

TFF FUTBOLDA BESLENME UZMANLIĞI KURSU

	22 Kasım 2019, Cuma 1.Gün
09:00 - 09:30	Kayıt
09.30 - 10:00	Program Tanıtımı Ve Açılış Konuşmaları Prof. Dr. Bülent Bayraktar, Prof. Dr. Muhittin Tayfur
10:00 - 10:45	Takım Diyetisyenin Görev Ve Sorumlulukları Dyt. Mestan Çilekçi
10:45 – 11:15	Kulübün Takım Diyetisyeninden Beklentileri Mustafa Eröğüt
11:15 - 11:30	Kahve Arası
11:30 - 12:30	Futbol Takımlarında Sağlık Ekibi Ve Teknik Ekip İlişkileri Prof. Dr. Bülent Bayraktar, Uzm. Dyt. Şengül Talak, Teknik Direktör Rasim Kara
12:30 - 13:15	Futbol Takımlarında Sağlık Ekibi Görev Ve Sorumlulukları Prof. Dr. Bülent Bayraktar
13:15 - 14:15	Öğle Yemeği
14:15 - 14:45	Egzersiz Fizyolojisine Genel Bakış Prof. Dr. Sadi Kurdak
14:45 - 15:30	Enerji Sistemleri Dr. Öğr. Üyesi İlker Yücesir
15:30 - 16:00	Kahve Arası
16:00 - 16:45	Hormonal Uyum Ve Metabolizma Prof. Dr. Sadi Kurdak
16:45 - 17:30	Dinlenme ve Egzersiz Sırasında Aerobik ve Anaerobik Metabolizmada Meydana Gelen Değişiklikler ve Buna Uygun Enerji Depolarının Sağlanması Dr. Öğr. Üyesi M. Turabi Yerli
17:30 - 18:00	Günün Değerlendirilmesi / Sorular - Cevaplar

TFF FUTBOLDA BESLENME UZMANLIğI KURSU

	23 Kasım 2019, Cumartesi 2.Gün
09:00 - 09:45	Temel Motorik Özellikler Ar.Gör.Dr. Orkun Akkoç
09:45 - 10:45	Antrenman, Futbol Antrenmanının Temel Prensipleri Dr. Öğr. Üyesi Osman Ateş
10:45 - 11:00	Tartışma
11:00 - 11:15	Kahve Arası
11:15 - 12:15	Kuvvet Ve Dayanıklılık Antrenmanları Selçuk Mingan (Egzersiz uzmanı, Futbol Antrenörü (UEFA B))
12:15 - 12:30	Tartışma
12:30 - 13:30	Öğle Yemeği
13:30 - 14:15	Futbol Antrenmanının Fizyolojik Temelleri Ve Futbolda Oyuncu Tipleri, Pozisyonlar Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Şahin
14:15 - 15:00	Maç Sırasındaki Fizyolojik Yanıtlar Prof. Dr. Mehmet Ünal
15:00 - 15:15	Tartışma

TFF FUTBOLDA BESLENME UZMANLIĞI KURSU

15:15 - 15:30	Kahve Arası
15:30 - 16:15	Yorgunluk Ve Toparlanma Prof. Dr. Birol otuk
16:15 - 16:45	Futbolda Ma Öncesi Dinlenme, Ma Sonrası Rejenerasyon Uzm. Dr. Őefika Kızıltoprak
16:45 - 17:15	Özel Çevresel Koşullara Uyum (İklim Koşullar, Jetlag, Yüksek İrtifa, Aşırı Sıcak Ve Soğuk) Prof. Dr. Mehmet Ünal
17:15 - 18:00	Günün Değerlendirilmesi / Sorular - Cevaplar

TFF FUTBOLDA BESLENME UZMANLIğI KURSU

	24 Kasım 2019, Pazar 3.Gün
09:00 - 09:30	Futbolcularda Sezon Başı Sağlık Muayenesi Uzm. Dr. Sertaç Yakal
09.30 - 10:00	Futbolda Performans Testleri Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Şahin
10:00 - 10:30	Fiziksel Aktivitenin Ölçülmesinde Kullanılan Yöntemler Uzm. Fzt. Rıdvan Seyhan
10:30 – 11:00	Kahve Arası
11:00 - 11:45	Aşırı Antrenman Uzm. Dr. Şensu Dinçer
11:45 - 12:15	Kursun Genel Değerlendirmesi / Sorular - Cevaplar