

ÖNÉLETRAJZ

Pálinkás Gergely

Születési dátum	1989. május 10
Beosztás	ügyvivő szakértő
Munkahely	Testnevelési Egyetem, Sportélettani Kutató Központ
Iroda	1123 Budapest, Alkotás u. 44, L4 épület
Mobil	06 70 611 9889
e-mail	palinkas.gergely@tf.hu

TANULMÁNYOK

2019 - jelenleg	PhD – egyéni felkészülő
2020	Flossing terápia a mozgásszervi problémák és sportsérülések rehabilitációjában, Balance Medical Fitness Akadémia
2018	Sportedző (súlyemelés), Budapesti Sportszövetségek Uniója
2015	MSc. Humánkineziológus (terhelésélettan, prevenció és rehabilitáció szakirányok). Testnevelési Egyetem
2014	Sportedző (judo/ju-jitsu), Budapesti Sportszövetségek Uniója
2013	BSc. Testnevelő - edző (labdarúgás). Semmelweis Egyetem Budapest, Testnevelési és Sporttudományi Kar.

OKTATÁSI TEVÉKENYSÉG

2015 -	Testnevelési Egyetem, Sportélettani Kutató Központ. Oktatott tantárgy: Az integratív teljesítménydiagnosztika gyakorlata.
--------	---

EDZŐI TEVÉKENYSÉG

2019 -	Csoportos óraadó (Súlyemelés, mobility, CrossFit), CrossFit Mayfly.
2017 -	Súlyemelő edző, BKV Előre SC
2010 -	Személyi edző

EGYÉB SZAKMAI TEVÉKENYSÉG

2020 -	Saját workshopok szervezése és lebonyolítása súlyemelés/erőemelés/CrossFit témakörben
2019 -	Szabadidős versenyek szervezésében való aktív részvétel (súlyemelés, CrossFit)
2017 -	Súlyemelő bírói tevékenység (1. osztályú bíró).
2014 -	Zrínyi Miklós Szabadidő és Sportegyesület ügyvezetője
2008 -	Szabadidősporttal kapcsolatos rendezvényeken való részvétel

KUTATÁSI/PUBLIKÁLÁSI TEVÉKENYSÉG

- 4 tudományos közlemény idegen nyelven, 3 tudományos közlemény magyar nyelven.
- Több előadás és poszter nemzetközi és hazai tudományos konferenciákon.

- Meghívott előadó:
 - Súlyemelő edzőtovábbképzés, Budapest 2016. Súlyemelők felkészítésének tervezése humánbiológiai, infra radiációs és biomechanikai tudományos eszközök segítségével.
 - Erőemelő edzőtábor, Isaszeg 2019. Az individualizált edzésprogramozás sporttudományi háttere.

NYELVEK ISMERETE

Magyar	Anyanyelv
Angol	Középfok
Svéd	Alapfok
Olasz	Érettségi

SPORTOLÓI TEVÉKENYSÉG

- Igazolt labdarúgó.
- Igazolt futsal játékos.
- Igazolt sambo versenyző.
- Igazolt súlyemelő.
- Igazolt funkcionális fitness versenyző (NEFFISZ).