



## Curriculum vitae Europass

### Informații personale

Nume / Prenume	<b>GRAUR CRISTIAN</b>
Adresă(e)	Str. Mimoselor nr.1 ap.18, Târgu Mureș, România
Telefon(oane)	0040745077978
E-mail(uri)	graurcristi@yahoo.com
Naționalitate(-tăți)	română
Data nașterii	31.03.1979
Sex	masculin

<b>Locul de muncă vizat / Domeniul ocupațional</b>	Liceul cu program sportiv Szasz Adalbert Targu Mureș Profesor Educație Fizică și Sport cu Specializare atletism Asistent Dr. UMF Tg Mureș la Catedra Științele Motricității
--	---

### Experiența profesională

Perioada	Funcția sau postul ocupat
2002- prezent	Profesor grad didactic 1, antrenor de atletism la Liceul cu Program Sportiv Tg Mures
2003- prezent	Antrenor asociat la C.S.M Bucuresti și Dinamo București secția Atletism
2003 prezent	Am obținut multiple medalii de aur, argint și bronz cu sportivii pe care i-am antrenat la Campionatele Naționale ale României și Balcaniada atât la nivel de juniori cat si la nivel de seniori
2005-2008	Am ocupat funcția de preparator fizic al clubului de fotbal masculin Kinder Tg Mures
2008-2012	Am ocupat funcția de preparator fizic al echipei de baschet masculin Liga I Bc Mureș
2009-prezent	Cadru asociat al U.M.F Tg Mureș secția Științele Motricității
2009-prezent	Brand Manager al Grupului Sportlife Tg Mures
2012-prezent	Preparator fizic la clubul de volei feminin Liga I C.S.U. Medicina TG Mureș
2013-prezent	Asistent Universitar angajat pe perioadă determinată la U.M.F. Tg Mureș secția Științele Motricității

**Educație și formare**

Perioada 1993-1997	Liceul Teoretic Bolyai Farkas
1998 -2002	Universitatea de Educație Fizică și Sport Babeș Bolyai Cluj Napoca
2004 2005	Masterat în Știința Sportului U.B.B. Cluj Napoca
2005 2006	Definitivat în învățământ
2006 2008	Grad didactic II
2008 2012	Grad didactic I
2010 2015	Doctorand cu Bursă la Universitatea din Pitești în domeniul Educație Fizică și Sport
2011	Participare la Olimpiada Tinerilor Doctoranzi –Brașov cu lucrarea “ Optimizarea performanței în proba de săritură cu prăjina prin îmbunătățirea indicilor de forță și viteză”
2015	Am obținut titlul de doctor în domeniul Educație fizică și Sport la Universitatea din Pitești

**Aptitudini și competențe personale**

Limba(i) maternă(e) **Precizați limba(ile) maternă(e) romană**

Limba(i) cunoscută(e)

Autoevaluare

Nivel european (\*)

**Limba**

**Limba**

	Înțelegere		Vorbire		Scriere
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	Exprimare scrisă
En gle ză	B1	B1	B1	B1	B1
Ma ghi ară	B1	B1	B1	B1	B1

(\*) Nivelul Cadrului European Comun de Referință Pentru Limbi Străine

Competențe și abilități sociale

Am lucrat la IRSOP (Institutul Român de Sondarea Opiniei Publice) peste cinci ani de zile, astfel am avut contact cu foarte mulți oameni din diferite medii sociale, cu care m-am descurcat foarte bine

Competențe și aptitudini organizatorice

Organizez și efectuez deplasări cu grupuri de sportivi la diferite competiții naționale și internaționale în cadrul cărora sunt antrenor organizator  
Am organizat numeroase concursuri școlare și de atletism atât la nivel local cat si la nivel județean și național

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului

Știu să utilizez toate programele care îmi înlesnesc buna desfășurare a activității educaționale .  
Știu să operez cu programele specifice de analiza a aptitudinilor sportive, OptoJump și MicroGate

Alte competențe și aptitudini	Am practicat sportul de performanță, atletism, timp de 15 ani, fiind multiplu campion Național la Campionatele Naționale ale României și la Campionatele Naționale Universitare, ocupant al locurilor 2 și 3 la Campionatele Balcanice în proba de săritură cu prăjina La cluburile unde am activat ca și preparator fizic am fost pus în situația de a comunica cu persoane de diferite naționalități și mi-am îndeplinit sarcinile cu succes
Permis(e) de conducere	Categoria A,B
Anexa	Lista de Lucrari științifice

## Listă de lucrări științifice

### Articole ISI/BDI

Graur Cristian, Szabo Barna - Differences between speed running in pole vaulting compare between top pole vaulters and romanian national top vaulter, Annals of "Dunarea de jos" University of Galati fascicle XV(2), 2012, ISSN – 1454 – 9832 – 2012, cod CNCIS 644 2012, pp 224-228, <http://www.efms.ugal.ro/index.php/archiva/2012/104-anale-efsm-2012-nr2>

Cristian Graur, Simona-Pia Făgăraș - Differences in the explosive force of the lower limbs between female volleyball teams  
Palestrica of the third millennium – Civilization and Sport Vol. 14, no. 4, October-December 2013, pp.288–291la: <http://pm3.ro/pdf/54/10%20-%20graur%20%20288-291.pdf>

Cristian Graur , Liliana Mihailescu - Contributions in monitoring the explosive strength of the lower limbs in pole vaulting  
Proceedings Of The 6<sup>th</sup> Annual International Conference: Physical Education, Sport And Health, Pitesti, 22nd-23rd Of November 2013, Romania;  
Series Publication Title: Scientific Report Physical Education And Sport Issn: 1453-1194; Volume 17(1/2013); Pp 274 - 277: [http://sportconference.ro/index.php?option=com\\_content&view=article&id=74&Itemid=44](http://sportconference.ro/index.php?option=com_content&view=article&id=74&Itemid=44)

Graur Cristian, Mihailescu - Liliana Monitoring the explosive power in the lower limbs at CSU Medicina Tg Mureș volleyball team  
Proceedings Of The 7<sup>th</sup> Annual International Conference: Physical Education, Sport And Health, Pitesti, 14th-15th Of November 2014, Romania;  
Series Publication Title: Scientific Report Physical Education And Sport Issn: 1453-1194; Volume 18(1/2014); Pp 289 - 292  
:[http://sportconference.ro/index.php?option=com\\_content&view=article&id=70&Itemid=44](http://sportconference.ro/index.php?option=com_content&view=article&id=70&Itemid=44)

Graur Cristian - Comparative techniques analysis of lower limb explosive power to the triple jumpers  
Prociding of the 10<sup>th</sup> International Scientific Conference eLearning and Software for Education Bucharest, April 24-25, 2014, Editura Universității Naționale de Apărare Caron I (ISSN:2066-026X PRINT 2066-8821 online) pp 133-138  
<http://proceedings.elseconference.eu/index.php?r=site/index&year=2014&index=papers&vol=16&paper=c3c642e45972059be72b39cb6b6cf2c9>

Fagaras Pia Simona, GraurCristian - Study Regarding the Speed Analysis on Approach at Junior III, Pole Vault Salt  
[Procedia - Social and Behavioral SciencesVolume 197](http://www.procedia.com/procedia/article/pii/S1877042815041610), 25 July 2015, Pages 426–429, 7th World Conference on Educational Sciences  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042815041610>

Liliana-Elisabeta Radu, Simona-Pia Făgăraș, Cristian Graur - Lower Limb Power in Young Volleyball Players  
[Procedia - Social and Behavioral SciencesVolume 191](http://www.procedia.com/procedia/article/pii/S1877042815026312), 2 June 2015, Pages 1501–1505The Proceedings of 6th World Conference on educational Sciences  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042815026312>

### Cursuri și îndrumar de lucrări practice/seminar (2005-2015)

	Titlu curs/lp, anul	Nume, prenume autor (i)
1	Metodica predării atletismului în școală – Indrumar lp.- 2013- University Press	GRAUR CRISTIAN
2	Bazele generale ale atletismului 1- Indrumar lp.- 2013- University Press	GRAUR CRISTIAN
3	Bazele generale ale atletismului 2 - Indrumar lp.- 2013- University Press	GRAUR CRISTIAN

10 octombrie 2015

Semnătura,