

## Assoc. Prof. RACİ KARAYİĞİT



### Personal Information

**Office Phone:** [+90 312 221 1601](tel:+903122211601) Extension: 1648

**Email:** [rkarayigit@ankara.edu.tr](mailto:rkarayigit@ankara.edu.tr)

**Web:** <https://avesis.ankara.edu.tr/rkarayigit>

### International Researcher IDs

ScholarID: 2umvSXAAAAAJ

ORCID: 0000-0001-9058-1918

Publons / Web Of Science ResearcherID: AAX-6966-2021

ScopusID: 57221261756

Yoksis Researcher ID: 224010



### Education Information

Doctorate, Ankara University, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri (Dr), Turkey 2017 - 2021

Postgraduate, Ankara University, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Sağlık Bilimleri (YI) (Tezli), Turkey 2014 - 2017

Undergraduate, Muğla Sıtkı Kocman University, School Of Physical Education And Sports, Department Of Coaching Education, Turkey 2008 - 2012

### Foreign Languages

English, C2 Mastery

### Certificates, Courses and Trainings

Vocational Course, 3. Kademe Tenis Antrenörlük Belgesi, Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2013

Vocational Course, 2. Kademe Masa Tenisi Antrenörlüğü, Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2010

### Dissertations

Doctorate, Kafeinli kahvenin fiziksel ve bilişsel performans üzerine etkileri: doz, cinsiyet ve tüketim sıklığı çalışması, Ankara University, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2021

Postgraduate, Düzenli olarak ağırlık antrenmanı yapan genç erkeklerde kafein alımının kassal kuvvet ve kassal dayanıklılık performansı üzerine etkilerinin incelenmesi, Ankara University, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Sağlık Bilimleri (YI) (Tezli), 2017

### Research Areas

Nutrition and Dietetics, Sports Sciences and Technology, Sports Health Sciences

## Academic Titles / Tasks

Associate Professor, Ankara University, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, 2022 - Continues  
Assistant Professor, Ankara University, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, 2022 - 2022  
Research Assistant, Ankara University, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, 2014 - 2022

## Courses

Masa Tenisi, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Tenis 4, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Tenis, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Masa Tenisi, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Tenis, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Tenis 2, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Tenis, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Sporda Ergojenik Yardım , Undergraduate, 2022 - 2023  
Tenis 3, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Tenis 1, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Spor ve Beslenme, Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Araştırma Teknikleri , Undergraduate, 2022 - 2023  
Masa Tenisi, Undergraduate, 2022 - 2023  
Çocuk Ve Egzersiz , Undergraduate, 2022 - 2023, 2021 - 2022  
Tenis, Undergraduate, 2021 - 2022

## Advising Theses

Karayığit R., Kafeinli Kahvenin Fiziksel ve Bilişsel Performans Üzerine Etkileri: Kronotip ve Gün-Zamanı Çalışması, Postgraduate, Y.Köse(Student), Continues  
Karayığit R., Kafeinin ağızda çalkalanmasının farklı kafein tüketim sıklığına sahip sporcularda sprint performansına etkisi: "Süre çalışması", Doctorate, O.Kayabaş(Student), Continues  
Karayığit R., Ders Dönemi, Doctorate, S.Yatak(Student), Continues  
Karayığit R., Bayrakdar A., Farklı dinlenme aralıkları ile gerçekleştirilen Pliometrik önyüklemenin PAPE etkisi, Postgraduate, R.Şener(Student), Continues  
Karayığit R., Ders Dönemi, Doctorate, D.Erkan(Student), Continues  
Karayığit R., Ders Dönemi, Postgraduate, Y.Öztürk(Student), Continues  
Karayığit R., Kafein Alımı ve Ağızda Çalkalanmasının Kadın Sporcularda Kuvvet ve Dikey Sıçrama Performansına Etkisi, Postgraduate, M.Uygar(Student), 2023

## Jury Memberships

Doctorate, Doctorate, Ankara Üniversitesi, December, 2022  
Doctorate, Doctorate, Ankara Üniversitesi, December, 2022  
Doctorate, Doctorate, Ankara Üniversitesi, December, 2022  
Post Graduate, Post Graduate, Ankara Üniversitesi, November, 2022  
Doctorate, Doctorate, Ankara Üniversitesi, October, 2022

## Published journal articles indexed by SCI, SSCI, and AHCI

- I. **The effect of high-intensity intermittent and moderate-intensity continuous exercises on neurobiological markers and cognitive performance**  
OZAN M., Baygutalp N., Oget F., KARAYİĞİT R., YÜCE N., KAN E., BAYGUTALP F., Ucar H., Buzdağlı Y., Buzdağlı Y. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation, vol.16, no.1, 2024 (SCI-Expanded)
- II. **Changes in Defensive Variables Determining Success in the NBA Over the Last 10 Years**  
Büyükçelebi H., Şahin F. N., Açak M., Uysal H. H., Sarı C., Erkan D., Yatak S., Karayığit R. APPLIED SCIENCES, vol.15, no.14, pp.6696-6702, 2024 (SCI-Expanded)
- III. **Caffeine Improves Sprint Time in Simulated Freestyle Swimming Competition but Not the Vertical Jump in Female Swimmers**  
Acar K., MOR A., Mor H., Kargin Z., Alexe D. I., Abdioglu M., KARAYİĞİT R., Alexe C. I., Cojocar A. M., Mocanu G. D. NUTRIENTS, vol.16, no.9, 2024 (SCI-Expanded)
- IV. **Acute Beetroot Juice Supplementation Has No Effect on Upper- and Lower-Body Maximal Isokinetic Strength and Muscular Endurance in International-Level Male Gymnasts**  
Esen Ö., Fox J., Karayığit R., Walshe I. International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism, pp.1-8, 2024 (SCI-Expanded)
- V. **Relationship between quadriceps muscle architecture and lower limb strength and physical function in older adults community-dwelling individuals: a cross-sectional study**  
ÇINARLI F. S., Ulubaba H. E., Ucar O., Kilinc D. C., Ciftci R., KARAYİĞİT R., Aldhahi M. I., Al-Mhanna S. B., Gülü M. Frontiers in Public Health, vol.12, 2024 (SCI-Expanded)
- VI. **Acute effect of different doses of caffeinated chewing gum on exercise performance in caffeine-habituated male soccer players**  
Yıldırım U. C., Akçay N., Alexe D. I., Esen O., Gülü M., Cîrîţă-Buzoianu C., Çınarlı F. S., Cojocar , Sarı C., Alexe C. I., et al. FRONTIERS IN NUTRITION, vol.10, pp.1251740-1251750, 2023 (SCI-Expanded)
- VII. **Acute beetroot juice supplementation did not enhance intermittent running performance in trained rugby players.**  
Esen Ö., Peart D. J., Karayığit R. EUROPEAN JOURNAL OF SPORT SCIENCE, vol.1, no.1, pp.1-12, 2023 (SCI-Expanded)
- VIII. **The effect of 8-weeks of combined resistance training and chocolate milk consumption on maximal strength, muscle thickness, peak power and lean mass, untrained, university-aged males**  
Yapici H., Gülü M., Yagin F. H., Uğurlu D., Cömertpay E., Eroğlu O., Koçoğlu M., Aldhahi M., Karayığit R., Al-Mhanna S. B. FRONTIERS IN PHYSIOLOGY, vol.14, no.1148494, pp.1-11, 2023 (SCI-Expanded)
- IX. **Carbohydrates and Endurance Exercise: A Narrative Review of a Food First Approach**  
Naderi A., Gobbi N., Ali A., Berjisian E., Hamidvand A., Forbes S. C., Koozehchian M. S., Karayığit R., Saunders B. NUTRIENTS, vol.15, no.6, pp.1367-1386, 2023 (SCI-Expanded)
- X. **Are caffeine's effects on resistance exercise and jumping performance moderated by training status?**  
Berjisian E., Naderi A., Mojtahedi S., Grgic J., Ghahramani M. H., Karayığit R., Forbes J. L., Amaro-Gahete F. J., Forbes S. C. NUTRIENTS, vol.14, no.22, pp.4840-4855, 2022 (SCI-Expanded)
- XI. **Practical Nutrition Strategies to Support Basketball Performance during International Short-Term Tournaments: A Narrative Review**  
Esen Ö., Rozwadowski K., Cepicka L., Garbys T., Karayığit R. NUTRIENTS, vol.14, no.22, pp.4909-4923, 2022 (SCI-Expanded)
- XII. **High Dose of Acute Normobaric Hypoxia Does Not Adversely Affect Sprint Interval Training, Cognitive Performance and Heart Rate Variability in Males and Females**  
KARAYİĞİT R., Ramirez-Campillo R., Yasli B. C., Gabrys T., Benesova D., Esen O. Biology, vol.11, no.10, 2022 (SCI-Expanded)
- XIII. **Does Dominant Somatotype Differentiate Performance of Jumping and Sprinting Variables in Young Healthy Adults?**  
ÇINARLI F. S., BÜYÜKÇELEBİ H., Esen O., Barasinska M., Cepicka L., Gabrys T., Nalbant U., KARAYİĞİT R.

INTERNATIONAL JOURNAL OF ENVIRONMENTAL RESEARCH AND PUBLIC HEALTH, vol.19, no.19, 2022 (SCI-Expanded)

- XIV. **Low and Moderate Doses of Caffeinated Coffee Improve Repeated Sprint Performance in Female Team Sport Athletes**  
KARAYİĞİT R., Forbes S. C., Osmanov Z., YILMAZ C., Yasli B. C., Naderi A., Buyukcelebi H., Benesova D., Gabrys T., Esen O.  
BIOLOGY-BASEL, vol.11, no.10, 2022 (SCI-Expanded)
- XV. **Relationship between Unilateral Leg Extension Strength and Dynamic Balance in Healthy Young Men**  
Cinarli F. S., Adanur O., Esen O., Barasinska M., Cepicka L., Gabrys T., KARAYİĞİT R.  
APPLIED SCIENCES-BASEL, vol.12, no.18, 2022 (SCI-Expanded)
- XVI. **One-Week L-Arginine Supplementation Had No Effect on 200m Freestyle Swimming Time Trial in Moderately-Trained Male Swimmers**  
Esen Ö., Karayiğit R.  
JOURNAL OF DIETARY SUPPLEMENTS, vol.14, no.14, pp.14-18, 2022 (SCI-Expanded)
- XVII. **High-Dose Nitrate Supplementation Attenuates the Increased Blood Pressure Responses to Isometric Blood Flow Restriction Exercise in Healthy Males**  
Esen O., Cepicka L., Gabrys T., KARAYİĞİT R.  
NUTRIENTS, vol.14, no.17, 2022 (SCI-Expanded)
- XVIII. **Acute Beetroot Juice Supplementation Enhances Intermittent Running Performance but Does Not Reduce Oxygen Cost of Exercise among Recreational Adults**  
Esen O., Dominguez R., Karayiğit R.  
NUTRIENTS, vol.14, no.14, 2022 (SCI-Expanded)
- XIX. **Development of the Effect of Video Assistant Referee Application on Football Parameters**  
BÜYÜKÇELEBİ H., DÜZ S., ACAK M., Nalbant U., Svatora K., Gabrys T., KARAYİĞİT R.  
APPLIED SCIENCES-BASEL, vol.12, no.12, 2022 (SCI-Expanded)
- XX. **Eight Days of L-Citrulline or L-Arginine Supplementation Did Not Improve 200-m and 100-m Swimming Time Trials**  
Esen O., Eser M. C., Abdioglu M., Benesova D., Gabrys T., Karayiğit R.  
INTERNATIONAL JOURNAL OF ENVIRONMENTAL RESEARCH AND PUBLIC HEALTH, vol.19, no.8, 2022 (SCI-Expanded)
- XXI. **Effect of Post-Activation Potentiation on Sprint Performance after Combined Electromyostimulation and Back Squats**  
Sari C., Koz M., Salcman V., Gabrys T., Karayiğit R.  
APPLIED SCIENCES-BASEL, vol.12, no.3, 2022 (SCI-Expanded)
- XXII. **Carbohydrate Mouth Rinse Increases High but Not Low Intensity Repetitions to Failure in Resistance-Trained Males**  
Karayiğit R., Eser M. C., Gür F., Sari C., Cepicka L., Gabrys T.  
NUTRIENTS, vol.14, no.4, 2022 (SCI-Expanded)
- XXIII. **The Acute Effects of Normobaric Hypoxia on Strength, Muscular Endurance and Cognitive Function: Influence of Dose and Sex**  
Karayiğit R., Eser M. C., Şahin F. N., Sari C., Sanchez-Gomez A., Dominguez R., Koz M.  
Biology, vol.11, no.2, 2022 (SCI-Expanded)
- XXIV. **Combined but not isolated ingestion of caffeine and taurine improves Wingate sprint performance in female team-sport athletes habituated to caffeine**  
Karayiğit R. \*, Naderi A., Saunders B., Forbes S. C., Del Coso J., Berjisian E., Yıldırım U. C., Suzuki K.  
SPORTS, vol.9, 2021 (SCI-Expanded)
- XXV. **ONE WEEK OF LOW OR MODERATE DOSES OF CAFFEINATED COFFEE CONSUMPTION DOES NOT INDUCE TOLERANCE TO THE ACUTE EFFECTS OF CAFFEINE ON SPRINT PERFORMANCE**  
Karayiğit R. \*, Aras D.  
EUROPEAN JOURNAL OF HUMAN MOVEMENT, vol.47, pp.49-60, 2021 (SCI-Expanded)
- XXVI. **High dose of caffeine mouth rinse increases resistance training performance in men**

- Karayığit R., Koz M., Sánchez-Gómez A., Naderi A., Yıldırım U. C., Domínguez R., Gur F.  
Nutrients, vol.13, no.11, 2021 (SCI-Expanded)
- XXVII. **Effects of carbohydrate and caffeine mouth rinsing on strength, muscular endurance and cognitive performance**  
Karayığit R., Ali A., Rezaei S., Ersoz G., Lago-Rodriguez A., Dominguez R., Naderi A.  
JOURNAL OF THE INTERNATIONAL SOCIETY OF SPORTS NUTRITION, vol.18, no.1, 2021 (SCI-Expanded)
- XXVIII. **The Effects of 15 or 30 s SIT in Normobaric Hypoxia on Aerobic, Anaerobic Performance and Critical Power**  
Karabiyik H., Eser M. C., Güler Ö., Yasli B. C., Ertetik G., Sisman A., Koz M., Gabrys T., Pilis K., Karayığit R.  
INTERNATIONAL JOURNAL OF ENVIRONMENTAL RESEARCH AND PUBLIC HEALTH, vol.18, no.8, 2021 (SCI-Expanded)
- XXIX. **Different Doses of Carbohydrate Mouth Rinse Have No Effect on Exercise Performance in Resistance Trained Women**  
Karayığit R., Forbes S. C., Naderi A., Candow D. G., Yıldırım U. C., Akça F., Aras D., Yaşlı B. Ç., Sisman A., Mor A., et al.  
INTERNATIONAL JOURNAL OF ENVIRONMENTAL RESEARCH AND PUBLIC HEALTH, vol.18, no.7, 2021 (SCI-Expanded)
- XXX. **The effects of low-dose caffeinated coffee ingestion on strength and muscular endurance performance in male athletes**  
Karayığit R., Yıldız H., Sahin M. A., Sisman A., Sari C., Ersoz's G., Ersoz G.  
PROGRESS IN NUTRITION, vol.23, no.1, 2021 (SCI-Expanded)
- XXXI. **Effects of Different Doses of Caffeinated Coffee on Muscular Endurance, Cognitive Performance, and Cardiac Autonomic Modulation in Caffeine Naive Female Athletes**  
Karayığit R., Naderi A., Akça F., Cruz C. J. G. D., Sarshin A., Yaşlı B. Ç., Ersoz G., Kaviani M.  
NUTRIENTS, vol.13, no.1, 2021 (SCI-Expanded)
- XXXII. **The effects of carbohydrate mouth rinsing on upper body strength and muscular endurance performance**  
Karayığit R., Yasli B. C., Sari C., Yıldırım U. C., Gurkan O., Eser M. C., Kılınc Boz H., Bayraktar A.  
PROGRESS IN NUTRITION, vol.23, no.2, 2021 (SCI-Expanded)

## Articles Published in Other Journals

- I. **POST-ACTIVATION PERFORMANCE ENHANCEMENT EFFECT OF TWO TUCK-JUMP PROTOCOLS WITH DIFFERENT VOLUMES ON 15-S VERTICAL JUMP PERFORMANCE**  
Sari C., Aytac T., Koc H., Buzdaglı Y., Esen O., KARAYIĞIT R.  
KINESIOLOGIA SLOVENICA, no.2, pp.105-120, 2024 (ESCI)
- II. **Effects of Caffeine on physical and cognitive performance: a review**  
Karayığit R., Sertkaya M. U.  
Performance Analysis in Sports and Exercise, vol.1, no.1, pp.11-20, 2022 (Peer-Reviewed Journal)
- III. **One Week of Low or Moderate Doses of Caffeinated Coffee Consumption Does Not Induce Tolerance to The Acute Effects of Caffeine on Sprint Performance**  
KARAYIĞIT R., ARAS D.  
EUROPEAN JOURNAL OF HUMAN MOVEMENT, 2021 (ESCI)
- IV. **Yüksek Şiddetli İnterval Antrenmanların (HIIT) Aerobik Dayanıklılık ve Vücut Yağ Yakımı Üzerine Etkileri**  
Karayığit R., Sarı C., Önal A., Durmuş T., Büyükçelebi H.  
SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, vol.18, no.4, pp.1-13, 2020 (Peer-Reviewed Journal)
- V. **Sporcu ve Enerji İçeceklerinin Spor Performansına Etkileri ve Sporcu Beslenmesindeki Yeri**  
Şahin M. A., Karayığit R.  
Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi, vol.12, no.3, pp.406-412, 2020 (Peer-Reviewed Journal)
- VI. **Antrenman Yükü Ölçüm Yöntemleri: Bilimsel Yaklaşım**

- Yaşlı B. Ç., Karayiğit R., Karabıyık H., Koz M.  
Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi, vol.12, no.3, pp.421-433, 2020 (Peer-Reviewed Journal)
- VII. **Düşük Doz Kafeinli Kahvenin Fiziksel Olarak Aktif Erkeklerde Anaerobik Güce Etkisi.**  
Karayiğit R., Yaşlı B. Ç., Karabıyık H., Koz M., Ersöz G.  
SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, vol.15, no.4, pp.157-164, 2017 (Peer-Reviewed Journal)
- VIII. **Effect of Serial Caffeine Mouth Rinse on Wingate Anaerobic Performance**  
Karayiğit R., Yaşlı B. Ç., Karabıyık H., Koz M., Ersöz G.  
SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, vol.15, no.4, pp.191-196, 2017 (Peer-Reviewed Journal)
- IX. **The effect of carbohydrate mouth rinse on intermittent sprint performance in soccer players**  
Karayiğit R., Karabıyık H., Yaşlı B. Ç., Koz M., Ersöz G.  
ORTADOĞU TIP DERGİSİ, vol.9, no.4, pp.183-190, 2017 (Peer-Reviewed Journal)
- X. **Effect of Repeated Carbohydrate Mouth Rinsing on Female's Sprint PowerOutput.**  
Karayiğit R., Yaşlı B. Ç., Karabıyık H., Ertetik G., Koz M., Ersöz G.  
International Journal of Science Culture and Sport, vol.5, no.2, pp.102-111, 2017 (Peer-Reviewed Journal)

## Books & Book Chapters

- I. **Sürdürülebilir Sağlıklı Toplumlarda Fiziksel Aktivite ve Egzersiz**  
Tuncel S., Karayiğit R.  
in: SÜRDÜRÜLEBİLİR SAĞLIKLI TOPLUMLAR, Prof. Dr. Emine Özmete, Prof. Dr. Alev KESER, Doç. Dr. Melahat DEMİR BİLEK, Öğr. Gör. İrem ŞENGÜN, Editor, Nobel Tıp Kitapevi, Ankara, pp.213-222, 2023
- II. **Kafeinli Kahvenin Fiziksel ve Bilişsel Performans Üzerine Etkisi**  
Karayiğit R.  
Efe Akademi, 2022
- III. **Sporla Beslenmenin Periyotlanması**  
Karayiğit R.  
in: Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları - 2021, Dr. Faruk Güven - Dr. H. Tolga Esen, Editor, Efe Akademi, pp.37-50, 2021
- IV. **Bitkisel Proteinler ve Kas Protein Sentezi**  
Karayiğit R.  
in: ASAD-2021 Spor, Eğitim, Sağlık, Prof. Dr. Akın Çelik, Editor, Efe Akademi, pp.227-241, 2021
- V. **Hız ve Çabukluk**  
Karayiğit R.  
in: Sporun Kavramsal Temelleri 2 - Temel Beceriler, Dr. Gökmen Özen - Dr. Özdemir Atar, Editor, Efe Akademi, pp.219-231, 2020
- VI. **Antrenmana Adaptasyon**  
Karayiğit R.  
in: Sporun Kavramsal Temelleri - 4, Doç. Dr. Gökmen Özen - Prof. Dr. Hürmüz Koç, Editor, Efe Akademi, pp.111-120, 2020
- VII. **Antrenman Teknolojileri**  
Karayiğit R.  
in: Sporun Kavramsal Temelleri - 4, Doç. Dr. Gökmen Özen - Prof. Dr. Hürmüz Koç, Editor, Efe Akademi, pp.467-474, 2020
- VIII. **Kas Dayanıklılık**  
Karayiğit R.  
in: Sporun Kavramsal Temelleri 2- Temel Beceriler, Dr. Gökmen ÖZEN - Dr. Özdemir ATAR, Editor, Efe Akademi, pp.99-111, 2020

## Refereed Congress / Symposium Publications in Proceedings

- I. **Kafein Alımı ve Ağızda Çalkalanmasının Düşük Kas Glikojen Seviyesindeki Tekrarlı Sprint Performansına Etkisi**  
Karayığit R., Yatak S., Erkan D.  
20. uluslararası spor bilimleri kongresi antalya, Antalya, Turkey, 29 November - 02 December 2022, pp.743-744
- II. **Kafein Alımı ve Ağızda Çalkalanmasının Düşük Kas Glikojen Seviyesindeki Tekrarlı Sprint Performansına Etkisi**  
KARAYIĞIT R., YATAK S., ERKAN D.  
20. uluslararası spor bilimleri kongresi antalya, Antalya, Türkiye, 29 Kasım - 02 Aralık 2022, Antalya, Turkey, 29 November 2022
- III. **D Vitamini Takviyesinin Sporcularda Performans ve Sağlık Üzerine Etkileri**  
KARAYIĞIT R.  
ISPEC 3. ULUSLARARASI TIP VE SAĞLIK BİLİMLERİ KONGRESİ, BİNGÖL, Bingöl, Turkey, 15 - 16 December 2021
- IV. **Düşük ve yüksek glisemik indeksli besinlerin egzersiz performansına etkisi**  
KARAYIĞIT R.  
1st International Congress of Medicine, Health and Communication Sciences, 09 December 2021
- V. **Hipoksik Ortamdaki Direnç Egzersizlerinin Kas Hipertrofisi Üzerine Etkileri: Bir Derleme**  
KARAYIĞIT R.  
IV. Uluslararası Beden Eğitimi, Spor, Rekreasyon ve Dans Kongresi, İstanbul, 2021, 16 August 2021
- VI. **The Effect of Different Doses of Acute Normobaric Hypoxia on Sprint Interval Training and Cognitive Performance**  
Koozehchian M., Karayigit R., Mabrey G., Newton A.  
Experimental Biology Meeting, ELECTR NETWORK, 27 - 30 April 2021, vol.35
- VII. **Acute Caffeine Ingestion Improved Performance During Both Tradition and Cluster-Based Resistance Training in Resistance Trained Male Athletes**  
KOOZEHCHIAN M., SARSHIN A., NADERI A., RAHİMİ A., FEİZOLAHİ F., KARAYIĞIT R., BERJİSİAN E., FORBES S., CANDOW D.  
Experimental Biology, 2021 Philadelphia, USA., United States Of America, 17 January 2021
- VIII. **Effect of Different Doses of Acute Normobaric Hypoxia on SIT and Cognitive Performance: Gender Study**  
KOOZEHCHIAN M., KARAYIĞIT R.  
Experimental Biology, 2021 Philadelphia, USA., United States Of America, 16 January 2021
- IX. **Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Enerji İçeceği Kullanım Alışkanlıkları ve Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi.**  
GÜNDÜZ N., KARAYIĞIT R., YAŞLI B. Ç.  
2. Avrasya Spor Bilimleri Kongresi, Muş, Turkey, 2 - 05 May 2019
- X. **Türkiye Süper Ligi 2016-2017 Sezonunda Atılan Gollerin Analizi.**  
YAŞLI B. Ç., KARAYIĞIT R., KOZ M.  
2. Avrasya Spor Bilimleri Kongresi, Muş, Muş, Turkey, 2 - 05 May 2019
- XI. **Fifa 2018 Dünya Kupası Maçlarının Taktiksel, Teknik Ve Fiziksel Performans Parametrelerine Göre İncelenmesi**  
ERTETİK G., GÜRKAN O., KARAYIĞIT R., MÜNİROĞLU R. S., ERSÖZ G.  
17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya 2019., Antalya, Turkey, 13 - 16 November 2019
- XII. **KARBONHİDRATIN AĞIZDA ÇALKALANMASININ KADIN SPORCULARDA KUVVET VE KASSAL DAYANIKLILIK PERFORMANSINA ETKİSİ**  
KARAYIĞIT R., YATAK S., BİNGÖL DİEDHIOU A., ŞIŞMAN A., ERSÖZ G.  
17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 13 November 2019
- XIII. **High Dose of Serial Carbohydrate Mouth Rinse Improves Sprint Cycling Performance in Female Athletes**  
Karayığit R., Şahin M. A., Şişman A., Aras D., Ersöz G.

17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 2019, Antalya, Turkey, 13 - 16 November 2019

**XIV. THE EFFECT OF CAFFEINE INGESTION ON INTERMITTENT SPRINT PERFORMANCE: GENDER, DOSE AND CONSUMPTION FREQUENCY STUDY**

Karayığit R., Şahin M. A., Aras D., Ersöz G.

17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 2019, Antalya, Turkey, 13 - 16 November 2019

**XV. No Effect of Acute Green Tea Extract Supplementation on Substrate Metabolism During Aerobic Exercise**

KARAYIĞIT R., BİNGÖL DIEDHIU A., ŞIŞMAN A., ŞAHİN ÖZDEMİR F. N., ERSÖZ G.

22nd International Scientific Conference "FIS COMMUNICATION, Sırbistan, 2019, nis, Montenegro, 17 - 19 October 2019

**XVI. High Dose of Taurine Ingestion Improves Anaerobic Power in Females Athletes**

BİNGÖL DIEDHIU A., KARAYIĞIT R., ŞIŞMAN A., ŞAHİN ÖZDEMİR F. N., ERSÖZ G.

22nd International Scientific Conference "FIS COMMUNICATION, Sırbistan, 2019, Nis, Montenegro, 17 - 19 October 2019

**XVII. The Effects of Carbohydrate and Caffeine Mouth Rinse on Upper Body Muscular Strength and Endurance**

Karayığit R., Ersöz G.

American College of Sports Medicine (ACSM) 66th Annual Meeting 2019, Orlando, United States Of America, 28 May - 01 June 2019

**XVIII. Türkiye Süper Ligi 2016-2017 Sezonunda Atılan Gollerin Analizi**

KARABIYIK H., KARAYIĞIT R., GÜLER Ö., YAŞLI B. Ç., ERTETİK G., ŞIŞMAN A., ERSÖZ G., KOZ M.

2nd Eurasian Sport Sciences Congress, Muş, Turkey, Muş, Turkey, 2 - 05 May 2019

**XIX. A Low Dose of Caffeinated Coffee Doesn't Increase Fat Oxidation but Decreases RPE During Aerobic Exercise**

Karayığit R., Şahin N., Ersöz G.

5th International Scientific Congress on Exercise and Quality of Life, Novi Sad, Serbia, 2019, Novi-Sad, Serbia, 11 - 13 April 2019

**XX. Kafein Alımı ve Ağızda Çalkalanmasının Kadın Takım Sporcularında Dikey Sıçrama Performansı Üzerine Etkileri**

KARAYIĞIT R., YATAK S., ŞAHİN ÖZDEMİR F. N., ERSÖZ G.

5. Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi, Manisa, Turkey, 7 - 09 May 2018

**XXI. EFFECTS OF 4 WEEKS SPRINT INTERVAL TRAINING ON AEROBIC, ANAEROBIC CAPACITY AND 10KM TIME TRIAL PERFORMANCE; FREQUENCY, WORK:RATIO, TIME COURSE**

Karabiyik H., Karayığit R., Ertetik G., Çakaloğlu E., Aras D., Koz M.

16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Antalya, Antalya, Turkey, 31 October - 03 November 2018

**XXII. Farklı Frekanslarda Yapılan Sprint İnterval Antrenmanlarının Aerobik Performansa Etkileri**

KARABIYIK H., KARAYIĞIT R., ERTETİK G., KOZ M.

5. Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi, Manisa, Turkey, 7 - 09 May 2018

**XXIII. Orta Şiddetli Egzersiz Öncesi Alınan Farklı Dozlardaki Kafeinli Kahvenin Bozucu Etkiye Direnc Üzerine Etkisi**

ÇAKALOĞLU E., KARAYIĞIT R., ERSÖZ G., BAYAR KORUÇ P.

16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Antalya, Antalya, Turkey, 31 October - 03 November 2018

**XXIV. Kafein Alımının Fiziksel Aktif Kadınlarda Sprint Güç Çıktısına Etkisi**

KARAYIĞIT R., YATAK S., ERSÖZ G.

16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Antalya, Turkey, 31 October 2018

**XXV. Kafein Alımının Fiziksel Aktif Kadınlarda Sprint Güç Çıktısına Etkisi**

Karayığit R., Yatak S., Ersöz G.

16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 2018, Antalya, Turkey, 31 October - 03 November 2018

**XXVI. Kafeinin Ağızda Çalkalanmasının Kadın Sporcularda Tekrarlı Sprint Performansı Üzerine Etkileri**

Karayığit R., Yıldız H., Ersöz G.

16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 2018, Antalya, Turkey, 31 October - 03 November 2018



- XXVII. **Karbonhidrat Alımı ve Ağızda Çalkalanmasının Tekrarlı Sprint Performansına Etkisi**  
Karayığit R., Ersöz G.  
16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 2018, Antalya, Turkey, 31 October - 03 November 2018
- XXVIII. **The Effects of Caffeinated Coffee Ingestion on Repeated Sprint Running Performance: A Dose Response Study**  
Karayığit R., Yaşlı B. Ç., Ersöz G.  
23rd Annual Congress of the European College of Sport Science (ECSS) Dublin, Ireland, Dublin, Ireland, 4 - 07 July 2018
- XXIX. **Kafein Alımı ve Ağızda Çalkalanmasının Kadın Takım Sporcularında Dikey Sıçrama Performansı Üzerine Etkileri**  
KARAYIĞIT R., YATAK S., ŞAHİN F. N., ERSÖZ G.  
5 .Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi, Manisa, Turkey, 07 May 2018
- XXX. **Farklı Frekanslarda Yapılan Sprint İnterval Antrenmanın Aerobik Performansa Etkileri**  
KARABIYIK H., KARAYIĞIT R., ERTETİK G., ÇAKALOĞLU E., KOZ M.  
5. Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi, Manisa, Turkey, 07 May 2018
- XXXI. **Hipoksik Ortamda Yapılan Yüksek Şiddetli İnterval Antrenmanın Performansa Etkileri**  
KARABIYIK H., KARAYIĞIT R., GÜLER Ö., YAŞLI B. Ç., ERTETİK G., ŞİŞMAN A., ERSÖZ G., KOZ M.  
15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, Turkey, 15 - 18 November 2017
- XXXII. **Farklı Dozlarda Kafeinin Ağızda Çalkalanmasının Tekrarlı Sprint Performansı Üzerine Etkileri**  
KARAYIĞIT R., KARABIYIK H., YAŞLI B. Ç., KOZ M., ERSÖZ G.  
15.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Antalya, Antalya, Turkey, 15 - 18 November 2017
- XXXIII. **Düzenli Olarak Ağırlık Antrenmanı Yapan Genç Erkeklerde Kafein Alımının Kassal Kuvvet ve Kassal Dayanıklılık Performansı Üzerine Etkilerinin İncelenmesi**  
KARAYIĞIT R., ERSÖZ G.  
15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 2017, Antalya, Turkey, 15 - 18 November 2017
- XXXIV. **The Effect of Carbohydrate Mouth Rinse on Intermittent Sprint Performance in Soccer Players**  
KARAYIĞIT R., KARABIYIK H., YAŞLI B. Ç., KOZ M., ERSÖZ G.  
European College of Sport Science, Bochum, Germany, 5 - 08 July 2017

## Supported Projects

Karayığit R., Şahin F. N., Project Supported by Higher Education Institutions, Farklı Dozlarda Kafeinli Kahve Alımının Kadın Takım Sporcularında Sprint ve Kassal Dayanıklılık Performansı Üzerine Etkisi , 2018 - 2019  
KARAYIĞIT R., ARAS D., KARABIYIK H., Project Supported by Higher Education Institutions, Düzenli kafein tüketimi akut kafein alımından kaynaklı performans cevaplarını etkiler mi?, 2018 - 2019

## Activities in Scientific Journals

FRONTIERS IN SPORTS AND ACTIVE LIVING, Assistant Editor/Section Editor, 2023 - Continues  
FRONTIERS IN NUTRITION, Assistant Editor/Section Editor, 2023 - Continues

## Scientific Refereeing

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey, February 2023  
TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey, February 2023  
TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

February 2023

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

February 2023

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

February 2023

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

TUBITAK Project, 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı, Ankara University, Turkey,

October 2022

SAGE Open Medicine, Journal Indexed in ESCI, August 2022

EUROPEAN JOURNAL OF NUTRITION, SCI Journal, June 2022

BMC SPORTS SCIENCE, MEDICINE AND REHABILITATION, National Scientific Refreed Journal, March 2022

SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, National Scientific Refreed Journal, February 2022

Nutrition & Food Science, Journal Indexed in ESCI, February 2022

CRITICAL REVIEWS IN FOOD SCIENCE AND NUTRITION, SCI Journal, February 2022

JOURNAL OF THE AMERICAN COLLEGE OF NUTRITION, SCI Journal, December 2021

SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, National Scientific Refreed Journal, July 2021

CRITICAL REVIEWS IN FOOD SCIENCE AND NUTRITION, SCI Journal, April 2021

CRITICAL REVIEWS IN FOOD SCIENCE AND NUTRITION, SCI Journal, March 2021

SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, National Scientific Refreed Journal, February 2021

SPORMETRE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ, National Scientific Refreed Journal, January 2021

CRITICAL REVIEWS IN FOOD SCIENCE AND NUTRITION, SCI Journal, January 2021

## Metrics

Publication: 87

Citation (WoS): 154

Citation (Scopus): 167

H-Index (WoS): 7

H-Index (Scopus): 8