

مهدی مقرنسی

استاد

دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه: علوم ورزشی



سوابق تحصیلی

مقطع تحصیلی	سال اخذ مدرک	رشته و گرایش تحصیلی	دانشگاه
کارشناسی	۱۳۷۳	تربیت بدنی و علوم ورزشی	دانشگاه شهید باهنر کرمان
کارشناسی ارشد	۱۳۷۸	تربیت بدنی و علوم ورزشی	دانشگاه تهران
دکتری	۱۳۸۶	فیزیولوژی ورزشی	دانشگاه تهران

اطلاعات استخدامی

محل خدمت	عنوان سمت	نوع استخدام	نوع همکاری	پایه
دانشگاه بیرجند، دانشکده علوم ورزشی	هیأت علمی گروه علوم ورزشی	رسمی قطعی	تمام وقت	۳۰

سوابق اجرایی

مدیر گروه علوم ورزشی

دانشگاه بیرجند

تاریخ: 10/5/1402

عضو هیأت ممیزه و کمیسیون تخصصی علوم انسانی

دانشگاه بیرجند

تاریخ: 16/12/1401

مدیر گروه علوم ورزشی

دانشگاه بیرجند

تاریخ: ۲۴/۱/۱۴۰۰

مسئول امور پژوهشی پردیس علوم رفتاری

دانشگاه بیرجند

تاریخ: ۱/۸/۱۳۹۸

پیشنهاد و راه اندازی مجموعه سالنهای بدنسازی دانشگاه

دانشگاه سیستان و بلوچستان

تاریخ: ۱/۷/۱۳۸۰

مدرس فدراسیون والیبال جمهوری اسلامی ایران
برگزاری ۳ دوره کلاس مربیگری درجه ۳ والیبال (دانشگاه آزاد زاهدان و دانشگاه سیستان و بلوچستان)
تاریخ: ۱۳۸۳-۱۳۸۰

مدیر گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی

دانشگاه سیستان و بلوچستان

تاریخ: ۱۱/۱۰/۱۳۸۹-۹/۶/۱۳۹۲

دریافت مجوز انتشار مجله پژوهش در علوم زیستی و فعالیت بدنی

دانشگاه سیستان و بلوچستان

تاریخ: ۲۵/۷/۱۳۹۰

راه اندازی دوره کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی

دانشگاه سیستان و بلوچستان

تاریخ: ۱۶/۱۲/۱۳۹۰

مدیر مسئول و سردبیر مجله پژوهش در علوم زیستی و فعالیت بدنی

دانشگاه سیستان و بلوچستان

تاریخ: ۷/۹/۱۳۹۰

راه اندازی دوره کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی پردیس خودگردان

دانشگاه سیستان و بلوچستان

تاریخ: ۵/۵/۱۳۹۲

عضو هیات تحریریه مجله تخصصی مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه بیرجند

تاریخ: ۳/۱۲/۱۳۹۱

عضو هیات تحریریه مجله تخصصی پژوهش در علوم زیستی ورزشی

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد

تاریخ: ۱/۷/۱۳۹۲

عضو هیات تحریریه مجله تخصصی فیزیولوژی ورزشی

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه

تاریخ: ۱/۸/۱۳۹۲

عضو هیات تحریریه مجله تخصصی ورزش و علوم زیست حرکتی

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه حکیم سبزواری

تاریخ: 1/1/1400

عضو هیات تحریریه مجله تخصصی فیزیولوژی حرکت و تندرستی

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علی آبادکتول

تاریخ: 1/4/1402

جوایز و تقدیر نامه ها

رتبه سوم کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزش دانشگاه تهران

مکان: دانشگاه تهران، تاریخ: ۱۳۷۸ (۱۸/۵۰) و ۱۳۸۶ (۱۷/۵۰)

ارزشیابی رساله دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزش دانشگاه تهران با نمره ۱۹/۷۰

مکان: دانشگاه تهران، تاریخ: ۵/۶/۱۳۸۶

کسب عنوان مقاله برتر ششمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی " اثر تمرینهای سرعتی و بی تمرینی بر مولکول چسبان سلولی (sICAM-1) موشهای صحرايي ويستار"
مکان: ایران-کیش، تاریخ: ۱۴/۱۲/۱۳۸۶

پایه تشویقی پژوهشی
مکان: دانشگاه سیستان و بلوچستان، تاریخ: ۱/۸/۱۳۹۰

پایه تشویقی پژوهشی
مکان: دانشگاه سیستان و بلوچستان، تاریخ: ۸/۱۱/۱۳۹۳

پژوهشگر برتر دانشگاه بیرجند
مکان: دانشگاه بیرجند، تاریخ: ۱۲/۹/۱۳۹۶

استاد نمونه دانشگاه بیرجند
مکان: دانشگاه بیرجند، تاریخ: ۱۲/۲/۱۳۹۸

پژوهشگر برتر دانشگاه بیرجند
مکان: دانشگاه بیرجند، تاریخ: ۱۶/۹/۱۳۹۹

پایه تشویقی پژوهشی
مکان: دانشگاه بیرجند، تاریخ: ۱/۷/۱۴۰۱

پژوهشگر برتر دانشگاه بیرجند
مکان: دانشگاه بیرجند، تاریخ: ۱۳/۹/۱۴۰۱

مقالات در همایش ها

۱. مهدی مقرنسی، مهشید خدیش، مجید وحیدیان، تأثیر تمرینات مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر HOMA-IR و برخی شاخص های آنتروپومتریک مردان چاق و دارای اضافه وزن، دومین کنفرانس ملی یافته های نوین زیست شناسی، شماره صفحات ۰-۰، زاهدان، ۲۰۲۱، ۰۳ ۰۹.
۲. مهدی مقرنسی، فاطمه گلستانی، محبوبه عرفانی فر، سیدحسین ابطحی ایوری، تأثیر ۴ هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف مکمل اسپیرولینا بر سطوح نسفاتین ۱- و امتتین ۱- پلاسمایی دختران چاق دارای اضافه وزن و چاق، همایش ملی تربیت بدنی، تغذیه و طب ورزشی، شماره صفحات ۰-۰، مشهد، ۲۰۱۹، ۰۹ ۱۹.
۳. مهدی مقرنسی، پاپلی برواتی سیدامین، راشکی جواد، بدوی مینا، تأثیر ۸ هفته تمرینات مقاومتی بر سطوح سرمی واسپین و شاخص توده بدنی معلولین مرد دارای اضافه وزن، سومین کنفرانس بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی، شماره صفحات -، تهران، ۲۰۱۶، ۱۲ ۲۱.
۴. مهدی مقرنسی، مددی جابری میترا، وحیدیان رضازاده مجید، کرجی بانی منصور، تیر ۸ هفته تمرین هوازی روی چرخ کارسنج بر مقادیر آپلین و CRP و عوامل وابسته به چاقی در زنان دارای اضافه وزن و چاق، دومین همایش ملی دستاوردهای نوین تربیت بدنی و ورزش، شماره صفحات -، چابهار، ۲۰۱۶، ۰۹ ۱۴.
۵. مهدی مقرنسی، منفرد آرزیتا، وحیدیان رضازاده مجید، کرجی بانی منصور، اثر مکمل دهی عصاره گزنه و تمرین هوازی بر پروتئین واکنشگر C و عوامل مرتبط با چاقی در زنان دارای اضافه وزن و چاق، دومین همایش ملی دستاوردهای نوین تربیت بدنی و ورزش، شماره صفحات -، چابهار، ۲۰۱۶، ۰۹ ۱۴.
۶. مهدی مقرنسی، منفرد آرزیتا، وحیدیان رضازاده مجید، تأثیر ۸ هفته تمرین هوازی و مصرف عصاره ضد التهابی گزنه بر شاخص های التهاب TNF- α و IL-6 در زنان دارای اضافه وزن و چاق، دومین همایش بین المللی و پنجمین همایش ملی گیاهان دارویی و کشاورزی پایدار، شماره صفحات -، همدان، ۲۰۱۶، ۰۷ ۳۱.
۷. مهدی مقرنسی، مددی جابری میترا، وحیدیان رضازاده مجید، آثار طولانی مدت مصرف عصاره گزنه و تمرین هوازی منتخب بر مقادیر پلاسمایی آپلین و پروتئین واکنش گر C در زنان دچار اضافه وزن و چاق، دومین همایش بین المللی و پنجمین همایش ملی گیاهان دارویی و کشاورزی پایدار، شماره صفحات -، همدان، ۲۰۱۶، ۰۷ ۳۱.
۸. مهدی مقرنسی، مقم افتخاری سهیلا، وحیدیان رضازاده مجید، اثر مکمل دهی عصاره گزنه و تمرین هوازی روی چرخ کارسنج بر سطوح پلاسمایی پروتئین ضد اشتها نسفاتین ۱- و وزن زنان دچار اضافه وزن و چاق، دومین همایش بین المللی و پنجمین همایش ملی گیاهان دارویی و کشاورزی پایدار، شماره صفحات -، همدان، ۲۰۱۶، ۰۷ ۳۱.

1. Mehdi Mogharnasi,,,,,Anti-obesity effects of aerobic exercise along with Rosa canina seed extract supplementation in rats: The role of irisin and adipolin,Obesity Research & Clinical Practice,Vol. 3,No. 17,pp. 218-225,2023,ISI,JCR,Scopus
2. محمد یوسفی، زهرا بهرمان، مهدی مقرنسی، حسین طاهری چادر نشین، نهایتی، مالکی، تأثیر پروتکل هیپوترابی بر زمان شروع فعالیت عضلات اندام تحتانی در بیماران مبتال به مولتیپل اسکلروزیس، طب توانبخشی، مجلد ۱، شماره ۱۲، شماره صفحات ۷۸-۲۰۲۳، ISC، ۸۹.
3. رضا قهرمانی، زهرا غفاری، مهدی مقرنسی، تأثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید (HIIT) و مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی پروتئین واکنش پذیر C و کورتیزول زنان دارای اضافه وزن و چاق، ورزش و علوم زیست حرکتی، مجلد ۲، شماره ۱۲، شماره صفحات ۱-۲۰۲۲، ISC، ۱۰.
4. مهدی مقرنسی، فاطمه حاجی زاده، رضا قهرمانی، طوبی کاظمی، تأثیر چهار هفته مکمل دهی انار و تمرین در منزل بر فعالیت الکتریکی قلب و نیم رخ لیپیدی در زنان یائسه دارای اضافه وزن و چاق، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، مجلد ۱، شماره ۳۰، شماره صفحات ۴۴-۲۰۲۳، ISC، ۵۵.
5. مهدی مقرنسی، فایزه معمارزاده، علی ثقه الاسلامی، تأثیر شش هفته تمرین سی ایکس ورکس (CXWORX) همراه با مصرف مکمل گزنه بر نیمرخ لیپیدی، پروتئین واکنشگر C و برخی شاخص های ترکیب بدنی زنان دچار اضافه وزن و چاق، سوخت و ساز و فعالیت ورزشی، مجلد ۲، شماره ۱۲، شماره صفحات ۱-۲۰۲۳، ISC، ۷.
6. مهدی مقرنسی، محمدرضا ایزدمهر، مرضیه ثاقب جو، اصغر زربان، تأثیر تمرین مقاومتی توأم با مصرف اسپیرولینا بر مالون دی آلدئید و ظرفیت تام آنتی اکسیدانی در مردان دارای اضافه وزن و چاق، مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، مجلد ۱، شماره ۱۰، شماره صفحات ۳۹-۲۰۲۳، ۴۹.
7. مهدی مقرنسی، زهرا غفاری، رضا قهرمانی، بررسی تأثیر ۶ هفته تمرین تناوبی شدید همراه با مصرف مکمل شنبلیله بر نیمرخ لیپیدی و شاخص های ترکیب بدنی زنان دارای اضافه وزن و چاق، ارمغان دانش، مجلد ۲، شماره ۲۸، شماره صفحات ۱۷۱-۲۰۲۳، ISC، ۱۸۸.
8. مهدی مقرنسی، محمدرضا ایزدمهر، مرضیه ثاقب جو، اصغر زربان، تأثیر تمرین مقاومتی و مصرف اسپیرولینا بر شاخص های ضداکسایشی مردان دارای اضافه وزن و چاق، دانشکده پزشکی مشهد، مجلد ۳، شماره ۶۵، شماره صفحات ۱۲۳۳-۲۰۲۲، ISC، ۱۲۴۵.
9. مهدی مقرنسی، محمد اسماعیل افضل پور، حسین زهرائی، مجتبی امیرآبادی زاده، حسین نخعی، مقایسه تأثیر هشت هفته تمرین شنای تداومی و تناوبی با شدت بالا بر مقادیر بافتی آیریزین و حساسیت به انسولین در موش های صحرایی نر مبتلا به سندرم متابولیک، دانشکده پزشکی مشهد، مجلد ۵، شماره ۶۵، شماره صفحات ۱۹۲۵-۲۰۲۲، ISC، ۱۹۴۱.
10. مهدی مقرنسی، رضوانه گلدوی، شیلانا ییبی فر، تأثیر تمرینات تداومی بر سطوح پلاسمایی آدیپولین، حساسیت به انسولین و درصد چربی زنان دارای اضافه وزن و چاق، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۲۱، شماره ۱۰، شماره صفحات ۴۲-۲۰۲۲، ISC، ۵۲.
11. مهدی مقرنسی، خاطره فروتن، محمد اسماعیل افضل پور، بررسی تأثیر ۶ هفته تمرین تناوبی شدید همراه با مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی مالون دی آلدئید و گلوکوتاتیون پراکسیداز زنان دارای اضافه وزن و چاق، مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، مجلد ۱، شماره ۹، شماره صفحات ۱-۲۰۲۲، ۷.
12. مهدی مقرنسی، خدیجه ابراهیمی، تأثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف مکمل شنبلیله بر شاخص های سیستم ایمنی در زنان دارای اضافه وزن و چاق، دانشکده پزشکی مشهد، مجلد ۱، شماره ۶۵، شماره صفحات ۱۹۳-۲۰۲۲، ISC، ۲۰۱.
13. مهدی مقرنسی، الناز جاهد، اصغر زربان، رضا قهرمانی، تأثیر چهار هفته تمرین در منزل و مصرف مکمل انار بر وضعیت استرس اکسایشی در زنان یائسه دارای اضافه وزن و چاق، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، مجلد ۲، شماره ۲۹، شماره صفحات ۸۵-۲۰۲۲، ISC، ۹۶.
14. Mehdi Mogharnasi, Nahid Bijeh, A. Vieira, Comparison of the effect of aerobic, resistance and combined training on some inflammatory markers in obese men, Science and Sports, Vol. 5, No. 38, pp. 593-601, 2023, JCR, Scopus
15. Mehdi Mogharnasi, Effect of six weeks Pilates training along with dill supplementation on serum concentrations of nesfatin-1, lipocalin-2, and insulin resistance in females with overweight

and obesity: a randomized controlled trial, Journal of Research in Medical Sciences, Vol. 1, No. 27, pp. 1-8, 2022, JCR, ISC, Scopus

۱۶. مهدی مقرنسی، مراد حسینی، امید ظفرمند، تأثیر هشت هفته تمرین همزمان بر مقاومت انسولینی و مقادیر پلاسمایی رزیستین و گلوکز مردان میانسال دارای اضافه وزن و چاق، مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، مجلد ۱، شماره ۹، شماره صفحات ۳۵-۲۰۲۲، ۴۷.
۱۷. مهدی مقرنسی، بابک مصطفی فرخانی، فاطمه خدادادی، غزاله کریمی ترشیزی، محمد مسافری ضیاءالدینی، تأثیر ریکاوری با غوطه‌وری در آب سرد بر شاخص‌های آسیب عضلانی و عملکرد ورزشی متعاقب انجام فعالیت سرعتی تکراری در فوتبالیست‌های مرد جوان، پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۲، شماره ۱۴، شماره صفحات ۱۵۱-۲۰۲۲، ISC، ۱۶۲.
۱۸. مهدی مقرنسی، صالحه غلامی مقدم، کریم دهقانی، تأثیر مکمل دهی اسپیرولینا و تمرینات مقاومتی دایره‌ای بر مقادیر پلاسمایی رزیستین و برخی شاخص‌های ترکیب بدنی کارکنان نیروی انتظامی دارای اضافه وزن و چاق، طب انتظامی، مجلد ۳، شماره ۱۰، شماره صفحات ۱۴۹-۲۰۲۱، ISC، ۱۵۸.
۱۹. مهدی مقرنسی، بابک مصطفی فرخانی، سیده‌های اصغری، هادی رضوی، محسن بهراندنسب، تأثیر ۴ هفته تمرینات موازی مقاومتی-هوایی به روش-های تناوبی و تداومی بر توان، قدرت عضلانی و حداکثر اکسیژن مصرفی بازیکنان جوان فوتبال، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۱۹، شماره ۹، شماره صفحات ۲۰-۲۰۲۱، ISC، ۳۲.
۲۰. مهدی مقرنسی، کریم دهقانی، مرضیه ثاقب جو، هادی سریر، محمد ملکانه، تغییرات سطوح لیپوکالین-۲ پس از تمرینات مقاومتی و مصرف میکرو-جلیک اسپیرولینا در مردان دارای اضافه وزن و چاق، فیض، مجلد ۵، شماره ۲۵، شماره صفحات ۱۱۸۴-۲۰۲۱، ISC، ۱۱۹۳.
۲۱. مهدی مقرنسی، کریم دهقانی، مرضیه ثاقب جو، محمد ملکانه، هادی سریر، اثر مصرف جلیک سبز-آبی اسپیرولینا (*Spirulina Platensis*) و تمرینات مقاومتی دایره‌ای بر پروفایل لیپیدی در مردان میانسال دارای اضافه وزن و چاق، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، مجلد ۳، شماره ۲۸، شماره صفحات ۲۴۸-۲۰۲۱، ISC، ۲۵۹.
۲۲. مهدی مقرنسی، اقدس کاظمی مهر، سعید ایل بیگی، تأثیر هشت هفته تمرین مقاومتی و مصرف شیرسویا بر نیمرخ لیپیدی، ترکیب بدنی و برخی از عوامل آمادگی جسمانی زنان سالمند شهر یاسوج، ارمغان دانش، مجلد ۴، شماره ۲۶، شماره صفحات ۶۱۱-۲۰۲۱، ISC، ۶۲۳.
۲۳. محمد یوسفی، زهرا بهرمان، مهدی مقرنسی، حسین طاهری چادر نشین، زهرا ابراهیم آبادی، بررسی فعالیت الکترومیوگرافی اندام تحتانی حین آغاز راهرفتن در افراد مبتلا به مولتیپل اسکروزیس، کومش- Koomesh، مجلد ۵، شماره ۲۳، شماره صفحات ۵۵۶-۲۰۲۱، ISC، Scopus، ۵۶۲.
۲۴. مهدی مقرنسی، صدیقه طاهرزاده، آیت کائیدی، بهرام رسولیان، تأثیر ۶ هفته تمرین هوایی و مصرف عصاره آبی دانه زیره سیاه بر بیان ژن FNDC۵ و سطح سرمی آیریزین موش-های صحرایی نر چاق، پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۱، شماره ۱۳، شماره صفحات ۹۱-۲۰۲۱، ISC، ۱۰۳.
۲۵. مهدی مقرنسی، صدیقه طاهرزاده، بهرام رسولیان، آیت کائیدی، امیر خسروی، CTRP تأثیر ۶ هفته تمرین هوایی و مصرف عصاره آبی دانه زیره سیاه بر بیان ژن ۱۲ تغییرات وزن بدن و چربی زیرجلدی موش‌های صحرایی نر چاق: یک مطالعه تجربی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، مجلد ۱، شماره ۱۹، شماره صفحات ۳۹-۲۰۲۰، ISC، ۵۲.
۲۶. مهدی مقرنسی، صدیقه طاهرزاده، بهرام رسولیان، آیت کائیدی، تأثیر ۶ هفته تمرین هوایی و مصرف عصاره آبی دانه زیره سیاه بر سطح سرمی آدیپولین و تغییرات پروفایل لیپیدی موش-های صحرایی نر چاق، علوم زیستی ورزشی، مجلد ۳، شماره ۱۲، شماره صفحات ۳۶۳-۲۰۲۰، ISC، ۳۷۴.
۲۷. مهدی مقرنسی، فریده رضائی نامجو، امیر رشید لمیر، سعید سمرقندیان، تأثیر هشت هفته تمرین هوایی و مقاومتی بر غلظت-های سرمی عامل رشد عصب و نوروتروفین ۴ در زنان مبتلا به نوروپاتی دیابتی، زیست‌شناسی جانوری، مجلد ۳، شماره ۱۲، شماره صفحات ۴۹-۲۰۲۰، ISC، ۶۰.
۲۸. مهدی مقرنسی، کریم دهقانی، مرضیه ثاقب جو، هادی سریر، محمد ملکانه، تأثیر هشت هفته تمرین مقاومتی دایره‌ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر مقادیر پلاسمایی آیریزین و برخی شاخص‌های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق، ارمغان دانش، مجلد ۳، شماره ۲۵، شماره صفحات ۳۳۲-۲۰۲۰، ISC، ۳۴۵.
۲۹. مهدی مقرنسی، سیدرضا عربی شترخسی، محسن محمدنیا احمدی، تأثیر مکمل دهی کوتاه مدت آغوز بر سطوح سرمی مالون دی‌الدهید و ظرفیت آنتی‌اکسیدانی تام ناشی از فعالیت حاد مقاومتی در مردان سالم، ارمغان دانش، مجلد ۵، شماره ۲۴، شماره صفحات ۹۰۶-۲۰۱۹، ISC، ۹۲۱.
۳۰. مرضیه ثاقب جو، عاطفه قربانی، مهدی مقرنسی، فرشته احمدآبادی، اثر حاد فعالیت ورزشی تناوبی در آب معتدل، گرم و سرد بر سطوح پلاسمایی گرلین، آسیدلار و پیتید ۷۷ در زنان جوان دارای اضافه وزن، پژوهشنامه فیزیولوژی ورزشی کاربردی، مجلد ۲۹، شماره ۱۵، شماره صفحات ۱۰۳-۲۰۱۹، ISC، ۱۱۳.
۳۱. مهدی مقرنسی، کرجی بای منصور، منتظری فر فرزانه، کریم دهقانی، موسوی گیلانی سیدرضا، داشی پور علی

- رضا، تاثیر ۱۰ هفته تمرین سرعتی و استقامتی و یک دوره بی تمرینی بر سطوح نسفاتین-۱، نیمرخ لیپیدی، درصد چربی و شاخص توده بدنی مردان غیرفعال، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۱۴، شماره ۷، شماره صفحات ۱۲۹-۱۴۰، ۲۰۱۹، ISC.
۳۲. مهدی مقرنسی، محمدعلی ربیعی، هادی سریر، خراشادی زاده محسن، بررسی اثر تمرین تناوبی هوازی و مصرف عصاره عناب بر برخی شاخص های آپوپتوز بافت قلب موش های صحرایی نر دچار سکتة قلبی، پژوهش های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۱۱، شماره ۱، شماره صفحات ۷۷-۹۰، ۲۰۱۹، ISC.
۳۳. مهدی مقرنسی، حسینی مهشید، بمبئی چی عفت، هادی سریر، کارگرفرد مهدی، تاثیر شش هفته تمرین تداومی با مصرف عصاره عناب بر سطوح لیپوکالین-۲ و آدیپونکتین پلازما و بافت قلب مو شهای صحرایی دچار انفارکتوس قلبی، افق دانش، مجلد ۲۴، شماره ۳، شماره صفحات ۱۹۳-۲۰۲، ۲۰۱۸، ISC.
۳۴. مهدی مقرنسی، منفرد آرزیتا، وحیدیان رضازاده مجید، اثر تعاملی تمرین روی چرخ کارسنج و مصرف عصاره ضدالتهابی گزنه بر تغییرات برخی شاخص های التهابی مرتبط با چاقی در زنان دچار اضافه وزن و چاق، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۶، شماره ۱۱، شماره صفحات ۹۵-۱۰۷، ۲۰۱۸، ISC.
۳۵. مهدی مقرنسی، مقدم افتخار سهیلا، وحیدیان رضازاده مجید، کرجی بای منصور، تاثیر هشت هفته تمرین هوازی با چرخ کارسنج و مصرف عصاره گزنه بر سطوح پلاسمایی نسفاتین-۱ و پروتئین واکنشگر C در زنان دارای اضافه وزن و چاق، علوم زیستی و ورزشی، مجلد ۹، شماره ۱، شماره صفحات ۱۲۳-۱۴۱، ۲۰۱۷، ISC.
۳۶. مهدی مقرنسی، جهان تیغ اعظم، دلاور رضا، تاثیر هشت هفته تمرین ترکیبی و مصرف مکمل سیر بر تغییرات آدیپونکتین و نیم رخ لیپیدی پسران غیرفعال، ارمغان دانش، مجلد ۲۲، شماره ۱، شماره صفحات ۱۸-۳۱، ۲۰۱۷، ISC.
۳۷. شیلا ناییبی فر، کاظمی طوبی، ابطحی ایوری حسین، مهدی مقرنسی، تغییرات فشار خون، ترکیب بدنی و حداکثر توان هوازی به دنبال ۱۰ هفته تمرینات تناوبی شدید و مصرف زنجبیل در زنان دارای اضافه وزن، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۱۱، شماره ۶، شماره صفحات ۱۹-۲۷، ۲۰۱۷، ISC.
۳۸. مهدی مقرنسی، شیلا ناییبی فر، کاظمی طوبی، ابطحی ایوری حسین، بررسی تغییرات فشار خون، ترکیب بدنی و حداکثر توان هوازی، در پی ۱۰ هفته تمرینات تناوبی شدید و مصرف زنجبیل در زنان دارای اضافه وزن، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۱۱، شماره ۶، شماره صفحات ۱۹-۲۷، ۲۰۱۷، ISC.
۳۹. مهدی مقرنسی، بدیع آخر حسن، کاظمی عبدالرضا، پاپلی سیدامین، بررسی اثر تمرینات مقاومتی دایره ای بر سطح سرمی اینترلوکین ۱۷ و ایمنوگلوبولین های G، A، و M مردان معلول چاق، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۱۱، شماره ۹، شماره صفحات ۹۴-۱۰۳، ۲۰۱۷، ISC.
۴۰. مهدی مقرنسی، جعفری مهری، گلدوی رضوانه، تاثیر ۸ هفته تمرین مقاومتی و یک دوره بی تمرینی کوتاه مدت بر سطوح پلاسمایی کمرین و ترکیب بدن دختران دارای اضافه وزن و چاق، پژوهش های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۹، شماره ۱، شماره صفحات ۹-۲۱، ۲۰۱۷، ISC.
۴۱. مهدی مقرنسی، گلدوی رضوانه، جعفری مهری، بررسی آثار ۴ هفته بی تمرینی پس از یک دوره تمرین مقاومتی بر سطوح آپلین پلاسمایی دختران دارای اضافه وزن و چاق، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۱۰، شماره ۱۱، شماره صفحات ۹۵-۱۰۵، ۲۰۱۷، ISC.
۴۲. مهدی مقرنسی، تشکری زاده مهلا، بررسی تاثیر ده هفته تمرین مقاومتی بر HSP۷۰ و مقاومت به انسولین زنان دیابتی نوع ۲، علوم زیستی و ورزشی، مجلد ۸، شماره ۳، شماره صفحات ۳۴۱-۳۵۱، ۲۰۱۶، ISC.
۴۳. مهدی مقرنسی، تاجی طبس آسیه، تیر ۱۰ هفته تمرین استقامتی روی چرخ کارسنج بر سطوح نسفاتین-۱ و مقاومت به انسولین در زنان مبتلا به دیابت نوع دو، علوم زیستی و ورزشی، مجلد ۸، شماره ۱، شماره صفحات ۹۵-۱۰۶، ۲۰۱۶، ISC.
۴۴. مهدی مقرنسی، عبایسی دلویی نادیه، تاثیر ۸ هفته تمرین مقاومتی دایره ای بر سطوح پلاسمایی واسپین، پروتئین واکنشگر C با حساسیت بالا در زنان جوان دارای اضافه وزن و چاق، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۱۰، شماره ۵، شماره صفحات ۳۸-۴۶، ۲۰۱۶، ISC.
۴۵. مهدی مقرنسی، سالارمحمدی سعدالله، معرفتی حمید، امینی زاده سهیل، حاج غنی مهناز، تیریک دوره تمرین استقامتی توام با تزریق تستوسترون بر مقادیر کمرین و آپلین در فرآیند توانبخشی رت های دچار ایسکمی قلبی، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۳، شماره ۶، شماره صفحات ۳۱-۴۱، ۲۰۱۶، ISC.
۴۶. مهدی مقرنسی، نصرآبادی مهین، تیر تمرین ایروبیک موزون بر سطوح سرمی امتن-۱ و برخی متغیرهای آنتروپومتریکی در زنان چاق، دیابت و متابولیسم ایران- دیابت و لیپید ایران، مجلد ۱۵، شماره ۳، شماره صفحات ۱۹۲-۲۰۱۶، ۲۰۱۶، ISC.
۴۷. مهدی مقرنسی، ایزدی قهفرخی مریم، فرامرزی محمد، تاثیر ۸ هفته تمرین ایروبیکی و مصرف مکمل چای سبز بر پروتئین شوک حرارتی (HSP۲۲) و BMI زنان چاق دیابتی نوع ۲، ارمغان دانش، مجلد ۲۰، شماره ۱۲، شماره صفحات ۲۰۱۶، ۲۰۱۶، ISC.
۴۸. مهدی مقرنسی، شهاخت نشتیفانی فرهاد، فوادالدینی محسن، بان پروری مریم، بیات جواد، حسینی مهران، ارزیابی

- اثرات حفاظتی مصرف مکمل آغوز بر شاخص های آسیب عضلانی ناشی از ورزش در موش صحرایی، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۴، شماره ۸، شماره صفحات ۹-۲۰۱۶، ۱۹، ISC.
۴۹. مهدی مقرنسی، بیات جواد، فوادالدینی محسن، صالحی کیا عباس، حسینی مهران، شهامت نشتیفانی فرهاد، تاثیر مصرف آغوز به همراه تمرینات هوازی و بی هوازی بر پراکسیداسیون لیپیدی و ظرفیت آنتی اکسیدانی تام موشهای صحرایی نر ویستار، ارمغان دانش، مجلد ۲۱، شماره ۳، شماره صفحات ۲۶۵-۲۷۷، ۲۷۷، ISC.
۵۰. مهدی مقرنسی، دهقانی کریم، طالعی رودی مرضیه، اثر تمرینات تناوبی با شدت بالا بر مقادیر رزیستین پلاسمایی دانشجویان پسر غیرورزشکار (یک مطالعه آزمایشی)، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۹، شماره ۱۱، شماره صفحات ۳۳-۴۰، ۲۰۱۶، ISC.
۵۱. مهدی مقرنسی، مددی جابری میترا، وحیدیان رضازاده مجید، کرجی بانی منصور، تاثیر ۸ هفته تمرین هوازی منتخب و مصرف عصاره هیدروالکلی گزنه بر مقادیر آپلین و hs-CRP پلازما زنان دارای اضافه وزن و چاق، ارمغان دانش، مجلد ۲۱، شماره ۹، شماره صفحات ۸۴۶-۸۵۹، ۲۰۱۶، ISC.
۵۲. مهدی مقرنسی، ایزدی قهفرخی مریم، فرامرزی محمد، تاثیر ۱۰ هفته تمرین هوازی و مصرف مکمل چای سبز بر نیمرخ لیپیدی و مقاومت به انسولین و آنزیم های کبدی (GGT, ALT, AST) زنان چاق دیابتی نوع ۲، ارمغان دانش، مجلد ۲۰، شماره ۲، شماره صفحات ۱۶۱-۱۷۱، ۲۰۱۵، ISC.
۵۳. مهدی مقرنسی، بهرام محمدابراهیم، تاثیر دوازده هفته تمرین تناوبی با شدت بالا (HIIT) بر سطوح لپتین و عوامل وابسته به چاقی دانشجویان دختر دچار اضافه وزن، علوم زیستی ورزشی، مجلد ۶، شماره ۴، شماره صفحات ۴۴۵، ۲۰۱۵، ISC.
۵۴. مهدی مقرنسی، جعفری مهری، سلیمی خراشاد علیرضا، تاثیر دو نوع تمرین استقامتی و مقاومتی بر مقادیر پلاسمایی کمرین و عوامل وابسته به چاقی در دختران دارای اضافه وزن و چاق، ارمغان دانش، مجلد ۲۰، شماره ۴، شماره صفحات ۲۷۳-۲۸۶، ۲۰۱۵، ISC.
۵۵. مهدی مقرنسی، تاجی طبس آسیه، تاثیر ۱۰ هفته تمرین مقاومتی بر سطوح سرمی نسفاتین-۱ و شاخص مقاومت به انسولین در زنان مبتلا به دیابت نوع ۲، دیابت و متابولیسم ایران- دیابت و لیپید ایران، مجلد ۱۴، شماره ۳، شماره صفحات ۱۷۹-۱۸۸، ۲۰۱۵، ISC.
۵۶. مهدی مقرنسی، گلدوی رضوانه، تاثیر دو شیوه تمرین استقامتی و مقاومتی بر سطوح آپلین پلاسمایی و برخی متغیرهای آنتروپومتریکی دختران دچار اضافه وزن و چاق، علوم زیستی ورزشی، مجلد ۷، شماره ۲، شماره صفحات ۲۶۱-۲۷۷، ۲۰۱۵، ISC.
۵۷. مهدی مقرنسی، عظیمی دخت سیدمحمد، کارگر شورکی محمدخلیل، زارع زاده مهریزی علی اصغر، تاثیر ۸ هفته تمرین تناوبی بر مقاومت به انسولین و نیمرخ چربی مردان دیابتی نوع ۲ تحت درمان با متفورمین، علوم زیستی ورزشی، مجلد ۷، شماره ۳، شماره صفحات ۴۶۱-۴۷۶، ۲۰۱۵، ISC.
۵۸. مهدی مقرنسی، دهقانی کریم، تاثیر تمرینهای تناوبی با شدت بالا (HIIT) و بی تمرینی متعاقب آن بر مقادیر آدیپونکتین پلاسمایی دانشجویان پسر غیرورزشکار، دانشور پزشکی، مجلد ۲۲، شماره ۱۱۴، شماره صفحات ۲۰۱۴، ISC.
59. Mehdi Mogharnasi, Mohammad Malekaneh, Marziyeh Saghebjo, Shila Nayebifar, The Combinatory Effect of Spirulina Supplementation and Resistance Exercise on Plasma Contents of Adipolin, Apelin, Ghrelin, and Glucose in Overweight and Obese Men, Mediators of Inflammation, Vol. 9539286, No. 2022, pp. 1-9, 2022, ISI, JCR, Scopus.
60. Mohsen Mohammadnia Ahmadi, Mehdi Mogharnasi, Effects of High and moderate-Intensity Interval Training on pulmonary and performance parameters in miners suffering from Chronic Obstructive Pulmonary Diseases, Journal of Occupational and Environmental Medicine, Vol. 10, No. 63, pp. 673-678, 2021, ISI, JCR, Scopus.
61. Mehdi Mogharnasi, Mohsen Mohammadnia Ahmadi, Effects of Moderate Intensity Interval Training on workers suffering from Restrictive Lung Diseases associated with working in Iran Occupational Health, Vol. 1, No. 18, pp. 32-44, 2021, isc, Scopus.
62. Mehdi Mogharnasi, Siahkouhian Marefat, Bahram Mohammad Ebrahim, Muscle Flexibility and Explosive Power in Young Artistic Gymnast Boys at Different Performance Level, Science of Gymnastics Journal, Vol. 2, No. 13, pp. 253-262, 2021, ISI, Scopus.
63. Mehdi Mogharnasi, Seyyed Hossein Abtahi, & Eivari, The effects of spirulina under high intensity interval training on levels of nesfatin-1, omentin-1, and lipid profiles in overweight and obese females: A Randomized, Controlled, Single-blind Trial, Journal of Research in Medical Sciences, Vol. 1, No. 26, pp. 1-10, 2021, JCR, isc, Scopus.

- Mehdi Mogharnasi, Sadollah Salar, & Mohammadi, Hamid Marefati, Soheil Aminizadeh, Effects of different exercise intensities on serum levels of Apelin and Chemerin in male Wistar rats, *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, Vol. 6, No. 25, pp. 11597-11602, 2021, Scopus .64
- Mehdi Mogharnasi, Mohsen Mohammadnia Ahmadi, Effects of High and moderate-Intensity Interval Training on pulmonary and performance parameters in miners suffering from Chronic Obstructive Pulmonary Diseases, *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, Vol. 10, No. 63, pp. 673-678, 2021, ISI, JCR, Scopus .65
- Mehdi Mogharnasi, Hossein Nakhaei, Fereshteh Ahmadabadi, Chun, & Jung Huang, Aerobic interval training improves irisin and chemerin levels of the liver and visceral adipose tissues, and circulating asprosin in rats with metabolic syndrome, *Physiology International*, Vol. 3, No. 108, pp. 383-397, 2021, ISI, JCR, Scopus .66
- Mehdi Mogharnasi, Azam Bagherinia, Maryam Banparvari, Aynollah Naderi, The Effect of 6-Week Interval and Continuous Training with Zizphus Vulgaris Extract Supplementation on Hippocampus's BDNF Male Wistar Rats, *International Journal of Health Studies*, Vol. 4, No. 6, pp. 5-8, 2020 .67
- Mehdi Mogharnasi, Taheri Chadorneshin Hossein, Papoli Baravati Seyed Amin, Teymuri Asma, Effects of upper-body resistance exercise training on serum nesfatin-1 level insulin resistance and body composition in obese paraplegic men, *Disability and Health Journal*, Vol. 12, No. 1, pp. 29-34, 2019, JCR, Scopus .68
- Mehdi Mogharnasi, Karajibani Mansour, Montazerifar Farzaneh, Mousavi Gillani Seyed Reza, Dasheipour Alireza, The effect of endurance exercise training on vaspin, lipid profile and anthropometric indices in young people, *Journal of Nutrition and Food Security*, Vol. 4, No. 4, pp. 263-271, 2019, isc .69
- Mehdi Mogharnasi, Taherichadorneshin Hossein, Abbasi Deloei Nadieh, Effect of exercise training type on plasma levels of vaspin, nesfatin-1, and high-sensitivity C-reactive protein in overweight and obese women, *Obesity Medicine*, Vol. 13, No. 1, pp. 34-38, 2019, Scopus .70
- Mehdi Mogharnasi, Tashakorizadeh Mahla, Nayebifar Shila, The Effects of Resistance and Endurance Training on Nesfatin-1 HSP70 Insulin Resistance and Body Composition Levels in Women with Type 2 Diabetes Mellitus, *Science and Sports*, Vol. 34, No. 1, pp. 15-23, 2019, JCR, Scopus .71
- Fanaei Hamed, Mehdi Mogharnasi, Hossein Nakhaei, Effect of continuous and interval swimming training on levels of asprosin, lipid profile, glucose and insulin resistance in rats with metabolic syndrome, *Obesity Medicine*, Vol. 15, No. 1, pp. 1-7, 2019, Scopus .72
- Mehdi Mogharnasi, Karajibani Mansour, Montazarifar Farzaneh, Mousavi Gillani Seyed Reza, Dasheipour Alireaz, Effect of Aerobic and Anaerobic Exercises on Anthropometric Parameters Chemerin and Adiponectin Levels in Non-Athletic Men, *Health Scope*, Vol. 7, No. 2, pp. 61819-61819, 2018, WOS, isc .73
- Marziyeh Saghebjo, Mehdi Mogharnasi, Fereshteh Ahmadabadi, The response of meteorin-like hormone and interleukin-4 in overweight women during exercise in temperate warm and cold water, *Hormone Molecular Biology and Clinical Investigation*, Vol. 3, No. 26, pp. 1-7, 2018, Scopus .74
- Mehdi Mogharnasi, Cheragh, Birjandi Kazem, Cheragh, Birjandi Sadegh, Taherichadorneshin Hossein, The effects of resistance and endurance training on risk factors of vascular inflammation and atherogenesis in non-athlete men, *Interventional Medicine and Applied Science*, Vol. 9, No. 4, pp. 185-190, 2017, ISI, Scopus .75
- Mehdi Mogharnasi, Mesbahzadeh Behzad, Abbasi Maleki Saeid, Moradi Kor Nasroallah, The effects of oral supplementation of spirulina platensis microalgae on hematological parameters in streptozotocin-induced diabetic rats, *American Journal of Translational Research*, Vol. 9, No. 12, pp. 5238-5244, 2017, JCR, Scopus .76
- Mehdi Mogharnasi, Delavar Reza, Khobkhahi Nazanin, The Effects of Combined Training on Oxidative Stress and Antioxidant Defense Indicators, *International Journal of Basic Science in* .77

- .Medicine,Vol. 2,No. 1,pp. 29-32,2017,isc
- Mehdi Mogharnasi,Barahooee Khajeahmad Maryam,Salehikia Abbas,Foadoddini .78
Mohsen,Bayat Javad,The Long-Term Effects of Colostrum Supplementation and Sprint-
Endurance Training on Plasma VEGF Levels in Male Wistar Rats,International Journal of Basic
Science in Medicine,Vol. 2,No. 3,pp. 151-156,2017,isc
- Mehdi Mogharnasi,Kazemi Tooba,Abtahi Eivari Hossein,Determination of Atherosclerosis .79
markers changes after HIIT and ginger consumption in response to acute exercise in overweight
.women,Journal of Applied Pharmaceutical Science,Vol. 6,No. 7,pp. 78-84,2016,Scopus
- Mehdi Mogharnasi,Papoli Baravati Seyed Amin ,Badiakhar Hasan,Rahimi Elmira,Response .80
and compatibility of plasma levels of nesfatin-1 glucose and insulin resistance index to circuit
.resistance training in obese disabled men,IIOAB Journal,Vol. 7,No. 8,pp. 74-81,2016,ISI.Scopus
- Mehdi Mogharnasi,Kazemi Tooba,Abtahi Hossein,The effect a ten-week high intensity interval .81
training and ginger consumption on inflammatory indices contributing to atherosclerosis in
.women,Journal of Research in Medical Sciences,Vol. 21,No. 1,pp. 116-116,2016,JCR.isc.Scopus
- Mehdi Mogharnasi,Nakhaei Hossein,Dahmarde Khalighi Mohammad Reza,The effects of ten- .82
week training followed by four-week detraining on serum resistin of non-athlete iranian male
.students,IIOAB Journal,Vol. 7,No. 10,pp. 7-11,2016,ISI.Scopus
- Mehdi Mogharnasi,Aghamohmmadi Fahimeh,Kianian Toktam,Effects of different types of .83
exercise training and detraining on plasma homocysteine and the factors associated with
.obesity in sedentary young men,Der Pharmacia Lettre,Vol. 7,No. 9,pp. 78-83,2015,Scopus
- Mehdi Mogharnasi,Dehghani Karim,Effects of 10 weeks of aerobic interval training and 4 .84
weeks detraining on plasma adiponectin levels in male student non-athletes
زاهدان - isc,تحقیقات علوم پزشکی,Zahedan Journal of Research in Medical Sciences,Vol. 17,No. 10,pp. 1-7,2015,isc
- Mehdi Mogharnasi,Jafari Mehri,The protective effect of different methods of exercise .85
training on plasma levels of Nesfatin-1 cardiorespiratory endurance and body composition in
.overweight and obese females,مراقبت های نوین,Vol. 12,No. 2,pp. 61-67,2015,isc
- Mehdi Mogharnasi,Paziraei Mohsen,Azadmanesh Majid,Rezaei Mehdi,The Interactive effect .86
of aerobic exercise and omega-3 fatty acids supplement on plasma homocysteine concentration
and sICAM-1 in elderly men,International Journal of Review in Life Sciences,Vol. 5,No. 9,pp.
.826-833,2015

پایان نامه ها

۱. تاثیر هشت هفته تمرین تناوبی هوازی و مصرف مکمل جینکو بیلوبا بر بیان ژن های MEG3، TUG1 و GDNF در بافت هیپوکامپ موشهای صحرائی آلزایمری شده
۲. تاثیر هشت هفته تمرین با سه شیوه ترکیبی بر برخی شاخص های استرس اکسایشی و التهابی، قدرت عضلانی و توان انفجاری مردان تمرین کرده
۳. تاثیر شش هفته تمرین پیلاتس و مصرف مکمل چای سبز بر سطوح پلاسمایی پروتئین واکنش پذیر C و برخی عوامل آمادگی جسمانی و ترکیب بدنی زنان دارای اضافه وزن و چاق
۴. تاثیر چهار هفته تمرین پیلاتس و مصرف مکمل زردچوبه بر سطوح پلاسمایی پروتئین واکنش پذیر C و نیمرخ لیپیدی زنان دارای اضافه وزن و چاق
۵. تاثیر مصرف کوتاه مدت چای سبز بر هزینه ی سوخت و سازی و اکسایش سوبسترا حین تمرین حاد با شدت Fatmax در مردان سالم دارای اضافه وزن یا چاق
۶. تاثیر هفت هفته تمرین سی ایکس ورکس همراه با مصرف مکمل گزنه بر نیمرخ لیپیدی، پروتئین واکنشگر C و برخی شاخص های ترکیب بدنی زنان دچار اضافه وزن و چاقی
۷. تاثیر چهار هفته مکمل دهی انار و تمرین در منزل بر فعالیت الکتریکی قلب و نیم رخ لیپیدی در زنان یائسه دارای اضافه وزن و چاق
۸. تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر پراکسیداسیون لیپیدی، برخی شاخص های ضد اکسایشی و ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
۹. تاثیر چهار هفته تمرین در منزل و مصرف مکمل انار بر نشانگرهای متابولیسم آهن، استرس اکسایشی و برخی

- شاخص های ترکیب بدنی در زنان یائسه دارای اضافه وزن و چاق
۱۰. مقایسه تاثیر تمرینات مقاومتی فانکشنال (عملکردی) و سنتی بر برخی شاخص های زیست- حرکتی، ترکیب بدنی و غربالگری حرکتی مردان سالم غیرفعال
 ۱۱. تاثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید (HIIT) و مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی مالون دی آلدیید و گلوکوتائین پراکسیداز زنان دارای اضافه وزن و چاق
 ۱۲. تأثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید (HIIT) و مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی پروتئین واکنش پذیر C، نیمرخ لیپیدی و کورتیزول زنان دارای اضافه وزن و چاق
 ۱۳. تاثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف مکمل شنبلیله بر برخی شاخص های سیستم ایمنی و میزان تعدیل چاقی در زنان دارای اضافه وزن و چاق
 ۱۴. تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر مقادیر پلاسمایی رزیستین و برخی از شاخص های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
 ۱۵. تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر مقادیر پلاسمایی رزیستین و برخی از شاخص های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
 ۱۶. تأثیر هشت هفته تمرین تناوبی شدید و تداومی با شدت متوسط بر سطوح پلاسمایی آسپروسین، آدیپولین، حساسیت به انسولین و برخی شاخصهای ترکیب بدنی زنان دارای اضافه وزن و چاق
 ۱۷. بررسی تاثیر هشت هفته تمرین شنای تداومی و تناوبی با شدت بالا بر مقادیر بافتی کمرین، آیریزین و مقاومت به انسولین موش های صحرایی نر مبتلا به سندرم متابولیک
 ۱۸. تاثیر هشت هفته تمرین هوازی و مقاومتی بر غلظت های سرمی عامل رشد عصب و نوروتروفین 4 در زنان مبتلا به نوروپاتی دیابتی
 ۱۹. تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر مقادیر پلاسمایی لیپوکالین-2، آیریزین و برخی شاخص-های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
 ۲۰. تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر مقادیر پلاسمایی لیپوکالین-2، آیریزین و برخی شاخص-های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
 ۲۱. تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی و مصرف شیر سویا بر نیمرخ لیپیدی، ترکیب بدنی و برخی از عوامل آمادگی جسمانی زنان سالمند
 ۲۲. تاثیر تمرین پیلاتس و مصرف مکمل دارچین بر ترکیب بدن و برخی عوامل آمادگی جسمانی زنان دارای اضافه وزن و چاق
 ۲۳. تأثیر 6 هفته تمرین هوازی و مصرف عصاره آبی دانه زیره سیاه (carum carvi) بر سطوح پلاسمایی آدیپولین، آیریزین، پروفایل لیپیدی و بیان ژن های CTRP12 و FND5 بافت چربی موش های صحرایی نر چاق
 ۲۴. تاثیر شش هفته تمرین پیلاتس و مصرف مکمل شوید بر سطح سرمی آیریزین و مقاومت به انسولین زنان دارای اضافه وزن و چاق
 ۲۵. تأثیر 4 هفته تمرین تناوبی شدید و مکمل دهی اسپیرولینا بر سطوح پلاسمایی امتن-1 و نیم رخ لیپیدی دختران دارای اضافه وزن و چاق
 ۲۶. تاثیر 6 هفته تمرین پیلاتس و مصرف مکمل شوید بر مقادیر سرمی نسفاتین-1 و مقاومت به انسولین زنان دارای اضافه وزن و چاق
 ۲۷. تأثیر 4 هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف مکمل اسپیرولینا بر نسفاتین-1 پلاسما و نیم رخ لیپیدی دختران دارای اضافه وزن و چاق
 ۲۸. تاثیر هشت هفته تمرین شنای تداومی و تناوبی بر سطوح سرمی آسپروسین، نیمرخ لیپیدی، گلوکز و مقاومت به انسولین موش های صحرایی نر مبتلا به سندرم متابولیک
 ۲۹. تأثیر دو شیوه تمرین تداومی و تناوبی هوازی و مصرف عصاره عناب بر آپوپتوز بافت قلب موش های صحرایی نر دچار سکنه قلبی
 ۳۰. تاثیر مصرف کوتاه مدت مکمل آغوز بر تغییرات سطوح سرمی شاخص های آسیب های عضلانی پس از فعالیت حاد مقاومتی در مردان جوان سالم
 ۳۱. تاثیر مکمل دهی کوتاه مدت آغوز بر سطوح سرمی پراکسیداسیون لیپیدی و ظرفیت آنتی اکسیدانی تام ناشی از فعالیت حاد مقاومتی در مردان سالم
 ۳۲. اثر 6 هفته تمرین تناوبی و تداومی هوازی با مصرف عصاره عناب بر سطوح نسفاتین-1 پلاسمایی موش های صحرایی نر دچار سکنه قلبی
 ۳۳. تأثیر 6 هفته تمرین تناوبی و تداومی هوازی همراه با مصرف عصاره هیدروالکلی عناب بر سطوح آدیپولین پلاسمایی موش های صحرایی نر دچار سکنه قلبی
 ۳۴. اثر 6 هفته تمرین تناوبی و تداومی هوازی همراه با مصرف عصاره عناب بر سطح آیریزین پلاسمایی موش

های صحرایی نر دچار سکتة قلبی
۳۵. تأثیر تمرین تناوبی با شدت بالا و متوسط بر شاخص های عملکرد ریوی و قلبی-تنفسی کارگران بیمار مبتلا به
COPD شاغل در محیط آلوده معدن سنگ آهن
۳۶. بررسی اثر حاد فعالیت ورزشی در آب سرد و گرم بر سطوح پلاسمایی هورمون گرلین آسپیل دار و پپتید ۷۷ در
زنان جوان دارای اضافه وزن
۳۷. بررسی اثر حاد فعالیت ورزشی در آب سرد و گرم بر سطوح پلاسمایی هورمون شبه متئورین و اینترلوکین-4
زنان جوان دارای اضافه وزن
۳۸. تأثیر 10 هفته تمرین تناوبی با و بدون مکمل زنجبیل بر سطوح سرمی MCP-1، ICAM-1 و IL-10 استرحتی
و پاسخ به فعالیت حاد زنان دارای اضافه وزن

کتابها

-
۱. تمرینات ورزشی و آدیپوکاین ها
 ۲. آناتومی پلائیومتریک
 ۳. تمرینات ورزشی و آدیپوکاین ها