



مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش

مجله علمی گروه علوم انسانی، زیر گروه تربیت بدنی-گرایش فیزیولوژی ورزشی

شاپا الکترونیکی: ۶۵۰۷-۲۶۷۶

دوره ۹/ شماره ۱/ بهار و تابستان ۱۴۰۱

نوع انتشار: الکترونیکی

صاحب امتیاز: دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

زبان انتشار: فارسی

توالی انتشار: دوفصلنامه

مدیر مسئول و مشاور آمار: دکتر کریم آزالی علمداری

سردبیر و ویراستار علمی: دکتر معرفت سیاه کوهیان

تعداد مقالات این شماره: ۱۴ عدد

صفحه آرایشی و ناشر: انتشارات دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

**Journal of Applied Health Studies
in Sport Physiology**

شاپا: ۶۵۰۷-۲۶۷۶ **مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش**

دوره ۹ شماره ۱ بهار و تابستان ۱۴۰۱

تأثیر هشت هفته پروتکل‌های متفاوت تمرین هوازی بر قدرت عضلانی و سطوح سرمی تستوسترون و کورتیزول کشتی گیران جوان
محمد حسن پوربلی، حمید اقلی زاده، مهدیه مانیری کوشی
اثر یک دوره تمرینات تناوبی شدید (HIT) بر مقادیر سرمی سلنوپروتئین P، شاخص های گلیسمی و ترکیب بدلی در زنان مبتلا به کبد چرب غیر الکلی
بهلول فریادان، سنا حسینی
بررسی و مقایسه تأثیر مصرف دوز های متفاوت کافئین بر تعادل متابولیک الکترولیت ها و VO_{2max} مردان فعال
مادی اسماعیل زاده، پویش لاری، لعلعلی طلی، عادل زاهد، امین پور زاهد، حسن پوربلی، سعید پوربلی
تأثیر هشت هفته تمرین همزمان بر مقاومت ایسولین و مقادیر پلاسمایی روزستین و گلوتکس مردان میانسال دارای اضافه وزن و چاق
مراد حسینی، مهدی ترابی، امید عسری
تأثیر هشت هفته تمرین مقاومتی همراه با مصرف عصاره خارخاسک بر شاخص های آنتی اکسیدانی بافت هیپوکمپ موش های صحرایی نر در معرض استازول
بهنام کوشی، بهرام مهدی، سعید پوربلی
تأثیر کوتاه مدت دو مقدار متفاوت فکمال کافئین-آر جفتدر پیش از فعالیت هوازی شدید بر $GDF15$ ، $TNF-\alpha$ و E-SELECTIN پلاسمایی در دوندگان حرکات استقامتی
منازل مزوری سلطانی، احمد مدنی، هادی پوربلی، آناهیتا حسینی، پویش
تأثیر ۸ هفته تمرینات دایره ای بر سطح سرمی عامل رشد عصبی (NGF) عوامل آمادگی جسمانی زنان سالمند
جواد وکیل، وحید باری، مرگه لطفه بهارپور
اثر هشت هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف کافئین بر بیان پروتئین p38 α و HSP70 در کبد موش های صحرایی دیابتی شده با استریوزوتوسین
منازل رحمانی، ملی مغلی، حسن پوربلی، سعید احمد لاری
تأثیر سه شیوهی متفاوت تمرینات ورزشی HIT، HIT و MIT بر بیان ژن های FGF و TGF در بافت کبد رت های نر ویستار
ملی بزرگ، سعید حسینی، سعید حسن نشتی، خودک، فرید کوشی، سحر لاری
تأثیر تمرین ورزشی هوازی و مقاومتی بر مقادیر GDF11 بافت کبد رت های سالمند
لطفه مغلی، اسماعیل صبری، مریم حسینی
تأثیر ۸ هفته تمرین تناوبی با شدت بالا در آب بر پروتئین TLR-4 کبد و $TNF-\alpha$ سرم در موش های صحرایی نر
مبتلا به استاتوهایپرتانسیو غیر الکلی با رژیم غذایی پرچرب
سعید سعید، منا شکاری، مهرداد مقدسی، طرما پوربلی
تأثیر تمرین هوازی بر ادم پنجه و سطوح $IL-6$ ، $TNF-\alpha$ و CC16 سرم موش های نر تحت مواجهه با آرسنیک
امیر دانیال زاده، رفه پوربلی، سعید
تأثیر تمرینات مقاومتی به همراه مکمل دهی کتسانتره پروتئین شیر (MPC) بر سطوح سرمی کولستاتین و فنوبستاتین و هیپرتروفی عضلانی در بدنسازان مبتدی
رضا کریمی، رفه پوربلی، اعظم زرنگان
اثرات هشت هفته تمرین هوازی و روزراترول بر بیان ژن های دخیل در ترموژنز و پروتایل لیپیدی در موش های نر زیاد CS7BL/6
لطفه کاشانی، نسیم



مجله تخصصی ورزش و سلامت

ISSN: 2676-6507

مطالعات کاربردی

تندرستی در فیزیولوژی ورزش





اعضاه هیات تحریریه:

- دکتر معرفت سیاه کوهیان، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه محقق اردبیل
دکتر ارسلان دمیرچی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه گیلان
دکتر شادمهر میردار هریجانی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه مازندران
دکتر محمد اسماعیل افضل پور، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه بیرجند
دکتر سید رضا عطارزاده، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه فردوسی مشهد
دکتر فرزاد ناظم، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه بوعلی سینا همدان
دکتر عبد الحمید حبیبی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه شهید چمران اهواز
دکتر بهمن میرزایی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه گیلان
دکتر سید محمد مرندی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه اصفهان
دکتر مهدی کارگرفرد، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه اصفهان
دکتر حمید اراضی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه گیلان
دکتر حمید آقا علی نژاد، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه تربیت مدرس تهران
دکتر رامین امیر ساسان، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه تبریز
دکتر اصغر توفیقی، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه ارومیه
دکتر بهلول قربانیان، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر بهروز قربانزاده، رفتار حرکتی، دانشیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر کریم ازالی علمداری، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان



مشاوران علمی این شماره:

- دکتر مهدی کارگرفرد استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه اصفهان
دکتر بهمن میرزایی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر عبد الحمید حبیبی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید چمران اهواز
دکتر شادمهر میردار هریجانی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه مازندران
دکتر محمدرحمان رحیمی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه کردستان
دکتر اصغر توفیقی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه ارومیه
دکتر فرهاد غلامی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شاهرود
دکتر امیر خسروی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آیت الله العظمی بروجردی (ره)
دکتر مهدی مقرنسی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند
دکتر رقیه فخرپور دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر عبد الصالح زر دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه خلیج فارس بوشهر
دکتر فاطمه کاظمی نسب دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه کاشان
دکتر نوید لطفی دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر رقیه افرونده استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه محقق اردبیلی
دکتر علی قاسم نیان دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه زنجان
دکتر افشین رهبر قاضی دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزشی دانشگاه محقق اردبیلی
دکتر وحید طالبی پژوهشگر پسادکتری فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر عباس مال اندیش پژوهشگر پسادکتری فیزیولوژی ورزشی دانشگاه علامه طباطبائی
دکتر حسن پوررضی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بین المللی امام خمینی قزوین
دکتر جواد وکیلی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تبریز
دکتر جواد وکیلی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تبریز
دکتر سمیرا غلامیان دانشیار فیزیولوژی ورزشی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم



راهنمای نویسندگان

راهنمای تهیه مقاله برای مجله علمی

«مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش»

این نشریه با احترام به قوانین اخلاق در نشریات، تابع قوانین کمیته اخلاق در انتشار (COPE) می باشد و از آیین نامه اجرایی قانون پیشگیری و مقابله با تقلب در آثار علمی پیروی می نماید.

ارسال مقاله توسط نویسندگان و دسترسی به تمام متن مقالات منتشر شده در این مجله رایگان است.

خواهشمند است شیوهنامه زیر را مطالعه و بر اساس آن اقدام به ارسال مقاله کنید. لازم به توضیح است که مقالات دریافتی از طریق سایت مجله در مرحله اول و پیش از ارسال به داوری از نظر رعایت شیوهنامه زیر بررسی خواهد شد و در صورت عدم رعایت آن، مقاله برای داوری ارسال نخواهد شد.

۱. اصول کلی

۱-۱. نوع مقاله ارسالی باید اصیل پژوهشی و یا مروری باشد.

۱-۲. ترجمه مقالات پذیرفته نمی شود.

۱-۳. مقاله مروری از اشخاص مجرب، که حداقل ۱۰ مقاله در موضوعات مرتبط در نشریات داخلی یا خارجی چاپ کرده باشند، پذیرفته می شود و باید شامل عنوان، چکیده فارسی و انگلیسی، کلیات و تاریخچه ای در مورد موضوع، هدف از انجام پژوهش، مطالب علمی و مطالعات انجام شده درباره موضوع، تجزیه و تحلیل و بحث در رابطه با پژوهش های ارائه شده و نتیجه گیری باشد. نتیجه گیری باید شامل جمع بندی و نتیجه کلی باشد. همچنین پیشنهادهای سازنده برای آینده بیان شود. علاوه بر آن، پژوهش باید در بردارنده گزارش موارد نادر و جالب، شرح حال مربوط به مراجع، بحث درباره گزارش تهیه شده، بدون نیاز به مروری بر مقالات و کارهای انجام شده قبلی، نکات مهم و مورد توجه و بیان آموخته های قبلی پژوهشگر به تناسب موضوع باشد.

۱-۴. شیوهنامه ارسال مقالات:

مقاله های ارسالی منحصراً باید از طریق سامانه مجله (به آدرس <http://jahssp.azaruniv.ac.ir/author>) ارسال گردد و **روند**

بررسی و فرآیند داوری طبق فلوجارت راهنما خواهد بود (برای مشاهده با شفافیت بیشتر روی لینک آبی رنگ همین پاراگراف کلیک کنید).



روند بررسی مقالات در مجله مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش



مقالات ارسالی حتما باید کاملا مطابق با جزئیات و دستورالعمل موجود در قالب **فایل الگو (Template)** تهیه شده و به صورتی که شرح داده شده است، همراه با **فرم امضاء شده تعهد نویسندگان**، **فرم کپی رایت** و همچنین **فرم تعارض منافع** ارسال شود.

لازم به ذکر است که نکات بسیار مهمی در متن و سرصفحه های فایل الگوی مندرج در فوق هایلاپت شده اند که شایسته توجه بوده و اعمال آنها در مقالات ارسالی، الزامی است.

همچنین لازم به ذکر است که **در صورت دارا بودن حامی، درج مشخصات آن در قسمت تشکر و قدردانی الزامی است**

۱-۵. آئین نگارش زبان فارسی به طور کامل رعایت شود و از به کار بردن واژه‌های خارجی، که معادل‌های دقیق و رسایی در زبان فارسی ندارند، خودداری شود.

۶-۱. مطالب مقاله، به غیر از صفحهٔ مربوط به چکیده‌ها باید به صورت دو ستونی، با فاصلهٔ خطوط ۱ سانتی‌متر و با حاشیهٔ صفحه (حداقل ۲ سانتی‌متر)، تایپ و همهٔ صفحات شماره‌گذاری شوند.



۲. نحوه تنظیم مقالات

۲-۱-۱ صفحه اول باید شامل هر دو چکیده به شرح زیر باشد:

۲-۱-۱-۱ چکیده فارسی در بالای صفحه و شامل عنوان، نام و نام خانوادگی نویسندگان و متن چکیده فارسی به همراه کلیدواژه‌های مرتبط باشد. درجه علمی و محل اشتغال آنها، مؤسسه ناظر، حامیان مالی و محل انجام پژوهش و نویسنده مسئول و آدرس ایمیل او در پاورقی نوشته شود (در مقاله‌های برگرفته از طرح پژوهشی، باید از درج شماره قرارداد در هر قسمت از مقاله پرهیز شود).

۲-۱-۱-۲ چکیده انگلیسی در پایین صفحه و شامل عنوان، نام و نام خانوادگی و متن چکیده انگلیسی به همراه کلیدواژه‌های مرتبط باشد.

۲-۱-۱-۳ حتما دقت شود که اسامی و مشخصات دقیق محل کار همه نویسندگان به هر دو زبان فارسی و لاتین و

شناسه **ORCID** آنها در سامانه به طور کامل درج شود و در غیر اینصورت به تغییرات بعدی به هیچ عنوان ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۲-۲. عنوان مقاله، با در نظر گرفتن فواصل بین کلمات، نباید از ۶۰ حرف تجاوز کند.

۲-۳. تعداد کلمات هر دو چکیده باید حداکثر ۳۰۰ کلمه باشد. از ذکر مقدار ۲ و منابع استفاده شده برای آزمون یا پرسش‌نامه و استفاده از کلمات، حروف و علائم اختصاری لاتین در چکیده کوتاه اجتناب شود.

۲-۴. اندازه و نوع قلم متن ۱۱ B Mitra باشد و تعداد صفحات مقاله از ۱۲ صفحه تجاوز نکند.

۲-۵. قلم تمام نوشته‌های انگلیسی مقاله، Times New Roman و اندازه‌های چکیده لاتین (۱۰)، پانویس‌ها (۸) و منابع لاتین (۹) باشد.

۲-۶. اصل مقاله باید شامل موارد زیر باشد:

۲-۶-۱-۱ مقدمه: بیان مسئله، ضرورت و اهمیت و هدف از اجرای پژوهش با مروری بر مطالعات گذشته.

۲-۶-۱-۲ روش پژوهش: شرح دقیق طرح پژوهش، جامعه و نمونه آماری، مواد و روش‌های اندازه‌گیری (روایی و پایایی وسایل و آزمون‌ها) و روش‌های آماری

در صورتی که جهت انجام پژوهش روی آزمودنی‌ها چه انسانی چه حیوانی مداخله‌ای صورت گرفته که احتمال بروز کوچکترین عارضه یا ناراحتی برای آزمودنی وجود داشته، دریافت کد اخلاق از یک مرکز معتبر الزامی است.

۲-۶-۱-۳ یافته‌ها (نتایج): شرح کامل یافته‌های پژوهش

۲-۶-۱-۴ بحث: شرح نکات مهم یافته‌ها و مقایسه آن با یافته‌های حاصل از مطالعات دیگر و توجیه و تفسیر موارد مشترک و مورد اختلاف، بیان کاربرد احتمالی یافته‌ها و در نهایت اشاره به نکات قوت و ضعف، ارائه پیشنهاد برای تحقیقات آینده و نتیجه‌گیری پایانی. لطفاً از ارائه مجدد تکراری یافته‌ها و یا فقط اشاره کردن کلیشه‌ای به نمونه‌های همسو و ناهمسو و دلایل واهی محتمل در همسویی یا ناهمسویی و ... به شدت اجتناب شده و بر گسترش فهم موجود در این زمینه و اشاره به نکات چالشی، کاربردی، پژوهشی و ... تمرکز شود.

۳. ملاحظات کلی در نوشتن متن مقاله:

۳-۱-۱ مقاله نباید اشکالات نگارشی و ادبی داشته باشد. نکات زیر برخی از مهم‌ترین موارد نگارشی است که باید رعایت شود: رعایت نیم فاصله‌ها در کلماتی با دو جزء، مانند: می‌توان، می‌شود، نتیجه‌گیری، کم‌تحرك و جدا نویسی کلماتی مانند: عامل‌های، پرسش‌نامه، به‌دست آمده، به‌طوری‌که

۳-۱-۲ پس از نقطه و ویرگول یک فاصله گذاشته شده و سپس کلمه بعدی نوشته شود. پیش از نقطه و ویرگول نباید فاصله وجود داشته باشد. مانند: پژوهشگران، گزارش دادند ...

۳-۱-۳ کلمه‌های لاتین و علائم اختصاری در اولین بار زیرنویس شوند و به جای کلمات لاتین، معادل فارسی آنها استفاده شود.



۵-۳- فونت پانویس ها باید Times New Roman 8 باشد و پس از شماره، نقطه و یک فاصله گذاشته شود و سپس نام خاص لاتین یا توضیحات مربوط نوشته شود. نوشته ها و اعداد باید در یک امتداد باشند. برای این کار، اگر دو بار ساب اسکرپیت کلیک شود، هر دو در یک امتداد قرار خواهند گرفت.

۶-۳- نباید نام کوچک نویسنده در داخل متن یا پانویس نوشته شود و تنها نام خانوادگی باید ذکر شود.

۷-۳- در داخل متن، هر جا که نیاز به استفاده از کمانک (پرانتز) باشد، باید بین حرف آخر کلمه قبل از کمانک و کمانک اول و پس از کمانک دوم و کلمه بعد یک فاصله باشد. مثلاً: بررسی اشمیت (۲۰۰۴) نشان داد . . .

۳-۸- راهنمای فارسی کردن اعداد نمودارها در اکسل

برای فارسی کردن اعداد در نمودارهای رسم شده در نرم افزار اکسل از روش زیر می توان استفاده نمود.

ابتدا روی اعداد مورد نظرتان (محورها یا سری‌ها) راست کلیک کرده و سپس Format Axis را انتخاب کنید . سپس در پنجره باز شده منوی Number را انتخاب کرده و در قسمت Category روی گزینه Custom کلیک کنید. بعد در کادر خالی، کد فرمت زیر را وارد کرده و 'Add' گزینه را انتخاب کنید .

کد فرمت :

0[\$-3010000]

اگر اعداد بصورت اعشاری بودند؛ به طور مثال برای نمایش دو رقم اعشار، از ممیز دو صفر استفاده کنید .

0.00[\$-3010000]

نحوه نگارش منابع مورد استفاده

۱- منبع نویسی مقاله به شیوه **ونکوور** و حتما با استفاده از نرم افزار (اندنوت) انجام شود.

۲- تعداد منابع فارسی و لاتین بیش از ۶۰ عدد نباشد.

۳- برای منابع فارسی استفاده شده در لیست منابع پایان مقاله، لطفاً برگردان لاتین استفاده شده و در انتها عبارت [In Persian] آورده شود.

۴- حداقل الامکان سعی شود که به سه عدد از مقالات منتشر شده در همین نشریه ارجاع دهی شود.

۴- عکس‌ها، نمودارها و جدول‌های مربوط به مقاله، به همراه شرح کامل آنها در متن اصلی مقاله آورده و شماره‌گذاری شوند. نمودارها و شکل های ارسالی باید اصلی، دقیق و روشن باشند. لازم است جداول بدون استفاده از خطوط طولی و تنها با استفاده از چند خط عرضی (ترجیحاً ۳ خط) تنظیم شوند.

۵. نکات اداری و تعهدی:

۱-۵- مسئولیت صحت مطالب مقاله ها بر عهده نویسندگان آن است .

۲-۵- مقاله می بایست حاصل کار پژوهش اصیل باشد و مشابه آن قبلاً انتشار یا در فرایند داوری در مجلات دیگری نباشد. لازم به ذکر است

که سیستم دریافت مقالات **مجله مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش** دارای **نرم افزار مشابهت یاب**

هوشمند (همیاب) است و در صورت محرز شدن تخلف نویسندگان، مقاله در هر مرحله ای از چرخه ارزیابی خارج شده و نام نویسندگان نیز در لیست سیاه قرار می گیرند.

۳-۵- هیئت تحریریه نشریه در پذیرش، رد یا ویرایش مقاله آزاد است.



۴-۵- ارائه‌دهنده مقاله متعهد است تا زمانی که جواب نهایی (پذیرش یا رد) مقاله خود را دریافت نکرده باشد، مقاله خود را به نشریه های داخلی و خارجی دیگری ارسال نکند. در صورت مشاهده این موضوع، مقاله از فرآیند داوری این نشریه حذف خواهد شد و ضمن انعکاس عدم تعهد نویسنده به سایر نشریات علمی کشور، مدیریت نشریه مقالات دیگر نویسنده را بررسی نخواهد کرد.

۵-۵- استفاده از مندرجات نشریه با ذکر کامل مآخذ آزاد است.

۶-۵- از به کار بردن نام و نام خانوادگی کامل یا مخفف در فایل های ارسالی خودداری شود. ذکر کلمه با نام و بی نام برای عنوان فایل مقاله کافی خواهد بود.

در پایان، از نویسنده محترم درخواست می‌شود که ضمن مطالعه مندرجات این راهنما و مشاهده نمونه مقالات چاپ شده در جدیدترین شماره نشریه، مقاله خود را تنظیم و از طریق سامانه به نشریه ارسال کند.

نشانی سامانه نشریه : <http://jahssf.azaruniv.ac.ir/> پست الکترونیک نشریه: jassf@azaruniv.ac.ir



لینک های مربوط به مقالات این شماره: دوره ۹/ شماره ۱/ بهار و تابستان ۱۴۰۱

(قابل دسترسی از طریق کلیک)

تاثیر هشت هفته پروتکل های متفاوت تمرین موازی بر قدرت عضلانی و تستوسترون و کورتیزول سرمی کشتی گیران جوان

صفحه 1-11

[10.22049/JAHSSP.2020.26778.1323](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2020.26778.1323)

محمد حسین قهرمانی؛ حمید آقاعلی نژاد؛ مهدیه ملانوری شمسی

اثر یک دوره تمرینات تناوبی شدید (HIIT) بر مقادیر سرمی سلنوپروتئین P، شاخص های گلیسمی و ترکیب بدنی در زنان مبتلا به کبد چرب غیرالکلی

صفحه 12-21

[10.22049/JAHSSP.2021.27318.1367](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2021.27318.1367)

بهلول قربانیان؛ صفا اقتصادی

بررسی و مقایسه تاثیر مصرف دوز های متفاوت قهوه بر میزان تعادل مایعات، الکترولیت ها و VO2max مردان فعال

صفحه 22-34

[10.22049/JAHSSP.2021.27536.1410](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2021.27536.1410)

هادی اسماعیل زاده نوش آبادی؛ لطفعلی بلبلی؛ عادل زاهد؛ آیدین ولی زاده؛ محسن یعقوبی؛ سجاد رضانی

تاثیر هشت هفته تمرین همزمان بر مقاومت انسولینی و مقادیر پلاسمایی رزیستین و گلوکز مردان میانسال دارای اضافه وزن و چاق

صفحه 35-47

[10.22049/JAHSSP.2022.27610.1429](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2022.27610.1429)

مراد حسینی؛ مهدی مقرنسی؛ امید ظفرمند

تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی همراه با مصرف عصاره خارخاسک بر شاخص های آنتی اکسیدانی بافت هیپوکمپ موش های صحرایی نر در معرض استنازول



صفحه 48-60

[10.22049/JAHSSP.2022.27659.1441](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2022.27659.1441)

بهنام شمسی؛ بهرام عابدی؛ سجاد رضانی

تاثیر کوتاه مدت دو مقدار متفاوت مکمل کافئین-آب چغندر پیش از فعالیت هوازی شدید بر TNF- α ، GDF15 و E-SELECTIN پلاسمایی در دوندگان حرفه‌ای استقامتی

صفحه 61-71

[10.22049/JAHSSP.2022.27580.1422](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2022.27580.1422)

مازیار عزیزی سعادتلو؛ احمد عبدی؛ جواد مهربانی؛ آسیه عباسی دلویی

تأثیر ۸ هفته تمرینات دایره ای بر سطح سرمی عامل رشد عصبی (NGF) و عوامل آمادگی جسمانی زنان سالمند

صفحه 72-82

[10.22049/JAHSSP.2022.27654.1439](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2022.27654.1439)

جواد وکیلی؛ وحید ساری صراف؛ فاطمه بهارآور

اثر هشت هفته تمرین تناوبی شدید و مصرف کافئین بر بیان پروتئین p38 α و HSP70 در کبد موش های صحرایی دیابتی شده با استرپتوزوتوسین

صفحه 83-99

[10.22049/JAHSSP.2022.27662.1445](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2022.27662.1445)

ماریا رحمانی؛ عباس صادقی؛ حسن پور رضی؛ سید حامد قیامی

تاثیر سه شیوهی متفاوت تمرینات ورزشی HIIT، HIT و MIT بر بیان ژن های FGF و TGF در بافت کبد رت‌های نر ویستار

صفحه 100-113

[10.22049/JAHSSP.2022.27721.1451](https://doi.org/10.22049/JAHSSP.2022.27721.1451)

علی برزگری؛ سعید نقیبی؛ محمد حسن دشتی خویدکی؛ فرزاد کریمی ضفرآبادی

تاثیر تمرین ورزشی هوازی و مقاومتی بر مقادیر GDF11 بافت قلب رت‌های سالمند



[صفحه 114-124](#)

[10.22049/JAHSSP.2022.27747.1452](#)

فاطمه مشهدی؛ اسمعیل نصیری؛ مریم خالصی

[تاثیر ۸ هفته تمرین تناوبی با شدت بالا در آب بر پروتئین TLR-4 کبد و TNF- \$\alpha\$ سرم در موش‌های صحرایی نر مبتلا به استئاتوهپاتیت غیرالکلی با رژیم غذایی پرچرب](#)

[صفحه 125-135](#)

[10.22049/JAHSSP.2022.27761.1458](#)

محدثه صباد؛ هما شیخانی؛ مهرزاد مقدسی؛ علیرضا جوهری

[تاثیر تمرین هوازی بر مقدار ادم پنجه و سطوح IL-6، TNF- \$\alpha\$ و CC16 سرم موش‌های نر تحت مواجهه با آرسنیک](#)

[صفحه 136-150](#)

[10.22049/JAHSSP.2022.27769.1460](#)

امیر داداش زاده؛ رقیه پوزش جدیدی

[تاثیر تمرینات مقاومتی به همراه مکمل دهی کنسانتره پروتئین شیر \(MPC\) بر سطوح سرمی فولستاتین و میوستاتین و هیپرتروفی عضلانی در بدنسازان مبتدی](#)

[صفحه 151-163](#)

[10.22049/JAHSSP.2022.27812.1471](#)

رضا کریمی؛ رقیه فخرپور؛ اعظم زرنشان

[اثرات هشت هفته تمرین هوازی و رزوراترول بر بیان ژن‌های دخیل در ترموژنز و پروفایل لیپیدی در موش‌های نر نژاد C57BL/6](#)

[صفحه 164-175](#)

[10.22049/JAHSSP.2022.27762.1459](#)

فاطمه کاظمی نسب