**László Barna-Botond, I év Tes. Tan.**

Az első nap reggel 10 órakor kezdődött, amikor érkezésünkkor a kampuszon már vártak minket az egyetem munkatársai. Az első program egy tájékoztató előadás volt, amelyben a Testnevelési Egyetem történetéről, filozófiájáról és képzési struktúrájáról hallhattunk. Az előadás során kiemelték az intézmény sporttudományi képzéseinek jelentőségét, különös figyelmet fordítva az elméleti és gyakorlati oktatás egyensúlyára. Az előadást egy fiatal hölgy tartotta, aki mindenki figyelmét megragadta, és nagyon érdekes volt.

Ezt követően részt vettünk a másik napon egy interaktív workshopon, ahol a sporttudomány legújabb eredményeit ismertették. A témák között szerepelt a sportágspecifikus edzésmódszerek fejlesztése, a táplálkozás és regeneráció szerepe, valamint a sportpszichológia. A workshop során lehetőségünk nyílt kérdéseket feltenni a szakembereknek, akik részletesen válaszoltak a felmerülő kérdéseinkre. Nekem legjobban maga az edzőtermi rész tetszett, mivel a legmodernebb gépekkel tudtunk edzeni és emellett a teremben rengeteg lehetőség volt, boxoló lehetőségek, egy elkülönített hely ahol a szégyenlős emberek edzhettek.

Harmad nap meglátogattuk az MTK futball akadémiát, ami nagyon különleges volt és bemutatták a helyi rendszereket. Olyan technikákat alkalmaznak, ami engem teljesen lesokkolt.

Negyed nap egy különleges bemutatóra került sor, amely a különböző sportágak edzéstechnikáit és a legújabb tréningeszközöket ismertette. Az egyetem edzőtermeiben és laboratóriumaiban tett látogatásunk során láthattuk a modern technológia alkalmazását a sportteljesítmény növelésében. A bemutatón részt vettünk gyakorlati foglalkozásokon is, ahol kipróbálhattuk a legújabb eszközöket, mint például a mozgásanalizáló rendszerek.

A zárónapon, vagyis pénteken, egy kicsit lazább programunk volt. Ez inkább a szaktársakkal való összerázódásról és a késő délutáni hazaindulásról szólt.

Minden nap 2 óra után szabad programot kaptunk, amelyben megnéztük a várost és kipróbáltuk a helyi ételkülönlegességeket.

Összességében a mobilitás rendkívül inspiráló és tanulságos élmény volt. A Testnevelési Egyetem egyedülálló lehetőségeket kínál a testnevelés és sporttudomány iránt érdeklődők számára, és biztosak vagyunk benne, hogy a megszerzett tudás és tapasztalatok jelentősen hozzájárulnak a szakmai fejlődésünkhöz. Emellett rengeteg tudást felhalmoztunk a hét során. Én személyesen el is határoztam hol fogom folytatni tanulmányaimat, így boldogan és kisimultan térhettünk vissza a szürke hétköznapokba.