ Explore Greece της Explore DMC για την προώθηση του τουρισμού στην Ελλάδα, υπό την αιγίδα του Υπουργείου Τουρισμού & της Περιφέρειας Θεσσαλίας.

2019 Σχεδιασμός, οργάνωση, υλοποίηση και Performing στο Aerial Dance Project: Sport, Arts & Culture του Εργαστηρίου «Εφαρμοσμένες Επιστήμες Ελεύθερου Χρόνου: Φύση,

Σπορ, Τέχνες», (Applied Leisure Science Lab: Nature, Sports, Arts), Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού.

2019 Βοηθητική ηθοποιός (μετά από κάστινγκ) στην κινηματογραφική ταινία "Μπέκετ" σε σκηνοθεσία Φερντινάντο Τσίτο Φιλομαρίνο με πρωταγωνιστή τον Τζον Ντέιβιντ Γουάσινγκτ.

2019 Συμμετοχή σε τηλεοπτικό διαφημιστικό σποτ της εταιρίας Vodafone (κατόπιν κάστινγκ).

2014 Παγκόσμιο Ρεκόρ Γκίνες, World Record Guinness «The largest Rueda de asino in the World», Thessaloniki, Greece.

2019 Χορευτική παράσταση «Χρόνος», σχολή χορού «Επί Σκηνής» Τρίκαλα.

2018 Χορευτική παράσταση «Αγάπη», σχολή χορού «Επί Σκηνής» Τρίκαλα.

2017 Χορευτική παράσταση «Χορού Όνειρα», σχολή χορού «Επί Σκηνής» Τρίκαλα.

2017 Χριστουγεννιάτικη χορευτική παράσταση «Για την Αγάπη», σχολή χορού «Επί Σκηνής» στο μύλο των Ξωτικών, Ματσόπουλος Τρίκαλα.

2016 Χορευτική παράσταση «Σαν Ταινία», σχολή χορού «Επί Σκηνής» Τρίκαλα.

2016 Χριστουγεννιάτικη χορευτική παράσταση «Ξωτικά», σχολή χορού «Επί Σκηνής» στο μύλο των Ξωτικών, Ματσόπουλος Τρίκαλα.

2015 Χορευτική παράσταση «Μια φορά κι έναν καιρό», σχολή χορού «Επί Σκηνής» Τρίκαλα.

2014 Χριστουγεννιάτικη μουσικο-χορευτική παράσταση «Ο Σκρουτζ και το Πνεύμα των Χριστουγέννων», σχολή χορού «Επί Σκηνής», θέατρο Ματσόπουλου, Τρίκαλα.

6. Προγράμματα

1. Επιστημονικός υπεύθυνος στα αυτοχρηματοδοτούμενα προγράμματα: 1) «Yoga Pilates school: Active leisure, Mind & Well-being από το 2017-2019, 2) «Yoga Dance Pilates school: Sport, Leisure & Arts, Aerial, yoga, Modern Dance, Ashtanga yoga» από το 2017-2019, 3) «120h Aerial Art Level 1» 2019-2021, Κέντρο Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.
2. Αναπληρώτρια επιστημονική υπεύθυνη και επιστημονικός συνεργάτης από το 2022-2023 στο KA210-VET - Small-scale partnerships in vocational education and training. Title: ROC Recommendations based on analyzing the implementation of the Outdoor Sector's certifications across the EU. (Coordinator: ECOE). Έργο ΕΛΚΕ Π.Θ. κωδ 6366.
3. Αναπληρώτρια επιστημονική υπεύθυνη και επιστημονικός συνεργάτης από 2020-2022 στο European Project Erasmus+: Entrepreneurship Through Sport-ENTOS KA 2: Strategic Partnerships for vocational education and training 2020-1-SK01-KA202-078274. Κωδικός έργου 6661 ΕΛΚΕ Π.Θ
4. Επιστημονικός συνεργάτης από 2021-2023 στο TETRIS: TEachers' TRaining to combat Gender-based violence In Sports Erasmus+ Κωδικός έργου 7160, ΕΛΚΕ Π.Θ

7. Διαλέξεις, σεμινάρια, στρογγυλές τράπεζες, παρουσίαση βιβλίων & προεδρεία

1. Mindful Fitness: Η άσκηση που ισορροπεί σώμα και νου», in2life.gr (Συνέντευξη στον Ν. Γεωργιακώδη), 10 Μαρτίου 2025. Παρουσίαση της μεθοδολογίας για τη σύνδεση σωματικής κίνησης και πνευματικής συγκέντρωσης, με έμφαση στην

ολιστική προσέγγιση της άσκησης. <https://www.in2life.gr/article/2009730/mindful-fitness-h-askhsh-poy-isorropei-soma-kai-noy>

2. Aerial life, Evia Wellness Magazine (Τεύχος 02/22), Φεβρουάριος 2022. Αφιέρωμα και συνέντευξη σχετικά με την εναέρια κίνηση (Aerial Dance) και τη φιλοσοφία της ολιστικής κίνησης.
https://issuu.com/abstractsolutions.as/docs/evia-wellness_mag_0222-final?fbclid=IwY2xjawRQR39leHRuA2FlbQlXMQBicmlkETFSaTFGdGtIam4wVm9yUjFCc3JOYwZhchBfaWQQMjlyMDM5MTc4ODIwMDg5MgABHgv53EqV8HnxT2QtwTfZbSRQfsHE_Tg2SIY-wCh2copzJIUIPjAUvHAJOoHT_aem_pdssaw95I_38RLgtdW59pQ
3. Ambassador στον εναέριο χορό στην εταιρία Salachi, Αθήνα από το 2019 έως σήμερα <https://www.salachi.com/en/ambassadors/>
4. Προσκεκλημένη Ομιλήτρια, Διεθνές Συνέδριο: «Η τέχνη ως μέσο ενίσχυσης της Φυσικής Δραστηριότητας», Τ.Ε.Φ.Α.Α. Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Τρίκαλα, Δεκέμβριος 2019. Θέμα παρουσίασης «Aerial dance project: My experience from another point of view».
<http://oblomov.pe.uth.gr/program.html>

8. Μέλος συντακτικών και επιστημονικών επιτροπών - Κριτής

1. Editorial Board-Recreation Scientific Advisory Board in International Journal of Holistic Health, Sports and Recreation.
2. Μέλος της συντακτικής επιτροπής του περιοδικού Journal of Sport and Recreational Management
3. Κριτής στα επιστημονικά περιοδικά: Behavioral Sciences (ISSN 2076-328X), Brain Sciences (ISSN 2076-3425), BMC Psychology (ISSN: 2050-7283), American Journal of Health Promotion ISSN: 2168-6602, Methods and Protocols (ISSN 1660-4601), Sports (ISSN 2075-4663), Frontiers in Psychology, Positive Psychology (ISSN 1664-1078), Journal of functional morphology and kinesiology (ISSN: 2411-5142), Life (ISSN 2075-1729), HELIYON Elsevier, Medical sciences (ISSN 2076-3271), Social sciences (ISSN 2076-0760), Arts & Communication, Manuscript ID:AC2730 Title: Macedonian Ballet, Deciding of the Diverse Choreographic "Letters", World Leisure Journal, Youthμ(ISSN 2673-995X), BMC Public Health (ISSN1471-2458), Journal of Adventure Education & Outdoor Learning, Sustainability (ISSN 2071-1050), International Journal of environmental research and public health (ISSN 1660-4601), Journal of Sports Medicine and Therapy JSMT, (ISSN: 2573-1726), Healthcare (ISSN 2227-9032), Journal of Eating Disorders, Springer, Merit Research Journal of Education and Review (ISSN: 2350-2282) Inquiries in Physical Education and Sport, African Educational Research Journal (ISSN: 2354-2160), Nutrients (ISSN 2072-6643), World (ISSN 2673-4060).