



VII. Leisure Tudományos Konferencia a Károli Gáspár Református Egyetemen

2026. október 6-án 10 órakor kezdődik a VII. Leisure Tudományos Konferencia a budapesti Károlyi–Csekonics-palotában (1088 Budapest, Múzeum u. 17.). A Károli Gáspár Református Egyetem és a Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság évente megrendezett közös konferenciája az aktív életmód, a rekreáció és az egészségfejlesztés aktuális kérdéseivel foglalkozik. A rendezvény minden, az egészségtudatos életvitel iránt érdeklődő számára nyitott.

Hogyan tölti fel a hit és a kultúra a mai embert? Miben rejlik a kreatin jelentősége? Hogyan segíthetnek a mindfulness-gyakorlatok a digitális túlterheltség kezelésében? Hogyan függ össze énképünk a sportolási és életmódbeli szokásainkkal? Hogyan járulhatnak hozzá a munkahelyi egészségfejlesztési programok a vállalatok hatékonyságához? Milyen pszichológiai tényezők és motivációk állhatnak a tetováltatás hátterében?

A konferencia fő témái az aktív idősödés, a szellemi rekreáció, az egészségfejlesztés és a táplálkozás, a rekreációs edzés, a lelki egészség, valamint az egészségturizmus. Az előadások lehetőséget kínálnak a közös gondolkodásra és az ismeretszerzésre. Kiemelt figyelmet kap a fiatal kutatók, a hallgatók – köztük az egyetem rekreáció és életmód alapképzési szakos hallgatói – és a pályakezdő szakemberek tehetséggondozása. A program szakmai fejlődésük, mentális és fizikai kihívásaik, valamint hosszú távú életpálya-tervezésük kérdéseivel is foglalkozik.

A konferenciát Trócsányi László, a Károli Gáspár Református Egyetem rektora nyitja meg. Köszöntőt mond Fritz Péter egyetemi docens, a GESZK Életmód és Testkultúra Intézet vezetője, a Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság elnöke, egyben a konferenciasorozat főszervezője. A plenáris előadás középpontjában a tizenöt éves *Recreation Tudományos Magazin* áll. A folyóirat a sporttudomány, az egészségtudomány, a táplálkozástudomány és a turizmus témáiról, valamint a mozgásos és a szellemi rekreáció kérdéseiről közöl szakmai írásokat.

A rendezvényen együttműködési megállapodást köt a Károli Gáspár Református Egyetem és a Sapientia Erdélyi Magyar Tudományegyetem. A megállapodás a Károli Életmód és Testkultúra Intézete és a Sapientia között több mint egy éve megkezdett szakmai együttműködésre épül. Ennek keretében szakmai kapcsolatokat fejlesztenek, oktatói és hallgatói mobilitást szerveznek, valamint közös kutatásokat indítanak. A Sapientia a Leisure-konferenciasorozatban is részt vesz. Az aláírás a gyakorlatban már működő együttműködésnek ad intézményi keretet a további közös szakmai, oktatási és tudományos kutatási programok megvalósításához. A megállapodást a két intézmény rektora, Trócsányi László és Tonk Márton írja alá.

A részvétel ingyenes, de előzetes online regisztrációhoz kötött. Jelentkezni 2026. október 6-ig a [regisztrációs felületen](#) lehet. A [részletes program](#) és az [absztraktkötet](#) online olvasható.

Kommunikációs Osztály