



**KERT**  
KÖZÉP-KELET-EURÓPAI  
REKREÁCIÓS TÁRSASÁG



# IV. Leisure Konferencia

2023. október 9.



Helyszín: Károli Gáspár Református Egyetem  
Károlyi-Csekonics-palota (1088 Budapest, Múzeum u. 17.)



**Nemzeti  
Együttműködési  
Alap**



FŐVÉDNÖK:

Prof. Dr. h. c. Mocsai Lajos  
Testnevelési Egyetemért Alapítvány kuratórium elnöke

VÉDNÖK:

Prof. Dr. Trócsányi László  
a Károli Gáspár Református Egyetem rektora

FŐSZERVEZŐ:

Dr. habil. Fritz Péter egyetemi docens,  
Károli Gáspár Református Egyetem Gazdaságtudományi, Egészségtudományi és Szociális Kar,  
KERT elnök, MSTT rekreáció szakbizottság társ-elnök

HÁZIGAZDA:

dr. Székely Botond Márk  
Károli Gáspár Református Egyetem PhD hallgató

A TUDOMÁNYOS SZERVEZŐBIZOTTSÁG:

**Károli Gáspár Református Egyetem:**

Dr. habil. Fritz Péter KRE egyetemi docens, KERT elnök

**Pécsi Tudományegyetem:**

Prof. Dr. Rétsági Erzsébet MSTT rekreáció szakbizottság elnök, PTE ETK c. egyetemi tanár  
Gép Zsuzsanna KERT tag, PTE tanársegéd

**Eötvös Loránd Tudományegyetem, KERT:**

Dr. Nagyváradai Katalin KERT alelnök, ELTE adjunktus  
Dr. Magyar Márton MSTT rekreáció szakbizottság főtktár, ELTE adjunktus  
Patakiné Dr. Bősze Júlia MSTT rekreáció szakbizottság alelnök, ELTE adjunktus

**Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság (KERT):**

Dr. Szatmári Zoltán társ-alapító

**Szegedi Tudományegyetem:**

Dr. habil. Tarkó Klára dékánhelyettes, SZTE intézetvezető főiskolai tanár

**Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem:**

Dr. Lacza Gyöngyvér MSTT rekreáció szakbizottság alelnök, MTSE tanszékvezető egyetemi docens  
Grandpierre Judit szakmai gyakorlat felelős, ügyvivő szakértő

**Gál Ferenc Egyetem:**

Dr. Beke Szilvia dékánhelyettes, GFE főiskolai tanár

**Eszterházy Károly Katolikus Egyetem:**

Herpainé Dr. Lakó Judit dékánhelyettes, EKKE egyetemi docens  
Kós Katalin EKKE tanársegéd

**Semmelweis Egyetem:**

Dr. habil. Feith Helga SE tanszékvezető főiskolai tanár

**Neumann János Egyetem:**

Dr. habil. Fülöp Tamás rektor, NJE

**Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem:**

Bartha Zsolt BME Testnevelési Központ igazgatóhelyettes

# PROGRAM

## 10.00 Köszöntő (15'):

- Prof. Dr. Trócsányi László Henrik egyetemi tanár, rektor, Károli Gáspár Református Egyetem
- Prof. Dr. h. c. Mocsai Lajos, Testnevelési Egyetemért Alapítvány kuratórium elnöke
- Dr. habil. Fritz Péter egyetemi docens, főszervező, Károli Gáspár Református Egyetem

## 10.15 Plenáris előadás (20'):

- Hevesi Tamás zenész, labdarúgó edző

## 10.35 Rövid tájékoztató a konferencia eseményeiről és helyszíneiről (5')

- Székely Botond Márk házigazda

## 11.00 -14.00 Szekció előadások (180')

A szekció		11.00 - 14.00	B szekció		11.00 - 14.00
A1	<b>Gerontológia</b> szekció elnök: Kulcsár Kata	11.00 - 11.45	B1	<b>Rekreációs edzés</b> szekció elnök: Dr. Nagyváradi Katalin	11.00 - 11.45
szünet		11.45 - 12.00	szünet		11.45 - 12.00
A2	<b>Szellemi rekreáció</b> szekció elnök: Dr. Magyar Márton	12.00 - 12.45	B2	<b>Egészségfejlesztés és táplálkozás</b> szekció elnök: Dr. habil. Tarkó Klára	12.00 - 12.45
szünet		12.45 - 13.00	szünet		12.45 - 13.00
A3	<b>Egészségturizmus</b> Dr. Beke Szilvia	13.00 - 13.45	B3	<b>Tehetséggondozás</b> Dr. Szatmári Zoltán	13.00 - 13.45

<b>Poszter szekció</b> szekció elnök: Prof. Dr. Rétsági Erzsébet	11.00 - 11.45
--	---------------

### A1 szekció -Gerontológia – Kulcsár Kata szekció elnök:

- Dr. habil. Mayer Krisztina: Balaton-átúszás – az örök szerelem, 50 év feletti szenior úszók sportmotivációja

Miskolci Egyetem Egészségtudományi Kar Testnevelési Tanszék

- Dr. Szalkai Iván: Az idősödés megjelenése a nyugati és a keleti életszemléletben (filozófiában) Miskolci Egyetem Egészségtudományi Kar

- Dr. Barótfi Szabolcs: Az életmódváltoztatás támogatásának bizonyítékokon alapuló eszközei vezetői és health coach, Leadwell Consulting

### A2 szekció – Szellemi rekreáció – Dr. Magyar Márton szekció elnök:

- Herpainé dr. Lakó Judit: A tájékozódási futás és a természetjárás szellemi rekreációs kihívásai Eszterházy Károly Katolikus Egyetem, Természettudományi Kar, Sporttudományi Intézet

- Dr. Nagy Adrienne<sup>1</sup> - Dr. Petykó Csilla<sup>1</sup> - Dr. Szalók Csilla<sup>1</sup> - Rozgonyiné Dr. Drotár Nikolett<sup>2</sup>: Val-lási tematikus utak szellemi rekreációs vetületei

<sup>1</sup>Budapesti Gazdasági Egyetem, Kereskedelmi, Vendéglátóipari és Idegenforgalmi Kar, Turizmus Tanszék

<sup>2</sup>Nyíregyházi Egyetem Eötvös József Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium

- **Dr. habil. Gósi Zsuzsanna, Dr. Magyar Márton:** Edukáció és entertainment a (sport)filmekben  
Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

### **A3 szekció – Egészségturizmus – Dr. Beke Szilvia szekció elnök:**

- **Tömő Zsolt, Dr. Beke Szilvia:** Szabadidő eltöltési szokások a komplex egészségi állapot tükrében  
Gál Ferenc Egyetem
- **Dr. Olteanu Lucian Liviusz:** Az egészségturizmus motivációs attitűdjeinek változásai  
Gál Ferenc Egyetem
- **Dr. Varga Zoltán:** Egészségmegőrzés – környezettudatosság – innováció  
Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Egészségbiztosítási Intézet, Zalaegerszeg

### **B1 szekció – Rekreációs edzés – Dr. Nagyvárad Katalin szekció elnök:**

- **Gép Zsuzsanna<sup>1</sup>, Dr. Csókási Krisztina<sup>2</sup>, Dr. habil. Csányi Tamás<sup>3</sup>:** A jóga, a meditáció és a relaxáció elterjedtsége egyetemisták körében  
<sup>1</sup>Pécsi Tudományegyetem, Természettudományi Kar Sporttudományi és Testnevelési Intézet  
<sup>2</sup>Pécsi Tudományegyetem, Bölcsészettudományi Kar, Pszichológia Intézet  
<sup>3</sup>Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Tanérképző Intézet
- **Arany Dániel, Biróné dr. Ilics Katalin, Szigethy Mónika, Dr. Nagyvárad Katalin:** A gerinc állapotának vizsgálata rekreációs céllal úszó gyermekek körében  
Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Sporttudományi Intézet – Szombathely
- **Dr. Lacza Gyöngyvér:** A Monspart Sarolta Aktív Életmód Stratégia szakmai koncepciójának bemutatása  
Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem

### **B2 szekció – Egészségfejlesztés és táplálkozás – Dr. habil. Tarkó Klára szekció elnök:**

- Modern healthy lifestyle program, avagy a modern kori egészségtudatosság fejlesztési lehetősége  
**Juhász Annamária**  
Miskolci Egyetem, Gazdaságtudományi Kar, Marketing és Turizmus Intézet
- A BCAA táplálkozás-élettani hatásai, szerepe a sporttáplálkozásban és a klinikumban  
**Dr. habil. Fritz Péter<sup>1</sup>, Maszlag Anett<sup>2</sup>, Mayer Lívia<sup>2</sup>**  
<sup>1</sup> Károli Gáspár Református Egyetem Gazdaságtudományi, Egészségtudományi és Szociális Kar  
<sup>2</sup> Superfoods Kft.
- Táplálkozási mintázatok és a menstruációs görcsök kapcsolata magyar nők körében  
**Keleti Ágnes Anna<sup>1</sup> és Dr. Szász András<sup>2</sup>**  
<sup>1</sup> Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, hallgató, Sport- és rekreációs szervezés alapképzési szak, egészségfejlesztés specializáció  
<sup>2</sup> Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet

### **B3 szekció – Tehetség gondozás – Dr. Szatmár Zoltán szekció elnök:**

- A Vienna tesztrendszer használata egyetemisták körében  
**Hovanyecz Attila Martin, Dr. Bóka Ferenc**  
Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet
- Fiatal felnőtt nők evési attitűdje és fizikai aktivitási kérdései  
**Skribanek Dóra, Koncz Ádám, Patakiné Dr. Bősze Júlia**  
Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet
- Önkéntes munka, mint rekreáció hatásai az életprofilra  
**Kertai Bendegúz<sup>1</sup>, Kerbsz Botond<sup>1</sup>, Farah Abu Khadra<sup>2</sup>, Prisztóka Gyöngyvér<sup>1</sup>, Tóth Ákos Levente<sup>1</sup>**  
<sup>1</sup> Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar, Sporttudományi és Testnevelési Intézet  
<sup>2</sup> Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Doktori Iskola

## **Poszter szekció – Prof. Dr. Rétsági Erzsébet szekció elnök:**

- Az időmenedzsment és az életmód összefüggései

**Kovács Rita Ilona, Patakiné Dr. Bősze Júlia**

Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Egészségfejlesztési és Sporttudományi Intézet

- Gyógynövények használata a középkorban és napjainkban

**Kenderes Rebeka**

Miskolci Egyetem Egészségtudományi Kar

- A fizikai aktivitás szerepe és jelentősége a várandósság alatt

**Máthé Hajnalka, Kós Katalin**

Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Sporttudományi Intézet

- A fel nem ismert hypoglykaemia gyakoriságának vizsgálata a sport szerepének tükrében

**Várkonyi Ákos<sup>1,2</sup> Dr Kupai Krisztina<sup>2</sup>, Dr. Várkonyi Tamás<sup>2</sup>, Dr. Tokodi Margaréta<sup>1,3</sup>**

<sup>1</sup> Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, Testnevelési és Sporttudományi Intézet

<sup>2</sup> Szegedi Tudományegyetem, Szent-Györgyi Albert Általános Orvostudományi Kar, Belgyógyászati Klinika

<sup>3</sup> Szegedi Tudományegyetem, Sportközpont

## **14.00 Záró gondolatok**

- **Dr. Szatmári Zoltán** főiskolai tanár KRE, a Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság társalapítója

## **14.10 Állófogadás és BÜFÉ ebéd a konferencia résztvevői számára**

*Pohárköszöntő:*

- **Prof. Dr. Mészáros József** dékán, KRE Gazdaságtudományi, Egészségtudományi és Szociális Kar
- **Dr. habil. Fritz Péter** egyetemi docens, főszervező KRE Gazdaságtudományi, Egészségtudományi és Szociális Kar, Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság elnöke

*Ajándékok átadása:*

- **Dr. habil. Fritz Péter** egyetemi docens, főszervező – KRE Gazdaságtudományi, Egészségtudományi és Szociális Kar, Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság elnöke

## **A KONFERENCIA PROGRAMJAINAK HELYSZÍNEI**

---

- **Regisztráció:** a földszinten
- **Megnyitó és plenáris előadás:** 1. em. Bálterem
- **A szekció:** 1. em. Bálterem
- **B szekció:** 1. em. Csekonics terem
- **Poszter szekció:** Aula
- **Társalgó:** 1. em. Szivarszoba
- **Állófogadás:** 1. em. Szivarszoba