Motivációs levél

Tisztelt Bizottság!

Kedves Doktorandusz Hallgatótársaim!

Ubornyák Csaba vagyok, a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem elsőéves doktorandusz hallgatója.

Tanulmányaimat itt a TF-en végeztem. Végzettségeimet tekintve középiskolai testnevelő-gyógytestnevelő-egészségfejlesztő tanár, illetve birkózó szakedzői képesítéssel rendelkezem. Egyetemi éveim során egyre nagyobb érdeklődéssel fordultam a tudományos kutatások felé, jelenleg pedig doktori tanulmányaimat a Molekuláris Edzésélettani Kutató Központban folytatom. Kutatásom középpontjában a fizikai aktivitás, a bélmikrobiom és a DNS-metilációs alapú biológiai órák közötti összefüggések állnak. Témavezetőm, Dr. Torma Ferenc.

Tanulmányaim mellett a Kozma István Magyar Birkózó Akadémia, Birkózó Módszertani Központjában tevékenykedem, valamint a TFSE birkózó szakosztályában látok el feladatokat. Munkám során megtapasztaltam, mennyire fontos a közösség összetartása, az együttműködés és az egyéni érdekek mellett a közös célok szem előtt tartása.

A Doktorandusz Önkormányzat tagjaként szeretnék hozzájárulni a doktoranduszok közötti kapcsolatok erősítéséhez, a hatékony kommunikációhoz és hallgatótársaim érdekeinek képviseletéhez. Úgy gondolom, hogy nyitottságommal, aktív hozzáállásommal és közösségi tapasztalataimmal hasznos tagja lehetnék a DÖK-nek.

Bízom benne, hogy lehetőséget kapok arra, hogy a doktori közösség munkáját aktívan segíthessem.

Szellemet – erkölcsöt – erőt egyesíts!

Budapest, 2026. november 9.

Ubornyák Csaba