

Assoc. Prof. HAKAN YARAR

Personal Information

Email: hakan.yarar@bozok.edu.tr

Web: <https://avesis.bozok.edu.tr/1871>

International Researcher IDs

ORCID: 0000-0003-4652-5307

Yoksis Researcher ID: 14193

Education Information

Doctorate, Bolu Abant İzzet Baysal University, Faculty Of Sports Science, Department Of Coach Training, Turkey 2011 - 2015

Postgraduate, Gazi University, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Turkey 2008 - 2011

Undergraduate, Gazi University, Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu, Turkey 2001 - 2007

Dissertations

Doctorate, Mücadele sporcularında kısa süreli vücut ağırlığı kaybının dayanıklılık performansına etkisinin incelenmesi, Bolu Abant İzzet Baysal University, Faculty Of Sports Science, Department Of Coach Training, 2015

Postgraduate, Elit sporcularda beslenme destek ürünü kullanımı ve bilincinin değerlendirilmesi, Gazi University, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2011

Research Areas

Health Sciences

Academic Titles / Tasks

Assistant Professor, Yozgat Bozok University, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi, 2020 - Continues

Assistant Professor, Bolu Abant İzzet Baysal University, Faculty Of Sports Science, Department Of Coach Training, 2016 - 2020

Research Assistant, Bolu Abant İzzet Baysal University, Faculty Of Sports Science, Department Of Coach Training, 2011 - 2016

Academic and Administrative Experience

Vice Dean, Yozgat Bozok University, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi, 2022 - Continues

Deputy Head of Department, Yozgat Bozok University, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi, 2021 - 2022

Articles Published in Other Journals

- I. **Investigation of the Effect of Ramadan Fasting on Sleep Patterns, Nutritional Characteristics, and Physical Activity Levels in Young Individuals Doing Active Sports**
YARAR H., ÖZKAN A., ERVÜZ E., KIRKAYA İ.
International Journal of Sport Culture and Science, vol.12, no.1, pp.45-54, 2024 (Peer-Reviewed Journal)
- II. **The Investigation of the Effects of Short-Term Body Weight Loss on Elite Wrestlers on Anaerobic Performance and Reaction Time in Tournament Conditions**
TÜRKYILMAZ R., YARAR H.
Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, vol.9, no.1, pp.1-16, 2024 (Peer-Reviewed Journal)
- III. **Anaerobik Performansın Belirlenmesinde Bacak Hacmi ve Kütlesinin Rolü**
Özkan A., Yazar H., Kırkaya İ., Kayhan G.
vol.4, no.3, pp.1-23, 2023 (Peer-Reviewed Journal)
- IV. **Mücadele Sporcularında Koruyucu Sporcu Dişliği Kullanımının Aşamalı Artan Egzersiz Sırasında Solunum Cevapları ve Oksijen Tüketimine Etkisi**
KARLI Ü., YARAR H., ÜZÜM H.
Türkiye Spor Bilimleri Dergisi, vol.7, no.2, pp.93-101, 2023 (Peer-Reviewed Journal)
- V. **Adölesan Sporcuların Beslenme ve Egzersiz Davranışlarının İncelenmesi**
YARAR H., KARAHAN YILMAZ S., ESKİCİ G., KÖKSAL B., CEYLAN H. B., BALIKÇI R., SARAÇ O. E.
CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, vol.18, no.2, pp.350-361, 2023 (Peer-Reviewed Journal)
- VI. **How Swimming Students Anthropometric Characteristics Affect Short-Course Swimming Performance**
ERVÜZ E., ÖZKAN A., KIRKAYA İ., YARAR H.
Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi, vol.5, no.2, 2023 (Peer-Reviewed Journal)
- VII. **Sporcularda Kaslı Olma Dürtüsü ve Yeme Tutumu ile İlişkinin Değerlendirilmesi**
YARAR H., FİDAN M., KARAHAN YILMAZ S., SARAÇ O. E., ESKİCİ G.
CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, vol.18, no.1, 2023 (Peer-Reviewed Journal)
- VIII. **Determination of Eating Disorders Level and Risk Factors of University Students Studying Sports Education**
ESKİCİ G., ÇOLAK M., ARSLAN Y. K., YARAR H.
Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, vol.8, no.3, pp.500-510, 2023 (Peer-Reviewed Journal)
- IX. **Rapid weight loss and athletic performance in combat sports**
YARAR H.
INTERNATIONAL JOURNAL OF CURRICULUM AND INSTRUCTION (IJCI), vol.14, no.3, pp.2666-2678, 2022 (Peer-Reviewed Journal)
- X. **Sporcularda Kaslı Olma Dürtüsü ve Besinsel Ergojenik Destek Ürünleri Kullanımının Değerlendirilmesi**
YARAR H., FİDAN M., KARAHAN YILMAZ S., ESKİCİ G., SARAÇ O. E.
Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, vol.7, no.1, 2022 (Peer-Reviewed Journal)
- XI. **Evaluation of the Knowledge, Attitudes, and Behaviors of the Students Studying In the Coaching Education Department Regarding the Utilization of Nutritional Ergogenic Supplement**
YARAR H., ESKİCİ G., KARAHAN YILMAZ S., Kuca V., Yazici B.
PAKISTAN JOURNAL OF MEDICAL & HEALTH SCIENCES, vol.16, no.1, pp.587-593, 2022 (ESCI)
- XII. **The effects of different recovery methods on anaerobic performance in combat sports athletes**
YARAR H., GÖK Ü., DAĞTEKİN A., SAÇAN Y., EROĞLU H.
PAKISTAN JOURNAL OF MEDICAL AND HEALTH SCIENCES, vol.51, pp.0-6, 2021 (ESCI)
- XIII. **Influence of Physical and Anthropometric Properties on Sprint Swimming Performance**
YARAR H., BARUĞ D., BOSTAN A., KAYA A., AYDIN E. M.
PRUEBAS, vol.15, no.2, pp.814-818, 2021 (Peer-Reviewed Journal)
- XIV. **Farklı Dayanıklılık Antrenmanlarında Oluşan Sıvı Kaybının İncelenmesi**
BABUR M. A., YARAR H., İŞLEK H., ŞUBATLIOĞLU V., TEMELLİ G.
Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, vol.5, no.2, 2020 (Peer-Reviewed Journal)
- XV. **The Effects of Rapid Body Mass Loss on Body Composition and Athletic Performance in Combat Sports Athletes**

- YARAR H., YAZICIOĞLU A. A., EYLENOĞLU Y., AYDIN R. E., AKAR E., YILDIRIM R. G.
Ambient Science, vol.7, no.1, pp.337-341, 2020 (Peer-Reviewed Journal)
- XVI. **The Investigation Weight Loss Profiles on Weight Classes Sports Athletes**
YARAR H., TÜRKİYILMAZ R., EROĞLU H.
International Journal of Applied Exercise Physiology, vol.8, no.4, pp.62-68, 2019 (Peer-Reviewed Journal)
- XVII. **Effects of Ramadan Fasting on Physical Activity Level and Body Composition in Young Males.**
KOCAAĞA T., TAMER K., KARLI Ü., YARAR H.
INTERNATIONAL JOURNAL OF APPLIED EXERCISE PHYSIOLOGY, vol.8, no.3, pp.23-31, 2019 (ESCI)
- XVIII. **The Acute Effects of Different Stretching on Dynamic Balance Performance**
LEBLEBİCİ H., YARAR H., AYDIN E. M., ZORLU Z., ERTAŞ U., KINGIR M. E.
International Journal of Sport Studies., vol.7, no.3, pp.153-159, 2017 (Peer-Reviewed Journal)
- XIX. **ELİT GÜREŞÇİLERİN KİLO DÜŞME PROFİLLERİNİN BELİRLENMESİ**
YARAR H., TÜRKİYILMAZ R., EROĞLU H., KURT S., ESKİCİ G.
Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, vol.19, no.4, pp.52-63, 2017 (Peer-Reviewed Journal)
- XX. **GERME TEKNİKLERİNİN ANAEROBİK PERFORMANSA AKUT ETKİLERİ**
BIÇKICI İ., YARAR H., KARLI Ü., ÇELEBİOĞLU Ç., İKİZOĞLU N., AKSU H., KOCAAĞA T.
Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2017 (Peer-Reviewed Journal)
- XXI. **The acute effect of static stretching between sets on the number of repetitions performance in resistance training**
AYDIN E. M., UÇAN Y., YARAR H.
Journal of Human Sciences, vol.14, no.4, pp.3913-3922, 2017 (Peer-Reviewed Journal)
- XXII. **Sporcu Kilo Düşme Yöntemleri ve Etkileri Ölçeği Geçerlik ve güvenilirlik çalışması**
YARAR H., EROĞLU H., ÜZÜM H., POLAT E.
Journal of Human Sciences, vol.3, no.13, pp.6164-6175, 2016 (Peer-Reviewed Journal)
- XXIII. **Validation of Skinfold Measurement Method to DEXA for the Assessment of Body Composition**
KARLI Ü., UÇAN Y., SÖZBİR K., AYDIN K., YARAR H.
International Journal of Sports and Physical Education, vol.2, no.1, 2016 (Peer-Reviewed Journal)
- XXIV. **An Evaluation of Hydration Knowledge of Oil Wrestlers**
YARAR H., ESKİCİ G., YAVUZ A.
Journal of Athletic Performance and Nutrition, 2015 (Peer-Reviewed Journal)
- XXV. **Effect of Using Mouth Guard on Anaerobic and Aerobic Performance of Combat Sport Athletes**
YARAR H., KARLI Ü., AYDIN K., ÜZÜM H., ERDEM H.
International Journal of Sport Studies, vol.3, no.7, pp.719-725, 2013 (Peer-Reviewed Journal)
- XXVI. **IMPACT OF EXERCISE INDUCED MUSCLE DAMAGE ON SPRINT AND AGILITY PERFORMANCE**
AKDENİZ Ş., KARLI Ü., DAŞDEMİR T., YILMAZ B.
NİĞDE ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, vol.6, no.2, pp.152-160, 2012 (Peer-Reviewed Journal)
- XXVII. **ELİT SPORCULARDA BESLENME DESTEK ÜRÜNÜ KULLANIMI VE BİLİNCİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**
YARAR H., GÖKDEMİR K., ESKİCİ G.
Journal of Physical Education and Sport Sciences, vol.13, no.3, 2011 (Peer-Reviewed Journal)
- XXVIII. **Elit Seviyedeki Sporcuların Beslenme Bilgi ve Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi**
YARAR H., GÖKDEMİR K., EROĞLU H., ESKİCİ G.
SELÇUK UNIVERSITY JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCIENCE, vol.13, no.3, 2011 (Peer-Reviewed Journal)

Books & Book Chapters

I. RAMAZAN ORUCU VE SPOR TİF PERFORMANS

YARAR H., ÖZKAN A., KIRKAYA İ.

in: SPOR & BİLİM, Doç. Dr. Gökmen ÖZEN, Öğr. Gör. Tarkan HAVADAR, Editor, EFE AKADEMİ, pp.247-265,

2023

II. Güreşçilerde Vücut Kompozisyonu

YARAR H., KIRKAYA İ., ÖZKAN A.

in: Güreşçilerde Fiziksel ve Fizyolojik Temellerine Giriş, ÖZKAN, Editor, Spor Yayınevi ve Kitabevi, Ankara, pp.37-62, 2022

III. YAŞLILARDA SU İÇİ AKTİVİTELER

YARAR H., AYDIN E. M.

in: Sporda Araştırma ve Değerlendirmeler, Altınkök Mustafa; SİVRİKAYA Ahmet Haktan, Editor, GECE KİTAPLIĞI, Ankara, pp.199-214, 2022

IV. Güreşçilerde Vücut Kompozisyonu

YARAR H., KIRKAYA İ., ÖZKAN A.

in: GÜREŞİN FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK TEMELLERİNE GİRİŞ, , Editor, Spor Yayınevi ve Kitabevi, Ankara, pp.38-56, 2022

V. Elit Güreşçilerde Kısa Süreli Vücut Ağırlığı Kaybının Turnuva Şartlarında Anaerobik Performans ve Reaksiyon Zamanı Üzerine Etkisinin İncelenmesi

TÜRKİYILMAZ R., YARAR H.

in: GÜREŞİN FİZİKSEL VE FİZYOLOJİK TEMELLERİNE GİRİŞ, , Editor, Spor Yayınevi ve Kitabevi, Ankara, pp.106-122, 2022

VI. Yozgat Spor Tarihi

YARAR H., İNAN M., ÇOBAN O.

in: Yozgat Tarihi ve Kültürü, Güngör, Ebubekir, Çelebi Onur, Sarıkaya Erdem, Doğan Şenay Aras, Editor, Akçağ Basım Yayım Pazarlama, pp.443-465, 2022

VII. Yaşlılarda Fizyolojik Değişimler ve Egzersiz

YARAR H.

in: SPOR BİLİMLERİ ARAŞTIRMALARI, Süleyman GÖNÜLATEŞ, Editor, Akademisyen Kitabevi A.Ş., Ankara, pp.151-175, 2021

Refereed Congress / Symposium Publications in Proceedings

I. Antropometrik ve Bazı Motorik Özellikler ile Kısa Kulvar Yüzme Dereceleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ervüz E., Özkan A., Kırkaya İ., Yazar H.

15. Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi, Ankara, Turkey, 8 May - 10 September 2023, pp.1

II. Antrenörlük Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Antrenörlük Mesleki Etik İlkeler ile İlgili Görüşlerinin İncelenmesi

KENDİRLİ B., KARABURÇ F., DEMİRKAYNAK H., KARYAĞDI S., YARAR H.

15. ULUSAL SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİ KONGRESİ, Ankara, Turkey, 08 May 2023

III. Ramazan Ayında Güreşçilerin Uyku Davranışlarını İncelenmesi

AYGÜL H., EROĞLU H., YARAR H.

15. ULUSAL SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİ KONGRESİ, Ankara, Turkey, 08 May 2023

IV. Futbolcuların Sıvı Tüketim Bilgilerinin İncelenmesi

KARAOĞLAN B. C., ŞEVKİ Ö., ÖZÇELİK E., AÇIKGÖZ C. N., YARAR H.

15. ULUSAL SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİ KONGRESİ, Ankara, Turkey, 08 May 2023

Metrics

Publication: 61

Citation (WoS): 1

Citation (Scopus): 1

H-Index (WoS): 1

H-Index (Scopus): 1

Coaching Duties

Club Licensed Athlete, ANKARA ŞEKER SPOR, 2002 - Continues

Amateur Club, ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ SPOR KULÜBÜ, 2018 - 2022