**Szász Róbert I. év Testnevelő tan.**

2024. október 6-án, kora reggel indultunk el Csíkszeredából busszal Budapestre, hogy részt vegyünk egy Erasmus program által szervezett tanulmányi mobilitáson. Az út célja az volt, hogy megismerkedjünk a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem (TF) szakmai tevékenységeivel, képzéseivel, valamint bepillantást nyerjünk a magyar sportélet különböző területeibe. A kirándulás nemcsak szakmai szempontból, hanem személyes fejlődésünk érdekében is rendkívül értékes tapasztalatokat nyújtott.

A megérkezést követően elsőként a TF campusát látogattuk meg, amely lenyűgözött minket modern infrastruktúrájával és jól felszerelt létesítményeivel. Az egyetemi túra során részletes tájékoztatást kaptunk az intézmény által kínált képzési programokról, különös tekintettel a testnevelés és sporttudomány különböző ágazataira. Nagy hangsúlyt fektettek az előadók arra, hogy bemutassák a sporttudomány fejlődését, valamint a legújabb kutatások és innovációk szerepét a sportteljesítmény növelésében és az egészséges életmód kialakításában. Megismerhettük azokat a fejlesztési törekvéseket is, amelyek az egyetem kutatási bázisán folynak, és amelyek célja a sportban rejlő emberi potenciál minél teljesebb kiaknázása.

Kiemelkedő élményt jelentett számunkra az MTK Budapest labdarúgó akadémiájának meglátogatása. Itt betekintést nyertünk az utánpótlás-nevelés szervezett rendszerébe, amely a jövő tehetségeinek felkarolását szolgálja. Az akadémia szakemberei részletesen bemutatták az általuk alkalmazott edzésmódszereket és a legmodernebb sporttechnológiákat, amelyek a játékosok fejlődését támogatják. Inspiráló volt látni azt az elkötelezettséget és szakértelmet, amellyel az akadémián dolgozó edzők és szakemberek a fiatal sportolók képzéséhez és fejlesztéséhez viszonyulnak. Ez a látogatás minden résztvevő számára motiváló és tanulságos tapasztalatot jelentett.

A mobilitás során lehetőségünk nyílt a gyakorlati részvételre is. Az egyik legemlékezetesebb program a TF-en tartott judo edzés volt. Az edzés nemcsak arra adott lehetőséget, hogy megismerkedjünk a judo technikai alapjaival és filozófiájával, hanem arra is, hogy aktívan részt vegyünk a gyakorlatokban. A közvetlen részvétel segített abban, hogy jobban megértsük a sportág dinamikáját és technikai összetettségét, ami rendkívül érdekes és tanulságos élményt nyújtott számunkra. A tanulmányi programokon túl maga az utazás is különleges élmény volt. A csapatban eltöltött idő hozzájárult a közösségünk összekovácsolásához, és lehetőséget adott arra, hogy jobban megismerjük egymást. Külön köszönet illeti buszsofőrünket, aki profi munkájával biztosította a kényelmes és biztonságos utazást. Az ő tapasztalt vezetése lehetővé tette, hogy mindenki kipihenten és jó hangulatban érkezzen meg az egyes helyszínekre.

Összegzésül elmondható, hogy ez a tanulmányi kirándulás minden résztvevő számára emlékezetes és értékes élmény volt. Az egyetemen és az akadémián szerzett tapasztalatok nemcsak szakmai ismereteinket gazdagították, hanem hozzájárultak személyes fejlődésünkhöz is. A program során megélt élmények és tapasztalatok megerősítették elhivatottságunkat a sport és a testnevelés iránt, miközben új perspektívákat nyitottak számunkra a sporttudomány területén.