



ATLÉTIKAI

Híradó



58



ATLÉTIKAI HIRADÓ

VIII. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1964. ÉV 8. SZÁM

Elnöki felhívás Olvasóinkhoz

Az MTS újjászervezése következményeként megváltozott a szövetségi élet is. Elnökségünk kibővítette aktiva-hálózatát, megerősítette az egyes bizottságokat és komoly programot tűzött ki minden bizottság elé.

A Propaganda Bizottság munkájához tartozik az Atlétikai Híradó szerkesztése. Itt is új tervek készültek és szélesebb szerkesztői bizottság látott munkához. Azt akarjuk, hogy Híradónk széles olvasótáborral rendelkezzen és mindenki megkaphassa az őt érdeklő anyagot.

Az elkészített laptervből kitűnik, hogy lesznek hazai és külföldi szakcikkek, szövetségi közlemények, sportköri életéről szóló beszámolók, bajnoki versenyeredmények, kimutatások, statisztikák. Foglalkozni kívánunk az iskolai atlétika életével, eredményeivel, a vidék problémáival, az utánpótlás kérdésével, a közelgő olimpiai versenyekkel és a budapesti Európa-bajnokság híreivel. Helyet kívánunk biztosítani szakembereink érdeklődésének, kérdéseinek, melyekre legjobb edzőink válaszolnak.

Tevbe vettük, hogy beszámolunk a világ minden tájáról szerzett hírekről, megszólaltatjuk külföldre szakadt becsületes magyar atlétáinkat, edzőinket.

Az a célunk, hogy lapunk összekötő kapocs legyen a Szövetség és a sportkörök között, segítséget nyújtsunk vezetőknek, edzőknek, versenyzőknek a felkészítésben, szakmai értékelést adjon a nagyobb hazai versenyekről, közölje a külföldi kiküldetésükön szerzett tapasztalatokat.

Hasznossá, érdekessé, tanulságossá és a sportköri életben nélkülözhetetlenné akarjuk tenni.

Legelső feladatunkat már teljesítettük

Elmaradásunkat behoztuk és lapunk minden hónapban rendszeresen megjelenik. Közöljük az aktuális híreket, eredményeket, szakcikkeket. De tartalmának további fejlesztése miatt szükségünk volna Olvasóink, Előfizetőink segítő véleményére, tanácsára is. Ezért kérem Önöket, közöljék észrevételeiket, javaslataikat, küldjenek be munkaterületeikről rövid cikkeket, beszámolókat, hogy még színesebbé, érdekesebbé tegyék egyetlen szaklapunkat.

De kérem azt is, hogy fejtsenek ki megfelelő propagandát szakosztályaikban, ismerőseik között, gyűjtsenek előfizetőket és támogassák ezzel is szaklapunk megjelentetését.

Híradónk jelenlegi formája átmeneti jellegű. Komoly, nyomtatott példányokat akarunk a jövőben kiadni, melynek terjedelme és tartalma is nagyobb lenne. Ehhez azonban több előfizetőre van szükségünk.

Felkérem az atlétikai szakosztályok vezetőit, hogy szakosztályaikban gyűjtsenek előfizetőket és maga a szakosztály is rendelje meg.

Az atlétika fejlődése megkívánja, hogy lehetőleg minden szakosztályi tag rendszeresen tanulmányozza a benne közölt szakcikkeket, kimutatásokat. A szakosztályok vezetőin múlik, hogy versenyzői minél nagyobb számban előfizessenek. Munkájukra, segítségadásukra feltétlenül számítunk és egyben ezért felelőssé is tesszük őket.

Külön szeretném felhívni az Edző Sporttársak figyelmét. Azok, akik részben, vagy egészben az atlétikából élnek, szakmai fejlődésüket és munkájukat támogató Híradónk előfizetése kötelességük. Nem lehet jó edző az, aki nem ismeri a szövetségi rendelkezéseket, a legmodernebb edzéstechnikákat és nem tart lépést a szakmai fejlődéssel. A szövetség elnöksége meg fogja bízni az edzőbizottságot, ellenőrizze, hogy a működő edzők - saját érdekükben - előfizetnek-e rendszeresen. /A havi 3 forint kiadás talán csak nem okoz anyagi gondot?/

Remélem, felhívásom eredményes lesz és jövőben nagyobb előfizető tábor olvashatja majd a jelek szerint jónak ígérkező szövetségi újságunkat.

Németh Imre
a MASZ elnöke

A duisburgi atléta edzői értekezlet (FOLYTATÁS)

dr. Szabó Miklós beszámolója

Az elhangzott orvosi referátumok után az első előadó **Arthur LYDIARD** volt, aki saját edzésmodszereiről tájékoztatta a hallgatóságot. Bevezettként néhány új-zélandi sajátosságát ismertetett. Maga társadalmi edzőként működik. Országukban a futás elég népszerű, igen sokan futnak egészségügyi okokból, szórakozásból is. Idősebb, beteges embereket is rávettek a futásra, akik már egy év múlva 20 mérföldet /32 km/ is tudnak futni megfelelő lassu iramban. Pulzusuk csökkent, egészségesebbek lettek. Időjárási viszonyaik igen jók, a tél tulajdonképpen csak sok esőt jelent. Csak füves futópályák vannak.

Edzésmodszere azon a felismerésen alapul, hogy a kitartás és állóképesség fontosabb, mint a gyorsaság. Főcélja, hogy futói egészséges teljesítmény-emelkedést érjenek el. Ezt az állóképességet olyan állandó munkával igyekszik elérni, hogy a meghatározott távot a lehető legrövidebb idő alatt tegyék meg.

Példaként az alábbi esetet hozza fel: az 1:50-es 800 méter két 55-ös körnek felel meg. A legtöbb 800-as 50-52 mp alatt futja a 400 métert, azaz meg van a megfelelő gyorsaságuk, de hiányzik a gyorsasági állóképességük. Nem könnyű megfelelő állóképességre szert tenni, sokat kell futni igen hosszú távokat, míg a szervezet a szükséges terheléshez hozzászokik. Futóit elsősorban hosszú résztávokon futtatja, majd pontosan meghatározott gyors ritmusú rövidebb távok következnek. Mindez azonban a rendszeres hosszú résztávok és terepfutások nélkül nem volna lehetséges.

Futói egész évben minden kihagyás nélkül edzenek. Az ugynevezett átmeneti időszakban naponta egy óra könnyű futásban vesznek részt. Vasárnap két és fél óras "futókirándulás" következik.

A téli alapozó időszakban négy hónapot dolgoznak terepen, általában nem túl erősen. Átlagban 160 km-t futnak hetenként. Naponta egyszer edzenek. Az edzések jórésze hegyes-dombos terepen zajlik. Ez az időszak eléggé megerőltető, de nélkülözhetetlen. Csak nyújtó és lazító célzatú gimnasztikát alkalmaznak az edzések után. Súlyt nem emelnek. Futóinak a szarvasokhoz és nem az oroszlanokhoz kell hasonlítaniok. Az edzéshez minél nehezebb terepet kell találni. Nem kell félni a mély talajtól, vagy a sűvényektől. Hacsak lehetséges, szabadba kell menni és addig kell könnyedén futni, amíg az illető ideje engedi.

A négy hónap után egy hónapi átmeneti edzés következik dombos terepen. Ez náluk kb. 800 méter hosszú emelkedőt jelent, mely előtt és után 400 méter sík terep van. Ezt a távot általában négyszer futják oda-vissza /kb. 13 km/.

Síkon könnyedén, dombra különböző szököllő lépésekkel /nagyobb, erősebb elrugaszkodással/ válogatott ritmusban futnak. Ez igen erősíti a lábakat és intenzív térdemelésre kényszeríti. A lejtőn való futás viszont igen jól nyújtja a combemelő izmokat /feltéve, ha nem kell fékezni/.

Futói öt hónapi ilyen munka után felkészültek a gyorsasági és tempómunkára.

Itt egyre nagyobb szerep jut az edzés-tervnek, hogy a már megszerzett állóképességet a gyorsasági munkával egyidejűleg változtatlanul fenntartsa. - és fokozatosan kialakítsák a megfelelő formát. Sokszor előfordul, hogy módosítani kell ilyenkor az edzés-tervet, a formabajövést esetleg erősebb gyorsasági munkával kell meggyorsítani, vagy fékezni kell és kevesebb résztávot alkalmazni. Mindez még mindig jobb, mintha az embernek nincsenek tervei.

Ez az időszak három hónapig tart és az "év versenyével" végződik. A legtöbb futás ebben az időben időellenőrzéssel történik. A résztávokat pontosan meghatározott beosztás szerint kell teljesíteni. Ilyenkor az együtt dolgozók csoportja - ahol együtt futott a 800-as Snell és a marathoni futó Magee - már szétválak. Egyedül és mást fut a 800-as, az 1500-as stb. Csak a kifejezett gyorsasági edzésen szoktak időnként együtt futni, ha edzés terveik egyeznek. Ilyenkor 1600, 3200, vagy 800 métert futnak úgy, hogy 100 méterenként 45 métert gyorsfutással, majd 55 métert közepes iramu futással tesznek meg.

Lydiard kihangsúlyozta, hogy nem szabad túl korán elkezdni az erős rövid futásokat, nehogy a csúcspont már a versenyidény elején bekövetkezzék.

Ezután példaként egy-egy heti munkát ismertetett, amely szerint edzenek versenyzői egy-egy időszakban. /Az Atlétikai Híradó teljes részletességgel közölte ezeket 800 métertől a marathoni futásig./

Megemlítette még, hogy az edzésnapló vezetését igen fontosnak tartja.

Futói - jelenleg kb. 30 fővel dolgozik - mind vezetnek edzésnaplót s ez nagy hasznára van az egyénnek, de neki is segítséget jelent a következő évek tervezésénél. A versenyzőknek nemcsak futniok, de akarniok is kell a nagy eredményt. Ugy kell élniök, hogy egész életmódjukkal segítsék a fejlődésüket.

Végezetül az edzői munkáról a következőket mondta: olyan, mint a kirakós játékok. Adva van a különféle edzésanyag: iramfutások, hosszufutások, sprintek, stb. Ezeket kell jól összerakni; hogy eredmény legyen. De feltétlenül jól kell végezni, mert hiszen rosszul is alakulhat és akkor jön a - csalódás! Az edzői munka több, mint tudomány, - hogy a csúcsteljesítményt egy bizonyos előre meghatározott napon érjük el: az valóságos művészet!...

BRUCE TULLOH Duisburgban nemcsak a saját edzéséről, hanem általában az angol hosszútávfutók felkészüléséről és saját általános sportfelfogásáról tájékoztatta a résztvevőket. Általános vélemény szerint ez volt a konferencia legjobban sikerült előadása.

Tulloh leszögezte, hogy az ugynevezett "angol iskola" alatt nem szabad egy egységesített, mindenki által azonosan használt edzésrendszert érteni. Példaként

megemlítette, hogy abból a kilenc brit futóból, akik eddig 29:00.0 percen belül futottak, ötven átalábas az intervallumos, négyen pedig az új-zélandi felkészüléshez hasonló módszerek szerint edzettek, de egyikük sem ragaszkodott mereven valamilyen edzésrendszerhez. Az utóbbi években mezei bajnokságot nyert versenyzők is edzésrendszereiben a fentebb említettek szerint különböztek.

Szerinte az edzés módszer és az életmód szorosan összefügg. Alapvető követelménynek tartja a kiegyensúlyozott életet: enélkül nincs előrehaladás! Azt a véleményét is leszögezte, - de megemlítette, hogy lesznek, akik nem értenek ebben vele egyet - hogy a rendszeres napi munka igen fontos. /Ez alatt a napi 8 órás elfoglaltságot értette./ Ebből következik, hogy napi egyszeri edzéssel is lehet valaki világklasszis. Saját edzése általában csak napi másfél órát vett igénybe.

A futásról és a versenyzésről következőket mondta: a versenyzés, a jó eredmény, a győzelem olyan lelki kielégülést, örömet nyújt, hogy nem tűnik áldozatnak vagy aszketizmusnak az a sok nehéz óra, amelyek ezeket az eredményeket megelőzik.

Edzője nincs. Barátjával, a szintén hosszútávfutó Hymannal együtt szoktak beszélgetni az edzésről és a végzendő munkáról. Kilenc évvel ezelőtt kezdett el futni és 1960-ban került igazán az élvonalba. Az olimpián rosszul szerepelt /az előfutamban kiesett/. Példaképe Zatopek volt. Ő is általában intervallumos edzéseket folytatott, bár nem a klasszikus intervall módszer szerint és ezt is gyakran keveri állóképességi hosszú futásokkal. Jelszava: a versenyen fáradtnak is tovább kell futni! Ehhez igyekszik magát előkészíteni.

Az angol futókat semmilyen értelemben sem kényeztetik el. Ezt igen hasznosnak tartja. Lehetőség szerint változatos legyen a terep, de ebből nem csinálnak problémát. Ott futnak, ahol éppen lehet: betonut, erdei ösvény, homokos, nehéz talaj, mindenütt elvégezhető az edzés.

Maga arra vigyáz, hogy ha két napig kövön fut, utána egy napon puhább talajon fusson. Az előkészületi időszakban nem tartja fontosnak az időellenőrzést, de nyáron már hetente 2-3-szor stopperrel igyekszik futni.

Pontosnak tartja a láberősítést. Ezért télen hetenként egyszer csizmában fut, ilyenkor hosszú, kimerítő futása van. Az a véleménye különben, hogy a monoton jellegű edzéseket nem szabad hamar ismételni. Hymannal két hetes ciklusokban edzenek. Azután változtatnak, hogy legyen ismétlési érzésük.

Időnként Angliában sokat beszélnek a "futóstílusról". Ő a természetes mozgás híve. Szerinte ez a legmegfelelőbb. Nem tartja megfelelőnek, ha erőszakosan, tudatos gyakorlás utján akarják valakinek a mozgását megváltoztatni.

Felkészülését októberben kezdi. Ebben a hónapban maximálisan heti 90, novemberben heti 100 km-t fut. Decembertől már kéthetes ciklusokban fut.

Előadása végén ismertette január-február, majd március-április havi egy-egy ciklusát:

Résztávós edzéskor az edzés előtt 15 percet melegít.

Január-február hónapban:

1. nap: 2-25 km-es könnyű mezei futás;
2. nap: 5x2000 m, 5 perces pihenőkkel 15,30-as ritmusból lefelé 14.30-ig;
3. nap: erős fartlek edzés, 5 km után dombos terepen 4x600 m, majd nehéz terepen 6x300 m erősen;
4. nap: pályán 20x30x400 méter 100 m dzsoggolással /72 mp körüli időekkel/;
5. nap: csizmában 10 km erősen;
6. nap: pihenő;
7. nap: könnyű terepfutás;
8. nap: 25-40 km országúton;
9. nap: 4x1500 méter 1 km dzsoggolással;
10. nap: terepfutás, 15-30x200 m dombon fel- és lefelé, vissza dzsoggolással;
11. nap: országúton fartlek 200-300 méteres beleerősítésekkel, rövid pihenőkkel;
12. nap: 5 km után 30x150 m, vagy 20x200 m gyorsan;
13. nap: pihenő;
14. nap: mezei verseny, vagy országúti edzés.

Március-április hónapban:

1. nap: 15-20 km könnyű futás;
2. nap: 8x1200 m, 3 perces pihenőkkel;
3. nap: dombon fel 20x200 m;
4. nap: 15x200 m, 15x100 m gyorsan;
5. nap: országúton 15-20 km-ben sprintek /50-200 m-ig/;
6. nap: pihenő;
7. nap: verseny;
8. nap: 15 km terepen;
9. nap: 8x800, 8x400 /közben 400, illetve 200 m dzsoggolás/ 2:30, 60-70 %, 2:17-2:12, pályán 67-63;
10. nap: 15x300 m könnyen fűvön, 300 m könnyű futással;
11. nap: 15x400 m közben 200 dzsoggolás, 5 db 66.0, 5 db 64.0, 5 db 62.0 mp, a sorozat között 400 méter dzsoggolás a pályán;
12. nap: fűvön 12x600 könnyen, 300 m dzsoggolással;
13. nap: pihenő;
14. nap: verseny, vagy terepfutás.

Májustól hetenként egyszer versenyez. A versenytől függően előtte egy, vagy két napot pihen. Ilyenkor a hét elején erősen dolgozik, pl.: 15x400 métert, 100 m dzsoggolással. Az egyik 64.0, a másik 62.0 mp. A másik nap hosszabb résztávokat fut hosszabb pihenőkkel.

Végül megjegyzi, hogy szerinte a változatos edzésnek köszönheti, hogy alig volt még sérülése.

A következő előadó Waldemar Gerschler volt, aki régebben Rudolf Harbig, utabban a luxemburgi Bartel és az angol Pirie edzője, a klasszikus intervall edzés módszer megalapítója.

Előadásában ismét és csakis az intervallumos edzés módszer mellett tört landzást.

Elmondotta, hogy véleménye szerint az emberi test nagy eredményekre nem született, a szervezetest csak az edzés teszi arra alkalmassá!

Különösen így van ez a távfutásban, ahol a tehetség csak megfelelő edzés után jelentkezik. Általában adott a gyorsaság, mely a központi idegrendszer függvénye, de a többi tulajdonság csak edzéssel fejleszthető nagy mértékben.

Az erő edzés nélkül kb. 25. év után erősen csökken, ezért rendszeres edzéssel kell az erőt és mindenfajta fáradtság ellen az ellenállóképességet fejleszteni. Ujabban a nehéztalálatikában az izometriás gyakorlatokkal igen jó és gyors eredményeket érnek el. Szerinte a távfutásnál ilyen erősítésre nincs szükség. Sokkal eredményesebb a futással történő erősítés.

Ezek után leszögezte, hogy - véleménye szerint - az intervallumos edzés szolgálja legjobban a teljesítmény megfelelő növelését. Előnyei:

1. kevesebb idő kell hozzá;
2. jobban ellenőrizhető;
3. szórakoztatóbb, kevésbé egyhangú, mint a tartós futáson alapuló edzések.

Gerschler szerint a hosszú futások nem segítik elő megfelelőképpen a fejlődést és legfeljebb csak kiegészítésként használhatók.

Az intervall edzés lényege, hogy nem szabad teljes erővel futni. Sok ismétlés - nem túl hosszú távokon. Ezért legmegfelelőbbek a 100-200 méteres távok, a 400 méter már nem olyan jó. Ezen edzés módszer egyszerűen fejleszti a speciális állóképességet és az erőt is. A résztvevők irama az előkészületi időben a következők:

középtávfutók: 14-16 mp; 33-29 mp; 72-66 mp.
hosszútávfutók: 14-16 mp; 34-30 mp; 74-68 mp.

Kérdés, hogy mennyit fussunk egy edzésen? Az edzésmennyiség lassan, de emelkedik. 10-15x200 méterrel kezdődik és 30x200 méterig emelkedik, egyes hosszútávfutóknál 40x200 méterig is.

Legfontosabb kérdés, hogy meddig tart a szünet?

Az ilyen résztávoknál a pulzus általában 180-ra megy fel. A pihenő idő alatt 130 alá nem csökkenhet, ekkor már jönnie kell a következő ingernek, egy újabb résztávnak. Versenyidényben például 30-31 mp-es 20 d 200 méternél a legmegfelelőbb a 70 mp-es szünet.

Véleménye szerint egy edzés módszer akkor jó, ha fejleszthető. Mióta Reinold professzorral együttműködik változtatott fel-fogásában: az edzések egy részét a pályáról az erdőbe vitte. Sőt a speciális izomállóképesség fejlesztésénél ma már nagyon fontosnak tartja a hegyi edzést. Ez náluk azt jelenti, hogy kb. 20 %-os emelkedőn futnak felfelé ismétlődő résztávokat. 60 méterrel kezdik és a felfelé futások távját később egészen 200 méterig emelik.

LEO LANG /Jugoszlávia/ elmondotta, hogy Zágrábban egy felnőtt futója egész évig Lydiard módszere szerint készült fel anélkül, hogy eredményeiben javulás állott volna be, pedig sokkal többet futott. Egy

fiatal, 1947-es születésű futója viszony ilyen felkészüléssel igen sokat javult és az egyik legjobb jugoszláv ifjúsági versenyző lett. Ezzel azt akarta alátámasztani, hogy a munkát egyénekre kell szabni. Nem biztos, hogy egy módszer mindenkinek a legjobban megfelel.

A következő részszólalás talán különösen érdekes lehet számunkra. SUMSER /NSZK/, a német középtávfutók edzője saját munkáját és véleményét az alábbiakban vázolta:

Nem híve az intervallumos edzésnek, csak néha használja azokat. Szerinte, minél állóképesebb valaki, tempófutásokkal annál jobban terhelhető. Ezért az alapozó időszakban fő célja az általános állóképesség fejlesztése. Ezt egyenletes, kitartó futással - amelyben nem túl erős, de hosszú /1-2 km/ beleerősítések vannak - érik el. Különösen fontosnak tartja olyan versenyzők alapozásánál /mint pl.: Kinder/, akik jó 400-asból térnek át 800-ra. Ilyen edzés mellett 800-asaik az alapozás vége felé 3:30-as ritmusban 6-10 km-t is le tudnak futni.

Márciusban a 800-asok 6-8x500 m-t futnak 77-75 mp-re 2-2 perc pihenővel. Gyorsabb ritmusú edzéseken pedig 5-6x200-at 26 mp-re 100 m sétával.

A versenyzők egyre nagyobb oxigén-adósság érviseléséhez való rendszeres hozzászoktatását igen fontosnak tartja. Szerinte a 3:40-42-es 1500-as futónak egy perces pihenővel 10 db 40 mp-es 300 métert kell tudnia lefutni.

A 800-asaik nyári edzéseit a tempó-edzés jellemzi.

Más napokon gyorsasági munka folyik, amelyet 3 intervall sprinteknek nevezett. A tempó-edzéseken a 20 perces bemelegítés után 500, 500, 600 m lefutása szerepel jó hosszú pihenőkkel - teljes megnyugvásig. A részüdők: 35, 65-64, 1:18-19. Az intervall sprint napokon 2-4 km-t futnak: 40-50 méter teljes erővel és 50-60 méter könnyű futással folyamatosan.

A középtáv futó gyorsaság fejlesztését az adott határok között nagyon fontosnak tartja. De ezt edzéseken csak a legnagyobb selességgel lehet elérni. Igen nagy súlyt helyez a versenyzők akaratát tulajdonságainak kifejlesztésére. Klasszis-futó csak megfelelő beállítottságu lehet, aki nemcsak fut, de tudja is, hogy mit és hogyan kell elérni.

Megemlítette még, hogy télen versenyzők egy-két alkalommal foglalkoznak csak súlyemeléssel, de igen alapos gimnasztikát végeznek egész évben.

THOMA /Franciaország/ megemlítette a harmonia szerepét, ami kiemelkedő futóknak fő jellemzője. Nem lehet őket beskatulyázni és egy iskolára sem ráhuzni. Fellen-dülésük egyik okaként az edzők barátságát, kollektív együttműködését jelölte meg, akik az ország különböző pontjain dolgoznak.

Elversenyzőik az alábbiak szerint edzenek:

Jazy: azt gondolja, hogy egyéni szemléletet kell vinni a futásba. Saját magát edzi, de van tanácsadója. Erdőben, változatos tere-

pen, jó levegőn szokott edzeni - azt mondja: "itt jó gyorsan futni". Az idén többet fut majd golfpályán - fél a tavalyihoz hasonló sérülésektől.

Bogey edzője csak körülbelül szabja meg a feladatot, melyet saját elgondolása szerint hajt végre. Szerinte a futó önálló, szabad ember. Szeret futni, sokat törődik saját edzésével. Keményen, harcosan versenyez. Ameddig csak bír, élre törekszik, fáradtan is teljes erővel hajrázik.

Bernard: Szintén saját elgondolása szerint fut, de igénybeveszi az edzői tanácsokat. Érdekes, hogy - a többiekkel ellentétben, edzés közben nem szeret egyedül futni

Általában megállapítható, hogy edzésük harmónikus keverék, mely sok mennyiségi munkán alapszik. A minőségi munka később következik.

A következő két felszólaló a két belga, Roelants edzője és Roger Moens volt.

Előbbi röviden csak annyit mondott, hogy Belgiumban nem mindenütt van idő az állóképességi hosszútutásokra, /így Roelantsnál sem/. Ezért hódított automatikusan tért az az elv, hogy inkább kevesebbet, de gyorsabban. Ez azzal is együttjár, hogy bizonyos mértékig automatikusan intervallumossá válik az edzés.

Moens 1952-től 1960-ig elért eredményeit ismertette, majd beszélt végzett munkájáról. A következő tapasztalatokat vonta le: nem jó, a tiszta intervallumos edzés, mert amikor így készült /sokszor futott egy héten hatszor 30x200 métert/, abban az évben eredményei nem kerültek 1:47 alá. Amikor viszont vegyes módszer szerint dolgozott, téli mezeli versenyeken indult, hosszú résztávokat is futott, akkor voltak legjobbak eredményei. Ilyen volt az 1955-ös év /1:45.7-es világcsúcsot ért el/ és az 1960-as, amikor 30 éves korában lett olimpiai második helyezett és legtöbbször futott 1:48 alatt.

Ewald Mertens /NDK/ szerint az edző nem lehet örmester. Sokszor kell érzései alapján dolgoznia, mert a leírt és kitervelt elvek éppen nem felelnek meg. Az egyik legfontosabb edzői feladatnak - a versenyző kitének visszaadását tartja - ha az a versenyen rosszul fut és csúdot mond. Tanítványát ilyenkor nemcsak fizikailag, hanem lelkileg is rendbe kell hoznia.

Általános helyeslés közben vetette fel, hogy - sajnos - a sportorvosi tudomány a gyakorlati, mindennapi munkában kevés segítséget nyújt, és pedig elsősorban a sérülések megelőzése és gyors gyógyítása terén.

Paul Schmiedt, az olimpiai helyezett nyugatnémet nyolcszázas lényegében Sumser felszólalásához csatlakozott. Saját versenyzői múltjából előhozott példákkal igazolta, hogy az alapozásnál a kitartó futások nélkülözhetetlenek. Véleménye szerint a jó iramu 800-asnak 36-37-et kell tudnia 300 méterre és 2:58-3:02-t 1200-ra.

Annakidején közismerten jó hajrákészségének megszerzésében fő szerepet játszottak azok a 2 kilométerek, amelyekben 50 métert teljes erővel, 50 métert pedig könnyen futott. Kihangsúlyozta még, hogy - szerinte - mind az edzői, mind pedig a sportorvosi munka nem lehet akadémikus. Minél közelebb kerülnek a versenyzőhöz, annál eredményesebb.

Több felszólalás után **Herbert Schade** beszéde váltott ki nagyobb érdeklődést. Bevezetésül leszögezte, hogy nem hivatott egyedül údvözítő edzőmódszernek. Elsősorban a versenyzőn múlik, hogy mire viszi a későbbiek során.

Saját versenyzői múltjából megállapította, tul sokat edzett. Például futott 30x400 métereket 60-61 másodpercre, közben 200 métereket könnyű futással. 20x600 métert 1:40-re. Volt olyan nap, hogy reggel 20 db 27-28-as 200-at futott, délután pedig 20x300-at 45 mp-re. Ennek a sok munkának tulajdonította, hogy a versenyeken általában nem volt friss.

Jelenleg Solingenben - ahol versenyzett és ahol most edzősködi - versenyzőivel vegyes módszer szerint dolgozik. Objektív nehézségek miatt /csak délután 5 óra után tudják kezdeni az edzéseket/ a pályán, illetve a környező utcákon tudnak edzeni hététközben, ahol megfelelő világítás van.

Alapozáskor kedden 10-12x1200 méter+ futnak 3 perc pihenővel kb. 3:45-re, csütörtökön 6-7x2000 métert. Szombaton 3-6-3-6 km nem túl erős tempóban, vasárnap 2 óra fartlek hegyen-völgyön. Hétfőn pihenőt tartottak, szerdán és pénteken rövid résztávokat futnak /50-60x100-at 17-18 mpre, vagy 200-akat 37-re, 20-30 db-ot/.

Versenynyidényben a ritmust fokozatosan gyorsítják, a 200-akat 30-31 mp-re 100 m könnyű futással, a 300-akat 43 mp-re. A 400 méterek ideje 65-67 mp. Egyszer egy héten futnak 5-6-szor 1200-at 3:10 körüli idővel és 3 perc pihenővel. A versenynyidényben megmarad a fartlek edzés. Kéthetente egyszer nagyon erős, nagy megterhelésű edzést igyekeznek rendezni.

Eddig is már sokan megállapították, hogy az ember nem gép. Ezt úgy értelmezi, hogy nem szabad mindenáron ragaszkodni az előre kidolgozott edzéstervhez. Eppen az egyik legfontosabb feladat az, hogy időben észrevegyük azokat a jelenségeket, amelyek olyan fáradtságra vagy egyéb dolgokra utalnak, ami miatt feltétlenül szükséges az edzések megváltoztatása. Persze az lenne az ideális, ha olyan versenyzőnk lenne, aki magától is alkalmazkodni tud a változott körülményekhez anélkül, hogy az formavisszaeséshez, vagy önkényes edzéskönnyítéshez vezetne.

A mai viszonyok között, amikor a fiatalokra egyre több olyan dolog hat, ami elvonja az atlétikától /labdajátékok, szórakozás, a technikai civilizáció elterjedése/ egyre fontosabb az edző szerepe. Tanítványával egész életre meg kell szeretetni az atlétikát és a rendszeres edzésre kell rávenni őket.

x x x x

Magam az előadásokból és a különböző személyes beszélgetésekből a következő

- és azt hiszem, általánosítható tapasztalatokat szűrtem le. Ezek nagyrésze nem új dolog, de mivel mindenütt egyformán gondolkoznak róla, nem árt megemlíteni.

Vitathatatlan ma már az a régebbi megállapítás, hogy sportágunkban csak a tehetség nem elég. Allíthatjuk, hogy a rendszeres, sok edzés mellett, másodlagos szerepet tölt be. Az előadók saját országukban tapasztalt példákkal bizonyították, hogy hézagos, rapszódikus munkával még a legnagyobb tehetség is elkallódik.

Nem szükséges okvetlenül a napi kétszeri edzés. A mindennapos edzés a közép-távfutóknál viszont nélkülözhetetlen. Napi egyszeri edzéssel is lehet valaki klasszis futó, de akkor ennek az egy edzésnek mennyiségileg és minőségileg is megfelelőnek kell lennie, megfelelő erős terhelést kell biztosítania.

Lejár a csak pályán történő edzések ideje. Ha mód van rá, a világ minden részén az alapozó munkát terepen/beleértve az országutat is/végzik. Elsősorban a hosszútávfutók a formábahozó és versenyzői időszakban is pályán kívül végzik edzéseik egy részét.

Egyénileg kell a versenyzőkkel foglalkozni még akkor is, ha együtt edzenek. Különböző megőszlanak a vélemények, hogy egyedül, vagy csoportosan hasznosabb-e a felkészülés. Az azonban megállapítható, hogy az igazi nagy klasszis futók többsége Európában edzéseik nagyobb részét egyedül végzik. De az új-zélandiak is csak az alapozó munkát végzik együtt, a pályán a tempóedzéseiket már egyedül futják.

Súlyzós edzést elsősorban a középtáv-futók végeznek, de csak mérsékelt súlyokkal. A maximális súlyokkal való erősítést és az izometriai erősítést senki sem tartotta megfelelőnek.

Általános vélemény szerint legjobb a futással való erősítés. Ezért futnak nagy előszeretettel majdnem mindenütt nehéz,

emelkedős, mély talajon az alapozó időszakban. Mindenütt tért hódít a dombon felfelé futás, akár fartlek formában, akár úgy, hogy ismételt résztávokat futnak felfelé.

Ma már az atléták többsége nem a tiszta intervallumos módszer szerint készül. Egyre többen vannak azon a véleményen, hogy az igen magas szintű állóképesség határozza meg a futó teljesítményét. Erre épül a speciális gyorsasági és iramgyorsasági munka.

A versenyzőket önállókká kell nevelnünk. Érdekelje őket a futás, edzésen kívül is foglalkozzanak vele, vezessenek edzésnaplót. A klasszis versenyzőnek adott esetben magának is tudnia kell, hogy mit kell edzenie, mire van szüksége.

Kell, hogy a jó atlétának legyen valamilyen célja. Arra kell törekednie, hogy egyre jobb eredményeket érjen el, bátran és gátlástalanul versenyezzék, ne adja fel a küzdelmet és fáradtan, hátrányos helyzetben is tudjon az utolsó méterekig végigküzdeni. Ezen tulajdonságok kifejlesztése és magas szintre emelése az edző legfontosabb feladata.

Általános vélemény szerint az egészséges futóatléta szabadon terhelhető. A határt jelenleg inkább az ízületek teherbíró képessége szabja meg. Mindenütt nagy figyelmet fordítanak a boka és lábfej-kisízületei teherbíráására. Ugyan e téren a kisebb-nagyobb panaszok és sérülések általánosak. Nemcsak nálunk jelentkezik a sportorvosok felé az az igény, hogy ezeket a sérüléseket megelőzzék, illetve gyógyulásukat gyorsítsák meg.

Szükséges és jó, hogy az edző tudományosan képezze magát, anatómiai és pedagógiai ismeretekkel rendelkezzen. De legalább ennyire fontos, hogy tanítványaival megszerettesse az atlétikát. Személyes befolyása révén fejlessze és erősítse azokat a versenyzői tulajdonságokat, amelyek a fejlődésben nélkülözhetetlenek.

AZ ORSZÁGOS KÖZÉPISKOLAI ATLÉTIKAI BAJNOKSÁGOKRÓL

Mint ismeretes, egy évvel ezelőtt jelent meg az az új rendelet, mely szabályozza a középiskolás sportolók bajnokságait, közöttük az atlétikáét is. A rendelet két csoportra osztotta a középiskolásokat: az egyik csoportban, - a B kategóriában - csak azok indulhattak, akik nem voltak valamilyen iskolán kívüli sportkör tagjai. Az A kategóriában pedig azok vehettek részt, akik valamilyen társadalmi sportkörben versenyeztek.

A két bajnokság párhuzamosan folyt. Az országos döntő is két csoportban került megrendezésre. A B kategória döntője 1964. június 6-7-én Egerben, míg az A kategóriájé egy héttel később, június 13-14-én Pécsen volt. Az utóbbi versenyre meghívást kaptak a B csoport legjobbjai is.

Igy a pécsi verseny tulajdonképpen a legjobb középiskolások seregszemléje volt.

A verseny előkészítését és megrendezését is a pécsiek végezték, csupán a verseny lebonyolításában kaptak segítséget budapesti versenybírók személyében.

A szervezés és vezetés igen jó volt. Lelkiismeretes munkájuknak köszönhető, hogy semmiféle zökkenő nem fordult elő, minden a tervezett rendben és időben folyt. Ilyen tömeglétszám mellett pedig nem ritka a kisebb hiba becsusztása. Helyes volt tehát az az intézkedés, hogy a bajnokságot vidéki városba kell vinni. Megmutatták a vidékiek, hogy legalább olyan jól meg tudják szervezni és rendezni ezt az országos versenyt, mint Budapest.

Nem volt panasz az elszállásolás és koszt ellen sem. Jól sikerült a kétnapos műsor összeállítása, betartották a kiírt időpontokat.

Az előkészületeknél látszott már, hogy ügyesen osztották szét az egyes munkaköröket. Felkészültek minden eshetőségre és azonnal intézkedtek, vagy válaszoltak minden kérdésre. A verseny előtti napon megtartott technikai értekezlet tisztázott minden vitásnak vélt kérdést. Röviden ismertették a verseny lefolyását, a vele kapcsolatban szükséges intézkedéseket, elvégezték az igazoltatást. Mindent megtettek, hogy a másnapi versenyen az adminisztráció minél kisebb legyen.

Ez volt az első országos középiskolai - és azt hiszem, minden más - bajnokság, ahol a verseny előtt nem kellett külön jelentkezni, mert az igazolásokból már megállapítható volt az egyes futószámokban résztvevők nevei.

A verseny irányítását a nagy gyakorlattal rendelkező Christfián László végezte. Mindenre kiterjedő figyelmének volt köszönhető, hogy csak két ízben kellett idegeneket a pályáról kiküldeni. Nem volt tömörülés az egyes ügyességi számok körül - általában a legnagyobb rendet tapasztalhattuk.

A verseny időrendi elosztását úgy készítették elő, hogy viszonylag kis létszámú rendezőgárda volt szükséges. A versenybírák jól látták el feladataikat, csupán egy alkalommal volt kisebb vita a célbaérkezésnél. Az időmérés jól működött és gyorsan közölték az eredményeket.

A verseny egyetlen szépséghibájáról a rendezőség nem tehetett. A 100 méteres férfi síkfutás döntőjében ugyanis a rajtpisztolynak sem füstje, nem lángja nem volt, így csak hangra indították meg az órákat.

Természetesen a mért idő a ténylegesnél jobb volt. Ezért döntött úgy a versenybíráóság elnöke, hogy a 10.6-ot nem szabad hiteles eredménynek elfogadni.

A versenyre előre kellett nevezni. A nevezéskor közölni kellett az elmúlt és idei versenyeredményt is. Ennek alapján történtek meg a meghívások úgy, hogy a versenyen nagy tömegek ne vegyenek részt, mert a szálláslehetőségek korlátozottak voltak. A technikai értekezleten ismertették a meghívásra került versenyzők számát, és azt az eredményt, melylyel a legutolsót meghívták. Az alábbi táblázat mutatja a

versenyszámot	a beküldött a meghívá- nevezéseket sok számát	a ténylegesen elin- dult versenyzők sz.	az utolsó meghí- vott eredményét
f é r f i a k:			
100 m	31	12	13 11.2
200 m	20	11	7 23.4
400 m	24	16	13 53.1
800 m	12	11	10 2:03.6
1500 m	11	11	5 4:12.8
110 gát	4	4	5 -
400 gát	5	5	4 60.2
1500 akadály	5	5	3 -
4x100	14	6	6 45.3
4x400	10	6	6 3:39.2
4x1000	8	6	5 11:30.2
magasugrás	13	9	9 180
távolugrás	18	10	11 642
hármassugrás	12	6	5 13:14
rudugrás	9	6	5 320
súlylökés /6 kg/	10	10	5 13:70
diszkosz /1.5 kg/	11	11	7 43.30
gerely	11	11	8 52.05
kalapács	8	8	6 47.09
ötpróba	7	7	6 -
Összesen:	243	174	132

n ő k				
100 m	31	14	11	12.9
200 m	28	12	12	27.5
400 m	27	16	15	64.8
800 m	9	9	10	2:34.2
4x100	18	6	6	52.9
3x400	10	6	5	3:18.4
Magasugrás	47	13	8	148
távolugrás	39	15	12	510
súlylökés	13	11	10	10.96
diszkoszvetés	12	10	8	33.72
gerelyhajítás	14	8	7	34.97
hárompróba	15	11	11	1910
Összesen:	263	131	115	
Összesítve:	nevezett	243 fiú	263 lány	
	meghiva	174 fiú	131 lány	
	indult	132 fiú	115 lány	

Az összindulók száma tehát 247 volt.

A verseny nivója a várakozásnak megfelelő volt.

Kár, hogy egyik legjobb atlétanő, Kovács Annamária érettségije miatt nem vehetett részt. Igen emelte volna női távolugrásban, 100 m síkfutásban és 80 m gátfutásban az eredményátlagot.

A női magasugrásnál ismét előkerült egy szabálytalanul emelt magasugró cipő. Ez a kérdés a budapesti I. osztályú ED versenyen is felmerült. Mint megtudtam, az egyik budapesti KTSz készíti. Ezután is felhívom a Szövetség illetékesének/Technikai Bizottság/figyelmét erre és talán jó lenne még idejében a megfelelő szabályokat a KTSz-szel közölni. Sok köllemetlenségtől szabadíthatják meg a sportköröket.

Mint néző, a versenyt gyorsan pergőnek láttam. Kivülről hibát nem tudtam felfedezni. A Szövetség kiküldött ellenőrei is csak lényegtelen kisebb megjegyzéseket fűztek a kétnapos versenyhez, melyet minden nehézség nélkül ki lehet javítani. Ugy érzem, hogy a közlegő Európa-bajnokság előkészítésekor a pécsi versenybírákra is számítani kell. De jó lenne, ha őket a budapesti nagyobb versenyekre hivatalosan is meghívnák, mint versenybírákat és a vezetőség itt győződne meg alkalmasságukról. Nem fognak bennük csalódni!

Jó volt a pálya, jó volt a verseny. Mindenki kellemes emlékekkel tért haza.

Gratulálunk pécsiek!

Farkas Pál

Lengyelországban a sport mindenkié

A második világháborúban Lengyelország csaknem 20 százalékát vesztette el lakosságának. A szakadatlan üldözés és a hosszú ideig tartó ki nem elégítő táplálkozás millió és millió ember egészségét, fizikai erejét ásta alá. A hitleri német megszálló megtiltotta a sportot is, elpusztított minden sportlétesítményt, lehetetlenné tette a testnevelő-káder képzését. A csaknem hat évig tartó megszállás szomorú örökségével indult utjára a lengyel sport, amikor 1945-ben elkezdődött a lengyel testnevelés alapjainak újból lefektetése.

X X X

Husz esztendő tel. el azóta. Az ország újjáépült a háborús rommalmazból, gyors útemben új állammá fejlődött, amelyben a testnevelés az általános kultúra része, a egyre nagyobb szerepet játszik a társadalom egészségi színvonalának felemelésében. A sportszervezetek és turisztaszövetségek taglétszáma az elmúlt 20 esztendő alatt négyszeresére nőtt.

A testnevelés társadalmi kiszélesítéséhez nagymértékben hozzájárultak a szakszervezetek? ezek sportegyesületei jelenleg tagként egymillió dolgozót tartanak nyilván. Kiszélesítették a sportlétesítmények az iskolai és az egyetemi sportszervezeteket. Megtört a jég a falon is, ahol a háború előtt a sport "egzotikus" fogalom volt. A Népi Sportegyesületeknek csaknem egymillió falusi tagja van; megteremtették a falu sportlehetőségeit, sőt számos elsőrendű sportolót is adtak az országnak.

A testnevelés elterjesztésében lényeges szerepet játszottak a tömegrendezvények. Valamennyi sport- és turisztikai szervezet minden érdeklődő előtt nyitva áll és számos, népszerűségnek örvendő rendezvényt tart. Ezeken az úgynevezett spartakiádokon a legutóbbi négy év folyamán 30 millió nevező indult.

A fiatalok száma egyre nő, egyre többen óhajtanak sportolni. Az idősebbek közül egyre többen hódolnak a sportnak. Szélesedik az üdülőházak és az üdülési lehetőségek hálózata. Szaporodik a sportlétesítmények, testnevelő tanárok, instruktorok, edzők létszáma is. Az elmúlt husz év alatt az állam óriási összegeket fordított testnevelési és sportcélokra. Érdekes összehasonlítást ad a háború előtti husz esztendő és a háború utáni husz esztendő időszak a sportberuházások terén. 1938-ban Lengyelországban 1900 sporttelep, 400 uszoda és fürdő és 1200 tornaterem működött. Jelenleg a sportolók rendelkezésére áll: 5000 sportpálya, 1600 uszoda és fürdő, továbbá 3400 torna- és tornaterem. Csak a fedett sportlétesítményekben minden nap több százezer személy edzhet.

X X X

A testnevelés terjedésének az volt az áldásos következménye, hogy a lakosság - főként a fiatalok - egészségi színvonala javult, de a sport népszerűsítése erősít ad az országnak egyéb tekintetben is. Az 1950-es esztendőben némely sportágban elért lengyel eredmények nemzetközi vonatkozásban is jelentősek. Elsőnek a lengyel ökölvívás hívta fel a figyelmet. Sok érmet szereznek az olimpiákon. Az Európában rendezett bajnokságokon és a római olimpián pedig a világranglistán a második helyre kerültek.

A világvíziázonylatban jelentős eredmények jelképesen és a szó szoros értelmében is szórnyakat adtak a vitorlázórepülőknél: egymás után érik el a kiválóbbnál kiválóbb eredményeiket. A lengyel vívók, az atléták és a súlyemelők is nagyszerű sikereket hoznak. A híres lengyel atléta csodacsapat a világranglistán évekig a harmadik helyen állt. A lengyel vívók a magyarokkal együtt világelsők.

A két háború közötti husz esztendő alatt a lengyel sportolók sikereit a 38 olimpiai érem és a világ- és az Európa-bajnokságokon szerzett 251 érem fejezi ki legkézzelnyilvánóbban. Jelenleg a lengyel sport a világsport első tíz helyezettje között van, megelőzve pl. Nagy-Britanniát és Franciaországot. A római olimpiai játékok a nem hivatalos pontozásban a hatodik helyet biztosították: 4 aranyérmet, 6 ezüstérmet és 11 bronzérmet szereztek.

A lengyelek 1963-ban 16 érmet szereztek világbajnokságokon és 11-et Európa-bajnokságokon. A lengyel vívók a világbajnokságok során 2 aranyérmet, 3 ezüstérmet és 1 bronzérmet vittek haza. Atlétáik 5 ízben győztek a legjobb európai együttesek ellen. A világ legjobb atlétája sorában 1963-ban - különböző sportágakban - 20 lengyel versenyző volt. Nagszerű sikereket értek el a lengyel súlyemelők: a világanglistán a harmadik helyre kerültek. A lengyel szánkósportolók három érmet szereztek a legutóbbi világbajnokságon. A további sikerek felsorolásában számoltartják azt a két Európa-bajnoki címet is amelyet ökölvívók szereztek, valamint az Európa-bajnokságokon férfi kosárlabdában és női röplabdában a második helyet. A hagyományosan erős lengyel sportreülést tovább erősítették a lengyel vitorlázó repülők, akik bajnoki és második helyezést értek el.

x x x

Az idén kerül sor Varsóban a hatalmas központi rendezvényre, amikor is át tudjuk majd tekinteni, meg tudjuk szemlélni sportéletünk kiválóságait, sába vehetjük eredményeinket. A rendezvények megkoronázása lesz a sok tízezer spartakiád, amelyen az egész országban többmilliónyi sportoló vesz részt.

A lengyel sport tehát összegézve a háboru utáni első husz esztendő eredményeit, megfeszített munkával készül a tokiói olimpiai játékokra.

M. Janicki

Budapesten, 1964 június rendezett

I. OSZTÁLYU EGYESÜLETI BAJNOKSÁG ÉS NEMZETKÖZI VERSENY EREDMÉNYEI

Női 100 m síkfutásban:

1. Nemesházi Imréné	Vasas	11.7
2. Such Ida	BVSC	12.3
3. Bata Teréz	V.Meteor	12.4
4. Kovács Annamária	Bp.Honvéd	12.4
5. Orbán Irén	U.Dózsa	12.5
6. Munkácsi Antónia	V.Izzó	12.6

Férfi 100 m síkfutásban:

1. Mihályfi László	BEAC	10.5
2. Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	10.6
3. Erbstösser Heinz	NDK	10.7
4. Rozsnyai Huba	MAFC	10.8
5. Babos Imre	T.Bányász	10.9

Női 200 m síkfutásban:

1. Heldt Erzsébet	U.Dózsa	24.8
2. Munkácsi Antónia	V.Izzó	24.9
3. Such Ida	BVSC	25.3
4. Gerhardt Zsuzsa	BEAC	25.7
5. Buskó Irén	DVTK	26.0
6. Krassay Judit	Szeksz.Dózsa	26.1

Férfi 200 m síkfutásban:

1. Istóczky József	U.Dózsa	21.2
2. Mihályfi László	BEAC	21.3
3. Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	21.4
4. Gyulai István	Bp.Honvéd	21.5
5. Erbstösser Heinz	NLK	21.8
6. Bátori István	Csepel	22.0

Női 400 m síkfutásban:

1. Kazi Olga	MAFC	57.2
2. Nagy Zsuzsa	BEAC	58.0
3. Gerhardt Zsuzsa	BEAC	58.2
4. Nagy Katalin	Bp.Spartac.	58.6
5. Tóth Mária	Bp.Helyiip.	60.5
6. Korompay Éva	Vasas	62.2

Férfi 400 m síkfutásban:

1. Gyulai István	Bp.Honvéd	48.0
2. Tóth Gyula	SZVSE	49.2
3. Vojtha László	DASE	49.7
4. Tóth István	U.Dózsa	49.8
5. Török László	U.Dózsa	50.3

Női 800 m síkfutásban:

1. Kazi Olga	MAFC	2:08.9
2. Nagy Zsuzsa	BEAC	2:09.1
3. Nagy Katalin	Bp.Spartac.	2:11.8
4. Zsilák Ilona	Bcs.Dózsa	2:12.1
5. Sasvári Gizella	Szh.Halad.	2:14.5
6. Malina Mária	FTC	2:16.8

Férfi 800 m síkfutásban:

1. Köhler Gerhardt	NDK	1:51.5
2. Aradi János	DEAC	1:51.8
3. Kiss Géza	V.Izzó	1:52.6
4. Garbacz Ferenc	U.Dózsa	1:53.0
5. Mészáros József	V.Meteor	1:53.2
6. Honti Róbert	Pécs tkz	1:53.3

3000 m síkfutásban:

1. Mecsor Lajos	Salg.B.	8:03.4
2. Kiss György	Győri D.	8:04.0
3. Kiss István	Bp.Honvéd	8:07.4
4. Pintér János	Bp.Spart.	8:12.8
5. Simon Dénes	Bp.Spart.	8:14.4
6. Szekeres Béla	Vasas	8:15.4

5000 m síkfutásban:

1. Sütő József	Vasas	14:51.2
2. Hertelendi Béla	Salg.B.	15:01.4
3. Schneider Mihály	Bp.Spart.	15:02.8
4. Tóth Gyula	Ozdi K.	15:04.8
5. Kun István	Bp.Honvéd	15:05.2
6. Kiss József	NYVSC	15:18.2

80 m gátfutásban:

1. Kovács Annamária	Bp.Honvéd	11.4
2. Jórás Ildikó	MPSC	11.5
3. Benkócs Györgyi	Bp.Honvéd	11.7
4. Mihályfi Éva	DVTK	11.8
5. Császi Gizella	Szoln.MÁV	12.0
6. Hasznos Julia	Szoln.MÁV	12.5

110 m gátfutásban:

1. Szabó Miklós	Szeksz.D.	15.1
2. Fluck Miklós	Vasas	15.4
3. Demeter József	BEAC	15.5
4. Oros Ferenc	TFSE	15.5
5. Vértessy Miklós	BEAC	15.6
6. Berzi Károly	DVTK	16.0

400 m gátfutásban:

1. Vértessy Miklós	BEAC	53.3
2. Oros Ferenc	TFSE	54.4
3. Babos Géza	Győri D.	54.6
4. Kósa György	BEAC	55.6
5. Timár György	U.Dózsa	58.2

3000 m akadályfutásban:

1. Kiss József	NYVSC	9:21.6
2. Kratochvil Sándor	Ozdi Koh.	9:28.4
3. Horváth Miklós	Bp.Honvéd	9:29.4
4. Halász László	Szeg.Spart.	9:43.6
5. Etényi Gyula	Tb.Bány.	9:43.6
6. Schirilla György	Vasas	9:56.7

Női magasugrásban:

1. Bálint Edit	BEAC	157
2. Zuba Mária	Bcs.Dózsa	157
3. Gulyás Ágota	MAFC	157
4. Mihályfi Éva	DVTK	157
5. Steitz Anna	TFSE	157
6. Gelei Éva	SZVSE	152

Férfi magasugrásban:

1. Krasznai Tivadar	Bp.Honvéd	200
2. Kovács Nimród	TFSE	200
3. Medovárszky János	Bcs.Dózsa	200
4. Krasovecz Ferenc	BEAC	191
5. Erki Imre	BEAC	191
6. Szekeres Tibor	U.Dózsa	191

Női távolugrásban:

1. Kovács Annamária	Bp.Dózsa	606
	orsz.ifj.csucs!	
2. Mihályfi Éva	DVTK	587
3. Császi Katalin	Szoln.MÁV	574
4. Óó Erzsébet	MAFC	562
5. Gulyás Ágota	MAFC	559
6. Hasznos Julia	Szoln.MÁV	509

Férfi távolugrásban:

1. Margitics Béla	U.Dózsa	757
2. Hámosi Imre	Bp.Honvéd	737
3. Kundlya János	TFSE	717
4. Puczkó József	Bp.Honvéd	717
5. Haszili Ferenc	TFSE	712
6. Sylvester Ádám	MAFC	704

Rúdugrásban:

1. Miskei János	Bp.Honvéd	440
2. Tamás István	Bp.Spart.	430
3. Hubai Gyula	Bp.Honvéd	420
4. Török István	MAFC	420
5. Gagy Endre	TFSE	420
6. Dr.Csaba András	Vasas	400

Hármasugrásban:

1. Ivanov Dragán	TFSE	15.96
2. Puczkó József	Bp.Honvéd	14.63
3. Czapalai Gyula	U.Dózsa	14.54
4. Kovács László	BEAC	14.45
5. Szabados Lajos	U.Dózsa	14.37
6. Leveles Andor	MAFC	14.24

Női súlylökésben:

1. Bognár Judit	Bp.Honvéd	15.82
2. dr.Mikuss Judit	U.Dózsa	14.50
3. Doóry Andrea	Bp.Honvéd	13.45
4. Gieber Vera	Bp.Honvéd	13.17
5. Rácz Mária	MAFC	12.43
6. Parázso Julia	Bp.Honvéd	12.23

Férfi súlylökésben:

1. Varju Vilmos	VM.Közürt	19.16
2. Nagy Zsigmond	MAFC	18.18
3. Hoffmann Dieter	NDK	17.15
4. Fejér Géza	Bp.Honvéd	16.83
5. Kövesdi Ferenc	U.Dózsa	15.05
6. Sasvári Sándor	Bp.Honvéd	14.81

Női diszkoszvetésben:

1. Bognár Judit	Bp.Honvéd	51.15
2. Kótai Margit	TFSE	45.09
3. Döme Margit	V.Meteor	45.07
4. Harasi Vanda	V.Meteor	42.07
5. Jaksits Rózsa	Bp.Honvéd	42.04
6. Rácz Mária	MAFC	41.19

Férfi diszkoszvetésben:

1. Fejér Géza	Bp.Honvéd	52.70
2. Klics Ferenc	Vasas	51.32
3. Kövesdi Ferenc	U.Dózsa	48.21
4. Nagy Zsigmond	MAFC	47.71
5. Téglá Ferenc	SZVSE	47.31
6. Sólyom Rudolf	MAFC	45.78

Női gerelyhajításban:

1. Radnai Ágnes	TFSE	46.21
2. Dusnoki Zsuzsa	TFSE	45.59
3. Bori Judit	Bp.Honvéd	43.26
4. Miltényi Márta	MAFC	42.71
5. Óó Erzsébet	MAFC	41.24
6. Bakay Józsefné	Csepel	40.85

Férfi gerelyhajításban:

1. Kulcsár Gergely	Bp.Építő	82.24
	országos csucs!	
2. Sidló János	Lengyel.	80.04
3. Bade Horst	NDK	75.04
4. Krasznai Sándor	U.Dózsa	69.40
5. Harmath Attila	BEAC	67.78
6. Németh Miklós	Vasas	66.78

Kalapácsvetésben:

1. Varga Sándor	Bp.Spart.	60.35
2. Mecseki Attila	Vasas	57.75
3. Trényi Imre	SZEAC	56.73
4. Encsi István	Bp.Honvéd	55.77
5. Kapcsos Lajos	Bp.Honvéd	55.61
6. Sajtár Lajos	U.Dózsa	53.10

20 km gyaloglásban:

1. Kiss Antal	Tb.Bány.	1:37:16.2
2. Göri István	DEAC	1:37:35.0
3. Dinesz Béla	Postás	1:41:25.6
4. Szivák István	Csepel	1:49:38.6
5. Tesch Ferenc	Bp.Spartac.	1:50:20.0
6. Sorger Antal	Vasas	1:53:42.0



Six Losztályú Egyesületi Bajnokság első fordulójáról

Az MTK által rendezett I. osztályú Egyesületi Bajnokság és nemzetközi verseny volt lényegében az első idei nagy versenyünk, amelyen legjobbjaink küzdöttek a helyezésekért. Az ugyanebben az időben Szófiában és Belgrádban szereplő atlétáink távolléte nagyon meglátszott; Ez némileg pótolta csak és tette színesebbé a versenyt a kisszámu külföldi résztvevő.

Nem szándékom a szakmai értékelés, sem pedig a jobb eredmények kiemelése. Ezt szűkszavuan a napi szaksajtó elvégezte. De - mint nézőnek - van egy-két észrevételem.

x x x

Örvendetes, hogy a hatos döntőben, de még az első három helyen is, többször találkoztunk fiatalokkal, új nevekkal, vidékiekkel, akik eddig ilyen helyezésegig nem jutottak el. Ez azt mutatja, hogy a második vonal fejlődik, felzárkózott az élmezőnyhöz és némelyik számban már el is érte azt. Igaz viszont, hogy egyes számokban az élmezőny visszacsúszott a két csoport mozgása révén történt meg a helycsere.

x x x

Közönségünk mindkét napon helyesen értékelte a jó eredményeket. Ugy érzem, ha ismét lesznek csucok, ha megint szoros küzdelemben tud győzni a magyar atléta, visszahódíthatjuk nézőseregünket.

x x x

A szombati napon kisszámu, de igen lelkes közönség előtt folytak a versenyek. Vasárnap azonban már kezdés előtt látszott, hogy a labdarugó nézők többsége korábban kijön és végignézi legjobbjaink küzdelmét. Ugy gondolom, jövőben is érdemes lenne labdarugó mérkőzésekkel egybekötött versenyeket. Feltétlenül több nézőt, nagyobb buzditást és komoly versenyhangulatot jelent, mely feltétlenül serkentőleg hat a versenyzőkre.

x x x

Szombaton és vasárnap is zsúfolt volt a program. A nézők legtöbbször nem is tudták, hogy mit figyeljenek, mert két, vagy több szám folyt egyszerre. Így történt meg például, hogy vasárnap a közönség nagy része csak akkor lett figyelmes Kulcsár csucot jelentő dobására, amikor a főlelátón ülők egy része a becsapódás pillanatában felmorajlott és tapsolni kezdett. Jövőben kívánatos lenne, ha a számokat úgy osszák el, hogy két számnál több egyszerre ne kerüljön megrendezésre, így sokkal élvezetesebb, érdekesebb lehet a verseny.

x x x

Általában jó volt a rendezés - legalábbis kívülről hibát nem tudtam felfedezni. De furcsa volt, hogy a döntők befejezése után néha sokat késett az eredményhirdetés, mert a versenyzőket nem vezették fel időben. Feltétlenül meg kell bizni valakit, aki az első három helyezettet a lehető legrövidebb időn belül a díjkiosztó emelvényhez vezeti.

x x x

Kifogásolható a magas- és rudugró pályák előkészítése. A magasugró pálya elég laza, poros volt, az idén a homokot nem frissítették fel. A felásás is elégtelennek bizonyult. A hasmánt technikával ugró nők emiatt panaszkodtak is.

Rudugrásnál a leérkezés után legtöbbször a kivályt mélységbe gurultak, ami nem lehetett valami túl kellemes érzés. Kívánatos lenne, ha már mi is áttérnénk a műanyaghabbal telített leérkezőhelyre.

x x x

Elavult már a távol- és hármasugró homokból készült belépésjelzője. Egész kis átalakítási munkával megoldható a külföldön már régóta használt plastik- vagy gittes lécek elhelyezése. Csereje, illetve javítása is rövidebb ideig tart, mint a homok újra egyengetése.

x x x

A labdarugó mérkőzésekkel egybekötött atlétikai versenyeken meg kellene oldani a versenyzők elhelyezését. Ugyanis a jegyszedők egyik helyről a másikkra küldték a közreműködő jeggyel rendelkező versenyzőket és bírákat, akik végülis vagy a korlátnál állva nézték a mérkőzést, vagy alkalmas pillanatban "jól helyezkedve" jutottak ülőhelyhez. A külföldi versenyeken mindenütt kijelölnek egy szektort, ahol versenyük befejezése után a versenyzők helyet foglalhatnak.

x x x

A verseny pontszerző verseny volt. Kár, hogy a szerzett pontokról nem tájékoztatták a közönséget, versenyzőket és sportköri vezetőket. Különösen most lett volna időszerű, mert az új pontértéktáblázatot nem minden sportkör kapta meg.

x x x

Fül- és szemtanuja voltam annak, hogy a gyülekező helyen a felvezető majdnem 10 per-
cen keresztül hívta a 80 m gátfutás résztvevőit. A toronyépület lépcsőháza hangosan zen-
gett - eredménytelenül. Helyes lenne, ha az ültözőkben és a folyosókon külön hangerősi-
tő berendezés révén kapcsolat alakulna ki a jelentkeztető asztal és a versenyzők között,
akiknél nincs minden esetben óra. Ugyanez a berendezés a melegítőhelyen is közölhetné a
jelentkeztetőhely utasításait.

x x x

Sajnos - női magasugróink még elmaradtak a nemzetközi színvonalától. Különösen most, a
korai első versenyeken még nem alakultak ki a megfelelő formák s így nagyobb eredmények
sem. Eppen ezért nem tartottam helyesnek az első osztályú szint feletti nagy magasság-
emeléseket. A 152-155-158-161 centiméteres emeléssel valószínűleg jobb eredményeket és
a mezőny jobb széthúzását is elérhettük volna.

Farkas Pál

A JUNIUS 20-21-iki EGYESÜLETI BAJNOKSÁG EREDMÉNYEI

F é r f i a l :

100 m síkfutás:

1. Dudziak	lengyel	10.4
2. Rozsnyai Huba	MAFC	10.5
3. Erbstösser Heinz	NDK	10.5
4. Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	10.6
5. Berger Rainer	NDK	10.6
6. Mihályfi László	BEAC	10.7

200 m síkfutás:

1. Mihályfi László	BEAC	21.4
2. Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	21.4
3. Iljima	japán	21.5
4. Dudziak	lengyel	21.5
5. Gyulai István	Bp.Honvéd	21.7
6. Rábai Gyula	U.Dózsa	22.2

400 m síkfutás:

1. Bickov Viktor	szovjet	48.7
2. Hegyi Viktor	Csepel	50.0
3. Vojtha László	DASE	50.5
4. Tóth István	U.Dózsa	52.3
5. Munkácsi István	V.Izzó	52.8

800 m síkfutás:

1. Aradi János	DEAC	1:50.9
2. Krivossejev	szovjet	1:51.3
3. Kiss György	Gy.Dózsa	1:51.3
4. Honti Róbert	Pécsi tköz	1:51.4
5. Nagy Imre	U.Dózsa	1:52.2
6. Pamuki József	U.Dózsa	1:52.9

1500 m síkfutás:

1. Satsuo Iwashita	japán	3:47.0
	japán csúcs!	
2. Kiss György	Gy.Dózsa	3:47.0
3. Kiss István	Bp.Honvéd	3:51.0
4. Szekeres Béla	Vasas	3:52.7
5. Parsch Péter	Vasas	3:54.1
6. Szentiványi Gergely	Tb.Bány.	3:56.8

3000 m síkfutás:

1. Szekeres Béla	Vasas	8:21.8
2. Salpa János	P.Dózsa	8:41.4
3. Raffai Tibor	NYVSC	8:43.2
4. Schneider Mihály	Bp.Spartacus	8:43.8
5. Kun István	Bp.Spartacus	8:47.8
6. Etényi Gyula	Tb.Bány.	8:48.6

10000 m síkfutás:

1. Mecser Lajos	St.Bányász	29:31.8
2. Sütő József	Vasas	29:34.6
3. Orentas Lestylis	szovjet	29:35.6
4. Pintér János	Bp.Spart.	29:42.8
5. Francis Nedo	jugoszláv	29:46.2
6. Simon Dénes	Bp.Spart.	29:50.8

20 km gyaloglás:

1. Adolph Gerhardt	NDK	1:36:54.2
2. Kiss Antal	Tb.Bány.	1:38:03.0
3. Gőri István	DEAC	1:38:29.6
4. Dienesz Béla	Bp.Postás	1:39:43.6
5. Havasi István	Bp.Postás	1:43:14.0
6. Sorger Antal	Vasas	1:47:14.4

110 m gátfutás:

1. Kontarjev	szovjet	14.3
2. Balikin	szovjet	14.3
3. Fluck Miklós	Vasas	15.1
4. Szabó Miklós	Sz.Dózsa	15.2
5. Tóth Kálmán	Bp.Honvéd	15.6
6. Berzi Károly	DVTK	15.7

400 m gátfutás:

1. Vértessy Miklós	BEAC	54.3
2. Benkő János	U.Dózsa	54.6
3. Mácsár Csaba	DVSC	56.2
4. Oros Ferenc	TFSE	56.4
5. Halász Géza	FTC	57.4
6. Déri Ervin	Bp.Spartac.	57.6

3000 m akadályfutás:

1. Oszipov	szovjet	8:39.8
2. Alekszejunasz	szovjet	8:40.0
3. Mácsár József	V.Meteor	8:40.4
4. Döring	NDK	8:42.4
5. Zhanal	cseh	8:43.8
6. Taketsugu Saruwatari	japán	8:45.6

Magasugrásban:

1. Krasznai Tivadar	Bp.Honvéd	196
2. Szekeres Tibor	U.Dózsa	196
3. Kovács Nimród	TFSE	196
4. Medovárszky János	Bcs.Dózsa	196
5. Krasovetz Ferenc	BEAC	196
6. Szórád Péter	Csepel	191

Távolugrás:

1. Margitice Béla	U.Dózsa	745
2. Hámosi Imre	Ep.Honvéd	737
3. Haszilló Ferenc	TFSE	727
4. Hossala József	Csepel	721
5. Biró Attila	TFSE	701
6. Ladányi Gábor	MAFC	693

Hármasugrás:

1. Ivanov Dragán	TFSE	15.58
2. Czapalai Gyula	U.Dózsa	14.88
3. Füzesi Ede	U.Dózsa	14.78
4. Cziffra Zoltán	Bp.Honvéd	14.68
5. Biró Attila	TFSE	14.55
6. Kovács László	BEAC	14.50

Rudugrás:

1. Tamás István	Bp.Spart.	430
2. Hubai Gyula	Bp.Honvéd	420
3. Horváth János	U.Dózsa	400
4. Török István	MAFC	400
5. Schulek Ágoston	TFSE	390
6. Kullai András	TFSE	380

Súlylökés:

1. Komar Wladislaw	lengyel	19.50
	lengyel csucs!	
2. Varju Vilmos	VM.Közürt	18.69
3. Karisziov Nikolaj	szovjet	18.58
4. Nagy Zsigmond	MAFC	18.03
5. Jirij Skobla	cseh	17.95
6. Schmiedt	cseh	17.52

Diszkoszvetés:

1. Danek Jadvik	cseh	60.70
2. Begier Zenon	lengyel	58.25
3. Zemba	cseh	55.52
4. Petrovics L.	cseh	53.22
5. Fejér Géza	Bp.honvéd	53.22
6. Klics Ferenc	Vasas	48.98

Gerelyhajítás:

1. Lúsis Janis	szovjet	77.91
2. Krasznai Sándor	U.Dózsa	71.41
3. Harmath Attila	BEAC	69.68
4. Németh Miklós	Vasas	68.72
5. Lukács János	PVSK	66.34
6. Szabó József	Bp.Spartac	64.34

Kalapácsvetés:

1. Bakarinov Jurij	szovjet	55.33
2. Sugawara Takeo	japán	63.57
3. Eckshmidt Sándor	U.Dózsa	62.03
4. Mecseki Attila	Vasas	58.88
5. Kapcsos Lajos	Bp.Honvéd	56.09

N 3 k:100 m síkfutás:

1. Nemesházi Imréné	Vasas	11.6
2. Prensberger	NSZK	11.8
3. Heldt Erzsébet	U.Dózsa	11.9
4. Yoda	japán	12.0
5. Such Ida	BVSC	12.1
6. Kispál Jánosné	U.Dózsa	12.3

200 m síkfutás:

1. Pensberger Martha	NSZK	24.2
2. Raepke Hannellore	NDK	24.2
3. Nemesházi Imréné	Vasas	24.4
4. Heldt Erzsébet	U.Dózsa	24.5
5. Such Ida	BVSC	24.8
6. Munkácsi Antónia	V.Izzó	25.2

400 m síkfutás:

1. Munkácsi Antónia	V.Izzó	55.5
2. Buscher Margot	NSZK	56.5
3. Nagy Zsuzsa	FEAC	56.6
4. Kazi Olga	MAFC	57.4
5. Nagy Katalin	Bp.Spart.	58.5
6. Szenteleki Sára	Sz.Haladás	58.7

800 m síkfutás:

1. Gleichfeld Antje	NSZK	2:07.0
2. Nagy Zsuzsa	BEAC	2:07.2
3. Hansen Irene	NDK	2:10.9
4. Kazi Olga	MAFC	2:13.9
5. Nagy Katalin	Bp.Spartac.	2:14.0
6. Zsilák Ilona	Bcs.Dózsa	2:15.5

80 m gátfutás:

1. Kovács Annamária	Bp.Honvéd	11.4
2. Jónás Ildikó	MPSC	11.6
3. Pető Mária	Bp.Honvéd	11.7
4. Gulyás Erzsébet	BEAC	12.6

Magasugrás:

1. Bálint Edit	BEAC	157
2. Gelei Eya	SZVSE	157
3. Gulyás Ágota	MAFC	157
4. Zuba Mária	Bcs.Dózsa	152
5. Oó Erzsébet	MAFC	146
6. Andor Emőke	Vasas és	
Bács Judit	Vasas	146

Távolugrás:

1. Hoffmann Helga	NSZK	622
2. Teliseva Tatjana	szovjet	616
3. Kispál Jánosné	U.Dózsa	605
4. Kovács Annamária	Bp.Honvéd	593
5. Petro Orsolya	BEAC	566
6. Oó Erzsébet	MAFC	553

Súlylökés:

1. Tamara Press	szovjet	17.52
2. Bognár Judit	Bp.Honvéd	16.13
3. Garisch Renata	NDK	15.77
4. dr.Kleiber Ferencné	U.Dózsa	14.51
5. dr.Mikuss Judit	U.Dózsa	14.05
6. Doóry Andrea	Bp.Honvéd	13.91

Diszkoszvetés:

1. Tamara Press	szovjet	58.82
2. dr.Kleiber Ferencné	U.Dózsa	53.59
3. Stagner Judit	U.Dózsa	53.39
4. Bognár Judit	Bp.Honvéd	52.71
5. Mertova	cseh	50.81
6. Kótai Margit	TFSE	46.39

Gerelyhajítás:

1. Rudas Ferencné	Vasas	55.46
	országos csucs!	
2. Hrbkova	cseh	50.69
3. Radnai Ágnes	TFSE	48.29
4. Dusnoki Zsuzsa	TFSE	48.22
5. Lukács Jánosné	PVSK	46.85
6. Miltényi Márta	MAFC	41.97

A BUDAPESTI EGYESÜLETI BAJNOKSÁG ÁLLÁSA
az 1964. június 20-21-i forduló után

I. osztály

Férfiak:

1. Bp. Honvéd	21.824 p.
2. U. Dózsa	16.341 p.
3. BEAC	12.699 p.
4. Bp. Vasas	12.187 p.
5. MAFC	10.360 p.
6. MTK	8.696 p.
7. TFSE	8.120 p.
8. Bp. Spartacus	6.654 p.
9. Vasas Izzó	6.399 p.
10. Csepel	6.375 p.
11. V.M.Közért	4.409 p.
12. Előre	2.857 p.

NỔk

1. Bp.Honvéd	11.488 p.
2. U.Dózsa	8.774 p.
3. BEAC	8.173 p.
4. Bp. Vasas	7.062 p.
5. TFSE	6.769 p.
6. Csepel	4.656 p.
7. MAFC	4.191 p.
8. MTK	4.119 p.
9. FTC	3.567 p.
10. Bp.Petőfi	3.322 p.
11. Vasas Izzó	3.266 p.
12. Ganz Mátyás	390 p.

II. osztály

Férfiak:

1. FTC	5.229 p.
2. Bp.V.Meteor	2.399 p.
3. Bp.Epit3k	3.253 p.
4. Ganz Mávag	3.226 p.
5. Bp.Pe.3fi	2.565 p.
6. Törekvés	2.538 p.
7. BVSC	1.967 p.
8. Tipográfia	1.288 p.
9. Bp.Spartacus	1.267 p.
10. Bp. Postás	1.258 p.

II. osztály

Nổk:

1. Bp.V.Meteor	6.303 p.
2. Bp. HSC	2.510 p.
3. Előre	2.398 p.
4. Törekvés	1.702 p.
5. Bp. Spartacus	1.415 p.
6. Budai Spartacus	1.072 p.
7. Bp.Épitők	959 p.
8. BVSC	958 p.
9. Bp.Postás	672 p.
10. Egyetértés	669 p.

Férfiak:

1. Kisp. HSC	1.232 p.
2. Testvériség	1.231 p.
3. Br. Medosz	1.071 p.
4. ETI	927 p.
5. BRESC	667 p.
6. Egyetértés	571 p.
7. Bp.HSC	551 p.
8. Vasas Ikarusz	370 p.
9. Siketek SC	295 p.
10. XV.ker. Vasas	294 p.
11. MPSC	263 p.
12. Goldberger	196 p.

III.osztály

NỔk:

1. BRESC	2.514 p.
2. XV.ker. Vabas	883 p.
3. Tipográfia	727 p.
4. Testvériség	397 p.
5. Vabas Ikarusz	300 p.
6. V.M.Közért	212 p.
7. Goldberger	140 p.
8. MPSC	126 p.
9. Bp.Medosz	72 p.
10. Siketek SC	65 p.

Középiskolák. Ipari tanuló intézetek és sportiskolák változatlanok.

A JÚNIUS 21-22-IKI EGYESÜLETI BAJNOKSÁGOKRÓL

A lelátorok néztem végig a versenyt.

Az érdekelt, hogy mennyiben javult a rendezés a két héttel ezelőtt megtartott hasonló verseny óta. A múltkor a délelőtti selejtezők után csak a legjobb 12 fő indulhatott, most viszont nem volt selejtező, csak kalapácsvetésben. Ezért egyes számokban nagy volt az indulók száma. Természetes, a rendezés is nehezebb volt.

Több és jobb külföldi versenyző indult, mint legutóbb. Maga ez a tény is nehéz feladat elé állította a rendezőseget. Nagy általánosságban úgy látszott, hogy sikerrel oldják meg a fontos verseny lebonyolítását. Sajnos, voltak hibák bőven, melyeket ki kell javítani. Így Európa-bajnokságot nem lehet rendezni.

Legsürgősebb kérdés a versenybíró gárda megfelelő kialakítása.

Igen sürget az idő, be kell kapcsolni a jól képzett fiatalokat és sok esetben le kell váltani azokat, akik nem képesek vállalt feladataikat teljesíteni. Miért ragaszkodik a rendezőség a budapestiekhez, amikor vidéken is találni jó és képzett versenyzőket! Legtöbbjük a lelátóról nézi az ilyen versenyeket - ahelyett, hogy a pályán segítene. Képzolják be őket is, ez megbecsülésüket is jelentené. Kár volt abbahagyni a múlt helyes kezdeményezését.

X X X

Emlitettem, sok volt az induló. Ez tény, melyet az elkészült jegyzőkönyv adataiból az alábbiakban állítottam össze:

F é r f i a k:

100 m	39	3000 m akadály
200 m	43	magasugrás
400 m	24	távolugrás
800 m	35	hármassugrás
1500 m	29	rudugrás
3000 m	15	súlylökés
10000 m	24	diszkoszvetés
20 km gyaloglás	40	gerelyhajítás
110 m gát	20	kalapácsvetés
400 m zát	18	

N Ǿ k:

100 m	24
200 m	21
400 m	21
800 m	16
80 m gát	11
magasugrás	25
távolugrás	20
súlylökés	24
diszkoszvetés	16
gerelyhajítás	20

Indult tehát 475 férfi és
198 nő összesen 673 versenyző. Ez versenyszámonként átlagban 23-24
főt jelentett.

Panaszkodtak miatta egyes versenyzők, sőt a Népsport június 23-iki száma is kifogásolta ezt. Erdemes e kérdést megvizsgálni.

Az Egyesületi Bajnokság kiírása értelmében az I. osztályu EB versenyen részt vehetnek a II. osztályuak is. Egy-egy versenyző naponta két-két számban indulhat. Ha eredménye a II. osztályu szint felett van, megfelelő pontszámot kap érte. Ezen pontok összege adja a sportkör helyezését.

Ezek alapján biztosítani kell a jogosult versenyzők indulási lehetőségeit. Ez pedig megnöveli az egyes versenyszámokban indulók létszámát. Kérdés: legyen-e délelőtti selejtező - mint az első fordulóban -, vagy úgy rendezzük meg a versenyt, mint a mostani volt?

A délelőtti selejtezők mellett szól a verseny könnyebb megrendezhetősége. Kisebb a létszám, jobban össze lehet állítani a programot és gyorsabban peregnek a számok.

Mellette szól, hogy a versenyzőknek egy-egy kísérlet között nem kell hosszabb pihenőket tartani, szinte "újra melegíteni". Ugyancsak jó, ha élversenyzőink megszokják a délelőtti selejtezőket, melyek az Európa-bajnokságokon, Universiadekon és Olimpiai Játékokon vannak.

Nem lehet ellen-indok, hogy a délelőtti selejtező káros a délutáni eredményességre. Ugy érzem, hogy minőségi versenyzőink - ide sorolhatjuk az összes I. és II. osztályut - edzés-lelépítése alapján egy-egy edzésen sokkal több dobást, vagy ugrást végeznek, mint amennyit egy-egy ilyen verseny selejtezője és döntője alkalmával. Az első forduló is azt bizonyította, hogy nem volt káros a délelőtti selejtező, majdnem minden versenyző jobb eredményt ért el délután.

Helyes a selejtező megtartása azért is, mert így a délutáni nagy versenyből kiesnek a gyengébb eredményűek, nem rontják a verseny színvonalát. Kisebb furcsa volt, hogy pl. női súlylökésben 8 méteres dobásokat, távolugrásban pedig 4 méteres ugrásokat láthattunk. Erre fizető közönségünk nem kíváncsi. A gyorsan pergő, jó eredményeket nyújtó verseny az érdekes és vonzó. Jobban is ösztönzi a versenyzőket és nagyobb eredmények elérését nozhatja.

Kíváncsún tartom a selejtezőket azért is, hogy a "kiegészítő számokban" indulók a kiesés elkerülése miatt jövőben jobban fognak arra készülni, vagy egyáltalán nem fognak elindulni, s így a gyenge eredmények fokozatosan elmaradnak.

De van az éremnek egy másik oldala is, melyet nem hagyhatunk figyelmen kívül.

Mikor találkozunk a másodvonalbeliek a legjobbakkal, ha nem a hazai elsőosztályu versenyeken? Hogyan tanítsuk meg őket küzdeni, ha nem ezeken, hol szerezzenek megfelelő versenyrutint, ha nem itt? Igazságtalan lenne csak a futóknak engedélyezni a Népstadion jó belső pályáin való versenyzést, ugyanakkor az ügyességiéknél csak a legjobbak versenyezhetnek nézőközönség előtt, jó körülmények között. A 10 000 méteres síkfutás utolsó futóinak táv közben való "cannogása" egyenértékű volt az előbb említett példákkal. Ezen egy tényező - véleményem szerint - magában olyan nagy és fontos, hogy minden ellenérvet megdönt.

Kérdéses a

"Fok induló - sok várakozás"

esete is. Az olimpiákon csak 12 versenyző lesz a főversenyben. Lehetőség nyílik-e arra, hogy gyengébb teljesítménnyel is be lehet küldeni közülük? 30-40 induló esetében nem kell majd versenyzőinknek már a selejtezőben is komoly teljesítményt nyújtaniuk? Mikor szoknak ehhez, ha nem a hazai versenyeken? Itthon jelenleg legjobbaink közepes teljesítménnyel, egyetlen ugrással, vagy dobással bekerülhetnek a délutáni döntőben. Legtöbbször még a szokásos melegítést is elhagyják. Mindezt azonban nem lehet megtenni: az olimpiai selejtezőknél, ott akkor is kell majd küzdeni, hiszen a világ legjobbjai lesznek jelen és maga a továbbjutás is már jó eredménynek számít.

A két forduló után felvetődik a kérdés:

h o g y a n t o v á b b ?

Erről alapos tárgyalás után kell dönten. Figyelembe kell venni azonban atlétikánk helyzetét, a fejlődés lehetőségeit, a versenyalkalom biztosítását és az eredményességet is.

c x c

A versenynek volt egy pár szépséghibája.

Ezek nagy részét a nézők is észrevették és többször kifogásolták. Feltétlenül oda kell hatni, hogy jövőben mindezeket elkerüljük és az Európa-bajnokságot a legtökéletesebben rendezzük meg.

Ilyenek:

1. Az első napon a verseny előtti zápor eláztatta a pályát. Később sem lehetett teljesen rendbehozni, mert a salakpályának nem építettek vízfolyót. Ez évek óta visszatérő kérdés - megoldás nélkül. Azt hiszem, ez az egyik legfontosabb feladat. Nagyon sokat rontott a verseny színvonalán és nem tette reálisá azt. Nagy hiba, hogy a pályaeépítés-

kor erre nem gondoltak és eddig sem történt kellő intézkedés az áldatlan állapot megszüntetésére.

2. Sok hiba volt a hírközléssel. A televízió és a szaksajtó is kihangsúlyozta ezt. Nem egyszer megtörtént, hogy mást hirdettek, mint a tényleges eredmény, mást mutatott a villanytábla és mást mondott a hangosan beszélő. Ebből kifolyólag a versenyzők maguk sem ismerték eredményeiket és csak a jegyzőkönyv tisztázta azt véglegesen.

Először is olyan jegyzőket kell a brigádokba beosztani, akik világosan és érthetően írják és közlik az eredményeket. Ugyanigy csak kellő gyakorlattal rendelkezőket szabad a villanytáblához küldeni. Minden verseny előtt alaposan meg kell vizsgálni a technikai berendezést, hogy azok hiba nélkül működjenek. Nem szabad megtörténnie annak, hogy a táblán 530 jelenik meg, ugyanakkor a hangosan beszélő 550-et mond. Ebből eredtek azok a nem kívánatos megjegyzések, melyeket a nézők a versenybírószám felé küldtek.

3. Mint nézőnek, az volt az észrevételem, hogy csak a jobb eredményt elérők nevét és eredményét kell közölni. Jó, ha már előre figyelmeztetjük a nézőket erre. A túl sok beszéd csak zavarólag hat, meglehezíti a rendezést és az eredményközlést is. Az egyes versenyhelyeken lévő jelzőtáblák mindig mutatják az eredményt, tehát felesleges mindent bemondani.

4. Az ilyen versenyeken be kell vezetni a rajtszám-rendszert. Külföldön mindenütt élnek vele. Ott az eredménytáblákon külön jelzik a versenyben következő versenyző rajtszámát, majd külön az elért eredményt. Természetesen ilyen esetben a nyomtatott program is szükséges és kifizetődő.

5. Nem volt jó a versenyműsor elosztása. Kezdetben igen tömött volt a pálya/pl.: a női magas és a férfi gerely egymást zavarta/, a verseny végefelé pedig már üres. Úgyesebb elosztással ez elkerülhető lett volna.

6. Ismét nem volt jó a női magasugrás magasságemelése. Míg férfiaknál a II. osztályu szinttől 5 cm-ként emelték, nőknél 6 cm volt a különbség. Ez sok - különösen viszonyaink között. E véleményemmel egyetértett több női magasugrókkal foglalkozó edző is.

7. A verseny súlyos szépséghibája volt a férfi diszkoszvetés. Nem szabad megtörténnie annak, hogy teljesített eredményt nem értékelünk. De ha már így történt, az érdekelte versenyzőknek a helyszínen külön verseny formájában módot kellett volna adni, hogy a kiírás értelmében a pontokat megszerezhessék.

8. Nálunk még nem szokás, de külföldön legtöbb helyen a betonkör mellett lábtörőt találunk ezért, hogy a körbe lépő versenyző cipője talpáról a salakot letörölhesse.

9. Biztosítsuk az egyforma feltételeket. Nem tudom, miért engedélyezték a déli előtti kalapácvetés selejtezőjében, hogy a délutáni döntőbe került versenyzőkön kívül még ketten a selejtező 3 dobásán kívül még hárman dobhassanak. Ennek alapján a délutáni döntők létszámát annyi magyar versenyzővel kellett volna kiegészíteni, ahány külföldi indult abban.

A pontverseny realitása miatt - függetlenül a résztvevő külföldiek számától - hatos magyar döntőt tartottam volna.

10. Helyes az az intézkedés, hogy a sportköri edzők a pályán belül nem tartózkodhatnak. De ez jövőben vonatkozzék mindenkire. Mert volt, aki egyes versenyszámoknál besétált!

11. Nagyon visszatetsző volt a férfi távolugrásnál Margitics vitája a versenybíróval. Ilyen jelenetre nincs szükség még akkor sem, ha abban az illető versenyszám legjobb versenyzője a főszereplő.

12. Több esetben hangzott el a nézőtérén - szerintem is jogos - kifogás az időköz megállapításánál. Vitás esetekben igénybe kellene venni a célfotó vitathatatlan bizonyítékát a helyezettek közötti időkülönbség eldöntésére.

x x x

Mindezek azt mutatják, hogy vannak még javítanivalók. Helyes lenne, ha a versenyek ellenőrei írásban rögzítenék észrevételeiket, ezek kiértékelésre kerülnének és a szerzett tapasztalatok alapján igyekeznének a hibákat elkerülni.

Erre régi hírnevünk is kötelezi!

Farkas Pál



A TÁJÉKOZTATÁSRÓL

Napjainkban sokat gondolnak arra, hogy lesz-e rádió- vagy televízió közvetítés Tokióból, vagy mikor tudjuk meg az eseményeket, a győztesek és helyezettek neveit, azok eredményeit.

Ahogy fejlődik a technika, úgy fejlődik a tájékoztatás is. Az első olimpiáról részleteket csak a résztvevők hazaérkezésekor tudták meg. Ma már szobánkban ülve szeretnénk végignézni a tokiói hatalmas sportviadalt.

Igy van ez a hazai atlétikai versenyekkel is. Az elsőket még a sajtó sem ismertet, aki pedig a pályán volt, talán többszöri kérdezgetés után tudhatott meg valami eredményt. Ma már elvárjuk, hogy azonnal tájékoztassanak bennünket, mert tudni akarjuk, hogy ki lépett be a diszkoszvető körbe, kik készülődnek a 3000 méteres akadályfutásra, mi az eredménye a most lezajlott 100 m síkfutásnak.

Népstadionunkban ezeket az igényeket maradék nélkül ki tudjuk elégíteni.

A gyors tájékoztatás minden technikai berendezését megtalálhatjuk: a pályán körben számos jó hangszóró van, van mikrofontorony, hangerősítő szoba. A helyi telefonközpont révén összeköttetés biztosítható a rajthellyel, a céllal, az összes ügyességi versenyhelyekkel, a jelentkeztetőkkel, az elektromos híradójsággal, a hangkeverő szobával, a versenyirodával, a vendégek öltözőjével, az edzőpályával stb.

A gyors és jó tájékoztatást szolgálják az ügyességi versenyhelyek elektromos jelzőtáblái, a távolságjelző szalagok, a jelzőtáblák, a szélirány- és sebességmérő műszerek, a célfotó stb.

A külföldi szakemberek is elismeréssel emlékeztek meg a Népstadionban rendezett versenyekről. A jó tájékoztatás révén az atlétikához nem értők is élvezettel nézik végig az ott rendezett versenyeket.

A közelgő Európa-bajnokság még további műszaki fejlesztést tesz szükségessé.

Az egyesületek pályáin rendezett versenyek tájékoztatásával azonban nem dicsekedhetünk. Technikai felszerelésük legfeljebb egy közepes minőségű erősítő berendezésből és egyéb apróbb segédesszközökből áll. Régebben az Előre, később a BEAC, a Vasas Pasareti uti, a Csepeli Vasas pályáin láthattunk jól rendezett, jó tájékoztatású versenyt, bár felszerelésük messze elmaradt a Népstadionétól. Tehát ilyen helyen is lehet jó versenyt rendezni. Nagyon sok függ a tájékoztatástól. De ehhez komoly előkészítő és szervező munka szükséges.

Legelső feladat a megfelelő hangerejű erősítő berendezés és jó hangszórók beszerzése és felszerelése. Feltétlenül szükséges, hogy legalább öt tábori távbeszélő készüléket helyezzünk még üzembe, mely biztosítja az egyes versenyhelyek összeköttetését. Ha ez nem oldható meg, szervezzünk be futárszolgálatra fiatal atlétákat, akik megteremtik a szükséges összeköttetést a tájékoztató és az egyes versenyszámok vezető versenybíráival. Ilyeneket kell beállítani:

1. A jelentkeztetőkhez, akiktől az indulók neveit, sportkörüket és futambeosztásokat szerezhetik meg;
2. az indítóhoz, akitől a pályabeosztást szerzik;
3. a céljegyzőhöz; innen kapják a futamok eredményeit, a döntőbe kerültek jegyzékét;
4. minden ügyességi szám vezető versenybírájához, akiktől az egyes sorozatok végén megtudják a legjobb eredményeket, illetve a döntőbe jutottak névsorát.

A tájékoztatást vezető oktassa ki a küldöncöket a tennivalókra.

Maga a tájékoztató gyakorlott legyen. Jó, ha van mellette egy-két fő még, aki segíti munkáját és előkészíti a tájékoztatás anyagát.

A közönség érdeklődését igen jól felkeltheti, ha a tájékoztató bírő nem csak a hivatalos anyagot közli, hanem kisebb magyarázatokkal kíséri a versenyt. Fel kell hívni a figyelmet például a várható jó küzdelmekre, ismertetni kell a verseny állását. Jól bevált, hogy a versenyszám kezdete előtt ismertetik a jobb versenyzők eddigi legjobb eredményeit.

A jó tájékoztató bírő két feladatot tölt be: közli a verseny állását és lefolyását, ugyanakkor - főleg kisebb versenyeken - irányító szerepet is gyakorol. E feladat elvégzése sokoldalúságot követel.

a/ Legelőször is legyen "mikrofon-hangja". A nyugodt és érthető beszédű bemondó pótolhatja az eredménytáblákat, közvetlen kapcsolatot teremthet a nézőkkel és igen megkönnyíti az egyes számok megfigyelését. Hadaró, elmosódó bemondás sok bosszúságot okozott már a lelátókon.

b/ Tökéletesen kell ismernie a versenyszabályokat. Nem minden néző szakember, sokan nem értik a belépés, kilépés, kiugrás szabályait. Jó és helyes, ha a versenybíró a szünetekben röviden ismerteti ezeket.

c/ A tájékoztató a verseny kezdetétől a befejezéséig csak magával a versennyel törődjék. Ha erőt vesz rajta a clubszeretet, nem tud tárgyilagos lenni, többet árthat, mint használni.

d/ Nyitott mikrofon előtt magánbeszélgetést folytatni nem szabad. Sokszor lehetünk már fultanvi versenyhez nem tartozó beszélgetés hangos közvetítésének.

e/ Reszede legyen magyaros, rövid és világos. Csak arnyit beszéljen, amennyi feltétlenül szükséges.

f/ Még a verseny előtt készüljön fel kellően. Szerezze be a szükséges tudnivalókat/csucskok, legjobb eredmények, jegyzőkönyvek, külföldiek nevének helyes kiejtése stb./, hogy verseny közben fennakadás ne legyen.

g/ Állandóan tartania kell a kapcsolatot a versenybíróssággal. Minden fontosabb eredményt, hirt azonnal közöljön és tartson lépést a verseny lefolyásával. Csak így tudja az érdeklődést fenntartani, mellyel sok nézőt szerezhet sportágának.

Mint látható, nincs könnyű feladata. Ezért nehéz megfelelő tájékoztató bírót találni. Pedig rájuk nagy szükség van.

Ezuton is kérjük a sportköröket, kutassanak fel saját területükön megfelelő, alkalmas tájékoztatót. Kezdetben kisebb feladatokkal bízzák meg, majd fokozatosan kapcsolják be a teljes munkába. Biztosra vehető, hogy a kiöregedett versenyzők és versenybírák között lesznek olyanok, akik megfelelő gyakorlat után jól fogják ellátni a nehéz, fontos feladatot.

Versenyszervezési Bizottság

A legjobb 10 eredménye 1964 június 22-én

Férfiak:

100 m

Mihályfi László	BEAC	10.4
Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	10.5
Rozsnyai Huba	MAFC	10.5
Gyulai István	Bp.Honvéd	10.6
Rábai Gyula	U.Dózsa	10.6
Babos Imre	Tb.Bány.	10.6
1. Podor Zoltán	FTC	10.7
Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	10.8
1. Hajdu Lajos	Előre	10.8
Rózsa István	MTK	10.8
Kerekes András	BEAC	10.8

1500 m

- Parsch Péter	Vasas	3:45.3
- Kiss György	Gy.Dózsa	3:46.0
Simon Dénes	Bp.Spartac.	3:47.4
Mecser Lajos	Salg.Bány.	3:47.5
Aradi János	DEAC	3:47.5
Pintér János	Bp.Spartac.	3:47.7
Mácsár József	V.Meteor	3:49.1
Simon Attila	FTC	3:49.3
Kiss István	Bp.Honvéd	3:49.3
Jóni István	Bp.Honvéd	3:49.5
Pamuki József	U.Dózsa	3:49.5

200 m

Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	21.1
Istóczky József	U.Dózsa	21.2
Mihályfi László	BEAC	21.3
Rábai Gyula	U.Dózsa	21.5
Gyulai István	Bp.Honvéd	21.5
Babos Imre	Tb.Bány.	21.8
1. Bátor István	Csepel	21.9
Csányi Zoltán	U.Dózsa	22.0
Mező Gyula	U.Dózsa	22.0
Kerekes András	BEAC	22.1

3000 m

Mecser Lajos	SBTC	8:03.8
Kiss György	Gy.Dózsa	8:04.0
Kiss István	Bp.Honvéd	8:07.4
Pintér János	Bp.Spartac.	8:10.2
Parsch Péter	Vasas	8:13.0
Simon Dénes	Bp.Spartac.	8:14.4
Szekeres Béla	Vasas	8:15.4
Mácsár József	V.Meteor	8:21.2
Molnár Sándor	MTK	8:28.0
Aradi János	DEAC	8:29.2

400 m

Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	47.9
Gyulai István	Bp.Honvéd	48.0
Hegy Viktor	Csepel	49.0
Tóth Gyula	SZVSE	49.2
1. Bátor István	Csepel	49.4
Munkácsi István	V.Izzó	49.5
Vojtha László	DASE	49.7
Nagy Imre	U.Dózsa	49.7
Tálas István	U.Dózsa	49.8
Kiss Géza	V.Izzó	49.8

5000 m

Simon Dénes	Bp.Spartac.	14:04.0
Kiss István	Bp.Honvéd	14:07.6
Sütő József	Vasas	14:12.2
Simon Attila	FTC	14:18.6
Molnár Sándor	MTK	14:36.2
Fejér László	NYVSC	14:51.0
Kiss József	NYVSC	14:56.8
Kun István	Bp.Spartac.	14:57.0
Török Gyula	Ózdi Koh.	14:57.8
Tamási Attila	Csepel	15:00.2

800 m

Aradi János	DEAC	1:50.9
Kiss György	Gy.Dózsa	1:51.3
Honti Róbert	P.Tanárk.	1:51.4
Parsch Péter	Vasas	1:52.1
Nagy Imre	U.Dózsa	1:52.2
Kiss Géza	V.Izzó	1:52.6
Pamuki József	U.Dózsa	1:52.9
Garbacz Ferenc	U.Dózsa	1:53.0
Mácsár József	V.Meteor	1:53.2
Hegy Viktor	Csepel	1:53.9

10 000 m

Mecser Lajos	SBTC	29:31.8
Sütő József	Vasas	29:34.6
Pintér János	Bp.Spart.	29:42.8
Simon Dénes	Bp.Spart.	29:50.8
Ruszár János	Bcs.MAV	30:14.8
Tormási Attila	Csepel	30:24.8
Kiss József	NYVSC	30:45.4
Fehér László	NYVSC	30:55.6
Tóth Gyula	Ózdi Koh.	30:55.6
Schneider Mihály	Bp.Spart.	31:19.4

Marathoni futás

Kun István
Szalai Béla
Nagy Pál
Huszár János
Krasznai István
Szabó Imre
Simon István

Pp.Spart. 2:21:19.6
MTK 2:31:13.6
Canz-Mávg 2:36:12.4
Bcs.MAV 2:39:53.2
Bcs.MAV 2:53:58.8
Komlói B. 2:55:30.0
Csepel 2:55:51.4

Máté Sándor
Jakabos Péter
Kratochvill S.
Schneider Mihály

U.Dózsa 9:25.4
P.Dózsa 9:26.8
Ozdi Koh. 9:28.4
Bp.Spart. 9:32.0

Magasugrás

Noszály Sándor
Krasovecz Ferenc
Krasznai Tivadar
Medovárszky János
Kovács Nimród
Erki Imre
Szekeres Tibor
i.Tihanyi József
i.Szórád Péter
Bódossi Mihály
Pataki Zoltán

Bp.Honvéd 203
BEAC 201
Bp.Honvéd 201
Bcs.Dózsa 200
TFSE 200
BEAC 198
U.Dózsa 196
S.Széch.g. 194
Csepel 192
PEAC 191
Bp.Honvéd 191

10 km gyaloglás

Balajcza Tibor
Dienes Béla
Góri István
Sorger Sándor
Dalmati János
Valkony Ferenc
Eles Béla
Szivák István
Tesch Ferenc
Ferber Imre

U.Dózsa 44:43.0
Bp.Postás 45:04.6
DEAC 47:21.2
Vasas 47:42.6
Bp.Honvéd 48:52.2
Törekvés 49:28.6
Tb.Bány. 49:42.6
Csepel 49:43.0
Bp.Spart. 49:53.0
Vasas 50:40.8

Távolugrás

Margitics Béla
Kalocsai Henrik
Hámori Tibor
Haszilió Ferenc
i. Dékány Lajos
Hossala Ferenc
Kundja János
Puczkó József
Sylvester Ádám
Biró Attila

U.Dózsa 757
Bp.Honvéd 738
Bp.Honvéd 737
TFSE 733
Bp.Honvéd 726
Csepel 721
TFSE 717
Bp.Honvéd 717
MAFC 711
TFSE 711

20 km gyaloglás

Dienes Béla
Kiss Antal
Balajcza Tibor
Góri István
Dalmati János
Havasi István
Sorger Sándor
Tesch Ferenc
Ferber Imre
Antal András

Bp.Postás 1:35:14.6
Tb.Bány. 1:37:16.2
U.Dózsa 1:37:31.2
DEAC 1:37:35.0
Bp.Honvéd 1:42:15.4
Bp.Postás 1:43:14.0
Vasas 1:47:17.4
Bp.Spartac. 1:47:37.4
Vasas 1:47:42.8
SZVSZ 1:49:04.0

Rudugrás

Miskei János
Tamás László
Hubai Gyula
Törő István
Gagyai András
dr.Csaba András
Kalmár Mihály
Horváth János
Moldvai Ferenc
Csányi Zoltán
Schulek Agoston
Kismartoni Péter

Bp.Honvéd 440
Bp.Spart. 437
Bp.Honvéd 420
MAFC 420
TFSE 420
Vasas 400
Bp.Spart. 400
U.Dózsa 400
Bp.Spart. 390
U.Dózsa 390
TFSE 390
Vasas 390

110 gátfutás

Csányi Zoltán
Fluck Miklós
Szabó Miklós
Oros Ferenc
Vértessy Miklós
Demeter József
Hubai Gyula
Tóth Kálmán
Mélykúti Béla
Berzi Károly

U.Dózsa 14.4
Vasas 15.0
Sz.Dózsa 15.1
TFSE 15.4
BEAC 15.5
BEAC 15.5
Bp.Honvéd 15.6
Bp.Honvéd 15.6
Bp.Honvéd 15.7
DVTK 15.7

Hármasugrás

Ivanov Dragán
Füzessy Endre
Czapalai Gyula
Kalocsai Henrik
Cziffra Zoltán
Kovács László
Puczkó József
Biró Attila
Leveles András
Szabados Lajos

TFSE 15.65
U.Dózsa 14.93
U.Dózsa 14.83
Bp.Honvéd 14.82
Bp.Honvéd 14.68
BEAC 14.67
Bp.Honvéd 14.63
TFSE 14.55
MAFC 14.42
U.Dózsa 14.37

200 gátfutás

Csányi Zoltán
Oros Ferenc
Vértessy Miklós
Demeter József
Fluck Miklós
Kósa György
Benkő János
Halász Géza
Timár György
Ponicsán Gyula

U.Dózsa 24.0
TFSE 24.3
BEAC 24.4
BEAC 25.0
Vasas 25.1
BEAC 25.2
U.Dózsa 25.3
FTC 25.6
U.Dózsa 26.0
TFSE 26.0

Súlylökés

Varju Vilmos
Nagy Zsigmond
i.Fejér Géza
Holub Sándor
Szécsényi József
Sasvári Sándor
Kövesdi Ferenc
i.Faragó János
Katics Kálmán
Simkó László

VM.Közért 19.18
MAFC 18.47
Bp.Honvéd 17.08
DASZ 15.74
Bp.Honvéd 15.46
Bp.Honvéd 15.30
U.Dózsa 15.05
Orosz.gimn. 14.97
U.Dózsa 14.96
VM.Közért 14.81

400 gátfutás

Vértessy Miklós
Benkő János
Oros Ferenc
Babos Géza
Kósa György
i.Timár György
i.Balaton Sándor
Ragényi János
Halász Géza

BEAC 53.3
U.Dózsa 53.7
TFSE 54.1
Gy.Dózsa 54.6
BEAC 55.5
U.Dózsa 55.8
BEAC 55.9
Bp.Honvéd 56.0
FTC 56.1

3000 akadályfutás

Mácsár József
Simon Attila
Fazekas Miklós
Fehér László
Horváth Miklós
Kiss József

V.Meteor 8:40.4
FTC 8:51.2
DVTK 9:02.4
NYVSC 9:04.8
Bp.Honvéd 9:18.8
NYVSC 9:21.6

Diszkoszvetés

Szécsényi József
i.Fejér Géza
Klics Ferenc
Kövesdi Ferenc
Bakai József
Hantos Imre

Bp.Honvéd 57.33
Bp.Honvéd 53.95
Vasas 53.33
U.Dózsa 52.89
Csepel 50.25
U.Dózsa 49.51

i.Tégla Ferenc	SZVSC	48.06
Nagy Zsigmond	MAFC	47.99
Saski Alfonz	Vasas	47.60
Zsivótzky Gyula	U.Dózsa	46.95

Gerelyhajítás

Kulcsár Gergely	Bp.Építő	82.24
Krasznai Sándor	U.Dózsa	71.41
Harmath Attila	BEAC	71.19
i.Németh Miklós	Vasas	70.10
Kaposvári Zoltán	MAFC	66.65
Lukács János	PVSK	66.34
Kellemayer Miklós	PVSK	66.24
Varga Béla	TFSE	66.08
Maxim Mátyás	TFSE	65.05
Szakasits György	Vasas	64.44

Kalapácsvetés

Eckschmiedt Sándor	U.Dózsa	67.90
Mecseki Attila	Vasas	62.38
Varga Sándor	Bp.Spart.	60.35
Kapcsos Lajos	Bp.Honvéd	58.20
Lovács Sándor	Pécsi Dózsa	58.02
Trényi Imre	SZEAC	56.73
Lédl Richárd	Göd.ASE	56.42
Encsi István	Bp.Honvéd	56.21
Mészáros Tibor	Bp.Spart.	55.28
i.Schweickhardt Gyula	TFSE	55.28

100 m

Nemesházi Imréné	V.Izzó	11.6
Heldt Erzsébet	U.Dózsa	11.8
Kispál Jánosné	U.Dózsa	12.0
Such Ida	BVSC	12.0
Bata Teréz	Bp.V.Meteor	12.1
i.Kovács Annamária	Bp.Honvéd	12.2
Orban Irén	U.Dózsa	12.3
Jónás Ildikó	MPSC	12.3
Mihályfi Éva	DVTK	12.3
Munkácsi Antónia	V.Izzó	12.4
i.Buskó Irén	DVTK	12.4
i.Krassai Judit	Széksz.Dózsa	12.4
i.Kovács Ilona	Ózdi Koh.	12.4

200 m

Heldt Erzsébet	U.Dózsa	24.2
Nemesházi Imréné	V.Izzó	24.3
Such Ida	BVSC	24.5
Munkácsi Antónia	V.Izzó	24.8
Gerhardt Zsuzsa	BEAC	25.3
Jónás Ildikó	MPSC	25.6
i.Krassai Judit	Széksz.Dózsa	25.8
i.Buskó Irén	DVTK	26.0
Orban Irén	U.Dózsa	26.1
Császi Katalin	Sz.MÁV	26.1

400 m

Munkácsi Antónia	V.Izzó	55.5
Nagy Zsuzsa	BEAC	56.6
Kazi Olga	MAFC	57.2
Gerhardt Zsuzsa	BEAC	58.2
Nagy Katalin	Bp.Spart.	58.5
i.Szenteleki Sára	Szom.Haladás	58.7
i.Pethő Mária	Bp.Honvéd	58.8
Sasvári Gizella	Szom.Haladás	59.1
Tóth Mária	Bp.HSC	60.2
i.Prohászka Magdolna	Komlói Bány.	60.6

800 m

Nagy Zsuzsa	BEAC	2:07.2
Kazi Olga	MAFC	2:08.9
Nagy Katalin	Bp.Spart.	2:11.8
Zsilák Ilona	Bcs.Dózsa	2:12.1
Sasvári Gizella	Szom.haladás	2:12.0
Malina Mária	FTC	2:16.8
Tóth Mária	Bp.HSC	2:17.9

i.Szenteleki Sára	Szom.Haladás	2:19.9
Korompai Éva	Vasas	2:20.5
i.Pethő Mária	Bp.Honvéd	2:21.6
Gyenes Katalin	Bcs.Dózsa	2:21.6
Kazi Valéria	BVSC	2:21.6

80 gát

i.Kovács Annamária	Bp.Honvéd	11.4
Jónás Ildikó	MPSC	11.5
Benkovics Györgyi	Bp.Honvéd	11.7
i.Pethő Mária	Bp.Honvéd	11.7
Mihályfi Éva	DVTK	11.8
Baricza Ágnes	BEAC	11.9
Császi Gizella	Szoln.MÁV	12.0
i.Szárász Irén	Martfű	12.2
i.Varga Judit	MTK	12.3
i.Fasznos Julia	Szoln.MÁV	12.3

Magasugrás

i.Gulyás Ágota	MAFC	163
Gelei Éva	SZVSE	160
i.Sáti Erzsébet	Sz.Si.	158
Bálint Edit	BEAC	158
i.Zuba Mária	Bcs.Dózsa	158
Steitz Anna	TFSE	157
Szilas Éva	TFSE	157
Mihályfi Éva	DVTK	157
i.Várkonyi Ágnes	SZEAC	155
i.Andor Emőke	Vasas	155

Távolugrás

i.Kovács Annamária	Bp.Honvéd	606
Kispál Jánosné	U.Dózsa	605
Mihályfi Éva	DVTK	587
Császi Katalin	Sz.MÁV	574
i.Gulyás Ágota	MAFC	571
Petró Orsolya	BEAC	569
Oó Erzsébet	MAFC	562
i.Szunyoghi Éva	Szoln.MÁV	546
i.Endrődi Ilona	DEAC	542
i.Hornnyák Anikó	ASI	541

Súlylökés:

Bognár Judit	Bp.Honvéd	16.16
Dr.Mikuss Judit	U.Dózsa	15.19
Dr.Kleiber Ferencné	U.Dózsa	15.05
Stugner Judit	U.Dózsa	14.19
Dóry Andrea	Bp.Honvéd	13.91
i.Giber Vera	Bp.Honvéd	13.17
Rácz Mária	MAFC	13.15
i.Németh Angela	V.Meteor	13.06
Parázso Julia	Bp.Honvéd	12.87
Oó Erzsébet	MAFC	12.82

Diszkoszvetés

dr.Kleiber Ferencné	U.Dózsa	55.22
Stugner Judit	U.Dózsa	54.09
Bognár Judit	Bp.Honvéd	52.71
Döme Margit	V.Meteor	48.59
Kótai Teréz	TFSE	46.65
i.Harasi Vanda	V.Meteor	44.28
Rácz Mária	MAFC	43.52
Jaksics Rózsa	Bp.Honvéd	42.60
i.Németh Angéla	V.Meteor	41.19
dr.Mikuss Judit	U.Dózsa	40.26

Gerelyvetés

Rudas Ferencné	Vasas	55.46
Dusnoki Zsuzsa	TFSE	48.76
Radnai Ágnes	TFSE	48.29
Lukács Jánosné	PVSK	46.81
Oó Erzsébet	MAFC	45.64
i.Bakai Józsefné	Csepel	43.65
i.Bori Judit	Bp.Honvéd	43.36
Miltényi Márta	MAFC	42.71
dr.Tóth Klára	PEAC	42.28
Földi Gyuláné	MTK	42.17

KÖZÉP- ÉS HOSSZÚTÁVFUTÓINK

A HONVÉD NEMZETKÖZI VERSENYÉN

Irtai: Szabó Miklós dr.

Az év elején a közép- és hosszútávfutókkal abban állapodtunk meg, hogy fátylat borítanak a multra: az elmúlt évek bátortalan versenyzéséből kiinduló egyhelyben topogásra, mely alól tavaly csak egy-két távfutó jelentett kivételt. Tiszta lappal indul mindenki, bátor versenyzéssel próbálja biztosítani helyét az élvonalban, a válogatott csapatban.

Mindezeket ismerve, elég vegyes benyomásokkal távozhattunk a Népstadionból.

Középtávfutóink 1500-on nemcsak a jó eredményekkel, de a megváltozott versenyszellemmel is adósak maradtak. Megfelelő nemzetközi tapasztalattal rendelkező futóink is, mint Parsch és Kiss György, nem tudták belátni, hogy hajráképességük - főleg külföldiek ellen - csak megfelelő erős alaptempó után érvényesül. Középtávfutóink elég lassu kezdés után, az idén már másodszor kaptak leckét éppen a hajrában. Sajnos, a mögöttük következők sem árultak el nagyobb kezdeményezőkézséget. Nem csoda, hogy egyhelyben topognak.

800-on viszont, - ha egyelőre nem is klasszis-eredményekkel - de biztató javulással és bátor versenyzéssel mutatkozott be több fiatal is. Az idén végre sérülésmentesen alapozó Aradi Jánosnak - terv szerint - 53.5-ös első körrel kellett kezdeni, hogy 400 utáni Kiss Géza váltsa fel. A szovjet versenyzők azonban 700 méterig nem engedték át a verseny irányítását, de az iram megfelelő volt. A hajrában az igen energikus Aradi - kissé kockázatosan ugyan - a pillanatra szabadon hagyott belső pályát választotta és biztosan győzött. Még feltűnőbb volt a pécsi pedagógiai főiskolás Honti javulása. A tavalyi 1:56.6-ról a júniusi 1:53.3-on keresztül az egészen komoly 1:51.4-eredményt érte el. Kár, hogy a csepeli Hegyi hiányzott a mezőnyből. A második és harmadik futamban is jó versenyeket láthatott közönségünk.

Nagy várakozással tekintettünk a 10000-es bajnokság elé. Sajnos, a nagy eredmények elérését az időjárás eleve lehetetlenné tette. De a verseny lefolyása is némi csalódást okozott. Tulajdonképpen csak Sütő szereplését lehet teljes mértékben kielégítőnek tartani. Mecserről nem derült ki, hogy valójában mit tud, előre nem ment, bár könnyen győzött a hajrában, de elmaradt az olimpiai nevezési szinttől. A többiek sem szerepeltek jól. Normális körülmények között - ha a szovjet Orentes tudását vesszük figyelembe - a befutók feltétlenül 29:10 körül futottak volna.

Igen jó benyomást keltettek a szovjet akadályfutók, különösen az aprótermetű Oszipov. Mindketten még jobban vették az akadályokat, mint Mácsár, akinek itthon legjobb a gátvétele. Mácsárnak, mostani formájában, talán nem kellett volna erőltetni a hosszú hajrát. Elég lett volna, ha a vizesárok után nyitja azt meg az előrehaladott formában lévő szovjet futókkal szemben. Mindenesetre egyenletesen javuló formája megnyugtató.

Változatlanul kezdetleges Simon Attila akadály-technikája. Ha figyelembe vesszük, hogy télen hosszú ideig sérült volt, futásával elégedettek lehetünk.

Jó versenyt láhattunk jó eredményekkel a női 800 méteres síkfutásban, pedig a pálya igen nehéz volt. Ezuttal gyengébben futottak a magyar versenyzők, mint a legutóbbi MTK versenyen. Ez alól csak Nagy Zsuzsa kivétel. Szokott bátorságával erős iramot vezényelt és kitűnő egyéni csucsoi futott. Ha az utolsó 50 méteren elmeredezés miatt nem rövidülnek le lépései, akkor a veszedelmes hajrázó, magas, hosszuleptű Antje Gleichfeld sem tudta volna megelőzni. Ha Kazi Olga is kiheveri átmeneti fáradtságát, akkor ketten világviszonylatban is számottevő párost alkothatnak.

Most csak 400 méteren indult a szombathelyi Szenteleki Sára, az ifjúsági mezey bajnok. Itt is feltűnt lendületes futómozgásával. 58.7-es egyéni csuccsa 800 méterre kedvező előjelenek tudható.

Összegezve: a látott kép nem túl biztató. Kétségtelen, hogy a latyakos pálya, a nehéz talaj, a párás levegő komoly hátrányt jelentett főleg az első napon. Ettől függetlenül az országos bajnokság előtt két héttel többet vártunk futóinktól.

x x x

MÉRKÖZÉSEKRE

elővételeiben

KÉNYELEMESEN MEGVEHETI BELÉPŐJEGYÉT

A SPORT JEGYIRODÁBAN

Budapest, VI. Népköztársaság utja 4.
Telefon: 124-234, 123-974.

Magasugróink első félévi szerepléséről

Junius végéig magasugróink szereplése némi csalódást okozott. Nemcsak, hogy nem születtek kimagasló eredmények, de az átlagok sem biztatóak. Ez a férfi, de főként a női magasugrókra vonatkozik. Kiemelkedő tudásu ugró egyik nemnél sem volt, amit az első négy, sőt első öt hétről-hétre való azonos eredménye bizonyít. Noszály Sándor, a legjobb férfi ugró az utolsó két versenyen nem tudott indulni. Eredménye bizonyára javított volna az átlagokon.

Igen örvendetes, hogy a fiatalok nagy fejlődésről tettek tanúbizonyságot, Kovács Nimród, Szórád, Tihanyi, a nők közül Gulyás, Bálint és Zuba/, magasugróink szereplése ennek ellenére várakozáson alul maradt.

Ennek okát vizsgálva, két tényezőt említhetünk meg:

1. Az ugrók téli felkészülése általában nem volt megfelelő. A tatabányai kerettagok részére tartották fenn, így ugróink - egy-két kivételtől eltekintve - a megszokott tatabányai alapozó munkában nem részesültek. Az egyesületi felkészülés pedig heti 2-3 edzés - nem tesz alkalmassá komoly eredmények elérésére. Nagyon sok technikai feladatot lehetne már télen, teremben megoldani, de a tornatermekben nincs megfelelő leérkező hely. A korszerű technika ma már megkívánja a lécszeletről való forgatást, amely után az ugró rendszerint háttal érkezik a talajra. Ennek a mozgásnak begyakorlásához pedig puha, biztonságos leérkezőhely szükséges. A kemény szőnyeg miatt félünk az ugrók a bátor forgatástól, mely meglátszik mozgásukon.

2. Ebből adódik a második, a technikai fogyatékoság. Elsősorban a lécszeletről való ugrást nem hajtják végre megfelelően. A hasmánt technikával ugrók túlnyomórésztben nem tudnak forgatni, s ez jelentősen járul hozzá az eredmények stagnálásához. Nagy magasságokon már képtelen az ugró elugró lábát forgatás nélkül átvinni a lécszeletre. Ennek begyakorlásához pedig sok munka és türelem szükséges. Ugróink között pedig sok tehetséges akad, akiknek megvan a képességük jóval nagyobb eredmény elérésére. De talán a szorgalommal is baj lehet. Annyi bizonyos, hogy az egyetemista ugrók az évvégi vizsgák miatt már május végéig tanulmányaik miatt keveset edzhetnek.

Nem tartom helyesnek az Egyesületi Bajnokságokon szokásos magasság-emeléseket. Különösen nőknél, ahol a legnagyobb eredményeik határán 4 cm volt az emelés. Ez is hozzájárult ahhoz, hogy női ugróink 157 cm-nél megálltak. Az emelésnek 3, sőt inkább 2 cm-re való csökkentése szakszerűbb lenne.

Remélhető azonban, ha magasugróink a versenyzőidőszakban is szorgalmasan végzik edzéseiket, hamarosan ismét 2 m és 160 cm-en felüli eredmények lesznek a versenyeken.

Nagy Sándor

1964. ÉVI ÁTIGAZOLÁSOK

N é v:

H o n n a n:

H o v á:

Balogh László	Debreceni Sportiskola	DEAC	1100/1960.
Gör Mária	Debreceni Sportiskola	DEAC	2025/1961.
Kerekes Judith	Debreceni Sportiskola	DEAC	2573/1963.
Oláh Róza	Debreceni Sportiskola	DEAC	2029/1961.
Anyos Anna	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1462/1963.
Deli Adrienne	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1467/1963.
Deutsch Mária	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1466/1963.
Gyertyán Mária	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	3336/1963.
Lojter Margit	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1416/1963.
Nedermann Katalin	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1461/1963.
Poszavetz Gizella	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1460/1963.
Szabacs Anna	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1409/1963.
Szántó Julia	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1413/1963.
Tomkó Klára	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1468/1963.
Varga Zsuzsa	Komárom m. Sportiskola	Tatabányai Bányász	1459/1963.
Prohászka István	Ujpesti Dózsa	Komlói Bányász	B.295Tatl-1953.
Klukovics Lajos	Szegedi Sportiskola	SzEAC	165/1960.
Horváth Csaba	Sárospataki MEDOSZ	DESC	3055/1962.
Roosz András	Dunaújvárosi Kohász	MEAFK	F.3095/1958.
Csákvári Eva	Váci Petőfi SC	BEAC	435/1959.
Rátkai Antal	Csepel SC	NK Dózsa	545/1964.
Illés Huba	Bonyhádi gimnázium	PEAC	662/1962.
Szabó Katalin	DESC	DEAC	3188/1961.
Kárpáti Katalin	Debreceni Sportiskola	DEAC	4128/1962.
Berecky Ferenc	Debreceni Sportiskola	DEAC	2985/1961.
Murányi János	XVIII. ker. Sportiskola	MAFC	4857/1962.
Gabnai Sándor	Békés m. Sportiskola	MAFC	3477/1961.
Megyeri Sándor	ASI	Bp. Építő	1668/1963.
Horváth Mária	ASI	Bp. Építő	1303/1961.

Tóth Zsuzsa
Tóth Erzsébet
Takács Ilona
Szabó Mária
Labanc Katalin
Baracska Ilona
Pamuki József
Nagy Károly
Istócky József
Gám Ferenc
Czirák Tünde
Vaskó Pál
Szigethy Anna
Losorosi Sándor
Szutyányi Zoltán
Márkus Imre
Király László
Somodi Antal

35. sz. ITSK
35. sz. ITSK
35. sz. ITSK
35. sz. ITSK
35. sz. ITSK
35. sz. ITSK
Kaposvári Dózsa
MTK
Vasas Izzó
Ganz Mátyás
Ujpesti Sportiskola
Egri Sportiskola
Egri Sportiskola
Egri Sportiskola
Szegedi Sportiskola
Debreceni Honvéd
600. ITSK
212. ITSK

Bp. Hip. SC 4361/1961.
Bp. Hip. SC 2664/1960.
Bp. Hip. SC 5435/1962.
Bp. Hip. SC 5597/1962.
Bp. Hip. SC 909/1959.
Bp. Hip. SC 4299/1961.
Ujpesti Dózsa S-1247/1957.
Ujpesti Dózsa 508/1960.
Ujpesti Dózsa 709/1960.
Ujpesti Dózsa 1334/1959.
Ujpesti Dózsa 3199/1961.
Egri Dózsa H-V-40/1959.
Egri Dózsa 2123/1962.
Egri Dózsa 1333/1963.
SZVSE 3645/1963.
SZVSE Cs-201
SZVSE 1849/1960.
Egri Dózsa 2857/1961.

A szerkesztőség postája

Az alábbi levelet kaptuk Debrecenből:

"Nem hiúsági okokból, s nem is helyreigazítást kérve írom levelem, hanem csupán azért, hogy a statisztikában lévő egyes hiányosságokra felhívjam a figyelmet.

A Híradó ezévi számaiban először megjelent az I. osztályú atléták névsora, majd az eddigi magyar válogatottak összeállítása. Az Aradiak mindkettőből kimaradtak.

1939. július 1-én voltam magyar válogatott az olasz-magyar viadalon, hol Harsányi Gusztávval együtt futottunk 800 méteren és Lanzi mögött 1:53.0-as idővel második lettem. Ez életem legjobb ideje, mely abban az évben a rangsorsóságot is jelentette. Ezen kívül több ízben is beválogattak Lengyel, osztrák stb./, de egyetemi tanulmányaim miatt nem tudtam ezeken részt venni...

Az I. osztályú versenyzők névsorában nem találom János fiam nevét, aki 1961-ben a szegedi jugoszláv-magyar ifjúsági viadalon 1:52.7-tel országos ifjúsági círcsot futott, egyben elérte az I. osztályú szintet. Ez a minősítése azóta is fennáll.

Sporttársi üdvözléssel:

Aradi János"

Válasz a levélre:

Legelőször is elnézést kér a szerkesztőség a hibáért. Nem akarattal, hanem véletlenül maradt ki mindkét név a rangsorból, illetve a listából. Ezt a hibát ezután pótoljuk.

Meg kell azonban mondanunk, hogy ezen listák összeállítása sok gonddal-bajjal jár. Feltétlenül lesznek még hibák, melyeket csak azok vehetnek észre, akik benne személy szerint érdekeltek.

A régi évkönyvek, jegyzőkönyvek átnézése, de azok megszerzése és az adatok nyilvántartása sok munkát jelent. Bármilyen figyelemmel végezzük is az adatgyűjtést, elírás, elnézés előfordulhat. Ha a minden év végén szokásos legjobb 50 eredmény összeállításánál hónapokig tartó leelezés után alakul csak ki a végleges sorrend, melyet a beérkezett jegyzőkönyvekből irnak ki - mennyivel inkább előfordulhat hasonló 10, 20, sőt 30 év távlatából!...

Éppen ezért kérjük is kedves Olvasóinkat az érdekelteket, segítő véleményükkel tegyék tökéletesebbé munkánkat, jelezzék a hiányosságokat, melyeket készségesen pótolunk.

Közös érdekünk, hogy régi, jó versenyzőink névjegyzéke tökéletes legyen. Így akarjuk átadni azokat a bennünket követő és majd munkánkat továbbfolytató utódainknak.

Farkas Pál

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

Kézirat gyanánt

Főszerkesztő: Farkas Pál

Felölős 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. csekkszámájára
Felölős kiadó: Sport- Lapkiadó és Propaganda Vállalat Igazgatója

Z-640376-Sportsokszorosító

Felölős a vállalat igazgatója

[illegible]

Vegyen részt az

Vegyén rész

**OLIMPIAI
TÁRGYSORSJÁTÉKON**

Sorsjegy ára 4.- Ft.
Húzás 1964. októ

Sorsjegy ára 4.- Ft.
Éves huzás
ban 196

Sorsjegy ár
Nyilvános húzás
Kisstadionban

Sorsjegy ára 4.- Ft.
Nyilvános húzás
a Kisstadionban 1964. október 10.
Szerekenye k:
KÖZTAKÁSZ
KÖZTAKÁSZAL

2 SZOBA HALLOS ÖRÖKLAKÁS
BALATONI TELEK, NYARALÓHAZZAL
GÉPKOCSIK

E z e n k i v u l:

Televiziók, Rádiók
Hűtőgépek, Porszívók
Mosógépek, Utalványok

Televiziók, Rádiók
Mosógépek, Porszívók
Lámpák, Utalványok

Lehel hűtőszekrények
2000 nyerevény

Közel 3000 nyeremény!

A sorsjegyek hirlapárusoknál, postahivatalokban és TOTO-LOTTO kirendeltségekben vásárolhatók.

~~OLIMPIAI TÁRGYSORSJÁTÉK OLIMPIAI TÁRGYSORSJÁTÉK~~