

ÖNÉLETRAJZ



SZEMÉLYES ADATOK

Név: **Bakonyi Péter**
Cím: 1163. Budapest, Őrmester utca 17.
Telefon: 06-20-438-3453
E-mail: bakonyi.peti@gmail.com
Születési idő: 1993.08.26.

TANULMÁNYOK

2013-ban Budapesten a Kölcsey Ferenc Gimnáziumban érettségiztem.

2017-ben a Testnevelési Egyetemen Testnevelő tanár és Atléta szakedzői diplomát szereztem.

2018-ban az Oriolus-Med Kinesio-tape alaptanfolyamát elvégeztem.

2019-ben az Oriolus-Med Kinesio-Tape haladó I. tanfolyamát elvégeztem.

2019-ben az IWI Nemzetközi Fitnesziskola Személyi edzői tanfolyamát elvégeztem.

2019-ben a Testnevelési Egyetemen Testnevelő – Gyógytestnevelő (MA) mesterdiplomát szereztem.

Kiemelt tárgyak: kommunikáció, pedagógia, szociológia, matematika, edzéselmélet, élettan, gimnasztika, szertorna, atlétika

Jelenleg a Testnevelési Egyetem Doktor Iskolájának vagyok PhD hallgatója, a Molekuláris Edzésélettani Kutató Központban, mely képzésen doktori fokozatomat 2023-ban fogom megszerezni.

NYELVISMERET

Angol nyelv - középfok

Német nyelv – középfok

SZAKMAI TAPASZTALAT

Atlétikaoktatás – Testnevelési Egyetem TFSE

Erőnléti edző – MTK Park Teniszkлуб

Szertorna és Edzéselmélet tantárgy korrepetálása a Testnevelési Egyetemen

Hazai és Nemzetközi Tudományos Kutatómunkák (HTDK, NTDK), Konferencia anyag, melyben társszerző voltam

Hazai TDK 1. helyezés (Az akut okklúziós terhelés hatásai az izom genetikai markerei)

Nemzetközi TDK 1. helyezés (The effect of the acute occlusion training for the muscles' s genetic marker)

Országos TDK 3. helyezés és TDK Prezentációs Különdíjas (Az akut okklúziós terhelés hatásai az izom genetikai markerei)

A Magyar Tudományos Akadémián a TDK Prezentációs Különdíj Konferencián képviseltem a Testnevelési Egyetemet előadással. (Az akut okklúziós terhelés hatásai az izom genetikai markerei)

Konferencia anyag, melyben társszerző voltam: The effect of resting period blood flow restriction on average velocity characteristics during 4 weeks of squat exercise protocol

Elnyertem a 2019/2020-as Új Nemzeti Kiválóság Program ösztöndíját témámmal, melynek címe: A krónikus okklúziós terhelés hatásai az izom genetikai markerei

R-med Performance – 2 éven át Pozsonyi Zsolt erőnléti edzőnél hospitáltam

SPORTOLÓI PÁLYAFUTÁS

KSI SE – Atlétika (sprinter)

OLCOTE HC - Gyep labda

SZLG DSE – Gyep labda

Magyar Gyeplobda Válogatott (U21)

TFSE – Atlétika (hosszútávfutó)

EGYÉB:

Szabadidőmben sokat foglalkoztam a szertornával,
a Ferencvárosi Torna Club-ba jártam 2éven keresztül.

Részt vettem a Ninja Warrior Hungary versenyen,
közel 3000 versenyző közül a 34. helyen végeztem.

Személyi edzőként is dolgozom alkalmanként,
ortopédiai-, és belgyógyászati betegségekkel küzdő emberekkel is foglalkozom.

Tanulmányaim mellett számos területen rendszeresen dolgoztam a Budavári Hiltonban,
könnyen teremtek kapcsolatot az emberekkel. Rugalmas, életvidám vagyok, csapatban is
könnyen megtalálom a helyem.

Szabadidőmben szeretek gitározni, énekelni.