

Atlétikai híradó



1958. A MAGYAR ATLETIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA II. évfolyam 5. 6. szám

Két edzői tapasztalatcseréről.

Edzőinkben, szakvezetőinkben régen élt a vágy, hogy a hazánkban szereplő, kiemelkedő tudású csapatok, vagy egyének felkészüléséről, technikájának kialakításáról, edzésrendszeréről, életmódjáról minél többet megtudhassanak és a szerzendő tapasztalatokat leszűrve, a helyi adottságoknak megfelelően egyénekre alkalmazva, eredményesen felhasználhassák.

Szakvezetőink és versenyzőink tudásvágyának kielégítése szempontjából egyéni tapasztalatcsere régóta folyik, de nyilvánosság előtt lebonyolított formája még nem volt.

A Budapesti Atlétikai Szövetség Edző Bizottsága - a MASZ vezetőségének támogatásával - versenydényünk folyamán két nyilvános tapasztalatcserét szervezett. Az elsőt az USA atlétaválogatott hét szakedzőjével, szakembereink legnagyobb nyilvánossága előtt, a másikat a csehszlovák válogatott vezetőjével, edzőivel és Dana Zatopkova versenyzővel a MASZ és a Bp. ASZ vezetősége és edzőbizottsága tagjainak jelenlétében.

A két nyilvános tapasztalatcserén kívül felhasználtuk a pályán történő megfigyelés, filmzés és egyéni tapasztalatcsere módszereit is. Ezeknek értékelésére későbbi időpontban kerül sor.

I. Az amerikai atlétacsapat vezetőivel folytatott tapasztalatcsere.

Augusztus 6-án a TF disztermében mintegy 140 edző, vezető előtt tette föl dr. Sir József szakfelügyelő az előre írásban benyújtott kérdéseket az USA élvonalbeli atlétaedzőinek, akik készségesen adtak választ.

Az eredeti elgondolás szerint csak edzésmódszerbeli, elvi felkészítéssel, vezető-, kiegészítő gyakorlatok, a ritmus alkalmazásával és szerepével, valamint az iskolai testneveléssel kapcsolatos kérdések kerültek volna napirendre. A tervezéstől eltérően technikai kérdések is felmerültek. (Ezeket a pályán megfigyelték és a szakfilm alapján kívántuk kimerítően megvitatni.) A tapasztalatcsere két és negyed óráját még jobban kihasználhattuk volna, ha 1. a feltejt kérdéseket jobban csoportosítjuk, 2. ha technikai és szakrészhez nem tartozó kérdéseket nem teszünk fel, 3. ha az edzők egyéni kérdéseit kiegészítve még néhány kérdést felteszünk (pl.: az iskolai testneveléssel, vagy a 800-asok felkészítésével, stb. kapcsolatosan.) Nagy hiányossága volt a tapasztalatcserének, hogy egyoldalú lett - csak mi kérdeztünk és ők válaszoltak - . A vendégeknek nem volt módjuk kérdések feltevésére.

Dr. Kismartoni, Nagy S., Kereszturi, dr. Fluck, Koltai J., Horváth S., Balogh L., Agócs J. és Tompai O., edzőink írásbeli, dr. Bakonyi, Farkas M., Somfai, Rockenbauer, Cziráki, Kereszturi szóbeli kérdéseket tettek fel.

Kérdések és válaszok:

A) Ugrások:

Atlétáik az előkészítő időszakban sokat ugranak.

MAGASUGRÁS:

1. Nagyobb magasságon szükséges-e a roham ritmusán változtatni? - Lehetőleg megtartani a megszokott ritmust és sebességet. Az utolsó három lépés adja a fölfelé hajtó erő javarésztét.
2. Kitámasztásnál milyen a törzs tartása, egyvonalban van-e a kitámasztó lábbal? - A felugró láb térdé a bokaizület fölött legyen, törzs részut hátra dől. Az utolsó lépés hosszabb az előző kettőnél, melyek gyorsító lépések.
3. A lendítés nyújtott, vagy hajlított térdel történjék? - A nyújtott erőteljesebb, bár a másik gyorsabb. Az előbbi eredményesebbnek tartják.
4. Edzőik a karoknak egyensúly és ritmus szerepet adnak? Nem foglalkoznak külön a kar-munka kérdésével.
5. Mivel érhető el a meredek emelkedés? - Az utolsó lépés (talajfogás) erőteljes rögzítésével.
6. Miért részesítik előnyben a nyújtott testtartást a lécc felett? - Az ugró testrészei egyszerre érik el a legmagasabb pontot, ez előnyösebb. Így könnyebb a csipő átforgatása.
7. Mi biztosítja a kellő forgatást a lécc felett? - Ezt külön tanítják. Először derékszögben futnak a lécre s ugranak. Később oldalról futnak neki. A három végtagra érkezés nem cél! Felfelé nézve kell felugrani. Nem kell a leérkezéssel törődni már a felugráskor. A mozgások egymásutánja: felugrás, forgatás. (Ennek érdekében fűréssporral, faforgáccsal szükséges az ugrógödör megtöltése, mert a puhára érkezés magabiztosságot ad a fölfelé törekvés tanulásához. (A gödör 1 m magasra legyen felpupozva.)
8. Versenyidényben 5-10 cm-el alacsonyabb magasságon ugranak, mint várható eredményük. Az ugrások száma egyénien változó.

RUDUGRÁS:

1. Atlétáik »Gill Tall« aluminium-rézkompozícióju ruddal ugranak, mely csaknem 100 %-ig törésmentes.
2. Melyik technikát tartják eredményesebbnek: az alálendülő, vagy huzódzkodó technikát? - A kettő kombinációja a legjobb. Ha mégis választani kellene, úgy az alálendülő technika (így ugrott Warmerdam) előnyösebb, mert a lendített láb magasra felmegy és jó feltételt biztosít az eltoláshoz.
3. A lécc fölötti helyzetnél: Hoff norvég (1924) iv-kapocs kombinációját tartják előnyösnek.
4. Ellökés szerepe? - Igen fontos. Legyen erőteljes és megfelelő időben végrehajtott.
5. A fellendülés végén a talpak az égbolt felé nézzenek s ekkor történjék a huzás.

TÁVOLUGRÁS:

1. Milyen legyen a felugrás előtti rész? - Három teljesen lazán végrehajtott, gyors lépés és koncentráció.
2. A gerendára a sarok, majd a talp ér. Karok hátul legyenek, hogy a törzs emelkedhessék.
3. A homokbaérkezést gyakorolni kell.

B) Dobások:

Az előkészítő gyakorlatoknak nagy jelentőséget tulajdonítanak. Súlyemelést általában mindig és mindenki végez (futók is). Az edzés előkészületi szakaszában sokat, versenyidényben kevesebbet emelnek (kétszer egy héten). Kufatóik véleménye szerint: egy emelés maximális súllyal jobban fejleszti az izomzatot, mint kisebb többször.

1. Milyen gyorsasági, robbanékonysági gyakorlatokat végeznek? - Sok futás, naponkénti szökdelés fűvön és sok (sokféle) ugrás. Ezekkel az izomerő és az izomkoordináció növelhető, javítható. Alacsony gáton sokat futnak.

2. Milyen legyen a verseny előtti bemelegítés? - Legyen egyéni. Futás után főként ugyanazt végzik, amit versenyen fognak. Ez pszichológiai bemelegítésül szolgál. Nyújtó hatású gyakorlatok végzése ajánlatos.

3. A dobószámok indításánál mit tartanak fontosnak? - Ne legyen túl gyors a mozgás, mely egyensúlyvesztéssel jár. Ellőköláb (jobb kezesnél a jobb láb) jól megalapozott helyzetből induljon.

4. Hogyan keresik meg a hibaforrást? - A kilökéstől visszafelé elemzik a mozgást. (Pl.: Oerter, Babka rossz kidobó helyzetbe érkezik, mely a hibás indulásból származik.)

5. Becsuszásznál, keresztlépésnél mire ügyeljen a dobó? - Súlypontja alacsonyan, csipője hátul maradjon. Bal lába gyorsan érjen talajt. Erőteljes legyen a kitámasztás és folyamatos az emelőmozgás. A szer vezetése töretlenül emelkedő legyen. A súlygolyó nem előzheti meg az ellőkölábát (indításnál sem).

6. Mire ügyeljen a dobó a kidobásnál? - Nyújtott legyen a bal lába és kísérje végig a szert, amíg lehet. A hüvelykujj a dobás végén lefelé néz (súly, diszkosz és gerelynél).

7. A súlygolyónak a kézből és a lábnak a talajtól történő elszakadása egyszerre, vagy ütemkülönbséggel történik? - Bal láb maradjon a talajon, míg a szer elhagyja a kezét. A váltást csak azért végzik dobóik, hogy a körben maradjassanak.

8. Edzésen milyen szereket használnak? - Súlyt és kalapácsot nehezebbet, a gyorsasági munkánál azonban könnyebbet. - a másik két szert versenysúllyal használják.

C) Futás:

1. Hidegebb, havas vidéken hogyan dolgoznak télen vágózóik? - Deszkapályájukról lesöprik a havat és kedd-szerdai napokon 40-60 m-t teljes erővel többször futnak. Más napokon 150-200 m-ek lefutásával erőt és állóképességet szereznek.

2. Milyen speciális gyorsasági gyakorlatot végeznek? - Repülővágtaik 150-200 m hosszúak. Ennek első egyharmadát fél, a másodikat háromnegyed, a harmadikat fél erővel futják és hosszszan kiengedve térnek át járásra. Végeznek teljes sebességű rövidebb és hosszabb vágtaikat, többször lefutva.

4. Verseny előtt hogyan melegítenek? - Pl. Murchison háromnegyed résztávot teljes erővel lefut a melegítés és repülők után. (Általában a többiek is.) Nagyjából szokásainkhoz hasonlóan melegítenek.

4. Versenyidényben sokat rajtolnak-e és hogyan? - Heti 1-2-szer pisztoly-indítással, 30-70 méter távolságot futnak le. Teljes erejű futásból nagyon lassan térnek át járásba.

5. Edzenek-e versenyt követő napon? - Igen. Sok könnyű gyakorlatot végeznek, hogy a sérülést elkerüljék. (Ekkor merevebb, fáradtabb az izomzat.) Ezután erőteljes gyakorlatokat végezhetnek.

6. A laza és gyors futás elsajátítása érdekében milyen gyakorlatokat végeznek? - A bemelegítő futás után sok lazító, nyújtó hatású gyakorlatokat ajánlnak, valamint azt, hogy a futó futómozgásával ne igyekezzék mást utánozni.

7. Van-e külön 400-as síkfutó edzésrendszerük? - (Nyújtott vágtaedzés.) - Nincs.

D) Gátfutás.

1. Gátasaik résztávol, vagy teljes távot futnak-e edzésen? - 5-7 gáton gyakorolnak. 2-3 gáton ügyességi edzést végeznek. Egy gáton-alig edzenek, legfeljebb ez a rajt gyakorlásával kapcsolódik. Fontos szerepet tulajdonítanak a helyes ritmus kialakításának.

2. Siettetik-e a gátról a lelépést és miért? - Siettetik, mert egyébként túlságosan közel kerülnek a következő gáthoz. Két karjukat előre lefelé viszik, hogy a test súlypontja minél előbbre és alacsonyabbra kerüljön. Ennek érdekében sok törzshajlító, nyújtó, lazító gyakorlatot végeznek.

3. Hogyan történik a gátasok kiválasztása? - A jó futókból nevelnek gátasokat. Ezt elősegíti a gátfutás népszerűsége. (A középiskolások 1 m magas gátakon futnak.)

x x x

II. A csehszlovák edzői tapasztalatcseréről.

Az edzői tapasztalatcsere hiányosságain okulva történt a csehszlovák vendégekkel folytatott tapasztalatcsere megszervezése. Jóval kevesebb kérdés szerepelt műsorunkon. Tapasztalatcsere alakult ki, mert a csehszlovák kollégáknak is módjuk volt kérdezni és választ kaphattak a feltett kérdésekre.

Részünkről Zatopkovával, Lánszkyval, Mandlikkal kapcsolatos kérdések szerepeltek.

Zatopkova. Személyesen elmondja, hogy a melbournei olimpia után abba akarta hagyni az atlétikát, mert "kiöregedés" jeleit vélte felfedezni önmagán. Így 1957. első felében csak mozogni járt a pályára és heti két alkalommal - szórakozásból - dobálgatott. A versenydíszak második felében észrevette, milyen könnyedén száll messzire gerelye, túl az előzetes edzéstávolságokon. Ez új gondolatokat, majd új elhatározást ébresztett benne, s ügyességi, gyorsasági, ruganyossági gyakorlatokat kezdett végezni nagy számban. 1957. telén erős munkát végzett. Sok láb ruganyossági és ritmikus gyakorlatot, sok ugrást és akrobatikát, amelyeket eddig mindig elhanyagolt. 15 kg-s súlyzóval erősítő és robbanékonysági gyakorlatokat végzett heti egyszer (20-25 emelés). Télen is dob gerelyt, de nem sokat. Ezt februárban kezdi. A dobások sokaságának súlypontja a II-III-IV. hónapban van. Gerelyhajító mozgáshoz hasonló "gerelyerő" gyakorlatokat végez 1-1 és 1/2 kg-s vasgolyóval. (Ritkán 3 kg-s sullyal.) Végez 4 kg-s golyóval is mozgást, de kizárólag a versenyszám lábmozgásának javítása és beidegzése alatt, valamint kidobóterpeszben, hasizom erősítésének céljából. Kedvenc gyakorlata: kb. másfél kg-os gömbfa hasákkal, végén fogással, beugrással végzett hajítás. A versenydíny megindulásától (V. hó) nyolc héten át sok versenyen indul és nagyobb erőfeszítések nélküli edzéseket végez. Majd júliustól az Európa-bajnokság utolsó előkészületeit végezte. Négy héttel az E. B. előtt két hétig erősen, majd két hétig könnyen edzett. Az E. B-n elért eredménye ismert. Véleménye szerint eddig azért nem tudta jelenlegi formáját kidobni, mert: 1. A versenydínyben is túlságosan sokat és megterhelően edzett. 2. Nem fordított elég gondot a láberő, a ruganyosság, a gyorsaság, a robbanékonyság, az általános ügyesség és a ritmuskészség fejlesztésére.

Mandlik: Laznicka szövetségi edző adott róla felvilágosítást.

Vágótánc típusú felépítésű atléta, mely náluk nagy ritkaság. Első edzője (Fischer) csak gyorsasága fejlesztésével foglalkozott. Így alap nélküli szervezet bő talajt nyújtott a sérülésnek. Emiatt nem edzett egy évig, közben megpróbálkozott a labdarugással. Itt nem váltotta be az önmagához fűzött reményeket, s így 1957. telén ismét megkezdte az atletikai edzéseket. Kolszki edző tanácsai szerint. Sérülékenysége mellett asztmás is. A munka végzésénél ezt is figyelembe kellett venni edzőjének. Új edzője nagy alapgyorsasága ellenére - tekintettel sérülékenységre - 200-400-re készítette fel. Arra törekszik, hogy a sérüléstől való félelmét megszüntesse, s így azt a tanácsot adta Mandliknak, hogy 200-on a rajtot és az ezeket követő lépéseket ne végezze túl gyorsan és nagy erővel (így futott a cseh-magyarok is).

Télen 4-5 edzést végzett hetenként. Ebből 1-2 edzést tornateremben. (Itt főleg játék és ügyességlejlesztés folyt.) A többi edzéseit főleg szabadban, 2-3 melegítőben, öt társával végezte. Kinti munkája 150-600 méterig terjedő résztávok futásából és speciális erősítő gyakorlatokból, rossz izmainak gyakorlásából állt. Február hónapban kevesebb kinti futást végzett. Helyette siugrásokat, hóról előre végrehajtott erőteljes elrugaszkodásokat végzett. Áprilisban 3 héti edzőtáborban volt. Eddig fokozatosan csökkent a résztávok hossza. A táborban hat napi munkája ez volt:

Hétfő - csütörtök: napi 2 edzés

Kedd - péntek: napi 1 edzés

Szerda - szombat: aktív pihenőnap.

Hétfő - csütörtök: délelőtt: 800-1200 m bemelegítő futás, 3 félerős fokozó, majd 100-200 váltakozó beleerősítések, 6 rajt (20-30-40-50-60-70 m-re), váltogatva 1/4 és 1/2 erővel, pisztolyindítással. Levezetés.

Délután: Séta, járás, élénk gyaloglás váltogatása 150-200 m-ként, az elrugaszkodó erő növelése céljából. Ezen délutánok munkamennyisége fokozódott, majd csökkent.

A pihenőnapon sok játékot és ügyességi gyakorlatot végzett.

Nyáron is két napot edz egymásután és egyet pihen. Az első napon vágta, gyorsasági edzést tart, a következőn gyorsasági-állóképességi fejlesztőt. Ez 80 perc munkával kezdődött áprilisban, majd időtartama csökkent és erőfoka nőtt.

Lánsky saját maga beszél a feltett kérdésről.

Régebbi egészségi állapotáról maguk az orvosok sem tudták, hogy a megbetegedés fennáll-e, vagy sem. Neki legalábbis ezt mondták. Most jól érzi magát.

Télen egyszer ugrik hetenként és sokat (60-80 ugrás). Ekkor 5-6 edzést végez. Ezeknek anyaga többnyire játék, ügyességi, általános és speciális erőfejlesztő gyakorlatok. Az általános erejét súlyemeléssel, egyéb súlyemelő gyakorlatokkal növeli. Ugróerejét hasonlóan. Néhány gyakorlata: vállára helyezett 60 kg-s súllyal guggolásból felugrás 3-4-szer, majd ez 8-10-szer megismételve (teljes kinyúlással). 180 kg-mal a vállán nyújtott helyzetig felállás guggolásból. Ez 2-3-szor megismételve.

Versenydínyben csak kedden és szerdán ugrik 204-206 cm-en 20-25-öt. Másik két edzése sokmozgásos játékból áll. Indul súlylökő, hármasugró és 100-as versenyeken is. Legjobb eredményei: súly: 14.50, hármas: 14.60, 100 m: 11.5.

Technikájával még elégedetlen. Hibásnak tartja korai fordulását a léccel. Nem használja karjait a lendítésnél. Nem örül annak, hogy lendítése közben a hátulról előre induló lábfejét huzza a talajon. Ennek hátrányosságában azonban nem biztos. Lehet, hogy ez segíti a neki-futás lendületének függőlegesség alakítását. A kemény munka hive. Ebben erősen eltér magasugró honfitársai felkészüléseitől.

X X X

Reméljük, hogy a két tapasztalatcserét több, részletesebb is követni fogja s valamennyi atletikát szerető edzőnk közkincsévé válik.

Tompay Olivér

Bp. ASZ Edzőbizottságának vezetője

Az 1958-as versenyidényre való felkészülést az előző idény befejezésekor kezdtük meg. Pontosabban azonban nem a befejezéskor, hanem a versenyidény végefelé, amikor már fontos versenyek nem voltak.

Ekkor már foglalkozni lehetett olyan dolgokkal is, melyekre a versenyidény speciális feladatai miatt a nyár folyamán nem is gondolhattunk. Először is számot kellett vetni, hogy a múlt idényben milyen fogyatékoságokat lehetett tapasztalni. Megvonva a múlt versenyidény mérlegét, arra a megállapításra jutottam, hogy az évi célkifűzéseket sikerült elérni, de - állóképesség tekintetében - még sok javítani való volt.

Bár sikon jó eredményt ért el, az volt a véleményem, hogy meg kell tanulnia gátazni. Azzal a síkfutó formával, amellyel előző évben rendelkezett (47,9), ma már európai viszonylatban nem lehet valaki olyan előkelő helyen, mintha azt a síkfutás-tudást kellő gáttechnikával párosítjuk. Így tehát az 1958-as év felkészülésének középpontjába a gátazást állítottam. Amint lehetett, gátaztunk. Természetes évekkel ezelőtt is volt már edzése közben gátfutás, illetve gáttechnika-tanulás, de most határozott törekvésem volt, hogy főleg 400 m gáton a szükséges technikai elemeket elsajátítsa. Természetesen mellette nem sikkadt el a síkmunka, mert a következő évet kísérelti évnek szántam. Ugy igyekeztem a munkát végeztetni, hogy 100 m-től 400 m-ig, illetve 400 m gálig egyformán jó legyen.

Most, az év végén meg kell állapítanom, hogy a kitűzött célt csak részben érte el. Gátfutásban messze elmaradt a kitűzött céltól. Az első kétszáz méteren *kijöttek* a gátak, de a második kétszázon lépcsőzavarok voltak. Meg kell említenem, hogy a *kiemelést* mindkét lábbal tanítottam éppen a lépcsőzavar minimálisra való csökkentése érdekében. Hogy ez mégis fennállt, annak az volt az oka, hogy csak előző ősszel volt alkalmunk gátazni. Télen ugyanis megfelelő *objektív feltételek* hiányában a gátazás majdnem teljesen elmaradt.

Sikon a fejlődés megfelelő volt. Ősszel, amíg csak lehetett, szögescipőben dolgozott a pályán. Itt még gátazhatott. Az edzés általában 3 kör bemelegítésből, gimnasztikából, 5-8 repülőfutásból, majd gátazásból állt. Utána következtek a 300 méterig terjedő résztávok, de már csak könnyedén (pl.: 300-200-100-as sorozat, vagy 6-7 drb 150 m). Ez heti 5, majd 4, illetve 3 alkalommal. Az időjárást figyelembevéve, a szabadban folyó munkát csökkentette, helyette teremben tartott edzést. Itt a kiegészítő sporton volt a hangsúly, kosárlabda, szertorna volt a műsoron. Heti két alkalommal a Tüzér utcai fedettpálya állt rendelkezésre, azonban ezt tanulmányi elfoglaltsága miatt nem tudta rendszeresen kihasználni.

Csutorás a Testnevelési Főiskola hallgatója. Így bőségesen volt része a kiegészítő sportokban, melyet az edzéseken figyelembe kellett venni. Télen is futott szabadban: heti két-három alkalommal volt pályaedzés-szerű munka. Nem mezei futás, hanem repülők (természetesen az időjárásnak megfelelően könnyebben, mert eső, hó befolyásolta az iramot) és általában nem hosszabb 300 méternél.

A tél vége felé, illetve tavasszal - mint szokásos - az iram élénkebb és a résztávok közötti pihenő kevesebb lett. Tanulmányi elfoglaltsága miatt a tatai táborban nem tudott résztvenni. Tavasszal, amint csak lehetett, szögescipőben dolgozott. Március és április hónapban a futóedzések száma heti 5-6-ra emelkedett a tornatermi edzések fokozatos elhagyásával. Egy ilyen tavaszi edzés tartama időben kb. másfél óra volt (a napi TF gyakorlati órák után is). Három kör bemelegítő futás, gimnasztika, 6 repülő, majd résztávok, mely utóbbiak a következőképpen oszlottak meg: 300-200-100 m-es sorozatból kétféle egy edzésen. A részídők az első sorozatnál: 300: 35-35,5, 200 m: 22,5-23. A 100 métert nem szoktam mérni, ezt lendületesen kellett végigfutni. A második sorozatban 300 m: 36-36,5, 200 m: mint előző és a 100 m ugyanugy, mint előző sorozatban.

A résztávok természetesen nem mindig voltak a fentiek. 500 méternél hosszabb táv azonban az edzéseken nem szerepelt. A többi munka a vágázókéhoz hasonlóan, a gyorsaságot fejlesztette: térdelőrajtból való kifutások 60-40-30 m sorozatok, stb.

Csutorás 1958-ban (előfutamokat nem számítva) 18-szor indult 400 méteres versenyben. Legjobb eredménye 47.2. Évi versenyátlaga 400 m-en 47.8. Tizenegy alkalommal indult 200 méteres versenyen. Legjobb eredménye 21.4. Évi átlaga 21.7. Öt esetben állt rajthoz 100 méteren. Legjobb eredménye 10.6. Évi átlaga 21.7.

A következő versenyidényben célunk a gáttechnika elsajátítása (remélhetőleg több sikerrel). Szükséges ez azért is, mert Csutorás izomzata elég merev, továbbá futótechnikája sem elég gazdaságos. A gátazás feltétlenül ügyesíti, lazítja a versenyzőt és így a rendszeres gátedzésekkel kettős cél érhető el. Valószínűleg ezáltal is könnyebben sajátítja el a lazább, könnyedebb futótechnikát, ami továbbfejlődése szempontjából nagyon fontos.

Cziráki József

Közzöljük a Nemzetközi Edzőértekezleten Gordon Fischer által tartott előadás kivonatát. Gordon Fischer Greg Bell-nek, a távolugrás olimpiai bajnokának edzője. Az előadás címe:

Greg Bell távolugrása és edzésprogramja.

A távolugró a természet két hathatós tényezőjével áll harcban: a tehetetlenségi erővel és sullyal. Ezért, ha eredményeket akar elérni ebben a versenyszámban, jó rövidtávfutónak és meglehetősen jó magasugrónak kell lennie.

Greg Bell viszonylag alacsony ember, kb. 173 cm magas. A 100 yardot 9.7 - 9.8 (100 m-en megfelel 10.5 - 10.6 mp-nek) körül futja és el tudom képzelni, hogy ha arra specializálnánk, 205 cm magasságot érne el magasugrásban. Nyilvánvaló, hogy számos olyan ugró volt már, aki gyorsabb rövidtávfutó és jobb magasugró is volt, mint Bell. Mégis Bellből jó atléta lett, így nyilván más forrásból is kell származnia eredményességének, mint az egyszerű gyorsaságból, vagy ugróképességből.

Bontsuk fel az egész folyamatot alkotóelemeire. Bell rohama az elugró gerendától 39.57 m és két - három rövid lépés után (33.20 m) lendül bele a nekifutásba. Ez a jel az egyetlen jelzés, amelyet alkalmaz, bár a gerendától 15 m-re is van egy jelzés, ahonnan lazítja futását. Nem egészen helyes, ha ezt az utolsó 15 m-t "pihenő" futásnak nevezi, de mindenesetre határozottan arra törekszik, hogy elugrási területét lazán és a lépéshossz bizonyos rövidítésével érje el.

Ami az elugrást illeti, az az érzésünk, hogy Bell utolsó két lépése kissé hosszú és lehet, hogy ez hiba is némiképpen, mert hajlamos arra, hogy ballábával erősen jobbra forduljon, elugró lábát valahol jobboldalt helyezze el a gerendától. Megköveteljük, hogy Bell tekintetét felé irányítsa közvetlenül addig, amíg eléri a gerendát. Ezt a fajta ugrást kell végrehajtania, kivéve, ha a nekifutó pálya rossz, vagy a szél változó, vagy más körülmény teszi szükségessé, hogy tekintetét a gerendára irányítsa.

A levegőben ollózó, vagy változó lábmunkát alkalmaz. Ugrásának befejező részében arra törekszik, hogy lábfejét és lábszárait annyira előre hozza, amennyire csak lehet anélkül, hogy hátraesne az ugrógödörben való földetérésnél. Rendszerint egyenes helyzetben ér talajt, de ha az ugrógödör nem ad neki kellő tartást, testével jobbra, oldalt dől el.

Az edzést tekintve, sok 15 m rohamhosszuságú, stílusra törekvő ugrást végez. Sokat tornáztat és igen sokat gyakorolja a rövid távolugró rohammal történő lécen való átlugrást. Mindezekelőtt sokat fut 80 és 110 yardot és ezenkívül néhányszor 220 és 440 yardot. Futásánál

arra törekszik, hogy lehetőleg abban a lépéshosszban fusson, amellyel majd a távolugró rohamát fogja végezni. Bell szeret futni és az egy mérföldes váltófutásban ugyanolyan jó, mint a rövid távokon. Távolt nagyon keveset ugrik és azt is inkább csak azért, hogy lépéseit ellenőrizze és a hibákat javítsa.

X X X X X X

(Kérdés) Ön szerint miért hasznos az ollózó technika?

(Válasz) Bell azt mondja, hogy így jobban érzi magát a levegőben, mert ezt szokta meg. Ugy érzi, hogy jobb talajérést is biztosít magának, ha ugrás közben mozgatja lábait. Azt mondja, hogy ezzel elkerüli az elmerevedést, mert nem kell térdét magasan fenntartani. Mr. Nett kérdést tesz fel a roham végén alkalmazott »pihenő« futásra vonatkozólag. Szerinte Lutz Long erős iramban kezdett, a roham közepén pihent és azután újra gyorsított. (Válasz) Ez tulajdonképpen nem pihenő futás, csak olyanféle, mint valami elengedettségre, lazaságra való törekvés.

(Kérdés) Az előbb azt említette, hogy atlétái magasugró lécen ugranak át. Az ugrógödörbe ugranak?

(Válasz) Igen, Bell egy ízben 179 cm-t ugrott.

(Kérdés) Mérté ön valaha Bell rövidtávfutását?

(Válasz) Nem, de mérték neki 9,7 és 9,8-at.

(Larry Snyder) Vajon azért fordul-e jobbra, hogy több felhajtóerőt kapjon a bal lábról?

(Válasz) Nem hiszem. Ugy gondolom, hogy csak rászokott erre, amikor messze akart maradni a fedettpályákat szegélyező faltól.

(Kérdés) Mi a véleménye a légzésről és a karmunkáról?

(Válasz) Erre nem fordítunk figyelmet, mert hiszen ő rövidtávfutó. Van egy sajátos karmunkája a talajfogásnál, de nem tudjuk ennek okát.

(Kérdés) Rövidíti-e az utolsó egy, vagy két lépéshosszát?

(Válasz) Nem. Szeretnénk, ha ezt tenné, utolsó lépései nagyon hosszúak.

(Kérdés) Csak a futást gyakorolja-e Bell és csak azt a kevés ugrómunkát végzi-e, amelyet ön említett? Nem végez súlyemelést, vagy nem tornázik?

(Válasz) Nem. Az egyetlen torna, amit végez: a bemelegítés folyamán végzett izomlazító gyakorlat.

Larry Snyder megjegyzi, hogy Bell mindenki másnál jobban ki tudja használni az ollózó mozgást. Fischer kérdést tesz fel Jesse Owens rohamára vonatkozólag. Snyder szerint Owens az idény elején 33 méternél használt egy segédjelet, az idény későbbi folyamán azonban már csak egy jelzést használt első lépésének megjelölésére. Ken Doherty megjegyzi, hogy hasonlóság van Owens és Bell elugrása között: mindketten inkább elrohannak a gerendáról, mint ugranak. Snyder szerint Owensnek nem volt határozott lépéssablona. Szerinte Owens esetében is megkísérelték, hogy utolsó lépésének hosszát az edzésben lerövidítsék, versenyeken azonban erre nem helyeztek súlyt.

X X X X X X

H i v a t a l o s r é s z .

Hiradónk ezen részében szeretnénk előfizetőinket tájékoztatni a MASZ rendelkezéseiről, az elnökségi ülések határozatairól, továbbá felettes sporthatóságunk: atletikát érintő rendeleteiről. A múltban megjelent Hiradó egyik hiányossága volt, hogy az elnökségi ülésekről nem tájékoztatta az atletikai szakosztályokat, szakvezetőket, edzőket. Ennek tudható be, hogy sokan a szövetség elnökségi munkáját nem látták tisztán, nem értékelhették az értekezleteken eltöltött hosszú órákat, nem becsülhették meg az üléseken kívül végzett társadalmi különmunkákat, melyeket mind a pihenésre, szakosztályok vezetésére, vagy éppen a szakvezetés munkájára szánt órákban végeztek el önzellenül.

Nagy hiba volt az is, hogy a beszámolók hiányában az alszövetségek sem látták a felsőbb szövetség munkáját, így több olyan probléma kerülhetett el figyelmüket, melyek a MASZ elnökségi ülésein tárgypontként szerepeltek. Ezen hiányosságok tudatában kíséreljük meg az elmúlt év elnökségi üléseinek rövid ismertetését adni és bővebb részletességgel közölni az ott elhangzott fontosabb határozatokat.

1958. január 16. Az elnökség 29 új országos csucst hitelesít, melyeket 1957-ben értek el versenyzőink. További 16 csucs jegyzőkönyvét kiegészítésre visszaadja. A gazdasági bizottság beszámol az 1958. évre jóváhagyott költségvetésen belül foganatosítható takarékosági lehetőségekről. A versenybizottság ismerteti az új versenyrendszert és az egyesületi bajnokság versenykiírását. A szövetségi kapitányi tisztséggel dr. Bácsalmási Pétert bizza meg. A szövetség egyes bizottságainak vezetői tisztségét töltik be.

1958. január 24-iki ülésen a válogatott keret összeállítása, az alapozó táborba behívandó versenyzők neve, a serdülő és ifjúsági versenyzőkre vonatkozó egyes versenyszabályok megváltoztatása, Rózsavölgyi amerikai utazása és versenye, továbbá az egyesületek osztálybesorolása szerepelt.

1958. február 6. Dr. Horváth Pál beszámol a belgrádi értekezletről. Az elnökség megtárgyalja a Szövetség 1958. évi programját.

1958. február 28. Az elnök ismerteti a nemzetközi programunkat. Az MTST elfogadta költségvetésünket. Simonyi Gábor izlandi edzői meghívása. A románok által rendezendő hármastviadal versenykiírása. Javaslat a Nemzetközi Szövetséghez a nemzetközi szabályok módosítására. 8 csucst hitelesít.

1958. március 14. Dr. Bácsalmási Péter ismerteti a válogatott keret munkáját. MTST határozata a válogatott keretek felkészítési munkájáról. Javaslat a csoportedzőkre. Kilenc új csucs hitelesítése. A L' Humanité verseny és résztvevői.

1958. március 28. Az ifjúsági válogatott keret összeállítása. A magyar válogatott keret 1957. évi munkájának értékelése. Versenybírói díjak. Külföldi versenyekre meghívások.

1958. április 11. Az 1958. évi szövetségi program módosítása. Az MTSH értekezletének ismertetése, melyet a szövetségi elnökök és főtitkárok részére tartottak. A belgrádi középtáv-futó verseny résztvevői.

1958. április 18. Javaslat a Magyar Olimpiai Bizottságha való tagsági szövetségek működési szabályzat-tervezetének megtárgyalása, három tagu bizottság kijelölése a munka elvégzésére.

1958. április 29. Beszámoló a megyei atletikai alszövetségek munkájáról.

1958. május 9. Jugoszláv-magyar válogatott keret összeállítása. Emelt-talpu magasugró cipő. Folyó ügyek.

1958. május 25. A jugoszlávok elleni válogatott csapat összeállítása. Juniusi nemzetközi versenyre kiutazó versenyzők kijelölése. Dr. Horváth Pál lemondása.

1958. június 6. A válogatott és európa-bajnoki keret felkészítési munkaterve. Edzőbizottság beszámolója végzett munkájáról. A verseny-bizottság beszámolója végzett munkájáról. Külföldi meghívások és versenyzők kijelölése.

1958. június 16. I. osztályu versenyen minden dobást mérni kell és erről a közönséget megfelelő módon tájékoztatni kell. Nemzetközi és hazai versenynaptár-tervezet az 1959. évre. A moszkvai versenyen és az ukrán-magyarországi résztvevő versenyzők névsora. Vidéki bizottság beszámolója munkájáról.

1958. július 4. Propaganda-bizottság beszámolója. Egyéb ügyek.

1958. július 18. A MASZ működési szabály-tervezete. Gazdasági bizottság pénzügyi jelentése. Európa-bajnoki keret létszámának csökkentése.

1958. július 22. Gyenes András, az MTSH elnökhelyettese az MTSH és a szövetség kapcsolatáról számol be. Az amerikai verseny műsora. A válogatott versenyzők foglalkoztatása az EB előtt.

1958. július 28. Az EB-re kiutazó csapat összeállítása.

1958. augusztus 10. Az EB-re kiutazó versenyzők végleges névsora.

1958. augusztus 24. Csúcshitelesítések. A Testvériség munkájának megvizsgálása. Határozat: Azok a 18-19 éves lányok, akik hármasversenyben 1800 pontot érnek el, ötösversenyben indulhatnak. Női ifjúsági ötösversenyben nyilván kell tartani csúcsokat.

1958. szeptember 2. Csehszlovákok elleni válogatott összeállítása. Német-magyar válogatott keret. Kassai marathont verseny. Római nemzetközi verseny. Atletikai Híradó megjelentetése. Beszámolók ügye az EB-ről.

1958. szeptember 16. Dr. Bácsalmási beszámolója az EB-ről.

1958. szeptember 21. NSZK-magyar viadal csapatösszeállítása. A felsorolt témakörön kívül állandóan szerepeltek a beérkezett ügyiratok, jelentések, az elnökség tagjai által felvetett időszerű kérdések, melyeket a helyszűke miatt nem közöltünk.

x x x x

K ö z l e m é n y e k :

A Magyar Atletikai Szövetség elnöksége az alábbi határozatot hozta:

„Jövőben az I. osztályu versenyeken a dobó-számokban, ahol az eredményeket csak le-
szuró táblával szokták jelezni, a versenyzők minden egyes dobását le kell mérni - hacsak lényege-
sen nem gyengébb a versenyző által már elért eredménynél. A lehetőséghez képest a közönsé-
get tájékoztatni kell az eredményekről. A döntő megkezdése előtt feltétlenül ismertetni kell a
döntőbe jutottak névsorát és az addig elért eredményeiket. Az alsó osztályu versenyeken is
kívánatos, hogy hasonlóképpen rendezzék meg az egyes dobószámokat. A fentiek azonnali ha-
tállyal életbelépnek.“

- - -

A Nemzetközi Atletikai Szövetség Tanácsa a Nemzetközi Szabály 18. §-át a következő §-al egészítette ki:

A versenyzők versenyezhetnek mezítláb, vagy oly módon is, hogy az egyik, vagy mindkét lábukon futócipőt hordanak. A cipőket nem szabad oly módon készíteni, hogy azok a láb védelmén és a talajfogás biztonságán kívül segítséget is nyújtsanak a versenyzőknek. A versenyzők nem viselhetnek olyan cipőt, melyben rugó, vagy hasonló berendezés van és a talp teljes vastagsága - beleértve az esetleges kiálló részeket is - meghaladja a 13 mm-t. A cipőn sem kívülről, sem belülről nem alkalmazható olyan berendezés, melynek célja a talp megvastagítása volna a megengedett 13 mm-en felül, vagy esetleg más olyan előny biztosítása, mely nem felel meg a fenti bekezdésben ismertetett cipőtípusnak. A talpon lehetnek rovátkák, kiemelkedő részek, szegek. A szegeknek normális méretűeknek kell lenniük. Számuk legfeljebb a talpon 6, míg a sarkon legfeljebb 2 lehet. A cipőn (az ujjtöveknél) keresztpánt viselése engedélyezett.

Jelen szabálykiegészítés azonnali hatállyal életbelép.

- - -

Az MTST Elnökségének 24-5/1958/X.2./ MTST számú határozata.

Az MTST Elnöksége megtárgyalta az egyetemi és főiskolai hallgatók igazolási kéréseiben hozott művelődésügyi minisztériumi döntést. Ezzel kapcsolatban szükségesnek tartja véleményét az alábbiakban rögzíteni:

a) Az MTST Elnöksége indokoltnak tartja, hogy az 1958-59-es tanévtől kezdve az I. éves egyetemi hallgatók, akik kezdő ifjúsági, III., vagy II. osztályú sportolóknak minősülnek, kizárólag a saját egyetemük, vagy főiskolájuk sportkörében folytassák sportbeli működésüket. Az Elnökség kihangsúlyozza azonban, hogy a válogatott keret tagjaira és az I. osztályú sportolókra ez az intézkedés nem vonatkozik, ők továbbra is anyaegyesületükben folytathatják sportmunkájukat.

b) Egyetemekre, főiskolákra beiratkozott hallgatók azonnal átigazolhatók a saját egyetemük, főiskolájuk sportkörébe, tanulmányaik befejezése után azonban ugyancsak azonnal visszaigazolhatók anyaegyesületükbe.

c) Abban az esetben, amennyiben olyan sportszakosztály nem működik az adott egyetem, főiskola sportkörében, melyet egyes sportolók üznek, az egyetemi sportolók minősítésüktől függetlenül anyaegyesületükben tovább sportolhatnak.

d) Az Elnökség helyesnek tartja, hogy az egyetemi, vagy főiskolai hallgatók más sportegyesületben csak akkor sportoljanak, amennyiben az nincs káros hatással tanulmányi előmenetelükre.

e) A jelen rendelkezés a jelenlegi II., vagy felsőbb évfolyamú egyetemi hallgatóira nem vonatkozik.

f) Jelen határozatot a szövetségek átigazolási szabályzatukba vezessék át.

g) A felmerülő vitás kérdésekben az MTST Elnöksége dönt.

Budapest, 1958. október 12. *

Hegy Gyula s.k.
MTST elnöke

Az MTST Elnökségének 4/1958. MTST számú utasítása a sportolók részére rendkívüli szabadság engedélyezésére irányuló kérelmek szabályozásáról.

»A testnevelési és sportmozgalomban történt szervezeti változások szükségessé teszik a sportolók, játékvezetők, stb. részére rendkívüli szabadság engedélyezésére irányuló kérelmek (kikérések) előterjesztésének újabb szabályozását.

Az e téren szükséges egyöntetű eljárás biztosítása érdekében az MTST Elnöksége az alábbiak szerint rendelkezik:

1. A három napot meg nem haladó időtartamra sportversenyre történő kikérés az illetékes Testnevelési és Sport Tanács elnökének hatáskörébe tartozik.

2. Amennyiben a kikérés három napnál hosszabb időtartamra irányul, a kikéréshez a Magyar Testnevelési és Sport Tanács elnökének hozzájárulása szükséges. A hozzájárulást a kikérést tartalmazó átiratra kell rávezetni.

3. Nemzetek közötti sportversenyen (Európabajnokság, világ bajnokság, stb.) és azzal kapcsolatos edzőtáborban való részvétel céljából történő kikérés az MTST elnökének kizárólagos hatáskörébe tartozik.

4. A rendkívüli szabadság engedélyezése iránt minden esetben az érintett sportoló, játékvezető, stb. munkáltatójához kell fordulni. A kikérést - sürgős eseteket kivéve - általában legalább két héttel a szabadság kért kezdőpontja előtt meg kell küldeni a munkáltatónak. Az esetleg szükséges miniszteri engedély megszerzéséről a munkáltató gondoskodik.

5. A rendkívüli szabadság engedélyezésére irányuló kérelemben a Munkatörvénykönyve 56. §. és az Mt. V. (53/1953. MT. számú) rendelet 106. §., illetve edzőtáborba vagy sportvo-
natkozási tanfolyamra történő kikérésnél a 355/19/1951. NT. számú határozatra (OMB Közlöny 43. sz., OTSB Közlöny 1951. nov. 20-i szám) is kell hivatkozni.

6. Ez az utasítás közzététele napján lép hatályba. Hatálybalépésével a sportolók részére rendkívüli szabadság engedélyezésére irányuló kérelmek (kikérések) szabályozásáról szóló 4/1957. MTSH számú utasítás hatályát veszti.* (Megjelent 1958. május 20-iki MTSH Közlönyben.)

Murai István s.k.
MTST elnökhelyettese

Az MTST Elnökségének 14-3/1958. (VI. 19.) MTST számú határozata a legfelsőbb fegyelmi és panaszügyi bizottság működési szabályzatáról.

»A jelen határozat mellékletét képező Legfelsőbb Fegyelmi és Panaszügyi Bizottság Működési Szabályzata közzétételének napján lép hatályba. Rendelkezéseit azokban az ügyekben is alkalmazni kell, melyekben még jogerős határozatot nem hoztak.

A Legfelsőbb Fegyelmi és Panaszügyi Bizottság működési szabályzata.

A Legfelsőbb Fegyelmi és Panaszügyi Bizottság (továbbiakban- Bizottság) feladata, hogy munkájával, javaslataival elősegítse az MTST-nek a törvényesség betartására és betartatására.

valamint a sportolók, sportvezetők erkölcsi nevelésére irányuló törekvéseit.

A Bizottság a számára megállapított hatáskörben döntéseket hoz, egyébként javaslatokat tesz az MTST-nek, illetve Elnökségének.

I. A Bizottság hatásköre fegyelmi ügyekben.

1. Elsőfokon jár el a Bizottság:

a) Az MTST tagjai, a megyei TST elnökei, a sportszövetségek vezetői (elnök, főtitkár), egyéb sportszervezetek országos szerveinek vezetői ellen indított fegyelmi ügyekben;

b) Mindazoknak a fegyelmi ügyében, akikkel szemben mindennemű sporttevékenységtől örökre való eltiltás kérdésében kell határozni;

c) Azoknak a fegyelmi ügyében, akiknek a fegyelmi ügyét az MTST Elnöksége a Bizottság hatáskörébe utalja.

A Bizottság elsőfokon hozott határozatai ellen fellebbezésnek van helye az MTST Elnökségéhez.

2. Másodfokon jár el a Bizottság: mindazon ügyekben, amelyekben az MTST Elnöksége a fellebbezési eljárás lefolytatását a Bizottság hatáskörébe utalja.

3. Felülvizsgálati jogkör.

A Bizottság bármely sportfegyelmi bizottság jogerős fegyelmi határozatát felülvizsgálhatja és a felülvizsgálat eredményéhez képest a jogerős határozatot helybenhagyhatja, megváltoztathatja, megsemmisítheti. Utóbbi esetben az eljáró (első- vagy másodfoku) fegyelmi bizottságot új eljárás lefolytatására utasíthatja, de az eljárást maga is lefolytathatja.

A Bizottság a felülvizsgálati jogkör gyakorlásánál vagy hivatalból, vagy valamely jogerős határozat ellen bejelentett felülvizsgálati kérelem (panasz) alapján jár el.

A jogerős határozat meghozatalának napjától számított 6 hónap után felülvizsgálati eljárást lefolytatni nem lehet.

4. Hatásköri és illetékességi viták eldöntése akkor tartozik a Bizottság hatáskörébe, ha az vitás, hogy fegyelmi ügy elsőfokon sportszövetség megyei, vagy országos szervének fegyelmi bizottsága elé tartozik-e, illetve, hogy megyei szervek fegyelmi bizottságai közül melyik fegyelmi bizottság járjon el.

5. A Bizottság egyrészt a konkrét ügyekben hozott határozataival, másrészt közzétételre kerülő állásfoglalásaival gyakorolja a fegyelmi bizottság elvi és gyakorlati munkájának irányítását.

6. Ha az elsőfoku fegyelmi határozatot sportszövetségek országos szervének fegyelmi bizottsága, vagy a Legfelsőbb Fegyelmi és Panaszügyi Bizottság hozta, a hátrányos következményektől való mentesítés kérdésében a Bizottság dönt.

II. A Bizottság hatásköre panaszügyekben.

A testnevelés és sport szakigazgatásának területén, továbbá a sportszövetség által hozott határozatok ellen bejelentett panaszok elbírálása akkor tartozik a Bizottság hatáskörébe, ha a panasz elbírálását az MTST Elnöksége hatáskörébe utalja.

III. Eljárási szabályok.

1. A Bizottság teljes ülésben jár el és hozza meg határozatait. A Bizottság akkor határozatképes, ha a Bizottság tagjai közül legalább 5 tag van jelen. Határozatait zárt ülésben szótöbbséggel hozza. A Bizottság elnöke a Bizottság tagjaiból vizsgálóbizottságot jelölhet ki egyes ügyekben vizsgálatok lefolytatására.

2. A Bizottság összehívásáról az elnök gondoskodik.

3. A Bizottság elnökét akadályoztatásakor minden esetben a Bizottság elnökhelyettese helyettesíti.

4. A fegyelmi eljárás lefolytatására a Sportfegyelmi Szabályzat rendelkezései irányadók. A Sportfegyelmi Szabályzat módosításáig értelemszerűen figyelembe kell venni a testnevelés és sport terén bekövetkezett szervezeti változásokat.

5. Amennyiben valamely sportfegyelmi bizottság a fegyelmi eljárás során úgy találja, hogy a fegyelmi eljárás alá vont sportolót mindennemű sporttevékenységtől örökre el kell tiltani, a bizonyítási eljárás lefolytatása után érdemi határozat nélkül indokolt határozatban kifejti, hogy miért látja szükségesnek e fegyelmi büntetés kiszabását. E határozatát a fegyelmi eljárás összes irataival együtt az illetékes sportszövetség elnöksége útján a Bizottsághoz terjeszti fel. Ha a sportszövetség elnöksége úgy látja, hogy indokolt-e fegyelmi büntetés kiszabása, nyilatkozatával a fegyelmi eljárás iratait felterjeszti. Ellenkező esetben az iratokat az eljárás folytatása végett visszaküldi az elsőfokon eljáró fegyelmi bizottsághoz.

Egy sportágra vonatkozó örökre eltiltás kérdésében hozott jogerős fegyelmi határozatot a Bizottsághoz fel kell terjeszteni.

6. Panaszt, felülvizsgálati kérelmet annál a szervnél lehet benyújtani, amelyik a jogerős határozatot hozta. Az iratokat 8 napon belül kell a Bizottsághoz felterjeszteni.

7. A Bizottság az eléje kerülő ügyekben az érkezéstől számított 60 napon belül köteles határozatot hozni.

8. Az ügyirat kezelésére általában irányadó a 40/1956. OTSB. sz. utasítás. A Bizottság iratait külön gyűjtőszám alatt kell iktatni és azokat elkülönítve kell kezelni.

9. A Bizottság az MTST Elnökségét negyedévenként köteles tájékoztatni a befejezett és folyamatban lévő ügyekről.*

Murai István s.k.
MTST elnökhelyettese

x - x - x - x

KAZI ARANKA és TEMESVÁRI TIBOR 1958. október 29-én házasságot kötöttek.

A magyar atléta-társadalom ezuton is sok boldogságot kíván az ifju párnak.

O X O X O X O

A Szerkesztő Bizottság üzenete.

Szerkesztő Bizottságunk felhívja Kedves Előfizetőink, szakosztály-vezetők, edzők, versenyzők és érdeklődőink figyelmét, hogy problémájukkal forduljanak bizalommal hozzánk. Minden szakosztályban a vezetés munkája közben, a versenyidényben, vagy utána olyan kérdések merülhetnek fel, melynél sokszor hasznos lehet a magasabb sportvezetőségtől jövő jótanács, a hosszabb gyakorlati tapasztalatokon felépült és kialakult szakvélemény. Bátran tárják fel a kérdést. Híradónkban a nagy nyilvánosság előtt, melyre hasonló módon válaszolunk. De szívesen látjuk bizalmas kérdéseiket is, mely - kívánságukra - levélben is megadhatjuk a tanácsot.

Az Atletikai Híradó fontos feladatát tölthet be országos viszonylatban, ha a legteljesebb kapcsolatot építi ki a MASZ és a sportkörök szakosztályai, vezetői és versenyzői között. Sok olyan kérdés juthat el elnökségünkhöz, mely máskülönben feledésbe merülne és melyet elnökségünk nem ismerne. Közös célunk és érdekünk, hogy minden sorunkkal segítsük szeretett sportágunk fejlesztését, közreműködjünk a szervezés, nevelés és vezetés nehéz munkájában, hasznos tanácsot adhassunk minden vonalon és közkinccsé tegyük a bevált módszereket. Ebben a munkában igen nagy segítséget jelent az, ha azok vetik fel a kérdést, vagy adnak tanácsot, akik évek hosszú sora óta eredményesen dolgoznak, vagy olyanok kérnek segítséget, akik a megindulás nehéz problémái között várják a felülről jövő segítséget.

Ebbe a munkába bevonjuk legjobb szakembereinket, legkiválóbb edzőinket és a szövetségi munkában jártas idősebb vezetőket.

Azt szeretnénk, ha Híradónk vezetőnek, edzőnek és versenyzőnek egyaránt hűsége segítőtársa lenne.

Szerkesztő Bizottság.

Az 1958. évi országos összetett bajnokság eredményei:

F é r r i

Tizesverseny:

1. Horváth János U.Dózsa (11.5. 657. 170. 11.97. 53.3. 19.9. 35.85. 420. 48.90. 5:02.2)	5488 pont
2. Józsa Bálint Bp. Spartacus (11.7. 622. 175. 11.92. 52.4. 18.2. 39.52. 300. 49.05. 4:31.2)	5426 »
3. Hubai Gyula Csepel SC (12.0. 629. 175. 12.37. 55.4. 17.6. 39.78. 350. 43.45. 5:07.2)	5128 »
4. Szabó József MTK (12.0. 634. 165. 11.84. 53.9. 19.8. 27.64. 320. 62.98. 4:57.8)	4875 »
5. Kaposvári Zoltán MAFC (11.9. 600. 165. 12.86. 57.4. 19.7. 34.46. 310. 52.06. 5:33.4)	4427 »
6. Szécsei János PVSK (12.1. 629. 155. 10.39. 55.3. 17.8. 33.62. 280. 43.49. 4:51.4)	4409 »
7. Horváth Péter Debreceni Építők (11.6. 561. 155. 9.49. 51.3. 17.9. 29.68. 240. 34.68. 4:26.6)	4398 »
8. Veszelyovszky László Győri ETO (11.5. 624. 170. 11.39. 57.0. 17.0. 32.50. 260. 26.86. 5:12.6)	4319 »
9. Török István Tipográfia TE (11.8. 616. 160. 10.31. 58.9. 18.2. 27.18. 380. 47.41. ---)	4271 »

10.	Csutorás János Nagykanizsai Bányász (11.3, 601, 150, 10.77, 51.7, 20.6, 29.13, 270, 41.98, 5:03.6)	4246	pont
11.	Bognár Károly Szombathelyi Haladás (12.3, 631, 160, 13.08, 58.4, 20.8, 36.78, 260, 43.12, 5:22.8)	4033	"
12.	Szabó Aladár Győri ETO (12.1, 551, 175, 13.43, 62.5, 20.0, 38.94, 270, 47.12, 5:52.6)	4032	"
13.	Zarnóczai Ferenc NYVSC (11.8, 589, 145, 10.08, 54.3, 19.6, 33.18 --- 45.99, 4:38.6)	4014	"
14.	Nagy Ernő UTTE (12.4, 525, 150, 11.35, 58.0, 20.1, 40.79, 290, 46.79, 5:01.8)	3989	"
15.	Fülöp Jenő Vasas SC (12.4, 570, 180, 11.91, 60.8, 19.3, 35.48, 260, 38.23, 5:20.8)	3909	"
16.	Hidvégi Benedek Bp. Honvéd (12.2, 571, 145, 8.49, 54.1, 19.5, 24.14, 340, 36.27, 4:40.6)	3881	"
17.	Literáthy Péter MTK (11.8, 595, 150, 8.60, 51.9, 18.0, 21.71 --- 30.78, 4:33.0)	3822	"
18.	Kiss Imre SÜMSE (13.0, 580, 145, 10.95, 57.6, 21.0, 31.54, 360, 40.49, 5:02.0)	3779	"
19.	Nagy Kardos József Csepel SC (12.3, 557, 160, 9.21, 55.7, 17.0, 26.57, --- 37.73, 4:51.4)	3731	"
20.	Hajtó Ödön Bp. Építők (12.8, 532, 155, 13.84, 63.9, 20.3, 41.13, 260, 45.94, 5:34.2)	3691	"
21.	Köles Tibor Hatvani VSE (12.6, 574, 145, 9.72, 55.3, 20.0, 27.56, 260, 36.99, 4:34.4)	3642	"
22.	Pentz Péter Székesfehérvári MÁV (12.2, 578, 155, 10.33, 56.2, 20.5, 30.45, --- 39.92, 4:45.8)	3604	"
23.	Csepregi György BEA C (12.2, 598, 170, 10.57, 59.1, 22.0, 29.93, 270, 42.06, 5:35.0)	3584	"
24.	Fritsch Ottó Bp. MEDOSZ (12.2, 491, 155, 9.11, 53.8, --- 24.39, 260, 32.63, 4:24.0)	3544	"
25.	Krasznai Tivadar Vasas SC (12.3, 583, 175, 9.10, 56.3, 21.3, 26.33, 280, 43.88 ---)	3510	"
26.	Kovács László BEAC (12.2, 648, 150, 10.99, 57.8, 21.6, 28.82, --- 43.21, 5:19.0)	3457	"
27.	Pelle János Gyöngyösi Bányász (12.2, 572, 170, 11.50, 62.0, 22.3, 31.93, 260, 41.63, ---)	3437	"
28.	Bencsik Lajos Vasas SC (12.8, 580, 155, 9.45, 58.8, 19.5, 25.81, 330, 30.80, 5:07.4)	3435	"
29.	Kovács Tibor MTK (11.9, 634, 155, 8.90, 56.9, 21.0, 23.12, 240, 37.82, 5:12.6)	3400	"
30.	Helmeczi Ottó BEAC (12.7, 532, 155, 9.50, 58.5, 20.8, 24.21, 320, 42.43, 5:08.0)	3368	"
31.	Morvai István Bp. Építők (12.4, 544, 165, 8.56, 58.5, 17.9, 23.04, 260, 34.75, 5:16.6)	3352	"
32.	Takács Ferenc Bp. Honvéd (12.5, 552, 170, 10.69, 61.6, 19.2, 29.26, 240, 36.29 ---)	3240	"

33.	Fellner László MTK (12.3, 617, 155, 8.40, 56.3, 21.1, 20.30, 240, 32.13, 5:01.6)	3166	pont
34.	Szilvási Sándor Nagykanizsai Bányász (11.9, 565, 160, 9.10, 56.6, 21.0, 20.47 --- 36.29, 5:24.8)	3030	"
35.	Nagy István SÜMSE (12.9, 524, 150, 7.59, 57.7, 20.8, 22.47, 260, 31.46, 4:37.8)	2967	"
36.	Heinrich Alajos Bp. Építők (12.5, 566, 140, 9.38, 58.0, 21.4, 24.52 --- 31.30, 5:08.6)	2751	"
37.	Zóltomi Imre MPSC (12.6, 514, 140, 7.93, 57.5, 24.6, 18.44, 290, 30.00, 5:17.0)	2641	"
38.	Fodor Béla SÜMSE (12.5, 546, 140, 9.04, 59.9, 22.0, 27.49, 290, --- ---)	2542	"
39.	Tiscsev Miklós SZVSE (13.2, 524, 150, 10.93, 62.3, 21.0, 29.76, --- 29.90, ---)	2484	"
	Kalota Lajos MTK (11.5, 539, --- 9.57, --- --- --- --- ---)	1502	"
	Munkácsi István MPSC (11.6, 587, 140, 8.70, 52.8, --- --- --- --- ---)	2551	"
	Oros János Szolnoki MÁV (11.9, 527, 145, 9.49, 53.9, 21.6, 30.58, --- --- ---)	2757	"
	Hegedűs Menyhért Szolnoki MÁV (12.9, 514, 140, 8.65, 62.2, --- --- --- --- ---)	1675	"
	Csizmadia István Bp. Vörös Meteor (12.4, 609, 150, 7.00, 60.5, --- --- --- --- ---)	2011	"

Ötösverseny:

1.	Noszály Sándor Bp. Honvéd (671, 45.90, 24.0, 37.16, 3:15.2)	2478	"
2.	Barabás György Vasas (574, 63.32, 25.9, 34.83, 3:10.9)	2341	"
3.	Mezei Gábor Tipográfia (629, 45.97, 24.8, 34.08, 3:08.0)	2266	"
4.	Szakasits György Vasas (523, 60.17, 25.8, 31.04, 3:03.2)	2186	"
5.	Prohászka Károly BVSC (661, 41.25, 24.4, 25.23, 3:05.6)	2144	"
6.	Benkő János BVSC (594, 38.06, 24.4, 25.63, 2:51.6)	2110	"
7.	Farkasinszky Gyula Gyulai MEDOSZ (559, 49.70, 24.7, 32.91, 3:15.4)	2077	"
8.	Ákos Antal Bajai Építők (636, 32.36, 24.2, 25.47, 3:03.4)	1991	"
9.	Peitl Jenő Győri ETO (546, 48.27, 25.7, 33.88, 3:10.9)	1986	"
10.	Déry Ervin FTC (597, 37.30, 25.1, 27.93, 3:01.4)	1948	"

	Péter Bálint Szegedi EAC (570, 46.59, 25.8, 27.43, 3:02.3)	1948	pont
12.	Babai Iván Bp. Építők (615, 30.24, 24.6, 26.69, 3:00.3)	1920	"
13.	Tóth Zoltán Bp. Építők (545, 35.63, 25.6, 23.34, 2:46.4)	1869	"
14.	Gundel János Tipográfia (568, 43.90, 26.4, 31.44, 3:11.0)	1832	"
15.	Márity János Bajai Építők (528, 54.07, 26.3, 30.66, 3:23.5)	1814	"
16.	Varga Béla Szegedi TC (575, 44.51, 26.1, 31.16, 3:18.2)	1812	"
17.	Csiszár István Győri ETO (555, 27.29, 23.0, 24.08, 3:08.0)	1807	"
18.	Biró, Béla Debreceni EAC (561, 40.12, 26.4, 30.44, 3:05.4)	1794	"
19.	Sinkó Lajos U.Dózsa (549, 37.46, 24.9, 21.57, 2:56.8)	1782	"
20.	Kellermayer Miklós Vasas (570, 50.18, 26.9, 32.09, 3:27.1)	1780	"
21.	Pál István FTC (595, 35.15, 26.0, 25.08, 3:02.2)	1748	"
22.	Nagy Róbert Szombathelyi Haladás (592, 41.23, 25.5, 27.21, 3:24.8)	1713	"
23.	Tokaji János Bp. Építők (631, 38.16, 25.7, 28.19, 3:33.0)	1696	"
24.	Oravetz Gyula FTC (549, 34.30, 24.9, 31.43, 3:25.9)	1651	"
25.	Módos Gábor Szombathelyi Haladás (591, 35.28, 25.8, 21.09, 3:04.4)	1647	"
26.	Kiszel József Gödöllői MEDOSZ (537, 35.82, 25.0, 22.66, 3:08.7)	1603	"
27.	Juhász János Bp. Építők (497, 39.75, 26.7, 37.55, 3:26.6)	1602	"
28.	Farkas Iván Vasas (629, 29.05, 25.8, 22.75, 3:24.8)	1546	"
29.	Scharle Péter Előre SC (611, 33.73, 25.4, 26.18, ---)	1544	"
30.	Szkala Sándor MPSC (548, 35.99, 26.1, 26.03, 3:18.8)	1500	"
31.	Szabó Dezső BVSC (524, 34.65, 26.1, 28.36, 3:20.4)	1464	"
32.	Kalocsai Henrik Bp. Honvéd (593, 35.20, 25.0, 20.61, ---)	1444	"
33.	Czmarkó Gyula Vasas (501, 36.45, 27.4, 32.67, 3:21.8)	1419	"
34.	Metzger Péter Goldberger SE (565, 25.41, 26.0, 22.92, 3:11.2)	1382	"
35.	Vesniczki Béla BVSC (513, 35.40, 28.0, 29.93, 3:26.1)	1287	"

36.	Longauer Lajos SÜMSE (550, 31.57, 27.3, 23.93, 3:25.0)	1232	pont
37.	Széphegyi Pál Tipográfia (554, 31.95, 26.2, 34.39, ---)	1013	"
	Szemethy László Székesfehérvári Építők (578, 26.46, 24.5, - -)	1159	"
	Krasznai Miklós Szolnoki MÁV (582, - 27.0, - -)	778	"
	Balassi Péter Szolnoki MÁV (661, 28.00, - - -)	839	"
	Kercsik Iván U. Dózsa (584, 38.39, 26.7, - -)	1137	"
	Koppány János Bp. Építők (596, 40.07, 26.7, - -)	1192	"
	Kelecsényi Lajos Bp. Építők (579, 32.71, 25.5, - -)	1148	"
	Kátai Attila Bp. Építők (551, - - - -)	402	"
	Romhányi András BEAC (520, - - - -)	337	"
	Kovács Dezső BEAC (536, 33.47, 24.6, - -)	1161	"
	Pungor Imre Szombathelyi Haladás (581, - 25.7, - -)	892	"
	Vermes László Goldberger SE (525, 27.46, 23.7, - -)	1158	"
	Osztó József Goldberger SE (- 19.25, - - -)	50	"

Hármasverseny:

1.	Raáb Tibor (Szegedi Sportiskola)	(11.8, 12.31, 168)	1791	"
2.	Krasovetz Ferenc (Tipográfia)	(13.1, 10.71, 186)	1605	"
3.	Regényi János (Csepel SC)	(11.9, 10.69, 155)	1524	"
4.	Pásztor Attila (Szegedi Sportiskola)	(13.0, 12.38, 155)	1407	"
5.	Borbai Kálmán (DEAC)	(12.6, 11.78, 150)	1396	"
6.	Ötvös Péter (UTTE)	(12.7, 10.70, 160)	1390	"
7.	Magyar László (Ceglédi VSE)	(12.7, 11.85, 150)	1381	"
8.	Vértessy Miklós (BEAC)	(12.4, 10.95, 150)	1378	"
9.	Bálint András (MAFC)	(13.1, 12.63, 150)	1363	"
10.	Herold György (Tipográfia)	(12.9, 12.00, 150)	1352	"
11.	Korompai Péter (Dorogi Bányász)	(13.4, 12.49, 150)	1301	"
12.	Orzó László (Bp. Vörös Meteor)	(13.2, 9.02, 171)	1299	"
13.	Pákay Péter (BEAC)	(13.1, 11.20, 155)	1294	"
14.	Herz László (Bp. Honvéd)	(13.2, 9.16, 168)	1276	"
15.	Nádai Attila (Bp. Építők)	(12.7, 10.14, 150)	1262	"
16.	Bercsányi Csaba (FTC)	(12.7, 8.82, 155)	1222	"
17.	Zborai András (Vasas SC)	(13.1, 11.07, 145)	1205	"
18.	Szabó Miklós (Bp. Honvéd)	(12.8, 9.42, 150)	1194	"

19.	Berényi József (Nyiregyh. VSC)	(13.3, 10.59, 150)	1182	pont
20.	Szabó Csaba (Nagyk. Bányász)	(12.9, 10.07, 145)	1173	"
21.	Tokaji János (Gödöllői MEDOSZ)	(12.6, 10.14, 135)	1158	"
22.	Laborecz László (Bp. Építők)	(13.3, 11.41, 140)	1156	"
23.	Jánosi Mihály (Vasas SC)	(13.3, 8.51, 160)	1138	"
24.	Rappai Nándor (VM Közért)	(13.2, 10.91, 140)	1137	"
25.	Mezőszentgyörgyi László (Szfv.Építők)	(13.2, 9.62, 150)	1134	"
26.	Köbölkuty Antal (Vasas SC)	(13.5, 12.31, 125)	1066	"
27.	Varga István (Bp. Spartacus)	(13.4, 10.18, 140)	1054	"
28.	Mészáros Béla (Ceglédi VSE)	(12.6, 8.67, 130)	1003	"
29.	Maxim Mátyás (Bp. MEDOSZ)	(14.1, 10.10, 145)	984	"
30.	Sámson Ferenc (Bp. MEDOSZ)	(13.8, 9.25, 140)	930	"
31.	Varga Gábor (GSE)	(13.0, 6.60, -)	523	"

N ó i :

Ötösverseny:

1.	Oó Erzsébet (Bp. Honvéd)	(11.93, 148, 27.3, 12.3, 527)	4070	"
2.	Somogyi Nándorné (U. Dózsa)	(9.80, 148, 27.0, 11.8, 528)	4013	"
3.	Németh Ida (U. Dózsa)	(8.67, 154, 26.2, 11.6, 492)	3998	"
4.	Weil Adámné (MTK)	(7.98, 146, 27.0, 13.4, 537)	3662	"
5.	Várkonyi Zsuzsa (MTK)	(8.95, 130, 27.7, 12.4, 464)	3435	"
6.	Benkovics Györgyi (BEAC)	(8.50, 125, 26.8, 12.3, 468)	3427	"
7.	Varga II. Szilvia (MTK)	(10.01, 130, 28.3, 13.3, 461)	3354	"
8.	Knapp Mária (FTC)	(8.18, 152, 30.6, 13.4, 471)	3335	"
9.	Munkácsi Antónia (MPSC)	(7.69, 125, 25.6, 13.4, 431)	3226	"
10.	Béres Ernőné (BEAC)	(8.50, 142, 29.8, 15.1, 482)	3153	"
11.	Krisztián Ilona (U. Dózsa)	(11.24, 125, 29.5, 14.7, 445)	3105	"
12.	Gyuricza Eszter (Törekvés)	(9.76, 144, 30.5, 14.7, 410)	3078	"
13.	Boros Zsuzsa (MTK)	(7.61, 125, 27.2, 16.5, 473)	2913	"
14.	Szedlák Borbála (Szolnoki MÁV)	(8.87, 135, 31.3, 16.8, 430)	2736	"
15.	Szita Izabella (GSE)	(10.01, 125, 32.0, 15.6, 421)	2722	"
16.	Kőfalvi Erika (Nagyk. Bányász)	(8.69, 125, 30.7, 14.9, 390)	2674	"
17.	Hagymási Erzsébet (GSE)	(7.84, 120, 30.4, 16.3, 383)	2416	"
18.	Czeiler Mária (Tipográfia)	(8.20, - 29.01, 14.5, 447)	2397	"
19.	Prógli Mária (GSE)	(7.03, 135, 33.3, 17.4, 415)	2391	"

Hármasverseny (ifjúsági):

1.	Bognár Judit (MTK)	(14.2, 13.69, 145)	2279	"
2.	Keresztes Mária (BEAC)	(14.1, 10.29, 155)	2174	"
3.	Miklós Dorottya (Bp. Honvéd)	(15.1, 12.08, 138)	1958	"
4.	Farkas Erzsébet (Szh. Haladás)	(14.6, 9.08, 147)	1918	"
5.	Beke Klára (Vasas)	(14.4, 8.42, 147)	1896	"
6.	Mikuss Judit (U. Dózsa)	(15.1, 13.40, 125)	1880	"
7.	Kertai Teréz (Csepel SC)	(14.3, 8.28, 145)	1877	"
8.	Vincze Erzsébet (Debrecen Bocskai)	(14.5, 9.70, 138)	1876	"
9.	Kisgyörgy Anikó (ZTE)	(14.8, 10.95, 134)	1873	"
10.	Szabó Róza (Bp. Vörös Meteor)	(15.1, 9.34, 145)	1844	"
11.	Jónás Ildikó (MPSC)	(13.4, 7.62, 134)	1839	"
12.	Gégény Ida (MTK)	(14.7, 8.44, 145)	1830	"
13.	Veszeli Piroska (Szh. Haladás)	(14.4, 8.45, 141)	1829	"
14.	Nemesfalvi Melinda (Szolnoki MÁV)	(14.6, 9.96, 130)	1780	"
15.	Biró Katalin (Vasas SC)	(14.8, 8.31, 138)	1722	"
16.	Rózsavölgyi Jánosné (BVSC)	(13.8, 8.80, 138)	1716	"
17.	Tárnyik Éva (MAFC)	(14.4, 8.31, 130)	1682	"

18. Magyar Katalin (Vasas SC)	(14.4. 8.70. 125)	1648	pont
19. Miklós Judit (Bp. Honvéd)	(15.8. 11.22. 125)	1640	"
20. Held Erzsébet (U. Dózsa)	(13.2. 6.10. 125)	1623	"
21. Sárközi Ilona (Bp. Vörös Meteor)	(13.9. 6.71. 120)	1487	"
22. Weismár Zsuzsa (Vasas SC)	(15.3. 7.05. 130)	1445	"
23. Szirmai Vera (MTK)	(14.2. 6.51. 120)	1421	"
24. Weismár Katalin (Vasas SC)	(15.3. 5.84. 120)	1198	"

Hármasverseny (serdülő):

1. Cseh Katalin (Szolnoki MÁV)	(14.7. 8.76. 145)	1856	"
2. Császi Katalin (Szolnoki MÁV)	(14.4. 8.41. 138)	1790	"
3. Krasznai Gabriella (Csepel SC)	(14.4. 8.23. 138)	1775	"
4. Császi Gizella (Szolnoki MÁV)	(14.2. 8.40. 134)	1770	"
5. Szabó Ildikó (FTC)	(13.7. 6.43. 141)	1767	"
6. Steitz Anna (Bp. Építők)	(15.4. 8.53. 147)	1760	"
7. Fekete Magda (MPSC)	(15.6. 8.62. 147)	1742	"
8. Ónódi Éva (Bajai Építők)	(14.5. 7.96. 138)	1738	"
9. Dusnoki Zsuzsa (BVSC)	(15.3. 9.76. 134)	1716	"
10. Egyed Mária (PVSK)	(14.2. 9.37. 120)	1660	"
11. Csere Zsuzsa (MTK)	(14.2. 6.37. 138)	1643	"
12. Kiskun Magda (Ceglédi Építők)	(14.6. 7.40. 134)	1626	"
13. Perecsényi Erzsébet (DEAC)	(14.9. 10.07. 120)	1609	"
14. Vermes Ildikó (BVSC)	(15.0. 7.83. 134)	1605	"
15. Bálint Mária (Bp. Építők)	(15.8. 8.02. 138)	1562	"
16. Dévai Katalin (Bp. MÁVAG)	(15.5. 9.60. 125)	1561	"
17. Stugner Judit (U. Dózsa)	(16.6. 11.34. 125)	1551	"
18. Papp Ilona (Dorogi Bányász)	(14.7. 8.00. 125)	1546	"
19. Irányossi Katalin (Vasas SC)	(15.3. 6.45. 134)	1442	"
20. Kárpáti Andrea (Nk. Bányász)	(15.2. 7.53. 125)	1436	"
21. Dámóczi Mária (Bp. Honvéd)	(15.2. 6.71. 130)	1428	"
22. Pár Mária (Bp. Vörös Meteor)	(14.8. 5.58. 130)	1377	"
23. Kósa Sarolta (NYVSC)	(14.4. 6.10. 120)	1353	"
24. Miklós Erzsébet (Bp. Honvéd)	(16.1. 8.37. 120)	1319	"
25. Dániel Zsuzsa (Előre SC)	(14.5. 5.75. 120)	1304	"
26. Maróti Katalin (BVSC)	(15.2. 5.83. 120)	1211	"
27. Boldizsár Piroska (Ceglédi Építők)	(14.3. 6.32. -)	926	"
28. Kriskó Judit (Ceglédi Építők)	(14.8. 6.48. -)	866	"
Varga Ilona (Vasas SC)	(16.6. - -)	210	"

5000 méteres csapatversenyben:

Egyéni:

1. Kovács József	MTK	14:10.6	p.
2. dr. Szabó Miklós	MAFC	14:15.0	"
3. Kovács Lajos	U. Dózsa	14:19.0	"
4. Hecker Gerhart	MAFC	14:30.2	"
5. Jeszenszky László	MTK	14:37.4	"
6. Dunai Károly	U. Dózsa	14:45.8	"
7. Kolozs Zoltán	U. Dózsa	14:55.8	"
8. Berta Hubert	MAFC	14:58.4	"
9. Sovák János	Bp. Honvéd	15:01.4	"
10. Pintér János	MAFC	15:05.0	"
11. Wittne László	MAFC	15:05.0	"

12. Uzsoki János	Csepel SC	15:08.2	p.
13. Kovács Imre	Bp. Honvéd	15:10.0	»
14. Teket Sándor	Bp. Honvéd	15:12.8	»
15. Kovács Zoltán	Bp. Honvéd	15:20.0	»
16. Béres Ernő	BEAC	15:25.0	»
17. Szőke Károly	Veszpr. Haladás	15:30.0	»
18. Andok Pál	Vasas SC	15:34.0	»
19. Szekeres Béla	MAFC	15:36.0	»
20. Markó Sándor	Vasas SC	15:38.0	»
21. Simon II. István	U. Dózsa	15:40.0	»
22. Fallmann András	Csepel SC	15:42.0	»
23. Pünkősty Árpád	Veszpr. Haladás	15:43.4	»
24. Horváth Miklós	Bp. Honvéd	15:44.0	»
25. Pallós Géza	Bp. Honvéd	15:49.0	»
26. Hornyik Imre	MAFC	15:50.0	»
27. Szinai Miklós	MAFC	15:52.0	»
28. Vas Endre	Csepel SC	15:54.8	»
29. Semberi István	BEAC	15:56.0	»
30. Géhl Andor	Bp. Honvéd	15:57.0	»
31. Rab József	MAFC	15:59.0	»
32. Rozgonyi Béla	Bp. Honvéd	16:04.0	»
33. Kun István	MAFC	16:06.0	»
34. Mak Attila	Bp. Honvéd	16:06.6	»
35. Fellner Oszkár	Csepel SC	16:07.0	»
36. Szabó Ambrus	BEAC	16:07.6	»
37. Papp Béla	Bp. Honvéd	16:08.0	»
38. Bujna Ferenc	Bp. Honvéd	16:08.6	»
39. Krajcsovics József	Vasas SC	16:09.6	»
40. Lassu József	Bp. Honvéd	16:10.6	»
41. Gergely Péter	MTK	16:11.0	»
42. Lenkei György	Veszpr. Haladás	16:12.0	»
43. Vizi Béla	Veszpr. Haladás	16:16.0	»
44. Hegedűs Lajos	Törekvés	16:20.0	»
45. Hornyák Ferenc	Törekvés	16:24.0	»
46. Nyögéri Imre	Törekvés	16:31.0	»
47. Vágó László	Vasas SC	16:33.0	»
48. Szimon Emil	U. Dózsa	16:37.0	»
49. Fellner Richard	Csepel SC	16:40.0	»
50. Kelemen Károly	U. Dózsa	16:43.0	»
51. Jászberényi József	Törekvés	16:43.4	»
52. Faragó Tibor	BEAC	16:47.0	»
53. Fazekas István	Bp. Honvéd	16:47.8	»
54. Valkony Ferenc	Törekvés	16:49.0	»
55. Bányai István	Vasas SC	16:50.0	»
56. Bendó József	MTK	17:12.0	»
57. Herczeg József	Bp. Honvéd	17:35.0	»
58. Szivós Sándor	Bp. V. Meteor	17:55.4	»
59. Lipcsey László	MAFC	17:56.0	»
60. Holló Zoltán	Törekvés	17:45.0	»
61. Sipos Péter	BEAC	17:53.0	»

Csapat:

1. MAFC (Szabó, Hecker, Berta, Pintér)	24 pont
2. U. Dózsa (Kovács, Dunai, Kolozs, Simon)	37 »
3. Bp. Honvéd (Sovák, Kovács I. Teket, Kovács Z.)	51 »
4. MAFC / B (Wittine, Szekeres, Hornyik, Szinai)	83 »

5. Csepel SC (Uzsoki, Fallmann, Vas, Fellner)	97 pont
6. MTK (Kovács, Jeszenszky, Gergely, Bendó)	103 »
7. Bp. Honvéd/B (Horváth, Pallós, Géhl, Rozgonyi)	111 »
8. Vasas SC (Andok, Markó, Krajcsovics, Vágó)	124 »
9. Veszpr. Haladás (Szőke, Püskösty, Lenkei, Vizi)	125 »
10. BEAC (Béres, Semberi, Szabó, Faragó)	133 »
11. Bp. Honvéd/C (Mak, Papp, Bujna, Lassu)	149 »
12. Törekvés (Hegedüs, Hornyák, Jászberényi, Nyögéri)	186 »

3000 m ifjúsági csapatverseny:

Egyéni:

1. Szetiványi Gergely	MAFC	8:56.2	p.
2. Percze Lajos	Bp. Honvéd	9:02.0	»
3. Szabó Sándor	MTK	9:10.2	»
4. Simon Dénes	MAFC	9:14.0	»
5. Benedek László	Vasas SC	9:14.6	»
6. Nagy Sándor	MTK	9:19.0	»
7. Pichler Gusztáv	MTK	9:19.0	»
8. Schirilla György	Vasas SC	9:19.6	»
9. Farkas János	Vasas SC	9:21.8	»
10. Bankós Gyula	MAFC	9:22.0	»
11. Bartyik László	MTK	9:23.8	»
12. Perneki Gábor	MAFC	9:24.4	»
13. Jaczó Győző	MAFC	9:24.8	»
14. Gyimesi Jenő	UTTE	9:29.0	»
15. Bodó Zoltán	UTTE	9:31.0	»
16. Jánosi Imre	Törekvés	9:35.0	»
17. Csuri István	MAFC	9:36.0	»
18. Gyimesi András	MTK	9:37.4	»
19. Holló István	UTTE	9:39.0	»
20. Somos László	MAFC	9:39.8	»
21. Johanek József	Szfv. MÁV	9:40.0	»
22. Rose Gábor	Vasas SC	9:40.0	»
23. Janzer Frigyes	Törekvés SE	9:44.0	»
24. Pákozdi Ferenc	Szfv. MÁV	9:46.0	»
25. Bencsik József	Bp. Vörös Meteor	9:52.0	»
26. Lantos I. László	Bp. Vörös Meteor	9:56.0	»
27. Elség Vilmos	MAFC	9:57.0	»
28. Kovács Attila	Bp. Honvéd	10:03.0	»
29. Katona Ferenc	Szfv. MÁV	10:05.0	»
30. Munkácsi Miklós	Törekvés	10:08.0	»
31. Lantos II. Lajos	Bp. Vörös Meteor	10:16.0	»
32. Zsiros Ferenc	Bp. Honvéd	10:16.0	»
33. Tóth István	Törekvés	10:20.0	»
34. Varga Zoltán	Vasas SC	10:25.0	»
35. Dobó István	Szfv. MÁV	10:25.8	»
36. Kóhalmi József	Bp. Vörös Meteor	10:55.0	»
37. Gargyán Vince	UTTE	10:58.0	»

Csapat:

1. MTK (Szabó S. Nagy, Pichler, Bartyik)	27 pont
2. MAFC/A (Szetiványi, Simon D., Bankós, Perneki)	27 »
3. Vasas SC (Benedek, Schirilla, Farkas, Rose)	44 »
4. MAFC/B (Jaczó, Csuri, Somos, Elség)	77 »
5. UTTE (Gyimesi, Bodó, Holló, Gargyán)	85 »
6. Törekvés (Jánosi, Munkácsi, Janzer, Tóth)	102 »

1958. évi bajnoki pontverseny végeredménye.

1. Ujpesti Dózsa	1.664	p.	38. Szegedi Spartacus	51	p.
2. Vasas SC	1.250	"	39. Győri Dózsa	48	"
3. Bp. Honvéd SE	1.156	"	Bajai Építők	48	"
4. MTK	1.057	"	41. Szegedi Sportiskola	42	"
5. TFSE	652	"	42. Pécsi Dózsa	38	"
6. BEAC	552	"	43. DEAC	33	"
7. MAFC	530	"	44. Goldberger SE	30	"
8. Csepel SC	380	"	45. Székesfehérvári MÁV	27	"
9. Előre SC	323	"	46. Tapolcai IAC	26	"
10. BVSC	310	"	47. Ózdi VTK	24	"
11. Törekvés SE	261	"	48. Jászberényi Vasas	20	"
12. Bp. Építők	228	"	VM Közért	20	"
13. Békéscsabai MÁV	193	"	Orosházi Kinizsi	20	"
14. Győri Vasas ETO	188	"	51. BRESC	19,5	"
15. Tatabányai Bányász SC	179	"	52. Ceglédi VSC	16	"
16. Tipográfia TE	166	"	53. Bp. MEDOSZ	13	"
17. Nagykanizsai Bányász	163,5	"	Veszprémi Halad. Petőfi	13	"
18. FTC	152	"	55. XX. ker. Petőfi	10	"
19. UTTE	149	"	56. I. sz. ITSK	9	"
20. PVSK	145,5	"	Albertirsai VSC	9	"
21. Bp. Postás	139	"	Kisujszállási MÁV	9	"
22. Szolnoki MÁV	131	"	Kkfélegyházi MÁV	9	"
23. Debreceni Építők	130	"	60. Nagykanizsai VTE	8	"
24. DVTK	124	"	Debreceni Bócskai	8	"
25. MPSC	121	"	62. Hatvani VSC	7	"
26. Bp. Spartacus	119	"	Nagykőrösi Kinizsi	7	"
27. Bp. Vörös Meteor	114,5	"	Kaposvári Dózsa	7	"
28. Bp. MÁVAG	109	"	Zalaegerszegi TE	7	"
29. Szombathelyi Haladás	93,5	"	66. Gyöngyösi Bányász	6	"
30. Bp. Petőfi	79	"	67. Szegedi EAC	5	"
31. Nyiregyházi VSC	77	"	Mohácsi TE	5	"
32. Egri SC	76	"	69. Dorogi Bányász	4	"
33. Szegedi VSE	75	"	70. Hatvani Kinizsi	3	"
34. Gyulai MEDOSZ	73	"	Gyöngyösi VSE	3	"
35. Testvériség	60	"	72. Salgótarjáni Bányász	2	"
36. Szegedi TC	59	"	73. Alsógödi Petőfi	1	"
37. Szekszárdi SC	52	"	74. Makói MÁV	0,5	"

Az 1958. évi Egyesületi Bajnokság rangsora a IV. forduló után.

1. Ujpesti Dózsa	154.140	14. Debreceni EAC	80.589
2. Bp. Honvéd	148.287	15. Nyiregyházi VSC	76.636
3. Vasas SC	143.015	16. Szegedi VSE	75.449
4. MTK	133.329	17. Győri Dózsa	75.111
5. Győri Vasas ETO	104.970	Diósgyőri VTK	75.111
6. Csepel SC	103.621	19. UTTE	74.650
7. BEAC	100.087	20. Pécsi VSK	74.110
8. Tatabányai Bányász	95.076	21. FTC	70.790
9. Bp. Építők	95.041	22. Szombathelyi Haladás	70.030
10. Bp. Vörös Meteor	94.041	23. Gyulai MEDOSZ	69.841
11. Bajai Építők	90.556	24. Törekvés SE	69.111
12. Debreceni Építők	86.754	25. TFSE	69.055
13. Szolnoki MÁV	86.626	26. Tipográfia TE	68.838

27.	Pécsi Dózsa	67.749	81.	Decsi KSK	25.536
28.	Szekszárdi SC	64.540	82.	Szegedi EAC	24.870
29.	Pécsi EAC	62.822	83.	Hatvani Kinizsi	24.641
30.	MAFC	62.564	84.	Székesfehérvári Petőfi	23.670
31.	Budapesti VSC	61.659	85.	Egri SC	23.374
32.	Előre SC	59.044	86.	Sióagárdi KSK	23.288
33.	Nagykanizsai Bányász	56.871	87.	Bp. Postás	22.374
34.	VM Közért	56.633	88.	Debreceni ASE	22.197
35.	Magyar Pamutipar SC	56.150	89.	KKfélegyházi Építők	21.040
36.	Salgótarjáni ÜMSE	55.081	90.	Hatvani VSE	20.701
37.	Ózdi VTK	53.179	91.	Nagykőrösi Kinizsi	20.470
38.	Salgótarjáni SE	51.538	92.	Simontornyai BTC	19.635
39.	Orosházi Kinizsi	51.404	93.	Barcsi Hunyadi VSK	19.145
40.	Vasas Hubertusz	50.788	94.	Szolnoki ITSK	18.977
41.	Zalaegerszegi TE	50.658	95.	Salgótarjáni Bányász	18.932
42.	Debreceni GÖCS Vasas	50.609	96.	Hatvani Gimnázium	17.699
43.	Goldberger SE	48.346	97.	Miskolci EAFC	17.095
44.	Pécsi Postás	48.144	98.	Magyaróvári MOGAAC	16.586
45.	Kecskeméti TE	46.781	99.	Móri Bányász	15.792
46.	Bp. Szpartakusz	45.106	100.	Debreceni Honvéd	15.745
47.	Nagykanizsai VTE	42.264	101.	Órmosbányai SK	15.382
48.	Bp. MÁVAG	41.955	102.	Kárcagi MEDOSZ	14.942
49.	Debreceni Bocskai	41.258	103.	Albertirsai VSE	14.626
50.	Marfői MSE	40.896	104.	Délbudai Spartacus	14.383
51.	Székesfehérvári MÁV Előre	40.508	105.	Komáromi MÁV Textiles	13.878
52.	Gyöngyösi Bányász	39.965	106.	Kaposvári Hunyadi VSK	13.181
53.	Makói MÁV	39.877	107.	KKfélegyházi ITSK	12.971
54.	Békéscsabai MÁV Bocskai	38.598	108.	Siófoki MÁV Olajmunkás	12.544
55.	Békési MÁV TE	36.618	109.	Kkhalasi Kinizsi	12.325
56.	Veszprémi Haladás-Petőfi	35.623	110.	Soproni MEDOSZ	11.883
57.	Bátaszéki VSK	35.533	111.	Bükkaljai Bányász	11.037
58.	Pécsi Ped. Haladás	35.100	112.	Debreceni VSC	11.016
59.	Kaposvári Petőfi	34.899	113.	113. sz. ITSK	10.612
60.	Szarvasi MEDOSZ	34.179	114.	Dunaföldvári SE	10.444
61.	Szegedi Textiles Club	33.752	115.	BRESC	10.387
62.	Kőszegi NPÁSE	33.431	116.	Mikolci Pedagógus	9.188
63.	Tapolcai MÁV IAC	33.261	117.	Gödöllői MEDOSZ	9.162
64.	I. sz. ITSK	32.101	118.	Kisujszállási MÁV TE	8.964
65.	Kaposvári Dózsa	32.074	119.	Soproni FAC	8.935
66.	Bp. Petőfi	31.208	120.	KKfélegyházi Honvéd	8.791
67.	Székesfehérvári Vasas	31.127	121.	Füzfői ITSK	8.294
68.	Szegedi Sportiskola	30.975	122.	Gödöllői ASE	8.246
69.	Szegedi Spartacus	30.770	123.	Sztalinvárosi Vasas	8.028
70.	XX. ker. Petőfi	29.310	124.	Mátészalkai TK	7.953
71.	Dorogi Bányász	29.216	125.	Dunakeszi Magyarság	7.814
72.	Gyöngyösi VSE	27.099	126.	Balassagyarmati MEDOSZ	7.174
73.	Ceglédi VSE	27.080	127.	Székesfehérvári Spartacus	7.065
74.	Egyetértés SC	26.846	128.	Szihelyi V. Meteor	7.002
75.	Mohácsi TE	26.808	129.	Gyomai MÁV Fáklya	6.860
76.	Jászberényi Vasas	26.185	130.	Siketek SC	6.626
77.	Székesfehérvári Építők	25.961	131.	Csepeli Papír	6.028
78.	Soproni MAFC	25.750	132.	Balatonfüredi Gimnázium	5.335
79.	Nyírbátori FSK	25.597	133.	Bp. MEDOSZ	5.059
80.	KKfélegyházi Reménység	25.555	134.	Testvériség SE	4.781

135.	Salgótarjáni ITSK	4,716	147.	Keceli KSK	1,603
136.	Pápai Textiles	4,646	148.	Zalaszentgróti MEDOSZ	1,548
137.	Ceglédi Építők	4,480	149.	Komlói Bányász	1,170
138.	Székkutasi Traktor	4,032	150.	Csorvási FSK	879
139.	Csurgói Petőfi	3,773	151.	Rozsályi FSK	800
140.	VKSE	2,625	152.	Kecskeméti Spartacus	753
141.	Besenyőtelki KSK	2,135	153.	Szegedi Ifj. Gárda	628
142.	Alsógödi Petőfi	1,908	154.	Perecesi ITSK	555
143.	Bonyhádi MTE	1,821	155.	Bp. Dinamó	444
144.	Vámospércsi FSK	1,802			
145.	Celldömölki VSE	1,698			
146.	Miskolci VSC	1,624			

Felelős szerkesztő: Farkas Pál

Szerkeszti a Szerkesztőbizottság: Nyirő György, dr. Sir József, Tompay Olivér, Szabó István

Felelős kiadó: Sport Lap- és Könyvkiadó igazgatója

Sport Kiadó Sokszorosító Üzeme

Felelős a vállalat igazgatója