



Edzés, pihenés, egészségmegőrzés

VI. Leisure Tudományos Konferencia a Károli Gáspár Református Egyetemen

Milyen rekreációs lehetőségeket rejt magában az erdőfürdőzés? Miért lenne időszerű a BMI meghatározás helyett a testösszetétel-mérés előtérbe helyezése? Hogyan támogathatja a mesterséges intelligencia az edzéstervezést? A szódabikarbóna lenne a sportolás legújabb csodaszere? Milyen mentális kihívásokkal néznek szembe az olimpikon élsportolók és milyen megküzdési stratégiákat választhatnak? Milyen szerepe lehet egy felsőoktatási intézménynek az aktív és pozitív idősödés előmozdításában?

2025-ben is izgalmas és aktuális kérdések lesznek fókuszban a Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság és a Károli Gáspár Református Egyetem közös rendezvényén, a VI. Leisure Tudományos Konferencián az impozáns Károlyi–Csekonics-palotában. Az október 7-én megrendezésre kerülő szakmai fórumon a legújabb kutatási eredményeket ismertetik a különböző tudományterületek neves szakértői, köztük több egyetemi hallgató is bemutatkozik kutatási témájának eddigi eredményeivel.

Az egészséges életmód, az egészségfejlesztés és a tevékeny pihenés témakörei mentén szerveződő konferencia egyszerre nyújt tudományos közösségi teret a szakembereknek és kínál ismeretterjesztő tartalmakat az érdeklődőknek. Az idei rendezvény a szabadidő aktív eltöltésére és az egészségprevencióra különösen nagy hangsúlyt fektet, emellett több előadás is foglalkozik az élsporttal és annak kihívásaival. A konferencia két plenáris előadása is ezen témák mentén hívja közös gondolkodásra az érdeklődőket. *Aktív magyarok – Álom vagy valóság?* címmel tart átfogó előadást **Révész Máriusz** Aktív Magyarországért felelős államtitkár, s többek között arra szeretné ráirányítani a figyelmet, hogy miként lehetne megszólítani azokat, akik soha nem sportolnak, akik nem járnak szűrővizsgálatra, akik túlsúlyosak vagy elhízottak. A rendezvény másik plenáris előadását a Junior Prima díjas színművész, **Simon Zoltán**, a Katona József Színház társulati tagja tartja, aki sokáig vízilabdázónak készült, a konferencián hétéves aktív élsportolói tapasztalatairól is beszél a *Színészet – élsport – rekreáció* című előadásában.

A VI. Leisure Tudományos Konferencián az érdeklődők hét szekcióban hallgathatják meg az egészséges életmóddal, aktív pihenéssel kapcsolatos előadásokat, melyekről részletesen az absztrakt kötetben, [ide kattintva](#) olvashatnak. A rendezvényt Trócsányi László, a Károli Gáspár Református Egyetem rektora nyitja meg, köszöntőt mond az esemény főszervezője, Fritz Péter egyetem docens, a Károli Gáspár Református Egyetem Gazdaságtudományi, Egészségtudományi és Szociális Kar Életmód és Testkultúra Intézetének vezetője.

A konferencia sajtónyilvános, részvételi szándékát a sajto@kre.hu e-mail címre várjuk.

Kommunikációs Osztály