

אמיר רובין

תאריך לידה: 4/6/1989

ארץ לידה: ישראל

נגישות: בעל רשיון נהיגה בתוקף, בעל רכב

טלפון: 052-4844497

דוא"ל: Amirsportdiet@gmail.com

השכלה

2012-2015 תואר ראשון במדעי התזונה, האוניברסיטה העברית, הפקולטה לחקלאות רחובות.

2017 קורס תזונת ספורט לדיאטנים קליניים, הדסה מדיקל.

2016-2023 תואר שני בהצטיינות בחינוך גופני - התמחות במדעי החיים – פיזיולוגיה של המאמץ, מכללת וינגייט. מחקר קליני בסוכרתיים קשישים CEV-65 במכון האנדוקריני באיכילוב: המרכז הרפואי ת"א ע"ש סוראסקי.

2025 - היום - לימודי דוקטורט לתזונה באוניברסיטת אריאל – חוקר במחקר PRIME בהנחיית ד"ר שיר שרף-דגן, ד"ר אסף בוך.

Impact of protein supplementation and resistance training on body composition and functional parameters in adults (aged ≥ 45 years) with overweight/obesity receiving Incretin-Based Obesity Management Medications for 6 months: a multicenter RCT

The 'Prime' Study

במסגרת ההכנות למחקר זכינו בגרנט ממשרד החדשנות, המדע והטכנולוגיה למחקר פורץ דרך בסך כ- 500,000 ש"ח.

Buch, A., Eldor, R., Kis, O., Keinan-Boker, L., Dunskey, A., Rubin, A., ... & Stern, N. (2019). The effect of circuit resistance training, empagliflozin or “vegeterranean diet” on physical and metabolic function in older subjects with type 2 diabetes: a study protocol for a randomized control trial (CEV-65 trial). BMC geriatrics, 19(1), 1-12.

PMID: 31438863

Buch, A., Diener, J., Stern, N., Rubin, A., Kis, O., Sofer, Y., ... & Eilat-Adar, S. (2021). Comparison of Equations Estimating Resting Metabolic Rate in Older Adults with Type 2 Diabetes. Journal of Clinical Medicine, 10(8), 1644.

PMID: 33921537

Buch, A., Eldor, R., Rubin, A., Dunskey, A., Stern, N., & Moran, D. S. (2022). Should knee extension strength testing be implemented as a screening test for identifying probable and confirmed sarcopenia in older T2DM patients?. European Review of Aging and Physical Activity, 19(1), 1-11.

PMID: 35086483

קורסים נוספים והסמכות

- מדריכי חדר כושר, מכללת וינגייט – 2011.
- מאמן אישי, מכללת וינגייט – 2011.
- קורס הכשרת מנחים בהכשרה מקצועית בתזונה של משרד הבריאות – יולי 2026.

ניסיון תעסוקתי

2022 – היום – **מרצה ואחראי סטאז'** בתואר ראשון במכללת אשקלון בחוג למדעי התזונה.

2025 – היום – **מרצה בתואר ראשון במכללת פרס בחוג למדעי התזונה.**

2022 – היום – **מרצה** לתזונה ופיזיולוגיה של המאמץ בקורסי מדריכי חדר כושר בבית הספר למקצועות הספורט ובמכללת עתיד.

2017 – היום – **דיאטן קליני וספורט** בעל קליניקה פרטית בתחום ספורט, חיטוב והרזיה, עליה במסת שריר, סוכרת, לב וטיפול בהשמנה בעזרת תרופות ממשפחת האינקרטינים (GLP-1)

2012 – היום – **מאמן כושר אישי, ומדריך סטודיו.**

עבודה כ-4 שנים כפיזיולוג של מאמץ במכון לשיקום הלב במרכז הרפואי ברזילי, אשקלון (-2019
(2022)

שירות צבאי

2008-2011 - לוחמה אלקטרונית בחיל האוויר.

מפעיל ומדריך מערכות לוחמה אלקטרונית, מצטיין בסיס.

חתימת קבע של חצי שנה בתפקיד הדרכה.

מעל ל-550 ימי מילואים במסגרת מלחמת 'חרבות ברזל'. מילואים מצטיין בסיס.