

Szakmai önéletrajz

SZEMÉLYI ADATOK	
Név	Albertné Konksek Krisztina
Születési hely, idő	Szeged, 1980. 02. 05
Telefon	+36 70 363 5060
E - mail	koncsekk@gmail.com
Web	www.koncsekgyogytornasz.hu www.koncsekrehabsystem.hu www.gyogytorna.online

TANULMÁNYOK	
Iskolai végezettségek	
2007 – 2009.	Felszámolási és vagyonfelügyeleti szakember (szakirányú továbbképzés) Budapesti Corvinus Egyetem Közgazdasági Továbbképző Intézet, Budapest
2004 – 2007.	Egészségtanár (egyetemi oklevél) SZTE-JGYTFK Egészségtudományi Tanszék, Szeged
1998 – 2002.	Gyógytornász (főiskolai oklevél) SZTE-EFK Gyógytornász Szak, Szeged
1994 – 1998.	Tömörkény István Gimnázium- általános tantervű osztály, Szeged
Szakképzések	
2020-foly.	Integrált egészségszemlélet (elméleti és gyakorlati oktatás) – Dr. Joós Károly
2018 – 2019.	TestSzobrász® – National Certification Board for Therapeutic Massage & Bodywork / TestSzobrász® Műhely
2017.	Erőnléti edző / Performance Enhancement Specialist IWI / National Academy of Sport Medicine
2015 – 2016.	Sportfizioterápia, rehabilitációs tréner - Physiovit Kft
Szakmai továbbképzések, tanfolyamok	
2019.	Temporomandibuláris rendszer funkcionális megközelítése, és funkcionalitás a fogszabályozásban – Manuálisterápia & Fogszabályozás Centrum
2019.	Neuro – mozgáskorrektció Alaptanfolyam – Gyenge Koncepció

2019	Practice of introductory Craniosacral technique, Visceral Fascia Mobilization and Myofascial Release - eCranio Richard Royster Institutue
2019.	Terápiás viscerális masszáz és mobilizálási technikák - Fontanus Központ
2019.	Császármetszés és hegkezelés workshop - Császárvonal
2017 – 2019.	Septum Work Beginner / Intermediate / Advanced Course - National Certification Board for Therapeutic Massage & Bodywork / TestSzobrász® Műhely
2018.	Autodekompresziós Terápia - Bene Máté Gerincakadémia
2017 - 2018.	FDM Level 1, 2, 3. - International Fascia Distorsion Modell Organisation
2017.	SensoPro Master Trainer - SensoPro AG, Svájc
2017.	Tom Myers' Introduction of Anatomy Trains - Anatomy Trains
2017.	From sport rehabilitation To high performance - American Council on Exercise / IWI
2017.	Easy Flossing Academy Level 1
2017.	Rehabilitációs Pilates Matwork 1 The Australian Physiotherapy and Pilates Institute
2017.	„Terítő workshop” - National Certification Board for Therapeutic Massage & Bodywork / TestSzobrász® Műhely
2017.	Core stabilizáció - Almásy Mozgásakadémia
2016.	Lágyrész manuálterápia. A Manuálterápia diagnosztikájának és terápiájának elsajátítása testtájként. Bevezetés a manuális medicinába. Holisztikus Medicina alapítvány
2016.	Thoracalis gerincszakasz tanfolyam. A Manuálterápia diagnosztikájának és terápiájának elsajátítása testtájként. Bevezetés a manuális medicinába - Holisztikus Medicina alapítvány
2016.	Lumbális gerincszakasz. A Manuálterápia diagnosztikájának és terápiájának elsajátítása testtájként. Bevezetés a manuális medicinába - Holisztikus Medicina alapítvány
2016.	Medence tanfolyam. A Manuálterápia diagnosztikájának és terápiájának elsajátítása testtájként. Bevezetés a manuális medicinába - Holisztikus Medicina alapítvány
2016.	Funkcionális mozgásminta szűrés - Functional Movement Screen™ Functional Movement System
2016.	„Az elektroterápia lehetőségei az onkológiai megbetegedésekben” Magyar Gyógytornász-Fizioterapeuták Társasága és az MGYFT Onkológiai munkacsoport

2016.	Funkcionális vizsgálat, avagy „up to date” gyors tesztek a mindennapokra - Thera Team
2016.	SMR szakértő - Csiky System
2015.	SMR alap, haladó tanfolyam - Csiky System
2015.	E-Fit EMS tréning felhasználói tanfolyam - Fit-Pro Kft
2015.	Kineziotape alaptanfolyam - K – Active Hungary
2009 – 2010.	Talpmasszázs, reflexológia - Magnet Hungary Kft.
2006.	FBL tanfolyam
2005.	Betegmozgatás, transzfer technika Dotte módszerrel - Életminőségért Alapítvány
2005.	Cardiovascularis állapot felmérés a sportorvosi gyakorlatban – a terheléses EKG jelentősége - Országos Sportegészségügyi Intézet
2003 – 2004.	Alapfokú aerobic edzői tanfolyam - Bibarc Tünde Aerobic School, Szeged

MUNKAHELYEK	
2020 (Budapest) -	TestSzobrász® képzés Szupervízor – TestSzobrász Műhely, Budapest
2020 (Budapest) - 2012 (Szeged) -	Gyógytornász , saját tulajdonú gyógytorna – fizioterápia rendelő, egyéni vállalkozó (Szeged). Gyógytornász, egészség tanácsadó munkakör Feladatkör: csoportos-, egyéni -, preventív, rehabilitációs fizioterápia összeállítása, vezetése, funkcionális betegvizsgálat, komplex kezelés
2016 – 2018.	Óraadó , Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Kar, Sporttudományi Intézet <i>Oktatott tantárgyak:</i> egészségtan.
2005 – 2017.	Tanársegéd , Szegedi Tudományegyetem Egészségügyi Főiskolai Kar Fizioterápiás Tanszék (jogutód – Szegedi Tudományegyetem Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar) <i>Oktatási feladat, oktatott tantárgyak:</i> gyógytornász, ápoló hallgatók oktatása; elektro-, balneo-, hidro és klimatoterápia, edzéselmélet, betegmozgatás, légzés –keringési fizioterápia, aerobic Tananyagfejlesztés, Erasmus koordináció
2003 – 2004.	Óraadó , Szegedi Tudományegyetem Egészségügyi Főiskolai Kar Fizioterápiás Tanszék
2002 – 2010.	Gyógytornász - Cégszolg Kft. Feladatkör: csoportos-, egyéni -, preventív, rehabilitációs fizioterápia összeállítása, vezetése

Nyelvtudás

Angol nyelvből középfokú, A típusú állami nyelvvizsga.
Angol orvosi szaknyelvi középfokú B típusú állami nyelvvizsga

Külföldi tanulmány utak, konferencia részvételek

2017	SensoPro Svájc
2016. 11. 10 – 13.	4th European Congress of ER-WCPT, the European Region of the World Confederation of Physical Therapy, Liverpool
2016. 09. 13 – 16.	Mikkeli University of Applied Sciences Ltd. Department of Rehabilitation and Health Care, Savonlinna
2015. 10. 19 – 22.	Queen's University, Belfast

Pályázati tevékenység

2015.	TÁMOP 4.2.6. – 15 Egészséges életmód és prevenció – Egészségintegrált programok validálása – kutatási terv készítése
2015.	4.1.1. C Elektronikus tananyagfejlesztés – „Gyakori fizioterápiás kezelési módszerek elméleti- és gyakorlati ismeretei, klinikai alkalmazásának lehetőségei”- szerkesztő
2014 – 2015.	TÁMOP-6.1.5-14 Egy lépés az egészségünkért - Csongrád megye komplex egészségfejlesztési programja” - résztvevő
2013.	TÁMOP – 6.1.2/11/1 Egészségre nevelő és szemléletformáló életmód programok – lokális szintek pályázat, szakértő
2013.	TÁMOP-6.1.2- 11/1-2012- 0788 számú, Egészségfejlesztő közösségi programok megvalósítása a hátrányos helyzetűek körében elnevezésű pályázat. Az életvezetési kompetenciák fejlesztését célzó program tervezése, vezetése

Egyéb oktatási tevékenység

SMR System Szakértő – SMR Workshop

Saját fejlesztésű tananyagok, workshopok (Posture & Performance / SMR Basic, Pro / Body in Balance / Önmasszázs / 12 hetes online egészségfejlesztő program)

Szervezeti tagságok, tisztségek

Magyar Gyógytornász – Fizioterapeuták Társasága

Magyar Sporttudományi Társaság- Tag

Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara – Tag

Publikációk

Könyv, könyvfejezet

Koncsek Krisztina (2020): „Egy heg éveken át változik, változhat” - a gyógytornász hegmesége. in Kiss Verus: Hegmesék.

Aranyné Molnár T., Gelányi L., **Koncsek K. (szerk.)**, Korom A., Monek B., Nagy E., Nagy K., Pósa G., Rázsó K., Róka E., Szilágyi L., Szíver E. (2015): *Gyakori fizioterápiás kezelési módszerek elméleti- és gyakorlati ismeretei, klinikai alkalmazásának lehetőségei.* SZTE - TÁMOP-4.1.1.C-13/1/KONV-2014-0001 ISBN 978-963-306-474-0

Koncsek K. (szerk.), Monek B., Szíver E. (2010): *Az elektroterápia gyakorlati kézikönyve gyógytornászoknak és gyógytornáshallgatóknak.* SZEK – Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó.

Folyóiratcikk

Gyuris L., Nagy K., **Koncsek K.**, Szilágyi L., Nagy E. dr. (2018): *A freezing vizsgálata Parkinson kóros betegekénél.* Fizioterápia, 27. évf. (2) :3-8

Szilágyi L., Tóth L., Pósa G., Finta R., **Koncsek K.**, Nagy E. (2018): *Acute Effects of Self-Myofascial Release Technique on Arterial Stiffness* In: Bódog, Ferenc (szerk.) VII. Interdiszciplináris Doktorandusz Konferencia 2018 absztrakt kötet (7th Interdisciplinary Doctoral Conference 2018 book of abstracts) Pécs, Magyarország: Pécsi Tudományegyetem Doktorandusz Önkormányzat, (2018) pp. 110-110. , 1 p.

Pósa G., Róka E., Szíver E., Finta R., Szilágyi L., **Koncsek K.**, Nagy E. (2017): *Osteoporosis and the Role of Physical Therapy in the Different Domains* JOURNAL OF OSTEOPOROSIS AND PHYSICAL ACTIVITY 5:(1) Paper 190.

Papp L., Papp A., **Koncsek K.**, Pósa G. (2016): *Beszámoló Erasmus + mobilitás keretében lezajlott látogatásról Finnországban.* Acta Sana, 11. évf. (2): 43-44

Szilágyi L., **Koncsek K.**, Pósa G., Aranyné Molnár T., Finta R. (2016): *Pulzushullám terjedési sebesség mérése idősödő populációban, összefüggések a testösszetétellel – előtanulmány* IDŐSGYÓGYÁSZAT 1 : 1 pp. 112-112. , 1 p

Pósa G., Róka E., **Koncsek K.** (2016): *A mozgásterápia szerepe az osteoporosis megelőzésében és kezelésében.* MAGYAR TRAUMATOLÓGIA ORTOPÉDIA KÉZSEBÉSZET PLASZTIKAI SEBÉSZET 59 : 3-4 pp. 127-135. , 9 p.

Aranyné Molnár T., **Koncsek K.**, Pósa G., Finta Regina, Szilágyi L., Surányi A., Fekete Z., Süli N. (2016) : *Az időskori inkontinencia újszerű mozgásterápiás kezelése – Esetismertetés* IDŐSGYÓGYÁSZAT 1:(1) p. 98.

Finta R., Albertné **Koncsek K.**, Szilágyi L., Aranyné Molnár T., Pósa G. (2016): *Egyensúlyi állapotfelmérés inaktív idősök körében* IDŐSGYÓGYÁSZAT 1:(1) p. 103.

Koncsek K., Pósa G., Szilágyi L., Aranyiné Molnár T., Finta R., Barnai M. (2016): *60 év feletti korosztály funkcionális fittségi állapota. Objektív és szubjektív tapasztalatok - előtanulmány* IDŐSGYÓGYÁSZAT 1:(1) pp. 104-105.

Szilágyi L., **Koncsek K.,** Pósa G., Aranyiné Molnár T., Finta R. (2016): *Pulzushullám terjedési sebesség mérése idősödő populációban, összefüggések a testösszetétellel - előtanulmány* IDŐSGYÓGYÁSZAT 1:(1) p. 112.

Koncsek K., Pósa G., Aranyiné Molnár T., Szilágyi L., Finta R. (2016): *Whole body electric muscle stimulation (WB EMS) – A new way to the functional fitness in seniors? Case study.* European Journal of Integrative Medicine 8(1): 65

Koncsek K. (2014): *A metabolikus szindrómák terápiájának újszerű megközelítése.* Acta Sana. IX. évf. (1): 36-37.

Koncsek K., Pósa G., Józsa A., Szabó G., Varga Á. (2010): *Milyen terhet viselnek az iskolások? A hátizsák tömegének vizsgálata 3 általános iskolában.* Acta Sana, V. évf. (1): 7-13.

Koncsek K., Presznerné Domján A., Róka E., Szíver E., Horváth Gy. (2006) : *Az MBT® (Masai Barfuss Technologie®) prompt hatása a testtartásra.* Mozgásterápia, XV. évf. (2):16-19.

Konferencia prezentációk

Koncsek K. (2019): *Tartásfejlesztés a teljesítményoptimalizálás (egyik) kulcsa?* Thor Szakmai Konferencia, Bp

Pósa G., **Koncsek K.,** Finta R., Aranyiné Molnár T., Szilágyi L., Süli N. (2016): *Az időskori törések megelőzése* Magyar Traumatológus Társaság Kongresszusa, Budapest, 2016. szeptember 1-3.

Koncsek K., Aszódi F., Pósa G., Aranyé Molnár T., Szilágyi L., Finta R., Nagy E. (2017) : *Teljes testes elektromos izomstimuláció (WB EMS) – Új lehetőség a funkcionális fittség elérésben senioroknál? Esettanulmány.* MGYFT XI. Kongresszusa és 11. Pre-Kongresszusa Győr, 2017. október 11 – 14.

Aranyiné Molnár T., **Koncsek K.,** Pósa G., Finta R., Szilágyi L., Surányi A., Fekete Z., Süli N. (2016) *Az időskori inkontinencia újszerű mozgásterápiás kezelése – Esetismertetés* 50 Éves Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság XXXIX. Kongresszusa, 2016. 09. 29- 10.01.

Koncsek K. (2017): *Felgyorsult világ, új kihívások a civilizációs kórképek prevenciójában Mi lehet a megoldás?* MGYFT XI. Kongresszusa és 11. Pre-Kongresszusa Győr, 2017. október 11 – 14.

Koncsek K., Kovács K. (2017) *Sérülés prevenció rendszeresen sporttevékenységet végző átlag emberek körében.* XIV. Országos Sporttudományi Kongresszus. Pécs, 2017. június 1-3.

Koncsek K. (2016): *Az egészséges életmód alappillérei. A WELLNESS-, FITNESS ÉS EGYÉB TERMÉSZETGYÓGYÁSZATI MÓDSZEREK SZEREPE AZ EGÉSZSÉGMEGŐRZÉSBEN, A KRÓNIKUS BETEGSÉGEKBEN SZENVEDŐK REHABILITÁCIÓJÁBAN,* Szakmacsoportos továbbképzés. Szeged, 2016. november 18-19.

Aranyné Molnár T., **Koncsek K.**, Pósa G., Finta R., Szilágyi L., Surányi A. dr., Fekete Z. dr., Süli N. (2016): *Az időskori inkontinencia újszerű mozgásterápiás kezelés* Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság XXXIX. Kongresszus 2016. szeptember 29-október 01. Budapest

Koncsek K., Pósa G. (2016): *Whole body electric muscle stimulation. A new way to the functional fitness in seniors? Erasmus staff mobility.* Mikkeli University of Applied Sciences (Mamk), Department of Rehabilitation and Health Care. Savonlinna, Finland. 2016. 09. 13 – 17.

Pósa G., **Koncsek K.**, Aranyné Molnár T., Róka E., Szíver E., Süli N.: *DECREASE THE RISK OF FRACTURES IN THE ELDERLY PEOPLE - case study.* Erasmus staff mobility. Mikkeli University of Applied Sciences (Mamk), Department of Rehabilitation and Health Care. Savonlinna, Finland. 2016. 09. 13 – 17.

Pósa G., **Koncsek K.**, Finta R., Aranyné Molnár T., Szilágyi L., Süli N. (2016): *Az időskori törések megelőzése.* Magyar Traumatológus Társaság Kongresszusa - Budapest, 2016. szeptember 1-3.

Pósa G, **Koncsek K.**, Aranyné MT, Róka E, Szíver E, Süli N (2016): *Az osteoporosis mozgásterápiás lehetőségei – fókuszban új módszerek- előtanulmány.* MOOT Konferencia-Balatonfüred, 2016. május 28

Koncsek K. (2009): *Az ultrahang dozírozásáról.* Fizioterápiás Szakdolgozók egyesületének IV. Kongresszusa. 2009. május 15-16. Mezőkövesd

Koncsek K., Kozma Á., Ronyecz Á., Pósa G. (2009): *Elöl hordott hátizsák, mint lehetséges alternatíva.* Magyar Ortopéd Társaság 52. Kongresszusa. 2009. június 25-27. Szolnok

Koncsek K., Kozma Á., Ronyecz Á., Pósa G. (2009): *Elöl hordott hátizsák, mint lehetséges alternatíva.* Magyar Traumatológia, Ortopédia, Kézsebészet, Plasztikai Sebészet. 2009 (LII. Évf.) Supplementum

Koncsek K., Klopicsik K., Schönecker Zs., Pósa G. (2009): *Az iskolakezdés hatása a testtartásra.* Magyar Gyógytornászok Társaságának VII. Kongresszusa Balatonfüreden 2009. szeptember 24.-26.

Koncsek K., Klopcsik K., Schönecker Zs., Pósa G. (2009): *Az iskolakezdés hatása a testtartásra.* Kreativitás és Innováció Európai Éve - "Tudomány és innovatív környezet" - Tudományos ülés. Szeged 2009. november 11.

Koncsek K., Barnai M., dr (2008) : *A mellkas mobilizáció szerepe a pulmonológiai rehabilitációban.* 2008. 03. 31., Deszk SZTE – ÁOK Tüdőgyógyászati Tan9szék Pulmonológiai rehabilitációs szakorvos képző tanfolyam

Koncsek K., Presznerné Domján A., Róka E., Szíver E., Horváth Gy. (2006): *A gerinc vizsgálata* 2006. április 27-28. Szeged 15 éves Jubileumi kongresszus SZTE-EFK Fizioerápiás Tanszék

Koncsek K., Presznerné Domján A., Róka E., Szíver E., Horváth Gy. (2006): *A gerinc vizsgálata* 2006. június 8-10. Budapest Magyar Ortopéd Társaság 49. Kongresszusa, Budapest

Koncsek K., Róka E., Horváth Gy. , M. D., Zoltán Mucsi M. D., Mihály Bodosi M. D., Pál Barzó M. D. (2006) : *Kyphometer as a testing set.* 2006. október 13-15. Budapest CENS

Koncsek K., Róka E., Horváth Gy., Mucsi Z., Bodosi M., Barzó P. (2006): *A kyphometer, mint vizsgálati eszköz* 2006. november 15. Szeged Tudományok napja SZTE-EFK

Albertné **Koncsek K.,** Szíver E., Róka E. (2005): *A testtartás hatása az egyensúlyra és az izomerőre* Magyar Gyógytornászok Társasága V. Kongresszusa Sopron 2005 november 17-19.

Presznerné Domján A., Róka E., Albertné **Koncsek K.,** Szíver E. (2005): *Az MBT® (MasaiBarefootTechnology®) prompt hatása a testtartásra.* Felmérés főiskolai hallgatók körében Magyar Gyógytornászok Társasága V. Kongresszusa Sopron 2005 november 17-19.

Róka E., Presznerné Domján A., Albertné **Koncsek K.,** Szíver E. (2005): *Az MBT® (MasaiBarefootTechnology®) prompt hatása a testtartásra.* Magyar Tudomány Ünnepe Szeged 2005. november 16

Koncsek K. (2002): *A fizikai tréning jelentősége a COPD-s betegek rehabilitációjában.* Szeged, 2002. április. SZTE TDK Konferencia Egészségtudományi szekció 1. helyezés

Média megjelenés, ismeretterjesztés:

Császármetszés, fura hegerzetek

https://www.babaszoba.hu/articles/terhesseg/Csaszarmentszes_furcsa_hegerzetek?aid=20200401133253&autorefreshed=1

Császármetszéssel szültem, lehet még crossfitter?

https://csaszarvonal.hu/cikk/csaszarmentszessel_szuletem_lehetek_meg_crossfitter/20191126091049

Azonnal kéne a szexis test, pedig még a cipekedés sem megy – szakértő.

https://24.hu/elet-stilus/2017/03/26/azonnal-kene-a-szexi-test-pedig-meg-a-cipekedes-sem-megy/?fbclid=IwAR0cYQqAoa_5VvZY7CBFx-Z5bf-ZoWq1Z4_gD8JMuj_5NKzz5SDn0iEG1sg

Akadálypályákon egyensúlyoztunk Szegeden

<https://sinosz.hu/akadalypalyakon-egyensulyoztunk-szegeden/>

Mozgással az egészségért, egyensúlyoztunk Szegeden!

<https://sinosz.hu/mozgassal-az-egeszsegert-egyensulyoztunk-szegeden/>