

## Asst. Prof. SÜLEYMAN BULUT

### Personal Information

**Office Phone:** [+90 312 297 6890](tel:+903122976890) Extension: 137

**Office Phone:** [+90 312 297 6895](tel:+903122976895) Extension: 136

**Fax Phone:** [+90 312 299 2167](tel:+903122992167)

**Email:** [slmbulut@hacettepe.edu.tr](mailto:slmbulut@hacettepe.edu.tr)

**Web:** <https://avesis.hacettepe.edu.tr/slmbulut>

**Address:** Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fak. Egzersiz ve Beslenme Metabolizması Lab. Yeni Bina 1.Kat Ofis No: 11-1, Beytepe Yerleşkesi, 06800, Çankaya, ANKARA

### Biography

After gaining Bachelor of Science in Biology from Hacettepe University in 2002, Dr. Bulut completed his MSci (The effect of Conjugated Linoleic Acid use with exercise on post heparin plasma lipoprotein lipase and butyrylcholinesterase activities in sedentary young men- TUBITAK SBAG-2964 project) and PhD in 2014 (Effects of body glycogen stores on substrate utilization and fat oxidation during exercise) in Hacettepe University Sports Sciences and Technology Program, particularly in the exercise and nutrition metabolism scientific subdivision. Between 2005-2006, he was a visiting researcher at the Victorian Institute of Sport in Melbourne for a year. He has been awarded TUBITAK 2219 post doctoral fellowship in late 2019 and currently continuing his research at the Australian Catholic University, Mary MacKillop Institute for Health Research, Exercise and Nutrition Laboratories under the guidance of Prof John Hawley. His latest research topics are 'The molecular effects of low glycogen stores during exercise and' The effects fish oil supplementation with exercise on human and C2C12 mouse myoblast cell culture and metabolism in postmenopausal women. Dr Bulut's main research interests are to examine the metabolic interactions of exercise & nutrition combinations on fat oxidation, adipose tissue, muscle and liver. Dr Bulut, who also took part in the establishment of Exercise and Nutrition Metabolism Research laboratories between 2007 and 2014, has been working as a lecturer in Hacettepe University Faculty of Sport Sciences since 2002. In addition, he's still working as an assistant editor and publication coordinator in the Journal of Sports Sciences. Long distance running and soccer are being his favourite past time activities.

### Education Information

Doctorate, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi-Egzersizde Beslenme Metabolizması Abd, Turkey 2007 - 2014

Post Graduate, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi -Spor Sağlık-Sporcu Beslenmesi, Turkey 2002 - 2005

Under Graduate, Hacettepe Üniversitesi, Fen Fakültesi, Biyoloji Bölümü, Turkey 1998 - 2002

### Foreign Languages

English, C1 Advanced

### Dissertations

Doctorate, Vücut Glikojen Depo Düzeylerinin Akut Egzersiz Metabolizmasına Etkisi, Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 2014

Post Graduate, Konjuge linoleik asit (CLA) suplementasyonu ile birlikte egzersizin vücut kompozisyonu ve kan lipid profili

üzerine etkisi, Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Ve Teknolojisi Yüksekokulu, Spor Bilimleri Bölümü, 2005

## Research Areas

Medicine, Health Sciences, Fundamental Medical Sciences, Human Physiology, Sport Physiology, Nutrition and Dietetics, Life Sciences, Biochemistry, Metabolism, Natural Sciences

## Academic Titles / Tasks

Researcher, Australian Catholic University, Mary MacKillop Institute for Health Research, Exercise and Nutrition Research Program-ENRP, 2020 - Continues

Assistant Professor, Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon, 2019 - Continues

Research Assistant PhD, Hacettepe University, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, 2015 - 2019

Research Assistant, Hacettepe University, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, 2002 - 2014

Researcher, Victorian Institute of Sport, Sports Science-Nutrition and Exercise Metabolism, Sports Science, 2005 - 2006

## Courses

SBA 211 KİNANTROPOMETRİ, Under Graduate, 2017 - 2018

ANR 203 KİNANTROPOMETRİ, Under Graduate, 2017 - 2018

## 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 VO<sub>2</sub>max, 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 irislin, 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. **Postmenopozal Obez Kadınlarda 10 Haftalık Aerobik Egzersiz Programının Leptin, Kemik Dönüşüm Belirteçleri ve Glukoz Homeostazi 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
- VI. **CHANGES IN BODY COMPOSITION AFTER LIQUID FOOD-WATER INTAKE IN YOUNG HEALTHY 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
- VII. **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
- VIII. **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
- IX. **Genç Basketbolcularda Akut Oral Kafein Suplementasyonunun Tekrarlı Sprint Performansına Etkisi**  
TOSUN S., KOŞAR Ş. N. , BULUT S., TOK Ö., BAYRAMOĞLU A., TURNAGÖL H. H.  
14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 1 - 04 November 2016
- X. **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
- XI. **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
- XII. **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
- XIII. **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
- XIV. **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
- XV. **Effects of Body Glycogen Stores Level on Acute Endurance Exercise Metabolism in Young Cyclists**  
BULUT S., TURNAGÖL H. H.  
International Sport Exercise Nutrition Conference, Newcastle, United Kingdom, 14 - 16 December 2014, vol.25, pp.4
- XVI. **Üniversite öğrencilerinin beden kitle indeksleri bel boy oranları bel kalça oranları ile beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktiviteye katılım durumlarının incelenmesi Hacettepe Üniversitesi Örneği**  
GÜZEL Y., BULUT S., KOŞAR Ş. N. , TURNAGÖL H. H.  
12. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Denizli, Turkey, 12 - 14 December 2012
- XVII. **EVAULATION OF FLUID CONSUMPTION AND BODY COMPOSITION IN ADULTS**  
ERÇİM R. E. , BULUT S., TURNAGÖL H. H.  
13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Konya, Turkey, 7 - 09 November 2014
- XVIII. **EFFECT OF ACUTE FOOD AND FLUID INTAKE ON DXA BODY COMPOSITION MEASUREMENT**  
UĞUR U., HASGÜL L., TUNA N., TURAN A., BULUT S., TURNAGÖL H. H.  
13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Konya, Turkey, 7 - 09 November 2014
- XIX. **Effects of Mouth Rinsing with Different Concentrations of Carbohydrate Solutions on Endurance Performance**  
Nilay G., TURNAGÖL H. H. , KOŞAR Ş. N. , BULUT S., GÜZEL Y., HAZIR T.  
XIIIth International Sports Science Congress, Konya, Turkey, 7 - 09 November 2014
- XX. **Farklı Konsantrasyonlardaki Karbonhidrat Çözeltilerinin Ağızda Çalkalanmasının Dayanıklılık Performansına Etkisi**  
KULAKSIZ T. N. , TURNAGÖL H. H. , KOŞAR Ş. N. , BULUT S., GÜZEL Y., HAZIR T.  
13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 7 - 09 November 2014
- XXI. **BİR DEPODAN DAHA FAZLASI KAS GLİKOJEN DEPOLARI VE ANTRENMAN ETKİLEŞİMİ**  
BULUT S.  
5. ANTRENMAN BİLİMİ KONGRESİ, Ankara, Turkey, 2 - 04 July 2013
- XXII. **Comparison of bone mineral density and body fat percentage between children basketball players**

**and swimmers**

BİLGİN E., ÜNVER E., KULAKSIZ T. N. , GÜZEL Y., BULUT S., TURNAGÖL H. H.

12. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 12 - 14 December 2012

**XXIII. Yüzücü ve basketbol oyuncusu çocukların kemik mineral yoğunluğu ile vücut yağ yüzdelerinin karşılaştırılması**

BİLGİN E., ÜNVER E., KULAKSIZ T. N. , GÜZEL Y., BULUT S., TURNAGÖL H. H.

12. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Denizli, Turkey, 12 - 14 December 2012

**XXIV. Üniversite öğrencilerinin Beden Kitle İndeksleri Bel Boy Oranları Bel Kalça Oranları İle Beslenme Alışkanlıkları ve Fiziksel Aktiviteye Katılım Durumlarının İncelenmesi Hacettepe Üniversitesi örneği  
Investigation of BMI Whr Whtr and Eating Habits Exercise Participation in University Students  
Hacettepe University Sample presentation**

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

12. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Denizli, Turkey, 12 - 14 December 2012

**XXV. Spor yapan ve yapmayan çocuklarda beden kitle indeki bel kalça oranları ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesi**

ÖZFİDAN S., GÜZEL Y., KOŞAR Ş. N. , BULUT S., TURNAGÖL H. H.

12. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Denizli, Turkey, 12 - 14 December 2012

**XXVI. EFFECTS OF EXERCISE AND CONJUGATED LINOLEIC ACID CLA USAGE ON BCHE AND OBESITY IN MEN**

BULUT S., BODUR E., ÇOLAK R., TURNAGÖL H. H. , ÇOKUĞRAŞ A. N.

11th International Meeting on Cholinesterases, 4 - 09 June 2012, pp.112

**XXVII. Effects of Exercise and Conjugated Linoleic Acid CLA Usage on BCHE Activity and Obesity in Men**

BULUT S., BODUR E., ÇOLAK R., TURNAGÖL H. H.

11th International Meeting on Cholinesterases, Kazan, Russia, 4 - 06 June 2012

**XXVIII. Konjuge Linoleik Asit CLA Suplementasyonu ve Aerobik Egzersizin Genç Erkeklerde Vücut Yağ Ağırlığı Lipoprotein Lipaz LPL aktivitesi leptin ve insülin Seviyelerine Etkileri**

BULUT S., BODUR E., ÇOLAK R., TURNAGÖL H. H.

11. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Antalya, TÜRKİYE, Antalya, Turkey, 10 - 12 November 2010, pp.20-21

**XXIX. Effects of Conjugated Linoleic Acid CLA Supplementantation and Aerobic Exercise on Body Fat Mass Lipoprotein Lipase LPL Activity Leptin and Insulin Levels in Young Men**

BULUT S., BODUR E., ÇOLAK R., TURNAGÖL H. H.

11th International Sports Science Congress, Antalya, Turkey, 10 November 2010

**XXX. Bulut S Bodur E Colak R Turnagol H The effects of conjugated Linoleic Acid CLA supplementantation and exercise on butyrylcholinesterase BChE lipoprotein Lipase LPL leptin and insulin levels in young males**

BULUT S., BODUR E., ÇOLAK R., TURNAGÖL H. H.

British Journal of Sports Medicine, Newcastle, United Kingdom, 20 - 22 August 2009, vol.43, pp.2

**XXXI. The Effects of Conjugated Linoleic Acid CLA Supplementantation Along With Exercise on Plasma Glucose and Insulin Levels**

BULUT S., BODUR E., ÇOLAK R., TURNAGÖL H. H.

15th Congress of Balkan Clinical Laboratory Federation, 04-07 September 2007, Divan Antalya Hotel , Antalya.

Poster Presentation, Antalya, Turkey, 4 - 07 September 2007, pp.121

**XXXII. Effects of Exercise and Conjugated Linoleic Acid on The Lipid Profile of Sedentary Young Adults**

BULUT S., BODUR E., ÇOLAK R., BAŞOĞLU S., ÇOKUĞRAŞ A. N. , TURNAGÖL H. H.

14th Congress of Balkan Clinical Laboratory Federationa, Sofya, Bulgaria, 27 - 30 September 2006

**XXXIII. Effect Of Conjugated Linoleic Acid CLA Supplementantation with Exercise On Body Composition And Blood Lipid Profile**

BULUT S., ÇOLAK R., TURNAGÖL H. H. , BAŞOĞLU S.

31 st FEBS Congress Molecules in Health , June 2006, Istanbul, Turkey. Poster Presentation, İstanbul, Turkey, 24 - 29 June 2006, vol.273, pp.302-303

**XXXIV. Blood Lipids Body Composition and Nutritional Status of University Students**

BAŞOĞLU S., TURNAGÖL H. H. , BULUT S., GEZMEN KARADAĞ M., BÜYÜKTUNCER DEMİREL Z.

## Supported Projects

- TURNAGÖL H. H. , BULUT S., GÜZEL Y., Project Supported by Higher Education Institutions, FARKLI KONSANTRASYONLARDAKİ KARBONHİDRAT ÇÖZELTİLERİNİN AĞIZDA ÇALKALANMASININ DAYANIKLILIK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİLERİ, 2013 - Continues
- 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
- KİN İŞLER A., BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, Spor Bilimleri Dergisi 2017 1,2,3 ve 4. sayılarının basımı, 2017 - 2018
- KİN İŞLER A., BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, Spor Bilimleri Dergisi 2016 yılı 4. sayısının basımı, 2017 - 2017
- BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, 6. Egzersiz Fizyolojisi Sempozyumu'na Katılım, 2017 - 2017
- 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
- KİN İŞLER A., BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, Spor Bilimleri Dergisinin 2016 3. Sayısının basımı, 2017 - 2017
- KİN İŞLER A., BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, Spor Bilimleri Dergisi 2016 2. sayısının basımı, 2016 - 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
- BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, 14. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresine Katılım, 2016 - 2016
- KİN İŞLER A., BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, Spor Bilimleri Dergisinin 2016 yılı 1. sayısının basımı, 2016 - 2016
- BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, International Sport and Exercise Nutrition 2015 (ISENC 2015 ) Kongresine Katılım, 2015 - 2016
- TURNAGÖL H. H. , BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Egzersiz ve Beslenme Metabolizması Araştırma Laboratuvarının (Embal) Kurulum Projesi, 2009 - 2016
- TURNAGÖL H. H. , BULUT S., Project Supported by Higher Education Institutions, Vücut glikojen depo düzeylerinin akut egzersiz metabolizmasına etkisi, 2013 - 2015

## Citations

Total Citations (WOS):51

h-index (WOS):4