**Szabó Dávid, I. év Tesnev tornat.**

2024. október 6-án reggel indultunk Csíkszeredából busszal Budapestre egy tanulmányi Erasmus + mobilitás keretében, amelyet az Erasmus program szervezett. A látogatás során elsősorban a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemre (TF) koncentráltunk, ahol lehetőségünk nyílt mélyebb betekintést nyerni az intézmény működésébe és a sporttudomány területén folytatott kutatásokba.

A Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem campusát alaposan bejártuk, megismerkedve a modern létesítményekkel és a sporttudomány oktatási lehetőségeivel. A látogatás során különleges figyelmet kaptak a testnevelési és sporttudományi képzések, valamint az egyetem kutatási és fejlesztési tevékenységei, amelyek az egészséges életmód és a sportteljesítmény fejlesztésére irányulnak.

Meglátogattuk az egyetem edzőtermét ami a mai legkórszerőbb és legújabb technológiájú edzőgépekkel van felszerelve a TechGYM által. Voltak olyan gépek amelyekhez nem valós súlyokat kellett használni, hanem egy telefonos alkalmazással párosítottad a profilod a géppel, az mért az adott gépre vonatkozóan neked egy maxot, és az alapján összeállított egy edzéstervet az adott gépre.

A tanulmányi mobilitás során meglátogattuk az MTK Budapest labdarúgó akadémiáját is, ahol betekintést nyertünk az utánpótlásképzés működésébe és a klub által használt edzésmódszerekbe. Az akadémián folytatott szakmai munka és az ott használt modern sporttechnológiák nagy hatással voltak ránk.

Az utolsó előtti napon, csütörtökön, részt vettünk egy judo edzésen a TF-en. Az edzés során nemcsak a sportág technikai alapjait figyelhettük meg, hanem mi magunk is aktívan bekapcsolódhattunk a gyakorlatokba, ami rendkívül izgalmas és tanulságos élmény volt.

A pénteki, vagyis az 5. nap a lazulásé, közös városnézésé volt. Ez a szakcsoport összerázódását segítette.

Az ott töltött idő nagyon jó volt, kicsit összekovácsolta a közösségünket és rengeteg olyan élményt és tapasztalatot szereztünk, amit máshol nem tudtunk volna, így azt érzem, hogy maximálisan megérte pályázni és elmenni erre a mobilitásra.

Összességében a mobilitás nemcsak szakmailag, hanem személyes szempontból is gazdagított minket. Az egyetemen és az akadémián szerzett tapasztalatok nagyban hozzájárultak a sporttudományi ismereteink bővítéséhez, a szakmai fejlődésünkhöz és jövőbeli kapcsolataink kialakításához.