



ATLETIKAI

Híradó



Atlétikai híradó

VII. ÉVFOLYAM A MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA 1963. ÉV 7-8. SZÁM

БОРИС КРИВОНОСОВ:

RUDJENKOV EDZÉSRŐL

A kalapácsvetésnek a Szovjetunióban régi hagyományai vannak. Különösen az utóbbi 10 esztendőben tanúsítanak nagy érdeklődést iránta. Több kalapácsvetőnk van, akik nemcsak hazai, hanem nemzetközi viszonylatban is kiváló eredményt értek el. M. Krivonosov volt közülük az első, aki világcscsot állított fel, melyet azután több alkalommal jelentősen megjavított. Ennek a nagyszerű atlétának eredményei nagy érdeklődést keltettek. A szovjet kalapácsvetők közül a legjellegzetesebb egyéniség Vaszilij Rugyenko, az 1960. évi római olimpia győztese. Foglalkozása lakatos, aránylag későn kezdett atlétizálni; de teljesítmény emelkedése azt mutatja, hogy ez nem annyira a sportoló életkorától, mint az edzésmódjától és a technikától függ. Ezt a következő számok szemléletesen bizonyítják. 1954: 49.99 m /58. hely a Szovjetunió kalapácsvetőinek rangsorában/ - 1955: 57.59 /16./ - 1956: 60.17 /11./ - 1957: 63.64 /4./ - 1958: 66.64 /3./ - 1959: 67.92 /1./ - 1960: 68.73 /1./ - 1961: 68.95 /1./.

1962-ben még jobb eredményt vártak tőle, egy váratlan könyöksérülés azonban /május 18-án/ megszakította edzését. Csak júniusban vett újra kalapácsot a kezébe.

Hogyan edz V. Rugyenko: erről a következő felvilágosítást adta edzője, L.A. Mitropolszki:

Rugyenko edzése elsősorban abban tünik ki, hogy egy edzéciklus 4-ik részében dob először kalapáccsal. Ez azzal magyarázható, hogy kalapácsvető edzésének első éveiben nagyon gyakran és sokat dobott kalapáccsal. Ebben az időben a kalapácsvetés technikáját alaposan elsajátította. Másik sajátossága a szer iránti finom érzéke. Hosszabb megszakítás sincs semmi befolyással technikája állandóságára. Rugyenko úgy edz egy ilyen kihagyás után a kalapáccsal, mintha csak tegnap s nem egy hónapja lett volna utoljára a kezében. Ez a két sajátosság egészen egyéni jellegű. Nem jelenti azt, hogy valamennyi kalapácsvetőnek csak ritkán kell dobnia. Ellenkezőleg, mindenkinek, aki nagy eredményt akar elérni, sokat kell dobnia, hogy a biztosságot megszerezze.

Hogyan fest Rugyenko edzésének tartalma? Mindenekelőtt sok súlyemelést találunk benne. Pl. 1962. áprilisában 21-szer edzett, ebből 16-szor súlyzóval és 5-ször kalapáccsal. Ezalatt a 21 nap alatt összesen 195 tonnát emelt. Kb. ugyanezt az arányt figyelhetjük meg a többi hónapban s tavaly és tavalyelőtt is. Minden edzésben a súlyemelés mindhárom klasszikus formáját gyakorolja: a szakítást, nyomást és lökést. Ezenkívül a mellhez emelést is gyakran végzi, ahogy azt

a súlyemelők a lökésnél szokták. Az 1960-ban végzett erőmunka mennyiségéről a következő adatokat közöljük: január: 14 edzésnap, összsúly 107 tonna; - február: 15 edzésnap, 177.8 tonna; - március: 16 edzésnap, 170.3 tonna; - április: 17 edzésnap, 180.9 tonna; - május: 15 edzésnap, 153 tonna; - június: 15 edzésnap, 124 tonna; - július: 15 edzésnap, 158 tonna; - augusztus /18-ig, a Rómába való utazásig/ 10 edzésnap, 100 tonna.

Az erőmunka iránti előszeretete nagy szerepet játszik erejének fejlesztésében.

Ebben az évben olimpiai bajnokunk teljesítette a nehézsúlyú súlyemelés mesterfoku követelményeit. Mitropolszki edző azt mondja, hogy az erőnek a súlyemeléssel végzett fejlesztése elsőrangú követelménye a még magasabb teljesítmények elérésének. A súlyemelés segítségével emelték eredményeiket világklasszis színvonalra J. Bakarinov és A. Baltovszkij is.

Mitropolszki nem ajánlja más kalapácsvetőnek Rugyenko vak utánzását. Szilárd meggyőződése, hogy minden kalapácsvetőnek kell erőmunkát végeznie, de nem egészen ilyen mértékben. Rugyenko havonta 5-6 alkalommal dob kalapácsot. Ekkor 20-25 dobást végez. Teljes erővel dob, körből. Mivel egy maga edz, magának kell a szert visszahordania; ezalatt az elvégzett dobást elemzi. A dobások egy részét fűről végzi, mert az a véleménye, hogy így Achilles inát és lábizmait védi a túlzott igénybevételtől. A fordulatok gyors végrehajtására Rugyenko utazó gyakorlatokat talált ki magának a körben, melyeket szerrel és anélkül hajt végre.

Rugyenko nem túl gyors. Gyorsasága fokozása céljából fokozó futásokat, rajtokat, mindkét lábbal ugrásokat végez, mindegyiket 30-60 m-es távon, és e gyakorlatokat 3-6-szor ismétli. A gyorsasági munka leginkább áprilistól júliusig jut szóhoz.

Rugyenko edzésben súlyt is lök. Így pl. ez év június 18-án 15.20-at dobott, fej feletti kétkézes dobással 17.50-et és oldalról a váll felett 16.50-et. Mindez nagy erejéről és mozgás koordinálásáról tanuskodik.

Rugyenko minden edzését 15-20 perces bemelegítéssel kezdi. A melegítés futásból, gimnasztikai gyakorlatokból és járásban végzett kalapácslengetésből áll. Ugyanezt a bemelegítést végzi versenyek előtt is. Melleleg a versenyek ideje alatt is betartja rendszeres napi beosztását /alvás, étkezés/. Mint ahogy az olvasók már észrevehették, Rugyenko edzésmunkája szokatlanul sok. Edzésének jobb áttekintése céljából bemutatunk egy heti edzésmunkát, melyet 1961. júniusában végzett:

Junius 25. vasárnap: reggel: melegítés, 20 dobás kalapáccsal. Este: erőmunka - szakítás: 6x70, 6x80 kg. Nyomás fekvésben: 6x100, 6x110, 6x120, 6x140 kg. Szakítás: 3x80, 3x90, 5x100 és 6x110 kg. Lökés: 2x90, 2x100, 2x110, 2x120, 1x130, 1x140, 1x150 kg.

Junius 26. - Bemelegítés. Erőgyakorlatok. Szakítás vállmagasságig: 6x140 kg, 6x150 6x160, 4x170 kg. Térdhajlítás súlyzóval: 3x150, 6x160, 6x170, 6x180, 6x190, 6x200,

3x150, 6x160, 6x170, 6x180, 6x190, 6x200 3x210 kg. Futás: 4x30 m fokozó futás, 4x30 m magas térdemeléssel.

Junius 28. - Erőgyakorlatok. Szakítás 6x50, 6x70, 6x80, 6x90, 6x100, 6x110, 6x120 kg Nyomás fekvésben: 6x110, 6x120, 6x130, 6x140 kg. Törzshajlítások 60 kg-val a vállon 5-ször, 70-el 5-ször, 80-al 5-ször 90-el 3-szor, 100-al 3-szor, 110-el 3-szor, 120-al 3-szor. Nyomás állásban, sorozatokban, emelkedő súlyokkal.

Junius 29. - Bemelegítés. Erőgyakorlatok. Nyomás a fej mögött 4x60 kg, 4x70, 4x80, 4x90, 4x100 kg. Szakítás 3x80, 3x90, 3x100, 3x110 kg. Lökés 2x100, 2x110, 2x130, 2x140, 1x150, 1x160. Nyomás állásban, sorozatokban, emelkedő terheléssel. Térdhajlítás súlyzóval 3x140, 3x150, 3x160, 3x170, 3x180, 3x190, 3x200 kg.

Julius 2. Známenszkij emlékverseny: 68.92 m, szovjet rekord.

Befejezésül tekintsünk vissza még egyszer a Rugyenko edzése közben végzett erőmunka terjedelmére. Mint ahogy a legjobb szovjet kalapácsvető tapasztalatai mutatják, az ilyen edzés kiválóan segíti az erő fejlesztését, melyre a kalapácsvetőnek oly nagy szüksége van. A legjobb eredményt mégis egy olyan edzés hozza, mely ebből az erőmunkából, a lábak mozgékonyágának fejlesztésére végzett gyorsabb futásokból és utánzó gyakorlatokból áll, mely a gyors iramban végzett forgásoknál elengedhetetlen.

Rugyenko 31 éves, 185 cm magas, 107 kg.

x x x

Az ismert és eredményes szovjet kalapácsvető, Szumocvetov cikkében, a Legkaja Atletika 1962.8. számában - Rugyenkoval egy súlyos mulasztását tárja fel, u.m. hogy megkezdett a robbanékonyság fejlesztéséről: "Csak kevesen tudják, hogy V. Rugyenko olimpiai bajnok már 1958-ban edzésben 68-69

m-t dobott és ezzel az érvényes világcsúcsot túldobta, míg legjobb versenyeredménye a fenti évben 66.34 m volt. Súlyemelésben nem volt túl erős: szakításban 105 kg, lökésben 130 kg-ot, térdhajlítással 170 kg-ot ért el.

Azóta 4 év telt el intenzív edzéssel. Rugyenko 3-4-szer edz hetenként súlyzóval. Az erőmunka összege eléri a havi 200-300 tonnát. Kalapáccsot csak egyszer - ritkán kétszer - dob hetenként. Más gyakorlatok nem, vagy alig szerepelnek edzéstervében. 1962-ben elérte a mesterfokozatot a nehézsúly súlyemelésben. Teljesítményei az egyes gyakorlatokban a következő fokra emelkedtek: nyomás 145 kg, szakítás 145 kg, lökés 180 kg. 190 kg-ot emel mellhez és térdhajlításokat képes 260-270 kg-al is végezni! De hogyan áll a kalapácsvetéssel? Teljesítménye 67-68 m most is, mint azelőtt /most már versenyben is/.

Rugyenko eredményei "vas" szilárdságot mutatnak. Télen és nyáron, kis és nagy versenyeken, speciális felkészüléssel és anélkül, mindig és mindenütt dob 67-68 m-t. Ez a stabilitás azonban nyugalmi helyzetnek tűnik. Rugyenko 4 éven belül 50 %-al megerősödött, kalapácsvető technikája javult, sok hibáját felszámolta, de gyorsasága változatlan maradt... Ez a gyorsasági munka hiányával magyarázható. Nem hallgatott edzőjének és társainak tanácsára és nyakasan - mely egy jobb elgondolással kapcsolatban értékes lenne - tartotta magát saját elképzeléséhez. Reméljük, hogy Rugyenko ezeket a tanácsokat /a robbanékonyság fejlesztésének betervezése/ mégis megfigyeli s így a kalapáccsot 70 m fölé hajthatja.

Milyen eszközökkel emelhető a dobók számára szükséges gyorsaság? Leginkább három irányból: először is tökéletesíteni kell a mozgástechnikát; másodsor az atléta törekedjen speciális gyakorlatok által javítani gyorsaságát: helyesen és gyorsan futni, ugrani, fejleszteni összpontosítási képességét ez alkotja alapját a gyorsaság javításának. Harmadsor: az atléta dobjon gyakrabban könnyebb szerrel. Az erő, melyet a szernek átad, ezáltal kisebb, de a sebesség ezáltal nagyobb lesz mint a normál súly szerrel végzett dobásnál. A hibát, melybe Rugyenko beleesett, a fiatal dobóknak nem tanácsos utánmozni."

A robbanékonyságot főként azáltal lehet megszerezni, hogyha az atléta könnyebb és középnehéz, minden esetben a maximálisnál könnyebb súlyt a lehető leggyorsabb tempóban emel.



Appreciz.



- Szeged híres város, Tápéval határos - harsogták a Dóm téren a fanfárok a Szabadtéri Játékok dallamos szignálját július 20-án este, amikor hétezer főnyi közönség ülte meg a hatalmas nézőteret, hogy gyönyörködjen a felújított szegedi rendezvény ötödik évi premierjén.

A szabadtéri játékok - Szeged nagy ügye. Alig épült fel az 1879-es évi árvíz után hivatalban lévő városatyák fogadalma szerint a kéttornyú, egyenként száz méter magas híres Fogadalmi Templom, alig épült meg a Dóm teret körülölelő Nemzeti Pantheon árkádsora, hamarosan nyilvánvalóvá vált, hogy a tér nagyszerű hangtani adottságai, sajátos hangulata, nagysága szinte követeli a szabadtéri játékokat.

Már a felszabadulás előtt is tartottak itt sikeres előadásokat és Pietro Mascagni akkori jóslata most bevált. Amikor ugyanis a kitűnő olasz zeneszerző a Cavalleria rusticana-t, a Parasztbecsület c. operát vezényelte, a tapsorkán után így nyilatkozott: "A Dóm tér akusztikája és helyzete olyan pompás, hogy Szeged egész jövőjét innét fogja nyerni." És valóban. A játékok felújítása óta, szinte évről-évre nő a külföldiek érdeklődése és ma már nem csupán hivatalosan rögzített tény, hogy a szabadtéri játékok hazánk legrepresentánsabb nyári kulturális eseménye, hanem elfogadott az a perspektíva is, amely szerint Szeged fesztiválvárossá fejlődik. A játékok színvonala, rangja évről-évre emelkedik.

Szeged története fény és árnyék váltakozása. Járt ebben a városban Brankovics szerb fejedelem, jártak pápai és szultáni követek, járt Széchenyi István és Hunyadi János. nagyon szívesen és sokszor látogatott ide Mátyás király. Az 1848. év októberében Kossuth Lajos tartózkodott a városban és a Kérész ház erkélyén mondta el néhány hónappal később: "Szegednek népe, nemzetem büszkesége" kezdetű híres, utolsó magyarországi beszédét. Az árvíz után négy évtizeden át itt élt és alkotott Vedres István, "Szeged Széchenyije", itt végezte el a Tisza szabályozás marandó tettét Vásárhelyi Pál, itt vált világhíressé Dankó Pista, itt vezényelt Mascagni, itt járt egyetemre József Attila, itt volt muzeumigazgató Móra Ferenc, újságíró Mikszáth Kálmán, a színházat igazgató direktórium tagja Juhász Gyula, - és Dugonics András, Tömörkényi István, Radnóti Miklós, Gárdonyi Géza, Babits Mihály és Pósa Lajos életében is nagy szerepet játszott a város.

Mennyi kincs, szellemi érték, siker és országossá nőtt gond tartozik Szegedhez! De az idegent, aki az "alföldi romantika fővárosába" érkezik, nem csak a műélvezet és a hagyomány vonzza, hanem a kultura más területe, így a sport is.

Erkel Ferenc: Brankovics György c. operájával nyitották meg idén a szegedi fesztivált. Utána, mindjárt máshap sor került az év kétségtelenül legnagyobb szegedi sportrendezvényére, a VII. nemzetközi marathoni futóversenyre. E viadal azonban nemcsak Szegednek, hanem az egész magyar atlétikai életnek egyetlen évenként rendszeresen visszatérő olyan eseménye, mely nemzetközi vonatkozásban szinte egyedül tudja észrevétettni magát az európai porondon.

A forró júliusi nap már kora reggel perszezt, ahogyan azt a "Nappály Városában" már megszoktuk. Adassék elismerés a marathoni futóknak, akik hajlandók versenyezni a nyárközépi szegedi pokolban, - vélekedtünk és félve gondoltunk a tavalyi győzelmekre, amikor a hőség miatt a mezőny fele feladta a küzdelmet a gyilkos kánikulában, első ízben a marathoni futóversenyek történetében.

A délelőtti technikai értekezleten derült ki, hogy 69 nevezés érkezett be, ezek közül mintegy 40 futó indulása várható. Rekordot jelentett a megérkezett 14 külföldi atléta, akik négy nemzetet képviseltek. Délután fél 2 óra tájban trópusi eső zúdult a városra s az egyébként is elviselhetetlenül forró levegőt még vizgőzössé is tette. Már egy könnyű mozdulat után patakozott a veríték rólunk.

Sehol az országban nincs a marathoni futásnak olyan mélyen gyökerező hagyománya, mint éppen Szegeden. A MASZ már évtizedekkel ezelőtt Szegeden rendezte meg az országos marathoni bajnokságot. Az elsőt az 1926. évben, amikor a győzelmet Király Pál szerezte meg. A magyar bajnokságon kívül több országos vándordíjas verseny került itt lebonyolításra s a szegedi futók csaknem mindig átutó sikert arattak. Az SzVSE, az SZMTE és a SzAK jártak az élen. Tagjaik közül Gyetvai József, Bartók András, Földényi-Frank József Rózsa András, Szávai István, Csonka Balázs, Szalma János és Vass József országos hírnévre tettek szert. A szegedi "Délmagyarország" c. napilap 1936. október 30-án így ír róluk: "A mostoha szegedi sportviszonyok ellenére újabb szegedi sikert jelentettünk tegnap a kassai nemzetközi marathoni futóversenyről. A Szegedi Vasutas futói kitűnően szerepeltek a küzdelemben. Csonka negyedik, Gyetvai tizenkettedik, Szalma tizenharmadik, Vass tizenhatodik lett Európa legjobb marathoni versenyzői között. Az 6 kitűnő csapattaljesítményükkel Magyarország megnyerte a Nemzetek Díját, mely mindazokat örömmel tölt el, akik értékelni tudják e fáradságos versenyt. A versenyen ott volt Európa szinte valamennyi nemzetének képviselője. A vasutasok együttese nemcsak a Nemzetek Díjának elnyeréséhez segítette Magyarországot, hanem megnyerte a csapatversenyt is és ezzel megelőzte a németeket és a világhírű lettekét is, akik a küzdelem favoritjai voltak. A szegedi csapat valamennyi tagja napszámos ember és egyik napról a másikra tengeti életét. Szinte valamennyi túl van már a 30 éven." Ennyit mond az egykori újságcikk. A versenyzők közül Gyetvai Józsi bácsi már 5 éve halott. Most lenne 65 éves. De elköltözött az élők sorából Rózsa Bandi bácsi is, aki ha élne, az idén töltené be 69. évét.

A szegedi nemzetközi versenyek kezdete, 1957. év óta csaknem minden évben sor kerül a versenyt megelőző ünnepség keretében a szegedi veterán marathonisták ünneplése. Ilyenkor egy-egy kiemelkedő képességű régi futó égi fáklyával a kezében tiszteletkört fut a közönség előtt és meggyújtja a marathoni lángot. Az idén különleges ünnepélyességet adott a rendezésnek az, hogy a veteránok közül Földényi-Frank József, dr. Hernádi-Herzsenyák Mihály, Gál János, Szávai István,

Suvada Márton, Vass József, Bartók András, Csonka Balázs és Szalma János is felvonult az induló fiatal versenyzőkkel együtt. A "legfiatalabb" volt közöttük Szalma János, aki ötvenhárom éves, legidősebb pedig a 64 esztendőes Csonka Balázs. Valamennyiüknek deres már a haja, de a marathoni futás szeretetében még ma is példát mutatnak a fiataloknak. Persze élményekben gazdag sportpályafutásuk szinte kiapadhatatlan forrása a szerzett tanulságoknak. Ezuttal a 63 éves Földényi-Frank József, a marathoni futás szegedi uttörője futott egy tiszteletkört társaitól kísérve, majd meggyújtotta a marathoni lángot. Ezután gyülekeztek a versenyzők a SzEAC stadionban a rajtnál.

+ + +

Felhők gyülekeztek az égen s ez gondot okozott az atlétáknak, bár a trópusi forróság némileg enyhült. A külföldiek közül az öt jugoszláv: Sztojanovics Dobrivoje, Dedit Reuf, Antun Toldi, Pavle Szkenderovics és Grco Budincevics, - a három csehszlovák: Frantisek Kána, Tibor Riskup és Vaclav Bartunek, - a három keletnémet: Gerhardt Hönicke, Richard Schlicke és Heintz Gericke, továbbá a három osztrák: Adolf Gruber, Hermann Richard és Norbert Kirchbichler, összesen tehát tizennégy versenyző készüldött neki a nagy utnak. Rajtuk kívül huszonhat magyar állt oda az induló vonalhoz. Eljött a nálunk már kétszer győzött, utvonalcuscsot tartó Szalay Béla /MTK/, aki bár nem volt jó erőnlétben, de a szegediek iránti becsületből mégis elindult. Ott láttuk a legjobb magyarok közül Kun István /Bp.Honvéd/, a tatabányai Percze Lajost és Ladányi Tibort, a Bp.Tőrekvés versenyzőjét. Kedves színtöltő volt a versenynek a Bp.Vasas két versenyzője. Az egyik az 53 éves Váczi Lajos, aki eddig mind a hét alkalommal eljött Szegedre; a másik a 24 éves Schirilla György volt, akit csaknem valamennyi versenyen itt láttunk. Ő a legfiatalabb atléta volt a rajtnál. Természetesen nem hiányozhattak a szegedi marathonisták sem, a két Spartacus-futó: Temesvári Gyula és Gyuricza János képviselték városunkat. A lassan már veteránnak számító Temesvári szintén részt vett minden eddigi nemzetközi versenyen. Nagy elismeréssel gondoltunk az atlétika e legheroikusabb versenyszámának, a marathoni futásnak felvonult képviselőire, akik az emberi állóképesség egyik legmagasabb fokú vizsgáján tesznek majd tanubizonyosságot emberi értékeikről.

+ + +

Pontosan 5 óra 10 perckor csapódott le az indító zászlaja és indult el a 40 főnyi mezőny több, mint 40 kilométeres útjára. Kimenetelét akkor még nem lehetett sejteni. Az eső lába már lógott, ahogy mondani szokták. A Felsőtiszaparton, majd a városban, különösen a Széchenyi téren hatalmas tömeg érdeklődése kísérte a versenyzők útját, hiszen Szegeden a marathoni verseny egyre nagyobb figyelmet kelt a lakosság körében.

Átérve a hídon, Ujszegeden a végháznál levő 5 km-nél /16:45/ a tatabányai Percze vezetett, Ekkor már teljesen beborult az ég, elsötétedett a látóhatár és hatalmas függönyökben szakadt az eső, tombolt a szélvihar és villámok cikáztak az égen az itéletidőben. Az országuton szinte látni sem lehetett a futókat a rettenetes zuhatagban. Pillanatok alatt eláztak a pályabírák, a frissítő-állomások. A mezőnyt kísérő időmérők alig tudták a részidőket bekiabálni, elakadtak a tájékoztató szolgálat motorosai és bent a stadionban is a teljes tájékozatlanság lett

urrá. Több évtizedes multtal rendelkező atléta szakvezetők egyöntetűen állapították meg, hogy ilyen időben még nem futottak marathoni versenyt ebben az országban. A trópusi vihar pedig tovább dühöngött. A zuhatagot később jégeső váltotta fel. A futók a azonban hőiesen dacoltak az elemekkel. Teach Ferenc elé villám csapódott be az országuton de ez sem tudta céljuktól eltéríteni a bőrig ázott marathonistákat. Ilyen időben természetesen lehetetlen volt a reális verseny. Szőreg községeen tul a 10 km-nél /33:35/ Percze tartotta vezető pozícióját és a Deszk községeen tul 15 km-nél /49:35/ is ő volt az élen. Klárafalva után a 20 km-nél /1:08:45/ Perczét elérte a német Hönicke és ott a kétszeres szegedi győztes Szalay Béla is az élvonalban volt még. A Ferencszállás községeen lévő fordulónál /1:13:08/ Hönicke már vezetett Mohr Kálmán /MTK/ és honfitárs Gericke előtt. Percze itt már visszasett. Ekkor került sor a németek összpontosított pergőtüzére. Fittyet hányva az időnek, egymást segítve törtek előre. A 22 km-nél Szalay sérülése kiujuilt, nem tudta tartani a középmezőny iramát és fájdalmai miatt bucsot mondott a futásnak. Visszafelé a 25 km-nél /1:27:05/ Hönicke és Gericke biztosan vezettek már. Mögöttük 300 méterrel Percze futott. A 28 km-nél azonban izomgörcsöt kapott és felkérdezkedett a gépkocsira. A deszki tbc-szanatóriumnál lévő 30 km-nél /1:44:07/ azután az eső hirtelen megállt, a levegő kellemes, hűvös lett. Az élen lévő két némethez csatlakozott harmadik honfitársuk Schlicke is. A 33 km-nél a nagy esélyes bécsi Adolf Gruber adta fel a versenyt, aki az USA-ban hat hónap alatt hat nagy versenyt futott. Most azonban a fáradtság jelei ütözköztek ki rajta. Az újszöregi vasuti állomásnál lévő 35 km-nél /2:01:40/ már kialakult a három német futó diadalutja. Könnyortelenül rótták a kilométereket, láthatóan jó erőben, az egyre kellemesebbé váló időben. Az élen Hönicke, mögötte 800 méterrel Gericke, öt követően pedig 700 méterrel Schlicke. A sorrend a célig nem is változott. A csehek közül Kána és Bartunek nyomult fel. A városban a Hungária szállónál lévő 40 km-nél /2:17:00/ Hönicke még tovább növelte előnyét és enyhe alkonyatban 1600 méteres előnnyel érkezett nagy tapsorkán közepette a SzEAC-stadionban lévő célba.

+ + +

A három jóképességű német futó megérdemelten foglalta el az első három helyet. Erőállapotuk kitűnő volt. Otthon hozzászoktak az esős, szeles időhöz és így jól bírták az itéletidőt. A győztes ideje a hátrálatató körülményeket figyelembe véve kitűnő. A magyarok nem futottak szerencsés versenyt. Legjobbjaink feladni kényszerültek a küzdelemet. A 29 befutó közül a szegedi Gyuricza János 2:59:44.6 mp-el a 18-ik, Temesvári Gyula 3:08:38.8 mp-el pedig a 23.helyen végzett. Teljesítményeikkel így is elégedettek voltunk.

+ + +

Az első tíz befutó sorrendje: 1. Hönicke /NDK/ 2:26:09.6, 2. Gericke /NDK/ 2:31:43.0, 3. Schlicke /NDK/ 2:32:52.4, 4. Kána /Csehszlovákia/ 2:34:25.6, 5. Bartunek /Csehszlovákia/ 2:36:13.2, 6. Dedics /Jugoszlávia/ 2:37:18.2, 7. Kun /Bp.Honvéd/ 2:37:25.6, 8. Sztojanovics /Jugoszlávia/ 2:40:58.6, 9. Mohr /MTK/ 2:46:18.0, 10. Szkenderovics /Jugoszlávia/ 2:46:46.6.

+ + +

A hétéves versenysorozat mérlege aktív, perspektívája felfelé ívelő. A kezdeti csatát megnyertük, Szeged neve rákerült a nagy nemzetközi marathoni versenyek listájára. Városunknak, mely központja a csodálatos alföldi rónaságnak, s amelyen átvonul a magyar délvidék forgalma, szüksége van barátokra. Kapunk nyitva áll mindenki számára Ha eljönnek, nem bánják meg és Szeged is hálás lesz, mert számos baráttaal gazdagodik.

+ + +

Évek óta visszatérő probléma, hogy a szegedi nemzetközi marathoni futóversenyek júliusi dátumát nem lehetne-e áttenni más, esetleg júniusi vagy valamely őszi időpontra. Az érvek a júliusi terminus mellett és ellene sorakoztak fel. Mellette szól, hogy az európai térségben ezen a helyen és időpontban nincs a Nemzetközi Atlétikai Szövetség által beütemezett más nemzetközi verseny, továbbá, hogy így ez a sportünnep is hozzájárul a Szabadtéri Játékok kísérő műsorának színessé tételéhez. A júniusi terminus korai, míg ősszel a csepeji és kassai verseny van soron. Ellene szól viszont a jelenlegi dátumnak a speciális szegedi júliusi, mindent felperzselő forróság, mely erősen meg szokta tizedelni a mezőnyt. A "Napfény városa" ebből a szempontból félelmetes hírben áll a környékesebb és a szenvedést kevésbé tűrő atléták előtt. Tavaly, a gyötrelmes kánikula miatt a mezőny fele, pontosan 25 versenyző

volt kénytelen feladni a küzdelmet, míg az idei trópusi esőben 11 futó mondott búcsút a versenynek. Az adott körülményeket figyelembe véve, tárgyilagosan szemlélve a kérdést, meg kell maradnunk a jövőben is a júliusi terminus mellett, délután 5 órai indítással, legfeljebb a szegedi verseny az úgynevezett nehéz és kiszámíthatatlan versenyek listáján fog szerepelni.

+ + +

Hét év nem nagy idő egy periodikusan visszatérő versenysorozat életében, de elegendő ahhoz, hogy vitalitását meg lehessen állapítani. Hét megrendezett nemzetközi versenyünk kétségtelenül a béke ügyét szolgálta a heroikus sportágban is hozzájárult a nemzetek közötti barátság elmélyítéséhez, de segítette a vidéki atlétika fejlesztését is. Sikerként a város vezető tényezőinél és közönségénél nagyobb érdeklődést elérni, mint az előző években. A nemzetközi marathoni futóverseny kezd már Szegeden fogalomválni. A Goldman Ignác által elvetett mag jó talajba hullott. A szervező bizottság a versenykiírást évek óta megküldi három világrészbe, s így már eddig is nyolc nemzet képviselőit üdvözölhetjük, 58 versenyzővel. Maga a viadal lassan ismertté válik egész Európában, de Ázsia és Afrika fiai is felfigyelnek a szegedi marathoni vetélkedésre.

+ + +

EWALD MERTENS:

AZ EDZŐ PSZICHOLÓGIAI FELADATAI

Az atlétától a sportversenyek általában igen jelentős mértékű fizikai és pszichikai erőt kívánnak. Amikor a fizikai és pszichikai erőt együtt emlitem, azt szeretném vele kifejezésre juttatni, hogy a sportbeli teljesítményt nem csupán a test ereje, képessége hozza létre, az edzés és versenyzés is a pszichében gyökerezik.

A sportoló minden teremtmőerő ősforrásából, a pszichéből alkot versenye számára. Ez ad szárnyakat erejének, a sportbeli teljesítményekhez, akár eredményesen, akár eredménytelenül fejeződnek is be azok.

Csupán az atléta testi felépítéséből nem lehet objektív teljesítőképességre következtetni. Ezért ajánlatos, hogy az edző ne csak egy bizonyos mértékű racionális megértést mutasson, hanem képes legyen arra, hogy tanítványának helyzetébe beleélje magát, vele együtt átélje kedélyhullámzásait és kifürkessze azok okait. Tehát az edző ne sajnálja a fáradságot és nyomozza ki, hogy a siker vagy sikertelenség szempontjából melyek a döntő tényezők.

A tehetségeknél a testi hiányosságok sokkal könnyebben felderíthetők és kiküszöbölhetők, mint a lelki élet hasonló fogyatékségei. Nagyjelentőségű tehát a lelki élet határozott vizsgálata, melynek révén megismerhetjük a versenyző gyenge és erős oldalait és ezek alapján a következő versenyre helyesen tudjuk felkészíteni.

A versenysport a sportolóval szemben sokrétű követelményt támaszt. Ezek ingerek, amelyek sokrétű reakciót válthatnak ki/várákózási félelem gyöttrő bizonytalanság miatt szenzibilis életmegnyilvánulások a nézők nagy száma miatt; az ellenfél fölényétől való félelem szuggesztív infiltráció révén; túlzottan nagy felelősségtudat a favorit szerep káros felfokozottsága miatt, stb./.

Adott pillanatban az atléta reakciója nem más, mint annak kifejezése, hogyan tud a mindenkor ingerre beállítódni. Ha az atléta abban a szerencsés helyzetben van, hogy küzdökedve, egészséges érvényesülési vágya, a sportolás felett érzett öröme, nemzeti büszkesége, a hagyomány és a bajtársiasság, önbizalommal párosult szorgalom, az eddig elért eredmények alapján kialakult reményessége, becsvágya és bátorsága révén kellően felverteződött ezen ingerek ellen, akkor könnyen, azonnal vissza tudja állítani a szükséges pszichikai és fizikai egyensúlyát. Ha ellenben erre nem képes, akkor igen jó, ha az edző ismeri tanítványát és segítséget nyújt az előbb említett egyensúly helyreállításában.

Jó, ha az edző tudja, hogy a kis ingerek ösztönöznek, a nagyok megbénítanak, az igen erősek megsemmisítően hatnak. Pontos edzői feladat, hogy az atléta számára megfelelően adagolja az ingereket. Hosszu szoktatás révén iskolázza be az alkalmazkodást, gyűjtse

tapasztalatokat, neveltje szerezzon biztonságot, hogy erős ingerek hosszú időn keresztül való hatása révén elősegíthesse az eredményt.

A félelem. Az ugynevezett félelem minden atléta életében többé-kevésbé szerepet játszott már.

Ez az érzés a legkülönbözőbb formában jelentkezik. Bizonyos mértékű félelemérzet nem káros. A szívtevékenység és pulzus gyorsulását befolyásolja, elősegíti a légzést, az emésztő apparátus működését és a mirigyhormonok útján csökkenti a fáradékonyságot. Vagyis: képessé teszi a szervezetet, hogy teljesítményeit a legmagasabbra fokozza. Nem csodálatos tökéletességű itt a test és a lélek összjátéka?

Egyik kategóriát sem szabad azonban metafizikusan szemlélni, mert az egész szervezet a maga összességében az egymást befolyásoló reakció-folyamatok "mammut-zenekara". Ha az egyik szólam kiesik, ez zavarólag hat az összességre. A kiesés pótlása erőt igényel, hogy az annyira lényeges egyensúlyt újra visszanyerje. A test és lélek között tehát el nem választható, figyelemreméltó harmónia van. Aki ezt tudja, annál bizonyos mérvű félelem nem okoz nyugtalanságot. Ha azonban a félelemérzet túlmelegíti a mértéket, le kell győzni, mert ha az inger túljut az ingerküszöbön, megbénít, vagy megsemmisít. Ha össze érdeklődéssel vesszük részt atlétánk sorsában, feltétlenül segítséget jelent.

Az edző akkor jár el helyesen, ha az atléta nevelése közben megelőzi a problémákat. Ezért szükséges, hogy az edzésfolyamatba megfelelő versenyszerű feltételeket építsünk be. Figyelembe kell venni az ellenfél esetleges sajátosságait, az évi és napi időszakokat és a klimatikus viszonyokat. Arra kell törekedni, hogy önállóságra neveljük az atlétát. Ahol ezekre ügyelnek, ott nem áll fenn a hirtelen, kellemetlen meglepetések veszélye.

Az edzést mindenesetre versenyjelleggel ruházzuk fel. Legyünk tisztában a sportoló érzelmi és hangulati állapotával. Könnyen aláaknázhatjuk a fizikai és pszichikai erőket az ellenféllel és a versennyel szemben való hibás és helytelen beállítottság. /Pl. ha az elődöntők nem az elképzelés szerint folytak le és az atléta nem készült fel arra, hogy az új helyzetben mit tegyen, hogyan alkalmazkodjék./

Csak azok az atléták tudnak helytállni, akik tehetségük, tudásuk, önállóságuk és akaratuk révén erős egyéniséggé fejlődtek. Jól felépített edzésmunkával a rajt előtti túlzott izgalmakat ki lehet küszöbölni. Figyelembe kell venni, hogy az életnek egyetlen követelménye sem hat csupán egyetlen szervre vagy szervrendszerre. Mindig több, mindig az egész szervezet, tehát a szervezet és a környező világ közötti szubjektív tényező, a lélek is részt vesz a válaszreakciókban.

Akarat. A sportpszichológiában az akarat a lelki élet egyik legfontosabb megnyilvánulása. Az akaraterejnek döntő befolyása van a

győzelem kivívásában. Az edző munkája közben az atléta akaraterejét növelheti és meggyőzőheti őt annak fontosságáról.

Mint ismeretes, az akarat az ember tudatos célratörésében jut kifejezésre. Az akarat erősítésének elsőrendű feladatát az edző is csak akkor tudja teljesíteni, ha ő maga is hajlíthatatlan akaraterejével rendelkezik, továbbá ha igazi meggyőző erővel bír.

Taktika. Fontos nevelési feladat a taktika beidézése. Taktika alatt a sportoló azon képességét értjük, amelynek birtokában a helyzeteket gyorsan át tudja tekinteni, fel tudja becsülni, ki tudja választani a téma-dáshoz legalkalmasabb pillanatot, előnyös elhatározásra jut.

Mindez azt is bizonyítja, hogy a verseny teljesítmény nem csupán a szív- és izomtevékenység dolga, a tudatosságnak is fontos szerepe van az eredmények elérésében.

Az edzőnek azzal is tisztában kell lennie, hogy milyen pszichikai típusu egyén van a keze alatt. A koncentráció kérdésénél figyelembe kell venni, hogy vannak figyelmes, megbízható, de vannak ingadozó, hullámzó természetű típusok. Általában kétféle: egyenes és labilis típust különböztethetünk meg. Az alkotó típusu atléta kezdeményez, felfedez és új utakat keres, többé-kevésbé gyorsan tanul és mindent gyorsabban lát át.

Leggyakoribbak az ugynevezett utánpótlás típusok, ezt azonban legtöbbször ők maguk sem tudják. Ez rendszerint módszertani hiba eredménye, gyakran az edző hibája, aki sematikusan oktat. Ennek következtében tanítványaik gyámoltalanná válnak akkor, amikor előre nem látott helyzetek adódnak és a besúlykolt iskolapéldát nem alkalmazhatják.

A koncentráció. A koncentráció iskolázására irányuló tudatos és tervszerű edzői irányítás elsőrendű pszichikai feladat. Gyakran megfigyelhetjük, hogy a koncentráció túl korán érte el maximális értékét és az elfáradást eredményezte.

Veszélyes, ha az atléták mellékes jelenségekre irányítják figyelmüket és mégis gyors koncentrációra kényszerítik magukat. Itt az edző segítőtőleg léphet közbe, hozzon fel bizalmat ébresztő példákat, amely meggyőzi a versenyzőt és eloszlatja az aggályokat. Egyéniséget kell tekintetbe vennie, amikor tanítványa belső lényét, gondolkodását, érzéseit, akaraterejét, magatartását irányítja.

Megmutatkozik-e, hogy az edző pontosan ismeri atlétáját? Igen. Ha helyesen vezet, és irányítja. Az edző ne csupán lelkesítsen, legyen céltudatos, nyugodt és türelmes. Legyen leleményes és jó emberismerő, mert a sportolók sokfélék - érzékenyek, impulzívok, vidámak vagy szenvtelenek - de könnyen han- golhatók, ha jól tudunk benni velük.

Sportpszichológiai szempontból igen fontos, hogy az edző az atlétában a feladatok teljesítése iránti hajlamot fejlessze, ami azután szorgalomban, lelkesedésben, kiegyensúlyozott kedélyállapotban jut kifejezésre. Ezek a tulajdonságok pedig elengedhetetlenül szükségesek a siker kivívásához.



F. DEMIN: *Sin Kim Dan* EDZÉSE

Mintegy három év telt el azóta, hogy a Koreai Munkáspárt Központi Bizottsága határozatot hozott a sport országos fejlesztésére. Az eredmények máris megmutatkoznak. E rövid idő alatt igen nagyot léptek előre és jelentősen csökkentették azt a különbséget, amely az észak-koreai és más nemzetek atlétáinak képességei között fennállnak.

Emelkedett az atléták száma, jelentősen javultak a teljesítmények és igen sok edzőtábor létesítettek. Kaesong, Hamhüng városokban új stadionokat építettek, amelyek megfelelnek a korszerű atlétikai követelményeknek. Pjongjangban megkezdtek az 50.000 nézőt befogadó központi stadion teljes újjáépítését.

A fiatal észak-koreai atlétákat a kitartó edzőmunka és óriási tettvágy jellemzi. Ez az, ami ezeket a fiatalokat arra készteti, hogy kevés sporttapasztalatuk ellenére igen erőteljes edzést folytassanak. Ez az oka annak, hogy Pak Chum 2 évi edzés után 49.3-at futott 400 m-en és 1:52.6-ot 800-on. Kim Sol 14:59.8-at ért el 5000 méteren, Cha Van Sil megjavította az országos magasugró csúcsot 191 cm-es ugrásával. Ugyancsak új országos csúcsot állított fel hármasugrásban 14.71/. Cho Hun Hi az 1500 m-t 3:55 alatt futotta, Ho Zon Men pedig 13.79 méterrel a súlylökésben és 56.10 m-rel a gerelyhajításban állított fel országos csúcsot.

Az észak-koreai atléták a korszerű szovjet edzőmódszereket alkalmazzák, összehangolva a helyi viszonyokkal és az egyéni sajátosságokkal. Jó példa erre a világ egyik legjobb futónőjének, Sin Kim Dannak az edzése.

1958. októberében Pjongjangban egy fizikai lag jól fejlett, magas lány, - fémunkás az egyik gyárban - felkeltette az edzők érdeklődését, bár igen gyenge technikával futott. Ez azonban nem akadályozta abban, hogy minden előzetes edzés nélkül 400 m-re 66-ot, és 800 m-re 2:28.2-t fusson. Aki látta futását, természetesen sebességét és erejét figyelhette meg. Azt tanácsolták neki, hogy folytasson komoly atlétikai edzést és így decembertől kezdve rendszeresen edzett az országos válogatott keretben.

Sin Kim Dan edzéstervében először a futás és a speciális fizikai felkészítés arányát, majd meghatározott időszakokra a futóedzés erősségét állapítottuk meg. Figyelembe vettük az atléta egyéni sajátosságait: a nagy eredmények elérésére irányuló óriási igyekezetét, gyorsasági adottságait, magas szintű általános fizikai fejlettségét, valamint a gazdaságos futótechnika elemi megértésének teljes hiányát.

Az első fő probléma a futóedzés volt. Lehetetlen volt nagy gyorsasággal futásra fogni, mert ez hibás technikára vezetett volna. Ezért az első év előkészítő periódusát 1959-ben a következő elgondolások alapján valósítottuk meg: sok futás, de mindaddig könnyen elérhető iramban, amíg a kis sebességnél a helyes futótechnikát el nem sajátítja. Ugyanakkor a fizikai fejlődés szintjének emelését határoztuk el. A gyorsaság fejlődése másodlagos volt Sin Kim Dannál bár télen egy héten keresztül igen sok rajtot végzett.

Sin Kim Dan vasárnap kivételével minden nap edzett. A heti periódus egész hónapban ismétlődött, de a megterhelés hétről-hétre emelkedett s így az edzés terjedelmében és jellegében váltakozott. Hetenként három napon át az általános fizikai képességek fejlesztésén dolgozott, ezt farthlek futásokkal egészítette ki. Speciális edzésre heti három napot szentelt.

Januártól március végéig minden hónap utolsó hetében három napon át időre futott: hétfőn 100 és 400 m, kedden 600 és 200 m, pénteken 100 m futás és 100 m gyaloglás váltakozva. Ez az atléta számára bizonyos pihenőt biztosított. Három heti edzés után lehetővé tette a végzett munka eredményeinek rögzítését és előkészítette szervezetét arra, hogy a nyár folyamán nagyobb gyorsaságra tegyen szert.

A futóedzés alapja intervall és farthlek futás volt, melyeket 200-800 méterig különböző távolságokon ismételtek. Decembertől április végéig kb. 700 km-t tett meg - a bemelegítést és a reggeli futásokat is beleértve. A futóterhelés 85 %-a váltakozó, közepes erősségű volt. Ezalatt az időszak alatt mintegy 27 km ugrógyakorlatot és 35 km speciális futógyakorlatot végzett. Egészen kis kivétellel a salakpálya belső szegélyén belül fekvő fűrészpálya pályán folytatta edzéseit. Stopperórát nem használtunk.

A fizikai felkészítés az erő és hajlékonyság fejlesztését célzó gyakorlatokból állt. Ezen kívül nagy gondot fordítottunk az ízületek mozgására /csípő és boka/, végül bizonyos mennyiségű ugrást és súlyemelést végeztünk. Egy edzés időtartama 2 és fél, 3 óra volt. Havonta egyszer orvosi ellenőrzésen vett részt. Amint a cardiovascularis rendszer tevékenységében visszaesést észleltünk, azonnal csökkentettük az edzésadagot.

Íme Sin Kim Dan 1959. februárjában végzett egyik tipikus edzése:

15 perc futás, speciális futógyakorlatok 2x60 méteren, futás stílusra 4x100 méteren, ebből kettő kanyarban. Repülővágta 4x80 méteren. Ebből kettő kanyarfutás. 15x30 méteres rajtok. 12x200 méteres ismételt futások 34-35 mp alatt; az egyes futások között 5 perces lassu gyaloglás. Ugrások: hármasugrás bokaugrás, ugrások guggolásból guggolásba. Bokaszalag-erősítő gyakorlatok. Lazító gyakorlatok.

Februárban összesen 190 km-t futott, 6300 méteren végzett ugrásokat, 7200 méteren speciális futógyakorlatokat végzett.

Először úgy gondoltuk, hogy a futóedzést március hónap folyamán tovább növeljük. De az atléta futótechnikája rosszabb lett, ezért vissza kellett menni a februári edzésadaghoz, csökkentettük a fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatok számát és csütörtökön pihenőnapot iktattunk be.

Áprilisban a megtett kilométerek számát 120-ra csökkentettük, ezzel szemben növeltük az ismételt futások sebességét és megváltoztattuk a heti periódust. Rajtokat hetente háromszor, fizikai képességeket fejlesztő gyakorlatokat kétszer végzett, de a gyakorlatok mennyiségét felére csökkentettük.

Az összes futások 80 %-át salakos pályán végezte. A futások 70 %-át teljes erőbeadással tette meg.

Sin Kim Dan április végén, az első versenynél 200 méteren 26.8-at, 400 méteren 59.9-et és 800 méteren 217.1-et futott. Május hónapban az edzés 120 km-t tett ki. Hetente egyszer végzett fizikai képességek fejlesztését célzó gyakorlatokat. Emeltük a rajtok és megismételt futások számát, melyeket 50 %-os erőbeadással tett meg.

Juliustól októberig hetente háromszor-öttször tartott edzést. Ezek számát a következő verseny fontossága szabta meg. A többi napon csupán bemelegítést végzett. Feleltek a teljesítményeket, módosítottuk az edzéstervet és vagy csökkentettük, vagy növeltük az edzés terjedelmét. Junius hónapban Vongsangban nem a stadionban edzett Sin Kim Dan, hanem a japán tengerparton. Augusztusban, szeptemberben és októberben az edzés terjedelmét állandóan csökkentettük, de emeltük az ismétlődő futások sebességét. Augusztusban 12.4 mp-re futotta a 100 métert, szeptemberben 200 méteren 24.8-at és októberben Pekingben 400 méteren 54.4-et, valamint 800 méteren 2:09.7-et futott. Az utolsó versenye november 8-ra esett.

Sin Kim Dan a versenyidény folyamán harmincszor versenyzett: kétszer váltóban, kétszer 100 méteren, nyolcszor 200 méteren, tízszer 400 méteren és nyolcszor 800 méteren. Télen ezen felül részt vett tíz időfutásban. Évi kilométer-átlaga 1300 volt, ugrógyakorlatokban pedig 45 km. Novemberben és decemberben hetenként 4-5-ször edzett, főleg vágatákkal foglalkozott, súlyt emelt és játszott.

Kissé módosult a második évre való felkészülése, mert előző évi eredményei a tervezettnél jobbak voltak. Különösen az előzőleg betervezett futóedzés terjedelmét csökkentettük. Ugyanígy csökkent a fizikai képességek fejlesztését célzó gyakorlatok mennyisége, ezzel szemben növeltük a súlyemelés, az ugrások és súlyzó gyakorlatok mennyiségét. Ugy döntöttünk, hogy a téli edzés nem lehet túl erős, túl kimerítő és a szervezet funkcionális lehetőségének szélesítését célozza.

A magas szintű edzési hajlandóság és futótechnika elsajátításában elért siker lehetővé tette, hogy 1960. telén növeljük az ismétlődő futások sebességét. Több időt szenteltünk a gyorsaság fejlesztésére és gyakorabban használtunk stopperórát. A havi és heti edzések száma nem változott. Az általános sémát illetően az 1960-as téli periódus csak keveset különbözött az 1959-esétől. Nem lett volna helyes, ha a bevált edzésrendszert megváltoztatjuk.

A decembertől ápriliséig terjedő időszak alatt 830 km-t futott Sin Kim Dan. 27 km-t tett meg ugrógyakorlatokkal és 42 km-en át végzett sajátos futógyakorlatokat. Hetenként háromszor emelt súlyt. Közepestől a maximumig változtattuk a megterhelést. Hetenként háromszor végzett ugrógyakorlatokat 30 kilós súlyzókkal. Mindezeket a gyakorlatokat a fáradás beálltaig végezte.

A téli hónapok végén időre való futásokat tartottunk. 1960. februárjában az alábbi eredményeket érte el: február 22-én 400 m 57.3, 100 m repülőrajttal 12 mp. Február 24-én 600 méteren 1:36.5, 200 méteren 26 mp, Február 26-án 1000 méteren 2:56.3 és 100 m repülőrajttal 11.6 mp.

Az edzések időtartama két és fél, négy óra volt. A munka maximumát márciusban végezte, utána az edzéstérhelést jelentősen csökkentettük. Sin Kim Dan egy edzésnapja 1960. áprilisában:

15 perc futás. Általánosan fejlesztő gyakorlatok. Speciális futógyakorlatok. 2x30 p. futás, két repülőfutás egyenesben, kettő ka-

nyarban, 12x30-40 méteres rajtok laza, szabad kifutásokkal, ismételt 8x200 méteres futások /26.0 - 26.0 - 28.0 - 26.5 - 27.0 - 27.0 - 26.5/. Az egyes futások között 12 perces pihenők. Két sorozat súlyzókkal, sorozatonként tizenötösör. Lazító gyakorlatok.

Az 1960. évi versenyidényt a hónapról-hónapra történő edzéserősség csökkenése jellemezte, ugyanakkor növeltük az ismételt futások sebességét. A fizikai képességek magas szintjét speciális heti futógyakorlatokkal tartottuk fenn. Hetenként egyszer ezzel együtt végeztük a súlyemelő- és súlyzógyakorlatokat. A futóedzések 85 %-át maximális erőbeadással végezte a koreai atlétalány.

Amin erősödött az iram, fokozatosan tűnt fel a komplett futóstílus. Ha a stopperóra a tervezettnél rosszabb időt mutatott, az edzést leállítottuk. Sokszor az előírt edzőmennyiséget nem is teljesítette Sin Kim Dan, az előírt iramot azonban mindig megtartotta.

A gyorsasági munka mennyiségét a nyár folyamán fokoztuk. A futóstílusban a fő figyelmet az erőteljes elrugaskodásra fordítottuk, mely a csipő erőteljes előredőlését eredményezte a test súlypontja és az elrugaskodás pontját összekötő vonalon túlra. Nagy figyelmet fordítottunk a gyors hajrá fejlesztésére.

Az évi terv Sin Kim Dan részére 30 versenyen való részvételt irányzott elő. Augusztus 1-ig háromszor indult 100 métere, négyszer 200 méteren, hatszor 400 méteren, hatszor 800 méteren és részt vett 14 téli időfutásban. Amin már említettem, a koreai atlétanő a legjobb 800 méteres idejét: 2:04.5-öt a Známenszkij fivérek emlékversenyén, Moszkvában érte el. Az erre a versenyre való felkészülése folyamán a következő speciális edzéseket végezte:

Junius 23-án 10 perces futás az erdőben, 2x30 méteres futógyakorlatok. Négy repülővágta. Általános fejlesztő gyakorlatok. 3-4 perces speciális könnyű futások.

Junius 24-én, parkban: 10 perc futás. Általánosan fejlesztő gyakorlatok, speciális futógyakorlatok, 2x30 m. A stadionban: 4 repülővágta, kettő közülük kanyarban, 10x30 m-es vágta, 200 m 24.4 mp. alatt. 12 perc pihenő. 200 m 24.8 mp alatt, 2-3 perc könnyű futás.

Junius 26. Erdőben: 10 perc futás, általánosan fejlesztő gyakorlatok. 1x30 méteren át speciális futógyakorlatok. 3 repülővágta, 10x200 m intervall-futások. Minden egyes gyorsfutás között 200 m joggolás. Ez utóbbit 800 m-es iramban /31-32 mp/. Minden egyes futás alkalmával 20-30 méteres hajrá. 2-3 perc könnyű futás. Könnyű gyurás.

Junius 27. Pihenés.

Junius 28. Parkban: 10 perc futás, általánosan fejlesztő gyakorlatok, 1x30 m speciális futógyakorlatok. 3 repülővágta. A stadionban 10x30 méteres rajtok. 300 m 38.5 mp alatt. /Az első 200 m 24.4 mp/ 12 perc pihenő. 100 m repülőrajttal 11.5 mp alatt. 2-3 perc könnyű futás.

Junius 29. Erdőben: ugyanaz, mint junius 25-én.

Junius 30. Pihenés.

Julius 1. Erdőben: ugyanaz, mint junius 25-én.

Julius 2. Erdőben: ugyanaz mint junius 25-én.

Julius 3. Verseny.

Sin Kim Dan e versenyt követően Pjongjangban 100 méteren 12 mp-es eredménnyel új északkoreai csúcsot állított fel.

Nyilvánvaló, hogy a kiváló képességű és adottságú, nagy szorgalmú koreai atlétalány a 400 és 800 méteres világcsúcsa új várományosa.

/E cikk a Track Technique 1962.10.számában jelent meg./

Farkas Pao: **MAGYAR ATLETÁK AZ 1963. ÉVI** *Universiade VEREMLÉNY*

A magyar sajtó meglehetősen sokat foglalkozott az 1963. évi Universiade versenyekkel, az utazással, elszállásolással, élményekkel, körülményekkel, de nem közölte részletesen az egyes versenyszámok lefolyását. Legtöbbször csak az eredményekről tájékoztattott. Ezt a hiányt szeretné pótolni e cikk, afféle utólagos beszámoló a versenyekről, melyeket megfigyelhettem.

A 12 tagú versenyzőgárda elosztva szerepelt a négynapos versenyen. Majdnem mindig volt valakinek versenye s így a nézőtér megfelelő helyéről legtöbbször csak a saját versenyzőink számait kísérhettem figyelemmel, a többiből alig láttam valamit. Ezekről részletes leírást tehát nem tudok adni, bennünket egyébként is elsősorban a magyar versenyzők szereplése érdekelt.

A magyar főiskolás válogatott keretet az elmúlt év végén állította össze a Magyar Szervező Bizottság, az 1962. évi eredmények alapján. A keret létszámának csökkentése folyamatos volt. Az 1963. évi tavaszi és nyári eredmények, továbbá a helyezési esélyek figyelembevételével augusztus elején a vezetőség tizenegy tagból álló végleges keretet állított össze. Tagjai voltak: Zsivótzky Gyula, Nagy Zsigmond, Kulcsár Gergely, Csutorás Csaba, Mihályfi László, Gulai István, Rábai Gyula, Szekeres Béla, Simon Attila, Kazi Olga és Kontsek Jolán. A kiutazás előtti napokban dönt el véglegesen, hogy az eddig tartalékként szereplő Bognár Judit is bekerült az utazó keretbe.

A keret férfi tagjai a kiutazás napjáig a magyar válogatott keretben készültek sportköri edzőjük, illetve a magyar válogatott keret edzőinek felügyelete mellett. Az Universiade-keret közös tatai táborozásán sem vettek részt, mert az utolsó napokban jöttek csak vissza a finn-magyar, illetve a svéd-magyar viadalról. A keret három nőtagja azonban az utolsó hetet Tatán töltötte, ahol rajtam kívül Söjtör József működött közre mint edző. E táborozás keretében minden lehetőséget felhasználtunk arra, hogy a felkészülést minél eredményesebbé tegyük. Söjtör József foglalkozott a két dobóval, én Kazi Olga edzéseit vezettem. A tábor befejezése után a keret tagjai részt vettek a Budapesten megrendezett Országos Sport Napokon. Ezután három nappal került sor az utazásra.

Az odautazás alatt a csekély edzéslehetőséget egyedül Szekeres Béla használta ki, aki 24-én hajnalban Dakarban, majd délután Buenos Airesben tartott edzést. A többiek csak a megérkezés után, másnap láttak munkához.

Az eredeti tervnek megfelelően minden reggel 7 órakor a középtávutók folytattak futóedzést, lakásunk közelében, illetve az országot melletti letaposott földes területen. A délutáni edzéseket a Sogipa pályán tartottuk, előre megadott időpontban. Atlétáink az edzésterveken szereplő munkamenynyiséget végezték, kisebb módosításokkal. Ezt az időjárás, a körülmények és a lehetőségek szabták meg. A futópálya általában használható volt, itt tehát semmiféle korlátozást nem kellett végrehajtani. A szokatlan talaj enyhe lábfájást okozott ugyan, de az edzésre megfelelt. A dobóhelyek minősége sem volt kifogásolható. Nem volt szükség arra,

hogy a dobóknak külön kijelölt pályára menjünk és a csapatot kétfelé szakítsuk, ami az ellenőrzést és vezetést nehezítette volna.

Egyedüli komolyabb problémát a súlyemelő-felszerelés megszerzése jelentette. Előzetesen azt a kellemetlen hírt kaptuk, hogy ilyen Porto Alegreben egyáltalán nincs. Később kiderült, hogy egy felszerelés van ugyan, ez azonban egy magán tornaiskoláé. Kutatásunk mindezek ellenére sikerrel járt, a pálya öltözőjében egy nem teljes felszerelést találtunk, mellyel legalább beindíthattuk a súlyemelő edzéseket. A rendezőség később egy másik felszerelést is rendelkezésünkre bocsátott s így végül is mindenki elvégezhetette súlyemelő munkáját. A talaj sajnos nem volt megfelelő: a szabad fűvön kellett végezni a gyakorlatokat, ez pedig egyenletlensége miatt nagyban akadályozta az edzés végrehajtását.

Súlylökőink munkáját nehezítette az is, hogy az edzéseken csak kisebb méretű, de szabályos súlyú rézgolyókkal dolgozhattak. Vasból készült golyó nem volt a pályán. Szerencsénkre az egyik külföldi csapat hozott magával egy férfi vas súlyt, ezt a rendezőség elkérte a versenyre. A nők viszont csak rézgolyóval dobhattak, mely teljesen sima, csúszós, vagyis szokatlan volt.

Még nagyobb nehézséget jelentett az ugyancsak szokatlan, erős párás, füledt levegő. Megérkezésünk után a második és harmadik naptól kezdve - egy kevés kivétellel - igen magas /85-92 %-os/ volt a levegő páratartalma. Ez azt eredményezte, hogy a legkisebb mozgásra megindult a verejtékezés, erősebb izommunka hatására pedig nehezebbé vált a légzés is. Még aránylag dobóinkra tette a legkisebb hatást az időváltozás. Rövidtávutóink viszont egy-egy rövidebb repülőfutás után szaporábban lélegeztek, erősen izzadtak. Legnehezebb volt a középtávutók helyzete, akik valósággal szenvedtek futás közben. Mozgásukon és az edzéseken mért részidőkből arra lehetett következtetni, hogy állandóan fáradtnak érzik magukat, nehezebbek pihenők ki az előző résztáv fáradalmait. Atlétáink közül egyesek a légzőutakban érezhető kisebb fájdalomról panaszkodtak.

A tapasztalat szerint a vékonyabb, szikárabb termetű atléták jobban bírták a párás levegő kellemetlen hatásait, mint a zömökebb teltebb alakúak. Tamara Press például annyira nem bírta, hogy edzése inkább rövid átmozgatásnak felelt meg, mint komoly felkészülésnek. Edzése közben légzési nehézségekre panaszkodott és nyíltan megmondta, hogy ilyen nehézségek mellett nem tart erős edzést.

Az edzésen mutatott formák és eredmények azt bizonyították, hogy az ügyességi atléták az utazás fáradalmait két nap alatt kiheverték és további két, vagy három nap alatt elérték a hazai edzéseredményeiket. Ebben jelentős része lehetett annak is, hogy az utazás alatti hiányos alvást a megérkezés után két nap alatt pótolni tudták és a szokatlan körülmények ellenére is jól aludtak már az első éjszakán. A rövidtávutóknál az átváltozás valamivel hosszabb ideig tartott. Bár edzéseiken részidőket nem mértünk, mozgásukból úgy látszott, hogy a kétnapos kipihenés után

négy-öt nap elegendő arra, hogy szervezetük a szokatlan éghajlatot megszokja. Legjobban a megérkezés után tizennégy nappal a 4x100-as váltó döntő futásában mozogtak. Ha Rábai és Gyulai ezen teljesen egészségesen futott volna, a régi magyar csucson belül szakitották volna el a célszalagot.

Középtávfutóinknak volt a legnehezebb helyzetük. Nekik legalább nyolc-tíz nap kellett a teljes átállásra. Kazi Olga felkészülése minden tekintetben bevált. Erdemes lenne edzéstervét és edzésnaplóját tüzetesen átvizsgálni és személyére vonatkoztatva a következtetéseket levonni. Elért eredménye nemcsak a magyarokat, hanem a többi ország középtávfutóit is meglepte.

Érkezésünkben bőséges választék állt rendelkezésre. Kezdetben a csak hidegtálas ebéd kissé szokatlan volt. Később a bevezetett meleg ebédet mind többen vették igénybe. Kalória-szükségletünket mindenképpen biztosíthattuk.

A versenyek.

Az atlétikai versenyek szeptember 5-én délelőtti kezdődtek. Ekkor tartották meg a 100 m-es férfi síkfutás előfutamait. A harmadik előfutamban indult Csutorás Csaba. A laza pályán kissé lassan kezdett, de 60 métertől felnyomult és a 10.6-ot futó angol Steane mögött a japán Hondával 10.8-at futva harmadik lett. Ezzel a délutáni középdöntőbe került. E futamból kiesett az ebben az évben 10.5-öt futó német Schütter és a 10.7-es kubai Montalvo.

A negyedik előfutamban, a négyes pályán rajtolt Mihályfi László. Szintén gyengén indult, de az utolsó 20 méteren igen jól hajrázott és az olasz Berruti mögött 10.8-al másodiknak érkezett célba. E futamból továbbjutott még a 10.9-et futó portugál Soares, kiesett a 10.6-ot már elért angol Cmel. Az előfutamokban a legjobb időt a kubai Figueroa és az angol Steane érte el 10.6-tal. Ozolin és Berruti 10.7-et futott. A többiek 10.8-10.9-es időket értek el, ami a pálya gyengeségét bizonyította.

Délután került sor a középdöntőkre. A sorsolás alapján mindkét magyar futó a második futamba került. Mindketten - legalábbis a többiekhez viszonyítva - gyengén indultak. Hiába erősítettek, a végküzdelemben mutatott felgyorsulásuk sem volt elegendő ahhoz, hogy a 10.5-öt futó Berruti mögött a döntőbe kerülhessenek. Csutorás 10.7-et futott az angol Steane-el és a japán Hondával együtt, de negyediknek érkezett célba, míg Mihályfi ismét 10.8-at ért el és ötödik lett.

Ugyancsak délután került megrendezésre a 400 méteres férfi középfutam és döntő. Itt Gyulai István képviselte a magyar színeket. A legerősebb futamban, a másodikban indult a kettes pályán. Az első 200 méteren 22 másodperccel kezdett. Igen jól futott 300 méterig, jól tartotta magát 350-ig. Onnan azonban az angol Campbell elhúzott és a végén a német Reske is megelőzte. Így 47.8-as idővel harmadiknak érkezett a célba, és bekerült a döntőbe. Itt igen gyengén /23.8-as 200 méterrel/ kezdett. Már 200 méternél ötödik helyen fut, erősen leszakadva az első négytől. A végküzdelemben azonban jobban erősített és a 46.6-ot futó angol Metcalfe, a kerek 47 másodperccel másodiknak célba érkezett német Reske, a harmadiknak érkező ugyanilyen idejű belga Pennewart, majd a 47.5-öt futó német Schmidt mögött, 48.3-as idővel ötödik lett. A döntőben fárdatan mozgott. Az első 200 méteren 1 másodperccel futott rosszabb időt, mint kellett volna. De különben sem tudott volna az első négy hely eldöntésébe beleszólni.

A női súlylökésben Bognár Judit és Kontsek Jolán indult. A világcsúcstartó Tamara Press győzelme vitathatatlan volt, viszont éppen ilyen biztosnak látszott a második és harmadik hely megszerzése. A verseny végeredménye a papírforma beteljesülését hozta, bár a verseny első három sorozata után Kontsek látszott jobbnak, aki első dobásával tuljutott a 14 méteren /14.01/, míg Bognár idegesen, tőle szokatlan mozgással 13.60-at ért el. A második sorozatban Kontsek 14.17-et lökött, Bognár kilépett. A harmadik sorozatban Kontsek tovább javított 14.75-re, Bognár ismét kilépett. Ugy látszott, hogy Bognár nagyon ideges, nem találja meg a helyes mozgást, dobásait elsietli. Ezért a kerítéshez hívtam és elküldtem a dobópálya másik részére, hogy ott nyugodtan dobjon kettőt. Különösen a második dobását láttam sikeresnek. Kértem, hogy ugyanilyen ritmusban, csak a technikára ügyelve indítsa dobásait, így sikerülni fog javítania. Ugy látszott, használt a tanács. A negyedik sorozatban Kontsek kilépett, Bognár pedig 15.47-et dobott. Most már megnyugodott, láthatóan visszanyerte önuralmát. A következő sorozatban Kontsek kihagyott, Bognár ismét jól kezdett, de dobásának befejezése hiányzott s így csak 15.45-re sikerült dobása. Az utolsó sorozatban nagyon akart, kezéből azonban a sima rézgolyó kiperült és 14.50 körül ért földet. Ezzel megszerezte a második, Kontsek pedig a harmadik helyet, a 17 méteren felül dobó Press mögött.

Az 5000 méteres síkfutásban tíz induló között két magyar volt: Simon Attila és Szekeres Béla. A rajt után Simon a svájci Holczert mögött a második helyen futott, míg Szekeres hatodiknak helyezkedett. Az első 400 m részideje 69 mp volt. Itt Simon a harmadik, Szekeres a negyedik volt. 800 m-es részdíj: 2:19. Versenyzőink az együtt futó tömegben az 5-7. helyen voltak. 1200 méternél Szekeres 3:27.5-el második, Simon az ötödik helyen futott. 1400 méternél Szekeres lassított. 1600 m-nél a szovjet Ivanov vette át a vezetést és kb. 30 m-es előnyre tett szert. Szekeres a harmadik helyen követte, míg Simon a második helyre futott fel. 2000 m-nél Simon részideje 5:48.5, Szekeres tartotta harmadik helyét. Meglepetésre számítottunk. Idig Simon igen szépen futott. 2400 méternél Ivanov 40 méterrel vezetett, a részdíj 6:56.5. 100 m-rel később Szekeres ismét második, viszont Simon hirtelen visszaesett és a 8-ik helyre került. Ettől kezdve fokozatosan lemaradt és kiesett a versenyből. 2800 méternél Szekeres felzárkózott Ivanovhoz, átvette a vezetést, majd együtt futottak. 3600 méternél Szekeres 20 m-rel lemaradt és 10:28.3-as részdíjot ért el. Ettől kezdve Ivanov fokozatosan elhúzott. 4000 méternél előnye már 50 méter. Szekeres részideje 12:53, majd 4800-nál 14:03. A versenyt Ivanov 14:21.4-el nyerte, második Szekeres 14:32-vel. Simon Attila igen lassu futással a mezőny végén érkezett célba.

A szokatlan, párás melegben futóink megközelítőleg sem érték el a várt eredményeket. Ha Szekeres 1400-nál nem lassít, vagy jobban bírja követni a vezető Ivanovot, jobb eredménynek és szorosabb versenynek lehetünk volna tanúi. Simon pedig előző napon kissé lázas volt, ennyire gyenge futására azonban ez sem elegendő magyarázat. Idejét hivatalosan nem közölték, de becslésem szerint jóval tul volt 15:30-on.

Az első nap eredményei tehát nem voltak tulságosan biztatók. Bár győzelemre nem számítottunk, de jobb eredményeket vártunk versenyzőinktől. Ez alól csupán a női súlylökés tekinthető kivételnek. Rövidtávfutóinktól döntőbejutást reméltem, Simon Attilától pe-

dig legalább az első hat helyre való érkezést. Gyulai ennél jobb helyezést papírforma szerint sem érhetett el. Lehetséges, hogy a reménytelen küzdelem miatt csak az ötödik helyre vigyázott.

Szeptember 6-án, a második napon a 200 m férfi elő- és középfutatok, a női diszkoszvetés és a férfi gerelyhajítás került sorra. Délelőtt bonyolították le a 200 m-es síkfutás előfutamait. Itt a harmadik futamban, a 2-es pályán indult Mihályfi. Jól kezdett, de a kanyar közepén befogták. A célegyenes elején még a 4-5. helyen futott, az utolsó 40 méteren erősített és a 3-5. helyen majdnem egyszerre érték célba a futók. A továbbjutásban a célfotó döntött. A 21.9-et futó kubai Montalvo győzött, második az angol Barry volt 22 mp-el, harmadik lett Mihályfi 22.1-el. Így megelőzte a német Bodtheisert, a portugál Suarez s bekerült a döntőbe.

A negyedik futamban az 5-ös pályán futott Csutorás. Ellenfele az olasz Berruti volt. Kissé gyenge rajt után kb. 50 méternél már látszott, hogy jól fut, Berrutival együtt előnyre tettek szert és végül majdnem holtversenyben 22 mp-es idővel érték célba. A német Felsen jó 3 m-rel leszakadva követte őket. Mindkét versenyzőnk tehát továbbjutott a délutáni középfutamba.

Itt a két magyar futó Berrutival került össze, egy futamban. A továbbjutáshoz nem volt sok reményünk, hiszen rajtuk kívül még ebben a középfutamban futott a délelőtti 21.8-at futó francia Roy, a 21.9-es kubai Montalvo, és 22.0 mp-es Barry. A jól sikerült rajt után rögtön az olasz Berruti került az élre, de jól futottak a magyarok is. Már a célegyenes bejártánál látszott, hogy az olasz futót nem tudják megelőzni, de a többieket elűthetik a továbbjutástól. 150 m-nél Csutorás már egy, Mihályfi pedig fél méterrel vezetett a negyedik futó előtt. A táv további részén a különbség még nagyobbá vált és a 21.9-et futó Berruti mögött Csutorás 22.2-vel Mihályfi pedig 22.3-al érkezett a célba s így biztosították a döntőbejutást. A többiek 3, illetve 4 méterrel leszakadva érkeztek be.

A női diszkoszvetésre délután került sor. A papírforma itt is azt mutatta, hogy Tamara Press után a két helyet a két magyar lány szerzi meg. A bemelegítő dobások után meglepetésre számítottunk Bognár személyében, akinek dobása 52 m körül esett le. Az első sorozatban Bognár 49.73-al, Kontsek 49.20-al kezdett. Press is csak 50.51-et dobott. A második sorozatban Bognár dobása 46 m-re sikerült, míg Kontsek 50.92-es dobásával megszerezte a vezetést. Press azonban rögtön tudta 52.49-es eredményével. A harmadik sorozatban Bognár 49.24-et, Kontsek 49.58-at Press pedig 53.47-et ért el. A negyedik sorozatban Kontsek kilépett, Bognár 49.22-t, Press 54.66-ot dobott. Az ötödik sorozatban a sorrend már nem változott, csupán a szovjet dobó javított 55.90-re. Az utolsó sorozatban senki sem javított s így végeredményben Tamara Press lett a győztes 55.90-el, második Kontsek Jolán 50.92-vel, harmadik Bognár Judit 49.73-al. Ismét két magyar nő állt a dobogón!

Férfi gerelyhajításban igen erős mezőny gyűlt össze, éppen ezért igen érdekes és nagy küzdelemre számíthattunk. Kulcsár eleve úgy érezte, hogy a legjobb esetben harmadik lehet. A verseny - sajnos - ezt bizonyította. A rendezők erőssorrendben fektették fel a jegyzőkönyvet; így is dobtak és ez is lett a verseny végeredménye. Pedig a legutolsó sorozat közepéig Kulcsár biztosan állt a második helyen.

Az első sorozatban Kulcsár volt az első dobó, akinek gerelye 70 méteren túl esett le 76.69 m/. Salomon dobása szabálytalan volt. Ha érvényes, megnyerte a versenyt. Lusis gerelye 76.41 m-re szállt. A második sorozatban már feltűntek a 70 méteres dobások. Először a francia Moneret 71.44-et, majd az olasz Rodeghiero 70.06-ot, a német Herings pedig 74.05-öt dobott. Kulcsár kilépett. Salomon 70.59-et ért el, míg Lusis 78.83-as dobásával már biztosította győzelmét. A harmadik sorozatban Moneret 71.90-re javított, Kulcsár 75.30-at ért el, viszont Lusis 79.77-es dobásával a verseny legjobb teljesítményét nyújtotta. A negyedik és ötödik sorozatban senkinek sem sikerült javítani. Az utolsó sorozatban Kulcsár jól sikerült dobásával 77.62-re javított, de utána Salomon 77.78-a a második hely megszerzését jelentette. Végeredményben a nagy mezőnyben Kulcsár jól küzdve csak 16 cm-rel maradt el a második helytől. Ezen a napon tehát egy második és két harmadik helyet sikerült megszernünk.

Szeptember 7-én, szombaton a férfi súlylökéssel kezdődött a délutáni verseny. Nyugodtan vártuk, hiszen az egy heti edzések alatt jól megfigyelhettük az ellenfeleket és ennek alapján Nagy Zsigmondot biztos győztesnek tartottuk. Ez be is következett. A 17 m-en felüli dobók közül elsőnek a német Urbach dobott 17.65-öt. A 16 és fél métert dobó jugoszláv versenyző után következett az angol Lindsay 17.28-al. Nagy Zsigmond jól koncentrált és rögtön első dobására érte el legjobbját, a 18.44-et. A második sorozatban csak Urbach javított 17.72-re, Nagy kilépett. A negyedik és ötödik sorozatban egyikük sem tudott javítani. Az utolsó sorozatban az angol Lindsay 17.76-ot lökött. Kíváncsian vártuk Nagy utolsó dobását, mert nagyon készül rá. Alig hogy nekivetkezett, azonban ünnepléses eredményhirdetés kezdődött s ez öt egész perc megállást jelentett. Ezzel természetesen velejárt a mozgásból való kikökörenés, kihülés, stb. Így Nagy nem tudott javítani, de a verseny állása miatt sem tudott már komolyabban küzdeni. Megszületett tehát első győzelmünk: Nagy Zsigmond Universiade-csúccsal állt az emelvény legfelső fokán!

Alig fejeződött be a súlylökés, már felálltak a versenyzők a 200 m-es síkfutás döntőjére. Erős mezőny alakult ki. A szovjet Ozolin, az angol Steane és az olasz Berruti mellett ott találtuk a francia 21.3-as Fabret is. A rajt után már látszott, hogy az elsőség kérdését az olasz, a francia és a szovjet futó dönti el. 100 méter után hárman már külön versenyt futottak, míg a 4-6. helyezésért a két magyar futó kis előnnyel fordult, Csutorással az élen. Az utolsó méteren Mihályfi is felzárkózott Csutorás mellé és egyforma - 21.9-es - idővel Csutorás negyedik, Mihályfi ötödik helyen végzett. A versenyt Ozolin nyerte 21.3-as idővel. Második Steane 21.4-el, harmadik Berruti lett 21.5-el. Az eléggé laza pályán sem a nagytetű Csutorás, sem Mihályfi nem tudott elég jól kezdeni. A végküzdelemben pedig már nem tudtak jobb helyezést elérni.

A 200 méteres döntő lefutása után két órával került sorra a 4x100-as középfutam. A magyar csapat a hármas pályát kapta, míg a kettesen a szovjet, a négyesen a francia csapat futott. A legbelső pályán a brazilok csapata indult. Csutorás az első 30 méteren nem tudott előnyt szerezni, de a kanyar közepétől feljött és kb. két métert hozott a pályaelőnyön kívül. Az első váltásnál nagy tömörülés volt. A brazil váltótárg bukott, Csutorást meglökték, de a váltás jól sikerült s csapatunk élre került. Gyulai remekül

futott, tartotta az előnyt, sőt kissé növelte is. Mihályfi-val való váltása közepesen sikerült. Mihályfi a kanyarban megőrizte vezető helyét és jó váltással indította Rábait aki kissé növelte is váltás után előnyünket. Csapatunkat a cél előtt érte el a kiválóan futó Ozolin, de megelőzni már nem tudta és így 41.4-es idővel elsők lettünk. Ugyanennyit futott a szovjet váltó is. A francia váltó teljesítménye 0.8 mp-el volt gyengébb.

A második futamban a japánok nyertek 41 mp-es idővel. Mögöttük a kubai Figuerola ért célba 41.4 mp-el. A látottak alapján a döntőben nagy küzdelemre volt kilátás. Minden tudásunkat össze kellett szedni, hogy a másnapi döntőben győzhessünk.

Szombaton tehát egy győzelmünk, egy negyedik és egy ötödik helyünk volt.

Vasárnap nagy érdeklődés mellett folytak a versenyek. Azonnal a női 800 métert és a kalapácsvetést kezdték el. Kazi Olga nagyon félt a versenytől, mert úgy tudta, hogy a német Gleichfeld eléggé gyors és a végküzdelemben komoly ellenfél. Eppen ezért edzéseinben is erős iramfutásra készült. A rajt után azonnal előre állt és kemény, jó iramot diktálva 61.6-os 400 méterrel kezdett. Az 500 méternél kb 3 méter előnye volt. Gleichfeld megpróbálta megközelíteni Kazit, de ő ilyenkor mindig okosan ujitott és lerázta. A kanyar elején, a cél előtt 200 méterrel Gleichfeld felfutott közvetlenül Kazi mögé, előzni akart, de kísérlete nem sikerült. 150 m-rel a cél előtt ismét kívülről támadt, Kazi azonban beleerősített és jó 3-4 méteres előnnyel fordult a célegyenesbe. Hiába próbálkozott a német lány, az előnyt már nem tudta behozni és Kazi Olga remek futással, bátor, céltudatos versenyzéssel élete eddigi második legjobb idejét futva, új Universiade-csuccsal állhatott a győzelmi emelvény legmagasabb fokára. Győzelmével megmutatta hogy ilyen nehéz pályán, szokatlanul kellemetlen légzési viszonyok között is lehet jó eredményt elérni. Komolyabb ellenféllel szemben új magyar csúcst futathatott volna. Szerintem az ő győzelme volt atlétáink legszébb eredménye.

Sajnos, kellemetlen meglepetéssel szolgált a kalapácsvetés. Legbiztosabb számunknak hittük és csak a második helyet szereztük meg. Az első sorozat dobásainál nem voltam jelen. A női 800 méteres síkfutás folyt és a pálya másik kanyarjában, a célnél a részüket mondtam be Kazinak. Csak a második sorozat közben értem a dobókör közelébe. Mint megtudtam, Kondrasov rögtön elsőre 65.76-ot, Zsivótzky 65.15-öt ért el. A második sorozatban meglepve láttam, hogy versenyzőnk rézgolyóval dob. Ugyanis az utolsóelőtti edzésen hazulról hozott kalapácsának forgórésze kiszakadt és nem lehetett megjavítani. Edzésein ezután az ugyanolyan szovjet kalapáccsal dobott. Második dobása ismét 65.15 volt. Hiába mondtam, hogy a már megszokottal dobjon, nem hallgatott rám, idegeskedni kezdett. Dobásainak befejezését elsielte és a kidobást elrángatta. Harmadik dobása sikerült legjobban: 65.72-re. A döntőben egyszer megcsuszott, egyszer kilépett, javítani nem tudott. Kondrasov első dobásával, 4 cm különbséggel nyert.

Erőthetetlen volt előttem Zsivótzky. Minden edzésen legalább 2 méterrel volt jobb, mint a szovjet dobó. Ugy láttam, hogy nagyot akart dobni, de mozgásába hiba csuszott. Er-

re nem figyelt s amikor már figyelte, késő volt, kapkodott. Biztosra vett győzelmünk helyett így meg kellett elégednünk a második hellyel.

A kalapácsvetés után került sor a 4x100-as döntőre. Látszott, hogy a váltó minden tagja tudása legjavát akarja adni. Jó a szellem és a győzelem érdekében mindent el fognak követni. Pedig az előjelek nem voltak biztatók. Meggel Gyulai erős derékfájásról, Rábai pedig két nappal előbb gyomorfájdalmakról panaszkodott.

Csutorás jól rajtolt. A váltásig a pályaelőnyön kívül még előnyt is szerzett. Gyulai már elsőnek indult a bottal. Ezt az előnyt derékfájása ellenére is tartotta. Mihályfi-val való váltása jól sikerült. A lecsökkent pályaelőnnyel futó szovjet és japán futókat a második kanyar közepén beerte és a következő váltás kezdetéig kb 4 méterrel el is húzott tőlük. Az utolsó váltás mintaszerűen sikerült. Szinte állva hagyták a többi váltót. A célból nézve kb. 6 méterre tippeltem azt az előnyt, melyet a magyar váltó összesen szerzett. Nem volt valószínű, hogy ezt Ozolin be tudja hozni. Izgalmas másodpercek következtek. A szovjet futó mindinkább közeledett és szorosan mögötte jöttek a többiek is. Rábai azonban betegségét megcáfolva, hihetetlen lendülettel közeledett a cél felé és új Universiade-csuccsal: 40.9 mp-es idővel szakitotta át a célszalagot. A szovjet és német váltót szabálytalan váltás miatt törölték. Így második a kubai, harmadik pedig a francia csapat lett. E szép győzelemért a váltó minden tagját elismerés illeti.

Középtávfutóink 1500 méteren gyengén szerepeltek. A 13 főből álló mezőnyben 63 mp-es 400-nál Szekeres második, Simon a hetedik helyen futott. 800 méternél /2:05.5/ Szekeres vezette a mezőnyt, Simon erősen leszakadt. 1200 méternél 3:07 volt a részüket. Szekeres fáradtan mozgott, leszakadt és nem volt tovább versenyben; 3:50.8-as idejével csak a hatodik helyet tudta megszerezni. Simon egészen leszakadva a mezőny végén ért célba.

Az utolsó atlétikai szám, melyben részt vettünk, a női gerelyhajítás volt. Kontsek Jolán képviselte színeinket a nagyon gyengén szereplő mezőnyben. Papirforma szerint biztos Ozolina-győzelmet vártunk a két német lány előtt, míg Kontseket a negyedik helyre jósoltuk. Kontsek 39.60-as dobásával sokáig a harmadik helyen állt. A második német egyetlen dobásával előzte meg. Erőthetetlen volt Ozolina erőtlen dobása, még akkor is, ha részére a pálya nem volt megfelelő. Sokat csuszkált a füves kidobóhelyen. 32 m-es dobása is volt. Végeredményben a német Brömmel győzött 49.61-es dobással a 47 m-t dobó Ozolina előtt.

Ezzel a versennyel befejeződött részünk-re az atlétikai versenysorozat. A 4x400 m-es váltóban a fiúk fáradtsága, Gyulai derékfájása és Rábai gyengélkedése miatt nem indultunk.

Atlétáink tehát összesen 3 I. helyet, 4 II. helyet, 3 III. helyet, 1-1 IV., V. és VI. helyet szereztek. A résztvevő 12 atléta tehát összesen 13 helyezést ért el. Az első három helyet tekintve tizet hozott haza. Szereplésünk általában megfelelt a várakozásnak.



SZÖVETSÉGI Közlemények

1963. ÉVI LEGJOBB 10 ATLÉTIKAI EREDMÉNY /NEM VÉGLEGES/.

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	1 Nyíri Béla	Józsefvárosi SI	VI.29. Budapest
10.6	Fluck Miklós	Vasas	X.27. Szeged
10.7	Csiszár István	Tatabányai Bányász	V.5. Budapest
10.7	1 Hajdu Lajos	Előre	VI.15. Budapest
10.7	1 Végh Nándor	MTK	VI.15. Budapest
10.7	1 Rózsa István	MTK	VI.15. Budapest
10.7	Matis Géza	Pécsi VSK	VIII.25. Debrecen
Hátszéllel:			
10.4	Mihályfi László	TFSE	VI.16. Budapest
10.5	Rábai Gyula	U.Dózsa	V.18. Budapest
10.7	Gyűrű László	Győri Dózsa	VII.11. Füzfő

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	Istóczky 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
Hátszéllel:			
21.9	Kocsondi Csaba	Debreceni ASE	V.2. Debrecen
22.2	Gyűrű László	Győri Dózsa	VIII.19. Budapest

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

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	Szekerés 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	1 Stoll Lóránt	DVTK	X.13. Budapest

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

3000 m síkfutás:

7:59.6	Simon Attila	FTC	V.29. Budapest
8:00.4	Iharos Sándor	Bp.Honvéd	V.29. Budapest
8:01.6	Parsch Péter	Vasas	V.29. Budapest
8:01.8	Pintér János	Bp.Spartacus	V.29. Budapest
8:02.6	Kovács Lajos	U.Dózsa	V.29. Budapest
8:02.6	Szekeres Béla	MAFC	VI.16. Budapest
8:03.2	Kiss István	Bp.Honvéd	V.29. Budapest
8:04.8	Mácsár József	Bp.V.Meteor	V.29. Budapest
8:06.4	Kiss György	Győri Dózsa	V.29. Budapest
8:09.0	Sovák János	Tatabányai Bányász	V.29. Budapest

5000 m síkfutás:

13:53.6	Mecser Lajos	Salgó. 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	Szabó Miklós dr.	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

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	Salgó. Bányász	VII.14. Budapest
29:38.4	Szabó Miklós dr.	MAFC	VII.14. Budapest
29:46.4	Simon Dénes	Bp.Spartacus	VI.9. Budapest
30:19.6	Huszár János	Békéscsaba 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

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
15.4	Mélykúti Béla	Bp.Honvéd	VI.8. Budapest
15.5	Nagykardos József	Bp.Spartacus	VII.27. Budapest
15.5	Tóth Kálmán	Miskolci VSC	VIII.25. Budapest

Hátszéllel:

14.8	Fluck Miklós	Vasas	X.12. Budapest
15.1	Berzi Károly	DVTK	VII.28. Kecskemét
15.3	Mélykúti Béla	Bp.Honvéd	X.12. Budapest
15.3	Szabó Miklós	Székszárdi Dózsa	X.12. Budapest

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	Vértesi 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	i Titkos Péter	U.Dózsa	IX.14. Budapest
24.8	Giczei Csaba	DVSC	VII.27. Kecskemét
24.9	Berzi Károly	DVTK	VII.27. Kecskemét
24.9	Munkácsy István	Vasas Izzó	VII.14. Budapest
24.9	Oros Ferenc	TFSE	X.13. Budapest

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	Oros Ferenc	TFSE	X.12. Budapest
55.2	Turóczy Árpád	Bp.Honvéd	VI.16. Budapest
56.0	Szécsei János	PVSK	VI.8. Budapest
56.2	Honti Róbert	Pécsi Ped.	VI.8. Budapest

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	Arany József	MTK	VI.9. Budapest
9:10.0	Fehér István	Nyíregyházi VSC	VI.30. Diósgyőr
9:13.4	Kovács Lajos	U.Dózsa	VIII.25. Szófia

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	Csaba András dr.	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

Magasugrás:

208	Noszály 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

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 Dragan	TFSE	VI.23. Pécs
713	Putzkó József	Gyulai MEDOSZ	VII.13. Budapest
712	i Kundgya János	TFSE	IX.14. Budapest
708	Ladányi Gábor	MAFC	X.20. Budapest
707	i Biró Attila	Soproni Gimnázium	Sopron
707	Takács Béla	Gödöllői EAC	VIII.17. Budapest

Hátszéllel:

734	Margitics Béla	U.Dózsa	V.5. Budapest
727	Putzkó József	Gyulai MEDOSZ	X.12. Budapest

Hármasugrás:

15.89	Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	VIII.9. Helsinki
15.61	Ivanov Dragan	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	MEAFG	VI.16. Ózd
14.36	Viktor Zoltán	MTK	IX.29. Budapest

Súlylökés:

19.42	Varju Vilmos	VM KÖZÉRT	VI.23. Pécs
18.84	Nagy Zsigmond	MAFC	X.2. Budapest
16.55	1 Fejér Géza	Bp.Honvéd	IX.29. Budapest
16.31	Holub Sándor	DASE	VI.16. Debrecen
15.88	Zsivótzky Gyula	U.Dózsa	VI.23. Pécs
15.63	1 Sasvári Sándor	Bp.Honvéd	VIII.15. Budapest
15.37	Kövesdi Ferenc	U.Dózsa	VII.6. Olsztyn
15.31	Szécsényi József	Bp.Honvéd	VIII.24. Budapest
15.08	Skoumál Dezső	DVTK	V.1. Diósgyőr
14.94	Katona József	BVSC	X.27. Budapest

Diszkoszvetés:

57.02	Szécsényi József	Bp.Honvéd	IX.28. Budapest
55.29	Klics Ferenc	Vasas	X.3. Budapest
52.06	1 Fejér Géza	Bp.Honvéd	VIII.25. Budapest
51.64	Bakai József	Csepel	IX.28. Budapest
50.93	Kövesdi Ferenc	U.Dózsa	VI.16. Budapest
50.91	Nagy Zsigmond	MAFC	VII.14. Budapest
48.48	1 Hantos Balázs	U.Dózsa	X.13. Budapest
48.01	Saskói Alfonz	Vasas	IX.7. Budapest
47.91	Holub Sándor	DASE	VIII.11. Debrecen
46.68	Kivágó Iván	Bp.Honvéd	V.26. Budapest

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

Kalapácsvetés:

69.06	Zsivótzky Gyula	U.Dózsa	VII.14. Budapest
64.03	Eckschmiedt Sándor	TFSE	X.20. Jalta
60.68	Varga Sándor	Bp.Spartacus	V.26. Budapest
59.11	Trényi Imre	SZEAC	VIII.4. Kecskemét
57.24	Mecsek Attila	Vasas	VII.28. Budapest
55.94	Kapcsos Lajos	Bp.Honvéd	IX.8. Budapest
55.88	Gulyás János	Nyíregyházi VSC	V.12. Nyíregyháza
55.80	Lédai Richárd	Gödöllői EAC	VI.22. Dunakeszi
55.65	Encsi István	Ózdi Kohász	X.20. Ózd
55.35	Lovász László	Pécsi Dózsa	VI.30. Diósgyőr

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	Raab 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

20 km gyaloglás:

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

50 km gyaloglás:

4:14:24.0	Havasi István	Bp.Póstás	X.12. Varese
4:43:29.0	Tesch Ferenc	Bp.Spartacus	X.12. Varese
4:59:14.8	Stefanik Pál	Bp.Póstás	V.16. Budapest
5:08:37.8	Temesvári Gyula	Szegedi Spartacus	V.16. Budapest
5:44:08.0	Dienes Béla	Csepel	X.12. Varese

Marathoni futás:

2:23:15.0	Huszár János	Békéscsabai MÁV	XI.3. Budapest
2:26:22.6	Szalay Béla	MTK	X.13. Kassa
2:27:29.8	Molnár Sándor	MTK	XI.3. Budapest
2:29:40.2	Sütő József	Vasas	IX.1. Budapest
2:31:53.6	Kun István	Bp.Honvéd	XI.3. Budapest
2:36:19.0	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	IX.1. Budapest
2:39:41.2	Palla Kálmán	Honvéd	VI.16. Budapest
2:42:35.2	Kiss József	Nyiregyházi VSC	XI.3. Budapest
2:43:10.6	Tanczinger István	Szfehérv.Spartacus	VI.16. Budapest
2:46:13.4	Nagy Pál	Ganz-MÁVAG	IX.1. Budapest

N Ő K :

100 m 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.18. 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 Endrődi 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
Hátszéllel:			
11.7	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	X.12. Budapest
11.9	Jónás Ildikó	MPSC	X.5.
12.1	Bata Teréz	Bp.V.Meteor	VIII.18.
12.2	1 Kovács Annamária	Bp.Honvéd	V.5. Budapest

200 m 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
Hátszéllel:			
25.5	1 Krassai Judit	Szekszárdi Dózsa	VII.28. Kecskemét

400 m 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.Helyiip.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

800 m 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.Helyiip.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	1 Tóth Erzsébet	35.sz. ITSK	V.29. Budapest

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 Pető 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	Martfűi MSE	VIII.18. Budapest
12.1	Papp Emőke	TFSE	VII.14. Budapest
12.1	Takács Katalin	U.Dózsa	IX.14. Budapest

Magasugrás:

166	Steitz Anna	TFSE	VII.13. Budapest
164	Mihályfi Éva	DVTK	V.26. Budapest
164	Szilas Éva	TFSE	V.26. Budapest
164	1 Gelei Éva	Szegedi VSE	VIII.4. Kecskemét
161	s Gulyás Ágota	MAFC	VI.8. Budapest
160	Várkonyi Ágnes	Szegedi Sportiskola	VIII.4. Kecskemét
158	Czapalai 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

Távolugrás:

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

Súlylökés:

16.63	Bognár Judit	Bp.Honvéd	X.3. Budapest
15.12	dr.Mikuss 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
12.80	Jaksics Róza	Bp.Honvéd	X.26. Budapest
12.78	Oó Erzsébet	MAFC	VII.31. Budapest
12.72	Kisgyörgy Anikó	Bp.Honvéd	VI.15. Budapest

Diszkoszvetés:

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.19. Gyöngyös
42.65	Rácz Mária	MAFC	VI.8. Budapest
42.35	1 Németh Angéla	Bp.V.Meteor	VI.1. MTK
42.24	Szatmári Jánosné	Bajai Építők	VII.21. Szeged
41.97	dr.Tóth Klára	Pécsi EAC	V.12. Pécs

Gerelyhajítás:

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
43.89	Miltényi Márta	MAFC	IV.27. Budapest
43.40	Miklós Judit	Bp.Honvéd	VIII.25. Budapest

Ötpróba:

4251	Rózsavölgyi Jánosné	Bp.V.Meteor	X.26-27. Budapest
3980	Mihályfi Éva	DVTK	IX.7-8. Budapest
3979	Császai Katalin	Szolnoki MÁV	X.26-27. Budapest
3858	Kertai Teréz	Csepel	X.26-27. Budapest
3846	Steitz Anna	TFSE	V.4-5. Budapest
3794	Császai 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 Póztás	X.8-9. Pécs

Nagy-Britannia - Magyarország
nemzetek közötti atlétikai viadal
 =====

Férfiak:

100 m síkfutás:

1. Jones Berwyn	NB	10.3
2. Csutorás Csaba	M	10.5
3. Mihályfi László	M	10.6
4. Radford Peter	NB	10.6

200 m síkfutás:

1. Jones David	NB	20.9
2. Steane Richard	NB	21.2
Csutorás Csaba	M	21.2
4. Mihályfi László	M	21.3

400 m síkfutás:

1. Metcalfe Adrian	NB	46.2
2. Brightwell Robbie	NB	46.2
3. Gyulai István	M	47.3
4. Tóth Gyula	M	48.9

800 m síkfutás:

1. Carter Christopher	NB	1:48.7
2. Fleet Michael	NB	1:49.2
3. Parsch Péter	M	1:49.7
4. Kiss György	M	1:53.1
Részidő:		
400 m -		52.9

1500 m síkfutás:

1. Parsch Péter	M	3:45.0
2. Taylor Stanley	NB	3:45.4
3. Boulter John	NB	3:45.5
4. Simon Attila	M	3:51.3
Részidők:		
400 m -		58.2
800 m -		1:59.8
1200 m -		3:02.2

5000 m síkfutás:

1. Anderson John	NB	13:51.6
2. Mecser Lajos	M	13:53.6
3. Heatley Benjamin	NB	13:57.2
4. Pintér János	M	14:14.0
Részidők:		
400 m -		65.4
800 m -		2:12.4
1000 m -		2:45.6
2000 m -		5:31.6
3000 m -		8:22.2
4000 m -		11:14.4

10.000 m síkfutás:

1. Batty Melvyn	NB	29:14.6
2. Sütő József	M	29:16.4
3. Sovák János	M	29:19.0
4. Taylor Donald	NB	30:31.0

Részidők:

400 m -	1:09.0	4000 m -	11:40.4
800 m -	2:19.4	5000 m -	14:36.6
1000 m -	2:54.2	6000 m -	17:36.6
2000 m -	5:46.0	7000 m -	20:38.2
3000 m -	8:45.4	8000 m -	23:34.0
		9000 m -	26:30.6

6 mérföld:

Sütő József	28:22.6
Batty Melvyn	28:22.8
Sovák János	28:27.0

110 m gátfutás:

1. Parker John	NB	13.9
	angol csucs	
2. Taitt Lawrence	NB	14.2
3. Turóczi Árpád	M	14.9
4. Fluck Miklós	M	15.3

400 m gátfutás:

1. Cooper John	NB	51.4
2. Woodland Robin	NB	52.1
3. Benkő János	M	53.2
4. Vértessy Miklós	M	53.3

3000 m akadályfutás:

1. Mácsár József	M	8:35.0
2. Herriott Maurice	NB	8:35.4
	angol csucs	
3. Fazekas Miklós	M	8:43.2
4. Pomfret Ernest	NB	8:45.8
Részidők:		
400 m - 1:04.8	1500 m -	4:17.4
800 m - 2:13.6	2000 m -	5:47.2
1000 m - 2:47.6		

4 x 100 m váltó:

1. Nagy-Britannia	39.9
Radford Peter, Meakin Alfred, Jones Berwyn, Jones David	
2. Magyarország	39.9
Csutorás Csaba, Gyulai István, Mihályfi László, Rábai Gyula	országos csucs

4 x 400 m váltó:

1. Nagy-Britannia	3:08.3
Graham Joseph, Overhead Nicholas, Brightwell Robbie, Metcalfe Adrian	
2. Magyarország	3:14.2
Nemesházi Imre, Tóth Gyula, Nagy Sándor, Benkő János	

Magasugrás:

1. Medovárszky János	M	201
2. Noszály Sándor	M	198
3. Fairbrother William	NB	198
4. Kilpatrick Alexander	NB	185

Távolugrás:

1. Davies Lynn	NB	758
2. Kalocsai Henrik	M	750
3. Margitics Béla	M	721
4. Ralph Michael	NB	685

Rudugrás:

1. Tamás István	M	430
2. Stephenson David	NB	430
3. Miskei János	M	420
4. Porter Stephen	NB	400

Hármasugrás:

1. Kalocsai Henrik	M	15.71
2. Ralph Michael	NB	15.62
3. Ivanov Dragán	M	15.61
4. Boosey Derek	NB	14.77

Súlylökés:

1. Nagy Zsigmond	M	18.84
2. Varju Vilmos	M	18.84
3. Lidsay Michael	NB	17.36
4. Lucking Martin	NB	16.95

Diszkoszvetés:

1. Szécsényi József	M	56.87
2. Klics Ferenc	M	55.29
3. Hollingsworth Roy	NB	54.50
4. Lindsay Michael	NB	52.22

Gerelyhajítás:

1. Kulcsár Gergely	M	78.80
2. Krasznai Sándor	M	73.71
3. Smith George	NB	72.01
4. Greasley John	NB	67.05

Kalapácsvetés:

1. Zsivótzky Gyula	M	66.96
2. Eckschmiedt Sándor	M	62.98
3. Payne Andrew	NB	62.86
4. Dixon Warwick	NB	54.76

Pontverseny eredményei:

Nagy-Britannia - Magyarország
106.5 - 105.5

x x x

Nő k :100 m síkfutás:

1. Hyman Dorothy	NB	11.3
Európa- és angol csucsbeállítás		
2. Markó Margit	M	11.5
országos csucsbeállítás		
3. Arden Daphne	NB	11.7
4. Heldt Erzsébet	M	11.8

200 m síkfutás:

1. Hyman Dorothy	NB	23.2
Európa- és angol csucs		
2. Packer Elisabeth	NB	24.0
3. Markó Margit	M	24.3
4. Heldt Erzsébet	M	

800 m síkfutás:

1. Kazi Olga	M	2:05.4
2. Catling Susan	NB	2:09.2
3. Smith Rosemary	NB	2:10.1
4. Nagy Zsuzsa	M	2:10.1
Részidők:		
400 m -		60.6
600 m -		1:33.4

80 m gátfutás:

1. Kovács Annamária	M	11.4
országos ifjúsági csucsbeállítás		
2. Peters Mary	NB	11.4
3. Rand Mary	NB	12.7
Rózsavölgyi Jánosné	M	kizárva

Magasugrás:

1. Knowles Linda	NB	164
2. Slaap Frances	NB	161
3. Steitz Anna	M	161
4. Gelei Éva	M	154

Távolugrás:

1. Rand Mary	NB	632
2. Kispál Jánosné	M	608
3. Rózsavölgyi Jánosné	M	596
4. Parkin Sheila	NB	586

Súlylökés:

1. Bognár Judit	M	16.63
országos csucs		
2. dr. Mikuss Judit	M	14.61
3. Peters Mary	NB	13.71
4. Bedford Brenda	NB	12.48

Diszkoszvetés:

1. Stugner Judit	M	49.36
2. dr. Kleiber Ferencné	M	49.30
3. Payne Rosemary	NB	42.32
4. Bedford Brenda	NB	41.02

Gerelyhajítás:

1. Rudas Ferencné	M	49.87
2. Dusnoki Zsuzsa	M	49.76
3. Nicholls Barbara	NB	45.89
4. Morgan Rosemary	NB	44.92

4 x 100 m váltó:

1. Magyarország	45.5
országos csucs	
Heldt Erzsébet, Markó Margit, Munkácsi Antónia, Such Ida	

Nagy-Britannia

kizárva

Pontverseny eredményei:

Nagy-Britannia - Magya

Magyarország - Nagy-Britannia

55 : 48

x x x

Meghívásos versenyszámok:100 m férfi síkfutás:I. futam:

1. Jones David	NB	10.3
2. Radford Peter	NB	10.4
3. Csutorás Csaba	Bp. Honvéd	10.5
4. Mihályfi László	TFSE	10.6
5. Rábai Gyula	U. Dózsa	10.7

II. futam:

1. Meakin Alfred	NB	10.4
2. Davidson L.	NB	10.5
3. Rozsnyai Huba	MAFC	10.6
4. Kerekes András	BEAC	10.9

100 m női síkfutás:

1. Hyman Dorothy	NB	11.3
Európa- és angol csucsbeállítás		
2. Markó Margit	Vasas Izzó	11.6
3. Arden Daphne	NB	11.6
4. Cobb Violet	NB	11.7
5. Such Ida	BVSC	11.8
6. Bata Teréz	Bp. V. Meteor	11.9
7. Orbán Irén	U. Dózsa	12.3
1.3 m/sec. hátszél		

400 m női síkfutás:

1. Packer Elisabeth	NB	53.4
2. Grieson Elisabeth	NB	54.5
3. Munkácsi Antónia	Vasas Izzó	54.9
4. Takács Katalin	U. Dózsa	57.8
5. Nagy Katalin	Bp. Spartacus	59.9

3000 m férfi ifjúsági síkfutás:

1. Magyar Károly	BVSC	8:55.8
2. Chikán Attila	Bp. Honvéd	9:02.6
3. Kamarás Gábor	U. Dózsa	9:03.4
4. Németh Balázs	Vasas	9:30.4

1500 m síkfutás:

1. Tulloh Bruce	NB	3:46.7
2. Kiss György	Gy. Dózsa	3:48.4
3. Simon Dénes	Bp. Spart.	3:51.6
4. Garbacz Ferenc	U. Dózsa	3:52.0
5. Jóni István	Bp. Honvéd	3:53.4
6. Szerényi János	Bp. Honvéd	3:54.3
7. Farkas János	Vasas	3:55.0
8. Molnár Sándor	MTK	3:55.4
9. Carter Christopher	NB	3:57.4
10. Mihályi Gábor	Csepel	3:58.4
11. Borsos György	MPSC	3:58.5
12. Csury István	MAFC	4:00.3
13. Andók Pál	Vasas	3:02.0
Részidők:		
400 m -		1:00.4
800 m -		2:01.6
1200 m -		3:00.6

Versenyjegyzőkönyv

készült 1963. október 5-6-án
az országos váltóbajnokságokon.

Férfiak:

4 x 100 m felnőtt:

1. Bp. Honvéd A. 42.0
/Kalogyás Henrik, Csutorás Csaba,
Gyulai István, Regényi János/
2. BEAC A. 42.8
/Hevesi László, Vértessy Miklós,
Kerekes András, Révész Péter/
3. Debreceni ASE 43.0
/Hahn Ferenc, Vargyas Csaba,
Vojtha László, Kocsondi Csaba/
4. FTC 43.4
/Soós Tibor, Bodor László,
Pászt Vilmos, Kálmán Ferenc/
5. MAFK A. 43.7
/Rozsnyai Huba, Ladányi Gábor,
Sylvester Ádám, Locsmándi Gábor/
A Győri Dózsa csapata tulváltott.

4 x 200 m felnőtt:

1. BEAC A. 1:28.9
/Hevesi László, Kerekes András,
Vértessy Miklós, Révész Péter/
2. Bp. Honvéd A. 1:29.3
/Turóczy Árpád, Gyulai István,
Regényi János, Majercsik Mihály/
3. U. Dózsa 1:29.8
/Farkas Ferenc, Vámos,
Nagy Sándor, Margitics Béla/
4. Debreceni ASE 1:30.4
/Hahn Ferenc, Vargyas Csaba,
Vojtha László, Szemenyei Sándor/
5. FTC 1:30.7
/Papp A., Bodor László,
Kálmán Ferenc, Pászt Vilmos/
A Pécsi VSK a döntőben nem indult.

4 x 800 m felnőtt:

1. Vasas SC 7:45.4
/Hajós, Parsch, Andok, Farkas/
2. U. Dózsa A. 7:46.4
/Török, Kovács L., Garbacz, Prohászka/
3. Tatabányai Bányász 7:48.4
/Molnár, Papp, Ocskay, Szalai/
4. Vasas Izzó 7:53.4
/Jancsák, Nemesvázi, Nagy, Kiss/
5. Bp. Honvéd 7:56.6
/Jóni, Bartók, Kiss, Horváth/
6. U. Dózsa B. 7:58.2
/Tálas, Reherék, Kovács J., Veda/

4 x 1500 m felnőtt:

1. Vasas SC 16:25.4
/Sütő, Andok, Farkas, Parsch/
2. Bp. Honvéd A. 16:29.2
/Szerényi, Jóni, Horváth, Kiss I./
3. Tatabányai Bányász 16:37.0
/Etényi, Papp, Sovák, Szalai/
4. U. Dózsa A. 16:42.8
/Kovács L., Kovács J., Garbacz, Prohászka/
5. Bp. Spartacus 16:57.2
/Déri, Schneider, Pintér, Simon/
6. MTK 17:10.8
/Merényi, Szalai, Molnár, Nagy K./

4 x 100 m ifjúsági:

1. MTK A. 43.5
/Mátravölgyi Béla, Rózsa István,
Végh Nándor, Kowách László/
2. U. Dózsa A. 43.6
/Mező Gyula, Horváth László,
Titkos Péter, Timár György/
3. Bp. Honvéd 44.0
/Nyíregyházi Lajos, Dékány Lajos,
Tóth László, Sárosi Ervin/
4. Bp. Spartacus 45.2
/Kalmár Mihály, Kadala Miklós,
Woth István, Rády László/
5. MTK B. 46.0
/Torma István, Rózsa Róbert,
Bánfalvi Tibor, Dely László/
Vasas SC feladta.

4 x 200 m ifjúsági:

1. U. Dózsa 1:32.6
/Fellner, Horváth, Titkos, Timár/
2. Józsefvárosi SI 1:33.2
/Kovács, Péter, Molnár, Verpeléti/
3. DVTK 1:33.7
/Stoll, Kiss, Molnár, Kemény/
4. Bp. Honvéd 1:34.3
/Nyíregyházi, Tóth, Kapás, Bud/
5. Bp. Spartacus 1:34.5
/Kadala, Klampov, Rédi, Vatt/
6. MTK 1:34.8
/Rudas, Rózsa I., Kowách, Mátravölgyi/

4 x 400 m ifjúsági:

1. DVTK 3:31.4
/Stoll, Kiss, Horváth, Kemény/
2. U. Dózsa 3:31.4
/Titkos, Fellner, Horváth, Timár/
3. Bp. Honvéd 3:38.2
/Nyíregyházi, Kapás, Bud, Szeghalmi/
4. MTK 3:40.2
/Végh, Rózsa, Mátravölgyi, Kovács/
5. Debreceni SI 3:44.1
/Rábold, Szabó, Héra, Imre/
6. Vasas SC 3:49.0
/Freisleben, Urbán, Németh, Mozsár/

4 x 800 m ifjúsági:

1. MTK 8:10.2
/Bálint J., Bálint Gy., Zémann,
Felsővályi/
2. Bp. Honvéd A. 8:15.0
/Volancs, Török, Szabó, Chikán/
3. Debreceni Építők 8:15.6
/Illarcván, Tóth, Aradi Cs., Aradi B./
4. Pécsi VSK 8:25.8
/Nagy, Fenyősi, Kiss, Hajós/
5. BEAC 8:28.0
/Balaton, Janek, Tarjáni, Szabó/
6. Vasas SC 8:29.8
/Freisleben, Urbán, Németh, Mozsár/

4 x 1500 m ifjúsági:

1. MTK 17:44.4
/Felsővályi, Pfeffer, Zémann, Bálint/
2. Bp. Honvéd A. 17:45.0
/Chikán, Volancs, Török, Szabó/
3. Debreceni Építők 18:06.0
/Aradi A., Aradi Cs., Marosán, Vadnai/
4. Pécsi Dózsa 18:17.2
/Domján, Sepes, Takaba, Pürtös/
5. BEAC 18:28.8
/Csékal, Janek, Szabó, Tarjáni/
6. Vasas SC 18:34.8
/Freisleben, Vass, Mazsár, Németh/

4 x 100 m serdülő:

1. MTK A. 44.3
/Sper, Báthory, Fa, Lugosi/
2. Vasas Izzó A. 44.9
/Mérey, Horváth, Barabás, Gulyás/
3. Bp. Előre SC 46.0
/Velkei, Jávör, Volczán, Kádár/
4. XIV. ker. Sportiskola 46.3
/Szűcs, Papp, Petri-Kiss, Csavera/
5. Miskolci Sportiskola 46.4
/Szabó, Sipos, Tapor, Szőke/
6. Újpesti Sportiskola 47.2
/Horváth, Vukmann, Gubis, Kovács/

4 x 800 m serdülő:

1. Bp. Honvéd A. 8:32.6
/Kecskesy, Hrabák, Zanyi, Mészáros/
2. Tipográfia 8:40.5
/T. Molnár, Tóth, Salamon, Pokorny/
3. Miskolci Sportiskola 8:46.7
/Urbán, Gurman, Jusz, Mátravölgyi/
4. Petőfi Gimnázium 8:50.7
/Kardos, Hazai, Dusanoki, Kutsány/
5. Angyalföldi Sportiskola 8:53.7
/Buskás, Szörényi, Kozma, Szécsényi/
6. Pécsi Dózsa 8:56.0
/Jakabos, Solti, Jakabos, Gyenizer/

x x x

N Ő K :4 x 100 m felnőtt:

1. U. Dózsa 47.9
/Holdt Erzsébet, Orbán Irén,
Németh Ida, Kispál Jánosné/
2. Bp. Honvéd 48.2
/Mihalovits Julia, Benkovits Györgyi,
Bácskai Mária, Kovács Annamária/
3. BEAC A. 48.6
/Gulyás Anna, Gerhardt Zsuzsa,
Baricza Agnes, Tyetyák Anna/
4. Szolnoki MÁV 50.5
/Császi Katalin, Császi Gizella,
Csikos Katalin, Szunyoghy Eva/
5. MAFC 53.0
/Bíró Enikő, Szébeni Judit,
Kazi Olga, Óó Erzsébet/
6. BEAC B. 53.5
/Süle, Heimann Ildikó, Gózon
Ildikó, Szabó Bende Mária/

3 x 800 m felnőtt:

1. Békéscsabai Dózsa 7:08.8
/Zsilák, Gyenes, Bádé/
2. BEAC A. 7:19.4
/Gulyás, Tyetyák, Nagy/
3. FTC 7:27.8
/Gyenes, Malina, Hagymási/
4. MAFC 7:40.5
/Nagy, Kovács, Kazi/
5. Szolnoki MÁV 7:48.2
/Csikós, Császi K., Császi G./
6. BEAC B. 8:06.8
/Heimann, Szabó-Bende, Gerhardt/

4 x 100 m ifjúsági:

1. Vasas SC 51.0
/Fekete Klára, Balogh Tünde,
Rusits Éva, Turi Mária/
2. U. Dózsa 51.9
/Penczi Erzsébet, Csontos Mária,
Pászt Erika, Vass Ágnes/
3. MAFC 51.9
/Zajki Ágnes, Mintszent Andrea,
Tódt Klára, Gulyás Ágota/
4. Miskolci Sportiskola 52.0
/Leskó Judit, Bucskó Ilona,
Bucskó Irén, Kaltenbach Éva/
5. Bp. Honvéd 53.1
/Fehér, Szakara, Pethő, Katona/
6. Bp. Előre SC 53.1
/Szöllősi, Druja, Gerendai, Kondry/

3 x 800 m ifjúsági:

1. 35.sz. ITSK 7:35.8
/Tóth E., Tóth Zs., Seres/
2. Vasas SC 7:40.5
/Zimonyi, Cseh, Karácsonyi/
3. Szolnoki MÁV 7:42.4
/Kasza, Cs. Farkas, Hasznos/
4. Bp. Petőfi 7:49.9
/Szépvölgyi, Lelkes, Fogelsperger/
5. 56.sz. ITSK 7:52.6
/Loposán, Komlódi, Csorba/
6. Debreceni Sportiskola 7:57.2
/Horváth, Gőz, Bujdosó/

4 x 100 m serdülő:

1. MTK 51.5
/Czigány, Kovács, Varga, Baricza M./
2. Pécsi Sportiskola 51.8
/Hetesi, Kulcsár, Jantala, Köves/
3. Bp. Honvéd A. 53.0
/Major, Putankó, Csutka, Láng/
4. Szolnoki MÁV 53.4
/Vidras, Kertész, Karkecz, Berta/
5. Újpesti Sportiskola 53.6
/Nagy, Horváth, Boda, Czirák/
6. Józsefvárosi Sportiskola 53.9
/Szőnyi, Tóth, Hegyesi, Sarló/

3 x 400 m serdülő:

1. U.Dózsa 3:13.1
/Rada, Kiss, Bessenyei/
2. Nyíregyházi Sportiskola 3:16.4
/Fazekas, Galambosi, Pazonyi/
3. Békéscsabai Dózsa 3:17.0
/Pihurik, Franyó, Simon/

4. Egri Sportiskola 3:19.8
/Kőröskényi, Szigeti, Varga/
5. U.Dózsa B. 3:20.2
/Dudás, Makay, Vadász/
6. Bp. Petőfi 3:22.7
/Varga, Bruszt, Terdik/

Versenyjegyzőkönyv

készült 1963. október 27-én
az országos váltóbajnokság
megismételt versenyszámairól.

4 x 400 m férfi felnőtt:

1. Bp. Honvéd SE 3:18.5
/Regényi, Majercsik, Csutorás, Gyulai/
2. U.Dózsa SC 3:21.5
/Tálas, Vámos, Vida, Benkő/
3. Pécsi VSK 3:22.5
/Nagy, Kiss, Matis, Révész/

A Győri Dózsa feladta

4 x 200 m női felnőtt:

1. U.Dózsa SC 1:43.5
/Heldt, Kispálné, Orbán, Lászlóné/
2. BEAC 1:45.9
/Gulyás, Tyetyák, Baricza, Nagy/
3. Szolnoki MÁV 1:48.7
/Császi K., Császi G., Szunyoghy,
Csikos/

4 x 200 m női ifjúsági:

1. U.Dózsa SC 1:50.3
/Csontos, Pászt, Vas, Lipták/
2. Bp. Honvéd SE 1:50.4
/Tóth Lőrincz, Szakara, Pethő, Bucskó/
3. MTK 1:51.6
/Abafi, Csákos, Halasi, Rétfalvi/
4. Pécsi Sportiskola 1:52.6
/Székely, Galla, Jeges, Szabó/

Versenyjegyzőkönyv

készült 1963. október 27-én
az 5000 m és 3000 m futó
csapatbajnokság alkalmával.

Csapatverseny:

1. Tatabányai Bányász 30 pont
Sovák, Szentiványi, Szalai, Kiss, Papp
2. Vasas SC 37 pont
Parsch, Farkas, Sütő, Andok, Schirilla
3. Bp. Honvéd 65 pont
Horváth, Jóni, Kun, Szpodnyi, Fábán
4. U.Dózsa 86 pont
Kovács, Máté, Garbacz, Vadas, Tajti
5. Törekvés 129 pont
Dr. János, Ferenci, Pix, Ladányi, Holló

x x x

Ifjúsági 3000 m:

- | | | |
|-----------------------|-------------|--------|
| 1. Zemann Miklós | MTK | 8:55.4 |
| 2. Chikán Attila | Bp. Honvéd | 8:56.8 |
| 3. Magyar Károly | BVSC | 8:57.8 |
| 4. Kürtös Endre | Pécsi Dózsa | 8:58.0 |
| 5. Szabó János | Bp. Honvéd | 8:58.6 |
| 6. Bálint Gyula | MTK | 8:58.6 |
| 7. Pfeffer Ottó | MTK | 8:58.8 |
| 8. Domján József | Pécsi Dózsa | 9:12.6 |
| 9. Felsővályi Imre | MTK | 9:15.0 |
| 10. Jakabos László | Pécsi Dózsa | 9:17.2 |
| 11. Török János | Bp. Honvéd | 9:22.0 |
| 12. Freisleben András | Vasas | 9:23.0 |
| 13. Szilágyi Dezső | Bp. Honvéd | 9:23.0 |
| 14. Vass Miklós | Vasas | 9:31.0 |
| 15. Voloncs Gábor | Bp. Honvéd | 9:33.0 |
| 16. Bálint József | MTK | 9:37.0 |
| 17. Németh Balázs | Vasas | 9:37.2 |
| 18. Szeghalmi János | Bp. Honvéd | 9:46.0 |
| 19. Urbán Péter | Vasas | 9:46.2 |
| 20. Keskeny Endre | Bp. Honvéd | 9:49.0 |

Felnőtt 5000 m:

- | | | |
|------------------------|-------------|---------|
| 1. Parsch Péter | Vasas | 14:33.2 |
| 2. Sovák János | Tb. Bányász | 14:35.8 |
| 3. Farkas János | Vasas | 14:38.0 |
| 4. Szentiványi Gergely | Tb. Bányász | 14:41.4 |
| 5. Szalai István | Tb. Bányász | 14:49.6 |
| 6. Sütő József | Vasas | 14:53.6 |
| 7. Horváth Miklós | Honvéd | 14:53.8 |
| 8. Kiss Antal | Tb. Bányász | 14:53.8 |
| 9. Andok Pál | Vasas | 15:04.0 |
| 10. Jóni István | Bp. Honvéd | 15:09.6 |
| 11. Papp Béla | To. Bányász | 15:11.0 |
| 12. Kun István | Bp. Honvéd | 15:19.0 |
| 13. Garbacz Ferenc | U.Dózsa | 15:22.0 |
| 14. Kovács József | U.Dózsa | 15:23.0 |
| 15. Máté Sándor | U.Dózsa | 15:25.0 |
| 16. dr. János Imre | Törekvés | 15:25.0 |
| 17. Szpodnyi Ferenc | Bp. Honvéd | 15:28.2 |
| 18. Schirilla György | Vasas | 15:36.0 |
| 19. Fábán Rudolf | Bp. Honvéd | 15:43.0 |
| 20. Tajti Ferenc | U.Dózsa | 15:53.0 |
| 21. Bartyik László | Bp. Honvéd | 15:56.0 |
| 22. Etényi Gyula | Tb. Bányász | 16:11.0 |
| 23. Ferenczi Árpád | Törekvés | 16:21.0 |
| 24. Vadas István | U.Dózsa | 16:22.0 |
| 25. Máté Csaba | U.Dózsa | 16:34.0 |
| 26. Szabó János | Tb. Bányász | 16:44.0 |
| 27. Kató Lajos | Bp. Honvéd | 17:02.0 |
| 28. Dombóvári István | U.Dózsa | 17:03.0 |
| 29. Pix Károly | Törekvés | 17:22.0 |
| 30. Ladányi Tibor | Törekvés | 17:32.0 |
| 31. Holló Zoltán | Törekvés | 18:52.6 |

21. Cseh István	Pécsi Dózsa	9:50.0
22. Benkő József	MTK	9:53.0
23. Seres Péter	Pécsi Dózsa	9:57.0
24. Simotics Miklós	Bp.Honvéd	10:01.0
25. Ladányi Tibor	Bp.Honvéd	10:03.0
26. Mozsár Frigyes	Vasas	10:09.0
27. Biró Attila	Bp.Honvéd	10:09.2
28. Hárs Péter	Debreceni SI	10:09.2
29. Garbacz István	Bp.Honvéd	10:19.0
30. Bereczki Ferenc	Debreceni SI	10:23.0
31. Kerényi István	Bp.Honvéd	10:32.0
32. Fábán György	Debreceni SI	10:49.0
33. Solymosi Ferenc	Bp.Honvéd	10:49.0

Csapatverseny:

1. MTK 39 pont
Zémann, Bálint Gy, Pfeffer, Felső-
vályi, Bálint J.
2. Bp.Honvéd A. 46 pont
Chikán, Szabó, Török, Szilágyi, Vo-
loncs
3. Pécsi Dózsa 66 pont
Fürtös, Domján, Jakabos, Cseh, Sere
4. Vasas SC 88 pont
Freisleben, Vass, Németh, Urbán,
Mozsár
5. Bp.Honvéd B. 114 pont
Szeghalmi, Keskeny, Simotics,
Ladányi, Biró.



Versenyjegyzőkönyv

készült 1963. október 26-27-én
az országos összetett bajnokságon

Nők:

Ötpróba:

- Tízpróba:
1. Bakai József Csepel ... 7041
országos csucs
/11.0, 695, 14.38, 175, 51.6,
16.2, 49.37, 400, 56.57, 5:05.1/
 2. Csányi Zoltán U.Dózsa .. 6253
/11.1, 684, 11.10, 170, 51.5,
14.7, 33.65, 380, 45.68, 4:55.6/
 3. Czabán Dániel Bp.Honvéd 5676
/11.5, 620, 12.61, 155, 53.3,
18.0, 40.65, 310, 62.44, 4:27.9/
 4. Raáb Tibor DVTK 5299
/11.0, 675, 12.51, 170, 52.7,
18.0, 40.17, 240, 45.90, 5:05.9/
 5. Noszály Sándor Bp.Honvéd 5279
/11.8, 637, 12.25, 201, 54.8,
17.1, 34.89, 290, 42.89, 5:10.2/
 6. Szécsi János PVSZK 5171
/11.7, 647, 10.49, 160, 52.4,
16.7, 30.44, 300, 47.33, 4:30.3/
 7. Füzesi Ede U.Dózsa .. 5087
/11.9, 645, 11.97, 188, 55.1,
19.2, 34.08, 320, 45.86, 4:45.9/
 8. Benkő János U.Dózsa .. 4984
/11.2, 620, 9.73, 160, 49.9,
16.1, 26.32, - 45.62, 4:34.8/
 9. Máriy János Bajai Ép. 4673
/12.0, 584, 10.98, 155, 55.9,
16.4, 36.05, 220, 59.53, 4:59.0/
 10. Kiss Imre U.Dózsa .. 4444
/12.2, 625, 11.78, 165, 56.0,
18.5, 31.86, 380, 41.01, -- /

Ifjúsági ötpróba:

1. Németh Miklós Vasas 3048
országos ifjúsági csucs
/666, 62.89, 23.9, 41.59, 3:03.0/
2. Rózsa István MTK 2779
/647, 49.78, 23.1, 33.44, 2:52.0/
3. Majoros György Misk.Ped. 2658
/609, 46.63, 24.3, 47.68, 3:05.2/
4. Domán Gábor PVSZK 2558
/584, 53.88, 25.8, 41.49, 2:53.2/
5. Takács Ferenc Gy.Bányász 2432
/552, 37.40, 23.9, 41.77, 2:52.0/
6. Liebscher László B.Spartac. 2321
/560, 37.33, 24.4, 34.66, 2:45.3/

x x x

Ifjúsági hárompróba:

1. Németh Angéla Bp.V.Meteor 2221
/14.0, 12.15, 146/
2. Székely Zsófia Pécsi Sportiskola 2137
/13.7, 11.05, 141/
3. Jaksics Rózsa Bp.Honvéd 2114
/14.6, 12.80, 141/
4. Paulányi Magda BRESZ 2095
/14.6, 11.99, 144/
5. Bádé Margit Bcsabai Dózsa 2068
/13.6, 9.11, 146/
6. Szunyoghy Éva Szolnoki MÁV 2002
/13.6, 8.28, 146/

x x x

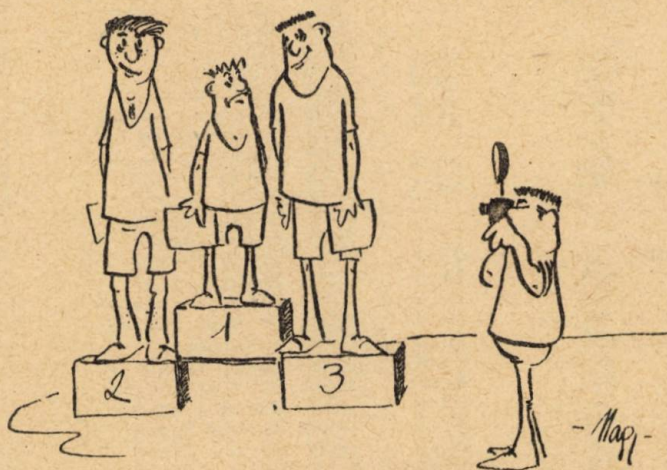
Serdülő hárompróba:

1. Gulyás Ágota MAFZ 2278
/12.8, 9.07, 152/
2. Piczulik Anna Bcsabai Dózsa 2024
/13.3, 9.07, 138/
3. Giber Vera Bp.Honvéd 2004
/14.0, 11.82, 130/
4. Bruzsenyák Anna Szabolcs m.Sp.i. 1920
/13.3, 7.36, 141/
5. Putankó Mária Bp.Honvéd 1919
/13.7, 9.25, 134/
6. Pestalitsy Mária Bajai Építők ... 1894
/13.9, 9.37, 134/

Serdülő hárompróbat

- | | |
|--|--|
| 1. Bátori Viktor MTK 1841
/11.2, 10.99, 165/ | 4. Bőze Attila Hatv.VSE 1704
/12.2, 12.50, 168/ |
| 2. Lugosi Károly MTK 1793
/11.8, 12.33, 168/ | 5. Vukman István Ujp.Sp.isk.1696
/12.0, 12.15, 165/ |
| 3. Sebő László Bács-Kiskun m.Sp.isk 1740
/11.7, 12.04, 162/ | 6. Szabó Árpád Misk.Sp.i. 1693
/12.0, 11.23, 171/ |

Peck.



VIZARIANTAS — Jömejüke meg eddigi BÁNDOKALVÁRT

100 yard:

1896 Szokolyi Alajos	MAC	10.8	1920 Krepuska Géza	MAC	11.2
1897 Koppán Pál	MUE	10.4	1921 Gerő Ferenc	KAOE	11.1
1898 dr.Záborszky István	MAFC	10.6	1922 Gerő Ferenc	KAOE	11.2
1899 Schubert Ernő	MUE	10.8	1923 Gerő Ferenc	KAOE	10.9
1900 Schubert Ernő	MUE	10.5	1924 Gerő Ferenc	KAOE	11.0
1901 Koppán Pál	MAC	10.6	1925 Raggambi-Fluck István	BBTE	11.1
1902 Hellmich Miksa	OTE	10.5	1926 Raggambi-Fluck István	BBTE	10.8
1903 Mező Béla	MAC	10.4	1927 Malitz Bruno	Németorsz.	10.8
1904 Mező Béla	MAC	10.4	1928 Gerő Ferenc	KAOE	10.7
1905 Bertalan Zoltán	MAC	10.8	1929 Raggambi-Fluck István	BBTE	10.8
1906 Hellmich Miksa	OTE	11.0	1930 Sugár István	UTE	11.0
1907 Hellmich Miksa	OTE	10.6	1931 Gyenes Gyula	MTK	10.7
1908 Simon Pál	MAC	10.6	1932 Gerő Gábor	MTK	11.0
1909 Simon Pál	MAC	10.4	1933 Forgács László	UTE	10.6
1910 Rácz Vilmos	BEAC	10.4	1934 Sir József	BBTE	10.6
1911 Jankovich István	MAC	10.4	1935 Sir József	BBTE	10.7
1912 Jankovich István	MAC	10.0	1936 Gyenes Gyula	MAC	10.8
1913 Szalay Pál	MTK	10.2	1937 Gyenes Gyula	MAC	10.6
1914 Szenes József	MTK	10.0	1938 Gyenes Gyula	MAC	10.7
			1939 dr.Sir József	BBTE	10.7
			1940 Szigetvári Ferenc	PEAC	10.9
			1941 Csányi György	UTE	10.6
			1942 Tima Ferenc	KEAC	10.9
			1943 Pelsőczy Pál	MAC	10.8
			1944 Bánhalmi Ferenc	MRTSE	11.0
			1945 Csányi György	UTE	11.1
			1946 dr.Tima Ferenc	SZEAC	10.9

100 m síkfutás:

1915 Szenes Géza	MTK	11.2
1916 Krepuska Géza	MAC	11.6
1917 Kurunczy Lajos	TSE	11.6
1918 Krepuska Géza	MAC	11.1
1919 Krepuska Géza	MAC	11.0

1947	Goldoványi Béla	MAFC	10.8
1948	Csányi György	UTE	10.8
1949	Csányi György	UTE	10.7
1950	Szebeni Ottó	Textiles	10.6
1951	Varasdi Géza	Budapest	10.7
1952	Goldoványi Béla	Dózsa SE	10.7
1953	Goldoványi Béla	Budapest	10.7
1954	Goldoványi Béla	Dózsa SE	10.5
1955	Goldoványi Béla	Bp.Építők	10.6
1956	dr.Varasdi Géza	Cs.Vasas	10.6
1957	Jakabfy Sándor	BEAC	10.4
1958	Goldoványi Béla	Bp.Építők	10.7
1959	Kiss László	Tatabánya	10.5
1960	Kiss László	Tatabánya	10.8
1961	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	10.5
1962	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	10.4
1963	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	10.5

200 yard:

1908	Simon Pál	MAC	23.4
1909	Simon Pál	MAC	23.0
1910	Mezey Frigyes	BEAC	23.4
1911	Jankovich István	MAC	23.0
1912	Jankovich István	MAC	
1913	Szalai Pál	MTK	23.0
1914	Szerelemhegyi Ervin	MAC	22.4

200 m síkfutás:

1915	Szerelemhegyi Ervin	MAC	23.4
1916	Krepuska Géza	MAC	24.0
1917	Kurunczy Lajos	TSE	22.8
1918	Krepuska Géza	MAC	22.2
1919	Krepuska Géza	MAC	23.0
1920	Krepuska Géza	MAC	23.4
1921	Kurunczy Lajos	MTK	22.8
1922	Gerő Ferenc	KAOE	22.4
1923	Gerő Ferenc	KAOE	22.2
1924	Gerő Ferenc	KAOE	22.3
1925	Rózsahégyi Gusztáv	MAC	22.4
1926	Hajdu Sándor	FTC	22.1
1927	Malitz Bruno	Nématorosz.	21.7
1928	Gerő Ferenc	KAOE	22.2
1929	Raggambi-Fluck István	BBTE	22.4
1930	Raggambi-Fluck István	BBTE	21.8
1931	Gerő Gábor	MTK	22.5
1932	Raggambi-Fluck István	BBTE	21.8
1933	Gerő Gábor	MTK	21.9
1934	Sir József	BBTE	21.6
1935	Sir József	BBTE	21.7
1936	Gyenes Gyula	MAC	21.6
1937	Gyenes Gyula	MAC	21.6
1938	Gyenes Gyula	MAC	21.5
1939	Sir József dr.	BBTE	21.7
1940	Gyenes Gyula	MAC	22.1
1941	Csányi György	UTE	21.8
1942	Gyenes Gyula	MAC	22.4
1943	Pelsőczy Pál	MAC	21.9
1944	Onódy László	Testvériség	22.5
1945	Csányi György	UTE	23.1
1946	Tima Ferenc dr.	SZEAC	22.0
1947	Goldoványi Béla	MAFC	22.0
1948	Solymosi Egon	FVSK	22.1
1949	Csányi György	UTE	22.2
1950	Szebeni Ottó	Textiles	20.9
1951	Adamik Zoltán	Budapest	22.2
1952	Goldoványi Béla	Dózsa SE	21.7
1953	Goldoványi Béla	Budapest	21.6
1954	Goldoványi Béla	Dózsa SE	21.3
1955	Goldoványi Béla	Bp.Építők	21.3
1956	Goldoványi Béla	Bp.Építők	21.4
1957	Goldoványi Béla	Bp.Építők	21.4
1958	Goldoványi Béla	Bp.Építők	21.4
1959	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	21.3
1960	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	21.4
1961	Mihályfi László	TFSE	21.4
1962	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	21.1
1963	Mihályfi László	TFSE	21.1

440 yard:

1901	Speidl Zoltán	BEAC	54.4
1902	Hellmich Miksa	OTE	55.8

1903	Nagy József	MJE	55.4
1904	Nagy József	BAK	54.0
1905	Bertalan Zoltán	MAC	54.8
1906	Bernegh József	Bp.Pósta	54.0
1907	Veres Sándor	MAC	55.6
1908	Bodor Ödön	Bp.Pósta	52.2
1909	Bodor Ödön	Bp.Pósta	53.4
1910	Mezei Frigyes	BEAC	52.4
1911	Bodor Ödön	Bp.Pósta	53.0
1912	Déván István	MAC	51.8
1913	Mezei Frigyes	BEAC	52.0
1914	Mezei Frigyes	BEAC	50.0

400 m síkfutás:

1915	Déván István	MAC	52.0
1916	Szerelemhegyi Ervin	MAC	53.0
1917	Kurunczy Lajos	TSE	52.0
1918	Kurunczy Lajos	TSE	53.0
1919	Fixl Lajos	MAC	51.4
1920	Fixl Lajos	MAC	50.6
1921	Fixl Lajos	MAC	52.1
1922	Kurunczy Lajos	MTK	51.0
1923	Kurunczy Lajos	KAOE	50.5
1924	Kurunczy Lajos	KAOE	50.4
1925	Barsi László	BBTE	49.1
1926	Barsi László	BBTE	49.8
1927	Barsi László	BBTE	50.3
1928	Barsi László	BBTE	48.8
1929	Barsi László	BBTE	50.2
1930	Barsi László	BBTE	49.3
1931	Zsitvai Zoltán	BBTE	49.8
1932	Zsitvai Zoltán	BBTE	50.6
1933	Duha Gábor	MAC	50.8
1934	Barsi László	BBTE	50.2
1935	Zsitvai Zoltán	BBTE	48.6
1936	Vadas József	OK	49.1
1937	Kovács József	BBTE	49.6
1938	Görkői János	BBTE	49.2
1939	Vadas József	MAC	49.2
1940	Góby József	BBTE	50.5
1941	Görkői János	BBTE	50.0
1942	Polgár Jenő	BBTE	49.7
1943	Bánhalmi Ferenc	MRTSE	48.9
1944	Bánhalmi Ferenc	MRTSE	49.2
1945	Varga István	SzVTSE	52.4
1946	Marosi László	Testvériség	51.9
1947	Bánhalmi Ferenc	MPSC	49.5
1948	Solymosi Egon	FVSK	49.4
1949	Bánhalmi Ferenc	MPSC	49.4
1950	Bánhalmi Ferenc	MPSC	48.5
1951	Bánhalmi Ferenc	Budapest	48.4
1952	Adamik Zoltán	HSE	48.8
1953	Bánhalmi Ferenc	Budapest	48.0
1954	Adamik Zoltán	HSE	47.8
1955	Adamik Zoltán	Bp.HSE	48.3
1956	Adamik Zoltán	Bp.HSE	48.0
1957	Kovács István	MTK	47.3
1958	Csutorás Csaba	TFSE	47.8
1959	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	47.1
1960	Korda-Kovács István	Bp.Honvéd	47.5
1961	Korda István	Bp.Honvéd	48.0
1962	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	46.7
1963	Gyulai István	Bp.Honvéd	47.6

880 yard:

1904	Nagy József	BAK	2:08.0
1905	Nagy József	BAK	2:08.4
1906	Bodor Ödön	BPTTSE	2:16.4
1907	Holics Rezső	BEAC	2:09.0
1908	Nagy József	BBTE	2:05.0
1909	Bodor Ödön	BPTTSE	2:06.2
1910	Bodor Ödön	BPTTSE	2:12.2
1911	Bodor Ödön	BPTTSE	2:04.8
1912	Bodor Ödön	BPTTSE	2:01.8
1913	Rajz Ferenc	MTK	2:02.0
1914	Mückler György	MTK	1:58.0

800 m síkfutás:

1915	Déván István	MAC	2:02.8
1916	Bognár József	MTE	2:06.8

1917	Némethy Jenő	FTC	2:09.2	1956	Neszmélyi Vera	Dózsa	11.8
1918	Grosz István	MTK	2:07.0	1957	Bata Teréz	Egri SC	11.9
1919	Benedek János	BEAC	2:04.3	1958	Bata Teréz	Egri SC	12.2
1920	Benedek János	BEAC	2:02.0	1959	Munkácsi Antónia	MPSC	11.9
1921	Benedek János	BEAC	2:00.6	1960	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	11.7
1922	Benedek János	BEAC	1:57.7	1961	Markó Margit	Vasas SC	12.0
1923	Benedek János	BEAC	2:00.9	1962	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	11.8
1924	Benedek János	BEAC	2:00.6	1963	Markó Margit	V.Izzó	11.6
1925	Barsi László	BBTE	1:59.0	<u>200 m női síkfutás:</u>			
1926	Barsi László	BBTE	1:59.0	1937	Nagy Rózsi	GFB	27.7
1927	Magdics László	MAFC	1:58.6	1938	Nagy Rózsi	GFB	27.4
1928	Barsi László	BBTE	1:56.6	1939	Nagy Rózsi	GFB	28.0
1929	Barsi László	BBTE	1:56.6	1940	Fehér Sarolta	Póstás	28.0
1930	Barsi László	BBTE	1:57.6	1941	Nagy Rózsi	Koszoru	28.1
1931	Barsi László	BBTE	1:57.6	1942	Nagy Rózsi	Csokor HSC	26.8
1932	Zsitvai Zoltán	BBTE	1:57.2	1943	Nagy Rózsi	Futura TE	27.9
1933	Szabó Miklós	MAC	1:57.4	1944	Babay Margit	PEHC	27.3
1934	Szabó Miklós	MAC	1:56.5	1945	Fekete Ilona	IX.MADISZ D.	28.2
1935	Szabó Miklós	MAC	1:55.3	1946	Lőrinczi Anna	Póstás	27.2
1936	Szabó Miklós	MAC	1:55.9	1947	Mertin Jolán	ETO	26.9
1937	Szabó Miklós	MAC	1:54.2	1948	Mertin Jolán	ETO	25.8
1938	Harsányi Gusztáv	BBTE	1:53.4	1949	Egri Lenke	PSE	26.6
1939	Iglói Mihály	MAC	1:54.8	1950	Egri Lenke	Vasas	25.5
1940	Harsányi Gusztáv	BBTE	1:55.9	1951	Gyarmati Olga	Budapest	25.6
1941	Harsányi Gusztáv	BBTE	1:54.8	1952	Gyarmati Olga	SZOT	25.2
1942	Marosi László	Testvéris.	1:55.2	1953	Tilkovszky Ibolya	Dózsa	25.5
1943	Marosi László	Testvéris.	1:53.5	1954	Tilkovszky Ibolya	Dózsa	25.2
1944	Marosi László	Testvéris.	1:54.6	1955	Tilkovszky Ibolya	Dózsa	25.3
1945	Villási Károly	DM	1:58.1	1956	Neszmélyi Vera	Dózsa	24.9
1946	Garay Sándor	Vasas	1:56.1	1957	Munkácsi Antónia	MPSC	25.1
1947	Garay Sándor	Vasas	1:53.9	1958	Németh Ida	U.Dózsa	25.0
1948	Garay Sándor	Vasas	1:55.9	1959	Munkácsi Antónia	MPSC	24.5
1949	Bakos Jenő	Vasas	1:56.5	1960	Munkácsi Antónia	MPSC	24.1
1950	Apró József	Misk.Lok.	1:58.1	1961	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	24.4
1951	Bakos Jenő	Budapest	1:52.7	1962	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	24.4
1952	Bakos Jenő	Honvéd SE	1:52.5	1963	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	24.4
1953	Bakos Jenő	Budapest	1:51.7	<u>400 m síkfutás:</u>			
1954	Szentgáli Lajos	Dózsa SE	1:50.3	1952	Bokori Teréz	Bp.Honvéd	59.2
1955	Rózsavölgyi István	Bp.Honvéd	1:50.7	1953	Bokori Teréz	Bp.Honvéd	58.2
1956	Szentgáli Lajos	Bp.Dózsa	1:49.2	1954	Kazi Aranka	Lokomotiv	56.6
1957	Szentgáli Lajos	U.Dózsa	1:50.3	1955	Kazi Aranka	Törekvés	57.4
1958	Szentgáli Lajos	U.Dózsa	1:49.6	1956	Kazi Aranka	Törekvés	57.6
1959	Szentgáli Lajos	U.Dózsa	1:48.7	1957	Kazi Aranka	BVSC	57.9
1960	Parsch Péter	Vasas	1:49.7	1958	Németh Ida	U.Dózsa	56.0
1961	Szentgáli Lajos	U.Dózsa	1:52.2	1959	Németh Ida	U.Dózsa	55.8
1962	Parsch Péter	Vasas	1:49.6	1960	Kazi Olga	MAFC	55.5
1963	Parsch Péter	Vasas	1:51.5	1961	Németh Ida	U.Dózsa	56.6
<u>100 m női síkfutás:</u>				1962	Munkácsi Antónia	MPSC	55.7
1932	Widder Györgyi	BEAC	13.2	1963	Kazi Olga	MAFC	54.9
1933	Csermák Teréz	TFSC	13.6	<u>800 m síkfutás:</u>			
1934	Nagy Edit	TFSC	13.2	1946	Fekete Ilona	Gamma	2:24.9
1935	Nagy Edit	TFSC	13.1	1947	Fekete Ilona	MAFC	2:23.2
1936	Anday Nelly	TFSC	13.5	1948	Zubek Ilona	PSE	2:20.6
1937	Fehér Sarolta	Phóbus SE	13.4	1949	Bleha Anna	Előre	2:30.8
1938	Fehér Sarolta	Phóbus SE	13.0	1950	Bleha Anna	Előre	2:23.0
1939	Balla Ilona	Olympia SC	13.1	1951	Bácskai Anna	Budapest	2:18.5
1940	Turcsányi Klára	TFSC	13.1	1952	Oros Ágnes	Bp.Honv.	2:18.8
1941	Gyarmati Olga	DTE	13.2	1953	Köbölkuti Irén	Bpest	2:15.6
1942	Nagy Rózsi	Csokor HSC	12.8	1954	Kazi Aranka	Lokomotiv	2:11.5
1943	Fekete Ilona	MAC	13.2	1955	Kazi Aranka	Törekvés	2:12.6
1944	Lőrinczi Anna	PEAC	13.1	1956	Kazi Aranka	Törekvés	2:10.3
1945	Fekete Ilona	IX.MADISZ D.	13.0	1957	Kazi Aranka	BVSC	2:08.6
1946	Szigeti Varga Zsuzsa	GSE	13.0	1958	Kazi Aranka	BVSC	2:09.0
1947	Tolnai Ilona	PSE	12.8	1959	Sasvári Gizella	Nk.Bány.	2:09.4
1948	Tolnai Ilona	PSE	12.7	1960	Kazi Olga	MAFC	2:08.1
1949	V.Gyarmati Olga	Vasas	12.4	1961	Kazi Olga	MAFC	2:09.0
1950	Rákhely Gyuláné	Vasas	12.5	1962	Kazi Olga	MAFC	2:08.8
1951	Gyarmati Olga	Budapest	12.3	1963	Kazi Olga	MAFC	2:07.9
1952	Tilkovszky Ibolya	Dózsa	12.2				
1953	Bartha Lászlóné	Budapest	12.2				
1954	Neszmélyi Vera	Dózsa	11.9				
1955	Neszmélyi Vera	Dózsa	12.0				



A Magyar Athletikai Szövetség hivatalos lapja
Szerkesztőség: Budapest, V. Rosenberg házaspár-utca 1.
Kézirat gyanánt
Főszerkesztő: Farkas Pál
Felelős szerkesztő: Nyíró 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. csekkszámlájára.
Felelős kiadó: Sport- Lapkiadó és Propaganda Vállalat Igazgatója

Sport Kiadó Sokszorosító Üzeme Z-630329 Felelős a Vállalat Igazgatója

