



Név Lénárt Tímea

- Gyógytestnevelő tanár
- Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék
- vezető megbízás:
- születési év: 1980

Végzettségek, tudományos fokozatok

Felsőfokú végzettségek

- 1. 2015.09 - 2017.06 Testnevelési Egyetem szakvizsgázott pedagógus, testnevelés-sport-, gyógytestnevelés - műveltség területen (gyógytestnevelő mentortanár)
- 2. 2005.09 - 2007.06 Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar Gyógytestnevelő tanár
- 3. 2000.09 - 2004.06 Eszterházy Károly Főiskola Testnevelő tanár

Tudományos fokozatok, címek

Szakmai életút

Korábbi és jelenlegi munkahelyek, munkakörök és beosztások

- 2022. Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék BP.; -mozgásterápia tantárgy gyógytestnevelésben és a sportban , gyógytestnevelés elmélete és módszertan tantárgy tanítása, korosztályok rekreációja(idős kor)tantárgy tanítása
- 2013 -tól Pest megyei Pedagógiai Szakszolgálat Váci Tagintézménye , gyógytestnevelő tanár
- 2009-től TE gyakorlatvezető mentortanára



- 2012-től magán praxisban, Együtt-Érted Fejlesztőház Vác
 - Schroth terápiát végző szakember
 - Funkcionális edzés mozgás és tartásvizsgálat alapján
 - Speciális gerinctorna, fascia tréning
 - Amatőr és profi sportolók egyéni erő és mozgás fejlesztése, mozgás és tartásvizsgálat alapján.

2008.09 – 2013.08. Juhász Gyula Általános Iskola, Vác, utazó gyógytestnevelő tanár

2005.03 – 2008.08. Vác Város Sportintézményei úszás oktató Vác és a régió iskoláinak, óvodáinak úszásoktatása.

2004.09 – 2005.08. Földváry Károly Általános Iskola, Vác, testnevelő tanár

Egyetemi közéleti tevékenységek (testületi tagságok, vezetői megbízatások)

- Gyógytestnevelő mentortanárok koordinálása a gyakorlatvezetésben

Nyelvismeret

nyelv	beszédkészség	íráskészség	olvasáskészség	médiaszereplést vállal-e rajta?
angol	alap/ középfok	alap/ középfok	alap/ középfok	nem

Kutatás, szakértői tevékenység

Fontosabb, oktatott tárgyak, témakörök

- mozgásterápia tantárgy
- gyógytestnevelés elmélet és módszertan
- korosztályok rekreációja (idős kor)
- mentor tanárok koordinálása a gyakorlatvezetésben

Tudományterület és tudományág

- gerincferdülés(scoliosis), Scheuermann kór
- mozgás és tartásvizsgálat különböző módszerekkel
- mozgásterápia, funkcionális fascia karbantartás, tréning
- fundamentális edzés

Korábbi kutatási témák

- Vízben végezhető gyakorlatok és játékok szerepe és helye a mai gyógytestnevelésben (2015)
- Iskolám felesleges testsúllyal rendelkező tanulóinak mozgás attitűd vizsgálata (2007)

Tagság tudományos vagy szakmai szervezetben, testületben

Magyar Sporttudományi Társaság

Publikációk

- A Magyar Tudományos Művek Tárában (MTMT) található publikációim ([link](#))

Elérhetőségek

Egyetemi tartózkodási hely

- Épület: Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, L5 épület
- Szobaszám: 109. szoba
- Telefonszám(ok): 061 487 9200/1514
- E-mail cím: lenart.timea@tf.hu

Egyéb szakmai profilok

- 2009 óta végzem gyógytestnevelő mentortanári munkámat. Azt gondolom, hogy ez a nemes feladat számomra is évről évre megújulást hoz. Megkívánja a friss, alkalmazott tudást, problémamegoldókészséget, alázatot a szakma iránt.
Az elmúlt években számtalan továbbképzésen vettem részt, hogy naprakész tudással rendelkezem a gerincferdülés és a teljesítményfokozás területén. Kizárólag olyan szakemberek képzésén vettem részt,



akik Magyarországon a legjobbak és a legmodernebb elvek szerint dolgoznak. Folyamatosan fejlesztem magam, szélesítem tudásom.

- *Továbbképzések, amelyeket elvégeztem a közelmúltban:*
 - *2024 Szenzomotoros testtartásjavítás 1 és 2 modul-FMFA*
 - *2023 Funkcionális Mozgásminta Szűrés-Lakatos Péter*
 - *2022.március Schroth Tréning 1.modul-Horvát Krisztina*
 - *2022.április Freeing the hip,Eugenio Santos-Takács Kinga*
 - *2021.június Scoliosis Terápia Speciál -Horvát Krisztina*
 - *2021.február Funkcionális Fascia Tréning -Feövenyessy Krisztina*
 - *2020.március Funkcionalitás-Fittség-Teljesítmény -Pozsonyi Zsolt*
 - *2020.június A mozgás biomechanikája -Takács Kinga*
 - *2019. március MovementMatrix - EugenioSantos,Dan Santos*
 - *2019. március Modern Scoliosis Terápia Schroth szerint-Horvát Krisztina*
 - *2018.szeptember Bosu Kids-Instabil közeg és proprioceptív fejlesztés a gyermekkorban-Vásárhelyi Nagy Ildikó*

