

**Wykaz osiągnięć naukowych albo artystycznych, stanowiących znaczny wkład w rozwój określonej dyscypliny**

**Robert Trybulski**

*Informacje zawarte w poszczególnych punktach tego dokumentu powinny uwzględniać podział na okres przed uzyskaniem stopnia doktora oraz po jego uzyskaniu.*

**I. WYKAZ OSIĄGNIĘĆ NAUKOWYCH ALBO ARTYSTYCZNYCH, O KTÓRYCH MOWA W ART. 219 UST. 1. PKT 2 USTAWY**

Cykl **siedmiu** publikacji powiązanych tematycznie i opublikowany po uzyskaniu stopnia doktora nauk o kulturze fizycznej w międzynarodowych czasopismach. Łączny wskaźnik oddziaływania Impact Factor, tych siedmiu publikacji wynosi: **IF=17,7 oraz MEiN=840**

**1. Robert Trybulski**, Adrian Kuźdżał, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarosław Muracki. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. Journal of Clinical Medicine. (2024) DOI: <https://www.mdpi.com/2077-0383/13/4/1177> **IF=3,0; punktacja MEiN=140.00**

**2. Robert Trybulski**, Arkadiusz Stanula, Andriy Vovkanych, Tomasz Halski, Małgorzata Paprocka Borowicz, Robert Dymarek, Jakub Taradaj. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. Medical Science Monitor. (2024). DOI: 10.12659/MSM.944149 <https://medscimonit.com/abstract/full/idArt/944149>

**IF=2,2; punktacja MEiN=140.00**

**3. Robert Trybulski**, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kuźdżał, Ireneusz Ryszkiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold

Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. Journal of Human Kinetics. vol 9/2024 DOI:10.5114/jhk/ 190220. <https://rdcu.be/dVmxD>

**IF=1,9; punktacja MEiN=140.00.**

**4. Robert Trybulski,** Adrian Kuźdżał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Wacław Kuczmik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial. Scientific Reports 2024 DOI: 10.1038/s41598-024-72412-0, **IF=3,8; punktacja MEiN=140.00.**

**5. Robert Trybulski,** Arkadiusz Stanula, Aleksandra Żebrowska, Mieszko Podleśny, Barbara Hall. Acute Effects of the Dry Needling Session on Gastrocnemius Muscle Biomechanical Properties, and Perfusion with Latent Trigger Points - A Single-Blind Randomized Controlled Trial in Mixed Martial Arts Athletes. Journal of Sports Science and Medicine. (2024). 23, 136-146. DOI: <https://doi.org/10.52082/jssm.2024.136>.

<https://www.jssm.org/jssm-23-136.xml%3EFulltext> **IF=2,4; punktacja MEiN=100.00**

**6. Robert Trybulski,** Adrian Kuźdżał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. International Journal of Sports Medicine. (2024). DOI:10.1055/a-2342-3679 **IF=2,0; punktacja MEiN=100.00.** <https://www.thiemeconnect.com/products/ejournals/abstract/10.1055/a-2342-3679>

**7. Adrian Kuźdżał,** Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Ireneusz Ryszkiel, **and Robert Trybulski:** Comparing the Effects of Compression Contrast Therapy and Dry Needling on Muscle Functionality, Pressure Pain Threshold, and Perfusion after Isometric Fatigue in Forearm Muscles of Combat Sports Athletes: A Single-Blind Randomized Controlled Trial. Journal of Sports Science and Medicine (2024). [doi.org/10.52082/.2024.548](https://doi.org/10.52082/.2024.548) <https://www.jssm.org/jssm-23-548.xml%3Eabst>

**IF=2,4; punktacja MEiN=100.00.** Artykuł przyjęty do druku.

## II. WYKAZ AKTYWNOŚCI NAUKOWEJ ALBO ARTYSTYCZNEJ

**1. Wykaz opublikowanych monografii naukowych (z zaznaczeniem pozycji niewymienionych w pkt I.1).**

**2. Wykaz opublikowanych rozdziałów w monografiach naukowych**

Przed uzyskaniem stopnia doktora – bark

Po uzyskaniu stopnia doktora (załącznik nr 1)

**1. Olga Łakomy, Robert Trybulski,** Artur Gołaś i Aleksandra Żebrowska: „Knee dislocation. A comprehensive rehabilitation program after two-stage ligament reconstruction” Sports, Health and Exercise Medicine, ISBN 978-1-83880-400- 2019

<https://www.intechopen.com/books/9153> **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**2. Olga Łakomy, Rafał Rogulski, Robert Trybulski,** Aleksandra Żebrowska: „Zwichnięcie kolana: ocena skuteczności programu po dwuetapowej rekonstrukcji więzadeł: studium przypadku”. Fizjoterapia sportowa: skuteczna diagnostyka, terapia powrót do sportu

/ Robert Trybulki [i in.] , Poznań: Forum Media Polska, 2018, S. 1-30, ISBN 9788326031793 **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**3.** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska: „Charakterystyka reakcji fizjologicznych i ich ocena w sportach walki”. Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red. nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław: Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 205-222, ISBN: 9788394798413 **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**4.** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska: „Podstawowe pojęcia teorii treningu”, Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red. nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław: Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 173-182, ISBN: 9788394798413 **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**5.** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska: „Podstawowe zagadnienia urazowości i rehabilitacji w sportach walki”, Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red. nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław: Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 241-268, ISBN: 9788394798413 **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**6.** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska: „Resuscytacja krążeniowo-oddechowa”, Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red. nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław: Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 223-240, ISBN: 9788394798413 **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

### **3. Wykaz członkostwa w redakcjach naukowych monografii.**

Redakcje monografii.

Przed uzyskaniem stopnia doktora – bark

Po uzyskaniu stopnia doktora (załącznik nr 1)

1. Fizjoterapia sportowa: skuteczna diagnostyka, terapia powrót do sportu / Robert Trybulski [i in.]; red. prowadzący Robert Trybulski i Marek Wiecheć, Poznań: Forum Media Polska, 2018, ISBN 9788326031793

### **4, Wykaz opublikowanych artykułów w czasopismach naukowych (z zaznaczeniem pozycji niewymienionych w pkt I.2).**

Przed uzyskaniem stopnia doktora:

1 Trybulski R.: „Wykorzystanie systemu hivamat 200 w leczeniu ran.” Rehabilitacja w praktyce 2008, nr 1, s. 28-33. 2 Trybulski R.: „Terapia fizykalna głęboką oscylacją i elektrostymulacja body flow w uzupełnieniu leczenia obrzęków.” Rehabilitacja w praktyce, 2011, nr 6, s. 49-55.

2. Trybulski R.: „Zastosowanie systemu deep oscylation w terapii otwartych ran, odleżyn i zmian cukrzycowych.,” W: Przewodnik metodyczny po wybranych zabiegach fizykalnych, pod. red. Bauer A., Wiecheć M. Markmed, 2012, s. 168-175.

3. Karwacińska J., Kiebzak W., Stepanek-Finda B., Kowalski I. M., Protasiewicz-Fałdowska H., Trybulski R., Starczyńska M.: „Ocena skuteczności stosowania kinesiologii taping na blizny przerostowe, keloidy i

przykurcze bliznowate.” Polish Annals of Medicine, 2012, t. 19, s. 50-57.

4. Bartelmus E., Knapik H., Trybulski R.: „Różnicowanie obręzków ciążowych. Skuteczne formy fizjoterapii w profilaktyce i terapii.” Dni Medycyny Społecznej i Zdrowia Publicznego - Zielona Góra 2012, Polska 2012 - priorytet zdrowia publicznego”. Wydawnictwo Lubuska Wyższa Szkoła Zdrowia Publicznego, Zielona Góra 2012, s. 21.

5. Smykła A., Walewicz K., Trybulski R., Halski T., Kucharzewski M., Kucio C., Mikusek W., Klakla K., Taradaj J.: „Effect of Kinesiology Taping (KT) on breast cancer-related lymphedema: a randomized, single-blind controlled pilot study.” BioMed Research International, 2013, vol. 2013, (article ID 767106)

6. Trybulski R., Szapel K., Jasienga J.: „Techniki terapeutyczne w leczeniu mięśniowopowięziowych punktów spustowych (MPPS).” Medycyna Manualna, 2013, t. 17, nr 4.

Po uzyskaniu stopnia doktora (załącznik nr 1)

Publikacje w czasopismach posiadających IF (poza wskazanymi w cyklu głównym)

1. Marta BICHOWSKA-PAWĘSKA, Dawid GAWEŁ, **Robert TRYBULSKI**, Jakub JAROSZ, Kinga ŁOSIŃSKA, Krzysztof FOSTIAK, João Guilherme VIEIRA. The effect of a single cycle of ischemia on bar velocity during bench press exercises. Baltic Journal of Health and Physical Activity 2024 DOI: 10.29359/BJHPA.16.1.10 **IF=0.7 ; punktacja MEiN/MNiSW=70.00**
2. Dawid Gaweł, Jakub Jarosz, **Robert Trybulski**, Michał Krzysztofik, Piotr Makar, João Guilherme Vieira, Grzegorz Trybek, Michał Wilk. Effects of different ischemic pressures on bar velocity during the bench press exercise: A randomized crossover trial. Biology of Sport 2024. DOI: 10.5114/biol sport.2024.133004 **IF=4.2 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
3. Podczarska-Głowacka Magdalena, Bogdański Bartłomiej, **Trybulski Robert**, Smoter Małgorzata, Wang Hsing-Kuo and Klich Sebastian. Acute fatigue-induced alterations in hamstring muscle properties after repeated Nordic hamstring exercises. Science Progress 2024 DOI: 10.1177/00368504241242934 **IF=2.6 ; punktacja MEiN/MNiSW=40.00**
4. **Robert Trybulski**, Adam Kawczyński, Jarosław Muracki, Nicola Lovecchio and Adrian Kuźdżał. Dry Needling and Acupuncture for Scars—A Systematic Review. Journal of Clinical Medicine, 2024, DOI: 10.3390/jcm13143994 **IF=3.0 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
5. **Robert Trybulski**, Jarosław Muracki, Mieszko Podleśny, Andriy Vovkanych, and Adrian Kuźdżał, Effectiveness of Kinesiotherapy in the Treatment of Achilles Tendinopathy—A Narrative Review, Sports 2024 DOI: 10.3390/sports12080202. **IF=2.2 ; punktacja MEiN/MNiSW=20.00**
6. **Robert Trybulski**, Adrian Kuźdżał, Michał Wilk, Jakub Więckowski, Krzysztof Fostiak, Jarosław Muracki: Reliability of MyotonPro in measuring the biomechanical properties of the quadriceps femoris muscle in people with different levels and types of motor preparation Frontiers in Sports and Active Living August 2024 DOI: 10.3389/sport.2024.1453730 **IF=2.3 ; punktacja MEiN/MNiSW=20.00**



7. **Trybulski R**, Bichowska M, Piwowar R, Pisz A, Krzysztofik M, Filip-Stachnik A, Fostiak K, Makar P, Wilk M. The effects of ischemia during rest intervals on strength endurance performance. PLoS One. 2023 Apr 6;18(4): e0280231. DOI: 10.1371/journal.pone.0280231. **IF=2.9 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
8. Michał Krzysztofik, Ph.D. Michał Spieszny, **Robert Trybulski**, Michał Wilk, Anna Pisz, Dominik Kolinger, Aleksandra Filip-Stachnik, Petr Stastny: Acute effects of isometric conditioning activity on the viscoelastic properties of muscles, sprint and jumping performance in handball players. Journal of Strength and Conditioning Research 2023 DOI: 10.1519/JSC.0000000000004404 **IF=2.5; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
9. **Robert Trybulski**, Jakub Jarosz, Michal Krzysztofik, Milena Lachowicz, Grzegorz Trybek, Adam Zajac & Michal Wilk: Ischemia during rest intervals between sets prevents decreases in fatigue during the explosive squat exercise: a randomized, crossover study. Scientific Reports (2022) 12:5922, DOI: 10.1038/s41598-022-10022-4 **IF=4.6 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
10. **Trybulski R**, Makar P, Alexe DI, Stanciu S, Piwowar R, Wilk M, Krzysztofik M. Post-Activation Performance Enhancement: Save Time with Active Intra-Complex Recovery Intervals. Front Physiol. 2022 Jul 6; 13:840722. DOI: 10.3389/fphys.2022.840722. **IF=4.0 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
11. Michał Krzysztofik, **Robert Trybulski**, Bartosz Trąbka, Dawid Perenc, Konrad Łuszcz, Adam Zajac, Dan Iulian Alexe, Tatiana Dobrescu, Cristina Elena Moraru. The impact of resistance exercise range of motion on the magnitude of upper-body post-activation performance enhancement. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation. (2022) 14:123. DOI: 10.1186/s13102-022-00519. **IF=1.9 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
12. Grzegorz Wojdala, **Robert Trybulski**, Marta Bichowska, Michal Krzysztofik: A comparison of electromyographic inter-limb asymmetry during a standard versus a Sling shot assisted bench press exercise. Journal of Human Kinetics 2022 DOI:10.2478/hukin-2022-0084 **IF=2.3 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
13. Rafał Podgórski, Marek Cieśla, Dominika Podgórska, Wojciech Bajorek, Artur Płonka, Wojciech Czarny, **Robert Trybulski**, Paweł Król. "Plasma microRNA-320a as a potential biomarker of physiological changes during training in professional volleyball players, Journal of Clinical Medicine (ISSN 2077-0383), 2022 **IF=3.9 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
14. Gawęł D, Kaszuba M, Komarek Z, Krawczyk R, Bichowska M, Jasiński M, **Trybulski R**. The effect of caffeine on countermovement jump performance in recreationally trained women habituated to caffeine. Baltic Journal of Health and Physical Activity, 2022 DOI: 10.29359/BJHPA.14.2 **IF=0.8 ; punktacja MEiN/MNiSW=70.00**
15. Michal Wilk, **Robert Trybulski**, Michał Krzysztofik, Grzegorz Wojdala, Yuri Campos, Adam Zajac, Ewelina Lulińska, Petr Stastny. Acute Effects of Different Blood Flow Restriction Protocols on Bar Velocity During the Squat Exercise. Frontiers in Physiology. DOI: 10.3389/fphys.2021.652896. June 2021. **IF=4.755 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
16. Jakub Jarosz, **Robert Trybulski**, Michał Krzysztofik, Athanasion Tsoukos, Aleksandra Filip-Stachnik, Adam Zajac, Gregory C. Bogdanis, Michał Wilk " The Effects of Ischemia During Rest Intervals on Bar Velocity in the Bench Press Exercise with Different External Loads. Frontiers in Physiology, 2021 DOI: 10.3389/fphys.2021.715096 **IF=4.755 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
17. Victor Sabino de Queiros, Ingrid Martins de França, **Robert Trybulski**, João Guilherme Vieira, Isis Kelly dos Santos, Gabriel Rodrigues Neto, Michal Wilk, Dihogo Gama de Matos, Wouber Héricksen de Brito Vieira, Jefferson da Silva

Novaes, Piotr Makar, Breno Guilherme de Araújo Tinoco Cabral, Paulo Moreira Silva Dantas. Myoelectric Activity and Fatigue in Low-Load Resistance Exercise with Different Pressure of Blood Flow Restriction: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Physiology*. DOI: 10.3389/fphys.2021.786752 November 2021 **IF=4.755** ; **punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

18. Mariola Gepfert, **Robert Trybulski**, Petr Stastny, Michał Wilk. „Fast Eccentric Movement tempo elicits higher physiological responses than Medium eccentric tempo in ice-hockey players.” *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, DOI: 10.3390/ijerph18147694 **IF=4.614** ; **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
19. Marcio Lacio, João Guilherme Vieira, **Robert Trybulski**, Yuri Campos, Derick Santana, José Elias Filho, Jefferson Novaes, Jeferson Vianna, Michal Wilk. Effects of Resistance Training Performed with Different Loads in Untrained and Trained Male Adult Individuals on Maximal Strength and Muscle Hypertrophy: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021, 18, 11237. DOI: 10.3390/ijerph182111237 **IF=4.614** ; **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
20. Michał Krzysztofik, Rafał Kalinowski, **Robert Trybulski**, Aleksandra Filip-Stachnik, Petr Stastny. Performance Enhancement of Countermovement Jump Performance Using a Heavy Load with Velocity-Loss Repetition Control in Female Volleyball Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021 DOI: 10.3390/ijerph182111530 **IF=4.614** ; **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
21. Gepfert M, Krzysztofik M, Kostrzewa M, Jarosz J, **Trybulski R**, Zajac A, Wilk M. „The Acute Impact of External Compression on Back Squat Performance in Competitive Athletes.” *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17(13):4674. DOI: 10.3390/ijerph17134674 **IF=3.390** ; **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
22. Żebrowska, A. **Trybulski R**. et all. „Effect of Physical Methods of Lymphatic Drainage on Postexercise Recovery of Mixed Martial Arts Athletes". *Clinical journal of sports medicine* 2019, 49-56, DOI: 10.1097/JSM.0000000000000485 **IF=3.165** ; **punktacja MEiN/MNiSW=70.00**
23. **Robert Trybulski**, Adrian Kuźdżał, Michał Wilk, Jakub Więckowski, Krzysztof Fostiak, Jarosław Muracki: Reliability of MyotonPro in measuring the biomechanical properties of the quadriceps femoris muscle in people with different levels and types of motor preparation *Frontiers in Sports and Active Living* August 2024|DOI10.3389/sport.2024.145373  
<https://www.frontiersin.org/journals/sports-and-active-living/articles/10.3389/fspor.2024.1453730/full>
24. Kuźdżał, A.; Muracki, J.; Makar, P.; Roczniok, R.; Studnicki, R.; Pożarowszczyk-Kuczko, B.; Kawczynski, A. and **Trybulski, R.** Assessment of the Impact of Heat-Compression Therapy Time on Muscle Biomechanical Properties and Forearm Tissue Perfusion in MMA Fighters—A Pilot Study. *Appl. Sci.* **2024**, *14*, 8659. <https://doi.org/10.3390/app14198659>

## Publikacje w czasopismach nieposiadających IF

1. **Robert Trybulski**, Tetiana Izovit, Ireneusz Ryszkiel, Marek Wiecheć, Wacław Kuczmiak. Propozycja obiektywizacji oceny efektów zastosowania metody suchego igłowania w mięśniowo powięziowym bólu szyi - opis przypadku. Proposal to objectify the evaluation of the effects of the dry needling method in myofascial neck pain - case report. *Praktyczna Fizjoterapia i Rehabilitacja*. Grudzień 2022/styczeń 2023

<https://www.praktycznafizjoterapia.pl/artykul/propozycja-objektywizacji-oceny-efektow-zastosowania-metody-suchego-iglowania-w-miesniowo-powieziowym-bolu-szyi-opis-przypadku> **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**2.R. Trybulski**, G. Biolik, W. Kuczmik, N. Ivasyk, O. Tyravska. Application of deep oscillation therapy in the treatment of peripheral arterial diseases. *Medicni perspektivi* 2023 DOI:10.26641/2307-0404.2023.3.289207 **punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

**3.R. Trybulski**, A. Vovkanych, O. Bas, O. Tyravska. The low-temperature effect on sports regeneration. *Fisioterapia em Movimento* DOI: 10.1590/fm.2023.36204. October 19, 2023 **punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

**4.** Michał Spieszny, **Robert Trybulski**, Piotr Biel, Adam Zając, Michał Krzysztofik. Post-Isometric Back Squat Performance Enhancement of Squat and Countermovement Jump. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022, 19, 12720. DOI: 10.3390/ijerph191912720. **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**5.** Krzysztof Fostiak, Marta Bichowska, **Robert Trybulski**, Bartosz Trąbka, Michał Krzysztofik, Nicholas Rolnick, Aleksandra Filip – Stachnik, Michał Wilk. Acute effects of ischemic intraconditioning on 30m sprint performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health* DOI: 10.3390/ijerph191912633 - 25 August 2022. **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**6.** Michał Spieszny, **Robert Trybulski**, Piotr Biel, Adam Zając, Michał Krzysztofik. Post-Isometric Back Squat Performance Enhancement of Squat and Countermovement Jump. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022, 19, 12720. DOI: 10.3390/ijerph191912720 **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**7.** Patryk Szymczyk, Kamil Węgrzynowicz, **Robert Trybulski**, Michał Spieszny, Paulina Ewertowska, Michał Wilk, Michał Krzysztofik. Acute Effects of Percussive Massage Treatment on Drop Jump Performance and Achilles Tendon Stiffness. *Global Health ijerph-1949733*, 18 September 2022. DOI: 10.3390/ijerph192215187 **punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**8. Trybulski R.** i inni: „Wykorzystanie głębokiej oscylacji i elektrostymulacji mięśni gładkich w niwelowaniu wybranych parametrów zmęczenia mięśniowego.” *Fizjoterapia Polska*, nr 2, 2016 <https://fizjoterapiapolska.pl/article/wykorzystanie-glebokiej-oscylacji-i-elektrostymulacji-miesni-gladkich-w-niwelowaniu-wybranych-parametrow-zmeczenia-miesniowego-application-of-deep-oscillation-and-electric-stimulation-in-smooth-muscl/> **punktacja MEiN/MNiSW=10.00**

**9.** Dawid Gawel, Jakub Jarosz, Patryk Matykiewicz, Magdalena Kaszuba, **Robert Trybulski**. Acute impact of blood flow restriction during resistance exercise – review. *TRENDS in Sport Science*. 2021; 28(2): 83-92, ISSN 2299-9590, DOI: 10.23829/TSS.2021.28.2-2. June 2021 **punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

**10.** Mariola Gepfert, Aleksandra Filip, Maciej Kostrzewa, Paulina Królikowska, Grzegorz Hajduk, **Robert Trybulski**, Michał Krzysztofik: "Analysis of power output and bar velocity during various techniques of the bench press among women" *Journal of Human Sport and Exercise* 2021, DOI: 10.14198/jhse.2021.161.14 **punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

**11. R. Trybulski**, A. Lizak i inni: Wybrane aspekty badania fizjoterapeutycznego w chorobach neurologicznych. *Praktyczna Fizjoterapia & Rehabilitacja* ISSN2081-187X nr 91 Luty 2018 <https://www.praktycznafizjoterapia.pl/artykul/wybrane-aspekty-badania-fizjoterapeutycznego-w-chorobach-neurologicznych> **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**12. Robert Trybulski.** Metoda deep oscillation w leczeniu zespołu stopy cukrzycowej. *Praktyczna Fizjoterapia &*

Rehabilitacja. 2018 <https://www.praktycznafizjoterapia.pl/artukul/metoda-deep-oscillation-w-leczeniu-zespolu-stopy-cukrzycowej> **punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**13.** Chrzoszcz, P., Derbisz, K., Suszński, K., Miodoński, J., **Trybulski, R.**, Lewin, Kowalik, J., & Marcol, W. „Application of peripheral nerve conduits in clinical practice: A literature review.” *Neurologia i Neurochirurgia Polska* (2018). DOI: 10.1016/j.pjnns.2018.06.003 **punktacja MEiN/MNiSW=40.00**

**14.** D. Olędzki, R. **Trybulski i inni:** „Wartość testu Lewita w różnicowaniu jednocześnie występującej dysfunkcji stawu krzyżowo-biodrowego i wysklepienia podłużnego stopy u dzieci z zaburzeniami statyki ciała”: *Medycyna Manualna* nr 2, 2017 [https://www.researchgate.net/profile/Tomasz-Ridan/publication/318457853\\_Ocena\\_wystepowania\\_dolegliwosci\\_bolowych\\_kregoslupa\\_szyjnego\\_i\\_piersiowego\\_w\\_grupie\\_zawodowej\\_kosmetyczek\\_w\\_oparciu\\_o\\_badania\\_wlasne\\_i\\_kwestionariusz\\_NDI/links/5c536b90299bf12be3f1067a/Ocena-wystepowania-dolegliwosci-bolowych-kregoslupa-szyjnego-i-piersiowego-w-grupie-zawodowej-kosmetyczek-w-oparciu-o-badania-wlasne-i-kwestionariusz-NDI.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Tomasz-Ridan/publication/318457853_Ocena_wystepowania_dolegliwosci_bolowych_kregoslupa_szyjnego_i_piersiowego_w_grupie_zawodowej_kosmetyczek_w_oparciu_o_badania_wlasne_i_kwestionariusz_NDI/links/5c536b90299bf12be3f1067a/Ocena-wystepowania-dolegliwosci-bolowych-kregoslupa-szyjnego-i-piersiowego-w-grupie-zawodowej-kosmetyczek-w-oparciu-o-badania-wlasne-i-kwestionariusz-NDI.pdf)

**punktacja MEiN/MNiSW=2.00**

**15.** A Żebrowska, **Trybulski R. i inni:** „Obrzęk tłuszczowy i inne lipodystrofie w praktyce fizjoterapeuty.” *Praktyczna fizjoterapia & rehabilitacja*, 2016, nr s. 8-18 <https://www.praktycznafizjoterapia.pl/artukul/obrzek-tluszczowy-i-inne-lipodystrofie-w-praktyce-fizjoterapeuty> **punktacja MEiN/MNiSW=0.00**

**5. Wykaz osiągnięć projektowych, konstrukcyjnych, technologicznych (z zaznaczeniem pozycji niewymienionych w pkt I.3).**

**6. Wykaz publicznych realizacji dzieł artystycznych (z zaznaczeniem pozycji niewymienionych w pkt I.3).**

**7. Wykaz wystąpień na krajowych lub międzynarodowych konferencjach naukowych lub artystycznych, z wyszczególnieniem przedstawionych wykładów na zaproszenie i wykładów plenarnych.**

Przed uzyskaniem stopnia doktora – bark informacji

Po uzyskaniu stopnia doktora (załącznik nr 2)

- Międzynarodowa Konferencja Naukowa Polskiego Towarzystwa Medycyny Manualnej. Kompleks miedniczno-łędźwiowy w ujęciu diagnostyczno terapeutycznym. Ciechocinek 2018.
- I Międzynarodowa Konferencja Naukowo-Szkoleniowa: Kształtowanie siły i mocy mięśniowej w świetle nauki, teorii i praktyki sportowej. Katowice, 2018.
- II Międzynarodowa Konferencja Naukowo-Szkoleniowa: Zaawansowane Metody Diagnostyki oraz Kształtowania Siły i Mocy Mięśniowej. Katowice, 2019.

- III Międzynarodowa Konferencja Naukowa i Szkoleniowa Osoby z niepełnosprawnością w sporcie – teoria i praktyka. Warszawa 2019.
- Centrum Kompleksowej Rehabilitacji W Konstancinie. XIII symposium naukowe. Kluczowe elementy postępowania w skoordynowanej opiece rehabilitacyjnej w chorobie zwyrodnieniowej stawu biodrowego, Warszawa 2019
- IV Spotkanie Ekspertów. Wielkopolskie Centrum Rehabilitacji, Uniwersytet Medyczny Poznań. Fizjoterapia- Ortopedia- Reumatologia. Poznań 2021
- I Konferencja fizjoterapii sportowej. Pysio Olympic Day. Forum Media Polska. Strategie regeneracji w sporcie. Warszawa 2022
- Międzynarodowa Konferencja Metodyczno-Naukowa pn. Siła, Moc, Hipertrofia – fundament treningu sportowego. Gdańsk 2022
- II Konferencja fizjoterapii sportowej. Pysio Olympic Day. Forum Media Polska. Zagrożenia i perspektywy terapii DN w medycynie sportowej. Warszawa 2023 I Śląskie Forum Masażystów. Urząd Marszałkowski w Katowicach, Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Raciborzu. Perspektywy wykorzystania medycyny fizykalnej w praktyce masażyści. Rybnik 2023
- II International Conference. Young Sports Science of Ukraine. Lviv. 2023
- IV Międzynarodowa Konferencja Naukowa. Nowoczesne strategie wspomagania zdrowia, sprawności i treningu sportowego. Katowice 2024

#### **8. Wykaz udziału w komitetach organizacyjnych i naukowych konferencji krajowych lub międzynarodowych, z podaniem pełnionej funkcji.**

Przed uzyskaniem stopnia doktora – bark informacji

Po uzyskaniu stopnia doktora (załącznik nr 2)

- Przewodniczący komitetu naukowego i organizacyjnego. Kompleks Barkowy w ujęciu terapeutyczno-diagnostycznym. Polskie Towarzystwo Medycyny Manualnej. Ciechocinek 2022
- Członek komitetu naukowego i organizacyjnego. International Conference. Young Sports Science of Ukraine. Lviv. 2024

**9. Wykaz uczestnictwa w pracach zespołów badawczych realizujących projekty finansowane w drodze konkursów krajowych lub zagranicznych, z podziałem na projekty zrealizowane i będące w toku realizacji, oraz z uwzględnieniem informacji o pełnionej funkcji w ramach prac zespołów**

Przed uzyskaniem stopnia doktora- brak

Po uzyskaniu stopnia doktora (załącznik nr 3).

1. Współwykonawca grantu Ministerstwa Sportu i Turystyki NR RPW/07850/2023

Tytuł: Ocena wpływu ograniczenia przepływu krwi na poziom mocy mięśniowej u zawodników kadry narodowej w skokach narciarskich jako element przygotowania do mistrzostw świata oraz igrzysk olimpijskich.

Kierownik projektu: prof. dr hab. Michał Wilk

2. Współwykonawca grantu Ministerstwa Sportu i Turystyki Nr RPW/8450/2024

Tytuł: Optymalizacja wykorzystania efektu poaktywacyjnego wzmocnienia na potrzeby treningu i rywalizacji kadry narodowej w skokach narciarskich i kombinacji norweskiej

Kierownik projektu: prof. dr hab. Michał Wilk

3. Współwykonawca grantu Polskiej Akademii Nauk oraz Ministerstwa Nauki i Technologii w Tajwanie nr BWZ.063.66.2021.KF

Tytuł: Tissue characteristics of the hamstring in athletes with/without an injury.

Kierownik projektu: prof. dr hab. Adam Kawczyński oraz profesor Hising-Kuo-Wang

Ponadto:

1 Kierownik badań: <https://doi.org/10.1186/ISRCTN15418049> .The influence of strength training and occlusion on tissue congestion, muscle strength and power, and muscle stiffness.

2 Kierownik badań: <https://doi.org/10.1186/ISRCTN10033645>. Evaluation of the impact of muscle relaxation techniques on recovery in sport

3 Kierownik badań: <https://doi.org/10.1186/ISRCTN90040217>.The effect of compression heat and cold therapy on the recovery of athletes.

4 Kierownik badań: <https://doi.org/10.1186/ISRCTN10378682>.The effect of dry needling on improving muscle function.

**10. Wykaz członkostwa w międzynarodowych lub krajowych organizacjach i towarzystwach naukowych wraz z informacją o pełnionych funkcjach.**

Przed uzyskaniem stopnia doktora

Członek Polskiego Towarzystwa Medycyny Manualnej

Członek Polskiego Towarzystwa Traumatologii Sportowej

Przewodniczący sekcji leczenia obrzęków Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii

Członek Polskiej Federacji Dalekowschodnich Sztuk i Sportów Walki

Po uzyskaniu stopnia doktora

Vice Prezes Polskiego Towarzystwa Medycyny Manualnej

Przewodniczący sekcji leczenia obrzęków Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii

Członek Polskiej Federacji Dalekowschodnich Sztuk i Sportów Walki

**11. Wykaz staży w instytucjach naukowych lub artystycznych, w tym zagranicznych, z podaniem miejsca, terminu, czasu trwania stażu i jego charakteru.**

Przed uzyskaniem stopnia doktora

Feldbergklinik Dr. Asdonk St Blsien, Niemcy 2006, 2007 staż edukacyjny

Po uzyskaniu stopnia doktora (załącznik nr 2)

- Lwowski Państwowy Uniwersytet Kultury Fizycznej, Katedra Fizjoterapii i Ergoterapii
- Chetwynd General Hospital
- Thompson Rivers University w Kamloops
- FUNKTIONALLE ORTHONOMIE UND INTEGRATION (FOI).
- Baltic International Academy w Rydze

**12. Wykaz członkostwa w komitetach redakcyjnych i radach naukowych czasopism wraz z informacją o pełnionych funkcjach (np. redaktora naczelnego, przewodniczącego rady naukowej, itp.).**

Przed uzyskaniem stopnia doktora – brak

Po uzyskaniu stopnia doktora

Jestem stałym recenzentem i współredaktorem w czasopiśmie Praktyczna Rehabilitacja i Fizjoterapia.

### **13. Wykaz recenzowanych prac naukowych lub artystycznych, w szczególności publikowanych w czasopismach międzynarodowych.**

Przed uzyskaniem stopnia doktora – brak

Po uzyskaniu stopnia doktora byłem recenzentem 25 publikacji w międzynarodowych czasopismach, także z listy Journal Citation Report (JCR).

1. Journal of Men's Health. The effect of delayed potentiation effect induced by different strength training methods on the explosive power of the lower limbs of male sprinters.
2. Sport Sciences for Health. VARIATIONS IN MEAN PROPULSIVE VELOCITY RESPONSES DURING BENCH PRESS EXERCISE ACROSS DIFFERENT INTER-SET REST INTERVALS
3. Journal of Human Kinetics. The effects of sustained loads on the EMG activity of the leg muscles during a soldier's quasi-static posture.
4. Journal of Men's Health. Effects of Increasing Isokinetic Angular Velocity on Concentric and Eccentric Strength
5. Sports. Does Change of Direction Mean during High-Intensity Training in Young Soccer Player
6. Journal Clinical Medicine. Assessment of static plantar pressure and stabilometry in patients with ankylosing spondylitis included in a physical exercise program.
7. Sports. Paraspinal muscle stiffness during hamstring exercise using shear-wave elastography.
8. Journal of Functional Morphology and Kinesiology. Relationship between dynamic balance and physical characteristics of elite lifesaving athletes
9. Human Movement. EFFECTIVENESS OF CUPPING THERAPY FOR MUSCULOSKELETAL PAIN: AN UMBRELLA REVIEW
10. Heliyon. THE EFFECT OF PERCUSSION AND MANUAL ACTIVATION MASSAGE ON EXPLOSIVE STRENGTH AND BALANCE IN HEALTHY ADULT MALES: A CROSSOVER PILOT STUDY
11. International Journal of Environmental Research and Public Health. Variable resistance—an efficient method to generate muscle potentiation. A systematic review and meta-analysis
12. Sports. SHARP REACTION TO DIFFERENT VELOCITY LOSS THRESHOLDS DURING BLOOD FLOW-RESTRICTED SQUAT EXERCISES
13. Sports. The acute and long-term effects of Olympic karate kata training on structural and functional changes in the body posture of Polish national team athletes
14. Sports. The acute effects of cold-water immersion and percussive massage therapy on neuromuscular properties and muscle soreness after exercise in young male soccer players



15. International Journal of Environmental Research and Public Health. Rugby in primary school physical education: assessing the current state of play before looking to the future.
16. Sports. Artificial Intelligence in Sports Medicine: Reshaping Electrocardiogram Analysis for Athlete Safety – A Narrative Review.
17. Sports. Decision-Making Time Analysis for Assessing Processing Speed in Athletes During Motor Reaction Task
18. Sensor. Comparison of Metabolic Power and Energy Cost of Submaximal and Sprint Running Efforts Using Different Methods in Elite Youth Soccer Players: A Novel Energetic Approach
19. Applied Sciences. Impact of Cardiorespiratory and Metabolic Parameters on Match Running Performance (MRP) in Elite Football Players: A Multiple Regression Analysis.
20. Scientific Reports. Effect of Continuous and Intermittent Blood Flow Restriction Deep-squat Training on Thigh Muscle Activation and Fatigue Levels in Male Handball Players
21. International Journal of Environmental Research and Public Health. Epidemiology of athletics-related injury complaints in elite athletics (Track and Field) sprinting athletes: A retrospective survey
22. Life. The effects of sustain loads on the EMG activity of the leg muscles during a soldier's quasi-static posture.
23. Prosthesis. Morton's Extension on Hallux Rigidus Pathology.
24. Journal of Human Kinetics. Hamstring myometric properties and functional outcome in young adults with radicular pain: a cross-sectional study.
25. Biomechanics. Do elite female judokas show asymmetry in the internal and external rotators of the shoulder? A one-dimensional and principal component approach

**14. Wykaz uczestnictwa w programach europejskich lub innych programach międzynarodowych.**

**15. Wykaz udziału w zespołach badawczych, realizujących projekty inne niż określone w pkt. II.9.**

**16. Wykaz uczestnictwa w zespołach oceniających wnioski o finansowanie badań, wnioski o przyznanie nagród naukowych, wnioski w innych konkursach mających charakter naukowy lub dydaktyczny.**

**II. WSPÓLPRA Z OTOCZENIEM SPOŁECZNYM I GOSPODARCZYM**

- 1. Wykaz dorobku technologicznego.**
- 2. Współpraca z sektorem gospodarczym.**
- 3. Wykaz uzyskanych praw własności przemysłowej, w tym uzyskanych patentów krajowych lub międzynarodowych.**
- 4. Wykaz wdrożonych technologii.**

5. wykaz wykonanych ekspertyz lub innych opracowań wykonanych na zamówienie instytucji publicznych lub przedsiębiorców.
6. Wykaz udziału w zespołach eksperckich lub konkursowych.
7. Wykaz projektów artystycznych realizowanych ze środowiskami pozaartystycznymi.

### III. DANE NAUKOMETRYCZNE ( załącznik nr 1)

#### 1. Impact Factor (w dziedzinach i dyscyplinach, w których parametr ten jest powszechnie używany jako wskaźnik naukometryczny).

Przed uzyskaniem stopnia doktora – **IF 2, MEiN = 160**

Po uzyskaniu stopnia doktora sumaryczne wskaźniki wszystkich opublikowanych przeze mnie prac wynoszą **IF=92,762 MEiN = 3947** (dane na podstawie analizy bibliometrycznej sporządzonej przez jednostkę wskazaną jako prowadzącą we wniosku – AWF Katowice załącznik nr1)

#### 2. Liczba cytowań publikacji wnioskodawcy, z oddzielnym uwzględnieniem autocytowań.

Przed uzyskaniem stopnia doktora – brak danych. Po uzyskaniu stopnia doktora sumaryczne wskaźniki wszystkich opublikowanych przeze mnie prac wynoszą: **IF=92,762, MEiN = 3947**. Liczba cytowań publikacji według bazy **SCOPUS** : liczba cytowań ogółem: **362** Index Hirscha: **12**, liczba cytowań bez autocytowań: **325**, Indeks Hirscha: **11** (dane zostały opisane na podstawie analizy bibliometrycznej sporządzonej przez jednostkę wskazaną jako prowadzącą we wniosku – Biblioteka AWF im. J. Kukuczki w Katowicach, załącznik nr1)

liczba cytowań publikacji według bazy **SCOPUS** Liczba cytowań ogółem: **361** Liczba cytowań bez autocytowań: **326**,

#### Wykaz załączników do autoreferatu

- **Załącznik nr 1** Informacja o pozostałych osiągnięciach naukowo-badawczych (potwierdzenia współautorstwa , analizy bibliometrycznej, dyplomu nadania tytułu doktora n. k.f)
- **Załącznik nr 2** Informacja o wykazywaniu się istotną aktywnością naukową albo artystyczną realizowaną w więcej niż jednej uczelni, instytucji naukowej lub instytucji kultury, w szczególności zagranicznych
- **Załącznik nr 3** Udział w projektach badawczych w kraju i za granicą
- **Załącznik nr 4** Promotorstwo prac licencjackich, magisterskich
- **Załącznik nr 5** Nagrody i wyróżnienia
- **Załącznik nr 6** Współpraca z Klubami Sportowymi i zawodnikami

**Załącznik nr 1**  
**do autoreferatu o zainteresowaniach i osiągnięciach w działalności badawczej oraz dydaktycznej**

**4.8 Informacja o pozostałych osiągnięciach naukowo-badawczych oraz dane bibliometryczne**

- **Potwierdzenia współautorstwa prac głównego osiągnięcia naukowego**

1. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters.
2. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study.
3. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial
4. Acute effects of cold, heat, and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes-a randomized clinical trial.
5. Acute Effects of the Dry Needling Session on Gastrocnemius Muscle Biomechanical Properties, and Perfusion with Latent Trigger Points-A Single-Blind Randomized Controlled Trial in Mixed Martial Arts Athletes.
6. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts.
7. Comparing the Effects of Compression Contrast Therapy and Dry Needling on Muscle Functionality, Pressure Pain Threshold, and Perfusion after Isometric Fatigue in Forearm Muscles of Combat Sports Athletes: A Single-Blind Randomized Controlled Trial.

- **Analiza bibliometryczna dorobku naukowego potwierdzona AWF Katowice**
- **Kopia dokumentu potwierdzającego nadanie tytułu doktora nauk o kulturze fizycznej**

## Potwierdzenia współautorstwa prac głównego osiągnięcia naukowego


### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdżał, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarosław Murarki. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. Journal of Clinical Medicine. (2024) DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm13041177>

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,3,5,6,

Imię i nazwisko: Adrian Kuźdżał

Data.....01.09.2024 r.  


Podpis .....

## Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdżał, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarosław Murarki. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. Journal of Clinical Medicine.

(2024) DOI:

<https://doi.org/10.3390/jcm13041177> 1.

Konceptualizacja i metodologia

2. Implementacja eksperymentalna

3. Gromadzenie i przetwarzanie danych

4. Analiza statystyczna danych

5. Walidacja

6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu

7. Pisanie — recenzja i edycja

8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,4,5,8

Imię i nazwisko: Adam Kawczyński

Podpis .....  


Data.....31.08.2024.....

Co-author Collaboration Declaration

Title: Robert Trybulski, Adrian Kuźdźał, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarostaw Murarki. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. Journal of Clinical Medicine. (2024) DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm13041177>

1. Conceptualization and methodology
2. Experimental implementation
3. Data collection and processing
4. Statistical analysis of data
5. Validation
6. Writing — preparation of original manuscript
7. Writing — review and editing
8. Editorial supervision of the project

I confirm that Robert Trybulski was the main author of this publication. My collaboration was included in the following points: 1,5, 7,8

Name and surname: Andriy Vovkanych,

Signature ..... 

Data..... 10.03.2024

## Deklaracja współpracy współautora

Tytuł: Robert Trybulki, Adrian Kuidial, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarosław Murarki. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. Journal of Clinical Medicine. (2024) DOI:

<https://doi.org/10.3390/jcm13041177>

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji. Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,5,8

Imię i nazwisko: Grzegorz Biolik

podpis 

## Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdżał, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarosław Murarki. Immediate Effect of CryoCompression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. Journal of Clinical Medicine. (2024) DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm13041177> 1.

Konceptualizacja i metodologia

2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach:2,3,5,6

Imię i nazwisko: Marta Bichowska-Pawęska

Podpis 

Data.....



## **Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kużdżał, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarosław Murarki. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. Journal of Clinical Medicine. (2024) DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm13041177>

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,3, 6,7,8

Imię i nazwisko: Jarosław Murarki

Podpis ..... *Jarosław Murarki* .....  
Data..... *9.09.2024* .....

## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że w pracy:

Trybulski R, Stanula A, Vovkanych A, Halski T, Paprocka-Borowicz M, Dymarek R, Taradaj J. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. Med Sci Monit. 2024 May 28;30: e944149. doi: 10.12659/MSM.944149. PMID: 38805404; PMCID: PMC11143916., mój wkład został określony punktami: B, C, D, E

Wkład merytoryczny dr Roberta Trybulskiego to: A, B, C, D, E, F

Projekt badania A

Zbieranie danych B

Analiza statystyczna C

Interpretacja danych D

Przygotowanie manuskryptu E

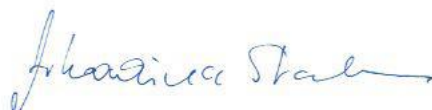
Wyszukiwanie literatury F

Zbieranie funduszy G

Data 30.08.2024

Imię i nazwisko: Arkadiusz Stanula

podpis



## Statement

Manuscript Title :Trybulski R, Stanula A, Vovkanych A, Halski T, Paprocka-Borowicz M, Dymarek R, Taradaj J. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. Med Sci Monit. 2024 May 28;30: e944149. doi: 10.12659/MSM.944149. PMID: 38805404; PMCID: PMC11143916., my contribution is defined by points: BCDE 4

The substantive contribution of Robert Trybulski is: A, B, C, D, E, F

Study design A

Data collection B

Statistical analysis C

Data interpretation D

Manuscript preparation E

Literature search F

Fundraising G

Date 10.09.2024

Name and surname: Andyi Vovkanych

signature



## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że w pracy:

Trybulski R, Stanula A, Vovkanych A, Halski T, Paprocka-Borowicz M, Dymarek R, Taradaj J. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. Med Sci Monit. 2024 May 28;30: e944149. doi: 10.12659/MSM.944149. PMID: 38805404; PMCID: PMC11143916., mój wkład określony jest punktami: C,D,E,F,G

Wkład merytoryczny dr Roberta Trybulskiego to: A, B, C, D, E, F

Projekt badania A

Zbieranie danych B

Analiza statystyczna C

Interpretacja danych D

Przygotowanie manuskryptu E

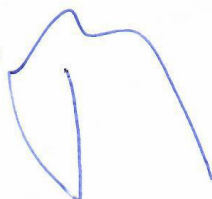
Wyszukiwanie literatury F

Zbieranie funduszy G

Data 02.09.2024 rok

Imię i nazwisko: Jakub Taradaj

podpis



## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że w pracy:

Trybulski R, Stanula A, Vovkanych A, Halski T, Paprocka-Borowicz M, Dymarek R, Taradaj J. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. Med Sci Monit. 2024 May 28;30: e944149. doi: 10.12659/MSM.944149. PMID: 38805404; PMCID: PMC11143916., mój wkład został określony jest punktami: D, E, F

Wkład merytoryczny dr Roberta Trybulskiego to: A, B, C, D, E, F

Projekt badania A

Zbieranie danych B

Analiza statystyczna C

Interpretacja danych D

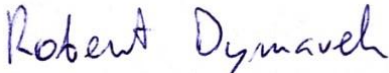
Przygotowanie manuskryptu E

Wyszukiwanie literatury F

Zbieranie funduszy G

Data

Imię i nazwisko: Robert Dymarek



## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że w pracy:

Trybulski R, Stamula A, Vovkanych A, Halski T, Paprocka-Borowicz M, Dymarek R, Taradaj J. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. Med Sci Monit. 2024 May 28;30: e944149. doi: 10.12659/MSM.944149. PMID: 38805404; PMCID: PMC11143916., mój wkład został określony jest punktami: E, F, G

Wkład merytoryczny dr. Roberta Trybulskiego to: A, B, C, D, E, F

Projekt badania A

Zbieranie danych B

Analiza statystyczna C

Interpretacja danych D

Przygotowanie manuskryptu E

Wyszukiwanie literatury F

Zbieranie funduszy G

Data

Imię i nazwisko: Małgorzata Paprocka-Borowicz

Podpis *M. Paprocka-Borowicz*

## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że w pracy:

Trybulski R, Stanula A, Vovkanych A, Halski T, Paprocka-Borowicz M, Dymarek R, Taradaj J. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. Med Sci Monit. 2024 May 28;30: e944149. doi: 10.12659/MSM.944149. PMID: 38805404; PMCID: PMC11143916., mój wkład został określony jest punktami: C, E, F

Wkład merytoryczny dr Roberta Trybulskiego to: A, B, C, D, E, F

Projekt badania A

Zbieranie danych B

Analiza statystyczna C

Interpretacja danych D

Przygotowanie manuskryptu E

Wyszukiwanie literatury F

Zbieranie funduszy G

Data

Imię i nazwisko: Tomasz Halski

podpis



Signed by /  
Podpisano przez:  
Tomasz Halski  
Date / Data:  
2024-09-02  
15:24



### Deklaracja współpracy współautora

Tytuł: **Robert Trybulski**, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kuźdzał, Ireneusz Ryskiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. Journal of Human Kinetics. vol 9/2024  
DOI:10.5114/jhk/ 190220

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,3,5,6

Imię i nazwisko: Adrian Kuźdzał,

Podpis .....  


Data..... 01.09.2024 r.




**Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kuźdzał, Ireneusz Ryszkiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. Journal of Human Kinetics. vol 9/2024  
DOI:10.5114/jhk/190220

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,4,5,6,7,8

Imię i nazwisko: Adam Kawczyński

Podpis  .....

Data...31.08.2024.....

## Co-author Collaboration Declaration

The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. Journal of Human Kinetics. vol 9/2024 DOI:10.5114/jhk/ 190220

**Robert Trybulski**, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kuźdzał, Ireneusz Ryszkiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński.

1. Conceptualization and methodology
2. Experimental implementation
3. Data collection and processing
4. Statistical analysis of data
5. Validation
6. Writing — preparation of original manuscript
7. Writing — review and editing
8. Editorial supervision of the project

I confirm that Robert Trybulski was the main author of this publication. My collaboration was included in the following points: 1,4,5,6,

Name and surname: Rui Miguel Silva

Signature



Data

05/09/2024

## **Deklaracja współpracy współautora**

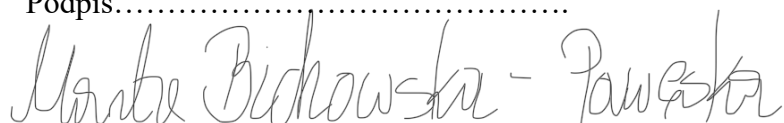
**Tytuł:** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kużdżał, Ireneusz Ryszkiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. Journal of Human Kinetics. vol 9/2024  
DOI:10.5114/jhk/ 190220

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,3,5

Imię i nazwisko: Marta Bichowska-Pawęska

Podpis.....



data 03.09.24

### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kużdżał, Ireneusz Ryszkiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. Journal of Human Kinetics. vol 9/2024  
DOI:10.5114/jhk/ 190220

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 2,3,5,6,7

Imię i nazwisko: Jarosław Muracki

Podpis ..... *Jarosław Muracki* .....  
Data..... *6.09.2024* .....

## Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kużdzał, Ireneusz Ryszkiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. Journal of Human Kinetics. vol 9/2024  
DOI:10.5114/jhk/190220

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,3,5,6,7,8

Imię i nazwisko: Aleksandra Żebrowska,

Podpis ..... *Aleksandra Żebrowska* .....

Data..... *02.09.2024* .....

### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kuźdzał, Ireneusz Ryszkiew, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. *Journal of Human Kinetics*. vol 9/2024 DOI:10.5114/jhk/ 190220

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji. Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 3,5,6,**

Imię i nazwisko: Ireneusz Ryszkiew

Podpis ..... 

Data..... 03/09/2024 .....



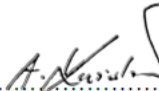
### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Waclaw Kucznik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial. Scientific Reports 2024 DOI: 10.1038/s41598-024-72412-0

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,3,5,6

Imię i nazwisko: Adrian Kuźdzał

Podpis .....  .....

Data..... 13.09.2024 r. ....

**Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuździał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Waclaw Kuczmik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial. Scientific Reports 2024 DOI: 10.1038/s41598-024-72412-0.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,3,4,7,8

Imię i nazwisko: Adam Kawczyński,

Podpis .....  


Data.....13.09.2024.....



### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Waclaw Kuczmik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial. Scientific Reports

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,4,6

Imię i nazwisko: Arkadiusz Stanula

Podpis ..... *Arkadiusz Stanula* .....

Data ..... *13.09.2024 r.* .....

### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Waclaw Kuczmik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial. Scientific Reports 2024 DOI: 10.1038/s41598-024-72412-0

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,3,6,7

Imię i nazwisko: Jarosław Muracki

Podpis ...*Jarosław Muracki*.....

Data...*13.09.2024*.....

## Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Waclaw Kuczmik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial. Scientific Reports 2024 DOI: 10.1038/s41598-024-72412-0

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,5,7

Imię i nazwisko: Waclaw Kuczmik

Podpis ..... **KUCZMIK** .....

Data: 13.09.2024 .....  
Katedry i Kliniki Chirurgii Ogólnej,  
Naczyni Angiologii i Flebologii  
Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach

prof. dr hab. n. med. Waclaw Kuczmik

**Co-author Collaboration Declaration**

**Robert Trybulski**, Adrian Kuździał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Waclaw Kuczmik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial Scientific Reports2024 DOI: 10.1038/s41598-024-72412-0

1. Conceptualization and methodology
2. Experimental implementation
3. Data collection and processing
4. Statistical analysis of data
5. Validation
6. Writing — preparation of original manuscript
7. Writing — review and editing
8. Editorial supervision of the project

I confirm that Robert Trybulski was the main author of this publication. My collaboration was included in the following points: 5,6,7,8

Name and surname: Hsing-Kuo Wang

Signature .....  .....

Data.....2024/09/14.....

### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Arkadiusz Stanula, Aleksandra Żebrowska, Mieszko Podleśny, Barbara Hall. Acute Effects of the Dry Needling Session on Gastrocnemius Muscle Biomechanical Properties, and Perfusion with Latent Trigger Points - A Single-Blind Randomized Controlled Trial in Mixed Martial Arts Athletes. Journal of Sports Science and Medicine. (2024). 23, 136-146. DOI: <https://doi.org/10.52082/jssm.2024.136>.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,3,4,5,6

Imię i nazwisko: Arkadiusz Stanula

Podpis ..... 

Data..... 30.08.2024 .....

### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Arkadiusz Stanula, Aleksandra Żebrowska, Mieszko Podleśny, Barbara Hall. Acute Effects of the Dry Needling Session on Gastrocnemius Muscle Biomechanical Properties, and Perfusion with Latent Trigger Points - A Single-Blind Randomized Controlled Trial in Mixed Martial Arts Athletes. Journal of Sports Science and Medicine. (2024). 23, 136-146. DOI: <https://doi.org/10.52082/jssm.2024.136>.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,3,6,7

Imię i nazwisko: Barbara Hall

Podpis .....

Data .....

*Barbara Hall*  
*17.03.2024*



## Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Arkadiusz Stanula, Aleksandra Żebrowska, Mieszko Podleśny, Barbara Hall. Acute Effects of the Dry Needling Session on Gastrocnemius Muscle Biomechanical Properties, and Perfusion with Latent Trigger Points - A Single-Blind Randomized Controlled Trial in Mixed Martial Arts Athletes. Journal of Sports Science and Medicine. (2024). 23, 136-146. DOI: <https://doi.org/10.52082/jssm.2024.136>.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,3,6,

Imię i nazwisko: Mieszko Podleśny

**Mieszko Podleśny**

Podpis .....

*mgr fizjoterapii*  
PWZF 25681

Data.....

3.09.2024 r.

## Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Arkadiusz Stanula, Aleksandra Żebrowska, Mieszko Podleśny, Barbara Hall. Acute Effects of the Dry Needling Session on Gastrocnemius Muscle Biomechanical Properties, and Perfusion with Latent Trigger Points - A Single-Blind Randomized Controlled Trial in Mixed Martial Arts Athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*. (2024). 23, 136-146. DOI: <https://doi.org/10.52082/jssm.2024.136>.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji. Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,5,6,8

Imię i nazwisko: Aleksandra Żebrowska

Podpis ..... *Aleksandra Żebrowska* .....

Data..... *02.09.2024 r.* / .....



**Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. International Journal of Sports Medicine. (2024). DOI: 10.1055/a-2342-3679.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 3,4,5,6,

Imię i nazwisko: Arkadiusz Stanula  
Podpis .....  .....  
Data ..... 30.08.2024 .....

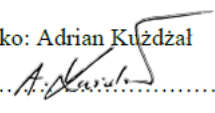
### **Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. International Journal of Sports Medicine. (2024). DOI: 10.1055/a-2342-3679.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,5,6,

Imię i nazwisko: Adrian Kuźdzał

Podpis .....  .....

Data..... 01.09.2024 r. ....

## Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. *International Journal of Sports Medicine*. (2024). DOI: 10.1055/a-2342-3679.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,4,5,8

Imię i nazwisko: Adam Kawczyński

Podpis .....  


Data.....31.08.2024.....

**Co-author Collaboration Declaration**

Title of the article: **Robert Trybulski**, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. International Journal of Sports Medicine. (2024). DOI: 10.1055/a-2342-3679.

1. Conceptualization and methodology
2. Experimental implementation
3. Data collection and processing
4. Statistical analysis of data
5. Validation
6. Writing — preparation of original manuscript
7. Writing — review and editing
8. Editorial supervision of the project

I confirm that Robert Trybulski was the main author of this publication. My collaboration was included in the following points: 1,5,6,7,8

Name and surname: Cesar Fernández-de-las-Peñas

*César Fernández de las Peñas*  
Signature .....

Data 09 – 01 - 24

**Co-author Collaboration Declaration**

**Title of the article:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdżał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. International Journal of Sports Medicine. (2024). DOI: 10.1055/a-2342-3679.

1. Conceptualization and methodology
2. Experimental implementation
3. Data collection and processing
4. Statistical analysis of data
5. Validation
6. Writing — preparation of original manuscript
7. Writing — review and editing
8. Editorial supervision of the project

I confirm that Robert Trybulski was the main author of this publication. My collaboration was included in the following points: 1,3,5,6,7,8

Name and surname: Filipe Manuel Clemente

Signature .....

Data September 01, 2024

**Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Robert Trybulski, Adrian Kuźdzał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. International Journal of Sports Medicine. (2024). DOI: 10.1055/a-2342-3679.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Robert Trybulski był głównym autorem tej publikacji.** Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: ,4,5,6,

Imię i nazwisko: Sebastian Klich

Podpis ..*Sebastian Klich*.....

Data **01.09.2024**

### Deklaracja współpracy współautora

**Tytuł:** Adrian Kuźdzał, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Ireneusz Ryszkiel, and Robert Trybulski: Comparing the Effects of Compression Contrast Therapy and Dry Needling on Muscle Functionality, Pressure Pain Threshold, and Perfusion after Isometric Fatigue in Forearm Muscles of Combat Sports Athletes: A Single-Blind Randomized Controlled Trial. Journal of Sports Science and Medicine (2024). doi.org/10.52082/2024.548

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Adrian Kuźdzał i Robert Trybulski byli głównymi autorami tej publikacji. Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 2,3,5,**

Imię i nazwisko: Ireneusz Ryszkiel

Podpis .....

Data.....

*Ireneusz Ryszkiel*  
*03/09/2024*

**Declarations Authors' contributions**

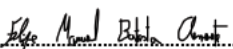
**Title of the article:** Adrian Kuźdzał, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Ireneusz Ryszkiel, **and Robert Trybulski:** Comparing the Effects of Compression Contrast Therapy and Dry Needling on Muscle Functionality, Pressure Pain Threshold, and Perfusion after Isometric Fatigue in Forearm Muscles of Combat Sports Athletes: A Single-Blind Randomized Controlled Trial. *Journal of Sports Science and Medicine* (2024). doi.org/10.52082/.2024.548

**Co-author Collaboration Declaration**

1. Conceptualization and methodology
2. Experimental implementation
3. Data collection and processing
4. Statistical analysis of data
5. Validation
6. Writing — preparation of original manuscript
7. Writing — review and editing
8. Editorial supervision of the project

I confirm that Robert Trybulski and Adrian Kuźdzał the principal authors of this publication. My collaboration was included in the following points: 1,3,4,5,6,7

Name and surname: Filipe Manuel Clemente,

Signature  .....

Data: September 01, 2024



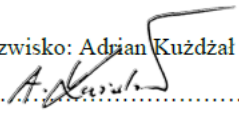
### **Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Adrian Kuźdzał, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Ireneusz Ryszekiel, **and Robert Trybulski:** Comparing the Effects of Compression Contrast Therapy and Dry Needling on Muscle Functionality, Pressure Pain Threshold, and Perfusion after Isometric Fatigue in Forearm Muscles of Combat Sports Athletes: A Single-Blind Randomized Controlled Trial. *Journal of Sports Science and Medicine* (2024). doi.org/10.52082/2024.548

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Adrian Kuźdzał i Robert Trybulski byli głównymi autorami tej publikacji. Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 1,2,3,4,5,6,8**

Imię i nazwisko: Adrian Kuźdzał

Podpis ..... 

Data..... 01.09.2024 r. ....

### **Deklaracja współpracy współautora**

**Tytuł:** Adrian Kuźdzał, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Ireneusz Ryszkiel, **and Robert Trybulski:** Comparing the Effects of Compression Contrast Therapy and Dry Needling on Muscle Functionality, Pressure Pain Threshold, and Perfusion after Isometric Fatigue in Forearm Muscles of Combat Sports Athletes: A Single-Blind Randomized Controlled Trial. *Journal of Sports Science and Medicine* (2024). doi.org/10.52082/2024.548

.

1. Konceptualizacja i metodologia
2. Implementacja eksperymentalna
3. Gromadzenie i przetwarzanie danych
4. Analiza statystyczna danych
5. Walidacja
6. Pisanie — przygotowanie oryginalnego manuskryptu
7. Pisanie — recenzja i edycja
8. Nadzór merytoryczny nad projektem

**Potwierdzam, że Adrian Kuźdzał i Robert Trybulski byli głównymi autorami tej publikacji. Moja współpraca była uwzględniona w następujących punktach: 5,6,8**

Imię i nazwisko: Adam Kawczyński

Podpis .....  


Data.....31.08.2024.....

## Analiza bibliometryczna dorobku naukowego potwierdzona AWF Katowice

Akademia Wychowania Fizycznego  
im. Jerzego Kukuczki w Katowicach  
Biblioteka  
ul. Mikołowska 72 a, 40-065 Katowice

### Analiza bibliometryczna dorobku naukowego

dr Robert Trybulski

L.p.	Kategoria publikacji	Liczba prac	IF	MNiSW/MEiN
1.	Publikacje naukowe w czasopismach posiadających IF	30	92,762	3210
2.	Publikacje naukowe w czasopismach nieposiadających IF	15	-	707
3.	Rozdziały w monografiach	6	-	30
4.	Redakcje monografii	1	-	-
<b>RAZEM</b>		<b>52</b>	<b>92,762</b>	<b>3947</b>

### Dane o cytowaniach na dzień 27.09.2024

#### SCOPUS

Liczba cytowań ogółem: 362, Indeks Hirscha: 12

Liczba cytowań bez autocytowań: 325, Indeks Hirscha: 11

#### WEB OF SCIENCE

Liczba cytowań ogółem: 289

Liczba cytowań bez autocytowań: 257

Indeks Hirscha: 10

Kierownik Działu Udostępniania Zbiorów,  
Informacji i Dokumentacji Naukowej

*dr Katarzyna Pajerska*

dr Robert Trybulski

I Publikacje w czasopismach posiadających IF

- 1. Robert Trybulski**, Adrian Kuźdżał, Marta Bichowska-Pawęska, Andriy Vovkanych, Adam Kawczyński, Grzegorz Biolik, Jarosław Muracki. Immediate Effect of Cryo-Compression Therapy on Biomechanical Properties and Perfusion of Forearm Muscles in Mixed Martial Arts Fighters. *Journal of Clinical Medicine*. (2024) DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm13041177>  
**IF=3.0 punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
- 2. Robert Trybulski**, Arkadiusz Stanula, Andriy Vovkanych, Tomasz Halski, Małgorzata Paprocka Borowicz, Robert Dymarek, Jakub Taradaj. Optimal Duration of Cold and Heat Compression for Forearm Muscle Biomechanics in Mixed Martial Arts Athletes: A Comparative Study. *Medical Science Monitor*. (2024). DOI: 10.12659/MSM.944149  
**IF=2.2 punktacja MEiN/MNiSW=140.00**
- 3. Robert Trybulski**, Aleksandra Żebrowska, Marta Bichowska-Pawęska, Adrian Kuźdżał, Ireneusz Ryszkiel, Rusi Miguel Silva, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński. The Effects of Combined Contrast Heat Cold Pressure Therapy on Post-Exercise Muscle Recovery in MMA Fighters. A Randomized Controlled Trial. *Journal of Human Kinetics*. vol 9/2024 DOI:10.5114/jhk  
**IF=1.9; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**  
*Artykuł przyjęty do druku (PDF w załączeniu, data podana przez redaktora w mailu październik/listopad 2024)*
- 4. Robert Trybulski**, Adrian Kuźdżał, Arkadiusz Stanula, Jarosław Muracki, Adam Kawczyński, Wacław Kuczmik and Hsing-Kuo Wang. Acute effects of cold, heat and contrast pressure therapy on forearm muscle regeneration in combat sports athletes - a randomized clinical trial. *Scientific Reports (po recenzjach)*  
**IF=3.8 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
- 5. Robert Trybulski**, Arkadiusz Stanula, Aleksandra Żebrowska, Mieszko Podleśny, Barbara Hall. Acute Effects of the Dry Needling Session on Gastrocnemius Muscle Biomechanical Properties, and Perfusion with Latent Trigger Points - A Single-Blind Randomized Controlled Trial in Mixed Martial Arts Athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*. (2024). 23, 136-146. DOI: 10.52082/jssm.2024.136  
**IF=2.4 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
- 6. Robert Trybulski**, Adrian Kuźdżał, Arkadiusz Stanula, Sebastian Klich, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Cesar Fernández-de-las-Peñas. Biomechanical profile after dry needling in mixed martial arts. *International Journal of Sports Medicine*. (2024). DOI: 10.1055/a-2342-3679.  
**IF=2.0 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**
- 7. Adrian Kuźdżał**, Filipe Manuel Clemente, Adam Kawczyński, Ireneusz Ryszkiel, **and Robert Trybulski**: Comparing the Effects of Compression Contrast Therapy and Dry Needling on Muscle Functionality, Pressure Pain Threshold, and Perfusion after Isometric Fatigue in

Forearm Muscles of Combat Sports Athletes: A Single-Blind Randomized Controlled Trial. Journal of Sports Science and Medicine (2024). doi.org/10.52082/.2024.548  
(Artykuł przyjęty do druku)  
**IF=2.4 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

8. Marta BICHOWSKA-PAWĘSKA, Dawid GAWEŁ, Robert TRYBULSKI, Jakub JAROSZ, Kinga ŁOSIŃSKA, Krzysztof FOSTIAK, João Guilherme VIEIRA. The effect of a single cycle of ischemia on bar velocity during bench press exercises. Baltic Journal of Health and Physical Activity 2024 DOI: 10.29359/BJHPA.16.1.10  
**IF=0.7 ; punktacja MEiN/MNiSW=70.00**

9. Dawid Gaweł, Jakub Jarosz, **Robert Trybulski**, Michal Krzysztofik, Piotr Makar, João Guilherme Vieira, Grzegorz Trybek, Michal Wilk. Effects of different ischemic pressures on bar velocity during the bench press exercise: A randomized crossover trial. Biology of Sport 2024. DOI: 10.5114/biol sport.2024.133004  
**IF=4.2 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

10. Podczarska-Głowacka Magdalena, Bogdański Bartłomiej, **Trybulski Robert**, Smoter Małgorzata, Wang Hsing-Kuo and Klich Sebastian. Acute fatigue-induced alterations in hamstring muscle properties after repeated Nordic hamstring exercises. Science Progress 2024 DOI: 10.1177/00368504241242934  
**IF=2.6 ; punktacja MEiN/MNiSW=40.00**

11. **Robert Trybulski**, Adam Kawczyński, Jarosław Muracki, Nicola Lovecchio and Adrian Kuźdżał. Dry Needling and Acupuncture for Scars—A Systematic Review. Journal of Clinical Medicine, 2024, DOI: 10.3390/jcm13143994  
**IF=3.0 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

12. **Robert Trybulski**, Jarosław Muracki, Mieszko Podleśny, Andriy Vovkanych, and Adrian Kuźdżał, Effectiveness of Kinesiotherapy in the Treatment of Achilles Tendinopathy—A Narrative Review, Sports 2024 DOI: 10.3390/sports12080202.  
**IF=2.2 ; punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

13. **Robert Trybulski**, Adrian Kuźdżał, Michał Wilk, Jakub Więckowski, Krzysztof Fostiak, Jarosław Muracki: Reliability of MyotonPro in measuring the biomechanical properties of the quadriceps femoris muscle in people with different levels and types of motor preparation Frontiers in Sports and Active Living August 2024 DOI: 10.3389/sport.2024.1453730  
**IF=2.3 ; punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

14. Adrian Kuźdżał, Jarosław Muracki, Piotr Makar, Robert Rocznioł, Rafał Studnicki, Beata Pożarowszczyk-Kuczko, Adam Kawczyński, **Robert Trybulski**: Assessment of the Impact of Heat-Compression Therapy Time on Muscle Biomechanical Properties and Forearm Tissue Perfusion in MMA Fighters : A Pilot Study. Applied Sciences – Basel. 2024, Vol. 14, nr 19, s. 1-19 (8659). DOI: 10.3390/app14198659  
**IF=2.5 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

15. **Trybulski R**, Bichowska M, Piwowar R, Pisz A, Krzysztofik M, Filip-Stachnik A, Fostiak K, Makar P, Wilk M. The effects of ischemia during rest intervals on strength endurance performance. PLoS One. 2023 Apr 6;18(4): e0280231. DOI: 10.1371/journal.pone.0280231.  
**IF=2.9 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

16. Michał Krzysztofik, Ph.D. Michał Spieszny, **Robert Trybulski**, Michał Wilk, Anna Pisz, Dominik Kolinger, Aleksandra Filip-Stachnik, Petr Stastny: Acute effects of isometric conditioning activity on the viscoelastic properties of muscles, sprint and jumping performance in handball players. *Journal of Strength and Conditioning Research* 2023 DOI: 10.1519/JSC.0000000000004404

**IF=2.5 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

17. **Robert Trybulski**, Jakub Jarosz, Michal Krzysztofik, Milena Lachowicz, Grzegorz Trybek, Adam Zajac & Michal Wilk: Ischemia during rest intervals between sets prevents decreases in fatigue during the explosive squat exercise: a randomized, crossover study. *Scientific Reports* (2022) 12:5922, DOI: 10.1038/s41598-022-10022-4

**IF=4.6 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

18. **Trybulski R**, Makar P, Alexe DI, Stanciu S, Piwowar R, Wilk M, Krzysztofik M. Post-Activation Performance Enhancement: Save Time with Active Intra-Complex Recovery Intervals. *Front Physiol.* 2022 Jul 6; 13:840722. DOI: 10.3389/fphys.2022.840722.

**IF=4.0 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

19. Michał Krzysztofik, **Robert Trybulski**, Bartosz Trąbka, Dawid Perenc, Konrad Łuszcz, Adam Zajac, Dan Iulian Alexe, Tatiana Dobrescu, Cristina Elena Moraru. The impact of resistance exercise range of motion on the magnitude of upper-body post-activation performance enhancement. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation.* (2022) 14:123. DOI: 10.1186/s13102-022-00519.

**IF=1.9 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

20. Grzegorz Wojdala, **Robert Trybulski**, Marta Bichowska, Michal Krzysztofik: A comparison of electromyographic inter-limb asymmetry during a standard versus a Sling shot assisted bench press exercise. *Journal of Human Kinetics* 2022 DOI:10.2478/hukin-2022-0084

**IF=2.3 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

21. Rafał Podgórski, Marek Cieśla, Dominika Podgórska, Wojciech Bajorek, Artur Płonka, Wojciech Czarny, **Robert Trybulski**, Paweł Król. "Plasma microRNA-320a as a potential biomarker of physiological changes during training in professional volleyball players, *Journal of Clinical Medicine* (ISSN 2077-0383), 2022

**IF=3.9 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

22. Gawęł D, Kaszuba M, Komarek Z, Krawczyk R, Bichowska M, Jasiński M, **Trybulski R**. The effect of caffeine on countermovement jump performance in recreationally trained women habituated to caffeine. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 2022 DOI: 10.29359/BJHPA.14.2

**IF=0.8 ; punktacja MEiN/MNiSW=70.00**

23. Michal Wilk, **Robert Trybulski**, Michał Krzysztofik, Grzegorz Wojdala, Yuri Campos, Adam Zajac, Ewelina Lulińska, Petr Stastny. Acute Effects of Different Blood Flow Restriction Protocols on Bar Velocity During the Squat Exercise. *Frontiers in Physiology.* DOI: 10.3389/fphys.2021.652896. June 2021.

**IF=4.755 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

24. Jakub Jarosz, **Robert Trybulski**, Michał Krzysztofik, Athanasion Tsoukos, Aleksandra Filip-Stachnik, Adam Zajac, Gregory C. Bogdanis, Michał Wilk " The Effects of Ischemia During Rest Intervals on Bar Velocity in the Bench Press Exercise with Different External Loads. *Frontiers in Physiology*, 2021 DOI: 10.3389/fphys.2021.715096

**IF=4.755 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

25. Victor Sabino de Queiros, Ingrid Martins de França, **Robert Trybulski**, João Guilherme Vieira, Isis Kelly dos Santos, Gabriel Rodrigues Neto, Michal Wilk, Dihogo Gama de Matos, Wouber Héricson de Brito Vieira, Jefferson da Silva Novaes, Piotr Makar, Breno Guilherme de Araújo Tinoco Cabral, Paulo Moreira Silva Dantas. Myoelectric Activity and Fatigue in Low-Load Resistance Exercise with Different Pressure of Blood Flow Restriction: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Physiology*. DOI: 10.3389/fphys.2021.786752 November 2021  
**IF=4.755 ; punktacja MEiN/MNiSW=100.00**

26. Mariola Gepfert, **Robert Trybulski**, Petr Stastny, Michał Wilk. „Fast Eccentric Movement tempo elicits higher physiological responses than Medium eccentric tempo in ice-hockey players.” *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, DOI: 10.3390/ijerph18147694  
**IF=4.614 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

27. Marcio Lacio, João Guilherme Vieira, **Robert Trybulski**, Yuri Campos, Derick Santana, José Elias Filho, Jefferson Novaes, Jeferson Vianna, Michał Wilk. Effects of Resistance Training Performed with Different Loads in Untrained and Trained Male Adult Individuals on Maximal Strength and Muscle Hypertrophy: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021, 18, 11237. DOI: 10.3390/ijerph182111237  
**IF=4.614 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

28. Michał Krzysztofik, Rafał Kalinowski, **Robert Trybulski**, Aleksandra Filip-Stachnik, Petr Stastny. Performance Enhancement of Countermovement Jump Performance Using a Heavy Load with Velocity-Loss Repetition Control in Female Volleyball Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021 DOI: 10.3390/ijerph182111530  
**IF=4.614 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

29. Gepfert M, Krzysztofik M, Kostrzewa M, Jarosz J, **Trybulski R**, Zajac A, Wilk M. „The Acute Impact of External Compression on Back Squat Performance in Competitive Athletes.” *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17(13):4674. DOI: 10.3390/ijerph17134674  
**IF=3.390 ; punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

30. Żebrowska, A. **Trybulski R.** et all. „Effect of Physical Methods of Lymphatic Drainage on Postexercise Recovery of Mixed Martial Arts Athletes”. *Clinical journal of sport medicine* 2019, 49-56, DOI: 10.1097/JSM.0000000000000485  
**IF=3.165 ; punktacja MEiN/MNiSW=70.00**

## **II Publikacje w czasopismach nieposiadających IF**

1. **Robert Trybulski**, Tetiana Izovit, Ireneusz Ryskiel, Marek Wiecheć, Wacław Kuczmik. Propozycja obiektywizacji oceny efektów zastosowania metody suchego igłowania w mięśniowo powięziowym bólu szyi - opis przypadku. Proposal to objectify the evaluation of the effects of the dry needling method in myofascial neck pain - case report. *Praktyczna Fizjoterapia i Rehabilitacja*. Grudzień 2022/styczeń 2023  
<https://www.praktycznafizjoterapia.pl/arttykul/propozycja-obiektywizacji-oceny-efektow-zastosowania-metody-suchego-iglowania-w-miesniowo-powieziowym-bolu-szyi-opis-przypadku>  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

**2. R. Trybulski**, G. Biolik, W. Kuczmik, N. Ivasyk, O. Tyravska. Application of deep oscillation therapy in the treatment of peripheral arterial diseases. *Medicni perspektivi* 2023 DOI:10.26641/2307-0404.2023.3.289207  
**punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

**3.R. Trybulski**, A. Vovkanych, O. Bas, O. Tyravska. The low-temperature effect on sports regeneration. *Fisioterapia em Movimento* DOI: 10.1590/fm.2023.36204. October 19, 2023  
**punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

**4. Michał Spieszny, Robert Trybulski**, Piotr Biel, Adam Zając, Michał Krzysztofik. Post-Isometric Back Squat Performance Enhancement of Squat and Countermovement Jump. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022, 19, 12720. DOI: 10.3390/ijerph191912720.  
**punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**5. Krzysztof Fostiak**, Marta Bichowska, **Robert Trybulski**, Bartosz Trąbka, Michał Krzysztofik, Nicholas Rolnick, Aleksandra Filip – Stachnik, Michał Wilk. Acute effects of ischemic intraconditioning on 30m sprint performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health* DOI: 10.3390/ijerph191912633 - 25 August 2022.  
**punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**6. Michał Spieszny, Robert Trybulski**, Piotr Biel, Adam Zając, Michał Krzysztofik. Post-Isometric Back Squat Performance Enhancement of Squat and Countermovement Jump. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022, 19, 12720. DOI: 10.3390/ijerph191912720  
**punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**7. Patryk Szymczyk**, Kamil Węgrzynowicz, **Robert Trybulski**, Michał Spieszny, Paulina Ewertowska, Michał Wilk, Michał Krzysztofik. Acute Effects of Percussive Massage Treatment on Drop Jump Performance and Achilles Tendon Stiffness. *Global Health ijerph-1949733*, 18 September 2022. DOI: 10.3390/ijerph192215187  
**punktacja MEiN/MNiSW=140.00**

**8.Trybulski R.** i inni: „Wykorzystanie głębokiej oscylacji i elektrostymulacji mięśni gładkich w niwelowaniu wybranych parametrów zmęczenia mięśniowego.” *Fizjoterapia Polska*, nr 2, 2016 <https://fizjoterapiapolska.pl/article/wykorzystanie-glebokiej-oscylacji-i-elektrostymulacji-miesni-gladkich-w-niwelowaniu-wybranych-parametrow-zmeczenia-miesniowego-application-of-deep-oscillation-and-electric-stimulation-in-smooth-muscl/>  
**punktacja MEiN/MNiSW=10.00**

**9.Dawid Gawel**, Jakub Jarosz, Patryk Matykiewicz, Magdalena Kaszuba, **Robert Trybulski**. Acute impact of blood flow restriction during resistance exercise – review. *TRENDS in Sport Science*. 2021; 28(2): 83-92, ISSN 2299-9590, DOI: 10.23829/TSS.2021.28.2-2. June 2021  
**punktacja MEiN/MNiSW=20.00**

**10. Mariola Gepfert**, Aleksandra Filip, Maciej Kostrzewa, Paulina Królikowska, Grzegorz Hajduk, **Robert Trybulski**, Michał Krzysztofik: "Analysis of power output and bar velocity during various techniques of the bench press among women" *Journal of Human Sport and Exercise* 2021, DOI: 10.14198/jhse.2021.161.14  
**punktacja MEiN/MNiSW=20.00**



11. **R. Trybulski**, A. Lizak i inni: Wybrane aspekty badania fizjoterapeutycznego w chorobach neurologicznych. *Praktyczna Fizjoterapia & Rehabilitacja* ISSN2081-187X nr 91 Luty 2018  
<https://www.praktycznafizjoterapia.pl/artukul/wybrane-aspekty-badania-fizjoterapeutycznego-w-chorobach-neurologicznych>  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

12. **Robert Trybulski**. Metoda deep oscillation w leczeniu zespołu stopy cukrzycowej. *Praktyczna Fizjoterapia & Rehabilitacja*. 2018  
<https://www.praktycznafizjoterapia.pl/artukul/metoda-deep-oscillation-w-leczeniu-zespołu-stopy-cukrzycowej>  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

13. Chrzosczyk, P., Derbisz, K., Suszński, K., Miodoński, J., **Trybulski, R.**, Lewin, Kowalik, J., & Marcol, W. „Application of peripheral nerve conduits in clinical practice: A literature review.” *Neurologia i Neurochirurgia Polska* (2018). DOI: 10.1016/j.pjnns.2018.06.003  
**punktacja MEiN/MNiSW=40.00**

14. D. Olędzki, **R. Trybulski** i inni: „Wartość testu Lewita w różnicowaniu jednocześnie występującej dysfunkcji stawu krzyżowo-biodrowego i wysklepienia podłużnego stopy u dzieci z zaburzeniami statyki ciała”: *Medycyna Manualna* nr 2, 2017  
[https://www.researchgate.net/profile/Tomasz-Ridan/publication/318457853\\_Ocena\\_występowania\\_dolegliwości\\_bolowych\\_kregoslupa\\_szyjnego\\_i\\_piersiowego\\_w\\_grupie\\_zawodowej\\_kosmetyczek\\_w\\_oparciu\\_o\\_badania\\_własne\\_i\\_kwestionariusz\\_NDI/links/5c536b90299bf12be3f1067a/Ocena-występowania-dolegliwości-bolowych-kregoslupa-szyjnego-i-piersiowego-w-grupie-zawodowej-kosmetyczek-w-oparciu-o-badania-własne-i-kwestionariusz-NDI.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Tomasz-Ridan/publication/318457853_Ocena_występowania_dolegliwości_bolowych_kregoslupa_szyjnego_i_piersiowego_w_grupie_zawodowej_kosmetyczek_w_oparciu_o_badania_własne_i_kwestionariusz_NDI/links/5c536b90299bf12be3f1067a/Ocena-występowania-dolegliwości-bolowych-kregoslupa-szyjnego-i-piersiowego-w-grupie-zawodowej-kosmetyczek-w-oparciu-o-badania-własne-i-kwestionariusz-NDI.pdf)  
**punktacja MEiN/MNiSW=2.00**

15. A Żebrowska, **Trybulski R.** i inni: „Obrzęk tłuszczowy i inne lipodystrofie w praktyce fizjoterapeuty.” *Praktyczna fizjoterapia & rehabilitacja*, 2016, nr s. 8-18  
<https://www.praktycznafizjoterapia.pl/artukul/obrzek-tluszczowy-i-inne-lipodystrofie-w-praktyce-fizjoterapeuty>  
**punktacja MEiN/MNiSW=0.00**

### III Rozdział w monografii

1. Olga Łakomy, **Robert Trybulski**, Artur Gołaś i Aleksandra Żebrowska: „Knee dislocation. Comprehensive rehabilitation program after two-stage ligament reconstruction” *Sports, Health and Exercise Medicine*, ISBN 978-1-83880-400- 2019  
<https://www.intechopen.com/books/9153>  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

2. Olga Łakomy, Rafał Rogulski, **Robert Trybulski**, Aleksandra Żebrowska: „Zwichnięcie kolana : ocena skuteczności programu po dwuetapowej rekonstrukcji więzadeł : studium przypadku”. *Fizjoterapia sportowa : skuteczna diagnostyka, terapia powrót do sportu / Robert Trybulski [i in.]*, Poznań : Forum Media Polska, 2018, S. 1-30, ISBN 9788326031793  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

3. **Robert Trybulski**, Aleksandra Żebrowska: „Charakterystyka reakcji fizjologicznych i ich ocena w sportach walki”. *Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red.*

nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 205-222, ISBN: 9788394798413  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

4. Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska: „Podstawowe pojęcia teorii treningu”, Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red. nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 173-182, ISBN: 9788394798413  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

5. Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska: „Podstawowe zagadnienia urazowości i rehabilitacji w sportach walki”, Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red. nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 241-268, ISBN: 9788394798413  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

6. Robert Trybulski, Aleksandra Żebrowska: „Resuscytacja krążeniowo-oddechowa”, Współczesne problemy uprawiania sportów, sztuk i systemów walki / [red. nauk.] Marzena Netczuk-Gwoździewicz, Robert Netczuk, Wrocław : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2017, S. 223-240, ISBN: 9788394798413  
**punktacja MEiN/MNiSW=5.00**

#### **IV Redakcje monografii**

1. Fizjoterapia sportowa : skuteczna diagnostyka, terapia powrót do sportu / Robert Trybulski [i in.]; red. prowadzący Robert Trybulski i Marek Wiecheć, Poznań : Forum Media Polska, 2018, ISBN 9788326031793

*Wykaz publikacji zweryfikowano w oparciu o oryginały dostarczone przez Autora*

Kierownik Działu Udostępniania Zbiorów,  
Informacji i Dokumentacji Naukowej

*dr Katarzyna Pajerska*

**Kopia dokumentu potwierdzającego nadanie tytułu doktora nauk o kulturze fizycznej**



**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**  
**im. Jerzego Kukuczki w Katowicach**  
**WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**



# DYPLOM

WYDANY W RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

***Robert Trybulski***

urodzony dnia 4 grudnia 1972 roku w Szczecinku  
na podstawie przedstawionej rozprawy doktorskiej  
**„Fizykalne metody drenażu limfatycznego w regeneracji powysiłkowej mięśni przedramion”**

oraz po złożeniu wymaganych egzaminów uzyskał stopień naukowy

**DOKTORA**

**nauk o kulturze fizycznej**

nadany uchwałą Rady Wydziału Wychowania Fizycznego  
Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach  
z dnia 7 lipca 2015 roku.

Promotor w przewodzie doktorskim: *dr hab. Aleksandra Żebrowska*

Recenzenci w przewodzie doktorskim: *prof. dr hab. Andrzej Klimek*

*dr hab. Wiesław Marcol*

**DZIEKAN**  
WYDZIAŁU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

*dr Wiesław Garbaciak, doc.*  
pieczęć i podpis dziekana

Nr dyplomu 11/d-2014/2015

*Robert Trybulski*  
podpis promotora



**REKTOR**

*prof. dr hab. Adam Zając*  
pieczęć i podpis rektora

Katowice, dnia 7 lipca 2015 r. roku

## **Załącznik nr 2**

**do autoreferatu o zainteresowaniach i osiągnięciach w działalności badawczej oraz dydaktycznej**

**5. Informacja o wykazywaniu się istotną aktywnością naukową albo artystyczną realizowaną w więcej niż jednej uczelni, instytucji naukowej lub instytucji kultury, w szczególności zagranicznej.**

- Lwowski Państwowy Uniwersytet Kultury Fizycznej, Katedra Fizjoterapii i Ergoterapii
- Chetwynd General Hospital
- Thompson Rivers University w Kamloops
- Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach
- Baltic International Academy w Rydze
- FUNKTIONALLE ORTHONOMIE UND INTEGRATION (FOI).



IVAN BOBERSKYJ LVIV STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE

# CERTIFICATE

This is to verify that

**Trybulski Robert**

took part as the member of scientific committee  
in XXVIII International Scientific Conference «Young Sports Science of Ukraine»  
16–17 May 2024



*[Signature]*  
Rector  
Yaroslav Svysych

16–17 may 2024  
Lviv, Ukraine

Chetwynd General Hospital  
Box 507, 5500 Hospital Road, Chetwynd BC V0C 1J0  
Telephone: (250) 788-2236, Fax: (250) 788-7247, [www.northernhealth.ca](http://www.northernhealth.ca)

Nov 10, 2022

Re: Dr. Robert Trybulski

To Whom It May Concern:

I certify that Dr. Robert Trybulski participated in a visitor internship from 26.09.2016 to 10-10.2016 during which he assisted in everyday medical and osteopathic practice, carried out USG control tests of the skeletal muscle system, carried out physical therapy examinations, delivered lectures on microcirculation physiology and complex edema therapy.

Please let me know if I can provide you with more information.

Sincerely,

  
Dr. Rafal Banas MD, CCFP  
Phone: 1-250-613-3533  
Email: [rafalbanas7@gmail.com](mailto:rafalbanas7@gmail.com)  
President of MSA, Chetwynd General Hospital





МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського

вул. Костюшка, 11, м. Львів, 79007, тел: (032)255-32-01, факс: (032)255-32-08  
E-mail: [info@ldufk.edu.ua](mailto:info@ldufk.edu.ua) Код ЄДРПОУ 34606048

12.06.2024 № 706

На № \_\_\_\_\_

Certificate

I hereby certify that Robert Tribulski, PhD, PT, has been cooperating with our university as a lecturer since February 2023. During this time, he gave online lectures for students specializing in "Physical Therapy, Occupational Therapy", and conducted practical classes with these students based on the department "Therapy and rehabilitation" in Lviv for 120 hours a year. In addition, Dr. Tribulski ensured that teachers and students of the faculty received practical training based on the Provita Medical Center in Poland. During this period, he also made several joint publications with university lecturers in highly rated scientific journals. He also participated as the invited speaker in the International Conference "Young Sports Science of Ukraine" in 2023 and 2024.

Andriy Vovkanych

Acting Dean of the Faculty of Therapy and Rehabilitation,  
candidate of biological sciences, professor;

"Honored Worker of Science and Technology of Ukraine"

Lviv, June 12, 2024



THOMPSON RIVERS  UNIVERSITY

December 19, 2022

Joanna Urban, MSc, Ph.D., MLT  
Associate Teaching Professor  
Dept of Biological Sciences  
Thompson Rivers University  
805 TRU Way  
Kamloops, BC V2C 0C8  
Canada  
Voicemail: 250- 371-5542 Email: Jurban@tru.ca

To Whom It May Concern:

I certify that Mr. Robert Trybulski participated in a visitor internship from 26.09.2016 to 28.09.2016 at the Thompson Rivers University, British Columbia, Canada, during which he familiarized himself with the organizational structure of the University, observed the work of lecturers, and delivered the presentation on microcirculation physiology.

Sincerely,

  
Joanna Urban





Śląski  
Uniwersytet  
Medyczny  
w Katowicach

Katowice / 14.12.2018 r.

Szanowny Pan  
dr n. o kult. fiz. Robert Trybulski

Rektor  
Śląskiego  
Uniwersytetu  
Medycznego  
w Katowicach

prof. dr hab. n. med.  
Przemysław Jąłowicki

Dział ds. Pracowniczych i Socjalnych  
Śląski Uniwersytet Medyczny  
w Katowicach  
ul. Poniałowskiego 15  
40-055 Katowice  
Tel. (+48 32 208-35-44)  
Fax. (+48 32 208 35 73)

[www.sum.edu.pl](http://www.sum.edu.pl)

*Szanowny Panie,*

gratuluje Panu znaczącego osiągnięcia naukowego jakim jest współautorstwo w cyklu prac dotyczących badań nad opracowaniem nowych metod diagnostycznych i terapii regeneracyjnych w uszkodzeniach obwodowego układu nerwowego.

Dziękuję za owocną współpracę z Pracownikami Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach.

Życzę dalszych sukcesów w pracy naukowej.

Z wyrazami szacunku  
Z upoważnienia Rektora  
Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach  
Prorektor ds. Nauki  
*prof. dr hab. n. med. Tomasz Szczepański*



HR EXCELLENCE IN RESEARCH





№ SU 1036 / 28.08.2023

# CERTIFICATE

is presented to

**Trybulski Robert**

for the successful completion of the international internship program  
for qualification improvement on the topic:

**"THE CONTEXTUALITY OF THE SPHERE OF SCIENTIFIC  
RESEARCHES IN THE GLOBAL AND NATIONAL DIMENSIONS.  
THE DEVELOPMENT OF REGIONAL SCIENTOMETRIC  
SCHOOL: THE SIGNIFICANCE AND FEATURES"**

The training consisted of lectures and workshops  
(Total load: 60 class hours and 120 hours of distance learning)  
**Awarded 6 (six) ECTS credits**

**VLADISLAV VOLKOV**  
Vice Rector on science at Balt  
International Academy



*V. Volkov*

**ANNA DZHYM**  
Director of Ltd. "Scientific Journals"



**DENYS HLUSHKO**  
Director of Ltd. "Scientific Publications  
Ukraine"



**PAVLO KOLOMIETS**  
Specialist of the Scientific and Educational  
Center of "Scientific Publications" company



Int. Ausbildungsinstitut für FOI<sup>®</sup> GbR, Papenwiese 7, D-49733 Haren

Pozdrawiam serdecznie  
dr Robert Trybulski  
Centrum Medyczne Provita  
44-240 Żory, Aleje Zjednoczonej  
Europy 37

**certification**

Haren, 23. Januar 2024

Dear sir Dr. Robert Trybulski,

In 2019 - 2020, Dr. Robert Trybulski cooperated with  
**Int. Institut of FOI (Funktionelle Orthonomie und Integration).**

- 17. – 19.01.2019 Zofingen, Switzerland
- 22. – 24.08.2019 Zofingen, Switzerland
- 17. – 19.11.2019 Zofingen, Switzerland
- 09. – 11.05.2019 Heppenheim, Germany
- 04. – 06.07.2019 Heppenheim, Germany
- 26. – 28.09.2019 Heppenheim, Germany
- 14. – 16.03.2019 Gliwice, Poland
- 13. – 15.06.2019 Gliwice, Poland
- 18. – 20. 10.2019 Warsaw, Poland
- 13. – 15.02.2020 Gliwice, Poland
- 19. – 21.04.2020 Warsaw, Poland
- 14. – 16.05.2020 Zofingen, Switzerland

He conducted teaching observations and assisted in international courses in Poland, Germany, and Switzerland, aiming to develop his physiotherapeutic and research skills. The scientific work of Dr. Robert Trybulski on the development of methods that objectify manual therapy, especially in the field of biomechanical properties of muscles, allowed for the individualization and optimization of techniques of working with patients and thus had an impact on the improvement of the health of patients treated with this method.

Int. Ausbildungsinstitut für FOI  
F. Becker  
Papenwiese 7

**Int. Ausbildungsinstitut für Funktionelle Orthonomie und Integration (FOI) GbR<sup>®</sup>**  
Friedhelm Becker

Sparkasse Emsland · BLZ: 266 500 01 · Kto.-Nr.: 100 102 4064  
IBAN: DE88 2665 0001 1001 0240 64 · BIC/SWIFT: NOLADE21EMS

Schaffhauser Kantonalbank · Empfänger: Funktionelle Orthonomie und Integration, F. Becker  
Kto.-Nr.: 823.050-8 101 · IBAN: CH41 0078 2008 2305 0810 1 · Clearing-Nr.: 782 · BIC/SWIFT: SHKBCH2S

### **Załącznik nr 3**

**do autoreferatu o zainteresowaniach i osiągnięciach w działalności badawczej oraz dydaktycznej**

#### **5.3 Udział w projektach badawczych w kraju i za granicą**

- Współwykonawca grantu Polskiej Akademii Nauk oraz Ministerstwa Nauki i Technologii w Tajwanie nr BWZ.063.66.2021.KF
- Współwykonawca grantu Ministerstwa Sportu i Turystyki NR RPW/07850/2023
- Współwykonawca grantu Ministerstwa Sportu i Turystyki Nr RPW/8450/2024



國立臺灣大學醫學院物理治療學系暨研究所  
School & Graduate Institute of Physical Therapy  
College of Medicine, National Taiwan University

100 台北市徐州路 17 號 3 樓  
Floor 3, No.17, Xuzhou Rd.,  
Zhongzheng District, Taipei  
City 100, Taiwan (R.O.C.)

Tel: 886-2-33668122

Fax: 886-2-33668161

Web Address: <http://www.pt.ntu.edu.tw/>

To whom it may concern

I hereby confirm that Dr. Robert Trybulski worked as a researcher on a project under the agreement on scientific cooperation between The Polish Academy of Sciences and the Ministry of Science and Technology in Taipei, Taiwan.

Project title: Tissue characteristics of the hamstring in athletes with/without an injury

Project id: BWZ.063.66.2021.KF. Project was conducted in years 2022-2023.

As an effect of that project, we published the following work:

Podczarska-Głowacka Magdalena, Bogdański Bartłomiej, Trybulski Robert, Smoter Małgorzata, Wang Hsing-Kuo, Klich Sebastian. Acute fatigue-induced alterations in hamstring muscle properties after repeated Nordic hamstring exercises.

Science Progress. 2024 Apr-Jun;107(2):368504241242934.

doi: 10.1177/00368504241242934.

Yours sincerely

Hsing-Kuo Wang, DPT, PhD

School and Graduate Institute of Physical Therapy, College of Medicine, National Taiwan University,  
Taipei, Taiwan, ROC



Katowice, 20.12.2023 r.

dr hab. Michał Wilk, profesor AWF  
Kierownik Zakładu Treningu  
Sportowego i Samoobrony

### Potwierdzenie udział w realizacji projektu badawczego

Jako kierownik projektu badawczego potwierdzam, że Pan **dr Robert Trybulski** brał **czynny udział** w realizacji projektu pt.: „Ocena wpływu ograniczenia przepływu krwi na poziom mocy mięśniowej u zawodników kadry narodowej w skokach narciarskich, jako element przygotowania do mistrzostw świata oraz igrzysk olimpijskich 2026 r.” Projekt finansowany był przez Ministerstwo Sportu i Turystyki w ramach projektów naukowych w zakresie sportu wyczynowego 2023 (Nr RPW/7850/2023; 2023-0645/0048/UDot/DSW; pozyskana kwota 105000 zł).

W ramach udziału w realizacji projektu Pan Robert Trybulski bezpośrednio brał udział w tworzeniu procedury badawczej, prowadzeniu procedury eksperymentalnej, dokonywał pomiarów urządzeniami diagnostyczno-pomiarowymi oraz dokonywał analizy i interpretacji wyników badania.

dr hab. Michał Wilk  
prof. AWF Katowice



Katowice, 19.08.2024 r.

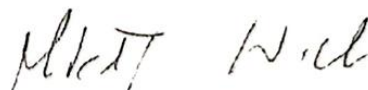
prof. dr hab. Michał Wilk  
Kierownik Zakładu Treningu  
Sportowego i Samoobrony

### Potwierdzenie udział w realizacji projektu badawczego

Jako kierownik projektu badawczego potwierdzam, że Pan **dr Robert Trybulski** jest współwykonawcą projektu pt.: „Optymalizacja wykorzystania efektu poaktywacyjnego wzmocnienia na potrzeby treningu i rywalizacji kadry narodowej w skokach narciarskich i kombinacji norweskiej”. Projekt finansowany jest przez Ministerstwo Sportu i Turystyki w ramach projektów naukowych w zakresie sportu wyczynowego 2024 (Nr RPW/8450/2024; pozyskana kwota 113090 zł). Okres realizacji od maja 2024, planowane zakończenie projektu listopad 2024.

W ramach udziału w realizacji projektu Pan dr Robert Trybulski bezpośrednio uczestniczyła w opracowaniu procedury badawczej projektu, przeprowadzeniu sesji eksperymentalnych oraz analizy uzyskanych danych wraz z interpretacją wyników.

prof. dr hab. Michał Wilk



## Załącznik nr 4

do autoreferatu o zainteresowaniach i osiągnięciach w działalności badawczej oraz dydaktycznej

### 6.3 Promotorstwo prac licencjackich, magisterskich



**Akademia  
Górnośląska**  
Im. Wojciecha Korfańtego w Katowicach

Katowice, 10.09.2024 r.

Pan dr Robert Trybułski w Akademii Górnośląskiej im. Wojciecha Korfańtego w Katowicach wypromował:

- w latach: 2016-2020 - 35 prac licencjackich
- w latach: 2022-2024 - 7 prac magisterskich

AKADEMIA GÓRNOŚLĄSKA  
Im. Wojciecha Korfańtego w Katowicach  
ZASTĘPCA KIEROWNIKA  
CENTRUM ORGANIZACJI KSZTAŁCENIA  
Beata Gaduła

+48 32 35 70 500

[www.akademiagornoslaska.pl](http://www.akademiagornoslaska.pl)

Akademia Górnośląska im. Wojciecha Korfańtego w Katowicach  
ul. Harcerzy Września 1939 nr 3 | 40-659 Katowice





## Załącznik nr 6

do autoreferatu o zainteresowaniach i osiągnięciach w działalności badawczej oraz dydaktycznej

### 7.1 Współpraca z Klubami Sportowymi i zawodnikami



Klub Sportowy Jastrzębski Węgiel S.A. 44-335 Jastrzębie-Zdrój, ul. Reja 10

NIP: 6332118781 REGON: 240072309

Alifor Bank nr rachunku: 78 2490 0005 0000 4520 3388 4401

Sekretariat tel./fax: 0048 32 476 48 95

KRS 0000233145 Sąd Rejonowy X Wydział Gospodarczy KRS, Gliwice

## Zaświadczenie

Zaświadczamy, że Pan dr Robert Trybalski współpracuje z naszym klubem od kilku lat. Współpraca ta opiera się na kilku aspektach. W pierwszej kolejności konsultuje naszych zawodników w zakresie diagnostyki ultrasonograficznej układu mięśniowo szkieletowego oraz wspiera diagnostycznie naszych fizjoterapeutów. Badając właściwości biomechaniczne mięśni, dostarcza naszemu zespołowi przygotowania motorycznego cenne informacje zwrotne służące do planowania treningu.

Dodatkowo współpraca ma także charakter edukacyjny, ponieważ nasi fizjoterapeuci mogą odbywać staż w prowadzonej przez dr Trybalskiego klinice ProVita, obserwując metody interwencyjne, jak leczenie biologiczne, czy też neurochirurgiczne małoinwazyjne np. termolezje nerwów obwodowych. Ponadto w ramach badań naukowych nasi zawodnicy są poddawani obserwacjom i procedurom związanym z regeneracją w sporcie.

Klub Sportowy Jastrzębski Węgiel S.A.  
44-335 Jastrzębie-Zdrój, ul. Reja 10  
NIP: 6332118781 REGON: 240072309  
KRS: 0000233145  
Kapitał zakładowy 930 650,00 PLN