



DR. AMBRUS MIRA

Adjunktus

Összefoglaló

Jelenleg a Testnevelési Egyetem, Sportélettani Kutató Központjában dolgozom adjunktus pozícióban. Spanyolországban végeztem doktori iskolát. PhD disszertációmát Parkinson kóros betegek járás analíziséből írtam. Profilom, mozgáselemzés, járás-, tartás-, futás analízis. Korábban dolgoztam edzőként, atlétika és fitnesz területen. Érdeklődöm a személyi edzés, rehabilitáció és az idegennyelvek iránt. Folyékonyan beszélek angolul, olaszul, spanyolul és középfokon németül.

Szakmai tapasztalat

- 2021.01 - **Tudományos munkatárs**
OrthoSera GmbH., Budapest
- 2020.09 - 2020.12 **Egyetemi tanársegéd**
Testnevelési Egyetem, Sportélettani Kutató Központ, Budapest
- 2019.09 - 2020.06 **Spinning instruktork**
Berni Egyetem, Svájc
- 2018.01 - 2018.06 **PhD szakmai gyakorlat**
Berni Egyetem, Svájc
- 2015-03 - 2015.08 **Fitness instruktork**
Msc Divina, Óceánjáró hajó
- 2011.05 - 2014.08 **AEGEE-PECS**
nemzetközi események; workshopok szervezése, 2011 vezetőségi tag, titkári poszt
- 2012.09 – 2013.06 **Aerobik és SpinRacing instruktork**
Szliven Fitness, Pécs
- 2011.09 – 2013.05 **Atlétika másodedző**
PVSE, Pécs

Publikációk

Elérhetőségek

- +36702872588
- dr.mira.ambrus@gmail.com
- <https://www.linkedin.com/in/m%C3%ADra-ambrus-92929b113/>

Tanulmányok

- 2016-2020 Sporttudományi PhD**
A Corunai Egyetem, Spanyolország
- 2012-2015 Testnevelés és olasztanár, MA**
Pécsi Tudományegyetem
- 2009-2012 Testnevelő-edző, BsC**
Pécsi Tudományegyetem
- 2020 Kismama torna oktató**
Fitness Akadémia, Budapest
- 2012 SpinRacing instructor**
Fitness Company, Budapest
- 2011-2012 Aerobik edző**
Pécsi Tudományegyetem
- 2010-2011 Atlétika edző**
Pécsi Tudományegyetem

Kutatási területek

Biomechanika
Kineziológia
Neuromechanika
Rehabilitáció
Parkinson kór

Nyelvismeret

Magyar - anyanyelv

Angol – felsőfok, folyékony

Olasz – felsőfok, folyékony

Spanyol, felsőfok, folyékony

Német, középfok, közép-haladó

Kulcs kompetenciák

Soft skills

felelősség, megbízhatóság, motiváltság,
csapatmunka, határozottság, jó
problémamegoldó képesség,
rugalmasság, jó időgazdálkodás, kitűnő
szervezettség, odaadás, empátia, jó
alkalmazkodó képesség, érzelmi
intelligencia

Professional skills

idegennyelvek ismerete, Microsoft
Windows, Office (Word, Excel, Power
point), SPSS statisztikai rendszer,
Dynamometer, Microgait- Optogait és
Optojump mozgáselemző rendszer, 3D
MRI slicer software, Vicon
mozgásrögzítő rendszer, Motive- Optikai
mozgásrögzítő rendszer, Polár óra
operációs rendszer, EMG, Erőplató,
Talpnymósmérő, Gerinc egér, Dynaknee

Hobbik

Sport

Kultúra

Utazás

Nyelvek

Természet

Díjak, kitüntetések, ösztöndíjak

2017 Swiss-European Mobility Program

2016 „Nemzet Fiatal Tehetségeiért Ösztöndíj”

2014 Átütő tudományos tehetség Ösztöndíj

Campus Hungary ösztöndíj, tanulmányút Aydin

Köztársasági Ösztöndíj

Felfedezettjeink 2014 Különdíj, Budapest

2013 Köztársasági Ösztöndíj

Polgármesteri Ösztöndíj

Erasmus tanulmányút, Sunderland, Anglia

Talentum Ösztöndíj

2012 Köztársasági Ösztöndíj

Tavaszi-Ősz, PTE, Intézményi Szakmai Tudományos Ösztöndíj

2011 Köztársasági Ösztöndíj

Konferenciák

Előadó és moderátor szerepkör

2017: 3rd International Conference on Parkinson's Disease and Movement Disorders; **Chicago**, USA; Presentation title: Relationship between the stride length and cadence in patients with Parkinson's disease.

Előadó

2014: 1st International Conference On Leisure, Recreation and Tourism; **Harkány**, Hungary; Presentation title: Stair-climb exercise training for the development of cardiovascular and muscular fitness in overweight women.

Országos Tudományos Diákköri Konferencia (OTDK)

2013: Az aktív izom nyújtásának mechanikai, morfológiai és hormonális hatása idős korban, **Szeged**.

2011:Térdfesztők izommechanikai vizsgálata krónikus bokainstabilitású fiataloknál, **Budapest, MSTT-Különdíj**.

Nemzetközi Tudományos Diákköri Konferencia (NTDK)

2012: Changes in metabolic and muscle damage indicators following a single bout of jump training on stair versus level, **Budapest, 2. hely**.

Poszter szekció

2011:Térdfesztők izommechanikai vizsgálata krónikus bokainstabilitású fiataloknál, **Győr**, MSTT konferencia.

Ajánlás

Dr. habil Váczai Márk
vaczi@gamma.ttk.pte.hu

Intézetvezető

Sporttudományi és

Testnevelési Intézet

Pécsi Tudományegyetem

Mobile: +36 20 2976362

Prof. Dr. Jose Andrés Sánchez
Molina

jose.andres.sanchez.molina@udc.es

A Corunai Egyetem

Mobile: +34 881 014 013