



MEGHÍVÓ

A NEMZETI KÖZZSZOLGÁLATI EGYETEM TESTNEVELÉSI ÉS KÜZDŐSPORTOK TANSZÉKE ÉS A MAGYAR EGYETEMI-FŐISKOLAI SPORTSZÖVETSÉG SPORTSZAKAMI ÉS KÉPZÉSFEJLESZTÉSI BIZOTTSÁGA TISZTELETTLE MEGHÍVJA ÖNT **SPORT, EGÉSZSÉG, ÉLETMÓD** CÍMŰ KONFERENCIÁRA.

IDŐPONT: 2025. április 30. (szerda), 11.40-15.30

HELYSZÍN: Nemzeti Közzszolgálati Egyetem | Ludovika Aréna | Lobby Bár
(1089 Budapest, Diószegi Sámuel utca 25.)

ONLINE: MS Teams felületen

PROGRAM:

11:40 – 12:00 Regisztráció
12:10 – 12:20 Megnyitó
12:20 – 13:30 Előadások
13:30 – 14:00 VIP állófogadás
14:00 – 15:10 Előadások

A konferencia részletes programja külön oldalon található.

Szeretettel várjuk rendezvényünkre!

Kérjük, hogy részvételi szándékát a <https://ludevent.uni-nke.hu/event/5024/> jelezni legyen kedves.



Az Egyetem jogos érdeke alapján, a rendezvényről kép-, hang- és videófelvétel készül, melynek célja az Egyetem rendezvényeinek megőrzítése, valamint a rendezvények megtörténének igazolása. Az elkészült felvételek az Egyetem honlapján, folyóirataiban, online közösségi felületein, valamint további egyetemi kiadványokban is közzétételre kerülhetnek. Amennyiben e felvételeken nem kíván szerepelni, azt jelezze az adatvedelem@uni-nke.hu címen. A rendezvényre vonatkozó részletes adatkezelési tájékoztató az Egyetem honlapján elérhető.

PROGRAM

SPORT, EGÉSZSÉG, ÉLETMÓD

2025. április 30. (szerda), 11.40-15.30

Nemzeti Közszolgálati Egyetem | Ludovika Aréna | Lobby Bár

HÁZIGAZDA

Dr. Freyer Tamás

tanszékvezető, egyetemi docens

NKE RTK Testnevelési és Küzdősportok Tanszék,

11.40-12.00

REGISZTRÁCIÓ

12.10 – 12.20

MEGNYITÓ ÉS KÖSZÖNTŐ

Juhász Péter

főtitkár

Magyar Egyetemi- Főiskolai Sportszövetség

Nagy Ádám Ferenc

tanársegéd

NKE RTK Testnevelési és Küzdősportok Tanszék

12.20 – 12.55

SPORTOLÓK EDZÉS UTÁNI PIHENŐJE, REGENERÁCIÓJA

Dr. Nagy Sándor

sportpszichológus

12.55 – 13.30

ÉLETVITEL AZ ALVÁS SZOLGÁLATÁBAN

Haris Éva

egészségügyi szaktanár, táplálkozási tanácsadó

13.30 – 14.00

VIP állófogadás, szünet

14.00 – 14.35

OBJEKTÍV TESTÖSSZETÉTEL MÉRÉS - INBODY

Dr. Vékony Blanka

tanársegéd Semmelweis Egyetem Dietetikai és Táplálkozástudományi Tanszék

14.35 – 15.10

AZ EDZÉS ÉS A LÉGZÉS ÖSSZEFÜGGÉSEI

Csizmadia Zoltán

Phd hallgató



NEMZETI
KÖZSZOLGÁLATI
EGYETEM
LUDOVIKA

