

ATLETIKAI

Híradó

58



Atlétikai híradó

VII. ÉVFOLYAM A MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA 1963. ÉV 11-12. SZÁM

a BUDAPESTI ATLÉTIKA helyzete

/Részletek Koltai Lászlónak, a Budapesti Atlétikai Szövetség elnökének 1963. december 15-én, a Budapesti Atléta Értekezleten tartott beszámolójából./

"A mai atléta-értekezletünk közvetlenül olyan időszak után került sorra, amikor a magyar sportmozgalomban jelentős és mélyreható változások, mondhatni utolsó felvonása zajlott le. A sportköri, egyesületi küldött értekezletek, a területi konferenciák után tegnap fejeződött be az MTS kongresszusa és ezzel létrejött a sport új tömegszervezete - a Magyar Testnevelési és Sport Szövetség - amely szerv a Magyar Népköztársaság alkotmányának szellemében összefogja és irányítja a sportegyesületek és sportszervezetek tevékenységét, biztosítja a sportmozgalom anyagi erőinek célszerű felhasználását, elősegíti a sportszakemberek eredményes működését.

Mi tette szükségessé a sportéletünkben történt változást?

Társadalmunk egészében jelentős fejlődésen ment keresztül. Fejlődött gazdasági alapja és ennek megfelelően kulturája és sportja. Ezért szükségszerűen előtérbe került a sportmozgalom tartalmi és szervezeti kereteinek megváltozása, hogy előnyösebben hasson vissza a gazdasági élet fejlődésére.

Szocialista társadalmunk fejlődésében elérkeztünk oda, hogy a sportmozgalmat széles társadalmi alapokra fektessük. Megérték a feltételek a sport-tömegszervezetek létrehozására, a korábban állami feladatként kezelt sportmozgalom társadalmiasítására. A tömegszervezeti keretek megadják a lehetőséget a sportmozgalom kiszélesítésére, jobban kibontakozhat az egyesületek és a tagjaiban rejlő kezdeményezés és a mozgalom tartalmában mind inkább meg tud felelni a szocialista sport követelményeinek.

Csak ilyen keretek között válhat a sportmozgalom széles társadalmi tevékenységgé, hiszen a sport kedvezően hat az emberek egészségre, munkakészségére s ez is segíti a szocialista társadalom mielőbbi teljes felépítését.

Nézzük meg közelebbről a sportági szövetségek helyzetét az új szervezetben és szerepüket a sportmozgalom továbbfejlesztésében.

Az MTS-ben is megmaradtak és jelentős szerepet töltenek be a sportszövetségek. Tevékenységüket az MTS keretében fejtik ki és mint az MTS szakmai tanácsadói és végrehajtó szervei működnek.

A sportszövetségek is - a sportegyesületekhez hasonlóan, hagyományaiknak megfelelően - megtartják nevüket és továbbra is azokat a feladatokat látják el, mint korábban, de bizonyos változtatásokkal.

Megrendezik a bajnoki és nemzetközi versenyeket, elkészítik a sportág programját, versenynaptárát, válogatott csapatokat készítenek fel, segítséget adnak a szakosztályok működéséhez, játékezerőket, versenybírákat képeznek ki és tevékenységükkel hozzájárulnak sportágunknak mind tömegeiben, mind minőségében való fejlesztéséhez.

Kettős feladatot látnak el: szakmai tanácsadó és végrehajtó szervek. A szakmai tanácsadás keretében összegyűjtik a sportág fejlesztésére vonatkozó javaslatokat, keresik, kutadják a legjobb lehetőségeket és a javaslatokat a megfelelő területi MTS vezető szervei elé terjesztik elfogadásra. Határozatra a területi MTS emeli a szövetségek pedig a továbbiakban mint végrehajtó szervek gondoskodnak maguk területén a határozatok végrehajtásáról.

Sportmozgalmunkban a szövetségek munkája az MTS megalakulásával nem kisebbedett, sőt az eddiginél jelentősebb szerepet fog betölteni.

Tíz hónappal ezelőtt az újjáalakult Budapesti Atlétikai Szövetség összehívta Budapest atlétikai szakembereit, társadalmi munkásait, versenybíráit, edzőit és a maihoz hasonló értekezleten értékelte az 1962. évi munkáját, ismertette a Szövetség 1963. évi programját.

Azóta eltelt egy év, végetért az 1963. évi atléta versenyyidény. Készülnek a különböző rangsorok, értékelések, amelyek - a számok tükrében - statisztikai adatokban mutatják meg az 1963. évi eredményeit: hol fejlődésről, hol esetleg visszafejlődésről tesznek tanúságot.

A budapesti atlétika 1963. évi értékelését néhány összehasonlító adattal kívánom kezdeni.

Az 1962. évben a Budapesti Atlétikai Szövetség nyilvántartott

38 társadalmi atlétikai szakosztályt,
9 iskolai /ipari tanuló/ intézet atlétikai szakosztályát és
10 sportiskolai atlétikai szakosztályt.

Ezekben a szakosztályok által adott minősítési adatok alapján

29 érdemes,

188 I. osztályú,

708 II. osztályú

1212 III. osztályú és

875 serdülő minősítésű eredményt értek el az atléták. Ez azt jelenti, hogy 1962-ben Budapesten 3012 sportoló ért el atlétikai minősítést a szakosztályokban.

Az 1963. évben

39 társadalmi atlétikai szakosztályt,

35 iskolai /ipari tanuló/ atlétikai szakosztályt és

12 sportiskolai atlétikai szakosztályt tartottunk nyilván. Tanát az atlétikai szakosztályok száma 29-el emelkedett.

A minősítést elért versenyzők létszáma 1963-ban 3100 volt, ami kb 100-as emelkedést jelent. Ezen belül emelkedett az érdemes és I. osztályú minősítésű versenyzők létszáma.

Mindezekből mégis azt kell megállapítanunk, hogy a budapesti atlétika fejlődése nem volt sem minőségben, sem mennyiségben kielégítő. A fejlődés ilyen ütemével - habár túlhaladta az 1962-es és az azt megelőző évek kereteit - Szövetségünk korántsem lehet elégedett.

Az 1963. év munka-értékelését azzal kezdem, hogy visszatérek az 1963. februári atlétikai értekezleten ismertetett programhoz, amely Szövetségünk 1963. évi feladatait és terveit tartalmazta.

Jelenthetem, hogy a Budapesti Atlétikai Szövetség 1963. évi programjában foglaltakat végrehajtotta. Azt a célt, amit magunk elé tűztünk, elértük és igen sok területen jelentős lépést tettünk előre.

Milyen eredményeket tud felmutatni Szövetségünk?

Első, igen jelentős előrelépés volt a vezetés színvonalának emelése - és ezzel együtt a szervezeti élet megvalósítása, továbbá erősítése. Vezetésük kollektív vezetése volt. Elnökségünk - a tagok egyéni véleményének meghallgatása után - hozta meg határozatait, melyek ezután az elnökség minden tagjára kötelezővé váltak.

A szövetségünk által létrehozott szakbizottságok munkájáról nem tudunk teljes értékű eredményt felmutatni, mert a bizottságok tagjainak nagymértékű passzívítása akadályként szerepelt.

Bizottságaink közül ki kell emelni az edző-, propaganda és a szervezési-, valamint a fegyelmi bizottságot, melyek az 1963. évben jó munkát végeztek.

Jónak kell értékelni a versenybíró bizottság munkáját is, de ennél a bizottságnál találkozhattunk legtöbbször a munka iránti részvétlenséggel.

Gazdasági bizottságunk - rajtuk kívül álló okok miatt - nem tudott jobb munkát végezni. A versenyek rendezése terén mutakozó feladatukat sikeresen oldották meg.

A technikai bizottság alkalomszerűen végezte munkáját. Hibaként kell megállapítani, hogy az elnökség nem bízta meg konkrét feladatokkal.

Női bizottságunk volt az egyetlen, mely elsősorban vezetőjének betegsége, majd lemondása következtében nem működött.

Bizottságaink 1963. évi munkáját tehát pozitívan értékeljük, de meg kell állapítanunk, hogy még igen sokat kell tenni azért, hogy szövetségünk munkájában feladataikat ellássák és valóban operatív szövetségi szervekké váljanak.

Előrehaladást értünk el a szakosztályokkal való kapcsolat terén. Javult a szakosztályok szövetségi képvisellete. Az intézői hiányok pótlására intézői tanfolyamot tartottunk, de a tanfolyamot végzetek közül még kevesen kapcsolódtak be a szakosztályok munkájába.

A versenybírói utánpótlás biztosítására alapfoku versenybírói tanfolyamon 29 új versenybíró képeztünk ki, akiknek nagyobb része be is kapcsolódott a bírói munkába. Ezzel természetesen nem oldódott meg a versenybírói probléma, e téren még komoly erőfeszítéseket kell tennünk!

Elmúlt évi munkánk egyik legfontosabb és legjelentősebb szervezeti változása a körzeti atlétikai szövetségek létrehozása volt. Az elmúlt idény tapasztalatai azt bizonyították, hogy szövetségünk ilyenirányú javaslata helyes volt és a budapesti atlétika jelenlegi helyzetében ez a megoldás jobbnak bizonyult.

A körzeti szövetségek munkája - az anyagi nehézségek ellenére is - jónak mondható. A körzeti bajnokságok színvonalban és külső-segélben fejlődést jelentettek.

A körzeti szövetségi rendszer csak átmeneti megoldás. De az atlétikai szakosztályok a minősített versenyzők és az atlétikában dolgozó társadalmi munkások számát tekintve, ezt a szervezeti formát tartjuk jelenleg legalkalmasabbnak.

Kerületeink többségében az önálló kerületi atlétikai szövetség életképességének még nincs kellő alapja.

Létrehoztuk és - ha kis mértékben is, de - működtettük a Budapesti Ifjúsági és Utánpótlás kereteket. Mindkét válogatott részt vett egy-egy vidéki viadalon és bár anyagiilag biztosított volt, kellő ellenfelek hiányában a másik két viadalt nem tudtuk megrendezni.

Megjelentettük és kiadtuk a Budapesti Atlétikai Híradót, mely a Szövetség és az egyesületek közötti kapcsolatot javította, továbbá segítette a vezetés és végrehajtás munkáját.

Az 1963. évi budapesti bajnoki versenyek minden szempontból az előző évi hasonló versenyek fölé emelkedtek. A rendezés színvonala, annak külső körülményei és a díjazás is javult.

Igen komoly az a fejlődés, amely az atlétikai versenyrendszer értékelésében, illetve eredményeinek időben történő közlése terén 1963-ban történt. Az egyesületi bajnoki versenyek pontversenyének állása a versenyek megrendezése után 24 órával nyilvánosságra került, a Szövetség helyiségében kifüggesztettük és 4 napon belül a sportasajtó rováon közzé is tettük.

A különböző szakosztályokban és csoportokban való értékelés általános vélemény szerint helyes volt. Az eredmények gyors értékelése és közlése a szakosztályok fokozott érdeklődését váltotta ki.

Az egyesületek által rendezett versenyek színvonalasabbak voltak, de még mindig nem lehetünk velük elégedettek. Igen sok még a tennivaló e téren.

1963-ban Szövetségünk egy-két esettől eltekintve, három hetes programot tudott adni az elkövetkezendő versenyekre.

Az év tavaszára tervezett versenybírói előadást és vitasorozatot lebonyolítottuk.

A második félévben rendszeressé tettük a versenybírák havi értekezletét, melyeken értékeltük az 1963. évi versenybíráskodás helyzetét, elképzeléseinket és terveinket a jövőbeni versenybírák képzésével kapcsolatban. Javult a versenybírák érdeklődése, többen jelentek meg az értekezleteken.

A programunkban szereplő edző-továbbképzés terén félsikert értünk el. Részben nem tarthattuk meg a tervezett értekezleteket, részben pedig edzőink nem tanúsítottak kellő érdeklődést a tapasztalatcserék iránt.

Nem foglalkoztunk eleget a szakosztályokkal, nem volt kielégítő a segítségadás és munkájuk ellenőrzése, bár Elnökségünk többször foglalkozott e kérdéssel.

A szövetségi munka értékelése után rátértek a budapesti atlétikai életre, szakosztályaink és szakembereink munkájára.

A budapesti atlétika nagyjából a magyar atlétikát is jelenti, mert színvonalát többségében Budapest adja. Ha azt állítjuk tehát hogy a magyar atlétika összességében lemaradt a nemzetközi színvonalától, ugyanezt kell mondanunk a budapestiről is. Eppen ezért a budapesti atlétika fejlődése nélkül nem fog tudni kiemelkedni.

A fejlődés érdekében elsősorban szorosabb szakmai kapcsolatot kell kiépíteni a Magyar Atlétikai Szövetségnek és szerveinek a Budapesti Atlétikai Szövetséggel.

Elnökségünk úgy látja, hogy a 86 atlétikai szakosztály és az abba leigazolt 3100 minősített versenyző nem biztosítja azt a széles alapot, amelyre szükségünk lenne, hogy a megnövekedett követelményű világsszínvonalat elérhessük. A szakok törvénye alapján szélesebb alapokból szélesebb minőségi gárda és magasabb szintű minőségi eredmények elérése várható. Ez az első lépés a felemelkedés útján.

Eppen ezért nem tartjuk megnyugtatónak a középiskolai és iparitanuló szakosztályainkban folyó munkát, e szakosztályok működését, sőt e szakosztályok létszámát sem. Aggasztó, hogy 1963-ban az EB-ben mindössze két középiskolai fiú és egy középiskolai leány szakosztály vett részt. Az iparitanuló szakosztályoknál egyik nemnél sem érte el a résztvevő szakosztályok száma a négyet. Ehhez még hozzájárult az ugynevezett "középiskolai intézkedés" is, amely - megmondhatjuk őszintén - lassan a társadalmi atlétikai szakosztályok elnéptelenedéséhez vezetett.

Fejlődés volt tapasztalható az egyesületek szakosztályainak 1963. évi munkájában. Ez azonban nem felelt meg az atlétika európai szintű fejlődésének. Még a legnagyobb szakosztályoknál sem lehetünk elégedettek a vezetőségek irányító és ellenőrző munkájával. A szakosztályvezetők nem támasztanak megfelelő követelményeket az edzőkkel szemben. Sok szakosztályban nem is beszélhetünk szakosztály "vezetőségi" munkáról, mert csak egy olyan személy van, aki vezetőségi munkát végez.

Az elmúlt két hétben negyven budapesti szakosztályban végeztek a szövetség aktívai tájékoztató jellegű ellenőrzést. Megállapították, hogy az előbbieket a valóságos helyzetnek megfelelőek. Sok szakosztályban nincs vezető, vagy ha van, csak papíron. Több szakosztálynak nincs szövetségi képviselője /intézője/, vagy ha van, nem vesznek részt a szövetségi munkában s így nincs meg a megfelelő kapcsolat a szakosztály és a szövetség között.

Ellenőreink megállapítása szerint csak kevés szakosztályban található szakmai irányító munka. Ez pedig az előrehaladás nélkülözhetetlen eszköze.

Budapestben, 1963-ban, 150 edző kötött edzői szerződést, ami azt jelenti, hogy egy edzőre kb. 20 minősített versenyző jut.

Ezen belül egy-egy edzőre másfél érdemes, illetve I. osztályú versenyző esik. Ez az arány bizony eléggé alacsony, ez pedig atlétikánk gyengeségét bizonyítja. Más megfogalmazásban: minőségileg gyenge az edzői munka, ha a nem oly magas I. osztályú szintre csak ilyen kevés atlétát hozhattak fel. Szakmai munka területén tehát nincs minden rendben. A sok, jól dolgozó és edzői munkáját lelkiismeretesen ellátó edzőnk mellett bizony találhatunk még sok olyan edzőt, akik munkájukat nem végzik megfelelően.

Az előrehaladás gátjaként kell megemlíteni a korszerű felkészítés hiányát is. Az élet minden területén hatalmas léptekkel halad előre a tudomány, óriási a fejlődés az atlétikai edzőmunkában, annak terjedelmében és intenzitásában azonban - ahol lényegesen lassabb iramú a fejlődés, mindez nem tapasztalhatjuk. A szakmai munka megjavításával, a korszerű felkészülési elvek alkalmazásával, annak a gyakorlatba való helyes átültetésével érhetjük el az eredményekben való lényeges fejlődést. De bátran ki kell jelenteni, hogy a kísérletezéstől sem szabad visszariadni, új módszereket kell ki-

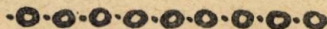
próbálni. Egyszóval: keresni lehet és kell is a jót, a még jobbat.

Voltak és vannak atlétaedzők, akik az elmúlt évben jó, sőt mondhatni kiváló munkát végeztek, munkájukat új csucok, bajnokságok jelzik. Jó munkájukért köszönetet mondunk és kérjük, továbbra is legyenek a többiek példaképei. De a megkezdett úton tovább kell haladni...

Hogyan állunk a budapesti atlétikai létesítményekkel?

A szakmai munkát két időszakra kell osztani: a nyári versenydínyre és a téli alapozó munka idejére. Áprilistól októberig megfelelő mennyiségű szabadtéri pálya áll rendelkezésünkre. Az alapozó munkához azonban nincs elegendő tornaterem és fedettpálya.

Egy-két jól kezelt pálya kivételével a többi elhanyagolt és csak a versenyekre hozták valahogyan rendbe."



F. WILF *Edzésanyag* **MANIER-D MATYUSCHEWSKI**

Legjobb eredményei: 100 m: 10.8, 200 m: 22.4, 400 m: 47.9, 800 m: 1:46.9, 1500 m: 3:44.8. - Az 1960-as olimpia 800 méteres síkfutás döntőjének résztvevője. 1962-ben 800 m-en Európa-bajnok. Elismert "nagyágyú". Edzője Ewald Maertens. - 1939. november 2-án született, magassága 176 cm, testsúlya 63 kg. Eredményeinek fejlődése 1956 óta:

	100 m	200 m	400 m	800 m
1956	12.0	—	—	2:06.8
1957	11.4	23.5	51.0	1:57.3
1958	10.8	23.2	49.5	1:52.7
1959	10.9	22.4	48.8	1:48.9
1960	11.0	22.5	47.9	1:46.9
1961				1:48.9
1962				1:48.2

Edzés-beosztása:

/Az egyes futások közötti pihenő alatt joggolás, hacsak valami mást nem irányoztak elő. A futás mindig salakon történik az u.n. általános állóképességeket kivéve, melyeket terepen végez./

1960 január:

1. A futási napok száma 13, a külső hőmérsékletre és a salakpálya állapotára való tekintettel. Gyorsasági munka 3 nap, 3.5 mf. Speciális állóképesség: 8 nap, 28.5 mérföld. Általános állóképesség: 2 nap, 10 mérföld. Kiegészítés a futóedzésekhez: uszás 8 alkalommal.

2. Tornatermi munka: 8 nap, naponként 2 óra /gimnasztika, erőgyakorlatok/.

3. Szűzés: 7 nap, kb 110 mérföld.

4. Pihenés: 3 nap.

Gyorsasági munka, első minta: 18x110 y repülőrajttal 13.5-13 mp-es, kétszer kilences sorozatban. Közben 1.5 - 1 perc pihenő. Gyorsasági munka második minta: 6x33 y repülőrajttal idő nélkül, 6x55 y repülőrajttal idő nélkül, 8x110 y repülőrajttal, 13.5-13 mp-es, az utolsó 11.6 mp.

Speciális állóképességi munka első minta: 20x220 yard repülőrajttal 33-31 mp. Ezt nem bontották fel sorozatokra. Pihenő 1 perc.

Speciális állóképességi munka második minta: 18x220 yard repülőrajttal, hatos sorozatokban, összesen három sorozat, 32-29 mp-es időekkel, másfél perces pihenőkkel.

Általános állóképességi munka: fartlek másfél órán keresztül, melyben a bemelegítés és levezetés is szerepel /440 yard-1100 yardos távolságokon/.

Edzés-terv 1960 március hónapra.

1. A futóedzés mennyisége 18 nap. Gyorsasági munka 4 nap, 4.5 mérföld. Speciális állóképességi munka 8 nap, 21 mérföld. Általános állóképességi munka 6 nap, 28 mérföld. Kiegészítés futóedzésekhez: 8 alkalommal uszás.

2. Tornatermi edzés: /mint januárban/ 2 nap.

3. Szűzés /sérülés miatt/ március 10-17-ig.

4. Pihenő: 8 nap.

Gyorsasági munka első minta: 110 yard repülőrajttal, mint januárban, 13-12.5 mp között, utolsó 110 yard 11.2 mp alatt. Pihenő 1 perc.

Gyorsasági munka második minta: 5x220 y két sorozatban, repülőrajttal, 27.1-26.8 mp alatt. Pihenés 2 perc gyaloglás.

Gyorsasági munka harmadik minta: 6x33 y idő nélkül, 6x55 y idő nélkül, 8x150 y idő nélkül /közel a maximumhoz/.

Speciális állóképességi munka első példa: 8x110 yard 13-12 mp. Pihenés 1 perc. 8x220 yard négyes sorozatokban, pihenés 2 sorozat között 4 perc 28-25 mp közötti időkel. Pihenés másfél perc.

Speciális állóképességi munka második példa: 5x440 yard, 58, 55, 54, 54, 53 mp alatt, pihenés 3-4 perc.

Sajátos állóképességi munka harmadik minta: 15x22 yard 3 sorozat, 28-26.5 mp idővel. Pihenés másfél perc. A sorozatok közötti pihenő 3-4 perc. Az utolsó 220 yard 23.1 mp. alatt.

Általános állóképességi munka: fartlek, mint januárban, kb. másfél órán keresztül.

Az 1960-as olimpia előtti edzés.

Augusztus 20: atlétikai verseny, 3x200 m /előfutam, középfutam, döntő/.

Augusztus 21: utazási nap, este 30 perc gimnasztika.

Augusztus 22: reggel 6x330yard repülőrajttal 42.5-42.1 mp alatt. 2 perc pihenő. Délután 4x110 yard repülőrajttal 10.6-10.4 mp idővel. Pihenés 110 yard gyaloglás.

Augusztus 23: reggel 2 óra könnyű gyaloglás. Délután kenuzás.

Augusztus 24: reggel 6x110 yard 12.5 mp, pihenés 20 mp. és 6x220 yard repülőrajttal 28-27.5 mp-es. Pihenés 30 mp. Délután 4x110 yard 11.5-10.5 mp. Pihenés 30-40 mp.

Augusztus 25: reggel pihenés. Délután 3x440 yard 49.4-49.6-50.0 mp. Pihenés 7-8 perc.

Augusztus 26: reggel 40 p könnyű fartlek. Délután pihenés, kenuzás.

Augusztus 27: reggel 30 perces gimnasztika. Délután 10x110 yard repülőrajttal 10.5-10.0, 10.6, 10.1, 10.8, 10.3; 10.9, 10.4 10.9, 10.7 mp. Pihenés, gyaloglás vissza 110 yard.

Augusztus 28: pihenés /utazás Rómába/.

Augusztus 29: reggel 2 mérföld bemelegítés /joggolás/. Délután 6x220 yard 28 mp. Pihenés 1 perc.

Augusztus 30: reggel 2 mérföld bemelegítés /joggolás/. Délután 10x110 yard 13 mp. Pihenés 60 mp.

Augusztus 31: reggel 800 m előfutam, melyben harmadik 1:51.0 mp-es idővel. Délután 800 m második futam 1:48.1-es idővel harmadik.

Szeptember 1: 800 m elődöntő, 1:47.4-es idővel harmadik.

Szeptember 2: 800 m döntő, 1:52.0 mp-es idővel hatodik.

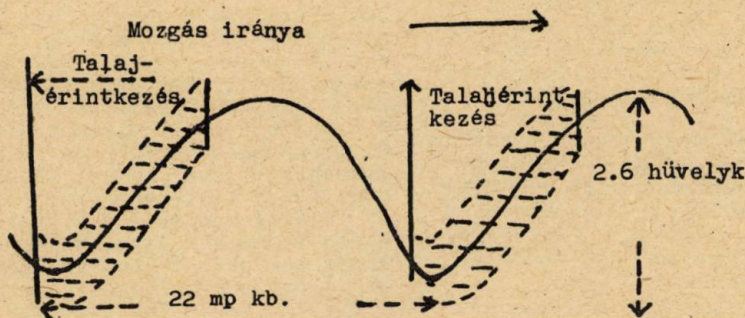
Az atlétikai technika lényeges részlete a forgás

Ez az értekezés egy cikksorozat második része. Az első cikkben tárgyalt egyes elveket használja fel a szerző annak megvizsgálására, hogy milyen módon hatnak a forgási tényezők a futás mechanikájára, közben különös figyelmet fordít az egyes futólépések közben a talaj visszaható erő változása folyamán kialakult kontrollra.

Igen sok atlétikai számban a bevezető mozgás egy bizonyos pontig való nekifutást jelent, ahol az illető mozgásra jellemző befejező mozdulat következik. Bizonyos esetekben - ugrószámokban és gátfutásnál - ez a befejező mozdulat egy megfeszített, vagy módosított ugrólépés, melyben ugyanazon mechanikai elvek szerepelnek, mint a normális futásban és melyeket éppen azért könnyebb megérteni, ha magát a futás mozdulatait már tárgyaltuk. Ez - minden más fizikai mozgáshoz hasonlóan - azokon az alapelveken nyugszik, melyek révén megérthetjük, hogy az atléta mozgását legjobban a súlypont lineáris mozgása révén lehet leírni. Szerepelnek itt még bizonyos szögben ható momentumok, melyek meghatározott tengelyen át hatnak. Az ilyen mozgásban szereplő erők a következők: a talaj visszahatás, az atléta súlya és a levegő ellenállása.

Amíg az atléta megfelelő testtartás-változtatás révén terjedelmükben és irányukban uralni tudja ezeket az első hatóerőket, abból a szempontból tehetetlen, hogy megváltoztassa a másodikat, mely állandóan a "G"-n keresztüli ható vertikális erő és mindaddig nem idéz elő forgatást, amíg a harmadik hatótényező egyszerűen az atléta viszonylagos sebességétől és a levegő közegellenállásától függ. Szerencsére, ez viszonylag kis erő, gyors sprinter esetében általában 4 font /1.80 kg/

Emlékeztetésül fel kell hívunk a figyelmet, hogy a talaj visszaható erő nem csak abban az irányban okoz a "G" lineáris sebességben változást, amelyben hat, hanem ha az akció vonala nem megy át pontosan a "G"-n, akkor forgatni fogja a testet, azaz bizonyos szögsebességet kölcsönöz neki. Így pl. míg a talaj visszaható erő $\neq PQ$, mely a futóra hat, a test súlypontja előtt van /lásd 1. ábra/, a testnek az óramutató járásával ellentétes irányú szögsebességet kölcsönöz, később azonban /lásd az 1.b. ábrát/, amint a test súlypontja áthalad a talajon lévő láb felett, a hatás megfordul és a szögsebesség az óramutató járásával egyező irányban érvényesül /előre forgatás/.



1. ábra

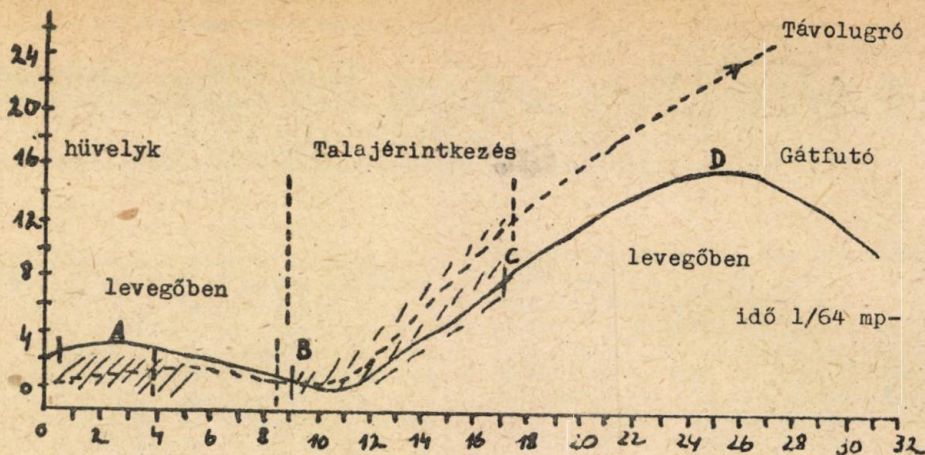
A talaj visszahatás, mely állandó sebességű futásnál megközelítőleg függőleges, először a test súlypontja előtt, később mögötte hat.

A könnyebb érthetőség kedvéért ezeket az erőket horizontális és vertikális együtthatóira bontjuk fel. Ennek következtében természetesen, hogy a forgásra vonatkozó ható tényezőket a test súlypontján keresztül haladó tengelyek segítségével kell vizsgálnunk, mely tengelyek körül a test egyszerű módon elfordul. Ezek a tengelyek szerepelnek legtöbbször az atlétikai technika tárgyalásánál /lásd 2. ábra/. E megállapítás főleg a szélességi tengelyre vonatkozik, amely körül a test előre-hátra irányba fordul el. Futásnál a többi tengely körül is történik elmozdulás

de mielőtt ezzel foglalkoznánk, szükséges, hogy többet tudjunk a talaj visszahatás mértékéről és irányáról. Ezek a futásnál fontos szerepet játszanak. Így igazoljuk a megközelítően függőleges irányban ható tényezőket /lásd 1.a. és 1.b. ábrákat/, mert sok atléta részére ez az irány irreálisnak tűnik fel.

A talaj visszahatás mértéke és iránya egyenesletes futás közben

Lassított filmfelvételek azt mutatják, hogy a legjobb rövidtávfutók maximális sebességénél a futás idejének valamivel több, mint 40 %-áig vannak érintkezésben a talajjal. Ez azt jelenti, hogy a talaj visszahatás függőleges komponensének átlaga ilyen érintkezés alatt a test súly kb. két és fél-szerese /mondjuk, hogy kb 350 font/.



2. ábra

A főforgási /rotációs/ tengelyek álló ember-nél.

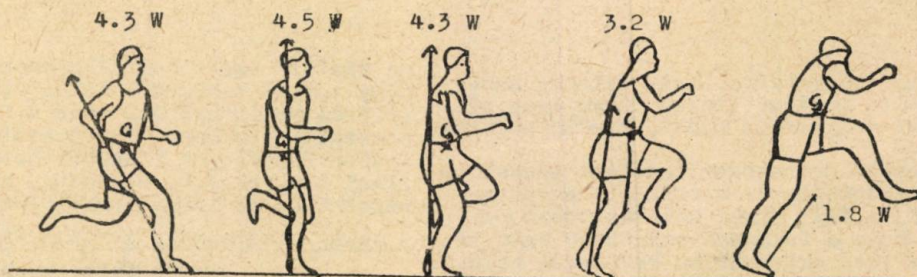
Ez a test talajtól való ellökéséhez a testsúly másfélszeresének megfelelő tiszta erőt ad. Hasonló következtetés azt mutatja, hogy az átlagos vízszintes erő, amely elégséges ahhoz, hogy a levegő ellenállását leküzdje /ezt 4 font erősségűre becsüljük/ két és félszer 4, azaz mindössze 10 font. Ezért a talajtól való ellökés nagy része szinte kizárólag függőleges. Valóban lehetséges, hogy meglehetősen nagy vízszintes visszatartó erő is szerepel, különösen akkor, ha a talajra való lelépés túlságosan elől történik. A filmfelvételek részletes elemzése azonban még a lassu hosszútávfutónál sem mutat ilyen hatást. Ebből arra lehet következtetnünk, hogy állandó sebességnél a futók nem fejtenek ki nagy, vízszintes irányba ható erőt, bármennyire is ilyen benyomást tesznek az atléták.

Amennyiben ennek illusztrálása szükséges mély, száraz homokon vagy laza köveken /kavicson/ való egyszerű futókísérlet meggyőzi őket arról, hogy ilyen körülmények között a sebességvesztés oka a talajnak függőleges irányú benyomódása és nem az igen csekély hátrafelé elmozdulása.

A futás más, mint a normális járás /ez szintén más, mint a versenygyaloglás/. Járásnál a láb előrehelyezésénél szerepel bizonyos visszatartó erő, melyet a lépés második részénél a talajtól való erőteljes elrugaszkodás révén kell leküzdeni. Eppen ezért a homokon való járásnál tapasztaljuk, hogy a homokot meglehetősen hátra nyomjuk vissza.

Külön kell hangsúlyozni, hogy a fenti megjegyzések csak állandó sebességű futásra vonatkoznak. A versenyfutás első lépéseinél ugyanis meglehetősen erőteljes vízszintes irányú erőkomponens szerepel azért, hogy a futónak előre irányuló gyorsulást adjon. Ez elsősorban a rajtra vonatkozik, ahol legnagyobb a gyorsulás és kívánatos, hogy az atléta minél hosszabb ideig legyen érintkezésben a talajjal, azért, hogy a szükséges gyorsulást biztosíthassa, hiszen a vízszintes irányú gyorsulás nem történhet a levegőben. Kiváló vágtafázisokról készült film elemzése a rajttól számított 9. lépésnél /lásd 3. ábra/ azt mutatja, hogy a talajról való elrugaszkodás mértéke és iránya a lépés folyamán változik, legnagyobb a 3. c. helyzetben. Itt a testsúly három és félszerese.

E folyamatosság egyik jellemzője: az előre irányuló gyorsulás nagy része a futólépés kezdeti stádiumában megy végbe, az elől lévő láb talajérésekor a hátrafelé irányuló komponens "kapaszkodó" hatássá változik.



3. ábra

A talaj visszahatás mértékét és irányát mutatja a gyorsulásban lévő vágtafázisnál. Az irányt a nyilak mutatják, a visszahatás mértékét a nyilak hossza jelenti. Ezeket a té-

nyezőket a nyíl az "a" ábrán mutatja, melyek közvetlen a talajérés után lépnek fel. A "G" lépés közben a test súlypontjának megközelítő helyzetét mutatja.

A szögsebesség diagrammos ábrázolása

Kétségtelen, hogy a legtöbb atlétikai szám mechanikáját - különösen a futását - a rotáció fogalmi körében lehet legjobban tárgyalni. Ugy lehet elképzelni, mint a testben végbemenő "rotáció mennyiségét", mely megadott rövid ideig egy ráható erő következtében keletkezett, mint azt az első ábra mutatja. Ez a rotáció azonban nagyrészt a test súlypontja körül különböző irányban elmozduló combokra vonatkozik. A szögsebesség megértéséhez a legjobb mód a képes ábrázolás, mely vázlatos diagrammon bemutatja, hogyan oszlik meg a szögsebesség a test egyes részei között, hogyan változik ennek mértéke és hogyan befolyásolja az atléta mozgását. A test részeket kisebb részekre osztjuk fel, hogy a mozgást pontosabban meg tudjuk vizsgálni, bár a dolgok részletes megértéséhez nem feltétlenül szükséges. Egyszerűen azt a tényt vesszük alapul, hogy a test bármely kis részének szögsebessége a test súlypontja körül nem más, mint a tömegnek és annak a területnek kétszeres szorzata, melyet a súlypont körül egy másodperc alatt befut.

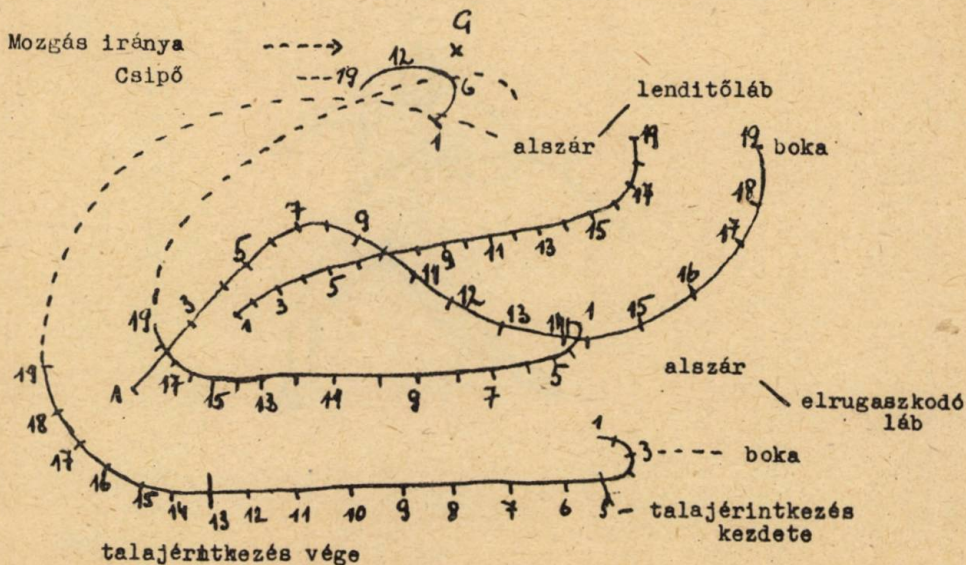
A 4. ábra azt az utat mutatja, melyet az illető gyorsulásban lévő futónak láb és boka része a súlyponthoz viszonyítva a súlypont körül leír. A jelző számok a láb részének egymás után következő megfelelő helyzetét mutatják 1/50-ed mp-enkénti időközökben. Láthatjuk, hogy a talajon lévő végtag ABG területet írja le ezalatt az idő alatt /9-10-ig/ az óramutató járásával egyező irányban, míg a másik egy kisebb CDG területet ír le a súlypont körül az óramutató járásával ellenkező irányban. Ezért ezek a végtagok a lépésnek ebben a fázisában a szélességi tengely körül tisztán az óramutató járásával egyező irányú szögsebesség-momentummal rendelkeznek. A térden aluli lábrészek - mint például a lábszár - hasonló mozgást végeznek mint az a kisebb zárt görbe mutatja. Láthatjuk, hogy a térden felüli részek ingamozgásának nincs szögsebesség-momentumuk, hacsak a futó galopp-szerű mozgást nem végez, mert az ide tartozó területek egyenlőek, de ellenkező irányban rajzolódnak.

A lábak szögsebesség-momentumára vonatkozó módszer azért fontos, mert a szögsebesség mértékének változását lépés közben mutatja ki. Az 1, 2 és 3-as számokkal jelzett fázisban például a mozgás igen kis területet ír le, mert a comb részeinek mozgása vagy közvetlenül a súlypont felé, vagy attól tá-

volódó irányban halad. Amidőn az elől lévő láb talajt ér - ezt a 6-os számnál látjuk - az óramutató járásával megegyező irányú

szögsebesség-momentumra tesz szert, míg a másik lábrész a comb alatt igen lassu ellenkező irányú mozgást végez. Ennek ellenére egy bizonyos mennyiségű karmozgás azt mutatja, hogy ebben a fázisban a szabad láb által szerzett szögsebesség-momentumhoz a karok is hozzájárulnak, aminek következtében a combok - egészben véve - nem növelik az óramutató járásával egyező irányú szögsebesség-momentumot. Gyakorlatilag a törzs állandó előredőli helyzetben van mindaddig, amíg a láb talajt nem ér. A 3/a és 3/b ábrákból az látható, hogy a talajérés következtében jóval a test súlypontja előtt a testre egy lökés hat, amely az óramutató járásával ellentétes irányú rotációt ad a testnek és növeli a szögsebesség-momentumot. Ez történik a 4. ábra 6 és 9 pontjaiban, ami után a visszahatás ereje átmegy a test súlypontján, majd rövid ideig mögötte halad. Eppen ezért a lépés e fázisában a lábaknak olyan helyzetbe kell kerülniük /megfelelő karmozgás segítségével/ hogy felfogják az óramutató járásával ellentétes szögsebesség-momentumot. Ez ugyanolyan mértékű legyen, mint amilyen a testnek a talajtól való ellökődése, különben a törzs hát rafelé fordul, vagyis a megfelelő futóhelyzettől eltérő lesz. A 4. ábra azt mutatja, hogyan megy ez végbe, ugyanis a talajt érő láb által leírt nagy terület az óramutató járásával megegyező irányban nem növekszik, viszont a másik láb által leírt kisebb terület a 6 és 9 lépésfázis között az óramutató járásával ellentétes irányban igen gyorsan gyarapodik. A szabad láb révén hátrafelé irányuló szögsebesség-momentum jön létre, ami a segítő karmozgás révén, a talajérés következtében előálló lökőhatás ellenére a mozgásnak ebben a fázisában, megfelelő helyzetben tartja a törzset.

A 9-es számú helyzet után a folyamat visszafelé kezd irányulni, amikor a test alá kerülő szabad láb növekvő hatást fejt ki ebben a vonatkozásban. Az óramutató járásával megegyező irányú szögsebesség-növekedés gyakorlatilag ugyanaz, mint a talajérés révén az egész testre gyakorolt hatás, ami most a súlypont mögül hat /3/d ábra/. A gyorsan csökkenő visszahatás következtében a 13- és 15-ös fázisok között a talajról származó végső előreirányuló hatás a lábmozgás változásaihoz kapcsolódik, amint a szabad láb



4. ábra

egyre növekvő sebességgel előre halad, míg a másik a 15-ös pontnál bekövetkező talajtól való elszakadás pillanatáig késlelteti mozgását.

A 4. ábrán mindkét láb két részének mozgását ábrázoljuk és az egyszerűség kedvéért zárt görbének mutatjuk ezt a mozgást.

A fenti görbék a vágózó gyorsfutó lépése közben a boka és a lábszár-részek által leírt, a test súlypontjához viszonyított utat mutatják. A számok közötti vonalrészek körülbelül az egy másodpercnyi időközökben elfoglalt helyzetnek felelnek meg. A test súlypontja körüli szögsebesség-momentum /óramutató járásával egyező és ellentétes irányban/ mindegyik lábrész részére adott, ez pedig megfelel és arányos az árnyékolt terület nagyságával, amelyet a szöbanforgó lábrész ugyanebben az időben ír le. A "H" a csipő helyzetét mutatja.

A futás eme fázisában bekövetkező lépéshossz növekedése arra vezet, hogy a megfelelő görbék nagyobb területet zárnak be és ennek következtében a 4. ábra 1 és 16-os számai nem esnek egybe. Egy másik érdekes részlet a fej és a törzs tartására vonatkozik, ami természetesen - a gyorsuló lépés befejezésekor egyenesebb helyzetben van és a lépés kezdeténél kissé előre irányuló rotációs mozgást végez. Ez a mozgás a talajérés pillanatában befejeződik. Ezért igen fontos a megfelelően időzített erőteljes combfeszítés, ami a csipőt a talaj visszaható erejének csúcsponti fázisán átsegíti.

Jól lehet a fenti elemzés a gyorsulásban lévő futóra vonatkozik, ugyanez alkalmazható minden állandó sebességű futásra is. A különbség csak az, hogy a talaj visszaható ereje függőlegesebben hat a lépés kezdeti és befejező szakaszában. Például maximális sebességnél a láb és a talaj között igen kis

mozgás jön létre akkor, amidőn a láb talajt ér, ami következtében a 3. ábrán látható nyíl elveszíti horizontális komponensét. Ennek az a következménye, hogy a törzs majdnem függőleges helyzetbe kerül, a test súlypontja olyan helyzetbe jön hátra, hogy a talaj visszaható ereje a test szélességi tengelye körül egyidejűleg az óramutató járásával egyező és ellentétes irányú rotációs hatást fejt ki.

Karmozgás

A 4. ábra a csipőizület megközelítően állandó helyzetét mutatja, a test súlypontjához viszonyítva. Ha figyelembe vesszük a vele kapcsolatos erők mértékét, világosan láthatjuk, hogy azt szigorúan a kívánt helyzetben kell tartani. A lábknak a test hossz-tengelye körül végzett mozgása egyszer az egyik, egyszer a másik irányban bizonyos kompenzációs jellegű szögsebesség momentumot tesz szükségessé. A láb előre irányuló mozgásával ellentétes csipő elmozdulás hátrányosan hatna, ezért ezt megfelelő karmozgással kell megakadályozni /sok esetben a vállak mozgásával is/. Ezt a kompenzációs hatást erőteljes és a testhez közeli karmozgással érhetjük el.

A karmozgás valóban sokkal kevésbé kórtott pályán halad, mint a láb, egy része csupán automatikus korrekció, mely a futás egyensúlyi helyzetével és egyes véletlen szabálytalanságaival van kapcsolatban.

Összefoglalás

A fentiek a futás mechanikájának szükségképpen csak igen korlátozott tárgyalását jelentik. Sokkal többet lehetne írni például a futó stílusával kapcsolatban, a futó teste elcsavarodó rotációs mozgásának hatásáról. Ez az elcsavarodó rotációs mozgás bizonyos tengelyek körül megy végbe, mert a combok gyors változása gyorsan megváltoztatja ezeknek a tengelyeknek az irányát. A kérdések további tanulmányozásra várnak.



1963. ÉVI LEGJOBB EREDMÉNYEK RANGSORA

FÉRFIAK:

100 m síkfutás:

10.5	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	V.18. Budapest
10.5	Mihályfi László	TFSE	VII.13. Budapest
10.6	Gyulai István	Bp.Honvéd	V.4. Budapest
10.6	Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	VI.15. Budapest
10.6	Rábai Gyula	U.Dózsa	VII.13. Budapest
10.6	Rozsnyai Huba	MAFC	VII.13. Budapest
10.6	i Nyíri Béla	Józsefvárosi SI	VI.29. Budapest
10.6	Fluck Miklós	Vasas	X.27. Szeged
10.7	Császár István	Tatabányai Bányász	V.5. Budapest
10.7	i Hajdu Lajos	Előre	VI.15. Budapest
10.7	i Végh Nándor	MTK	VI.15. Budapest
10.7	i Rózsa István	MTK	VI.15. Budapest
10.7	Matis Géza	Pécsi VSK	VIII.25. Debrecen
10.7	Sille József	Tatabányai Bányász	VI.16. Tatabánya

11.0	Homonnay Ferenc	Szh.Haladás	10.8	Gyüri László	Győri Dózsa
11.0	i Kiss Pál	Debreceni SI	10.8	i Istóczy József	Vasas Izzó
11.0	Molnár István	TFSE	10.8	Horváth Tibor	Bp.Honvéd
11.0	i Horváth László	U.Dózsa	10.8	Vargyas Csaba	Debreceni ASE
11.0	Locsmándi Gábor	MAFC	10.8	Rockenbauer Antal	Vasas
11.0	Bakai József	Csepel	10.8	i Péter Zoltán	Józsefvárosi SI
11.0	i Skóza Sándor	Nk.Dózsa	10.8	Dóczi István	Bp.Honvéd
11.0	Tóth Béla	Szolnoki MÁV	10.9	Kerekes András	BEAC
11.0	Gyuricza György	BVSC	10.9	a Bátor István	Csepel
11.0	i Kundlya János	TFSE	10.9	Népesy László	Pécsi Póztás
11.0	i Vogronich Péter	Bp.Petőfi	10.9	i Hevesi László	BEAC
11.0	i Molnár András	Józsefvárosi SI	10.9	Gémesi József	Tőrekvés
11.0	Plázár Lajos	Tatab.Bányász	10.9	Viharos Zsolt	SMAFC
11.0	Farkas Endre	U.Dózsa	10.9	Hahn Ferenc	DASE
11.0	Margitics Béla	U.Dózsa	10.9	Kocsondi Csaba	DASE
11.0	Benkő János	U.Dózsa	10.9	Csutorás János	Tatab.Bányász
11.0	Török László	U.Dózsa	10.9	i Bodor László	FTC
11.0	i Szabados Lajos	Ganz-MÁVAG	10.9	Nemesházi Imre	Vasas Izzó
11.0	Kálmán Ferenc	FTC	10.9	Szailer László	SZVSE
11.0	Szert József	DEAC	10.9	Raáb Tibor	DVTK
11.0	Körffi András	SZVSE	10.9	Csányi Zoltán	U.Dózsa

Hátszéllel:

10.4	Mihályfi László	TFSE	10.8 Nemesházi Imre	Vasas Izzó
10.5	Rábai Gyula	U.Dózsa	10.9 1 Mező Gyula	U.Dózsa
10.6	1 Mező Gyula	U.Dózsa	10.9 1 Horváth László	U.Dózsa
10.7	Gyürü László	Győri Dózsa	10.9 1 Kiss Ferenc	Pest m. SI
10.8	1 Horváth László	U.Dózsa	11.0 Nagy Sándor	U.Dózsa
10.8	Kerekes András	BEAC	11.0 Szopkó Miklós	U.Dózsa
10.8	Csányi Zoltán	U.Dózsa	11.0 Viktor Zoltán	MTK
			11.0 Tóth Gyula	SZVSE

200 m síkfutás:

21.1	Mihályfi László	TFSE	VII.3. Moszkva
21.2	Gyulai István	Bp.Honvéd	VII.14. Budapest
21.2	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	IX.29. Budapest
21.4	Rábai Gyula	U.Dózsa	VII.7. Olsztyn
21.7	Nemesházi Imre	Vasas Izzó	V.26. Budapest
21.9	1 Istóczy József	Vasas Izzó	VIII.25. Szófia
22.0	Rozsnyai Huba	MAFC	VI.30. Diósgyőr
22.0	1 Nyíri Béla	Józsefvárosi SI	IX.1. Budapest
22.2	Matis Géza	Pécsi VSK	VI.30. Diósgyőr
22.2	Csányi Zoltán	U.Dózsa	IX.7. Budapest
22.2	Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	V.26. Budapest
22.2	1 Horváth László	U.Dózsa	IX.15. Budapest
22.2	Kerekes András	BEAC	IX.29. Budapest

22.3	Gyürü László	Győri Dózsa	22.7	Farkas Endre	U.Dózsa
22.3	Tóth Gyula	SZVSE	22.7 i	Kemény János	DVTK
22.4 i	Berki Gyula	Bp.Honvéd	22.7	Tóth Béla	Szolnoki MAV
22.4 i	Vogronich Péter	Bp.Petőfi	22.8	Szailer László	SZVSE
22.4	Sille József	Tatab.Bányász	22.8	Dóczi István	Bp.Honvéd
22.4	Krajsoczky Sándor	SZVSE	22.8 i	Péter Zoltán	Józsefvárosi SI
22.4 i	Hajdu Lajos	Előre	22.8	Nagy József	Bp.Honvéd
22.4	Révész Péter	BEAC	22.8	Vojtha László	DASE
22.4	Nagy Sándor	U.Dózsa	22.8	Csutorás János	Tatab.Bányász
22.5	Molnár István	TFSE	22.8 i	Bodor László	FTC
22.5 i	Rózsa István	MTK	22.8	Gönczöl László	Győri Dózsa
22.5	Homonnai Ferenc	Szh.Haladás	22.9	majercsik Mihály	Bp.Honvéd
22.6	Vámos Tibor	U.Dózsa	22.9	Csiszár István	Tatab.Bányász
22.6	Locsmándi Gábor	MAFC	22.9	Vargyas Csaba	Debreceni ASE
22.6	Kocsondi Csaba	DASE	22.9	Kiss Géza	Vasas Izzó
22.6	Horváth Tibor	Bp.Honvéd	22.9	Gémesi József	Törekvés
22.6 i	Végh Nándor	MTK	22.9 i	Szabados Lajos	Ganz-MAVAG
22.6 i	Hevesi László	BEAC	22.9	Margitics Béla	U.Dózsa
22.6	Munkácsi István	Vasas Izzó	22.9	Venczel Róbert	Nk.Dózsa
22.6	Tálas István	U.Dózsa	22.9	Gál László	MAFC
22.6	Vértessaljai Iván	Vasas Izzó			

Hátszéllel:

21.9	Kocsondi Csaba	Debreceni ASE	22.7	Török László	U.Dózsa
22.2	Gyürü László	Győri Dózsa	22.8	Majercsik Mihály	Bp.Honvéd
22.3	Sille József	Tatab.Bányász	22.9	Szert József	DEAC
22.4	Török László	U.Dózsa	22.9	Tassonyi Edömér	DEAC

400 m síkfutás:

47.3	Gyulai István	Bp.Honvéd	VII.13.	Budapest	
47.9	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	V.5.	Budapest	
48.2	Tóth Gyula	Szegedi VSE	X.12.	Budapest	
48.5	Nagy Sándor	U.Dózsa	VII.6.	Olsztyn	
48.7	Nemesházi Imre	Vasas Izzó	VII.27.	Budapest	
49.1	Nagy Imre	Bp.V.Meteor	VII.7.	Budapest	
49.2	Vámos Tibor	U.Dózsa	VII.13.	Budapest	
49.2	Benkő János	U.Dózsa	IX.14.	Budapest	
49.3	Török László	U.Dózsa	VI.16.	Budapest	
49.4	1 Horváth László	U.Dózsa	IX.27.	Budapest	
49.5	Matis Géza	Pécsi VSK	50.0	1 Kovács József	Józsefy. SI
49.6	Vértessy Miklós	BEAC	50.9	Varga Mihály	MAFC
49.6	Tálas István	U.Dózsa	50.9	Horváth Péter	Debrec.ÉpítőK
49.7	Déri Ervin	Bp.Spartacus	50.9	Kerekgyártó László	DEAC
49.7	Vojtha László	DASE	50.9	1 Hevesi László	BEAC
49.8	Hegyi Viktor	Csepel	51.0	s Bátori István	Csepel
50.0	1 Bálint József	MTK	51.0	Farkas Ferenc	MAFC
50.0	Munkácsi István	Vasas Izzó	51.0	Oros Ferenc	TFSE
50.0	Kiss Géza	Vasas Izzó	51.0	Liebscher István	Budai Spartac.
50.1	Rábai Gyula	U.Dózsa	51.2	Nagy József	Bp.Honvéd
50.2	Ocskai Attila	Tatab.Bányász	51.2	Babos Géza	Győri Dózsa
50.3	Gál László	MAFC	51.2	Kiss Endre	Pécsi VSK
50.5	Mihályfi László	TFSE	51.3	1 Kiss Gábor	DVTK
50.6	1 Rózsa István	MTK	51.3	Naszódi Béla	DVTK
50.6	Kósa György	BEAC	51.3	Pászt Vilmos	FTC
50.6	Regényi János	Bp.Honvéd	51.4	Honti Róbert	Pécsi Tanárkp.
50.6	Giczei Csaba	DVSC	51.4	Farkasinszky Gyula	TFSE
50.7	Vargyas Csaba	DASE	51.4	Vántora György	U.Dózsa
50.7	Majercsik Mihály	Bp.Honvéd	51.4	Vida Lajos	U.Dózsa
50.7	Benkovics László	Pécsi EAC	51.4	1 Dóra János	XVIII.ker.SI

800 m síkfutás:

1:49.7	Parsch Péter	Vasas	X.2.	Budapest
1:50.7	Nagy Imre	Bp.V.Meteor	VI.9.	Budapest
1:51.5	Kiss György	Győri Dózsa	X.13.	Budapest
1:52.0	Kovács Lajos	U.Dózsa	VI.9.	Budapest
1:52.3	Kiss Géza	Vasas Izzó	IX.7.	Budapest
1:52.4	Garbacz Ferenc	U.Dózsa	IX.29.	Budapest
1:52.9	Szekeres Béla	MAFC	VII.31.	Budapest
1:53.5	Hegyi Viktor	Csepel	VIII.28.	Budapest
1:53.7	Aradi János	DEAC	VIII.19.	Budapest
1:53.7	i Stoll Lóránt	DVTK	X.13.	Budapest

1:53.8	Prohászka István	U.Dózsa	1:56.2	Rehorek Ernő	U.Dózsa
1:54.0	Pamuki József	Kaposv.Dózsa	1:56.4	Vámosi Attila	BVSC
1:54.0	dr.Révész Károly	Pécsi VSK	1:56.4	Bartyik László	Bp.Honvéd
1:54.4	Papp Béla	Tatab.Bányász	1:56.4	Nemesházi Imre	V.Izzó
1:54.5	Kiss István	Bp.Honvéd	1:56.4	Mihály Gábor	Csepel
1:54.9	Török László	U.Dózsa	1:56.5	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa
1:54.9	Nagy Károly	MTK	1:56.5	Ocskai Attila	Tatab.Bányász
1:55.0	Borsos György	MPSC	1:56.5	Varga Mihály	MAFC
1:55.2	Bálint József	MTK	1:56.6	Honti Róbert	Pécsi Tanárkp.
1:55.3	Kovács József	U.Dózsa	1:56.7	Lovas Ferenc	SZVSE
1:55.4	Pintér János	Bp.Spartacus	1:56.8	Csuri István	MAFC
1:55.4	Molnár Péter	Tatab.Bányász	1:56.9	Regényi János	Bp.Honvéd
1:55.6	Farkas János	Vasas	1:56.9	Jancsó Antal	V.Izzó
1:55.7	Szalai István	Tatab.Bányász	1:57.2	Jóni István	Bp.Honvéd
1:55.8	Tálas István	U.Dózsa	1:57.2	Kálmán László	BVSC
1:55.9	Bárkányi István	SZVSE	1:57.2	Benkovics László	Pécsi EAC
1:56.0	Tóth Gyula	SZVSE	1:57.3	Benkő János	U.Dózsa
1:56.2	Gál László	MAFC	1:57.3	Mester Csaba	Vasas
1:56.2	Iharos Sándor	Bp.Honvéd	1:57.4	Vértesy Miklós	BEAC
1:56.2	Fogarasi Sándor	Pécsi Dózsa	1:57.5	Takács Dániel	Szf.v.MÁV

1500 m síkfutás:

3:44.4	Simon Attila	FTC	V.26. Budapest
3:45.0	Parsch Péter	Vasas	X.3. Budapest
3:46.2	Iharos Sándor	Bp.Honvéd	V.26. Budapest
3:46.3	Szekeres Béla	MAFC	V.26. Budapest
3:46.4	Nagy Imre	Bp.V.Meteor	V.18. Budapest
3:46.6	Kovács Lajos	U.Dózsa	V.18. Budapest
3:46.6	Kiss György	Győri Dózsa	V.26. Budapest
3:47.2	Pamuki József	Kaposvári Dózsa	IX.27. Budapest
3:47.3	Kiss István	Bp.Honvéd	V.26. Budapest
3:47.6	Szerényi István	Bp.Honvéd	V.26. Budapest
3:48.4	Farkas János	Vasas	Csepel
3:49.0	Simon Dénes	Bp.Spartacus	SZVSE
3:50.0	Mácsár József	Bp.V.Meteor	Pécsi Dózsa
3:50.4	Sovák János	Tatab.Bányász	MTK
3:50.5	Mecser Lajos	Salg.Bányász	Tatab.Bányász
3:50.7	Molnár Sándor	MTK	U.Dózsa
3:51.2	Jóni István	Bp.Honvéd	MAFC
3:51.3	Horváth Miklós	Bp.Honvéd	DVTK
3:51.4	Prohászka István	U.Dózsa	NYVSC
3:52.0	Garbacz Ferenc	U.Dózsa	Bp.Honvéd
3:52.4	Pintér János	Bp.Spartacus	MAFC
3:53.5	Papp Béla	Tatab.Bányász	Bcs.MÁV
3:53.6	dr.Szabó Miklós	MAFC	Pécsi Cement Ép
3:53.8	Bárkányi István	SZVSE	Debrec.Építő
3:53.9	Aradi János	Debr.EAC	Sz helyi SE
3:54.2	Fazekas Miklós	DVTK	V.Izzó
3:55.3	Szalai István	Tatab.Bányász	Bp.Spartacus
3:56.0	Borsos György	MPSC	Tatab.Bányász
3:56.4	dr.Révész Károly	Pécsi VSK	Bp.Honvéd
3:57.9	Andók Pál	Vasas	
3:58.4	Mihály Gábor		Csepel
3:58.5	Lovas Ferenc		SZVSE
3:58.6	Jakabos Péter		Pécsi Dózsa
3:58.8	Nagy Károly		MTK
3:58.8	Percze Lajos		Tatab.Bányász
3:59.3	Kovács József		U.Dózsa
4:00.0	Csuri István		MAFC
4:00.2	Stoll Lóránt		DVTK
4:00.3	Fehér László		NYVSC
4:00.8	Szentiványi Gergely		Bp.Honvéd
4:01.4	Varga Mihály		MAFC
4:02.0	Huszár János		Bcs.MÁV
4:02.2	Dudás István		Pécsi Cement Ép
4:02.4	Aradi Csaba		Debrec.Építő
4:02.6	Varga József		Sz helyi SE
4:02.8	Nagy László		DEAC
4:02.9	Nagy Lajos		V.Izzó
4:02.9	Schneider Mihály		Bp.Spartacus
4:03.5	Etényi Gyula		Tatab.Bányász
4:03.6	Bartyik László		Bp.Honvéd

5000 m síkfutás:

13:53.5	Mecser Lajos	Salgót.Bányász	X.3. Budapest
13:54.0	Szekeres Béla	MAFC	VII.2. Moszkva
13:59.8	Kiss István	Bp.Honvéd	VI.8. Budapest
14:01.6	Pintér János	Bp.Spartacus	VI.8. Budapest
14:01.8	Iharos Sándor	Bp.Honvéd	VIII.19. Budapest
14:03.8	dr.Szabó Miklós	MAFC	VIII.19. Budapest
14:04.8	Parsch Péter	Vasas	VI.8. Budapest
14:04.8	Sütő József	Vasas	VIII.19. Budapest
14:06.2	Sovák János	Tatabányai Bányász	VIII.19. Budapest
14:06.6	Simon Dénes	Bp.Spartacus	IX.28. Budapest

14:07.8	Simon Attila	FTC	14:57.8	Tóth Gyula	Ózdi Kohász
14:09.0	Szerényi János	Bp.Honvéd	14:59.4	Halász László	SZVSE
14:11.0	Mácsár József	Bp.V.Meteor	15:00.2	Aranyi József	MTK
14:11.6	Fazekas Miklós	DVTK	15:01.4	Dudás István	Pécsi Cem.Ép.
14:15.8	Molnár Sándor	MTK	15:08.0	Szalai Béla	MTK
14:18.6	Jóni István	Bp.Honvéd	15:11.0	Papp Béla	Tatab.Bányász
14:19.2	Farkas János	Vasas	15:12.8	Kun István	Bp.Honvéd
14:20.8	Percze Lajos	Tatab.Bányász	15:14.4	Garbacz Ferenc	U.Dózsa
14:25.6	Huszár János	Bcs.MÁV	15:16.4	Mohr Kálmán	MTK
14:27.6	Horváth Miklós	Bp.Honvéd	15:22.2	Kratochwill Sándor	Ózdi Kohász
14:29.0	Andok Pál	Vasas	15:23.0	Kovács József	U.Dózsa
14:33.0	Kovács Lajos	U.Dózsa	15:25.0	dr.Jánosi Imre	Törekvés
14:40.8	Fehér László	NYVSC	15:25.0	Máté Sándor	U.Dózsa
14:41.4	Szentiványi Gergely	Tatab.Bányász	15:25.2	Zanati Béla	BEAC
14:47.6	Kiss József	NYVSC	15:27.8	Nagy Lajos	V.Izzó
14:49.6	Szalai István	Tatab.Bányász	15:28.2	Szpodnyi Ferenc	Bp.Honvéd
14:49.8	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa	15:28.6	Fábián Rudolf	Bp.Honvéd
14:53.0	Kiss Antal	Tatab.Bányász	15:28.8	Mihályi Gábor	Csepel
14:54.0	Schneider Mihály	Bp.Spartacus	15:33.2	Páthy Lajos	DASE
14:57.0	Hertelendi Béla	Salg.Bányász	15:34.8	Tanczinger János	Szf.v.Spartac.

10.000 m síkfutás:

29:12.0	Sütő József	Vasas	VII.14. Budapest	
29:18.8	Sovák János	Tatabányai Bányász	VII.14. Budapest	
29:31.6	Pintér János	Bp.Spartacus	VII.14. Budapest	
29:32.6	Mecser Lajos	Salgót.Bányász	VII.14. Budapest	
29:38.4	dr.Szabó Miklós	MAFC	VII.14. Budapest	
29:46.4	Simon Dénes	Bp.Spartacus	VI.9. Budapest	
30:19.6	Huszár János	Békéscsabai MÁV	VI.29. Diósgyőr	
30:23.4	Molnár Sándor	MTK	X.27. Szeged	
30:28.2	Fehér László	Nyiregyházi VSC	X.27. Szeged	
30:44.4	Percze Lajos	Tatabányai Bányász	VII.14. Budapest	
30:46.6	Andok Pál	Vasas	33:21.8 Ladányi Tibor	Törekvés
30:55.0	Schneider Mihály	Bp.Spartac.	33:24.6 Nagy Lajos	V.Izzó
30:55.2	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	33:29.6 Fábián Rudolf	Bp.Honvéd
31:00.0	Kiss József	NYVSC	33:44.4 Nagy Pál	Ganz-MÁVAG
31:15.2	Hertelendi Béla	St.Bányász	33:47.4 Csicsmics György	Csepel
31:26.8	Szalai Béla	MTK	33:50.0 Tajti Sándor	U.Dózsa
31:38.8	Halász László	SZVSE	33:52.0 Hornyák Ferenc	Ganz-MÁVAG
31:39.6	Farkas János	Vasas	33:53.8 Palla Kálmán	Bp.Honvéd
31:40.6	Jóni István	Bp.Honvéd	34:09.2 Poturnai János	Előre
31:47.6	Aranyi József	MTK	34:11.6 Schönviszky György	Bp.Honvéd
31:57.0	Szöke Károly	Bp.Spartac.	34:15.4 Raffai Tibor	NYVSC
32:08.0	Mácsár József	Bp.V.Meteor	34:51.2 Kocsis András	SZVSE
32:08.2	Mohr Kálmán	MTK	34:53.0 Lázók Károly	Előre
32:10.6	dr.Jánosi Imre	Törekvés	34:53.8 Asztalos Ferenc	U.Dózsa
32:45.8	Krasznai István	Bcs.Dózsa	34:58.6 Gyuricza János	Szegedi Spart.
32:47.4	Bankós Gyula	MAFC	35:17.0 Bendó Gyula	MTK
32:53.6	Novák András	Bcs.MÁV	35:18.6 Molnár István	Vasas
32:56.2	Kun István	Bp.Honvéd	35:19.8 Sotkovszky Gyula	Ózdi Kohász
33:09.0	Kratochwill Sándor	Ózdi Kohász	35:34.2 Bihari Tamás	Szf.v.Spart.
33:13.0	Tanczinger János	Szf.v.Spartac.	35:45.0 Valkony Ferenc	Törekvés

Marathoni futás:

2 ó 25:15.0	Huszár János	Bcsabai MÁV	XI.3. Budapest
2 ó 26:22.6	Szalai Béla	MTK	X.13. Kassa
2 ó 27:29.8	Molnár Sándor	MTK	XI.3. Budapest
2 ó 29:40.2	Sütő József	Vasas	IX.1. Budapest
2 ó 31:53.6	Kun István	Bp.Honvéd	XI.3. Budapest
2 ó 36:19.0	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	IX.1. Budapest
2 ó 39:41.2	Palla Kálmán	Bp.Honvéd	VI.16. Budapest
2 ó 42:35.2	Kiss József	Nyiregyházi VSC	XI.3. Budapest
2 ó 43:10.6	Tanczinger István	Szf.v. Spartacus	VI.16. Budapest
2 ó 46:13.4	Nagy Pál	Ganz-MÁVAG	IX.1. Budapest

2:46:18.0	Mohr Kálmán	MTK	3:05:47.6	Kármán Ferenc	Ganz-MAVAG
2:48:52.8	Schirilla György	Vasas	3:06:22.4	Papp László	Ganz-MAVAG
2:49:08.2	Szabó Imre	Komló Bány.	3:08:29.0	Váczi Mihály	Előre
2:50:10.6	Ladányi Tibor	Törekvés	3:08:30.0	Aranyi József	MTK
2:50:25.6	Schönviszky György	Bp.Honvéd	3:08:38.8	Temesvári Gyula	Szeg.Spart.
2:53:51.8	Zalavári Ferenc	Törekvés	3:08:57.0	Várszegi József	V.Izzó
2:53:52.0	dr.Jánosi Imre	Törekvés	3:09:17.8	Jáksó Ottó	Szeg.VSE
2:54:32.0	Valkony Ferenc	Törekvés	3:09:23.0	Fábián Rudolf	Bp.Honvéd
2:55:18.6	Tóth Miklós	Bp.Honvéd	3:15:44.0	Sárkány István	SZVSE
2:59:03.0	Holló Zoltán	Törekvés	3:15:57.6	Bejlik Árpád	Ormosb.Bány.
2:59:44.6	Gyuricza János	Szeg.Spart.	3:23:18.4	Rádóczi László	SZVSE
3:00:38.6	Simon István	Csepel	3:30:06.2	Mészáros József	Vasas
3:01:04.2	Oravecz Elemér	Szoln.MÁV	3:31:19.8	Kapusi János	Vasas
3:01:18.4	Izmini Róbert	Vasas	3:32:54.0	Lázók Károly	Előre
3:01:58.0	Skerletz István	Bp.Honvéd	3:57:08.8	Váczi Lajos	Vasas

110 m gátfutás:

14.6	Csányi Zoltán	U.Dózsa	VI.8. Budapest
14.8	Turóczy Árpád	Bp.Honvéd	VI.23. Pécs
14.9	Retezár Imre	U.Dózsa	VI.23. Pécs
15.1	Fluck Miklós	Vasas	V.26. Budapest
15.2	Berzi Károly	DVTK	VII.21.
15.2	Sövényi Ferenc	Bp.Honvéd	VI.8. Budapest
15.2	Benkő János	U.Dózsa	VII.6. Olsztyn
15.3	Mélykúti Béla	Bp.Honvéd	X.12. Budapest
15.5	Nagykardos József	Bp.Spartacus	VII.27. Budapest
15.5	Tóth Kálmán	Miskolci VSC	VIII.25. Budapest

15.6	1	Tárnai István	Szoln.MÁV	16.7	1	Balaton Sándor	BEAC
15.6		Szabó Miklós	Szeksz.Dózsa	16.8		Bede János	Szoln.MÁV
15.6		Hubai Gyula	Bp.Honvéd	16.8		Tóth Tamás	MAFC
15.6		Medovárszky János	Bcs.MÁV	16.8		Vajda György	Győri Dózsa
15.6		Demeter József	BEAC	16.8		Giczei Csaba	DVSC
15.6		Kovács Dezső	BEAC	16.9		Ujj József	Miskolci EAFK
15.8		Baran János	Bp.Honvéd	16.9		Vass István	Pécsi Cem.Ép.
15.9	1	Titkos Péter	U.Dózsa	16.9		Ivanov Dragán	TFSE
16.0		Vértessy Miklós	BEAC	17.0		Horváth Attila	MAFC
16.0		Rappai Nándor	VM KÖZERT	17.0		Tóbiás Ferenc	TFSE
16.0		Szécsi János	PVSK	17.0	1	Szabó János	Debrec.SI
16.0		Nagy János	Bp.Honvéd	17.0		Farkasinszky Gyula	TFSE
16.2		Gönczi Tibor	BEAC	17.1		Anderle Lajos	U.Dózsa
16.2		Bakai József	Csepel	17.1		Sági Sándor	Komló Bány.
16.3		Oros Ferenc	TFSE	17.1		Noszály Sándor	Bp.Honvéd
16.3		Kiss Ernő	Debr.Építők	Hátszellel:			
16.3		Szekeres Tibor	U.Dózsa	14.8		Fluck Miklós	Vasas
16.4		Takács Ferenc	Bp.Honvéd	15.1		Berzi Károly	DVTK
16.4		Csorba Zoltán	MEAFK	15.3		Szabó Miklós	Szeksz.Dózsa
16.4		Volentik Lajos	Ganz-MAVAG	15.9		Kiss Ernő	Debr.Építők
16.5		Halász Géza	Bp.Honvéd	16.1		Oros Ferenc	TFSE
16.5		Szailer László	SZVSE	16.1		Márity János	Bajai Építők
16.6	1	Betlehem István	PEAC	16.4		Ottovai László	BEAC
16.6		Pál István	FTC	16.6		Molnár András	Tipográfia
16.7		Ringhoffer János	MAFC	16.9		Tóbiás Ferenc	TFSE
16.7		Ferenczi Ödön	MAFC				

200 m gátfutás:

23.6	Csányi Zoltán	U.Dózsa	VII.14. Budapest
24.0	Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	VII.14. Budapest
24.0	Fluck Miklós	Vasas	X.13. Budapest
24.1	Vértessy Miklós	BEAC	VII.14. Budapest
24.2	Benkő János	U.Dózsa	VI.16. Budapest
24.2	Turóczy Árpád	Bp.Honvéd	VII.14. Budapest
24.5	Török László	U.Dózsa	VI.9. Budapest
24.8	1 Titkos Péter	U.Dózsa	IX.14. Budapest
24.8	Giczei Csaba	Debreceni VSC	VII.27. Kecskemét
24.9	Berzi Károly	Diósgyőri VTK	VII.27. Kecskemét
24.9	Munkácsi István	Vasas Izzó	VII.14. Budapest
24.9	Oros Ferenc	TFSE	X.13. Budapest

25.0	Szailer László	SZVSE	26.1	Kálmán Ferenc	FTC
25.1	Déri Ervin	Bp.Spartacus	26.1 1	Mező Gyula	U.Dózsa
25.2	Baran János	Bp.Honvéd	26.2	Tóth Kálmán	Miskolci VSC
25.2	Retezár Imre	U.Dózsa	26.3	Hubai Gyula	Bp.Honvéd
25.3 1	Timár György	U.Dózsa	26.3 1	Kemény János	DVTK
25.4	Szabó Miklós	Szeksz.Dózsa	26.3	Gönczi Tibor	BEAC
25.4	Kósa György	BEAC	26.3	Bakai József	Csepel
25.5 1	Betlehem István	PEAC	26.4	Kiss Ernő	Debrec.Építők
25.6	Nagy János	Bp.Honvéd	26.5 1	Panicsán Gyula	Albertirsai VSE
25.7 1	Tárnai István	Szoln.MÁV	26.5	Ebner Gábor	Göd.MEDOSZ
25.7	Mélykúti Béla	Bp.Honvéd	26.6 1	Balaton Sándor	BEAC
25.7	Demeter József	BEAC	26.7 1	Nyiregyházi György	Bp.Honvéd
25.8	Szécsei János	PVSK	26.8	Sági Sándor	Komló Bányász
25.8	Nagy Kardos József	Bp.Spartacus	26.8	Pál István	FTC
25.8	Rappai Nándor	VM KÖZERT	26.8	Halász Géza	Bp.Honvéd
25.8	Császár Imre	Ceglédi VSE	26.8	Rékasi Gábor	Martfűi MSE
25.9	Babos Géza	Győri Dózsa	26.8 1	Szabó János	Debrec.SI
26.0	Reich István	MPSC	26.8	Göz József	DEAC
26.0 1	Kiss Gábor	DVTK	26.8	Szert József	DEAC
			26.8	Bede János	Szoln.MÁV

400 m gátfutás:

52.6	Benkő János	U.Dózsa	VII.7.	Olsztyn	
52.9	Vértesi Miklós	BEAC	VI.8.	Budapest	
53.3	Török László	U.Dózsa	VI.8.	Budapest	
53.3	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	VI.8.	Budapest	
54.3	Giczei Csaba	DVSC	IX.28.	Budapest	
54.4	Déri Ervin	Bp.Spartacus	VI.8.	Budapest	
55.0	Orós Ferenc	TFSE	X.12.	Budapest	
55.2	Turóczy Árpád	Bp.Honvéd	VI.16.	Budapest	
56.0	Szécsei János	PVSK	VI.8.	Budapest	
56.4	Honti Róbert	Pécsi Ped.	VI.8.	Budapest	
56.6	Baran János	Bp.Honvéd	58.7	Mélykúti Béla	Bp.Honvéd
56.6	Kósa György	BEAC	58.8	Majercsik Mihály	Bp.Honvéd
56.6	Babos Géza	Győri Dózsa	59.0	1 Marich Attila	Tipográfia
56.6	i Betlehem István	PEAC	59.2	Nagy Kardos József	Bp.Spartac.
56.9	Gönczi Tibor	BEAC	59.3	1 Szabó János	Debrec.SI
57.2	Reich István	MPSC	59.5	Vass István	Martfűi MSE
57.3	Timár György	U.Dózsa	59.5	Naszódi Béla	DVTK
57.3	Munkácsi István	V.Izzó	59.5	1 Dóra János	XVIII.ker.SI
57.5	Nagy János	Bp.Honvéd	59.6	Tornyai József	Veszpr.Halad.
57.7	i Titkos Péter	U.Dózsa	59.6	Ottovai László	BEAC
57.8	Sági Sándor	Komlói Bányász	59.6	Tóth Gyula	SZVSE
57.8	Császár Imre	Ceglédi VSE	59.8	Kiss Ernő	Debr.Építők
57.8	Szailer László	SZVSE	59.8	Halász Géza	Bp.Honvéd
57.9	Gál László	MAFC	59.8	Csuri István	MAFC
57.9	Bánfalvi István	MTK	59.8	Rappai Nándor	VM KÖZERT
58.0	Regényi János	Bp.Honvéd	59.8	1 Süli József	Makói VSE
58.0	Horváth Péter	Debr.Építők	60.0	Óry Árpád	Nk.Dózsa
58.6	i Kiss Gábor	DVTK	60.1	Pál István	FTC
58.6	i Tárnai István	Szoln.MÁV	60.4	1 Takács Ferenc	Gyöngy.Bány.
58.6	Tóth Kálmán	MVSC	60.5	1 Panicsán Gyula	Albertirs.VSE

3000 m akadályfutás:

8:35.0	Mácsár József	Bp.V.Meteor	X.2.	Budapest
8:41.2	Simon Attila	FTC	VI.22.	Berlin
8:43.2	Fazekas Miklós	DVTK	X.2.	Budapest
8:55.4	Horváth Miklós	Bp.Honvéd	VI.9.	Budapest
8:57.2	Molnár Sándor	MTK	VI.9.	Budapest
8:59.4	Farkas János	Vasas	VI.9.	Budapest
9:05.4	Jóni István	Bp.Honvéd	VI.9.	Budapest
9:09.2	Aranyi József	MTK	VI.9.	Budapest
9:10.0	Fehér László	Nyiregyházi VSC	VI.30.	Diósgyőr
9:13.4	Kovács Lajos	U.Dózsa	VIII.25.	Szófia

9:13.8	Szekeres Béla	MAFC	9:57.6	Fodor Endre	Szolnoki MAV
9:24.0	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	9:58.4	Raffai Tibor	NYVSC
9:26.2	Kiss József	NYVSC.	9:59.2	Kovács József	U.Dózsa
9:33.4	Schneider Mihály	Bp.Spartacus	9:59.6	Tormási Attila	Bp.Honvéd
9:34.4	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa	9:59.6	Kerner Menyhért	Keszth.GAC
9:38.8	Hertelendi Béla	St.Bányász	10:01.2	Papp Zsigmond	BEAC
9:40.8	Etényi Gyula	Tatab.Bányász	10:02.6	Lovas Ferenc	SZVSE
9:41.8	Garbacz Ferenc	U.Dózsa	10:05.0	Zólyomi László	U.Dózsa
9:42.4	Krasznai István	Bcs.Dózsa	10:05.0	Mocsai Kálmán	Bp.Honvéd
9:42.8	Máté Sándor	U.Dózsa	10:05.4	Halmosi János	Bátaszéki VSK
9:43.4	Dombóvári István	U.Dózsa	10:07.2	Uzsoki János	U.Dózsa
9:44.8	Schirilla György	Vasas	10:13.2	Vadas István	U.Dózsa
9:46.0	Dudás István	Pécsi Cem.Ep.	10:14.4	Győri János	Debr.Epitők
9:47.6	Salpa János	Pécsi Dózsa	10:16.2	Tanczinger János	Szfv.Spartac.
9:49.6	Martincsek András	VM KÖZERT	10:16.6	Palla Kálmán	Bp.Honvéd
9:51.8	Husztai Tamás	Móri Bányász	10:16.6	Bendó Gyula	MTK
9:53.4	Kratochwill Sándor	Ózdi Kohász	10:17.2	dr.Jánosi Imre	Törekvés
9:54.4	Bárkányi István	SZVSE	10:17.6	Szántai Lajos	BEAC
9:55.2	Bankós Gyula	MAFC	10:22.0	Jáksó Ottó	SZVSE
9:56.8	Halász László	SZVSE	10:23.4	Bakó László	Ormosb.Bány

20 km gyaloglás:

1 ó 32:58.8	Havasi István	Bp.Postás	VII.28.Budapest
1 ó 33:16.8	Dienesz Béla	Bp.Postás	VII.28.Budapest
1 ó 33:37.4	Kiss Antal	Tb.Bányász	X.13. Varese
1 ó 34:33.0	Göri István	DEAC	X.13. Varese
1 ó 36:17.6	Balajcza Tibor	U.Dózsa	IX.22. Budapest
1 ó 38:58.6	Éles Béla	Tb.Bányász	X.6. Debrecen
1 ó 40:59.0	Sorger Sándor	Vasas	X.13. Budapest
1 ó 41:56.0	Dalmati János	Bp.Honvéd	VIII.11.Budapest
1 ó 43:29.4	Ordasi Lénárt	Tb.Bányász	X.13. Budapest
1 ó 44:52.6	Novák András	Békéscsabai MÁV	VII.14. Budapest

1:44:52.6	Novák András	Bcs.MÁV	1:57:33.6	Kuthy László	DEAC
1:45:01.2	Szivák István	Csepel	1:57:34.0	Bonyhádi Elek	MAFC
1:46:28.4	Ferber Imre	Vasas	1:59:01.4	Krassói Antal	U.Dózsa
1:46:38.6	Tesch Ferenc	Bp.Spartacus	2:01:24.4	Várszegi József	V.Izzó
1:47:06.4	Szabó János	Tatab.Bányász	2:02:28.2	Hrabéczi Géza	DEAC
1:49:35.2	Stefanik Pál	Bp.Póstás	2:04:37.4	Pataki Zsolt	Előre
1:49:49.2	Deák Ferenc	Bp.Póstás	2:05:38.6	Váradi Gábor	Bp.Petőfi
1:50:11.6	Kapusi János	Vasas	2:05:45.6	Tokos Márton	Előre
1:50:22.8	Bozó Emil	Előre	2:06:35.0	Farkas Pál	Előre
1:51:36.4	Gyuricza János	Szeg.Spartac.	2:07:44.0	Szilágyi Sándor	DEAC
1:52:55.8	Valkony Ferenc	Törekvés	2:09:14.0	Gagyai András	Előre
1:52:58.4	Balogh Tamás	Bp.Honvéd	2:09:43.8	Berecz János	Bp.Honvéd
1:54:00.6	Göri Pál	DEAC	2:13:47.6	Molnár Vilmos	V.Ikarus
1:55:43.0	Nagy Géza	Tatab.Bányász	2:17:22.0	Briss Félix	Előre

50 km gyaloglás:

4 ó 14:24.0	Havasi István	Póstás	X.12. Varese
4 ó 42:23.2	Dienesz Béla	Csepel	VI.16. Budapest
4 ó 43:29.0	Tesch Ferenc	Spartacus	X.12. Varese
4 ó 59:14.8	Stefanik Pál	Póstás	V.16. Budapest
5 ó 03:50.8	Sorger Sándor	Vasas	XI.17. Budapest
5 ó 08:37.8	Temesvári Gyula	Szegedi Spartacus	V.16. Budapest
5 ó 13:54.8	Kapusi János	Vasas	XI.17. Budapest
5 ó 17:18.4	Valkony Ferenc	Törekvés	XI.17. Budapest
5 ó 25:41.0	Beik Árpád	Ormosb.Bányász	XI.17. Budapest
5 ó 27:41.4	Schirilla György	Vasas	XI.17. Budapest
5:28:05.4	Várszegi József	V.Izzó	
5:47:01.8	Ladányi Tibor	Törekvés	
5:53:23.2	Farkas Pál	Előre	
5:59:03.4	Zalavári Ferenc	Törekvés	
6:05:27.4	Lollé Elemér	Törekvés	

Rudugrás:

449	Miskei János	Bp.Honvéd	X.12. Budapest	
432	Tamás István	Bp.Spartacus	X.6. Budapest	
430	Horváth János	U.Dózsa	VI.9. Budapest	
430	dr.Csaba András	Vasas	VII.20. Budapest	
430	Török István	MAFC	VII.24. Budapest	
420	Hubai Gyula	Bp.Honvéd	VI.9. Budapest	
410	Moldvai Ferenc	Bp.Spartacus	X.13. Budapest	
405	Perlaki Andor	Pécsi Dózsa	VIII.25. Debrecen	
400	Csányi Zoltán	U.Dózsa	VIII.13. Stockholm	
400	Bakai József	Csepel	X.12. Budapest	
392	Gagyí Endre	TFSE	360 Lovas Albert	TFSE
390	Kismartoni Károly dr.	Vasas	360 K.Nagy Géza	SZEAC
390	Kismartoni Péter	Vasas	350 i Polgár János	U.Dózsa
390	Horváth Tamás	Bp.Spartacus	350 Papp László	DVSC
390	Kiss Imre	U.Dózsa	350 dr.Egressy András	Vasas
390 i	Kalmár Mihály	Bp.Spartacus	350 Fodor Béla	SUMSE
382	Schulek Ágoston	Vasas	350 Szécsel József	Pécsi VSK
380 i	Kullay András	Kecskem.Dózsa	345 i Andor György	Vasas
380	Jóboru Jenő	Bp.Spartacus	345 i Imre Iván	Vasas
372	Tóth Tamás	Bp.Spartacus	343 Lelkes István	Kaposvári Pet.
370	Jablonszky Attila	U.Dózsa	342 i Kismartoni János	Vasas
370	Anderle Lajos	U.Dózsa	340 Szabó József	Debr.Honvéd
370	Helmeczi Ottó	Bp.V.Meteor	340 Molnár Gergely	Bp.Spartacus
370 i	Vasvári Károly	Kecskem.Dózsa	340 Szűcs Bertalan	Bp.Honvéd
365	Kenesei János	Szh.Haladás	340 Berzi Károly	DVTK
362	Kismartoni László	Vasas	340 Nagy Ernő	SZVSE
360 i	Halász Csaba	Vasas	340 i Mihalik Géza	XVII.ker.SI
360 i	Anderle Dénes	U.Dózsa	340 Urbán János	Tatab.Bányász
360	Kereszti Csaba	SZEAC	340 Horváth Gyula	DVSC
360	Sárkány János	SZVSE	340 Hortobágyi László	Dunaf.V.Lobogó
360	Bakó Antal	SZVSE	340 Vászoly József	Bp.Honvéd
360	Somogyi István	DEAC	340 Farkasinszky Gyula	TFSE

Magasugrás:

208	Noszálly Sándor	Bp.Honvéd	V.26. Budapest
205	Szekeres Tibor	U.Dózsa	IV.28. Budapest
203	Medovárszky János	Békéscsabai MÁV	X.20. Jalta
201	Krasovecz Ferenc	BEAC	VI.1. Budapest
201	Erki Imre	BEAC	VII.31. Budapest
201	Krasznai Tivadar	Bp.Honvéd	VII.31. Budapest
200	Szarka István	Tatabányai Bányász	VIII.31. Tatabánya
197	Hossala József	Csepel	VII.14. Budapest
197	Pataki Zoltán	Bp.Honvéd	X.27. Budapest
195	Bodó Gábor	TFSE	VI.9. Budapest

194	Hemeia György	Vasas	185	Pál István	FTC
193	Bakai József	Csepel	185	1 Hajós Sándor	U.Dózsa
193	1 Tihanyi József	Sopr.Széch.g.	185	1 Mihalik Géza	XVII.ker.SI
191	1 Weglárz Bálint	Józsefv.SI	185	1 Béres Sándor	Nk.Dózsa
191	1 Karner Ottó	BEAC	185	Szivák Pál	Győri ETO
191	Kovács Nimród	Tatab.Bányász	185	Szabó Miklós	Szeksz.Dózsa
189	Vass József	Bp.Epítők	185	1 Kullay András	Kecsk.Dózsa
189	Banna Valér	PVSK	184	Mezősi Károly	SZEAC
188	Füzesi Ede	U.Dózsa	184	1 Kávai Gyula	Csepel
188	Maros István	BEAC	184	Bódos Mihály	MAFC
188	Horváth Attila	MAFC	184	Hagya István	U.Dózsa
188	1 Szórád Péter	Csepel	183	Sóti János	Dunaujv.Kohász
188	1 Vasvári Károly	Kecsk.Dózsa	183	Lakatos János	Budai Spart.
186	Hódosi László	Pécsi EAC	183	1 Szepesi Ádám	Békés m.SI
186	1 Gábor László	PVSK	182	1 Horváth Sándor	Gyöngy.Bány.
186	Hubai Gyula	Bp.Honvéd	182	Lengyel Zoltán	Szoln.Honv.
186	Fülöp Jenő	Vasas	181	Dávid Ottó	Szh.Haladás
186	Jakus Péter	KEGAC	181	Vámos Béla	SZVSE
186	Hámori Imre	Bp.Honvéd	181	Rozsnyai Ferenc	SZEAC
186	1 Szédi Péter	Nk.Gimnázium	181	Ványi Gábor	Dunaf.V.Lobogó

Távolugrás:

773	Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	VII.13. Budapest	
749	Bakai József	Csepel	VII.27. Budapest	
736	Hossala József	Csepel	VII.27. Budapest	
732	Margitics Béla	U.Dózsa	VIII.18. Budapest	
730	Hámori Imre	Bp.Honvéd	IV.27. Budapest	
728	Ivanov Dragán	TFSE	VI.23. Pécs	
713	Putzkó József	Gyulai MEDOSZ	VII.13. Budapest	
712	1 Kundgya János	TFSE	IX.14. Budapest	
708	Ladányi Gábor	MAFC	X.20. Budapest	
707	1 Biró Attila	Soproni Gimnázium	IV.27. Sopron	
707	Takács Béla	Gödöllői EAC	VIII.17. Budapest	
706	Sylvester Adam	MAFC	673 1 Salánki István	Szegedi SI
706	1 Mátravölgyi Béla	MTK	672 1 Dékány Lajos	Bp.Honvéd
705	Fluck Miklós	Vasas	672 1 Ancsin András	Békés m.SI
701	Victor Zoltán	MTK	672 Füzesi Ede	U.Dózsa
700	1 Haszilló Ferenc	TFSE	671 1 Nagy László	Ganz-MAVAG
695	Römer Alfréd	MPSC	670 Miskei János	Bp.Honvéd
694	Raáb Tibor	DVTK	670 1 Miller György	U.Dózsa
692	1 Papp István	MAFC	667 s Lugosi Károly	MTK
692	Csányi Zoltán	U.Dózsa	667 Török István	MAFC
687	1 Németh Miklós	Vasas	667 Cziffra Zoltán	Bp.Honvéd
687	Turóczy József	Ganz-MAVAG	666 Farkasinszky Gyula	TFSE
686	Tatár László	DEAC	665 1 Kaiser László	Ujpesti SI
684	1 Torma Gábor	Budai Spart.	665 Pityer Mihály	MAFC
683	Ogonovszky Ferenc	Tatab.Bány.	665 Soproni Tibor	Nk.Bányász
681	Zászló Zsolt	U.Dózsa	664 1 Németh István	Grosh.Táncsics g.
680	1 Farkas Róbert	Józsefv.SI	664 Tell Vilmos	Szoln.Honvéd
680	1 Lukács László	Bp.Petőfi g.		
679	Balassi Péter	Bp.Honvéd	Hátszéllel:	
678	Szemeti László	Szfv.MAV Előre	734 Margitics Béla	U.Dózsa
678	1 Szabados Lajos	Ganz-MAVAG	727 Putzkó József	Gyulai MEDOSZ
677	Vértessy Miklós	BEAC	679 Mihályi Géza	U.Dózsa
675	Csorba Zoltán	MEAFAC	670 Kovács Tibor	Bp.Honvéd
675	Dóka Gábor	Ceglédi VSE	664 Janosi Mihály	BEAC
674	Kurunczy Zoltán	DVSC		

Hármasugrás:

15.89	Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	VIII.9. Helsinki	
15.61	Ivanov Dragán	TFSE	X.3. Budapest	
15.17	Kovács László	BEAC	VI.9. Budapest	
15.05	Czaplai Gyula	U.Dózsa	VII.7. Olsztyn	
14.84	Putzkó József	Gyulai MEDOSZ	X.27. Szeged	
14.72	Füzesi Ede	U.Dózsa	IX.7. Budapest	
14.69	Bakai József	Csepel	VIII.25. Budapest	
14.50	Takács Béla	Gödöllői EAC	VI.22. Dunakeszi	
14.40	Csorba Zoltán	MEAFAC	VI.16. Ózd	
14.36	Viktor Zoltán	MTK	IX.29. Budapest	
14.27	Kurunczi Zoltán	DVSC	13.66 Kovács János	Kaposv.Dózsa
14.25	Gulyás László	SZEAC	13.65 Bognár Károly	Sz helyi Halad.
14.25	i Szabados Lajos	Ganz-MAVAG	13.65 i Rixer Attila	Pest m.SI
14.25	Kercsik Iván	U.Dózsa	13.65 i Kinczki István	Ganz-MAVAG
14.23	Cziffra Zoltán	Bp.Honvéd	13.64 Barz Károly	DVTK
14.20	Török István	MAFC	13.62 Horváth Béla	Szoln.MAV
14.19	i Biró Attila	Sopr.Szécs.g.	13.57 i Lotz Henrik	Komárom m.SI
14.17	Grózy Zoltán	Csepel	13.57 Darvas Zoltán	600.ITSK
14.16	i Mátravölgyi Béla	MTK	13.57 Solti János	Dunaujv.Koh.
14.15	i Leveles Andor	MAFC	13.56 i Kaiser László	Ujpesti SI
14.06	Soproni Tibor	Nkan.Bányász	13.56 Pető Zoltán	BEAC
14.01	Balassi Péter	Bp.Honvéd	13.53 Gáspár István	MAFC
13.99	Römer Alfréd	MPSC	13.52 Jakus Péter	KEGAC
13.94	Salgó Béla	Bp.Honvéd	13.48 Rékasi Gábor	Martfői MSE
13.91	Ogonovszky Ferenc	Tatab.Bány.	13.46 Szarka István	Tatab.Bányász
13.86	i Dékány Lajos	Bp.Honvéd	13.41 Tatár László	DEAC
13.77	Scharle Péter	MAFC	13.40 Huszár Pál	V.Izzó
13.72	Erős Pál	Vasas	13.39 Hegedüs Imre	Misk.EAFAC
13.69	Orgonás Sándor	Bp.Honvéd	13.39 Varga Miklós	BEAC
13.69	Jánosi Mihály	BEAC		
13.69	Margitics Béla	U.Dózsa	Hátszéllel:	
13.68	Agh Pál	KEGAC	14.29 Gulyás László	SZEAC

Súlylökés:

19.42 Varju Vilmos
 18.84 Nagy Zsigmond
 16.55 1 Fejér Géza
 16.31 Holub Sándor
 15.88 Zsivótzky Gyula
 15.63 1 Sasvári Sándor
 15.37 Kövesdi Ferenc
 15.31 Szécsényi József
 15.08 Skoumál Dezső
 14.94 Katona József

VM KÖZERT
 MAFC
 Bp.Honvéd
 DASE
 U.Dózsa
 Bp.Honvéd
 U.Dózsa
 Bp.Honvéd
 DVTK
 BVSC

VI.23. Pécs
 X.2. Budapest
 IX.29. Budapest
 VI.16. Debrecen
 VI.23. Pécs
 VIII.15. Budapest
 VII.6. Olasztn
 VIII.24. Budapest
 V.1. Diósgyőr
 X.27. Budapest

14.83 dr.Török István SZEAC
 14.52 Farkasinszky Gyula TFSE
 14.47 Nagy Gábor Bp.Honvéd
 14.45 Bertók Gyula TFSE
 14.43 1 Katics Kálmán U.Dózsa
 14.38 Bakai József Csepel
 14.28 Gremsperger László Bp.Honvéd
 14.27 Hevesi Sándor Szarvasi MEDOSZ
 14.25 Kozák József Veszpr.Haladás
 14.18 Bozó András Bcs.MAV
 14.01 Simkó László VM KÖZERT
 14.01 Nagy György BEAC
 13.96 1 Treiber Miklós Bp.Honvéd
 13.82 Bedecs László Csepel
 13.80 Asbóth János BEAC
 13.72 Bognár Károly Szh.Haladás
 13.56 Vágó Pál Bp.Honvéd
 13.53 Kolozsi András BEAC
 13.50 Rónai Tibor SZEAC
 13.44 1 Gengeliczky László Bácsalm.Hunydi g.

13.43 Kovács Etele TFSE
 13.43.1 Tököli Imre MTK
 13.40 Lovász Lázár Pécsi Dózsa
 13.40 Choma György Zalaeg.TE
 13.38 1 Neményi Béla Csongrád m.SI
 13.37 Kun János Dunaujv.Kohász
 13.37 Sárközi József DVSC
 13.35 Hoffmann Antal Gyulai MEDOSZ
 13.35 Lipták László Bajai Építők
 13.35 Specht Antal Pécsi Cem.Ép-
 13.34 1 Baráth Ferenc Szegedi SI
 13.26 Lombos Alfréd Dunaujv.Kohász
 13.22 Maxim Mátyás TFSE
 13.21 Juhász János Bp.Építők
 13.18 Predács Iván Mohácsi TE
 13.18 Héra Attila U.Dózsa
 13.14 Kántor Géza SZEAC
 13.13 1 Gőcze Csaba Szh.Haladás
 13.11 Klics Ferenc Vasas
 13.10 Böröcsök János BEAC
 13.10 Hanzlik Sándor VM KÖZERT

Diszkoszvetés:

57.02 Szécsényi József
 55.29 Klics Ferenc
 52.06 1 Fejér Géza
 51.64 Bakai József
 50.93 Kövesdi Ferenc
 50.91 Nagy Zsigmond
 48.48 1 Hantos Balázs
 48.01 Saskói Alfons
 47.91 Holub Sándor
 46.68 Kivágó Iván

Bp.Honvéd
 Vasas
 Bp.Honvéd
 Csepel
 U.Dózsa
 MAFC
 U.Dózsa
 Vasas
 DASE
 Bp.Honvéd

IX.28. Budapest
 X.3. Budapest
 VIII.25. Budapest
 IX.28. Budapest
 VI.16. Budapest
 VII.14. Budapest
 X.13. Budapest
 IX.7. Budapest
 VIII.11. Debrecen
 V.26. Budapest

46.23 Varju Vilmos VM KÖZERT
 46.05 Katona József BVSC
 45.81 Solyom Rudolf MAFC
 45.48 Tóth Ferenc Szeksz.Dózsa
 45.28 Farkasinszky Gyula TFSE
 44.91 Doszpod András Szeksz.Dózsa
 44.90 Harmath Attila BEAC
 44.75 Petróczy Sándor Vasas
 44.71 Bedecs László Csepel
 44.58 Kazinczy Gyula MAFC
 44.57 Földelmási László Vasas
 44.55 Vágó Pál Bp.Honvéd
 44.28 Csérmák József Tapolcai IAC
 44.14 Lovász Lázár Pécsi Dózsa
 44.04 Kozák József Veszpr.Haladás
 43.71 Erki Imre BEAC
 43.52 Nagy Szilveszter Tatab.Bányász
 43.51 1 Téglai Ferenc SZVSE
 43.21 Friedrich Ferenc Bp.Honvéd

43.14 Juhász János Bp.Építők
 42.67 Lévai Károly Bp.Honvéd
 42.63 Kolozsi András BEAC
 42.59 Czmarkó Gyula BEAC
 42.59 Kun János Dunaujv.Kohász
 42.46 Héra Attila U.Dózsa
 42.25 Skoumál Dezső DVTK
 42.20 Encsi István Ózdi Kohász
 42.13 1 Tököli Imre MTK
 42.10 Szász Lajos Csepel
 41.87 Moravetz Ferenc NYVSC
 41.78 Nagy Ernő V.Izzó
 41.63 Csorba Károly Albertirsai VSE
 41.54 1 Juhász András Ceglédi VSE
 41.35 1 Gengeliczky László Bácsalm.Hunyadi g.
 41.34 Doros Béla MAFC
 41.33 Szabó Gyula Szh.Haladás
 41.14 Borbás Gyula Pécsi Dózsa
 41.00 1 Gabnai Sándor Bekés m.SI

Gerelyhajítás:

80.29	Kulcsár Gergely	Építők	VI.1. Budapest
76.69	Krasznai Sándor	U.Dózsa	V.18. Budapest
70.84	Petővári Attila	U.Dózsa	X.12. Budapest
69.72	Harmath Attila	BEAC	X.27. Budapest
69.54	1 Németh Miklós	Vasas	VI.23. Pécs
69.24	Varga Béla	TFSE	VI.23. Pécs
67.40	Lukács János	Pécsi VSK	VIII.25. Debrecen
66.96	Zarubai Iván	U.Dózsa	X.12. Budapest
66.64	Szakasits György	Vasas	IX.27. Budapest
66.15	Weber Ádám	PVSK	VI.16. Pécs
65.04	Pataki László	BEAC	TFSE
64.67	Kaposvári Zoltán	MAFC	Kiskunh. MEDOSZ
64.34	Kellermayer Miklós	Pécsi EAC	Szfv.Spartac.
64.16	Szabados János	Vasas	PEAC
63.49	Márity János	Bajai Építők	Gyöngy.VSC
62.64	Kabdebó Antal	BEAC	Tatab. Bányász
62.44	Czabán Dániel	Bp.Honvéd	U.Dózsa
61.83	Gál József	Bp.Honvéd	Szeksz.Dózsa
61.40	Nyakas Ferenc	Gödöllői EAC	Csepel
60.85	Szabó József	Bp.Spartacus	PVSK
60.29	Barabás György	Bp.Honvéd	Szolnoki MÁV
60.22	Szabó József	Debrec.Honvéd	SZEAC
60.03	Füredi Ferenc	Pécsi VSK	Vasas
59.64	Fodor István	MAFC	NyVSC
59.28	Börcsök János	BEAC	Mosonm.EAC
59.04	1 Kovács Gábor	Szfvári SI	SZEAC
58.78	1 Domán Gábor	Pécsi VSK	Bp.Honvéd
58.62	Hertelendi Attila	BEAC	TFSE
58.50	Háznik János	TFSE	Debrec.Építők
58.12	Nagy Gábor	Bp.Honvéd	Gyöngy.Bányász
57.90	Bakó Ferenc	TFSE	
57.90	Zag László	Kiskunh. MEDOSZ	
57.40	1 Kővári Henrik	Szfv.Spartac.	
57.40	Pelényi Attila	PEAC	
57.25	1 Tőzsér Zoltán	Gyöngy.VSC	
57.13	Jókuti István	Tatab. Bányász	
56.73	Csintalan Miklós	U.Dózsa	
56.71	Abaházi István	Szeksz.Dózsa	
56.57	Bakai József	Csepel	
56.52	1 Szörényi István	PVSK	
56.38	Magas Oszkár	Szolnoki MÁV	
56.23	Laki Ferenc	SZEAC	
56.12	Nyerges István	Vasas	
56.00	Kovács András	NyVSC	
55.48	Gundel János	Mosonm.EAC	
55.40	dr.Török István	SZEAC	
55.17	1 Sasvári Sándor	Bp.Honvéd	
54.88	Maxim Mátyás	TFSE	
54.80	1 Nagy Dezső	Debrec.Építők	
54.74	s Erdélyi György	Gyöngy.Bányász	

Kalapácsvetés:

69.06	Zsivótzky Gyula	U.Dózsa	VII.14. Budapest
64.03	Eckschmiedt Sándor	TFSE	X.20. Jalta
60.66	Varga Sándor	Bp.Spartacus	V.26. Budapest
59.11	Trényi Imre	SZEAC	VIII.4. Kecskemét
57.24	Mecseki Attila	Vasas	VII.28. Budapest
56.68	Lédl Richárd	Gödöllői EAC	IX.28. Dunakeszi
55.94	Kapcsos Lajos	Bp.Honvéd	IX.8. Budapest
55.88	Gulyás János	Nyiregyházi VSC	V.12. Nyiregyháza
55.70	Lovász Lázár	Pécsi Dózsa	X.26. Pécs
55.65	Encsi István	Ózdi Kohász	X.20. Ózd
54.80	Balogh János	Győri ETO	SZEAC
54.62	Sajtár Lajos	U.Dózsa	V.Izzó
54.34	Pekár Lajos	Csepel	Csurgói Spartac.
53.89	Németh Pál	Szh.Haladás	Bp.Honvéd
53.68	Kovács Zoltán	Bp.Honvéd	SZEAC
53.32	Mészáros Tibor	Bp.Spartacus	V.Izzó
53.21	Németh Imre	Vasas	DEAC
52.55	Makó Tibor	DVTK	SZEAC
52.30	Komjáthy Árpád	Bp.Honvéd	Bcs.MÁV
52.23	Csermák József	Tapolcai IAC	BEAC
52.12	1 Schweickhardt Gyula	TFSE	U.Dózsa
52.06	Détár László	Tatab. Bányász	Győri Dózsa
51.59	dr.Katona András	SZEAC	Bp.Spartacus
51.20	Karácsonyi Zoltán	DEAC	TFSE
50.72	1 Katics Kálmán	U.Dózsa	Bp.Spartacus
50.70	dr.Lázár György	SZVSE	U.Dózsa
50.47	Hauszmann Ervin	Pécsi Dózsa	SÚMSE
50.01	Bakai József	Csepel	Szoln.MÁV
49.56	Friedrich Ferenc	Bp.Honvéd	BEAC
49.23	1 Kelen András	MAFC	DVTK
49.23	Tóth László	SZEAC	
48.76	Kovács Béla	V.Izzó	
48.72	Máté Jenő	Csurgói Spartac.	
48.71	1 Fejér Géza	Bp.Honvéd	
48.68	dr.Molnár Imre	SZEAC	
48.59	1 Gaál Gyula	V.Izzó	
48.62	Szőör Gyula	DEAC	
48.25	dr.Török István	SZEAC	
48.07	Hidas László	Bcs.MÁV	
47.66	Balogh Ferenc	BEAC	
47.62	Pirisi Károly	U.Dózsa	
47.30	Csögh Dezső	Győri Dózsa	
47.26	Gazdik László	Bp.Spartacus	
47.18	Németh József	TFSE	
46.80	Bácsalmási Ottó	Bp.Spartacus	
46.50	1 Vajda László	U.Dózsa	
46.40	1 Németh László	SÚMSE	
46.36	Kocsis István	Szoln.MÁV	
46.04	Fejes István	BEAC	
45.85	Mező Zoltán	DVTK	

Tízpróba:

7041	Bakai József	Csepel	X.26-27.Budapest		
6253	Csányi Zoltán	U.Dózsa	X.26-27.Budapest		
5830	Farkasinszky Gyula	TFSE	VIII.31-IX.1.Bpest		
5676	Czabán Dániel	Bp.Honvéd	VIII.31-IX.1.Bpest		
5594	Hubai Gyula	Bp.Honvéd	V.4-5. Budapest		
5299	Raáb Tibor	DVTK	X.26-27.Budapest		
5279	Noszály Sándor	Bp.Honvéd	X.26-27.Budapest		
5171	Szécsi János	PVSK	X.26-27.Budapest		
5087	Füzesi Ede	U.Dózsa	X.26-27.Budapest		
5027	Berzi Károly	DVTK	IX.21-22.Miskolc		
4984	Benkő János	U.Dózsa	3785	Loczi Antal	Gyulai MEDOSZ
4819	Rékasi Gábor	Martfői MSE	3754	Orbán Imre	Martfői MSE
4765	Csorba Zoltán	MEAFK	3593	Váradi Rudolf	Ózdi Kohász
4673	Márity János	Bajai Építők	3586	Bartha Károly	Debreceni SI
4540	Pál István	FTC	3564	Macsuga Ervin	DEAC
4464	Fodor Béla	SÜMSE	3543	Ébner Gábor	Gödöll.MEDOSZ
4444	Kiss Imre	U.Dózsa	3540	Fungor Imre	BEAC
4416	Lakatos János	Budai Spart.	3461	Gundel János	M.óvári EAFK
4399	Gőz József	DEAC	3458	Tóth Ferenc	Szeksz.Dózsa
4368	Kalló Dezső	BEAC	3453	Boros László	DEAC
4183	Perlaki Andor	Pécsi Dózsa	3416	Moravec Ferenc	NyVSC
4113	Nagykardos József	Bp.Spartacus	3272	Kerékgyártó László	DEAC
4095	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa	3237	Csutorás Béla	Nkan.Bányász
4085	Horváth Attila	MAFC	3224	Csongor László	PEAC
3997	Tóth Kálmán	MVSC	3199	Gergely András	SZEAC
3994	Takács Béla	Gödöllői EAC	3190	Császár Imre	Ceglédi VSE
3973	Tatár László	DEAC	3184	Nagy István	SÜMSE
3901	Naszódi Béla	DVTK	3169	Abaházi István	Szeksz.Dózsa
3896	Lovász Lázár	Pécsi Dózsa	3152	Hortobágyi László	Dunaf.V.Lobogó
3844	K.Nagy Géza	SZEAC	3142	Grólmusz Zoltán	DVTK



NŐK:

100 m női síkfutás:

11.5	Markó Margit	Vasas Izzó	X.2. Budapest
11.7	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	X.19. Jalta
11.8	Such Ida	BVSC	V.18. Budapest
11.9	Bata Teréz	Bp.V.Meteor	X.3. Budapest
12.0	Kispál Jánosné	U.Dózsa	V.13. Budapest
12.0	Munkácsi Antónia	Vasas Izzó	V.18. Budapest
12.2	Mihalovits Julia	Bp.Honvéd	VII.13. Budapest
12.2	Orbán Irén	U.Dózsa	IX.14. Budapest
12.3	1 Balogh Tünde	Vasas	V.12. Budapest
12.3	1 Endrédi Ilona	DEAC	VII.21. Diósgyőr
12.3	Rózsavölgyi Jánosné	Bp.V.Meteor	IX.14. Budapest
12.3	Gerhardt Zsuzsa	BEAC	VII.13. Budapest
12.3	Jónás Ildikó	MPSC	X.13. Budapest
12.4	Benkovics Györgyi	Bp.Honvéd	
12.4	1 Krassai Judit	Szeksz.Dózsa	
12.4	1 Kovács Annamária	Bp.Honvéd	
12.5	1 Turi Mária	Vasas	
12.5	1 Domonkos Erika	Egri SI	
12.6	1 Pethő Mária	Bp.Honvéd	
12.6	Baricza Ágnes	BEAC	
12.6	1 Krausz Éva	Csepel	
12.6	1 Poór Erika	Szhelyi SI	
12.6	Németh Ida	U.Dózsa	
12.6	Sásdi Istvánné	Debrec.Építők	
12.6	Krieg Gabriella	Bp.Építők	
12.6	Hamar Mária	Szeksz.Dózsa	
12.6	Császi Katalin	Szoln.MÁV	
12.7	Bácskai Mária	Bp.Honvéd	
12.7	Meszler Ildikó	PEAC	
12.7	1 Csikós Katalin	Szoln.MÁV	
12.7	s Varga Judit	MTK	
12.7	Takács Katalin	U.Dózsa	
12.7	1 Bartha Ibolya	Szoln.MÁV	
12.7	gy Kertész Rozália	Szoln.Uttörőház	
12.7	Tyetyák Anna	BEAC	
12.7	s Kovács Ilona	Ózdi Kohász	
12.7	1 Buskó Irén	Miskolci SI	
12.8	1 Fehér Erika	Bp.Honvéd	
12.8	1 Rusics Éva	Vasas	
12.8	s Halmi Zsuzsa	BVSC	
12.8	Mihályfi Éva	DVTK	
12.8	1 Kalász Erzsébet	Bcs.MÁV	
12.8	s Molnár Katalin	Előre	
12.8	1 Szabó Erzsébet	Komlói Bányász	
12.8	1 Sárkány Gizella	SZEAC	
12.8	s Szabó Hajnalka	Tatab.Bányász	
12.8	1 Fekete Klára	Vasas	
12.8	s Bárdos Erzsébet	Szeksz.Dózsa	
12.8	s Gulyás Ágota	MAFC	
12.8	1 Rétfalvi Magda	MTK	

Hátszéllel:

11.7	Heldt Erzsébet	U.Dózsa
11.9	Jónás Ildikó	MPSC
12.1	Bata Teréz	Bp.V.Meteor
12.2	1 Kovács Annamária	Bp.Honvéd
12.3	1 Krassai Judit	Szeksz.Dózsa
12.5	1 Poór Erika	Szhelyi SI
12.5	Hamar Mária	Szeksz.Dózsa
12.5	Császi Katalin	Szoln.MÁV
12.6	1 Buskó Irén	Miskolci SI
12.7	s Bárdos Erzsébet	Szeksz.Dózsa
12.8	Kazi Olga	MAFC
12.8	s Bessenyei Szidónia	U.Dózsa

200 m női síkfutás:

24.0	Markó Margit	Vasas Izzó	VII.14. Budapest
24.3	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	VII.14. Budapest
24.5	Munkácsi Antónia	Vasas Izzó	VI.29. Budapest
24.7	Kispál Jánosné	U.Dózsa	VI.29. Budapest
24.7	Such Ida	BVSC	VII.14. Budapest
25.0	Mihalovits Julia	Bp.Honvéd	VII.14. Budapest
25.3	Gerhardt Zsuzsa	BEAC	V.11. Budapest
25.4	Rózsavölgyi Jánosné	Bp.V.Meteor	V.26. Budapest
25.5	Németh Ida	U.Dózsa	V.26. Budapest
25.8	Orbán Irén	U.Dózsa	VIII.25. Szófia
26.0	1 Turi Mária	Vasas	
26.0	1 Buskó Irén	Miskolci SI	
26.0	Benkovics Györgyi	Bp.Honvéd	
26.1	1 Balogh Tünde	Vasas	
26.1	Bata Teréz	Bp.V.Meteor	
26.2	Kazi Olga	MAFC	
26.2	1 Kalász Erzsébet	Bcs.MÁV	
26.2	1 Csikós Katalin	Szoln.MÁV	
26.3	1 Csontos Mária	U.Dózsa	
26.3	Bácskai Mária	Bp.Honvéd	
26.4	1 Krassai Judit	Szeksz.Dózsa	
26.4	Baricza Ágnes	BEAC	
26.4	Császi Katalin	Szoln.MÁV	
26.4	1 Endrédi Ilona	DEAC	
26.6	1 Poór Erika	Szhelyi SI	
26.6	Takács Katalin	U.Dózsa	
26.6	Jónás Ildikó	MPSC	
26.7	Hamar Mária	Szekszárdi Dózsa	
26.7	1 Domonkos Erika	Egri SI	
26.8	1 Pethő Mária	Bp.Honvéd	
26.8	Oó Mária	TFSE	
26.8	1 Száraz Irén	Martfői MSE	
26.8	1 Szabó Erzsébet	Komlói Bány.	
26.9	Nagy Zsuzsa	BEAC	
27.0	Krieg Gabriella	Bp.Építők	
27.0	Gulyás Erzsébet	BEAC	
27.0	1 Biró Zsuzsa	FTC	
27.0	Mihályfi Éva	DVTK	
27.1	1 Szakara Zsuzsa	Bp.Honvéd	
27.1	1 Bádé Margit	Bcs.Dózsa	
27.1	Papp Emőke	TFSE	
27.1	1 Kovács Annamária	Bp.Honvéd	
27.1	1 Prohászka Magda	Komlói Bány.	
27.2	1 Rétfalvi Magda	MTK	
27.2	1 Dragonics Teodózia	Csepel	
27.2	1 Vass Ágnes	U.Dózsa	
27.2	1 Pászt Erika	U.Dózsa	
27.2	Tyetyák Anna	BEAC	
27.2	Sásdi Istvánné	Debr.Építők	
27.2	1 Szenteleki Sára	Szhelyi SI	
27.2	Kazi Valéria	BVSC	

Hátszéllel:

25.5	1 Krassai Judit	Szeksz.Dózsa
27.0	1 Kerész Róza	Kaposv.Dózsa
27.2	1 Kerész Róza	Kaposv.Dózsa

400 m női síkfutás:

54.6	Munkácsi Antónia	Vasas Izzó	VI.8. Budapest
54.9	Kazi Olga	MAFC	IX.27. Budapest
57.3	Nagy Zsuzsa	BEAC	X.12. Budapest
57.6	Takács Katalin	U.Dózsa	IX.27. Budapest
57.8	Mihalovits Julia	Bp.Honvéd	VI.8. Budapest
57.8	Gerhardt Zsuzsa	BEAC	VII.13. Budapest
58.3	Tóth Mária	Bp.Helyiipari SC	VII.13. Budapest
58.7	Sasvári Gizella	Szombathelyi Halad.	VII.27. Kecskemét
58.9	1 Kalász Erzsébet	Békéscsabai MÁV	IX.14. Budapest
59.0	Baricza Ágnes	BEAC	IX.27. Budapest
59.2	1 Szenteleki Sára	Szhelyi SI	51.8 Császai Katalin Szoln.MÁV
59.7	Nagy Katalin	Bp.Spartac.	61.9 1 Kalmár Judit Bp.Helyiip.
60.1	Such Margit	Bcs.MÁV	62.0 s Turóczi Anna Jászv.Vasas
60.2	1 Rétfalvi Magda	MTK	62.0 Korompay Éva Vasas
60.2	Gulyás Erzsébet	BEAC	62.3 Zsilák Ilona Bcs.Dózsa
60.3	1 Turi Mária	Vasas	62.3 1 Kovács Annamária Bp.Honvéd
60.4	Kázi Valéria	BVSC	62.4 1 Tóth Erzsébet 35.ITSK
60.7	1 Pethő Mária	Bp.Honvéd	62.4 1 Brigman Mária Békés m.SI
60.8	1 Prohászka Magda	Komlói Bány.	62.5 1 Dávid Katalin Nagyk.Bányász
60.9	1 Kercsó Rózsa	Kaposv.Dózsa	62.5 Malina Mária FTC
61.1	s Bessenyei Szidónia	U.Dózsa	62.6 s Simon Kornélia Bcs.Dózsa
61.1	Farkas Olga	MPSC	62.6 1 Szigeti Anna Egri SI
61.4	s Molnár Katalin	Előre	62.6 1 Palócz Anna Törökszm.Gimn.
61.4	Leleszi Anna	U.Dózsa	62.7 Kreisch Magda FTC
61.5	Turi Emilia	BVSC	62.7 1 Szakara Zsuzsa Bp.Honvéd
61.5	Papp Emőke	TFSE	62.7 1 Szabó Erzsébet Komlói Bány.
61.5	1 Bádé Margit	Bcs.Dózsa	62.7 s Kiss Annamária U.Dózsa
61.6	s Szabó Erzsébet	Pécsi SI	62.8 1 Lajos Mária Makói VSE
61.7	Hagymási Erzsébet	FTC	62.8 1 Karácsonyi Györgyi Vasas
61.7	Bagi Zsuzsa	PVSK	62.8 Gyenes Katalin Bcs.Dózsa

800 m női síkfutás:

2:05.4	Kazi Olga	MAFC	X.3. Budapest
2:08.8	Nagy Zsuzsa	BEAC	X.20. Jalta
2:09.7	Tóth Mária	Bp.Helyiipari SC	VI.19. Budapest
2:10.3	Sasvári Gizella	Szombathelyi Halad.	VIII.19.
2:13.9	Nagy Katalin	Bp.Spartacus	X.13. Budapest
2:14.7	Zsilák Ilona	Békéscsabai Dózsa	VIII.24. Szófia
2:14.8	Such Margit	Békéscsabai MÁV	VI.19. Budapest
2:16.5	Takács Katalin	U.Dózsa	VIII.19. Budapest
2:16.6	Kazi Valéria	BVSC	VII.31. Budapest
2:19.1	Tóth Erzsébet	35.sz.ITSK	V.29. Budapest
2:19.5	Korompay Éva	Vasas	2:29.2 1 Oláh Anikó Debr.ÉpítőK
2:19.5	Turi Emilia	BVSC	2:29.6 1 Karácsonyi Györgyi Vasas
2:21.0	Farkas Olga	MPSC	2:29.6 1 Kalmár Judit Bp.Helyiip.SC
2:21.5	1 Szenteleki Sára	Szhelyi SI	2:29.8 Bagi Zsuzsa Pécsi VSK
2:22.1	1 Dávid Katalin	Nkan.Bány.	2:30.4 1 Kovács Ilona Békés m.SI
2:22.2	Gyenes Katalin	Bcs.Dózsa	2:30.8 1 Andorfi Ilona Egri SI
2:22.9	1 Koós Judit	Bp.Spartac.	2:31.0 Bundi Julia Debr.VSC
2:23.3	1 Lipták Éva	U.Dózsa	2:31.4 1 Gulyás Mária Jászapáti G.
2:23.6	Hagymási Erzsébet	FTC	2:32.0 1 Böröczki Éva Győri ETO
2:23.7	Ribnikár Gizella	Bp.Honvéd	2:32.1 1 Horváth Magda MVSC
2:24.2	Malina Mária	FTC	2:32.5 1 Cs.Farkas Mária Szoln.MÁV
2:24.3	1 Horváth Mária	Nkan.Bány.	2:32.6 Borbíró Éva Nkan.Bány.
2:24.4	Leleszi Anna	U.Dózsa	2:32.7 1 Bakos Erzsébet Sárosp.MEDOSZ
2:24.5	1 Prohászka Magda	Komlói Bány.	2:34.1 1 Szabó Erzsébet Ceglédi VSE
2:26.1	G.Nagy Erzsébet	Bp.Honvéd	2:34.1 Gyenes Gabriella FTC
2:26.4	1 Fogelsperger Ágnes	Bp.Bagi G.	2:34.4 1 Aschenbrenner Angéla VM KÖZÉRT
2:27.0	1 Kasza Margit	Szoln.MÁV	2:34.4 1 Berzsenyi Mária Bp.V.Meteor
2:27.2	1 Tóth Lőrincz Katalin	Bp.Honv.	2:34.4 1 Bujdosó Katalin Debreceni SI
2:27.5	1 Palócz Anna	Törökszm.Gimn.	2:34.7 1 Szabó Gertrud Bajai ÉpítőK
2:27.8	1 Bánvai Mária	Széksz.Dózsa	2:34.9 1 Tóth Zsuzsa 35.ITSK

80 m gátfutás:

11.1	Rózsavölgyi Jánosné	Bp.V.Meteor	X.13. Budapest
11.3	Németh Ida	U.Dózsa	VI.9. Budapest
11.3	1 Kovács Annamária	Bp.Honvéd	VII.14. Budapest
11.3	Benkovics Györgyi	Bp.Honvéd	X.13. Budapest
11.4	Jónás Ildikó	MPSC	X.13. Budapest
11.7	1 Pethő Mária	Bp.Honvéd	V.18. Budapest
11.8	Bácskai Mária	Bp.Honvéd	VI.9. Budapest
12.0	1 Hasznos Julia	Szolnoki MÁV	VII.14. Szombathely
12.0	1 Száraz Irén	Martfői MSE	VIII.18. Budapest
12.1	Papp Emőke	TFSE	VII.14. Budapest
12.1	Takács Katalin	U.Dózsa	IX.14. Budapest

12.2	Császai Gizella	Szoln.MÁV	12.9	1 Pimperl Margit	Angyalf.SI
12.2	Gulyás Erzsébet	BEAC	12.9	s Horváth Cecília	XIV.ker.SI
12.3	Kertai Teréz	Csepel	13.0	Krasznai Gabriella	Bp.Spartac.
12.3	s Varga Judit	MTK	13.0	Radó Márta	Vasas
12.4	1 Hagyits Katalin	TFSE	13.0	1 Kanizsai Edit	Pécsi Póstás
12.5	1 Onódi Éva	Bajai Építők	13.0	s Kíass Katalin	Bp.Honvéd
12.5	1 Székely Zsófia	Pécsi SI	13.0	1 Lengyel Zsófia	Szhelyi Halad.
12.5	s Major Klára	Bp.Honvéd	13.0	1 Mindszenty Andrea	MAFC
12.5	s Gulyás Ágota	MAFC	13.0	s Németh Margit	U.Dózsa
12.5	Steitz Anna	TFSE	13.1	1 Kiss Mária	Bács m.SI
12.5	Gelei Éva	SZVSE	13.1	1 Kozma Judit	Ceglédi VSE
12.5	Császai Katalin	Szoln.MÁV	13.1	1 Tóth Éva	Makói VSE
12.5	1 Majoros Rózsa	Bajai Építők	13.1	1 Vass Katalin	XVII.ker.SI
12.6	Mihályfi Éva	DVTK	13.2	1 Szakara Zsuzsa	Bp.Honvéd
12.6	s Magyar Mária	Angyalf.SI	13.2	dr.Tóth Klára	Pécsi EAO
12.6	1 Orbán Márta	Csepel	13.2	Buzási Károlyné	DEAC
12.6	gy Hornyák Anikó	Angyalf.SI	13.2	1 Becskerek Anikó	Ganz-MÁVAG
12.7	s Szabó Gizella	XVII.ker.SI	13.2	Török Sándorné	Szeksz.Dózsa
12.7	1 Monhalt Anna	FTC	13.2	s Lantzér Eszter	Sopr.MEDOSZ
12.7	s Köves Mária	Pécsi SI	13.2	s Bádé Margit	Bcs.Dózsa
12.7	Vaskor Zsuzsa	SZEAC	13.2	1 Tholt Klára	MAFC
12.8	1 Bucskó Ilona	Miskolci SI	13.2	1 Bakos Mária	Debrec.SI
12.9	1 Pécsi Katalin	Zalaeg.Csány T.			

Magasugrás női:

166	Steitz Anna	TFSE	VII.13. Budapest
164	Mihályfi Éva	DVTK	V.26. Budapest
164	Szilás Éva	TFSE	V.26. Budapest
163	1 Gelei Éva	Szegedi VSE	VIII.4. Kecskemét
161	s Gulyás Ágota	MAFC	VI.8. Budapest
160	1 Várkonyi Ágnes	Szegedi Sportiskola	VIII.4. Kecskemét
158	Czapalái Gyuláné	U.Dózsa	VI.8. Budapest
157	1 Andor Emőke	Vasas	IX.29. Budapest
156	1 Zuba Mária	Békési Sportiskola	VI.17. Diósgyőr
156	Kertai Teréz	Csepel	VII.7. Budapest
155	Bács Judit	Vasas	Dusznoki Zsuzsa TFSE
155	1 Kovács Annamária	Bp.Honvéd	Keresztes Márta BEAC
155	Gróf Ilona	U.Dózsa	1 Szunyoghy Éva Szoln.MÁV
155	Székely Miklósné	V.Izzó	1 Paulányi Magda BRESC
155	1 Lengyel Zsófia	Szhelyi Halad.	1 Majoros Rózsa Bajai Építők
154	1 Németh Angéla	Bp.V.Meteor	s Szabó Gizella XVII.ker.SI
152	1 Fekete Klára	Vasas	1 Pimperl Margit Angyalf.SI
152	1 Török Emese	Vasas	1 Böröci Márta Kaposv.Munkácsy G.
152	1 Kanizsai Edit	Pécsi Póstás	1 Onódi Éva Bajai Építők
152	Oó Mária	TFSE	Rózsavölgyi Jánosné Bp.V.Meteor
152	1 Hagyits Katalin	TFSE	1 Sári Erzsébet Szegedi SI
152	Bálint Edit	BEAC	1 Gádsza Klára Szh.Haladás
152	s Bugyi Jolán	Jászber.Vasas	1 Németh Ida U.Dózsa
152	Oó Erzsébet	MAFC	1 Gaál Katalin Celldömölki G.
151	Török Sándorné	Szeksz.Dózsa	1 Eördögh Ilona Szeksz.Dózsa
150	gy Hornyák Anikó	Angyalf.SI	s Tótfalusi Mária II.ker.SI
150	s Hetessy Györgyi	Pécsi SI	1 Tóth Zsuzsa Pécsi Pedag.
150	Szalai Ilona	SZEAC	s Pozsár Eszter Jászber.Vasas
150	1 Tatár Erika	BRESC	1 Tüzkő Edit V.Izzó
150	s Halász Erzsébet	Józsefv.SI	1 Arany Andrea MAFC
150	s Baróti Edina	Szegedi SI	1 Hufnágel Ágnes Tatab.Bányász
150	Biró Katalin	TFSE	1 Lengyel Etelka Csepel
			1 Császai Katalin Szoln.MÁV

Távolugrás női:

609	Kispál Jánosné	U.Dózsa	VIII.19. Budapest
596	Rózsavölgyi Jánosné	Bp.V.Meteor	IX.27. Budapest
584	Mihályfi Éva	DVTK	V.26. Budapest
580	Császai Katalin	Szolnoki MÁV	IX.22. Tatabánya
578	1 Kovács Annamária	Bp.Honvéd	V.25. Budapest
577	Petró Orsolya	TFSE	VI.9. Budapest
559	Kertai Teréz	Csepel	VIII.4. Budapest
559	s Gulyás Ágota	MAFC	IX.15. Budapest
556	1 Endrédi Ilona	DEAC	IX.27. Budapest
552	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	VIII.3. Budapest

542	gy	Hornyák Anikó	Angyalf.SI	518	1	Poór Erika	Szhelyi SI
541		Oó Erzsébet	MAFC	514		Völgyi Livia	Ze.TE
540		F.Tóth Erzsébet	Győri Dózsa	513		Krieg Gabriella	Bp.Építők
539	1	Balogh Tünde	Vasas	513		Hamar Mária	Szeksz.Dózsa
538	s	Fazekas Judit	Szegedi SI	512	1	Gádzsa Klára	Szhelyi SI
537	1	Szunyoghy Éva	Szoln.MÁV	511	1	Csonka Ilona	56.ITSK
536		Steitz Anna	TFSE	511	s	Köves Mária	Pécsi SI
532		Bács Judit	Vasas	511	s	Czirják Tünde	Ujpesti SI
528	1	Boldizsár Piroška	TFSE	511	1	Jancsó Gabriella	DEAC
527	1	Cseke Gizella	Szeksz.Dózsa	510	s	Schleer Ildikó	XVII.ker.SI
525	s	Szabó Hajnal	Tatab.Bány.	510		Németh Ida	U.Dózsa
524	1	Hasznos Julia	Szoln.MÁV	509	s	Hertelendi Ildikó	Bajai Épít.
522		Szabó Bende Mária	BEAC	508	s	Varga Judit	MTK
522	1	Székely Zsófia	Pécsi SI	508	1	Kanizsai Edit	Pécsi Pósta
522	s	Gergi Erzsébet	Jászber.Vasas	507		Szabados Margit	TFSE
522	s	Jandala Mária	Pécsi SI	507	1	Turi Mária	Vasas
521	s	Bende Piroška	Orosh.Gimn.	Szabálytalan körülmények között			
520	1	Bucskó Ilona	Miskolci SI	elért eredmények:			
520	1	Viszlai Gizella	Miskolci ITSK	555	gy	Hornyák Anikó	Angyalf.SI
520		Markó Margit	V.Izzó	541	1	Poór Erika	Szhelyi SI
519	1	Prohászka Nóra	Bp.Honvéd	521	s	Baricza Margit	MTK
519	gy	Kertész Rozália	Szoln.Uttörőház	520	s	Varga Judit	MTK
519	s	Bárdos Erzsébet	Szeksz.Dózsa	521	s	Kovács Katalin	MTK
518		Kiskun Magda	TFSE				

Súlylökés női:

16.63		Bognár Judit	Bp.Honvéd	X.3.	Budapest	
15.12		dr.Mikusa Judit	U.Dózsa	V.18.	Budapest	
14.75		dr.Kleiber Ferencné	U.Dózsa	IX.5.	Porto Alegre	
14.32		Stugner Judit	U.Dózsa	V.18.	Budapest	
14.01		Doóry Andrea	Bp.Honvéd	IV.28.	Budapest	
13.35	1	Németh Angéla	Bp.V.Meteor	VI.23.	Pécs	
13.07		Rácz Mária	MAFC	X.28.	Nové Zámky	
12.84		Babai Edit	Zalaegerszegi TE	XI.3.	Zalaegerszeg	
12.80	1	Jaksics Róza	Bp.Honvéd	X.26.	Budapest	
12.78		Oó Erzsébet	MAFC	VII.31.	Budapest	
12.72		Kisgyörgy Anikó	Bp.Honvéd	11.64	1 Parázsó Julia	XVII.ker.SI
12.71		dr.Tóth Klára	PEAC	11.61	Kótai Margit	TFSE
12.69	s	Giber Vera	Bp.Honvéd	11.59	1 Czégai Katalin	Bács m.SI
12.54		Petró Orsolya	TFSE	11.58	1 Nagy Anna	Békés m.SI
12.53		Szabó Margit	DVTK	11.43	Miklós Judit	Bp.Honvéd
12.48		Latyák Márta	Bajai Építők	11.42	Szokolai Péterné	Bp.Spart.
12.46		Gaál Magda	Bp.Helyiip.	11.40	Remete Dezsőné	V.Izzó
12.44	1	Döme Margit	Bp.V.Meteor	11.39	1 Perlaki Anna	Bgyarm.MEDOSZ
12.19		Dusnoki Zsuzsa	TFSE	11.38	Keresztesi Katalin	TFSE
12.18		Miklós Dóra	Bp.Honvéd	11.37	Török Sándorné	Szeksz.Dózsa
12.17	1	Nagy Judit	Váci Vasas	11.31	Varga Mihályné	SUNSE
12.15	1	Paulányi Magda	BRESC	11.30	Krebs Sándorné	MTK
12.13	1	Radnai Ágnes	Vasas	11.30	Dévai Katalin	Ganz-MÁVAG
11.93	1	Szabó Katalin	Győri Dózsa	11.29	Nyirász Etelka	NyVSC
11.83	1	Veres Judit	Szoln.MAV	11.28	1 Borbás Magda	56.ITSK
11.81		Szabó Gyuláné	Szh.Haladás	11.27	Márton Lászlóné	MTK
11.75		Menyhárt Sára	SZEAC	11.26	1 Mácsik Julis	Bp.Honvéd
11.73	1	Krasznai Mária	Bp.Petrik T.	11.26	1 Miszlai Margit	Bp.Petőfi
11.66	1	Kocsis Józsefné	Gy.MEDOSZ	11.25	Kiskun Magda	TFSE
11.66		Válint Erika	Bp.Petőfi	11.24	1 Sik Andrea	U.Dózsa

Diszkoszvetés női:

54.53		dr.Kleiber Ferencné	U.Dózsa	V.18.	Budapest
52.57		Stugner Judit	U.Dózsa	VII.13.	Budapest
51.01		Bognár Judit	Bp.Honvéd	V.5.	Budapest
48.57		Kótai Margit	TFSE	X.20.	Budapest
46.78	1	Döme Margit	Bp.V.Meteor	X.20.	Budapest
44.42	1	Harasi Vanda	Bp.V.Meteor	V.10	Gyöngyös
43.35	1	Németh Angéla	Bp.V.Meteor	VI.1.	Budapest
42.65		Rácz Mária	MAFC	VI.8.	Budapest
42.18		Andok Pálné	Vasas	X.5.	Budapest
41.97		dr.Tóth Klára	Pécsi EAC	V.12.	Pécs

41.68	1	Jaksics Rózsa	Bp.Honvéd	36.54		Miklós Dóra	Bp.Honvéd
41.10		Szatmári Jánosné	Bajai Építők	36.50	1	Kovács Enikő	Debrec.SI
40.75		Kiss Antalné	SZEAC	36.33		Török Sándorné	Szeksz.Dózsa
39.49		dr.Mikuss Judit	U.Dózsa	36.20	1	Plicher Klára	BEAC
39.47		Válint Erika	Bp.Petőfi	36.18		Latyák Márta	Bajai Építők
39.34		Horváth Márta	Győri ETO	36.17		Remete Dezsőné	V.Izzó
39.23		Hartung Józsefné	Pécsi Dózsa	36.02		Nagy Ibolya	Bcs.MÁV
38.95		Szokolai Péterné	Bp.Spartacus	36.01	1	Krasznai Mária	Bp.Petrik T.
38.88		Kétszeri Anikó	BEAC	35.96		Schlaffer Gabriella	Bp.V.Met.
38.68	s	Ircsik Ágnes	Csepel	35.67		Berta Ibolya	SZEAC
38.65		Kisgyörgy Anikó	Bp.Honvéd	35.67		Oó Erzsébet	MAFC
38.45	1	Parázso Julia	XVII.ker.SI	35.08	s	Giber Vera	Bp.Honvéd
38.19		Krebs Sándorné	MTK	35.05		Kosik Lenke	DVTK
38.16		Szücs Miklósné	MTK	35.01		Gál Magda	Bp.Helyiip.
38.03		Gömöri Emilia	DVSC	34.89		Szabó Margit	DVTK
37.73	1	Mecseki Hargitta	Vasas	34.78		Horváth Mária	Győri ETO
37.68	1	Kriskó Zsuzsa	Csepel	34.77		Petővári Attiláné	U.Dózsa
37.56	1	Pusztai Ildikó	Bp.V.Meteor	34.70	1	Loidl Márta	U.Dózsa
37.10		Kaposi Anna	Bp.V.Meteor	34.57	1	Kósa Gabriella	Szabolcs m.SI
36.70	1	Czépai Katalin	Bács m.SI	34.47	1	Sik Andrea	U.Dózsa

Gerelyhajítás női:

52.63		Antal Márta	Vasas	VI.1. Budapest
51.52		Krebs Sándorné	MTK	V.26. Budapest
50.28		Dusnoki Zsuzsa	TFSE	IX.28. Budapest
49.92	1	Radnai Ágnes	Vasas	VIII.25. Budapest
46.14		Lukács Jánosné	Pécsi VSK	X.13. Budapest
45.83	1	Bori Judit	Bp.Honvéd	X.3. Budapest
44.58	1	Németh Angéla	Bp.V.Meteor	VIII.25. Budapest
44.56		dr.Tóth Klára	Pécsi EAC	VII.28. Kecskemét
44.07	1	Haluska Anna	Szegedi VSE	X.15. Szeged
43.89		Miltényi Márta	MAFC	IV.27. Budapest
43.40		Miklós Judit	Bp.Honvéd	Petővári Attiláné U.Dózsa
42.86		Magony Ágnes	Szoln.MÁV	Pitrolffy Katalin MAFC
42.78		Földi Gyuláné	Bp.Építők	37.92 1 Bertényi Mária SZVSE
42.66		Oó Erzsébet	MAFC	37.21 Török Sándorné Szeksz.Dózsa
42.48		Rigó Mária	Bcs.Dózsa	36.85 Varga Margit Szeksz.Dózsa
41.77		Légrádi Zsuzsa	Bcs.MÁV	36.80 Tóth Andrásné Szoln.Dózsa
41.67	s	Sinkó Katalin	Vasas	36.56 Brichta Irén Vasas
41.39		Ecsödi Éva	BEAC	36.28 s Nun Anna Budai Spart.
41.17	1	Bárany Virág	Csepel	36.20 s Lengyel Éva Szabolcs m.SI
40.35	s	Putankó Márta	Bp.Honvéd	35.39 s Giber Vera Bp.Honvéd
40.12	1	Stolmár Magda	BEAC	35.39 Kótai Margit TFSE
39.97		Kővári Mária	Bp.Spartac.	35.34 s Jaksics Róza BplHonvéd
39.92		Boros Enikő	BEAC	35.29 1 Schöller Ilona Szhelyi' SI
39.92	1	Harmati Ilona	SZEAC	35.11 T.Bognár Lili Gyöngy.Bány.
39.70	1	Paulényi Magda	BRESC	34.79 1 Novák Ildikó U.Dózsa
39.60		dr.Kleiber Ferencné	U.Dózsa	34.67 1 Paulik Mária Szabolcs m.SI
39.48	s	Szabó Margit	Bfüredi Lóczy G.	34.59 Szabó Margit DVTK
39.10		Hatvári Éva	U.Dózsa	34.40 1 Szkenderopulu Szloboda BEAC
38.93		Varga Szilvia	MTK	34.39 Snóbel Erzsébet Bp.V.Meteor
38.84	1	Hényel Gyuláné	Salg.Kohász	34.27 Miklós Dóra Bp.Honvéd

Ötpróba:

4251	Rózsavölgyi Jánosné	Bp.V.Meteor	X.26-27. Budapest
3980	Mihályfi Éva	DVTK	IX.7-8. Budapest
3979	Császi Katalin	Szolnoki MÁV	X.26-27. Budapest
3858	Kertai Teréz	Csepel	X.26-27. Budapest
3846	Steitz Anna	TFSE	V.4-5. Budapest
3794	Császi Gizella	Szolnoki MÁV	X.26-27. Budapest
3506	Jónás Ildikó	MPSC	IX.7-8. Budapest
3492	dr.Tóth Klára	Pécsi EAC	X.8-9. Pécs
3385	Gulyás Erzsébet	BEAC	IX.7-8. Budapest
3340	Kanizsai Edit	Pécsi Pósta	X.8-9. Pécs

3139	Török Sándorné	Szeksz.Dózsa
3000	Hamar Mária	Szeksz.Dózsa
2863	Sas Aranka	Szarvasi Ovónők.
2539	Kindrusz Erzsébet	NyVSC
2121	Szabó Katalin	SZEAC

Szövetségi Hírek

Erdemes sportolók

=====

Nő k :

1. Bognár Judit
2. Heldt Erzsébet
3. Kazi Olga
4. Kispál Jánosné ✕
5. dr. Kleiber Ferencné
6. Markó Margit
7. dr. Mikuss Judit
8. Munkácsi Antónia
9. Nagy Zsuzsa ✕
10. Steitz Anna ✕
11. Stugner Judit
12. Tóth Mária ✕

Férfiak :

1. Bakai József
2. Eckschmiedt Sándor
3. Fazekas Miklós
4. Havasi István
5. Huszár János ✕

6. Kalocsai Henrik
7. Kiss István ✕
8. Klics Ferenc
9. Krasznai Sándor
10. Kulcsár Gergely
11. Mácsár József
12. Mecser Lajos ✕
13. Miskei János
14. Molnár Sándor ✕
15. Nagy Zsigmond
16. Noszály Sándor
17. Pintér János
18. Simon Attila
19. Sovák János ✕
20. Sütő József
21. Szalay Béla
22. Szekeres Béla
23. Szekeres Tibor
24. Szécsényi József
25. Varju Vilmos
26. Zsivótzky Gyula

I. osztályu sportolók

=====

Nő k :

1. Andók Pálné
2. Andor Emőke ✕
3. Antal Márta
4. Babay Margit
5. Balogh Tünde
6. Baricza Ágnes
7. Bata Teréz
8. Bács Judit
9. Bácsalmási Mária ✕
10. Bácskai Mária
11. Báde Margit
12. Bálint Edit
13. Benkovits Györgyi
14. Bori Judit
15. Bruzsenyák Anna ✕
16. Bugyi Jolán ✕
17. Czapalai Gyuláné
18. Császi Gizella
19. Császi Katalin
20. Doóry Andrea
21. Döme Margit
22. Dunszoki Zsuzsa
23. Endrődi Ilona
24. Fekete Klára
25. Földi Gyuláné
26. F. Tóth Julia
27. Gádza Klára ✕
28. Gelei Éva
29. Gerhardt Zsuzsa
30. Giber Vera ✕

31. Gróf Ilona
32. Gulyás Ágota
33. Hagyits Ilona
34. Haluska Anna ✕
35. Hasznos Julia ✕
36. Harasi Vanda ✕
37. Hornyák Anikó ✕
38. Jaksics Rózsa ✕
39. Jónás Ildikó
40. Kalász Erzsébet
41. Kanizsai Edit
42. Kazi Valéria
43. Kertai Teréz
44. Korompay Éva
45. Kótai Margit
46. Kovács Annamária
47. Krassay Judit ✕
48. Krebs Sándorné
49. Lengyel Zsófia
50. Lukács Jánosné
51. Magony Ágnes
52. Mihalovits Julia
53. Mihályfi Éva
54. Miklós Judit
55. Miltényi Márta
56. Mislai Margit
57. Nagy Katalin
58. Németh Angéla
59. Németh Ida
60. Ó Erzsébet
61. Ó Mária

62. Orbán Irén
63. Paulányi Magda
64. Pethő Mária
65. Petró Orsolya
66. Pichurik Anna ✕
67. Radnai Agnes
68. Rác Mária
69. Rigó Mária
70. Rózsavölgyi Jánosné
71. Sasvári Gizella
72. Such Ida
73. Such Margit ✕
74. Száraz Irén
75. Szenteleki Sára ✕
76. Székely Zsófia
77. Székely Miklósné
78. Szilas Éva
79. Szunyoghy Éva ✕
80. Takács Katalin
81. Tóth Erzsébet ✕
82. dr. Tóth Klára
83. Török Emese
84. Turi Mária
85. Várkonyi Ágnes
86. Zuba Mária
87. Zsilák Ilona ✕

F é r f i a k :

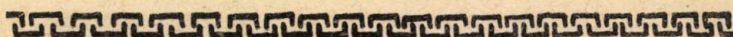
1. Andók Pál
2. Arany József
3. Balajcza Tibor
4. Balogh János
5. Baran János ✕
6. Bátor István ✕
7. Bejlik Árpád ✕
8. Benkő János
9. Berzi Károly
10. Betlehem István ✕
11. Bodó Gábor
12. Bodor László ✕
13. Czabán Dániel ✕
14. Czapalai Gyula
15. dr. Csaba András
16. Csányi Zoltán
17. Csiszár Béla
18. Csorba Zoltán ✕
19. Csutorás Csaba
20. Csutorás János
21. Dalmati János
22. Déri Ervin
23. Dienes Béla
24. Dóczy István
25. Encsi István ✕
26. Erki Imre
27. Eless Béla
28. Farkas János
29. Farkasinszky Gyula
30. Fehér István
31. Fejér Géza
32. Fluck Miklós
33. Füzesi Ede
34. Gagy Imre ✕
35. Garbacz Ferenc
36. Giczai Csaba
37. Girtl László ✕
38. Gémesi József
39. Göri István
40. Gulyás János
41. Gyulai István
42. Gyűrű László
43. Hajdu Lajos
44. Hantos Balázs ✕
45. Harmath Attila ✕
46. Haszilo Ferenc ✕
47. Háhn Ferenc ✕
48. Hátori Imre
49. Hegyi Viktor ✕
50. Hemela György

51. Hertelendi Béla ✕
52. Hevesi László ✕
53. Holub Sándor
54. Horváth János
55. Horváth László
56. Horváth Miklós
57. Horváth Tamás
58. Horváth Tibor
59. Hossala József
60. Hubai Gyula
61. Iháros Sándor
62. Istóczy József
63. Ivanov Dragán
64. Jóni István
65. Kalmár Mihály ✕
66. Kapcsos Lajos
67. Kaposvári Zoltán
68. Karner Ottó ✕
69. Kellermayer Miklós
70. Kerekes András
71. Kiss Géza ✕
72. Kiss Antal
73. Kiss György
74. Kiss Imre
75. Kiss József ✕
76. dr. Kismartoni Károly
77. Kismartoni Péter
78. Kocsondi Csaba ✕
79. Kósa György
80. Kovács Lajos
81. Kovács László
82. Kovács Nimród
83. Kövesdi Ferenc
84. Krasovetz Ferenc
85. Krasznai Tivadar
86. Kun István
87. Kundlya János ✕
88. Ladányi Gábor
89. Lédli Richárd ✕
90. Lovász Lázár
91. Lukács János
92. Margitics Béla
93. Máriy János
94. Mátis Géza ✕
95. Mátravölgyi Béla ✕
96. Mecseki Attila
97. Medovárszky János
98. Mélykúti Béla
99. Mihályfi László
100. Mohr Kálmán
101. Moldvai Ferenc
102. Munkácsi István
103. Nagy Imre
104. Nagy Pál
105. Nagy Sándor
106. Nagy-Kardos József
107. Nemesházi Imre
108. Népesi László ✕
109. Németh Miklós ✕
110. Novák András
111. Nyiri Béla ✕
112. Ordasi Lénárd
113. Oros Ferenc
114. Palla Kálmán ✕
115. Pamuk József
116. Parsch Péter
117. Pataki László
118. Pataki Zsolt
119. Pekár Lajos
120. Percze Lajos
121. Perlaki Andor
122. Petőváry Attila
123. Péter Zoltán ✕
124. Prohászka István ✕
125. Puczkó József ✕
126. Raáb Tibor ✕
127. Rábai Gyula
128. Retezár Imre
129. Rockenbauer Antal ✕

130. Rózsa István
 131. Rozsnyai Huba
 132. Sajtár Lajos
 133. Saskői Alfonz
 134. Sasvári Sándor ✕
 135. Schirilla György
 136. Schneider Mihály
 137. Sike József
 138. Simon Dénes
 139. Skoumal Dezső ✕
 140. Sorger Sándor
 141. Sövényi Ferenc
 142. Stefanik Pál
 143. Sylvester Ádám
 144. Szabados János
 145. Szabó Imre ✕
 146. Szabó Miklós
 147. dr. Szabó Miklós
 148. Szailer László
 149. Szakasits György
 150. Szarka István
 151. Szentiványi Gergely
 152. Szerényi István
 153. Takács Béla ✕
 154. Tamás István
 155. Tanczinger István ✕
 156. Tólas István

157. Temesvári Gyula
 158. Tesch Ferenc
 159. Tihanyi József ✕
 160. Timár György ✕
 161. Titkos Péter ✕
 162. Tóth Gyula Özdi Koh.
 163. Tóth Gyula SzVSE ✕
 164. Tóth Kálmán ✕
 165. Török István
 166. Török László
 167. Trényi Imre
 168. Turóczy Árpád
 169. Varga Béla
 170. Varga Sándor
 171. Vargyas Csaba
 172. Vámos Tibor
 173. Végh Nándor
 174. Vértessy Miklós
 175. Viharos Zsolt ✕
 176. Viktor Zoltán
 177. Vojtha László ✕
 178. Weglárz Bálint ✕
 179. Weber Ádám
 180. Zarubay Iván

✕ = A szintet első alkalom-
 mal érték el 1963-ban.



A Magyar Athletikai Szövetség hivatalos lapja
 Szerkesztőség: Budapest, V. Rosenberg házaspár-utca 1.

Kézirat gyanánt

Főszerkesztő: Farkas Pál

Felelős szerkesztő: Nyirő György

Előfizetési díj: 1 évre 36.- Ft., 1/2 évre 18.- Ft., 1/4 évre 9.- Ft.
 Előfizethető a MASZ irodában, vagy a MASZ 251.502-V. sz. csekkszámájára.

Felelős kiadó: Sport- Lapkiadó és Propaganda Vállalat Igazgatója

Sport Kiadó Sokszorosító Üzeme Z-640032 Felelős a Vállalat Igazgatója

11