



SPOR FİZYOTERAPİSTLERİ DERNEĞİ BAHAR SEMPOZYUMU
Ağrıdan Performansa: Tendinopatilerde Çok Yönlü Tedavi Yaklaşımları
3 NİSAN 2026 - CUMA

09.00-09.30 SAYGI DURUŞU ve İSTİKLAL MARŞI
PİYANO DİNLETİSİ
AÇILIŞ KONUŞMALARI

09.30-10.00 TARTIŞMALI OTURUM: Tendinopatileri dijital egzersiz programları mı
klinik mi tedavi eder?
Oturum Başkanları: Nevin Ergun & Nihal Gelecek
Dijital egzersiz programları
Klinik

Umut Ziya Koçak
Gürkan Günaydın

10.00-10.30 TARTIŞMALI OTURUM: Fizyoterapide yapay zekâ mı fizyoterapistin eli mi?
Oturum Başkanları: Seher Özyürek & Barış Gürpınar
Yapay zekâ
Fizyoterapistin eli

Gamze Şenbursa Keklik
Musa Can Minaz

10.30-10.40 Sandalye Yoga'sı

Ayça Aracı

10.30-11.00 KAHVE ARASI

11.00-12.00 PANEL: Tendon Patofizyolojisi-Niçin Yaralanır?
Oturum Başkanları: Gül Baltacı & Ebru Kaya Mutlu
Tendinopati bir yaralanma mı hastalık mı?
Tendon yüklenmesi sonrasında mekanik ve yapısal cevap
Tendon inflamasyonu: Önemli mi?
Sporcularda tendinopatilerde kinezyofobi

Onur Başcı
Nevin Atalay Güzel
Nihan Karataş
Özge Ece Günaydın

12.00- 12.30 TARTIŞMALI OTURUM: İnersionel aşı tendonopatı konservatif mi cerrahi ile mi tedavi?

Oturum Başkanları: İbrahim Engin Şimşek & Ferruh Taşpınar

Konservatif

Cerrahi

Abdülhamit Tayfur

Ali İhsan Kılıç

12.30-13.30 ÖĞLE ARASI

13.30- 14.00 TARTIŞMALI OTURUM: Supraspinatus tendon kalınlığı değıştiren eksentrik egzersiz mi ağır yavaş dirençli eğitim mi?

Oturum Başkanları: Aydan Aytar & Özlem Akkoyun Sert

Eksentrik egzersiz

Ağır yavaş dirençli eğitim

Elif Turgut

Sevgi Sevi Yeşilyaprak

14.00-15.00 PANEL: Patellar Tendonopatiler

Oturum Başkanları: Volga Bayrakçı Tunay & Bayram Ünver

Radyolojik tanılama

Egzersiz seçimi

Konservatif tedaviye cevap vermeyen patellar tendonopatilerde cerrahi

Cerrahi sonrası spor ve performans dönüş

Ali Balcı

Gülcan Harput

Emin Bal

Burak Ulusoy

15.00-15.30 MİNİ OTURUM: 5'LER KURALI, 5 TENDON 5 EGZERSİZ 5 DAKİKA

Oturum Başkanları: Sevtap Günay Uçurum & Berkiye Kırmızıgil

İliopsoas tendonopatisi

Adduktör tendonopatı

Proksimal hamstring tendonopatisi

Gluteal tendonopatı

Tibialis posterior tendonopatisi

Serdar Demirci

Fatih Eren Oluç

Damla Deniz

Ezgi Ünüvar Yüksel

Gül Öznur Karabıçak

15.30-15.40 Longevity için nörodinamik egzersiz

Elif Uzun

15.30-16.00 ARA

16.00-17.00	PANEL Rotator Manşet Tendinopatileri Oturum Başkanları: Derya Özer Kaya & Mustafa Özkan Rotator manşet tendinopatisi ve tendon onarımı için ortobiyolojikler hakkında güncel bilgiler Rotator manşet tendinopatilerde ne zaman konservatif tedavi? Hasta seçimi ve tedavi yaklaşımları Rotator manşet tendinopatilerinde ne zaman cerrahi? Hasta seçimi ve cerrahi yaklaşımlar Rotator kılıf tamir sonrası komplikasyonlara ne yapalım? Spora dönüş için fonksiyonel egzersizler	Ayşe Birsu Topcugil Kırık Damla Karabay Murat Kayalar Gamze Çobanoğlu Demirkan
17.00-17.30	MİNİ OTURUM: 5'LER KURALI, 5 TENDON 5 EGZERSİZ 5 DAKİKA Oturum Başkanları: Serkan Bakırhan & Özlem Yener Lateral dirsek tendinopatisi Medial dirsek tendinopatisi İnfraspinatus tendinopatisi Bisipital tendinopati De Quervain tenosinoviti	Gökhan Karakaş Murat Tomruk Pınar Başbuğ Leyla Eraslan Özgün Uysal
17.30-18.00	KAPANIŞ	