

# **MEGHÍVÓ**

**A Nemzeti Közsolgálati Egyetem szeretettel meghívja Önt**

**2019.március 06-án 10 órai kezdettel az**

**„Egészséges életmód, egészségtudat – tudatos életvitel a XXI. században ”  
című szakmai konferenciára**

**A konferencia fővédnöke:**

Dr. Ruzsonyi Péter bv. dandártábornok, a Nemzeti Közsolgálati Egyetem Rendészettudományi Kar  
dékánja

**A konferencia védnökei:**

Dr. Kiss Ádám a Magyar Egyetemi- Főiskolai Sportszövetség elnöke

Dr. Sterbenz Tamás a MEFS Sportszakmai és Képzésfejlesztési Bizottságának elnöke, a Testnevelési  
Egyetem általános rektor helyettese

Bartha Zsolt a Budapesti Egyetemi – Főiskolai Sportszövetség elnöke

Dr. Tóth Miklós a Magyar Sporttudományi Társaság elnöke

**A konferencia levezető elnöke:**

Dr. Freyer Tamás egyetemi docens a Nemzeti Közsolgálati Egyetem Rendészettudományi Kar  
Testnevelési és Küzdősportok Tanszék tanszékvezetője

Cím: 1083 Budapest, Üllői út 82.  
Telefon: +36 (1) 432-9000/19-370  
Email: nke.konferencia@gmail.com

### Program:

- 09.30 - 09.55**            **Regisztráció**
- 10.00 - 10.10**            **Megnyitó**
- Köszöntőt mond:**  
Dr. Ruzsonyi Péter bv. dandártábornok, a Nemzeti Közszerológálati Egyetem Rendészettudományi Kar dékánja
- 10.10 - 10.45**            **Táplálkózz, ne csak egyél!**  
Haris Éva- Weider Professional Fitness Trainer iskola anatómia-élettan és táplálkózás tanára, középiskolai sportegészségügy-élettan szaktanár, életmód-és táplálkózási tanácsadó, testépítő
- 10.45 - 11.15**            **„Lélegzetnyi nyugalom”**  
Ágh Csaba- Személyi edző, erőnléti tanácsadó, szabadtüdős bűvár
- 11.15 - 11.45**            **Szünet, büfé (Rendezvénytér)**
- 11.45 - 12.15**            **Teljesítményfokozás 2.**  
Dr. Bakanek György sportorvos, a Magyar Birkózó válogatott orvosa
- 12.15 - 12.45**            **„A tudatosság a leghasznosabb drog, ami lelket és testet egységben tartja”**  
Rubint Réka
- 12.45 - 13.00**            **Hozzászólások, konferencia plenáris részének zárása, a szekciók felvezetése**  
Dr. Sterbenz Tamás a MEFS alelnöke

**Helyszín:** Nemzeti Közszerológálati Egyetem Oktatási Épület földszint, Multi terem 4-es előadó 005-006

Kérem, részvételi szándékát **2019. február 25-ig** a <https://bit.ly/2WXUWip> regisztráljon!

**Sportbaráti üdvözléttel:**

**Kecskés Kornélia, testnevelő tanár, a konferencia háziasszonya**

**Budapest, 2019. február 19.**

*A rendezvényről kép-, hang- és videófelveétel készül a Polgári Törvénykönyvben meghatározott nyilvános közéleti szereplésre és tömegfelveételre vonatkozó rendelkezések szerint. A felvételek elkészítésének célja az Egyetem rendezvényeinek megörökítése, valamint a rendezvények megtörténtének igazolása. Az elkészült felvételek az Egyetem honlapján, folyóirataiban és közösségi felületein is közzétételre kerülhetnek. Amennyiben a felvételeken nem kíván szerepelni, kérem, törlési igényét utólag jelezze a felvételt rögzítő kollégánk felé, illetőleg az Egyetem adatvédelmi tisztviselőjénél. A rendezvényre vonatkozó részletes adatkezelési tájékoztató az Egyetem honlapján elérhető.*

Cím: 1083 Budapest, Üllői út 82.  
Telefon: +36 (1) 432-9000/19-370  
Email: nke.konferencia@gmail.com