

# ÖNÉLETRAJZ

Név: Gyulai Gergely László  
Anyja neve: Várhelyi Krisztina  
Szül.: Miskolc, 1972. szeptember 26.  
Lakás: 3516 Miskolc, Meredek-köz 5.  
Mhely: Testnevelési Egyetem  
Beosztás: egyetemi adjunktus  
Végzettség: 1995: Testnevelő tanár, gyógy-testnevelő (5042/1995)  
1997: Főiskolai torna szakedző (3426/1997)  
2012: MSc torna szakedző (PT D007001)  
2014: PhD Természettudományok doktora (P-4254/2014)

Idegen nyelv:

- Francia középfokú „A” típus szóbeli ( A 511451/410474), francia középfokú „B” típus írásbeli (A 802824/723038)
- Angol sportszaknyelvi szakmai középfokú „C” típus (S:800/2008 Jsz: 2427/2008)
- Angol középfokú B2 típus írásbeli (1066693) angol középfokú B2 típus szóbeli (1387619)

Családi állapot: nős, gyermekek száma: 4

Telefon: 06/20-45-42-742

Lakás: 46/364-340

Mhely: 1/487-9200/61303

## Tanulmányok:

1979-84 30. Sz. Ált. Iskola Miskolc  
1984-87 40. Sz. Ált. Iskola Miskolc  
1987-1991 Földes Ferenc Gimnázium, Miskolc, testnevelés tagozat  
1995 Testnevelési Egyetem testnevelő tanári szak  
1995 Testnevelési Egyetem gyógytestnevelő tanári szak  
1997. Testnevelési Egyetem torna szakedző  
2006. Szoftver üzemeltetői OKI képesítés. (azonosító:52464103 sorszám:063769)  
2007. Közép és emelt szintű érettségi vizsgáztató- Testnevelés (tanúsítvány szám:489./2007)  
2012. MSc Torna szakedző, Semmelweis Egyetem TSK  
2014. PhD biológia tudományokban (humánbiológia szakterület)

**Oktatói tevékenység:**

1995-1997	Földes Ferenc Gimnázium, Miskolc, testnevelő
1997-óta	Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) adjunktus torna, gimnasztika, gymnastics tárgyak oktatása
1998-2005	Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar kollégiumának nevelő tanára
2004	Fitness Akadémia felkért előadó
2004-óta	Középfokú edzői tanfolyam vezetése Gimnasztika tantárgyból
2004-óta	American Internation School of Budapest (AISB) tanfolyamvezetés
2010-óta	SOTE TTK(TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék gimnasztika szakcsoport vezető
2010-óta	Nemzetközi Edzőképző Tanfolyam (NET) angol nyelvű gimnasztika tantárgy oktatása
2013.	Magyar Kézilabda Szövetség középfokú edzői tanfolyam Gimnasztika tantárgy oktatása
2014.	Magyar Kajak- Kenu Szövetség edzői továbbképző tanfolyam Gimnasztika tantárgy oktatása

**Versenyszerűen űzött sportágak:** torna, tenisz, sí, vívás

**Eredmények:**

Torna: Országos középiskolai bajnok 1990.– Miskolc EAFC  
8x-os Egyetemi és Főiskolai csapatbajnok 1991-2000.-TFSE  
8x-os Egyetemi és Főiskolai egyéni bajnok TFSE  
Felnőtt 1. osztályú Magyar Bajnokság CSB III. 1998.- TFSE  
Vívás: Felnőtt másodosztályú bajnok 1990.-DVTK  
Egyetemi és Főiskolai Bajnokság győztes csapat tagja 1993.- TFSE

**Edzői tevékenység:**

1993-95	Bp.-Spartacus női torna utánpótlás
1995-97	Miskolci EAFC férfi torna, serdülő korosztály
1997-óta	Férfi torna TFSE felnőtt korosztály vezető edző
1999-2003	USA utánpótlás-nevelés Texas
2014-óta	Fiú utánpótlás torna, vezető edző TFSE

**Edzői eredmények:**

1999-2003	USA utánpótlás-nevelés Texas, a "legjobb edző" díjjal jutalmazva
1997-óta	Felnőtt II.o. Magyar Bajnokság OB csapatban 1. helyezés
2004-2005	Egyetemi és Főiskolás Tornász Bajnokság OB TF csapatával és egyéniben első hely
2008.	Egyetemi és Főiskolás Tornász Bajnokság OB TF csapatával és egyéniben első hely

2009. Felnőtt I.o. Magyar Bajnokság OB szerbajnokság korláton 6. helyezés (Szenpáli G.)
2010. Felnőtt II.o. Magyar Bajnokság OB csapatban 1. helyezés
2010. Felnőtt II.o. Magyar Bajnokság OB egyéniben 1. helyezés
2010. Felnőtt I.o. Magyar Bajnokság OB csapatban 4. helyezés
2011. Felnőtt II.o. Magyar Bajnokság OB egyéniben 1. helyezés
2012. Felnőtt II.o. Magyar Bajnokság OB egyéniben 1. helyezés
2013. Felnőtt II.o. Magyar Bajnokság OB egyéniben 1. helyezés
2014. Felnőtt II.o. Magyar Bajnokság OB egyéniben 2. helyezés
2014. Egyetemi és Főiskolás Tornász Bajnokság OB TF csapatával és egyéniben I. h. (Vecsernyés Dávid)

### **Szakmai tanulmányutak:**

2000. Jyväskylä P.hD. cserekapcsolat
2000. Köln P.hD. cserekapcsolat
2012. Chichester (GB)

### **Egyéb szakmai tevékenység:**

- 2000-óta Nemzetközi tornász versenybíró
- 2002-óta ISF (Federation International Sport Scolaire) Torna Technikai Bizottsági tag
2002. 36. Tornász Világbajnokság szervező igazgató helyettes
2003. Universiade (Daegu), versenybíró
2004. EB (Ljubljana) versenybíró
2005. A MOTESZ férfi torna szakági bizottság tagja
2005. Universiade (Izmir), versenybíró
2006. VB (Archus) versenybíró
2007. Universiade (Bangkok), versenybíró
- 2008-óta Magyar Diáksport Szövetség Diákolimpiai bizottság torna albizottság tagja
2009. Universiade (Belgrád), versenybíró
2011. Universiade (Shenzen), versenybíró
- 2009-2010 A MATSZ férfi torna szakág Versenybíró Bizottság vezetője
2011. EB (Berlin) versenybíró
2012. EB (Montpellier) versenybíró
2012. MTV1 olimpiai 3D adásainak közvetítése torna sportban
2013. EB (Moszkva), versenybíró
2013. Universiade (Kazany), versenybíró
2013. VB (Antwerpen) versenybíró
2013. Gimnasiade (Brasília) versenybíró elnök
2014. EB (Szófia) versenybíró
2014. VB (Nanning), versenybíró

### **Közéleti tevékenységek**

2006. Pénzdíjas „Falujáték” felkészítő edző és csapattag I-II. helyezés.  
1.000.000 Ft felajánlás a Semmelweis Egyetem Gyakorló iskolájának Diana u.  
1.500.000 Ft felajánlás a TFSE torna szakosztálya számára.
- 1999-óta Nemzetközi edzőtáborozó tornaedzők felkészítése USA, Texas
- 2013 Sport XXI. 1.000.000 Ft elnyerése

2014 Sport XXI. 1.000.000 Ft elnyerése

**Szakedolgozat témavezetés:**

1. Juhász Márta Nikolett (2002): A magyar női professzionális sporttorna sajátosságai és helyzete a rendszerváltás óta *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő tanári szak BsC*, 51 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
2. Jankóné Kósza Ildikó (2002): A mozgásfejlődés, és az ezt befolyásoló tényezők a születéstől a második gyermekkor végéig *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, levelező tanári kiegészítő szak BsC*, 76 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
3. Kiss Gergely (2004): Az athéni olimpia tornaversenyeit követő szabálmódosítások kidolgozásának lehetséges okai *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Torna edző szak*, 39 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
4. Selmeczi Tamás (2005): Féléves felkészülés a Diákolimpiára, torna sportágban *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Gyógytestnevelő tanár szak*, 38 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
5. Esztergyó József (2005): A tornasport népszerűsítése az általános iskolában a „Csupa izom vidámság Torna” által *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, levelező Testnevelő tanári kiegészítő szak*, 45 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
6. Szentiványi Péter (2007): A magyar tornasport presztízsvesztésének okai és megfordításának elmélete *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő tanári szak BsC*, 36 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
7. Szabó István (2007): A Károlyi Tábor strukturális és funkcionális sajátosságai és szerepe a felnövekvő tornászársadalom gyarapodásában *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC*, 63 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
8. Paulik Viktória (2008): A tornászok és a diákok körében előforduló hát- és gerincproblémák összehasonlító elemzése és lehetséges okai a versenyzői évek függvényében *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő tanári szak BsC*, 37 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
9. Pásztor István (2008): A mentális felkészülés szerepe válogatott tornászoknál, a kiválasztás tükrében *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, levelező Testnevelő tanári kiegészítő szak*, 45 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
10. Török Dániel (2009): A torna diákolimpia és a versenytorna közötti átjárhatóság biztosításának lehetősége a női felemáskorlát előírt gyakorlatokon keresztül *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC*, 50 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
11. Puskás Péter (2009): A talajtorna fejlődése az elmúlt 20 évben *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, levelező Torna edző szak BsC*, 54 oldal témavezető: **Gyulai Gergely**
12. Nagy István (2010): A torna és a rekreáció kapcsolata; A tornasport népszerűsítésének lehetőségei a rekreáció eszközeivel *Semmelweis Egyetem Testnevelési és*

- Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Rekreáció szak BsC, 38 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
13. Szentgyörgyvárosi Szilveszter (2010): A 11-14 éves diákolimpiai tornászok élsport orientációja *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC, 35 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  14. Csanády Bernát (2011): A magyar torna sport tömegbázisának növelésének egy lehetséges módja. Kiválasztás játékos torna foglalkozásokon az óvodában *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC, 47 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  15. Sörös János (2011): A hazai férfi talajtornában előforduló sérülések, valamint Virág Zsolt 2007-es diákolimpián történt balesete *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC, 39 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  16. Szalay Zsófia (2011): Óvodáskorú gyermekek talpi deformitásának kezelése. Saját fejlesztő program tesztelése egy vidéki óvodában *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő tanár-rekreáció szak BsC, 68 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  17. Bozy András (2011): A magyar torna helyzete napjainkban és a fejlődéshez vezető út *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC, 47 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  18. Hubacsek Dóra (2011): A rúdugrás légmunkáját elősegítő tornagyakorlatok összegzése *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC, 66 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  19. Schön Martin (2012): Két pontozásos sportág, a szertorna és a művészkerékpározás összehasonlítása *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő-edző szak BsC, 35 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  20. Simon Zoltán (2012): A minitrampolin mozgásanyagának helye, szerepe a testnevelés oktatásban *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, levelező Testnevelő tanár szak MsC, 38 oldal témavezető: Gyulai Gergely*
  21. Nagy István (2013) A torna rekreációs irányzatainak megjelenési formái és szerepe egy torna szakosztály működésében *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Rekreáció és egészségfejlesztő szak MsC, témavezető: Gyulai Gergely*
  22. Goy Benjámin (2013): A férfi torna nemzetközi szabályrendszerének változásai és annak hatásai 1997- 2013 között *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő tanári szak BsC, témavezető: Gyulai Gergely*
  23. Varga Zoltán (2014): Az olimpiai döntős gyűrűgyakorlatok változása, fejlődési tendenciája az elmúlt négy olimpia tükrében *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna, RG, Tánc és Aerobik Tanszék, nappali Testnevelő tanári szak BsC, témavezető: Gyulai Gergely*
  - 24.
  - 25.

**Tudományos Diákköri Konferencia (TDK) témavezetések:**

1. Szalay Zsófia (2012.): *Rekreáció-gyógytestnevelő tanári szak MsC: Koreografált és játékos mozgások a talpi deformitások megelőzésére óvodás korban*
2. Zsófia Szalay (2012.): *Choreographed Movements and Games to Prevent Plantar Deformities at the Age of Preschool* 2. helyezés

**Szakirányú továbbképzések vezetése:**

- 2009.** Vezető testnevelő tanárok továbbképzése: **Gyulai G.:** *Minitrampolin az iskolai testnevelésben*
- 2010.** Vezető testnevelő tanárok továbbképzése: **Gyulai G.:** *A gimnasztika tantárgy vizsgatanításhoz kapcsolódó elméleti és gyakorlati követelményei*

**Kitüntetések:**

2002. Dékáni dicséret (Dr. Nyerges Mihály Semmelweis Egyetem TS kar dékánjától)

**Publikációk jegyzéke (dátum szerinti sorrendben):**

1. **Gyulai Gergely** (1995): *”Egyetemi és főiskolás tornászok versenyszorongásának alakulása (az év legjelentősebb versenyén)”*- Diplomadolgozat, Magyar Testnevelési Egyetem.
2. **Gyulai Gergely** (1996): *„Kontra mozdulatok kinematikai elemzése a torna sportban”*- szakadói diplomadolgozat, Magyar Testnevelési Egyetem.
3. Tihanyiné Hős Ágnes, Rácz Levente, Szilágyi Tibor, **Gyulai Gergely**, Tihanyi József (1999): *„Erőhatások a felsővégtagi ízületekre talajjal történő ütközések során”* III. Országos Sporttudományi Kongresszus, Budapest
4. Tihanyi, J., Rácz, L., **Gyulai, G.** (1999): *„A patella in hosszváltozása különböző nyújtások során”* Magyar Biofizikai Társaság XIX. Vándorgyűlés, Kecskemét. Absztrakt. p. 64.
5. Hamza, I.,- Karácsony, I.-Vigh, L.- Molnár, F. - **Gyulai, G.** (2000): *„Torna 1 x 1”* Hamza István, Budapest, p 240. (tankönyvfejezet pp. 113-143,183-209)
6. Tekla Tihanyi, Levente Rácz, **Gergely Gyulai**, József Tihanyi (2000): *„Mechanical work done during knee extension with and without pretension”*-Semmelweis University of PE and Sport Sciences-poszter
7. **Gergely Gyulai**, Levente Rácz, Márk Váczi, József Tihanyi (2002): *„Vibratin of the upper extremity muscles”*- Semmelweis University Faculty of PE and Sport Science (TF) 3<sup>rd</sup>. International Conference on Strength Training Budapest: poster presentations, Abstract.
8. J. Tihanyi, L. Rácz, **G. Gyulai**: *„Elastic energy storage in the patellar tendon”* XVIII. Congress of the International Society of Biomechanics, Zürich - book of abstract 2001. július 8-13., Absztrakt 650, p. 293.
9. **Gyulai Gergely** (2001): *„A sport szerepe a testi-lelki egészségmegőrzésben, megelőzés és rehabilitálás”* (A család az egészséges nemzet ereje könyv fejezet p.29-36)

10. **Gyulai Gergely**, Rácz Levente, Tihanyi József: *A felső végtag motorikus jellemzőinek változása vibráció hatására versenytornászoknál*. 32. Mozgásbiológiai Konferencia, program- előadáskivonatok, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Bp. 2001.11.8-9. p.34
11. Tihanyi J, Bogner P, Tihanyi T, **Gyulai G**, Váczi M: *Morphological properties and specific tension of the quadriceps femoris muscle*. Hungarian Review of Sport Science, Special Issue 2002 pp.4-10.
12. **Gyulai Gergely**, Karácsony István (2005): „Az erőfejlesztés élettani problémái a férfi tornában” (Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna Tanszék Kalokagathia 4.sz .
13. **Gyulai Gergely** (2005): „Sport v Avstraliji” *Šport, številka:1 ;revija za teoretična in praktična vprašanja Športa ISSN 0353-7455*
14. **Gyulai Gergely**, Rácz Levente, Bretz Károly, Derzsy Béla, Hamza István (2005): „Szertornászok egyensúlyérzékének összehasonlító elemzése és szerepe, tartásos és mozgásos elemek végrehajtása közben” V. Országos Sporttudományi Kongresszus (MSTT-TF, Bp) előadás és tanulmány.
15. **Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Derzsi Béla, Leibinger Éva: *Szertornászok egyensúlyérzékének összehasonlító elemzése terhelés hatására*. 36. Mozgásbiológiai Konferencia program- előadáskivonatok, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Bp. 2006.04.27-28. p.10-11
16. **Gergely Gyulai**, Károly Bretz, Éva Leibinger, Béla Derzsy, (2006.): “*Role of equilibrium of gymnasts while executing static and dynamic elements*” (A comparative analysis), poszter- World Congress of Performance Analysis of Sport VII, Szombathely
17. **Gyulai Gergely** (2007.): „A torna oktatásának fontossága, a balesetveszélyes helyzetek tudatos elkerülése, alkalmazkodás a helyi felszereltségi körülményekhez” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest.
18. Hamza I., Derzsy B., **Gyulai, G.** (2007.): „Az egészségmegőrző sportfoglalkozás szervezésének és tartalmának fontosabb tudnivalói” Kistérségi sportmenedzserek részére készített multimédiás oktatócsomag. Módszertani füzet. Önkormányzati és Területfejlesztési Minisztérium kiadványa az Ifjúsági és Sportkommunikációs Kft. gondozásában.
19. Hamza, I.-Derzsy, B.-**Gyulai, G.** (2007.): Kistérségi sportmenedzserek részére készített multimédiás oktatócsomag az egészség megőrzésről módszertani DVD. Önkormányzati és Területfejlesztési Minisztérium kiadványa az Ifjúsági és Sportkommunikációs Kft. gondozásában.
20. **Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Derzsy Béla, Leibinger Éva: *Szertornászok egyensúlyérzékét befolyásoló tényezőinek elemzése, a mozgással bevezetett egyensúlyi helyzetek összehasonlítása*. In: Bendiner Nóra, Bognár József (szerk.) VI. Országos Sporttudományi Kongresszus Eger MSTT, 2008; p. 187-193
21. **Gyulai Gergely** (2007.): „A speciális bemelegítés fontossága a tornaelemek oktatása során a középiskolai testnevelésben” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest.

22. **Gergely Gyulai**, Károly Bretz, Éva Leibinger, Béla Derzsy, Levente Rácz, Zsuzsa Kalmár: *Analiza ravnoteznih sposobnosti telovadcev* (Analysis of gymnasts's balancing abilities) ŠPORT, 2007; 55 (3): 41-43. ISSN 0353-7455; Slovenia, Ljubljana
23. **Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Derzsy Béla, Leibinger Éva (2007.): „*Szertornászok egyensúlyérzékét befolyásoló tényezőinek elemzése, a mozgással bevezetett egyensúlyi helyzetek összehasonlítása*” VI. Országos Sporttudományi Kongresszusi tanulmánykötet I. 187-193. o.(MSTT előadás anyaga), Eger;
24. **Gyulai Gergely** (2008.): „*A tornaelemek oktatása és helyes segítségadás módszertani kérdései a középiskolai testnevelésben*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest.
25. **Gyulai Gergely**, Soós Erika, Csernyák Izabella, Tihanyi József: *A mechanikai vibráció hatása a felső végtagi izmok teljesítményére és a hormon szintekre tornászoknál* Magyar Sporttudományi szemle 2009; 10(2(38)) p.28. poszter előadás, VII. Országos Sporttudományi Kongresszus
26. **Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Zsidegh Miklós, Tihanyi József: *Szertornászok egyensúlyérzékét befolyásoló testhelyzetek elemzése, az egész test vibrációval kiváltott edzésinger hatása az egyensúlyozásra* 39. Mozsásbiológiai Konferencia program-előadáskivonatok, Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF), Bp. 2009. 11.5-6. p.14-15
27. Kopper Bence, Rácz Levente, Szilágyi Tibor, Sáfár Sándor, **Gyulai Gergely**, Tihanyi József : *Elastikus energia felhasználás függőleges felugrás során* Magyar Sporttudományi Szemle 10. évf. 39-40.szám, 2009/3-4. 10-16. o.
28. J Tihanyi, R Giminiami, T Tihanyi, G Gyulai, L Trzaskoma, M Horváth : *Low resonance frequency vibration affects strength of paretic and non-paretic leg differently in patients with stroke.* Acta Physiologica Hungarica, 2010; Volume 97 (2), pp. 172–182 DOI: 10.1556/APhysiol.97.2010.2.3 IF:0,75
29. Dobos Károly, Ungváry Ádám, **Gyulai Gergely (2010.)**. *A Willson-próba megbízhatóságának vizsgálata* A Testnevelési- és Sporttudományi Kar közleményei Kalokagathia XLVII. Évf. 2009. 2-3. szám 163-179.o.
30. **Gyulai Gergely** (2010.): „*A minitrampolin felhasználási lehetősége a középiskolai torna mozgásanyag oktatásában*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest.
31. **Gyulai Gergely** (2011.): „*A szekrényugrás helye, szerepe, oktatásmódszertani kérdései a középiskolai torna mozgásanyagban*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest.
32. **Gyulai Gergely** (2011.): „*Oktatási és módszertani kérdések, segítségadás a középiskolai torna anyagának oktatása kapcsán a gyakorlatban*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Angéla Általános Iskola és Gimnázium Budapest.
33. **Gyulai Gergely**, Rácz Levente, Tihanyi József : *Effect of whole body vibration applied on upper extremity muscles* Acta Physiologica Hungarica 2012; 100: (1): 37-47 (No: 37/2012C) **IF:0,882**



34. **Gyulai Gergely** (2012.): *A szertorna és rokon sportágai mozgásanyagában előforduló mellső fekvőtámaszba történő leérkezések hatásvizsgálata és a mechanikai vibráció szerepe a talajra érkezésekben*, MSc szakdolgozat
35. **Gyulai Gergely** (2012): *Gimnasztika Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Felnőttképzési csoport, távoktatás képzési rendszerű sportedző, sportoktató OKJ tananyag fejlesztés, TF Felnőttképzési Csoport elearning* 71 oldal
- 36.

**Összes impakt faktor szám: 1,571**

**Publikációk jegyzéke:**

- Név, a készítés dátuma.
- Referált tudományos folyóiratban megjelent dolgozatok (szerzők, dolgozat címe, folyóirat, kötet, évszám, oldalszám)
- Önálló tudományos könyvek, tankönyvek, egyetemi jegyzetek, tudományos könyvek részletei
- Szabadalom, egyéb szerzői joggal védett mű
- Konferencia kiadványok, konferencia összefoglalások, intézeti évkönyvek
- Nem publikált tudományos jelentések
- Népszerű cikkek
- Tudományos intézetekben tartott szakmai előadások (intézmény, hely, időpont)
- Poszter előadás

**Kategóriák szerinti csoportosításban 32 db (kategóriánként időrendben felül a legfrissebb):**

A: Referált tudományos folyóiratban megjelent dolgozatok

**33. Gyulai Gergely**, Rácz Levente, Tihanyi József (2012.): *Effect of whole body vibration applied on upper extremity muscles* Acta Physiologica Hungarica (No: 37/2012C)

**29. Dobos Károly<sup>1</sup>, Ungváry Ádám<sup>2</sup>, Gyulai Gergely<sup>3</sup> (2010.). A Willson-próba megbízhatóságának vizsgálata** A Testnevelési- és Sporttudományi Kar közleményei Kalokagathia XLVII. Évf. 2009. 2-3. szám 163-179.o.

**28. J Tihanyi<sup>1</sup>, R Giminiami<sup>2</sup>, T Tihanyi<sup>1</sup>, G Gyulai<sup>4</sup>, L Trzaskoma<sup>1</sup>, M Horváth<sup>3</sup>(2010.): Same resonance frequency affects differently the strength of paretic and non-paretic leg in patients with hemiplegia.** Acta Physiologica Hungarica, Volume 97 (2), pp. 174–184 (2010) DOI: 10.1556/APhysiol.97.2010.2.3 **IF:0,75**

**27. Kopper Bence, Rácz Levente, Szilágyi Tibor, Sáfár Sándor, Gyulai Gergely, Tihanyi József:** Elasztikus energia felhasználás függőleges felugrás során Magyar Sporttudományi Szemle 10. évf. 39-40.szám, 2009/3-4. 10-16. o.

**22. Gergely Gyulai**, Károly Bretz, Éva Leibinger, Béla Derzsy, Levente Rácz, Zsuzsa Kalmár (2007): „Analiza ravnoteznih sposobnosti telovadcev” (Analysis of gymnasts’s balancing abilities) ŠPORT 55, 2007, 3. ISSN 0353-7455; 41-43. old. Slovenia, Ljubljana

**13. Gyulai Gergely** (2005): „Sport v Avstraliji” *Šport, številka:1 ;revija za teoretična in praktična vprašanja Športa* ISSN 0353-7455

**12. Gyulai Gergely**, Karácsony István (2005): „Az erőfejlesztés élettani problémái a férfi tornában” (Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Torna Tanszék Kalokagathia 4.sz .

**11. Tihanyi J, Bogner P, Tihanyi T, Gyulai G, Váczi M** (2002): *Morphological properties and specific tension of the quadriceps femoris muscle*. Hungarian Review of Sport Science, Special Issue 2002 pp.4-10.

B; Önálló tudományos könyvek, tankönyvek, egyetemi jegyzetek, tudományos könyvek részletei

**34. Gyulai Gergely** (2012): A szertorna és rokon sportágai mozgásanyagában előforduló mellő fekvőtámaszba történő leérkezések hatásvizsgálata és a mechanikai vibráció szerepe a talajra érkezésekben, MSc szakdolgozat

**5. Hamza, I.- Karácsony, I.-Vigh, L.- Molnár, F. - Gyulai, G.** (2000): „Torna 1 x 1” *Hamza István, Budapest, p 240. (tankönyvfejezet pp. 113-143,183-209)*

**2. Gyulai Gergely** (1996): „Kontra mozdulatok kinematikai elemzése a torna sportban”- szakdolgozat, Magyar Testnevelési Egyetem.

**1. Gyulai Gergely** (1995): ”Egyetemi és főiskolás tornászok versenyszorongásának alakulása (az év legjelentősebb versenyén)”- Diplomadolgozat, Magyar Testnevelési Egyetem

C; Szabadalom, egyéb szerzői joggal védett mű

D; Konferencia kiadványok, konferencia összefoglalások, intézeti évkönyvek

**23. Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Derzsy Béla, Leibinger Éva (2007.): „*Szertornászok egyensúlyérzékét befolyásoló tényezőinek elemzése, a mozgással bevezetett egyensúlyi helyzetek összehasonlítása*”

VI. Országos Sporttudományi Kongresszusi tanulmánykötet cikk (MSTT), Eger;

**8. J. Tihanyi, L. Rácz, G. Gyulai** (2001): „Elastic energy storage in the patellar tendon” XVIII. Congress of the International Society of Biomechanics, Zürich - book of abstract

**4. Tihanyi, J., Rácz, L., Gyulai, G.** (1999): „A patella ín hosszváltozása különböző nyújtások során” Magyar Biofizikai Társaság XIX. Vándorgyűlés, Kecskemét. Absztrakt. p. 64.

E; Nem publikált tudományos jelentések

F; Népszerű cikkek

37. **Gyulai Gergely (2012):** *Gimnasztika Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Felnőttképzési csoport, távoktatás képzési rendszerű sportedző, sportoktató OKJ tananyag fejlesztés, TF Felnőttképzési Csoport elearning* 71 oldal
19. Hamza, I.-Derzsy, B.-**Gyulai, G.** (2007.): Kistérségi sportmenedzserek részére készített multimédiás oktatócsomag az egészség megőrzésről módszertani DVD. Önkormányzati és Területfejlesztési Minisztérium kiadványa az Ifjúsági és Sportkommunikációs Kft. gondozásában.
18. Hamza I., Derzsy B., **Gyulai, G.** (2007.): „Az egészségmegőrző sportfoglalkozás szervezésének és tartalmának fontosabb tudnivalói” Kistérségi sportmenedzserek részére készített multimédiás oktatócsomag. Módszertani füzet. Önkormányzati és Területfejlesztési Minisztérium kiadványa az Ifjúsági és Sportkommunikációs Kft. gondozásában.
9. **Gyulai Gergely** (2001): „A sport szerepe a testi-lelki egészségmegőrzésben, megelőzés és rehabilitálás” (A család az egészséges nemzet ereje könyv fejezet p.29-36)

G; Tudományos intézetekben tartott szakmai előadások (intézmény, hely, időpont)

32. **Gyulai Gergely** (2011.): „*Oktatási és módszertani kérdések, segítségadás a középiskolai torna anyagának oktatása kapcsán a gyakorlatban*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Angéla Általános Iskola és Gimnázium Budapest.
31. **Gyulai Gergely** (2011.): „*A szekrényugrás helye, szerepe, oktatásmódszertani kérdései a középiskolai torna mozgásanyagban*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest.
30. **Gyulai Gergely** (2010.): „*A minitrampolin felhasználási lehetősége a középiskolai torna mozgásanyag oktatásában*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest.
26. **Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Zsidegh Miklós, Tihanyi József (2009.): *Szertornászok egyensúlyérzékét befolyásoló testhelyzetek elemzése, az egész test vibrációval kiváltott edzésinger hatása az egyensúlyozásra* 39. Mozcásbiológiai Konferencia, Semmelweis Egyetem Bp 2009. 11.5-6. előadás.
24. **Gyulai Gergely** (2008.): „*A tornaelemek oktatása és helyes segítségadás módszertani kérdései a középiskolai testnevelésben*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás, Szent Margit Gimnázium Budapest

**21. Gyulai Gergely** (2007.): „A speciális bemelegítés fontossága a tornaelemek oktatása során a középiskolai testnevelésben” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás Szent Margit Gimnázium, Budapest.

**20. Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Derzsy Béla, Leibinger Éva (2007.): „*Szertornászok egyensúlyérzékét befolyásoló tényezőinek elemzése, a mozgással bevezetett egyensúlyi helyzetek összehasonlítása*”

VI. Országos Sporttudományi Kongresszus (MSTT), Eger; előadás és tanulmány

**17. Gyulai Gergely** (2007.): „*A torna oktatásának fontossága, a balesetveszélyes helyzetek tudatos elkerülése, alkalmazkodás a helyi felszereltségi körülményekhez*” Katolikus Pedagógiai Szervezési és Továbbképzési Intézet Szaktárgyi konferencia előadás Szent Margit Gimnázium Budapest.

**15. Gyulai Gergely**, Bretz Károly, Derzsi Béla, Leibinger Éva (2006.)

„*Szertornászok egyensúlyérzékének összehasonlító elemzése terhelés hatására*”

36. Mozgásbiológiai Konferencia Semmelweis Egyetem Bp, előadás.

**14. Gyulai Gergely**, Rácz Levente, Bretz Károly, Derzsy Béla, Hamza István (2005):

„*Szertornászok egyensúlyérzékének összehasonlító elemzése és szerepe, tartásos és mozgásos elemek végrehajtása közben*” V. Országos Sporttudományi Kongresszus (MSTT-TF, Bp) előadás és tanulmány.

**10. Gyulai Gergely**, Rácz Levente, Tihanyi József (2001): „A felső végtag motorikus jellemzőinek változása vibráció hatására versenytornászoknál” 32. Mozgásbiológiai Konferencia előadás, Semmelweis Egyetem (TF), Bp.

**3. Tihanyiné Hős Ágnes**, Rácz Levente, Szilágyi Tibor, **Gyulai Gergely**, Tihanyi József (1999): „Erőhatások a felsővégtagi ízületekre talajjal történő ütközések során” III. Országos Sporttudományi Kongresszus, Budapest

#### H: Poszter előadások

**25. Gyulai Gergely**, Soós Erika, Csernyák Izabella, Tihanyi József (2009.): „*A mechanikai vibráció hatása a felső végtagi izmok teljesítményére és a hormon szintekre tornászoknál*” poszter előadás, VII. Országos Sporttudományi Kongresszusi tanulmánykötet.

**16. Gergely Gyulai**, Károly Bretz, Éva Leibinger, Béla Derzsy, (2006.): “*Role of equilibrium of gymnasts while executing static and dynamic elements*” (A comparative analysis), poszter- World Congress of Performance Analysis of Sport VII, Szombathely

**7. Gergely Gyulai**, Levente Rácz, Márk Váczi, József Tihanyi (2002): „Vibratin of the upper extremity muscles”- Semmelweis University Faculty of PE and Sport Science (TF) 3. International Conference on Strength Training Budapest: poster presentations.

**6. Tekla Tihanyi**, Levente Rácz, **Gergely Gyulai**, József Tihanyi (2000): „Mechanical work done during knee extension with and without pretension”-Semmelweis University of PE and Sport Sciences-poszter