

## Res. Asst. MUHAMMED MUSTAFA ATAKAN

### Personal Information

Office Phone: [+90 312 297 6890](tel:+903122976890) Extension: 136

Email: [muhammed.atakan@hacettepe.edu.tr](mailto:muhammed.atakan@hacettepe.edu.tr)

Web: <https://avesis.hacettepe.edu.tr/muhammed.atakan>

### Education Information

Doctorate, Hacettepe University, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi A.B.D., Turkey 2014 - Continues  
Post Graduate, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Abd, Turkey 2012 - 2014

### Dissertations

Post Graduate, Beden eğitimi ve spor bilimleri fakülte ve yüksekokullarındaki akademik personelin örgütsel bağlılık ve örgütsel adalet düzeylerinin incelenmesi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor (YI), 2014

### Research Areas

Health Sciences

### Academic Titles / Tasks

Research Assistant PhD, Hacettepe University, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, 2013 - Continues

### Articles Published in Journals That Entered SCI, SSCI and AHCI Indexes

- I. **Six high-intensity interval training sessions over 5 days increases maximal oxygen uptake, endurance capacity, and sub-maximal exercise fat oxidation as much as 6 high-intensity interval training sessions over 2 weeks**  
Atakan M. M. , Güzel Y., Bulut S., Koşar N., Mcconell G., Turnagöl H.  
JOURNAL OF SPORT AND HEALTH SCIENCE, vol.10, no.4, pp.478-487, 2021 (Journal Indexed in SCI)
- II. **Evidence-Based Effects of High-Intensity Interval Training on Exercise Capacity and Health: A Review with Historical Perspective**  
ATAKAN M. M. , Li Y., KOŞAR Ş. N. , TURNAGÖL H. H. , Yan X.  
INTERNATIONAL JOURNAL OF ENVIRONMENTAL RESEARCH AND PUBLIC HEALTH, vol.18, no.13, 2021 (Journal Indexed in SCI)
- III. **The Role of Exercise, Diet, and Cytokines in Preventing Obesity and Improving Adipose Tissue**  
Atakan M. M. , Koşar Ş. N. , Güzel Y., Tin H. T. , Yan X.  
NUTRIENTS, vol.13, no.5, 2021 (Journal Indexed in SCI)
- IV. **Graded exercise test with or without load carriage similarly measures maximal oxygen uptake in young males and females.**  
Wang Z., Atakan M. M. , Yan X., Turnagöl H. H. , Duan H., Peng L.

PloS one, vol.16, 2021 (Journal Indexed in SCI)

- V. **The Molecular Adaptive Responses of Skeletal Muscle to High-Intensity Exercise/Training and Hypoxia**  
Li J., Li Y., Atakan M. M. , Kuang J., Hu Y., Bishop D. J. , Yan X.  
ANTIOXIDANTS, vol.9, no.656, pp.1-22, 2020 (Journal Indexed in SCI)
- VI. **Short term creatine loading without weight gain improves sprint, agility and leg strength performance in female futsal players**  
Atakan M. M. , Karavelioğlu M. B. , Harmancı H., Cook M., Bulut S.  
Science & Sports, vol.34, no.1, 2018 (Journal Indexed in SCI)
- VII. **The effects of short term creatine loading on exercise performance in female futsal players**  
ATAKAN M. M. , KARAVELİOĞLU M. B. , HARMANCI H., BULUT S.  
International Journal Of Sport Nutrition And Exercise Metabolism, vol.26, pp.3, 2016 (Journal Indexed in SCI Expanded)

### Articles Published in Other Journals

- I. **COVID-19 versus physical inactivity – a self-reported questionnaire study**  
Atakan M. M. , Aktitiz S., Kayhan M.  
Spor Hekimliği Dergisi, no.1, pp.1-6, 2021 (Other Refereed National Journals)
- II. **ADÖLESAN YÜZÜCÜLERİN KAN DEMİR PARAMETRELERİYLE WİNGATE TESTİ, SIÇRAMA VE YÜZME PERFORMANSLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ**  
TUĞAL D., İLHAN M., CİNEMRE Ş. A. , ÜNVER E., ATAKAN M. M. , DEMİRCİ N., TURNAGÖL H. H.  
International Journal of Sport, Exercise Training Sciences, pp.282, 2017 (Refereed Journals of Other Institutions)
- III. **ADÖLESAN YÜZÜCÜLERİN ASİDİK VE BAZİK BESLENME DURUMLARININ (PRAL) DEĞERLENDİRİLMESİ VE VÜCUT KOMPOZİSYONLARI İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**  
İLHAN M., TUĞAL D., ATAKAN M. M. , ÜNVER E., DEMİRCİ N., CİNEMRE Ş. A. , TURNAGÖL H. H.  
International Journal of Sport, Exercise Training Sciences, 2017 (Refereed Journals of Other Institutions)
- IV. **KADIN VOLEYBOLCULARDA DXA VÜCUT KOMPOZİSYONU İLE EGZERSİZPERFORMANSI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**  
MUTLU M., ALPER İ., BULUT S., ATAKAN M. M. , TURAN A., ATAY G. E. , ÜNVER E., TURNAGÖL H. H.  
International Journal of Sport, Exercise Training Sciences, 2017 (Refereed Journals of Other Institutions)
- V. **GENÇ ERKEK VOLEYBOLCULARIN VÜCUT KOMPOZİSYONLARINDA VE SPORTİF PERFORMANS PARAMETRELERİNDE MEYDANA GELEN DEĞİŞİMLERİN İNCELENMESİ**  
Çoban O., ATAKAN M. M. , GÜZEL Y., TURNAGÖL H. H.  
International Journal of Sport, Exercise Training Sciences, no.75, 2017 (Refereed Journals of Other Institutions)
- VI. **Genç Erkek Voleybolcuların Vücut Kompozisyonlarında ve Sportif Performans Parametrelerinde Meydana Gelen Değişimlerin İncelenmesi**  
ÇOBAN O., ATAKAN M. M. , GÜZEL Y., TURNAGÖL H. H.  
International Journal of Sport, Exercise and Training Sciences, vol.3, 2017 (Refereed Journals of Other Institutions)
- VII. **Effect of body composition on fitness performance in young male football players**  
ATAKAN M. M. , ÜNVER E., BULUT S., DEMİRCİ N., CİNEMRE Ş. A. , TURNAGÖL H. H.  
Turkish Journal of Sport and Exercise, vol.1, pp.54-59, 2017 (Other Refereed National Journals)

### Refereed Congress / Symposium Publications in Proceedings

- I. **The Effects of Short-Term High Intensity Interval Training on Resting Metabolic Rate**  
ATAKAN M. M. , KOŞAR Ş. N. , GÜZEL Y., BULUT S., TURNAGÖL H. H.  
International Sport and Exercise Nutrition Congress (ISENC), 18 - 20 December 2018
- II. **Effects of High Intensity Interval Training on VO2max, Endurance Capacity and Fat Oxidation**

**'xx'xxDouble'xx'xx HIIT versus 'xx'xxSingle'xx'xx HIIT**

ATAKAN M. M. , GÜZEL Y., BULUT S., KOŞAR Ş. N. , TURNAGÖL H. H.

International Sport and Exercise Nutrition Congress, 18 - 20 December 2018

- III. **İnsülin Direnci Olan Obez Erkeklerde Diyet ve Egzersizin İrisin, Lipasin ve Glikoz Metabolizması Üzerine Etkisi**  
FAİDECİ KESKİN N., KOŞAR Ş. N. , GÜZEL Y., ATAKAN M. M. , BULUT S., HAZIR T., TURNAGÖL H. H.  
16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 31 October - 03 November 2018
- IV. **İnsülin direnci olan obez erkeklerde diyet ve egzersizin irisini, lipasin ve glikoz metabolizması üzerine etkisi**  
KESKİN N., KOŞAR Ş. N. , GÜZEL Y., ATAKAN M. M. , BULUT S., HAZIR T., TURNAGÖL H. H.  
16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 31 October - 03 November 2018
- V. **Capoeira Sporcularının Vücut Kompozisyonu, Kas Kuvveti, Denge ve Sıçrama Performansları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi**  
ATAKAN M. M. , GÜZEL Y., ÜNVER E., TURNAGÖL H. H.  
15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 15 - 18 November 2017
- VI. **Genç Erkek Futbolcularda Anaerobik Kapasite ve Fitness Performans Parametreleri ile Vücut Kompozisyonu Arasındaki İlişki**  
ATAKAN M. M. , KÖSE M. G. , GÜZEL Y., SAĞINÇ S., YILMAZ U., TURNAGÖL H. H.  
15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 15 - 18 November 2017
- VII. **Postmenopozal Obez Kadınlarda 10 Haftalık Aerobik Egzersiz Programının Leptin, Kemik Dönüşüm Belirteçleri ve Glukoz Homeostazı Üzerine Etkisi**  
GÜZEL Y., ATAKAN M. M. , BULUT S., TURNAGÖL H. H. , HAZIR T., KOŞAR Ş. N.  
15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 15 - 18 November 2017
- VIII. **CHANGES IN BODY COMPOSITION AFTER LIQUID FOOD-WATER INTAKE IN YOUNG HEALTY MALES**  
BULUT S., ATAKAN M. M. , GÜZEL Y., KOŞAR Ş. N. , TURNAGÖL H. H.  
22. Avrupa Spor Bilimleri Kongresi, Essen, Germany, 5 - 08 July 2017
- IX. **High Intensity Interval Training Decreases Inflammatory Cytokines and Improves Bone Turnover Markers in Obese Women**  
ATAKAN M. M. , OSALOU M. A. , GÜZEL Y., TARTİBİAN B., KOŞAR Ş. N.  
22. Avrupa Spor Bilimleri Kongresi, Essen, Germany, 5 - 08 July 2017
- X. **ONE METABOLIC EQUIVALENT IN POSTMENOPAUSAL IS NOT EQUAL TO THE TRADITIONALLY ACCEPTED RESTING OXYGEN CONSUMPTION VALUE**  
KOŞAR Ş. N. , GÜZEL Y., BULUT S., ATAKAN M. M. , HAZIR T., TURNAGÖL H. H.  
22. Avrupa Spor Bilimleri Kongresi, Essen, Germany, 5 - 08 July 2017
- XI. **ADÖLESAN YÜZÜCÜLERİN ASIDIK VE BAZIK BESLENME DURUMLARININ (PRAL)DEĞERLENDİRİLMESİ VE VÜCUT KOMPOZİSYONLARI İLE İLİSKİSİNİN İNCELENMESİ**  
İLHAN M., TUĞAL D., ATAKAN M. M. , ÜNVER E., DEMİRCİ N., CİNEMRE Ş. A. , TURNAGÖL H. H.  
4. ULUSLARARASI BALKAN SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ, 21 - 23 May 2017
- XII. **Adölesan Yüzücülerin Asidik ve Bazik Beslenme Durumlarının (PRAL) Değerlendirilmesi ve Vücut Kompozisyonları ile İlişkisinin İncelenmesi**  
İLHAN M., TUĞAL D., ATAKAN M. M. , ÜNVER E., Demirci N., CİNEMRE Ş. A. , TURNAGÖL H. H.  
4. Uluslararası Balkan Spor Bilimleri Kongresi, 21 - 23 May 2017
- XIII. **Erkek Voleybolcuların Vücut Kompozisyonlarında ve Sportif Performans Parametrelerinde Meydana Gelen Değişimlerin İncelenmesi**  
Çoban O., ATAKAN M. M. , GÜZEL Y., TURNAGÖL H. H.  
4. Uluslararası Spor Bilimleri Balkan Kongresi, 21 - 23 May 2017
- XIV. **ADÖLESAN YÜZÜCÜLERİN KAN DEMİR PARAMETRELERİYLE WİNGATE TESTİ, SIÇRAMA VE YÜZMEPERFORMANSLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ**  
TUĞAL D., İLHAN M., CİNEMRE Ş. A. , ÜNVER E., ATAKAN M. M. , DEMİRCİ N., TURNAGÖL H. H.  
4. Uluslararası Balkan Spor Bilimleri Kongresi, 21 - 23 May 2017
- XV. **ADÖLESAN YÜZÜCÜLERİN KAN DEMİR PARAMETRELERİYLE WINGATE TESTİ,SIÇRAMA VE**

## YÜZMEPERFORMANSLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

TUĞAL D., İLHAN M., CİNEMRE Ş. A., ÜNVER E., ATAKAN M. M., DEMİRCİ N., TURNAGÖL H. H.

4. ULUSLARARASI BALKAN SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ, 21 - 23 May 2017

- XVI. **Kadın Voleybolcularda DXA Vücut Kompozisyonu ile Egzersiz Performansı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**  
BULUT S., ATAKAN M. M., MUTLU M., ALPER İ., TURAN A., ATAY G. E., ÜNVER E., TURNAGÖL H. H.  
4. Uluslararası Balkan Spor Bilimleri Kongresi, 21 - 23 May 2017
- XVII. **Postmenopozal Obez Kadınlarda Farklı Yöntemlerle Belirlenen Dinlenik Metabolik Hızın İndirek Kalorimetri Yöntemiyle Karşılaştırılması**  
GÜZEL Y., BULUT S., ATAKAN M. M., HAZIR T., TURNAGÖL H. H., KOŞAR Ş. N.  
14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 1 - 04 November 2016
- XVIII. **Obez Kadınlarda Yüksek Şiddetli Aralıklı Egzersiz Programının Leptin Adiponektin Osteokalsin ve CTX Üzerine Etkisi**  
ALIZADEH OSALOU M., GÜZEL Y., ATAKAN M. M., KOŞAR Ş. N.  
14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 1 - 04 November 2016
- XIX. **Sıvı Besin Su Alımının DXA Vücut Kompozisyonu Ölçümü Üzerine Etkisi**  
BULUT S., ATAKAN M. M., GÜZEL Y., KOŞAR Ş. N., TURNAGÖL H. H.  
14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 1 - 04 November 2016
- XX. **A Milli Satranç Oyuncularının Toplam ve Segmental Vücut Kompozisyonlarının Değerlendirilmesi**  
ATABEY C. I., BULUT S., ATAKAN M. M., GÜZEL Y., KOŞAR Ş. N., TURNAGÖL H. H.  
14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 1 - 04 November 2016
- XXI. **Genç Yüzücülerde Vücut Kompozisyonu Bileşenleri ve Tüm Vücut Kemik Mineral Yoğunluğu Arasındaki İlişkilerin Belirlenmesi**  
ATAKAN M. M., DEMİRCİ N., KOŞAR Ş. N.  
14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 1 - 04 November 2016
- XXII. **The Effects of Short Term Creatine Supplementation on Exercise Performance in Female Futsal Players**  
ATAKAN M. M., KARAVELİOĞLU M. B., HARMANCI H., BULUT S.  
International Sport Exercise Nutrition Conference, Newcastle, United Kingdom, 15 - 17 December 2015
- XXIII. **Body Composition and Physical Activity in Turkish Adolescents**  
GÜZEL Y., ATAKAN M. M., BULUT S., KOŞAR Ş. N., TURNAGÖL H. H.  
11th Annual Meeting and 6th Conference of HEPA Europe, İstanbul, Turkey, 7 - 09 October 2015

## Supported Projects

TURNAGÖL H. H., ATAKAN M. M., GÜZEL Y., KÖSE M. G., Project Supported by Higher Education Institutions, Genç Erkek Futbolcularda Anaerobik Kapasite ve Fitness Performans Parametreleri ile Vücut Kompozisyonu Arasındaki İlişki, 2017 - 2018

TURNAGÖL H. H., GÜZEL Y., BULUT S., ATAKAN M. M., Project Supported by Higher Education Institutions, Postmenopozal Obez Kadınlarda 10 Haftalık Aerobik Egzersiz Programının Leptin Kemik Dönüşüm Belirteçleri ve Glukoz Homeostazi Üzerine Etkisi, 2017 - 2018

KOŞAR Ş. N., BULUT S., ATAKAN M. M., HAZIR T., TURNAGÖL H. H., GÜZEL Y., Project Supported by Higher Education Institutions, Postmenopozal obez kadınlarda 1 MET geleneksel olarak kabul edilen dinlenik oksijen tüketimi miktarına eşit değildir, 2017 - 2017

BULUT S., ATAKAN M. M., GÜZEL Y., KOŞAR Ş. N., TURNAGÖL H. H., Project Supported by Higher Education Institutions, Genç Sağlıklı Erkeklerde Sıvı Besin-Su Alımı Sonrası Vücut Kompozisyonu Değişimi, 2017 - 2017

KOŞAR Ş. N., ATAKAN M. M., GÜZEL Y., Project Supported by Higher Education Institutions, Yüksek Şiddetli Aralıklı Egzersiz Obez Kadınlarda İnflamatuar Sitokinleri Azaltır ve Kemik Dönüşüm Belirteçlerini Geliştirir, 2017 - 2017

KOŞAR Ş. N., ATAKAN M. M., TURNAGÖL H. H., BULUT S., GÜZEL Y., HAZIR T., Project Supported by Higher Education Institutions, Postmenopozal obez kadınlarda 12 haftalık aerobik egzersizin serum osteokalsin adipositokinler ve glukoz

dengesi üzerine etkisi, 2016 - 2017

ATAKAN M. M. , Project Supported by Higher Education Institutions, Kısa Süreli Kreatin Yüklenmesinin Kadın Futbolcuların Egzersiz Performansları Üzerine Etkisi, 2015 - 2016

## Citations

Total Citations (WOS):14

h-index (WOS):3