

## مهندی مقرنسی

استاد

دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه: علوم ورزشی



### سوابق تحصیلی

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

### اطلاعات استخدامی

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

### سوابق اجرایی

مدیر گروه علوم ورزشی  
دانشگاه بیرجند  
تاریخ: 10/5/1402

عضو هیئت 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

مدرس فدراسیون والبیال جمهوری اسلامی ایران  
برگزاری ۳ دوره کلاس مربیگری درجه ۳ والبیال(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 پرديس 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: ۱/۱/۱۴۰۰

عضو هیات تحریریه مجله تخصصی فیزیولوژی حرکت و تندرستی  
دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علی آبادکتوی  
تاریخ: ۱/۴/۱۴۰۲

## 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 (ICAM-1) موشهای صحرایی ویستار"  
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 آنتروپیومتریک مردان چاق و دارای اضافه وزن،دومین کنفرانس ملی یافته های نوین زیست شناسی،شماره صفحات ۵۰-۵۳،۲۰۲۱،زاهدان،۰۹۰۳۰۲۱.

۲. مهدی مقرنسی،فاطمه گلستانی،محبوبه عرفانی فر،سیدحسین ابطحی ایوری،تأثیر ۴ هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف مکمل اسپیرولینا بر سطوح نصفاتین ۱- و امتنین ۱- پلاسمایی دختران چاق دارای اضافه وزن و چاق،همایش ملی تربیت بدنی،تعذیبه و طب ورزشی،شماره صفحات ۵۰-۵۹،۲۰۱۹،مشهد،۰۹۰۹۲۰۱۹.

۳. مهدی مقرنسی،پالی 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،۰۱۲۰۱۶-۲۰۱۶.

۴. مهدی مقرنسی،مددی جابری میترا،وحیدیان رضازاده مجید،کرجی بانی منصورت ثیر ۸ هفته تمرین هوایی 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،۰۹۲۰۱۶-۰۹۲۰۱۶.

۵. مهدی مقرنسی،منفرد آزیتا،وحیدیان رضازاده مجید،کرجی بانی منصور،اثر مکمل دهی عصاره گزنه و تمرین هوایی 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،۰۹۲۰۱۶-۰۹۲۰۱۶.

۶. مهدی مقرنسی،منفرد آزیتا،وحیدیان رضازاده مجید،تأثیر ۸ هفته تمرین هوایی و مصرف عصاره ضد التهابی گزنه بر شاخص های التهاب TNF-α و IL-۶ در زنان دارای اضافه وزن و چاق،دومین همایش بین المللی و پنجمین همایش ملی گیاهان دارویی و کشاورزی پایدار،شماره صفحات -،همدان،۰۷۲۰۱۶-۰۷۲۰۱۶.

۷. مهدی مقرنسی،مددی جابری میترا،وحیدیان رضازاده مجید،آثار طولانی مدت مصرف عصاره گزنه و تمرین هوایی 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،۰۷۲۰۱۶-۰۷۲۰۱۶.

۸. مهدی مقرنسی،مقم افتخاری سهیلا،وحیدیان رضازاده مجید،اثیر مکمل دهی عصاره گزنه و تمرین هوایی روی چرخ کارسنج بر سطوح پلاسمایی پروتئین ضد اشتہای نصفاتین 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،۰۷۲۰۱۶-۰۷۲۰۱۶.

## مقالات در نشریات

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 مقرنی، حسین طاهری چادر نشین، نهایتی، مالکی، تأثیر پروتکل هیپوتراپی بر زمان شروع فعالیت عضالت اندام تحتانی در بیماران مبتال به مولتیپل اسکلروزیس، *طب توانبخشی*، مجلد ۱، شماره ۲، شماره صفحات ۷۸-۲۰۲۳.
3. رضا قهرمانی، زهرا غفاری، مهدی مقرنی، تأثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید (HIIT) و مصرف مکمل شبیله 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 ۱۰-۲۰۲۲.
4. مهدی مقرنی، فاطمه حاجی زاده، رضا قهرمانی، طوبی کاظمی، تأثیر چهار هفته مکمل دهی انار و تمرین در منزل بر فعالیت الکتریکی قلب و نیم رخ لبییدی در زنان یائسه دارای اضافه وزن و چاق، *دانشگاه علوم پزشکی بیرونی*، مجلد ۱، شماره ۳۰، شماره صفحات ۴۴-۲۰۲۳.
5. مهدی مقرنی، فایزه معمارزاده، علی ثقه الاسلامی، تأثیر شش هفته تمرین سی ایکس ورکس (CXWORX) همراه با مصرف مکمل گزنه بر نیمرخ لبییدی، پروتئین واکنشگر C و برخی شاخص‌های ترکیب بدنی زنان دچار اضافه وزن و چاق، *سوخت و ساز و فعالیت ورزشی*، مجلد ۲، شماره صفحات ۱-۷، ۲۰۲۳.
6. مهدی مقرنی، محمدرضا ایزدمهر، مرضیه ثاقب جو، اصغر زربان، تأثیر تمرین مقاومتی توأم با مصرف اسپیرولینا بر مالون دی آلدهید و ظرفیت تام آنتی اکسیدانی در مردان دارای اضافه وزن و چاق، *مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش*، مجلد ۱، شماره ۱۵، شماره صفحات ۳۹-۴۹.
7. مهدی مقرنی، زهرا غفاری، رضا قهرمانی، بررسی تأثیر ۶ هفته تمرین تناوبی شدید همراه با مصرف مکمل شبیله بر نیمرخ لبییدی و شاخص‌های ترکیب بدنی زنان دارای اضافه وزن و چاق، *ارمغان دانش*، مجلد ۲، شماره ۲۸، شماره صفحات ۱۷-۱.
8. مهدی مقرنی، محمدرضا ایزدمهر، مرضیه ثاقب جو، اصغر زربان، تأثیر تمرین مقاومتی و مصرف اسپیرولینا بر شاخص‌های ضد اکسایشی مردان دارای اضافه وزن و چاق، *دانشکده پزشکی مشهد*، مجلد ۳، شماره ۶۵، شماره صفحات ۱۲۳-۱۲۴۵.
9. مهدی مقرنی، 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 موش‌های صحرایی نر مبتلا به سندروم متابولیک، *دانشکده پزشکی مشهد*، مجلد ۵، شماره ۶۵، شماره صفحات ۱۹۲۵-۱۹۴۱.
10. مهدی مقرنی، رضوانه گلدوی، شیلا نایبی 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 ۱۵، شماره صفحات ۴۲-۵۲.
11. مهدی مقرنی، خاطره فروتن، محمد اسماعیل افضل پور، بررسی تأثیر ۶ هفته تمرین تناوبی شدید همراه با مصرف مکمل شبیله بر سطوح پلاسمایی مالون دی آلدهید و گلوتاتیون پراکسیداز زنان دارای اضافه وزن و چاق، *مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش*، مجلد ۱، شماره ۹، شماره صفحات ۱-۷.
12. مهدی مقرنی، خدیجه ابراهیمی، تأثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف مکمل شبیله بر شاخص‌های سیستم ایمنی در زنان دارای اضافه وزن و چاق، *دانشکده پزشکی مشهد*، مجلد ۱، شماره ۶۵، شماره صفحات ۱۹۳-۲۰۲۲.
13. مهدی مقرنی، 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 بیرونی*، مجلد ۲، شماره ۲۹، شماره صفحات ۸۵-۹۶.
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

۱۶. مهدی مقرنسی، مراد حسینی، امید ظفرمند، تأثیر هشت هفته تمرين همزمان بر مقاومت انسولینی و مقادیر پلاسمایی رزیستین و گلوكز مردان میانسال دارای اضافه وزن و چاق، مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، مجلد ۹، شماره ۹، ۲۰۲۲-۳۵ صفحات ۴۷.
۱۷. مهدی مقرنسی، بابک مصطفی فرخانی، فاطمه خدادادی، غزاله کریمی ترشیزی، محمد مسافری ضیاء الدینی، تأثیر ریکاوری با غوطهوری در آب سرد بر شاخص‌های آسیب عضلانی و عملکرد ورزشی متعاقب انجام فعالیت سرعتی تکراری در فوتوبالیست‌های مرد جوان، پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۲، شماره ۱۴، ۲۰۲۲-۱۵۱ صفحات.
۱۸. مهدی مقرنسی، صالحه غلامی مقدم، کریم دهقانی، تأثیر مکمل دهی اسپیرولینا و تمرينات مقاومتی دایره‌ای بر مقادیر پلاسمایی رزیستین و برخی شاخص‌های ترکیب بدنی کارکنان نیروی انتظامی دارای اضافه وزن و چاق، طب انتظامی، مجلد ۳، شماره ۱۵، ۲۰۲۱-۱۴۹ صفحات.
۱۹. مهدی مقرنسی، بابک مصطفی فرخانی، سیدهادی اصغری، هادی رضوی، محسن بهزادنسب، تأثیر ۴ هفته تمرينات موازی مقاومتی-هوازی 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، ۲۰۲۱-۳۲ صفحات.
۲۰. مهدی مقرنسی، کریم دهقانی، مرضیه ثاقب جو، هادی سریر، محمد ملکانه، تغییرات سطوح لیپوکالین-۲ پس از تمرينات مقاومتی و مصرف میکرو-جلبک اسپیرولینا در مردان دارای اضافه وزن و چاق، فیض، مجلد ۵، شماره ۲۵، ۲۰۲۱-۱۱۸۴ صفحات.
۲۱. مهدی مقرنسی، کریم دهقانی، مرضیه ثاقب جو، محمد سریر، هادی سریر، اثر مصرف جلبک سبز-آبی اسپیرولینا (Spirulina Platensis) و تمرينات مقاومتی دایره‌ای بر پروفایل لیپیدی در مردان میانسال دارای اضافه وزن و چاق، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، مجلد ۳، شماره ۲۸، ۲۰۲۱-۲۴۸ صفحات.
۲۲. مهدی مقرنسی، اقدس کاظمی مهر، سعید ایل بیگی، تأثیر هشت هفته تمرين مقاومتی و مصرف شیرسویا بر نیمرخ لیپیدی، ترکیب بدنی و برخی از عوامل آمادگی جسمانی زنان سالم‌نده شهر یاسوج، ارمغان دانش، مجلد ۴، شماره ۲۶، ۲۰۲۱-۶۱۱ صفحات.
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 اسکلروزیس، کومش، مجلد ۵، شماره ۲۳، ۲۰۲۱-۵۵۶ صفحات.
۲۴. مهدی مقرنسی، صدیقه طاهرزاده، آیت کائیدی، بهرام رسولیان، تأثیر ۶ هفته تمرين هوازی و مصرف عصاره آبی دانه زیره سیاه بر بیان زن FNDC5 و سطح سرمی آیریزین موش-های صحرایی نر چاق، پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۱، شماره ۱۳، ۲۰۲۱-۹۱ صفحات.
۲۵. مهدی مقرنسی، صدیقه طاهرزاده، بهرام رسولیان، آیت کائیدی، امیر خسروی، CTRP تأثیر ۶ هفته تمرين هوازی و مصرف عصاره آبی دانه زیره سیاه بر بیان زن ۱۲ تغییرات وزن بدن و چربی زیرجلدی موشهای صحرایی نر چاق: یک مطالعه تجربی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، مجلد ۱، شماره ۱۹، ۲۰۲۰-۳۹ صفحات.
۲۶. مهدی مقرنسی، صدیقه طاهرزاده، بهرام رسولیان، آیت کائیدی، تأثیر ۶ هفته تمرين هوازی 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، ۲۰۲۰-۳۶۳ صفحات.
۲۷. مهدی مقرنسی، فریده رضائی نامجو، امیر رشید لمیر، سعید سمرقندیان، تأثیر هشت هفته تمرين هوازی و مقاومتی بر غلظت-های سرمی عامل رشد عصب و نوروتروفین ۴ در زنان مبتلا به نوروپاتی دیابتی، زیست‌شناسی جانوری، مجلد ۳، شماره ۱۲، ۲۰۲۰-۴۹ صفحات.
۲۸. مهدی مقرنسی، کریم دهقانی، مرضیه ثاقب جو، هادی سریر، محمد ملکانه، تأثیر هشت هفته تمرين 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، ۲۰۲۰-۳۳۲ صفحات.
۲۹. مهدی مقرنسی، سیدرضا عربی شترخسبی، محسن محمدنیا‌احمدی، تأثیر مکمل دهی کوتاه مدت آگوز بر سطوح سرمی مالون دی‌الدهید و ظرفیت آنتی اکسیدانی تام ناشی از فعالیت حاد مقاومتی در مردان سالم، ارمغان دانش، مجلد ۵، شماره ۲۴، ۲۰۱۹-۹۰۶ صفحات.
۳۰. مرضیه ثاقب جو، عاطفه قربانی، مهدی مقرنسی، فرشته احمدآبادی، اثر حاد فعالیت ورزشی تناوبی در آب معتدل، گرم و سرد بر سطوح پلاسمایی گلین آسیلدار و پیتید ۷۷ در زنان جوان دارای اضافه وزن، پژوهشنامه فیزیولوژی ورزشی کاربردی، مجلد ۲۹، شماره ۱۵، ۲۰۱۹-۱۰۳ صفحات.
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، نیمروخ لیپیدی، درصد چربی و شاخص توده بدنی مردان غیرفعال، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۱۴، شماره ۷، صفحات ۱۲۹-۱۴۰، ISC، ۲۰۱۹.
۳۲. مهدی مقرنسی، محمدعلی ربیعی، هادی سریر، خراشادی زاده محسن، بررسی اثر تمرین تنابوی هوایی و مصرف عصاره عناب بر برخی شاخص‌های آپوپتوز بافت قلب موش‌های صحرایی نر دچار سکته قلبی، پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۱۱، شماره ۱، شماره صفحات ۷۷-۹۵، ISC، ۹۰، ۲۰۱۹.
۳۳. مهدی مقرنسی، حسینی مهشید، بمبئی چی عفت، هادی سریر، کارگردان مهدی، تثیر شش هفته تمرین تداومی با مصرف عصاره عناب بر سطوح لیپوکالین-۲ و آدیونکتین پلاسمایی و بافت قلب موش‌های صحرایی دچار انفارکتوس قلبی، افق دانش، مجلد ۲۴، شماره ۳، شماره صفحات ۱۹۳-۲۰۲، ISC، ۲۰۱۸-۱۹۳.
۳۴. مهدی مقرنسی، منفرد آزیتا، حبیبیان رضازاده مجید، اثر تعاملی تمرین روی چرخ کارسنج و مصرف عصاره ضدالتهابی گزنه بر تغییرات برخی شاخص‌های 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، ISC، ۲۰۱۸-۹۵.
۳۵. مهدی مقرنسی، مقدم افتخار سهیلا، حبیبیان رضازاده مجید، کرجی بای منصور، تاثیر هشت هفته تمرین هوایی 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 ورزشی، مجلد ۹، شماره ۱، شماره صفحات ۱۲۳-۲۰۱۷، ISC، ۱۴۱، ۲۰۱۷.
۳۶. مهدی مقرنسی، جهان تیغ اعظم، دلاور رضا، تاثیر هشت هفته تمرین ترکیبی و مصرف مکمل سیر بر تغییرات آدیونکتین و نیم رخ لیپیدی پسران غیرفعال، ارمغان دانش، مجلد ۲۲، شماره ۱، شماره صفحات ۱۸-۲۱، ISC، ۲۰۱۷.
۳۷. شیلا نایی فر، کاظمی طوبی، ابطحی ایوری حسین، مهدی مقرنسی، تغییرات فشار خون، ترکیب بدنی و حداقل توان هوایی به دنبال ۱۰ هفته تمرینات تنابوی شدید و مصرف زنجیبل در زنان دارای اضافه وزن، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۱۱، شماره ۶، شماره صفحات ۱۹-۲۷، ISC، ۲۰۱۷.
۳۸. مهدی مقرنسی، شیلا نایی فر، کاظمی طوبی، ابطحی ایوری حسین، بررسی تغییرات فشار خون، ترکیب بدنی و حداقل توان هوایی، دری ۱۰ هفته تمرینات تنابوی شدید و مصرف زنجیبل در زنان دارای اضافه وزن، دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۱۱، شماره ۶، شماره صفحات ۱۹-۲۷، ISC، ۲۰۱۷.
۳۹. مهدی مقرنسی، بدیع آخر حسن، کاظمی عبدالرضا، پاپلی سیدامین، بررسی اثر تمرینات مقاومتی دایره‌ای 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 ۹۴-۱۷، ISC، ۱۰۳، ۲۰۱۷.
۴۰. مهدی مقرنسی، گلدوبنی 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، پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، مجلد ۹، شماره ۱، شماره صفحات ۹-۲۱، ISC، ۲۰۱۷.
۴۱. مهدی مقرنسی، گلدوبنی رضوانه، جعفری مهری، بربوسی 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 ۹۵-۱۷، ISC، ۱۰۵، ۲۰۱۷.
۴۲. مهدی مقرنسی، تشکری زاده مهلا، بررسی تاثیر ده هفته تمرین مقاومتی بر HSPV و مقاومت به انسولین زنان دیابتی نوع ۲، علوم زیستی ورزشی، مجلد ۸، شماره ۳، شماره صفحات ۳۴۱-۳۵۱، ISC، ۲۰۱۶.
۴۳. مهدی مقرنسی، تاجی طبس آسیه، تثیر ۱۰ هفته تمرین استقامتی روی چرخ کارسنج بر سطوح نسفاتین-۱ و مقاومت به انسولین در زنان مبتلا به دیابت نوع دو، علوم زیستی ورزشی، مجلد ۸، شماره ۱، شماره صفحات ۹۵-۱۶، ISC، ۱۰۷، ۲۰۱۶.
۴۴. مهدی مقرنسی، عبایی دلوبی نادیه، تاثیر ۸ هفته تمرین مقاومتی دایره‌ای بر سطوح پلاسمایی و اسپین، 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، ISC، ۲۰۱۶.
۴۵. مهدی مقرنسی، سالار محمدی سعدالله، معرفتی حمید، امینی زاده سهیل، حاج غنی مهناز، تثیریک دوره تمرین استقامتی توان با تزریق تستوسترون بر مقادیر کمرین و آپلین در فرآیند توابخشی رت‌های دچار ایسکمی قلبی، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۳، شماره ۶، شماره صفحات ۳۱-۴۱، ISC، ۲۰۱۶.
۴۶. مهدی مقرنسی، نصرآبادی مهین، تثیر تمرین ایروبیک موزون بر سطوح سرمی امتنین-۱ و برخی متغیرهای آنتروپومتریکی در زنان چاق، دیابت و متابولیسم ایران- دیابت و لیپید ایران، مجلد ۱۵، شماره ۳، شماره صفحات ۱۹۲-۲۰۰، ISC، ۲۰۱۶.
۴۷. مهدی مقرنسی، ایزدی قهفرخی مریم، فرامرزی محمد، تاثیر ۸ هفته تمرین ایروبیک و مصرف مکمل چای سبز بر پروتئین شوک حرارتی (HSPV) و BMI زنان چاق دیابتی نوع ۲، ارمغان دانش، مجلد ۲۰، شماره ۱۲، شماره صفحات ۱۶-۲۰۱، ISC، ۲۰۱۶.
۴۸. مهدی مقرنسی، شهامت نشتیفانی فرهاد، فوادالدینی محسن، بان پوری مریم، بیات جواد، حسینی مهران، ارزیابی

- اثرات حفاظتی مصرف مکمل آگوز بر شاخص های آسیب عضلانی ناشی از ورزش در موش صحرایی،[مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش](#), مجلد ۴، شماره ۸، شماره صفحات ۹۰۱۶-۲۰۱۶.isc، ۱۹.
۴۹. مهدی مقرنسی،[بیات جواد، فواد الدینی محسن، صالحی کیا عباس، حسینی مهران، شهامت نشتیفانی فرهاد، تاثیر مصرف آگوز به همراه تمرینات هوازی و بی هوازی بر پراکسیداسیون لیپیدی و ظرفیت آنتی اکسیدانی تام موهشهای صحرایی](#) نر ویستار، ارمغان دانش، مجلد ۲۱، شماره ۳، شماره صفحات ۲۶۵-۲۷۷، ۲۰۱۶-۲۰۱۶.isc.
۵۰. مهدی مقرنسی،[دهقانی کریم، طالعی رودی مرضیه، اثر تمرینات تناوبی با شدت بالا بر مقادیر ریزیستین پلاسمایی دانشجویان پسر غیرورزشکار \(یک مطالعه آزمایشی\)](#)(دانشگاه علوم پزشکی قم، مجلد ۹، شماره ۱۱، شماره صفحات ۳۳-۴۰، ۲۰۱۶-۲۰۱۶).isc.
۵۱. مهدی مقرنسی،[مددی جابری میترا، حبیبیان رضازاده مجید، کرجی بانی منصور، تاثیر ۸ هفته تمرین هوازی منتخب و مصرف عصاره هیدروالکلی گزنه بر مقادیر آپلین و hs-CRP پلاسما زنان دارای اضافه وزن و چاق، ارمغان دانش، مجلد ۲۱، شماره ۹، شماره صفحات ۸۴۶-۸۵۹، ۲۰۱۶-۲۰۱۶.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، ۲۰۱۵-۲۰۱۵.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 ۴۵۱-۴۶۵، ۲۰۱۵-۲۰۱۵.isc](#).
۵۴. مهدی مقرنسی،[جعفری مهری، سلیمانی خراشاد علیرضا، تاثیر دو نوع تمرین استقاماتی 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، ۲۰۱۵-۲۰۱۵.isc](#).
۵۵. مهدی مقرنسی،[تاجی طبس آسیه، تثیر ۱۰ هفته تمرین مقاومتی بر سطوح سرمی نسافتین-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، ۲۰۱۵-۲۰۱۵.isc](#).
۵۶. مهدی مقرنسی،[گلدوزی رضوانه، تاثیر دو شیوه تمرین استقاماتی 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، ۲۰۱۵-۲۰۱۵.isc](#).
۵۷. مهدی مقرنسی،[عظیمی دخت سیدمحمد، کارگر شورکی محمدخلیل، زارع زاده مهریزی علی اصغر، تثیر 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، ۲۰۱۵-۲۰۱۵.isc](#).
۵۸. مهدی مقرنسی،[دهقانی کریم، تثیر 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 ۴-۱۴، ۲۰۱۴.isc](#).
- Mehdi Mogharnasi,Mohammad Malekaneh,Marziyeh Saghebjoo,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](#)
- 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](#)
- 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, Scopus
- 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](#)
- 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, Scopus](#)

- Mehdi Mogharnasi,Sadollah Salar ,& Mohammadi,Hamid Marefati,Soheil Aminizadeh,Effects .64  
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
- Mehdi Mogharnasi,Mohsen Mohammadnia Ahmadi,Effects of High and moderate-Intensity .65  
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
- Mehdi Mogharnasi,Hossein Nakhaei,Fereshteh Ahmadabadi,Chun ,& Jung Huang,Aerobic .66  
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
- Mehdi Mogharnasi,Azam Bagherinia,Maryam Banparvari,Aynollah Naderi,The Effect of 6- .67  
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
- Mehdi Mogharnasi,TaheriChadorneshin Hossein,Papoli Baravati Seyed Amin,Teymuri .68  
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
- Mehdi Mogharnasi,Karajibani Mansour,Montazerifar Farzaneh,Mousavi Gillani Seyed .69  
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
- Mehdi Mogharnasi,Taherichadorneshin Hossein,Abbasi Deloei Nadieh,Effect of exercise .70  
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
- Mehdi Mogharnasi,Tashakorizadeh Mahla,Nayebifar Shila,The Effects of Resistance and .71  
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
- Fanaei Hamed,Mehdi Mogharnasi,Hossein Nakhaei,Effect of continuous and interval .72  
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
- Mehdi Mogharnasi,Karajibani Mansour,Montazarifar Farzaneh,Mousavi Gillani Seyed .73  
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
- Marziyeh Saghebjoo,Mehdi Mogharnasi,Fereshteh Ahmadabadi,The response of meteorin-like .74  
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
- Mehdi Mogharnasi,Cheragh , Birjandi Kazem,Cheragh , Birjandi Sadegh,Taherichadorneshin .75  
Hosseini,The effects of resistance and endurance training on risk factors of vascular  
inflammation and atherogenesis in non0athlete men,Interventional Medicine and Applied  
.Science,Vol. 9,No. 4,pp. 185-190,2017,ISI.Scopus
- Mehdi Mogharnasi,Mesbahzadeh Behzad,Abbasi Maleki Saeid,Moradi Kor Nasroallah,The .76  
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
- Mehdi Mogharnasi,Delavar Reza,Khobkhahi Nazanin,The Effects of Combined Training on .77  
Oxidative Stress and Antioxidant Defense Indicators,International Journal of Basic Science in

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,IJOAB 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,IJOAB 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  
.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  
.Vol. 12,No. 2,pp. 61-67,2015,isc,overweight and obese females

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 مصرف کوتاه مدت چای سبز بر هزینه ای سوخت و سازی و اکسایش سوبسترا حین تمرین حاد با شدت Fatmax در مردان سالم دارای اضافه وزن یا چاق
۲. تاثیر ۶ هفته تمرین سی ایکس ورکس همراه با مصرف مکمل گزنه بر نیمرخ لیپیدی، پروتئین واکنشگر C و برخی شاخص های ترکیب بدنه زنان دچار اضافه وزن و چاقی
۳. 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
۴. تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیرولینا بر پراکسیداسیون لیپیدی، برخی شاخص های ضد اکسایشی و ترکیب بدنه مردان دارای اضافه وزن و چاق
۵. تاثیر چهار هفته تمرین در منزل و مصرف مکمل انار بر نشانگرهای متابولیسم آهن، استرس اکسایشی و برخی شاخص های ترکیب بدنه در زنان یائسه دارای اضافه وزن و چاق
۶. مقایسه تاثیر تمرینات مقاومتی فانکشنال (عملکردی) و سنتی بر برخی شاخص های زیست- حرکتی، ترکیب بدنی و غربالگری حرکتی مردان سالم غیرفعال
۷. تاثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید (HIIT) و مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی مالون دی آلدھید و گلوتاتیون پراکسیداز زنان دارای اضافه وزن و چاق
۸. تاثیر 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
۹. تاثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف مکمل شنبلیله بر برخی شاخص های سیستم ایمنی و میزان

- تعديل چاقی در زنان دارای اضافه وزن و چاق
۱۵. تاثیر هشت هفته تمرين مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیروولینا بر مقادیر پلاسمایی رزیستین و برخی از شاخص های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
۱۶. تاثیر هشت هفته تمرين مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیروولینا بر مقادیر پلاسمایی رزیستین و برخی از شاخص های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
۱۷. تاثیر هشت هفته تمرين تناوبی شدید و تداومی با شدت متوسط بر سطوح پلاسمایی آسپروسین، آدیبولین، حساسیت به انسولین و برخی شاخصهای ترکیب بدنی زنان دارای اضافه وزن و چاق
۱۸. بررسی تاثیر هشت هفته تمرين شنای تداومی و تناوبی با شدت بالا بر مقادیر بافتی کمرین، آیریزین و مقاومت به انسولین موش های صحرابی نر مبتلا به سندروم متابولیک
۱۹. تاثیر هشت هفته تمرين هوایی و مقاومتی بر غلظت های سرمی عامل رشد عصب و نوروتروفین ۴ در زنان مبتلا به نوروپاتی دیابتی
۲۰. تاثیر هشت هفته تمرين مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیروولینا بر مقادیر پلاسمایی لیپوکالین-۲، آیریزین و برخی شاخص-های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
۲۱. تاثیر هشت هفته تمرين مقاومتی دایره ای و مصرف مکمل اسپیروولینا بر مقادیر پلاسمایی لیپوکالین-۲، آیریزین و برخی شاخص-های ترکیب بدنی مردان دارای اضافه وزن و چاق
۲۲. تاثیر هشت هفته تمرين مقاومتی و مصرف شیر سویا بر نیمرخ لبیدی، ترکیب بدنی و برخی از عوامل آمادگی جسمانی زنان سالمند
۲۳. تاثیر تمرين پیلاتس و مصرف مکمل دارچین بر ترکیب بدن و برخی عوامل آمادگی جسمانی زنان دارای اضافه وزن و چاق
۲۴. تاثیر ۶ هفته تمرين هوایی و مصرف عصاره آبی دانه زیره سیاه (carum carvi) بر سطوح پلاسمایی آدیبولین، آیریزین، پروفایل لبیدی و بیان ژن های CTRP12 و FNDC5 بافت چربی موش های صحرابی نر چاق
۲۵. تاثیر شش هفته تمرين پیلاتس و مصرف مکمل شوید بر سطح سرمی آیریزین و مقاومت به انسولین زنان دارای اضافه وزن و چاق
۲۶. تاثیر ۴ هفته تمرين تناوبی شدید و مکمل دهی اسپیروولینا بر سطوح پلاسمایی امتنین-۱ و نیم رخ لبیدی دختران دارای اضافه وزن و چاق
۲۷. تاثیر ۶ هفته تمرين پیلاتس و مصرف مکمل شوید بر مقادیر سرمی نسفاتین-۱ و مقاومت به انسولین زنان دارای اضافه وزن و چاق
۲۸. تاثیر ۴ هفته تمرين تناوبی شدید و مصرف مکمل اسپیروولینا بر نسفاتین-۱ پلاسما و نیم رخ لبیدی دختران دارای اضافه وزن و چاق
۲۹. تاثیر هشت هفته تمرين شنای تداومی و تناوبی بر سطوح سرمی آسپروسین، نیمرخ لبیدی، گلوکز و مقاومت به انسولین موش های صحرابی نر مبتلا به سندروم متابولیک
۳۰. تاثیر دو شیوه تمرين تداومی و تناوبی هوایی و مصرف عصاره عناب بر آپوپتوز بافت قلب موش های صحرابی نر دچار سکته قلبی
۳۱. تاثیر مصرف کوتاه مدت مکمل آغوز بر تغییرات سطوح سرمی شاخص های آسیب های عضلانی پس از فعالیت حاد مقاومتی در مردان جوان سالم
۳۲. تاثیر مکمل دهی کوتاه مدت آغوز بر سطوح سرمی پراکسیداسیون لبیدی و ظرفیت آنتی اکسیدانی تام ناشی از فعالیت حاد مقاومتی در مردان سالم
۳۳. اثر ۶ هفته تمرين تناوبی و تداومی هوایی با مصرف عصاره عناب بر سطوح نسفاتین-۱ پلاسمایی موش های صحرابی نر دچار سکته قلبی
۳۴. تاثیر ۶ هفته تمرين تناوبی و تداومی هوایی همراه با مصرف عصاره هیدروالکلی عناب بر سطوح آدیبولین پلاسمایی موش های صحرابی نر دچار سکته قلبی
۳۵. اثر ۶ هفته تمرين تناوبی و تداومی هوایی همراه با مصرف عصاره عناب بر سطح آیریزین پلاسمایی موش های صحرابی نر دچار سکته قلبی
۳۶. تاثیر تمرين 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
۳۷. بررسی اثر حاد فعالیت ورزشی در آب سرد و گرم بر سطوح پلاسمایی هورمون گرلین آسیل دار و پیتید ۷۷ در زنان جوان دارای اضافه وزن
۳۸. بررسی اثر حاد فعالیت ورزشی در آب سرد و گرم بر سطوح پلاسمایی هورمون شبه متنورین و اینترلوکین-۴ زنان جوان دارای اضافه وزن
۳۹. تاثیر ۱۰ هفته تمرين تناوبی با و بدون مکمل زنجیبل بر سطوح سرمی ICAM-1، MCP-1 و IL-10 استرحتی

## کتاب‌ها

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