

Kurzus adatlap

Kurzus megnevezése magyarul:	Molekuláris edzéselmélet
Kurzus megnevezése angolul:	Molecular exercise science
Kurzus típusa	kötelező/kötelezően választható/ szabadon választható
Kurzus nyelve:	angol
Kurzusvezető neve:	Dr Radák Zsolt
Óraszám: 16	Kredit:
Min. hallgató:3	Max. hallgató:6
Előkövetelmény (ha van):	
Meghirdetés félévei (a 2 éves kurzusterv elkészítéséhez is):	2019/20/1 2019/20/2. 2020/21/1. 2020/21/2.
B3 épület, 1 emelet, tárgyaló	
Első óra dátuma:	Ideje:
További órák napjai:	Ideje:
Tematika (órákra bontva): <ol style="list-style-type: none">1. Sejtalkotók alapfunkciói, jelzőfolyamatok2. Fáradás és molekuláris jelzőfolyamatok3. A vázizom molekuláris jellemzése4. A vázizom molekuláris alkalmazkodása az erő edzésre5. A vázizom molekuláris alkalmazkodása az állóképességi edzésre6. A központi idegrendszer alkalmazkodása ez edzésre7. A microbiome alkalmazkodása edzésre8. Összefoglalás	

Egyéb megjegyzés, tudnivaló: pl. kötelező irodalom, követelmény, vizsgáztatás módja:

Radak Z. Physiology of Physical Training, Academic Press, New York, 2018