

## **Előszó**

### **Tisztelt Olvasók! Tisztelt Szerzők!**

Üdvözlöm Önöket a Testnevelés, Sport, Tudomány (TST) / Physical Education, Sport, Science (PSS) 2023/1-2 számának megjelenése alkalmából.

Az eddigi számok és a nagy érdeklődés bizonyítja, hogy a sporttémájú tudományos közleményeknek igényük van egy magas szintű, kétnyelvű – magyar és angol – fórumra. A TST hivatása, hogy hangsúlyozza a sporttudományok interdiszciplináris jellegét. Talán ez az egyik legkomplexebb tudományos terület, mivel a sport kizárólag az emberre jellemző tevékenység, nem csak fizikai, de pszichológiai, pedagógiai értelemben is, illetve annak társadalmi-gazdasági jelenségei és az azokat szabályozó mechanizmusok máshol nem találhatók a természetben.

A 2023/1-2 összevont számban számos érdekes cikket közlünk, melyek a sporttudomány széles területeit ölelik fel, mint pl. a jóga, a meditáció és a relaxáció gyakorlásának elterjedése és megítélése egyetemi hallgatók körében, a fogvatartottak sportolási lehetőségei a hazai büntetés-végrehajtási intézetekben, a mindennapos testnevelés aktív életvitelre gyakorolt hatása a dél-dunántúli régióban, a heti edzésszám és a kompenzációs edzés jelentősége vízilabdázóknál, a magyar és a külföldi női kosárlabdázók teljesítményének összehasonlítása és a mentális tréning hatása serdülő korosztályú szinkronúszók körében.

A közlemények tudományos színvonalát biztosítja, hogy minden beküldött cikket két független bíráló értékeli (peer-reviewed), akik a rangos hazai és külföldi kutatókból álló szerkesztőbizottság tagjai közül kerülnek ki (köszönetünket a TST/PSS + szekcióban fejezzük ki).

A „Kitekintés a Sporttudományok Világába” szekcióban cikkek összefoglalóit jelentetjük meg magyar nyelven, azon megfontolásból, hogy ezzel szélesebb körben népszerűsítsük a külföldi sportkutatásokat.

A TST, mint sok más rangos tudományos folyóirat, elsősorban online megjelenésű, így az interneten mindenki számára elérhető, elősegítve az olvasottság növelését, a tudományos kutatás és a már felhalmozott tudás terjesztését. Emellett azonban – limitált példányszámban – nyomtatott formában is megjelenik. A szerkesztőség és a szerzők arra törekednek, hogy a TST/PSS az évek folyamán egy magas szintű sporttudományi folyóirattá nője ki magát. A Szerkesztőbizottság és a magam nevében kérem az Önök segítségét, hogy e nemes célt elérjük!

Koller Ákos

Főszerkesztő

## Foreword

Welcome to the publication of 2023/1-2 Physical Education Sport Science (PSS) / Testnevelés, Sport, Tudomány (TST).

The issues so far and the great interest shown have proven the need for a high-quality bilingual - Hungarian and English - forum for scientific publications in the field of sport. The PSS/TST's mission is to emphasize the interdisciplinary nature of sports science. It is perhaps one of the most complex scientific fields since sport is an exclusively human activity not only in its physical, but also in its psychological and pedagogical sense, and its socio-economic phenomena and the mechanisms that regulate them cannot be found elsewhere in nature.

In the combined 2023/1-2 issue, we publish a number of interesting articles covering wide areas of sports science such as the spread and perception of practicing yoga, meditation and relaxation among university students, the sporting opportunities of prisoners in Hungarian penitentiaries, the impact of daily physical education on an active lifestyle in the South Transdanubia region, the importance of weekly training and compensatory training for water polo players, a comparison of the performance of Hungarian and foreign female basketball players, and the impact of mental training on adolescent synchronized swimmers.

The scientific quality of the papers is ensured by the fact that all submitted articles are peer-reviewed by two independent reviewers, who are members of the editorial committee composed of prestigious Hungarian and foreign researchers (our thanks are expressed in the TST/PSS+ section). In the section “Insights into the World of Sport Sciences” we publish summaries of articles in Hungarian with the aim of promoting foreign sports research.

PSS/TST like many other prestigious scientific journals, is primarily online making it accessible to all on the Internet helping to increase readership and dissemination of accumulated scientific research. In addition, it is also available in print in limited numbers. The editorial board and the authors strive to develop TST/PSS into a high-level sport journal over the years.

On behalf of the Editorial Board and myself I ask for your help to achieve this noble goal.  
Akos Koller

Editor in Chief