

ATLÉTIKA

TARTALOM

Pásztor Lajos:

Dicsőséges évforduló

Farkas Pál:

Az Universiade atlétikai versenyeiről (II. rész)

Dr. Szabó Miklós és Tusz Ferenc:

Az október 17-i seregszemle és serdülő kiválasztó-
ellenőrző atlétikai versenyről

Kulcsár Gergely:

Kezdő gerelyhajítók kiválasztása, felkészítése

Harsányi László és Novák István:

Rendszeres munkát a fiatalok nevelésében!

Farkas Pál:

A Szövetségek életéből

Az év magyar atlétikai »termése«

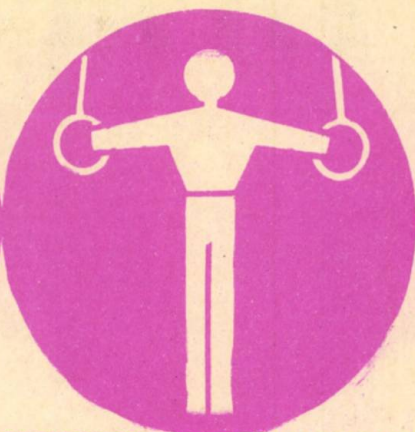
Farkas Pál:

Eredmények



1965

11

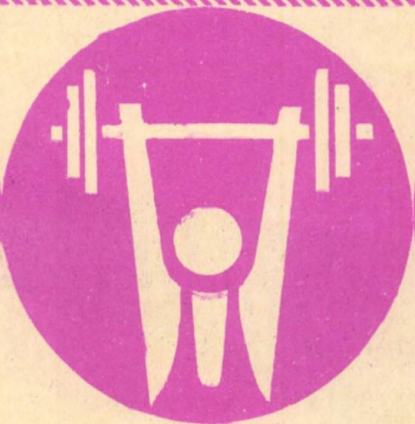


EDZÉSEK ALATT,
VERSENYEK ELŐTT
FOGYASSZON TÖBB CSOKOLÁDÉT!

A SPORTOLÓ KALÓRIA SZÜKSÉGLETE
AZ ÁTLAGOSNAK KÉTSZERESÉT IS ELÉRHETI
ÁLLÓKÉPESSÉGÉNEK FOKOZÁSÁRA
ENERGIA VESZTESÉGÉT GYORSAN, TÖKÉLETESEN
PÓTOLNIA KELL

ERRE LEGALKALMASABB A

CSOKOLÁDÉ!



ATLÉTIKA

IX. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1965 11. SZÁM

DICSŐSÉGES ÉVFORDULÓ

Nincsen a történelemnek még egy dátuma, amely a világ alakulására, a társadalom fejlődésére akkora hatást gyakorolt volna, mint az 1917-es Nagy Októberi Szocialista Forradalom. Az azóta eltelt 48 esztendő nemcsak igazolta a forradalom diadalmas eszméit, hanem életre keltette, történelmi valósággá is váltotta azokat. Az októberi forradalom kisugárzására megváltozott az egész világ. Szétszakadt az imperializmus lánc, a föld legnépesebb országai új társadalmi keretek között a szocializmus felé haladva építik jövőjüket, boldogulásukat. A megváltozott világtérképen új földrajzi nevek jelzik, hogy néhány év alatt félszáznál több ország szabadult fel az imperializmus gyarmati elnyomása alól és lépett, mint független állam, a történelem szintterére.

A világkép megváltozásából nem maradt ki a sport sem. A szocialista humánus magasabbrendűségét tükrözi, hogy az ember testi és szellemi fejlődését olyannyira elősegítő sport és testnevelés sehol sem fejlődött olyan iramban, mint a szocialista uton járó országokban. A cári Oroszország alig hallatott magáról a sport területén. A Szovjetunió néhány év alatt olimpiai játékokon és más világversenyeken a világ élvonalába került és éppen ebben az esztendőben aratta szeretett sportágunkban, az atlétikában a világon eddig nem minden ok nélkül legjobbnak tartott amerikaiak felett mind a férfi, mind a női versenyben emlékezetesen fölényes diadalát.

Az egész haladó világ Unnepli a nagy történelmi dátum évfordulóját. Az Unneplésből részt kérünk mi is, szeretettel üdvözljük a forradalom győztes népét, közöttük a magyar atléták példaképeit, szovjet sporttestvéreinket!

Pásztor Lajos



AZ UNIVERSIADE ATLÉTIKAI VERSENYEIRŐL

/folytatás/

II.rész.

A technikai feladatok megoldása és a tapasztalatok

Az utóbbi évek nagyobb atlétikai, főleg pedig a tokiói olimpia versenyait látva, megállapíthattuk, hogy Népstadionunk feltételei nem biztosíthatták egy világverseny lebonyolítását.

Bár közvetlenül az olimpia után kialakultak a felújítási elképzelések, a tervek megvalósítása azonban – főleg anyagi okok miatt – csak tavasszal kezdődtek meg. Megrendeltük a külföldön beszerezhető mérőszközöket. A Népstadion műhelyeiben pedig hozzáfogtak a MASZ által igényelt berendezési tárgyak gyártásához. Megkezdődött a versenyirányító központ építése és a diszpécser telefonhálózat lefektetése.

A rendelkezésre álló rövid idő miatt a pálya csak augusztus 23-án lett versenyképes. Jórészt ennek tudható be a Bp. Honvéd nemzetközi versenyén tapasztalható bizonytalanság és gyenge versenybírói működés.

Az Universiade versenyein általában valamennyi berendezés jól működött. A versenybírók és pályamunkások is megismerkedtek az új felszerelések kezelésével.

A jövő évi Európa Bajnokság megrendezésével kapcsolatban az alábbi tapasztalatokat szereztük:

1. Melegítő helyek

Két helyen melegítették a versenyzőket: a futószámokra a toronyépület előtt, a dobó és ugrószámokra pedig az edzőpályán. Ez a megoldás bevált. Nem oldottuk meg azonban az edzőpálya és a főépület közötti közlekedést.

Javaslatunk:

A toronyépület előtti futópályát gondos téli és tavaszi kezeléssel a versenypályával azonosra kell tenni. Új kalapácskört kell készíteni az edzőpályán. Új védőrács szükséges a kalapácsvető és diszkoszvető körhöz, műanyag domb a rudugró és magasugró helyhez. Biztosítani kell a versenyzők zavartalan melegítését. Ezért a Sportcsarnok felőli salakos dobóhelyet be kell keríteni. A verseny ideje alatt az edzőpálya és a jelentkezési hely között mikrobusz járatot kell indítani.

2. Ültözők

A versenyek alatt hat ültöző, 240 férőhellyel állt rendelkezésre. Ez elégségesnek bizonyult.

Javaslatunk:

A meglévő ültözőkkel az Európa Bajnokságot is ki tudjuk elégíteni. Megoldandó a versenyzők díjtalan frissítőkkel való ellátása. Az ültözők előterében az ültöző öregek felügyeletével frissítő asztalokat kell elhelyezni. Kis üvegekben ásványvíz és gyümölcs szörpök álljanak rendelkezésre. Irányító táblák szükségesek az ültözőkhöz vezető utakra. Az ültözők ajtaján jelezni kell az oda beosztott versenyzők nemzetiségét.

3. Jelentkezés

Szükségmegoldásként felelt csak meg a jelentkezőhely. Megfelelő feliratu táblák elhelyezésével megszüntettük az első nap bizonytalanságait. A versenyekre gyülekező és a bevezetést váró versenyzők és versenybírák miatt szűk volt a hely a versenyzők igazoltatására és rajtszámaik ellenőrzésére. De nem biztosította a versenyzők várakozás alatti pihenését sem. Jó volt viszont a televíziós készülék elhelyezése, mert így láthatták a pályán történeteket.

Javaslatunk:

Az Európa Bajnokság követelményei lényegesen magasabbak, mint a mostani versenyé volt. A korábbi terveknek megfelelően, a főépülettől balra lévő, a pályával egy szintű mélyedésben alkalmas gyülekezési folyosókat kell kiképezni. Ugyanitt kell elhelyezni az elektromos jelentkező táblákat és az ellenőrzést végző versenybírákat is. Ezzel elérhető hogy a bevezetést váró versenyzők levegős, de fedett helyen lesznek és részükre elemi mozgáslehetőséget biztosítunk, füves talajon.

4. Versenyzők bevezetése

A bevezetés nem úgy történik, ahogyan elgondoltuk. Készen volt ugyan a pályát körülvevő árok, de a gyakori eső következtében a mélyebben fekvő részek víz alá kerültek. Ezen az ideiglenes átemelő szivattyú sem tudott segíteni. De itt raktározták a pályakarbantartás felesleges eszközeit és részben itt pihentek a pályamunkások is. A felvezető versenybírák nem tudták megfelelően összefogni és irányítani a rájuk bízott versenyzőket.

Javaslatunk:

A jövőben a versenyzők felvezetése mindenképpen az árokban történjék. Be kell fejezni a kivezető osztorának építését és véglegesíteni kell az átemelő szivattyút. Mindig tiszta legyen az árok. A felesleges karbantartó szerszámok részére a maratoni kapu alatt kell helyet biztosítani.

A kapuk nyílásainak befedése szükséges esztétikailag és azért is, mert így nagy mértékben csökkenne a pálya huzatossága. A pályamunkások pihenőhelyét külön ki kell jelölni. Erre legalkalmasabb a maratoni kapuk előtere, a célegyenesbe dolgozók részére pedig az árok két végső legsekélyebb szakasza, ahol versenyzők nem közlekednek. A más helyeken dolgozó pályamunkások a készenléti idő alatt a versenybírákhoz hasonlóan kis székeken üljenek.

A versenyzők be- és kivezetését - bármennyire nehéz is - határozott udvariassággal kell megoldani. A technikai értekezleten és a kiadandó tájékoztatókban fel kell hívni a figyelmet a megadott pályarend betartására. Nem engedhető meg, hogy a versenyzők fegyelmetlenül mászkáljanak, nem egy esetben a kerítésen keresztül távozzanak a küzdőtérrel.

5. A versenyirányítás eszközei

Az új versenyirányító központ nagy nyereség. Eddig három különböző helyen dolgozott a tájékoztató és versenyiroda. Most a pálya legalkalmasabb pontján nyert elhelyezést. A létesítmény még nem készült el teljesen, ezért voltak még zavaró körülmények. A telefonhálózat kielégítő, de a versenyirányító központban kevés volt a rendelkezésre álló vonalak száma.

Az új diszpécser hálózat biztosította a hírközlést és lehetővé tette, hogy több irányban is létesítsünk hármas kapcsolást. A központ hangereje azonban gyenge és a gyakoriak voltak a zavaró áthallások.

Jól működtek a dobószámok URH adó-vevő berendezései.

Nagyon zavarta a versenyirányítást a helyisége előtt működő két TV kamera és kiszolgáló személyzete.

Javaslatunk:

Be kell fejezni a versenyirányító központ épületének kialakítását. A hátsó helyiségek szellőzését meg kell oldani. Át kell telepíteni a versenyeredményjelző tábla két írógépét az erre a célra létesített helyiségbe. Növelni kell a diszpécser központ hangerejét és vele egyidőben meg kell szüntetni az áthallásokat. Bővíteni kell a telefonközpont vonalainak számát. Az új jelentkezési helyen is legyen diszpécser és házi telefonvonal. Bővíteni kell az URH rádiókapcsolatokat, hogy gyorsabb és közvetlenebb legyen a tájékoztatás, pl: a Cantabrián mérés eredményét a pályán lévő jegyzőn kívül a versenyiroda jegyzője és a tájékoztató jegyzője is vehesse. Ezzel a diszpécser telefon csak ellenőrző szerepet tölthet be.

A versenyirányító központ előtt működő TV kamerákat az épület tetejére kell telepíteni.

6. Versenyhelyek

A Népstadion salakjának felújítására különböző tárgyi okok miatt csak a verseny előtt hat héttel került sor. A pálya összetétele, a megelőző időszak gondos kezelése következménye volt, hogy a salak állapota ellen a verseny alatt különösebb panasz nem fordult elő. Tudjuk, hogy még nem tökéletes, messze van régi hírétől.

Hiányzott a főépület előtti távolugróhely. Ezért a déli oldalon új súlylökő kört kellett készíteni, melyből kalapácsot is dobtak. Sajnos ez a kör esőben oszszós volt és a kalapácsvetés szektorának kijelölése is nehézségeket jelentett.

Az esős, hűvös időre való tekintettel két nagyméretű sátrat állítottunk fel, ezeket a versenyzők szívesen vették igénybe. Különösen bevált esős időben, amikor a levett felső ruhákat itt helyezték el.

Javaslatunk:

Korán meg kell kezdeni a salak gondos kezelését. Az Európa Bajnokságokra kifogástalan versenyhelyeket kell biztosítani. Ismét el kell készíteni a főépület előtti távolugrópályát. Új kalapácskör helyet kell keresni, ahonnan viszonylag veszélymentesen lehet a versenyt lebonyolítani. Legalább négy sátrort kell úgy feállítani, hogy sem a versenyzőket, sem a közönséget ne zavarja és ne rontsa a pályaképet.

7. Futószámok

A futószámok lebonyolításának feltételei általában biztosítottak voltak. A rajttám-lák kielégítették az igényeket, de a választék kevés volt. Az indítógulák és hangszórók ötletes vezeték nélküli megoldása nagy érdeklődést váltott ki még külföldiek körében is. Ezek jól és biztonságosan működtek. Látványos megoldásnak bizonyult a hibás rajtok piros zászlóval való jelzése. Az indítópisztolyok okozták a legtöbb hibát. A Longines óeggel való kapcsolat nem bizonyult jónak már a verseny előtt sem, s ez később be is bizonyosodott. Csak a verseny előtt adták át a pisztolyokat s így az indító nem gyakorolhatótt vele semmit sem. A fegyverek piszkosak, a forgódob továbbitók pedig erősen kopottak voltak. Ezek alapján kizárt volt biztonságos működésük. Ugyanez elmondható az időmérő órákra is.

Nehézséggel járt a célfotó elhelyezése és működtetése. Ha a működési feltételeket ismertük volna, a nehézségek is korábban oldódhattak volna meg. Tény, hogy a világítás egyetlen célfotó működtetéséhez sem elégséges.

Az új időmérő emelvény Ulései kényelmetlenek, a lábtartók elhelyezése sem megfelelő. A két ülősor távol van egymástól s így az időmérők is távol esnek a cél síkjától. A 200 és 1500 méteres rajtokat az időmérők egy része nem látja.

A célbírói emelvény megfelelt, de az Ulések számát növelni kell. Az emelvények elkerítése nem volt esztétikus.

A célhoz elhelyezett eredményjelző tábla jó volt, de számai messziről nem láthatók. A versenyzők rajtszámait este alig lehetett látni. Nem kielégítő a jelenlegi körszámláló berendezés, kezelése nehézkes, elavult. Kifogástalaml működtek viszont az új szél-mérők.

Az IAAF ellenőrei a vizesárok akadály elrendezését kifogásolták.

Javaslatunk:

Az Európa Bajnokságra több fajta rajttámlát kell a versenyzők rendelkezésére boosátani. A rendelést a Berg cégnek már elküldtük. Még egy készlet indítógulát /8 db/ kell rendelnünk, hogy elkerüljük a rajtok közötti szállítást. Dönteni kell a célfotó és időmérő berendezés működtetésének körülményeiről.

El kell érnünk, hogy a fő versenyidőnyben az indítás és időmérés az Európa Bajnokságon használt berendezésekkel történjék. Jobban meg kell világítani a cél környékét, hogy a célfotó esti világításnál is használható legyen.

Az egész futópálya jobb megvilágítása kívánatos.

Át kell alakítani a célbírói és időmérő emelvényeket. Környéküket izléses kordonnal kell elkülöníteni. Új időjelző táblát kell készíteni megfelelő nagy számokkal. Szükség van egy új elektromos körszámláló berendezésre, melynél két szám egymástól függetlenül kezelhető.

Az északi Stadion-órát versenyórává kell átalakítani, irányítását a célnál végeznék. A vizesárok akadály-süvényét az akadály belső, víz felőli oldalára kell helyezni. A versenyzők részére fehér alapon fekete számú rajtszámokat kell készíteni a megengedett legnagyobb méretben.

8. Ugrószámok:

Az ugrószámok lebonyolításánál különbözőbb nehézségek nem voltak. Néhány észrevétel: rudugrás leérkező helye, szekrénye és állványai kifogástalanok voltak, a tizpróbánál viszont a 250-es magasságot a Berg-féle állványokon nem lehetett beállítani: és csak állvánoserével volt megoldható ez a magasság. Az új hidraulikus ellenőrző állvány sikert aratott és nagy szolgálatot tett a lécs gyors feltevésénél.

Nem tökéletesek viszont azok az eredményjelző táblák, melyeken a kísérletet, illetve a rajtszámokat feltüntettük.

Távol- és hármasugrásnál az új villanyeredményjelzők jól beváltak. A nézőtér egyes pontjain azonban nem volt olvasható, mert néha egyes személyek eltakarták.

Az eredmények mérése nem a legjobb és legkorszerűbb módon történt. Gyakran mérőszaggal kellett mérni. A belépés jelzése még mindig a homokprizma-megoldású volt.

Az ügyességi helyeken a jegyzőasztal és a föléje helyezett ernyő rontotta a pályaképet. Kevésnek bizonyult a versenyzők részére előkészített padok száma. A dobószámoknál jól bevált jelzőtáblás versenyállást nem lehetett használni a szoros eredmények miatt.

Javaslatunk:

Az egyik rudugró állványt át kell alakítani, úgy hogy 250 cm-es magasságon is használható legyen. Tökéletesíteni kell a rudugró leérkező helyet a szekrény körül. Új, könnyen kezelhető táblát kell készíteni a sorozat, rajtszám és eredmény közlésére. Az új villanyeredményjelzőket 20 cm-rel meg kell emelni. Távol- és hármasugráshoz a Cantabrian-féle optikai mérőberendezést meg kell vásárolni. Az elugró gerendához megfelelően alakítható plasztilint vagy más hasonló anyagot kell beszerezni.

A távolugrásoknál kinagyított mérőlécs mellé kell helyezni a verseny állását jelző táblákat. Az ügyességi jegyzők részére sárga, műanyag hullámlemezzel fedett izléses asztalokat kell készíteni.

Távol-, rud- és hármasugrásnál a nekifutópályát 150 cm szélességben 5 cm széles folyamatos mészosikkal kell határolni. Ugyanígy fehérvaszonosikkal kell elhatárolni távol és hármasugrásnál a homoküdrőt 275 cm szélességben. Jó lenne, ha rudugrásnál a nekifutópálya középső részét kb 50 cm szélességben gumiszalaggal boríthatnánk. Be kell vezetni rudugrásnál is a osuklós rendszerű rohamjelző táblákat. Magasugráshoz külön színes és számozott gombokat kell készíteni.

A versenyzők részére megfelelő padot kell a verseny színhelye mellé helyezni.

9. A dobószámok:

Az itt első ízben alkalmazott Cantabrian-féle mérés és az URH rádiókapcsolat a kezdeti gyakorlatlanság után pontossá és látványossá tette a versenyt. Jók voltak a szektor-szálon elhelyezett eredményjelző táblák.

A dobószámok lebonyolítása tökéletesen sikerült. Egyes körök kisebb szabálytalanságát, a gerelyhajítás dobógerendájának ívét és nekifutópályájának emelkedését ki kell javítani. Gyenge a kalapácsvető kört körülvevő védőrács.

Javaslatunk:

Jelenleg egy Cantabrian mérőberendezésünk van. Kis kiegészítéssel más távolságokról való méréshez is használható lehetne.

Új világ- és Európa-oszucs jelző táblákat kell készíteni. Rohamjelző táblákat kell alkalmazni a gerelyhajításnál. Ennek pályáját egysíkba kell hozni, a kidobást jelző gerendát át kell alakítani.

A dobókörök mellé nagyméretű kókusz vagy gyökér lábtörölőt kell beszerezni. Szükségesek a dobókörök esővédő fedői is.

Valamennyi dobóterületet kb fél méter magas tetszetős kordonnal kell körülvenni. Diszkoszvetésnél alacsony védőhálót kell felszerelni. A kalapácsvető kör védőrácsát kétszeres fémhálósá kell megerősíteni.

10. Pályamunkák:

A délelőtt és délután folyó versenyt átlagosan negyvenöt pályamunkással bonyolítottuk le. Bár jó pályán és megfelelő körülmények között folytak a versenyek, a pályamunkákkal nem lehetünk elégedettek. Legtöbbször csak az utolsó percekben lett kész a versenypálya. A munkások egy része nem tekintette szívélyének a pálya rendbehozását. Verseny alatti tevékenységük, mozgásuk és iltözékük nem volt megfelelő.

Nem volt megfelelő szállítóeszközük. A szerek verseny közben történt elhordása lassú volt és rontotta a verseny képét.

Javaslatunk:

Az Európa Bajnokságokon megfelelő pályamunkás-gárda biztosítása legalább olyan fon-

tos, mint a versenybíróké. A 45-ös létszám elegendő, ha lelkes, hozzáértő munkásokról van szó. Rendezni kell bérezésüket is. A különböző ruhában dolgozó munkások nem illettek a pályára. Célszerű, könnyű szerelés-szállító targoncát kell beállítani, a szerek és felszerelések gyors átcsoportosítására.

Általában megállapítható, hogy várakozáson felül jól sikerült az Universiade atlétikai versenyeinek lebonyolítása - a következő évi Európa Bajnokság főpróbája... Új technikai felszerelésekkel, megfelelő gyakorlat nélkül majdnem hiba nélkül folyt a verseny. Igen értékes tapasztalatokat gyűjthettünk az öt napos verseny alatt, ezek birtokában jól felkészülhetünk a jövő évi nagy feladatra. A jelenlegi adottságokat még további ujitások egészítik majd ki.

Ez év októberében részletes értékelésre kerül sor. Ezen részt vesznek mindazok, akik az Universiade atlétikai versenyeinek megrendezésében közreműködtek.

Meg kell vizsgálnunk a versenybírószám személyi összetételét. A feladatkörök egyszerűsítésével és megfelelő átcsoportosításával biztosítanunk kell az országúti versenyek rendezését is.

Mindazokat a módosító javaslatokat, melyek a jövő évi költségvetésre is kihatással vannak, sürgősen jóvá kell hagyni, hogy a megfelelő pénzügyi fedezet időben biztosítható legyen. Ez elsősorban a technikai változásoknál és a versenybírószám együttes kiképzésénél jelentkezik.

AZ OKTÓBER 17-I SEREGSZEMLE ÉS SERDÜLŐ KIVÁLASZTÓ- ELLENŐRZŐ ATLÉTIKAI VERSENYRŐL

A versenyt azzal a céllal rendeztük, hogy egymás elleni versenyzéssel verseny-lehetőséget biztosítsunk a nyári, tatai serdülő és seregszemle edzőtáborozásán részt vettek, valamint a megyei táborok felmérési jegyzőkönyvei alapján az ott legjobb eredményeket elért versenyzők részére. Meg akartuk állapítani azt is, hogy a meghívott versenyzők milyen fejlődésen mentek keresztül.

114 vidéki és 29 budapesti versenyzőt hívtunk meg a 14-15 éves korcsoportból. A versenyen 114-en /86 vidéki és 26 budapesti/ vettek részt. Ezek közül 31 nem kapott meghívást. A kiírásban ugyanis lehetőséget adtunk arra, hogy betegség, sérülés vagy iskolai elfoglaltság miatt akadályozott versenyzők helyett a megyei szövetségek más, a nyári táborozásokon még részt nem vettek közül küldjenek fel tehetséges versenyzőket.

57 vidéki és 81 budapesti versenyzőt hívtunk meg a seregszemle korcsoport versenyére. Ebből 73 vidéki és 45 budapesti indult el.

Mivel ezt a versenyt az év elején még nem tudtuk a versenynaptárba beállítani, az időpont több más versennyel ütközött, annak ellenére, hogy a Budapesti Szövetség igyekezett az alsóbb osztályú csapatbajnoki fordulókat már szombaton délután megrendezni. A megyei Béke Kupa döntője miatt Borsod, Hajdu és Baranya legjobb seregszemlekorú versenyzőit meg sem hívtuk.

Feltétlenül pozitívan kell értékelnünk a verseny tapasztalatait, lebonyolítását és ellenőrző verseny jellegét. Az utánpótlás hasonló felmérése, illetve versenyeztetése más jellegű versenyen nem biztosítható. Ez alkalmat adott a további kiválasztásra, de lehetővé tette, hogy olyan újabban bekapcsolódott versenyzőket is figyelembe vegyünk a további foglalkoztatásoknál, akik a tavaszi felméréskor nem lehettek je-

len. A vidéki serdülők között most kb. 12 olyan versenyzőt láttunk, akik a nyári táborban nem vettek részt, de határozottan tehetségesek.

Komoly fejlődést állapíthattunk meg a nyári tatai táborban részt vett versenyzőknél, s ez jórészt az ott végzett eredményes munkát, valamint az azóta folytatott edzőmunkát igazolja.

A seregszemle-korúaknál sokkal nehezebb megítélni a fejlődést, hiszen ezek csak két hetet töltöttek táborban, ez pedig ebben a korban még nem hozhat ugrásszerű javulást, mint pl. a fiatalabbaknál. Megfigyelhető volt, hogy vidékieknél a technikai jellegű számokban a tábor végére elért mozgáskészség színvonala visszaesett. A fizikai képességek sem fejlődtek a kívánt mértékben, ahogyan azt a rendszeres edzés esetében elvárhattuk volna.

Az utánpótlás helyzetéről természetesen nem lehet pontos képet kapni, egyetlen ellenőrző verseny alapján. De ez a verseny is alátámasztotta az év eddigi serdülő és ifjúsági versenyeinek általános tapasztalatait: futószámokban mind a létszámban, mind az eredményekben határozott fejlődés mutatkozik. Ez a megállapítás egyaránt vonatkozik Budapestre és a vidékre. Nem történt lényeges változás a dobószámokban. A tehetséges fiatalok főleg a budapesti sportkörökből kerültek ki. Az ugró számok a gátfutással együtt a legelmaradottabb számok közé tartoznak. Jellemző, hogy sem a férfi, sem a női gátfutásban nem kellett előfutamot tartani, azonnal 4-5 résztvevő döntőt tartottunk. Legnagyobb nehézség a férfi seregszemle-korcsoport ugró számaiban mutatkozik: egy tehetséges versenyzőt sem láttunk. Valamivel kedvezőbb a helyzet a serdülők-nél. A női távolugrásban néhány tehetséges indulót láttunk, de seregszemle-korú magasugrókban /Zink kivételével/ szintén gyengén állunk.

A verseny szervezésében több kisebb hiba mutatkozott. A versenykiírást a megyei módszertani főelőadóknak és a budapesti sportköröknek küldtük meg. Ezeket feltűntettük a meghívott versenyzők neveit. Egyes megyék-nél teljesen elhanyagolták a versenyzők értesítését, a verseny szervezésébe nem vonták be a megyei atlétikai szövetségeket. Ezért néhány helyen a megye székhelyén az utolsó pillanatban szedték össze a versenyzőket. Előfordult, hogy egy testnevelő tanár a verseny előtti szombatnapon kapott értesítést a megyei TS-től, hogy a másnapi ellenőrző versenyen, Budapesten öt versenyző-jével jelentkeznek Tusz Ferencnél. De hogy miért, hogyan, hol és mikor, azt neki kellett kitalálni. A budapesti egyesületek némelyikénél nem tartották fontosnak a versenyen való részvételt, ugyanúgy, mint a tavaszi kiválasztó versenyeknél. Csak a versenyzőn mult, hogy elindult-e vagy sem, mert sem sportkörük, sem edzőjük nem szorgalmazta azt.

Tapasztalataink alapján el kellene ér-nünk a Magyar Atlétikai Szövetség Elnöksé-gén keresztül, hogy mind a budapesti, mind a megyei szövetségeknél sokkal nagyobb jelentőséget tulajdonítsanak a kialakulás-ban lévő ujfoglalkozási rendszernek. A ki-választó versenyektől, az Uttörő Olimpiá-tól a junior bajnokságokig tartó és évjára-tonként rendszeres ellenőrzést biztosító versenyrendszer az év közben rendezett képességfejlesztő serdülő és seregszemle edzőtáborokkal biztosíthatja sportágunk eddiginél lényegesen nagyobb tömegű után-

pótlását, melyből későbbiek során elsősor-ban a sportkörök erősödhetnek.

Javasoljuk a módszertani osztálynak, hogy a következő évi őszi ellenőrző ver-senyt lehetőség szerint két nap alatt bo-nyolíthassuk le. A jövő évben feltehetőleg 350-400 indulóra számíthatunk. Ennyi indu-ló esetében az egynapos verseny nem bonyo-lítható le a sok versenyszám miatt. De előnyös lenne, ha egy versenyzőt több ver-senyszámban is láthatnánk.

Az Ifjúsági Bizottság javaslatára az idén a női 400 méter helyett 300 métert vezettünk be. Az intézkedés helyességét a verseny bizonyította: ugrásszerűen megnőtt az érdeklődés a 300 méter iránt és már az első évben is meglepően jók voltak az eredmények.

Az októberi ellenőrző versenyek részére már szabad időpontot biztosítottunk az 1966-os versenynaptárban, hogy azon való-ban mindenki részt vehessen.

Sajnálatos tényként kell megállapítanunk hogy egy versenyző sem indult Somogy, Zala és Győr megyéből. Zala megyéből senkit sem tudtunk meghívni, mert nem volt versenyző-jük sem seregszemlén, sem a serdülő tábor-ban, sőt a megyei táborukban sem volt olyan atlétájuk akit a felmérési adatok alapján meghívhattunk volna.

A megyék közül legtöbb versenyzőt Szabolcs, Komárom, Békés és Vas megye küldte

dr. Szabó Miklós
és Tusz Ferenc szakfelügyelők

KULCSÁR GERGELY:

Kezdő gerelyhajítók kiválasztása, felkészítése

E tanulmány megírására a gerelyhajítás hazánkban tapasztalt gyors és nagymérvű fej-lődése ösztönzött. A fejlődés nemcsak Budapesten tapasztalható, ahol a körülmények a vidéki viszonyokhoz mérten ideálisak. A mostoha körülmények mellett is számtalan első-osztályú eredményt elért vidéki gerelyhajítónk van jelenleg és nagyon sok olyan aki az utóbbi években került fel a fővárosi egyesületekbe.

Tény, hogy amikor már vidéken elérték számottevő eredményt, a fővárosi sportegyesü-letek is mindent megtesznek felkerülésükért. Az elmúlt télen magam is tapasztaltam, - olimpiai élménybeszámolóim alkalmával sok vidéki városban, faluban jártam - milyen nagy az érdeklődés e szép atlétikai szám iránt. Számtalan esetben hosszan elbeszélgettem egy-egy edzővel, testnevelő tanárral, akik segítséget kértek tőlem "szakmai" vonatkozás-ban. Legyakoribb kérésük az volt, hogy legalább egy gerelyt szerezzenek és küldjék nekik. Sajnos, gerelyt nagyon kevés kollégámnak tudtam küldeni, hiszen még Budapesten is minden egyesület csak korlátozott számú gerellyel rendelkezik.

Pedig úgy érzem, ha a lehetőségek nálunk is ugyanúgy adva lennének, mint pl. a skandináv országokban - vagyis nem egy gerelyre jutna nyolc-tíz vagy még több versenyző, hanem minden versenyzőnek, illetve kezdőnek kettő-három -, hamarosan utolérnénk vagy talán még el is hagyhatnánk őket, a versenyzők és a 70 méteren felüli dobók számát tekintve.

Mivel tehát gerelyt küldeni nem tudok mindazoknak, akik szeretnének megtanulni gerelyt hajítani, e dolgoton keresztül szeretnék útmutatást adni, segítséget nyújtani elsősorban vidéki kollégáimnak.

1. A kiválasztás főbb szempontjai

A kiválasztásról általában

Ma már általánosan elfogadott elv, hogy a versenyzést korán kell kezdeni. Vannak sportágak, ahol már szinte "csecsemőkorban" kezdik a rendszeres munkát /pl. uszás, korcsolya/

Atlétikánál az ilyen korai kezdés nem vezetne jóra. Mindenesetre már fiatal, u.n. uttörő és serdülő korban kell elkezdni a munkát itt is. 10-12 éves kortól felfelé már helyes, ha szakcsoportokban is dolgoztatjuk a gyermekeket, vagyis külön-külön az ugrókat, futókat, dobókat.

Ez a szakcsoportban foglalkoztatás ne jelentse a mai értelemben vett specializálódást szakosítást. Csupán annyit, hogy a tanítványok jól ismerjék meg a hajtómozgás alapjait már ebben a korban is izületeik, izomzatuk már most kezdjen hozzászokni a későbbi erősebb terheléshez. Munkánkban általános vezérfonal legyen a sokoldalú felkészítés elve.

A kiválasztás legegyszerűbb formája az általános felmérés, pl:

60 m futás
távolugrás
kislabda dobás

Gyakran úgy adódik, hogy ugyanazok a gyerekek futnak gyorsan, ugranak és dobznak jól. Ilyenkor - ha már 12 éven felüliekről van szó - annak az atlétikai ágak szempontjából kell elsősorban figyelni, amelyik ágban egy szakcsoportot akarunk beindítani. Jelen esetben - mivel gerelyesekről van szó - jómagam kislabda dobásukat kísérem különös figyelemmel.

Vagyis elsősorban az érdekel, milyen "dobó alapadottságokkal" rendelkezik. Elég gyors és robbanékonyság-e a dobómozdulat? Ez természetesen méterben is mutatkozik, pl. 70 méter felett dobóknak már komoly dobó robbanékonysággal kell rendelkezniük. Nem döntő ilyenkor még az, hogy az illető mennyire dobja gerelyszerűen a labdát, tehát nem oldalt laposan, hanem váll fölött, váll mellett, szép ívben.

Viszont nem árt, sőt fontosnak tartom az azonos eredményt elérő gyerekek közül elsősorban azok kiválasztását, akik testi adottságok - testalkat - szempontjából alkalmassabbak. Ilyen szempont pl:

nyulánk, magas termet,
hosszu karok,
laza, könnyen mozgó izületek,
hajlékonyság és
lehetőleg erős csontozat, széles vállöv.

A felmérések elvégzésére legalkalmasabbnak az őszi, még szép napos időt tartom, hogy egy héány hetes átmeneti időszak után, komolyan átdolgozott téllal a háta mögött kezdhesse el versenyzői pályafutását a fiatal gerelyhajító.

2. A felkészülés leglényegesebb szempontjai

Legfontosabb testi képességek: erő, ügyesség, gyorsaság, állóképesség általános és különleges fejlesztése.

Röviden sorra veszem a felsorolt képességeket és leírom, hogy elképzelésem szerint hogyan helyes azok fejlesztése.

Erő: Nagyon óvatosan kell adagolnunk az erősítő gyakorlatokat, nehogy túlterheljük a fiatal, még fejlődésben lévő szervezetet. Minden esetben egyéni adottságokat, teherbíró képességet figyelembe véve erősítsünk. Fontos az általános erősítés mellett a sportág jellegének megfelelő különleges erősítés is.

A gerelyhajító különleges erősítésénél okvetlenül tartsuk szem előtt azt a döntő szempontot, hogy ez a dobómozdulatnak nagyon gyorsnak kell lennie, ezért egészen rövid idő alatt kell maximális erőt közölni a szerrel. Ennek megfelelően tehát a különleges erősítés lényege is a gyors, robbanékonyság dobóerő növelése legyen. Lehetőleg olyan gyakorlatokat alkalmazzunk, amelyeknél - ha kéziszerrel végeztetjük - a mozdulat végén a súlyt el is dobja a versenyző. Minél dinamikusabb egy-egy különleges gyakorlat, annál kedvezőbb eredménnyel járhat.

Ügyesség: Fejlesztésére legalkalmasabbnak tartom a labdajátékot. Fiuknál elsősorban a labdarugást és kosárlabdát, lányoknál a kosár- és kézilabdát. Az ügyesség fejlesztése nagyon fontos feladat: amelyik gyerek ügyesen labdázik, jobban tud mozogni, sokoldalúan fejlődik. Sok új mozgásélménnyel gazdagodik. A gerelyhajítás technikájának elsajátítása is gyorsabb lesz ilyen fejlett mozgásérzéssel rendelkező gyerekeknél.

Gyorsaság: fejlesztése alatt nem elsősorban a futógyorsaságot értem, hanem a gerelyhajításhoz szükséges dobógyorsaság fejlesztését. A gyakorlatokat is ennek megfelelően kell kiválasztani. /Kislabdával és nehezebb, eldobható szerekkel - pl. rongyba burkolt ölmadarabbal - gerelyszerű gyors dobások végrehajtása st./ Természetesen, sokat rajtolta-tok és "rövidet" futtatok is, amivel a versenyző általános gyorsaságát növelhetem.

Állóképesség: növelése nagyon kényes feladat. A tapasztalat azt mutatja, hogy a 12-16 éves korú gyerekek szervezete nagyon sokat elbír. Éppen a gyors élettani fejlődéssel magyarázható ez a jelenség, gyorsabb a szervezet anyagcseréje, hamarabb távolítja el a fáradtság termékeit magából. Tehát óvatosan és kevés állóképességi gyakorlatot alkalmazunk. Itt is tartsuk szem előtt azt a szempontot, hogy inkább különleges dobó-állóképességet próbáljunk fejleszteni. A gyerekeket sokat dobáltassuk, esetleg nehezebb - pl. 1 kilós gyögylabdával. Ügyeljünk arra, hogy jobb és bal kézzel egyformán dobjanak és csak addig dobjon egy-egy sorozaton belül, amíg a dobásokat kellő gyorsasággal tudja végrehajtani. Hagyjunk elég pihenőt a sorozatok között.

A hajtókészség fejlesztése

A testi képességek - erő, ügyesség, gyorsaság, állóképesség - mellett nagy jelentőségű a hajtókészség fejlesztése. Kimondottan különleges - főleg hajító - gyakorlatokkal érhetünk el jó eredményeket. Sok olyan gyakorlatot végeztessünk, amelyben szerepel a hajító mozdulat, illetve a szer hajító mozdulattal történő eldobása. Célrá vezető a gyakorlatok játékos és versenyszerű végeztetése, pl.: célradobás 1 kg-os gyögylabdával gerelyhaji-

tás-szerűen, esetleg gerellyel, ha az nincs, akkor vékony hosszú karóval, szabadban. Hívjuk fel a figyelmet már ezeknél a gyakorlatoknál is a dobómozdulatok helyes időrendjére, egymásutániságára. Így a gyakoroltatás bizonyos technikai fejlesztést is eredményez. Ügyeljünk arra, hogy a gyakorlatokat mindkét kézzel végezzék a fiatalok. Így kerülhetjük el az egyoldalú gyakorlás káros következményeit. Az ügyetlenebb kéz foglalkoztatása jó hatással lesz a dobókéz fejlődésére is.

Nevelési feladatok /Munkához való viszony, család, társadalom, közösség./

A jó edző nem feledkezhet meg arról, hogy fiatalokkal foglalkozik, akiknek később a társadalom értékes tagjaivá kell válniuk. Tudatosítani kell tehát tanítványainkban azt, hogy nem csak egy szűk családhoz tartoznak, hanem egy nagy közösségben élnek és kötelezett-ségeik vannak a társadalom, a közösséggel szemben.

Az edzéssel és versenyzéssel szoros kapcsolatban lévő akarat tulajdonságok fejlesztéséről szeretnék még néhány szót szólni.

Gyerekeknél már pályafutásuk kezdetén meg kell kezdeni az akarat nevelést. Fokozatosan meg kell tanítani őket arra, hogy ne mindig csak azt tegyék, amit legjobban szeretnek, hanem ami a jobb eredmény eléréséhez szükséges, még akkor is, ha az lemondással jár. Már ebben a korban meg kell kezdeni az önfegyelmest. Hogyan győzhet majd le másokat - ha még önmagát sem képes legyőzni - ezt az elvet kell tudatosítani a fiatalokban. Sok, nagy versenyző mondott csődöt, mint a verseny nagy esélyese, mert nem tudott magán uralkodni. A lengyel Sidlo, Rómában, 1960-ban 85 méteres selejtező dobás után a másnapi döntőben csak kilencedik lett 76 méterrel. Nem tudott urrá lenni saját magán, a szokásosnál egy órával korábban kezdett melegíteni, dobásait elkapkodta, teljesen megzavarodott, már azt sem tudta, mit művel, tehát javítani sem tudott eredményén.

Elméleti képzés

A szemléltető eszközök, képek, sorozatfelvételek, oktató filmek komoly segítséget jelentenek edzőknek és versenyzőknek egyaránt a sportág technikájának megtanulásában, illetve elsajátításában. Az edző szánjon erre edzésenként néhány percet. Vigyázni kell azonban arra, hogy csak a fejlettségi foknak megfelelő részletességgel elemezzék egy-egy már kiforrott versenyző - esetleg olimpiai bajnok - dobótechnikáját. Ne tömjék tele a versenyzők fejét a mozgások apró részletekig terjedő felbontásával, magyarázatával. Kezdeti fokon inkább a mozdulatok szépségére, a végrehajtás folyamatosságára, lendületességére hívja fel a nevelő tanítványai figyelmét. Megmagyarázhatja nekik, hogy hasonlóan dobhatnak ők is, ha hajlandók szorgalmasan, kitartóan edzeni.

3. Edzéstervezet az átmeneti és alapozó időszakra

Mit kell ezekről az időszakokról tudni?

Átmeneti időszak: erre a modern felkészülés alapelvei szerint szükség van. Egyrészt azért, hogy u.n. aktív pihenő révén - más sportággal foglalkozni: uszni, labdázni stb. - kipihenje a versenyző a hosszú versenyzidény fizikai és idegi fáradtságát. Mindez megtörténik a négy - öthetes átmeneti időszak első felében. Másodszor: ne kényszerüljön a versenyző teljesen "nulláról" indulni a következő nagy megterhelést jelentő alapozó időszakban. Igyekezzünk tehát az előző évben megszerzett alapot, vagy legalábbis annak egy részét átmenteni a következő évre, hogy magasabb szintről indulhasson. Elő kell készíteni a szervezetet a megterhelésre. Így érvényesül a fokozatosság elve is. Az átmeneti időszak utolsó edzéseinek már megterhelés szempontjából is jelentősnek kell lennie.

Ebben az időszakban van alkalom rá és igen jó hatása a különböző atlétikai számokból összeállított hármas-ötös versenyeknek megrendezése. Pl.: ötösuhrás-kétkezes dobószám-nehezebb sullyal vagy súlygolyóval-gátfutás stb.

Alapozás. Előljáróban meg kell említenem, hogy a továbbiakban elsősorban 12-16 éves koru, tehát már szakosított csoport és főleg gerelyhajítók részére dolgozom ki a felkészülés alapelveit. Az általam leírt tervezet gyakorlatanyagát úgy szeretném összeállítani, hogy az mindenki előtt - mostoha körülmények között és vidéken is - segítséget jelentsen.

A tévedések elkerülése miatt tisztázni szeretném ezt a fogalmat. Ezeket a fiatalokru versenyzőket, illetve versenyző jelölteket nem szabad úgy kezelni, mint a felnőtt, főleg pedig mint válogatott versenyzőket, akiknek már sokéves, komoly munka van a hátuk mögött.

A felkészülésnek ebben a szakaszában különösen óvatosnak kell lennünk, amikor a legnagyobb megterhelést adjuk a fiatal fejlődésben lévő szervezetnek. Nehogy figyelmen kívül hagyjuk a fokozatosság elvét és egyik napról a másikra túl erős edzésekkel terheljük meg szervezetüket!

Ez az atléták, különösen pedig a dobók legnehezebb felkészülési időszaka. Olyan mennyiségi és minőségi munkát kell elvégezniük, mely az egész versenyidőszakra biztosítja a megfelelő fizikai alapot.

Nem tartom helyesnek a másik végletet, vagy elgondolást, hogy egyáltalán ne végeztessünk erősítő munkát ebben a korban. Véleményem szerint igenis szabad, sőt szükséges bizonyos foku erősítés. De nemcsak általános erősítésre gondolok, hanem az edzés anyagának egy része különleges erősítő munka legyen. Vagyis iktassunk be olyan gyakorlatokat, amelyek magukban foglalják az egész dobómozdulatot, pl. a gerely kidobásának mozdulatát gyakoroltatni gumikötél és társ segítségével, vagy 1 kilós gyógylabdával, kézisúlyzóval,

stb. Így kettős célt érünk el: egyrészt, minél nehezebb a kéziszers, mint a gerely, különlegesen erősítjük azokat az izmokat, melyek a dobás végrehajtásakor leginkább dolgoznak. Másrészt ez bizonyos mértékig a helyes dobómozgás elsajátítását is segíti, megkönnyíti. Ügyeljünk egyénenként arra: ne végezzenek annyi gyakorlatot, hogy mozdulatuk lelassuljon.

Fontosnak tartom, hogy az előzőekben leírt kéziszerses különleges erősítő gyakorlatok után a gyerekek kislabdát is dobjanak. Ezzel ellensúlyozzuk az esetleges lassu, vagy lassabb dobómunkát és fokozzuk a dobógyorsaságot. Ne végeztessünk egyenlő mennyiségű munkát a csoport minden tagjával. Legyünk figyelemmel a lányokra.

Tartsuk szem előtt már ilyen kezdeti fokon is, hogy egyénenként kinek melyik testrészét kell elsősorban erősíteni /esetleg erős felsőtesthez gyenge lábak vagy megfordított/.

Rendkívül fontos az edzések változatos összeállítása, érdekessé, színessé tétele, nehogy már az első év után az unalmas edzések miatt elmenjen a gyermekek kedve az egész munkától. Nálunk, atlétáknál a gyermeket sokkal nehezebb "megfogni" a sportág számára, mint pl. a labdajátékoknál. A szakmai rész, jellegénél fogva eléggé száraz edzésanyag, kevés benne a szórakoztató rész. Éppen ezért tartom lényegesnek, hogy az edző kis csoportos vagy egyéni beszélgetés formájában találja el a megfelelő hangot, saját, vagy más versenyzők sikereiről, kudarcairól beszélgessen velük. Rendezzünk kis versenyeket szabadban hógolyóval vagy gerellyel, teremben labdával célbadobást stb.

Amennyiben az edző maga is járt külföldön, részt vett nagy versenyeken /esetleg mint néző/ számoljon be azokról. Mondja el azt is, hogy bizony addig, míg ezt a nemzetközi sikert elérte, milyen sokat kellett edzenie, hányszor kellett megelégednie a másodikkal, vagy esetleg sokkal rosszabb helyezéssel. Az igazi versenyző nemcsak győzni, de veszíteni is tud - bár ez kétségtelenül nem jó érzés. Egy versenyen azonban csak egy győztes lehet, nem lehet mindig mindenki első.

Átmeneti időszak

Edzésvázlat:

Heti három edzés: hétfő, szerda, péntek.

Hétfő: Bemelegítés játékosan, fogók.

Kiegészítő atlétikai számok: helyből távol-, magas-, hármassugrás, versenyszerűen. Tréfás versenyek, váltók.

Játék: kosárlabda vagy labdarugás.

Szerda: Bemelegítés: könnyű futás, egy kevés általános gimnasztika. Nagylabda dobások /medicin/, de nemcsak általánosan alkalmazott dobásformák, hanem néhány különleges gerelyhajításszerűen végrehajtott gyakorlat. Pl.: csipő "aláforgatással" történő kétkezes dobás. Partdobás oldalterpeszből, úgy, hogy térdhajlítással előrenyomjuk egészen a csipőt, a felsőtest hátrahajlik, stb. /Lásd a medicinlabda gyakorlatoknál/. Játék: kosár vagy kézilabda.

Péntek: Labdás bemelegítés, kosárradobás, esetleg néhány perc játék két kosárra. Padgyakorlatok, tréfás versenyekkel, váltó és sorversenyek. Sok szökdelés, medicinlabdával végzett labda dobóváltók, versenyek /Szabadulás a labdától stb/. Játék: labdarugás vagy "pókfoci" /hátsó fekvőtámaszban focizás/.

Olyan heti programot irtam le az előzőekben, melynek valóban a kikapcsolódás a célja az aktív pihenés. Ez a séma kb. három héten keresztül végzett munkához megfelelő. A negyedik hétre iktassunk be néhány erősítő gyakorlatot, pl. súlyemelő tárcsával, vagy homokzsákkal.

A negyedik és ötödik hét edzésvázlata:

Hétfő: Bemelegítés: néhány perc futás, tréfás feladatokkal. /Sipszóra hasonfekvésbe, ülésbe le és fordulat ülve, gurulás előre-hátra stb./

Általános gimnasztika: 10-15 perc. Néhány erősebb megterhelést jelentő szökdelő törzs és hasizom gyakorlat beiktatásával.

2-3 különleges erősítő gyakorlat: egy láb-, egy törzs- és egy vállöv erősítő gyakorlatot kiválasztani a mellékelt gyűjteményből.

Kötelen egyszer felfüggeszkedés.

Játék: kosárlabda, de már hosszabb ideig.

Szerda: 10 perc labdás bemelegítés, kosárra dobások vagy kézilabdával dobás kapura és 5 perc játék.

Bordásfal vagy padgyakorlat 15-20 perc. A padot csak annyian fogják, hogy komoly megterhelést jelentsen. Ismét legyen sok láberősítő szökdelés és hasizomgyakorlat. Figyeljünk már a terhelés fokozása érdekében arra is, hogy túl sokat ne pihenjenek a gyerekek, egy-egy gyakorlat után.

Célbadobás kézilabdával gerelyhajítás-szerűen falra rajzolt vagy felfüggesztett célpontra. A célt kb. olyan magasra tegyük, hogy a labda kidobásának szöge azonos legyen a gerelyhajítás kidobásának szögével.

Függeszkedés egyszer.

Játék: labdarugás sokfutással vagy újra "pókfoci".

Péntek: Bemelegítés: futás lassu iramban, valamint szalagfutás. 15 perces erős medicinlabda dobálás egy és két kézzel párokban /8-10 fajta dobás 4 kg-s labdával/ 3-4 különleges gerelyhajításához hasonló dobásfajta, szintén medicinlabdával.

Ha kellő számú füles homokzsák áll rendelkezésre, akkor a medicinlabda gyakorlatok helyett alkalmazzunk homokzsákgyakorlatokat. Előnyösebb, többféle különleges gerelyhajító gyakorlatot lehet végezni a zsákkal, mert egy kézzel is jól fogható.

Függeszkedés kétszer, egyik versenyszerűen.

Játék: kosár vagy kézilabda, legalább 30 perc.

Alapozás december második-harmadik hetében

Hétfő: Bemelegítés: labdás bemelegítés pl.: döngető vagy kidobós játék. Kiadós, erős általános gimnasztika, a gyakorlatok között kevés pihenővel. Néhány súlyzó erősítő gyakorlat, vagy ha nincs súlyemelő berendezés, kézisúlyzót is használhatunk vagy egyszerű 20-25 kg-os vasrudat. Amennyiben az időjárás megengedi, fahasábokkal is végezethetünk dobó és emelő gyakorlatokat, vagy nagyobb terméskövek különböző formában történő eldobásával érhetünk el komoly erőgyarapodást.

Függeszkedés: kétszer, lehetőleg nem sok pihenővel és időre.

Játék: labdarugás 30-35 perc, sok futással.

Szerda: Bemelegítő futás a szabadban kb 800-1000 m. Szökdelések páros lábon és egy lábon, szer nélkül és kéziszserrel /homokzsák, medicinlabda, súlyemelő társa/. 3-4 különleges erősítő gyakorlat; svédcszékény-kéziszer kombináció /lásd a gyakorlat gyűjteményt/. 3-4 gumikötéllel végzett gyakorlat, szintén a különleges erősítés miatt. Függeszkedés kétszer, versenyszerűen. Játék: kosár-vagy kézilabda.

Péntek: Bemelegítés: kevés futás, lassu iramban, 8-10 perces, de nem túl erős gimnasztika. Medicinlabda dobások legalább 30 percig, kevés pihenővel, lehetőleg erős iramban és teljes erővel. Különleges gyakorlatok /erősítő/ kéziszserrel, kézisúlyzóval, homokzsákkal, 6-8 gyakorlat. Függeszkedés 3x1 több pihenővel. Játék: labdarugás 25-30 perc, sok futással.

Vasárnap: 30-40 perc könnyű mezei futás.

December 23-tól a karácsonyi és újévi ünnepek miatt, tehát kb. január 3-ig csak egy-két edzést tudunk tartani. Ezek az edzések azonban fontosak, nehogy az előző komoly munka után nagyon visszaessen a versenyzők erőnléte. Ezeken az edzéseken is fő hangsúly az erősítő munkán legyen. Január 3-tól ismét teljes iramban folytassuk az alapozó időszak munkáját.

Fokozatosan növeljük a megtérhelést. Nagyon ügyeljünk - és egyénekenként figyeljük, nehogy túlterheljük a tanítványokat.

A következő három hét /január 20-ig/ edzésvázlata:

Hétfő: Bemelegítés: futás szabadban, lassu iramban, 1000-1500 méter. Ha szép idő van és nincs túl hideg, vasruddal, fahasábbal és 10-15 kg-s nagy kövekkel dinamikus dobások eredményre, versenyszerűen, 30-35 percig. Általános erősítés. Rossz idő esetén teremben súlyzó erősítés, ugyancsak 30-35 percig.

Különleges erősítés: szabadban 2-3 kg-s súlygolyóval gerelyhajítás-szerű dobálás; 20-25 dobás, köztük 3-4 dobás eredményre is. Visszafelé balkézrel dobás. Utána, ha jó hó van - hógolyó-csata, két csoportban, vagy célbadobás hógolyóval. Ha rossz az idő, teremben gumikötéles különleges erősítés: 4-5 gyakorlat, gyakorlatonként 2-3 sorozattal.

Függeszkedés: 3x1

Játék: ha lehet, labdarugás szabadban, esetleg hóban is.

Teremben: kosárlabda vagy "pókfoci".

Szerda: Bemelegítés: kevés lassu iramu futás, feladatokkal. Erős és kiadós általános gimnasztika, 20-25 percig. Szökdelések-ugrások akadályok közbeiktatásával /zsámoly, székény, magasugró mérce stb/. Különböző ugrások svédcszékény fölött - esetleg rugós dobantóval.

Svédcszékény és kéziszser összetett gyakorlatok, elsősorban különleges erősítő jelleggel, 3-4 gyakorlat, gyakorlatonként 2-3 sorozat.

Izometrikus gyakorlat 2-3. /Az izometrikus gyakorlatoknál ügyeljünk arra, hogy 2-3 másodpercnél ne tartson tovább egy-egy gyakorlat/.

Függeszkedés: 1x2, vagyis kíséreljék meg pihenés nélkül egymásután kétszer a felfüggeszkedést.

Játék: tréfás váltók - versenyek és esetleg egy kevés kosárlabdázás.

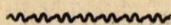
Péntek: Bemelegítés: játékos-labdás bemelegítés. Bordásfal és padgyakorlatok, komoly erővel és egy kevés pihenővel. Különleges erősítés: medicinlabda dobások, páros és egy kézzel gerelyhajítás-szerűen, helyből és járás közben, esetleg kis nekifutással.

Néhány gyakorlat homokzsákkal vagy gumikötéllel, a fent említett módon, társ segítségével.

Célabdobó verseny kézilabdával vagy kis labdával, gerelyhajításszerűen.

Játék: labdarugás - lovasfutball /társukkal hátukon kell rugni a labdát/.

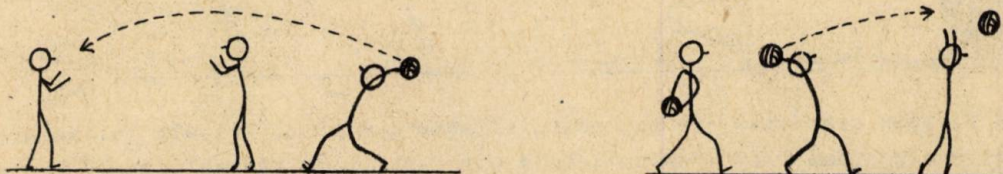
Vasárnap: mezeizés, 2-3 km könnyű futás, esetleg 20-25 perc uszás.



Gyakorlatgyűjtemény

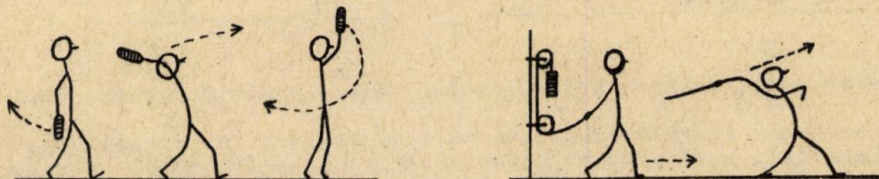
Az alábbiakban felsorolt gyakorlatok főleg gerelyhajítók számára, különleges erősítés céljára alkalmazhatók. Nem szándékozom az általános gimnasztikai és általánosan erősítő bordásfal, medicinlabda, pad vagy kéziszer gyakorlatokat felsorolni. Ezeket az edzők, illetve a testnevelő tanárok ismerik és tudják is alkalmazni.

Minden különleges gyakorlatot sem tudok felsorolni, az általam leglényegesebbnek tartott gyakorlatok a következők:



1. ábra Terpeszállás, medicinlabdával magastartás. Törzshajlítás hátra a csípő egyidejű előrenyomásával és térdek hajlításával. Innen a labda előre csapása, magas ívben, nagy erővel, a szemben lévő társához úgy, hogy beleugrunk a dobásba, előre. Változat: a/ Ugyanaz, csak dobóterpeszből, b/ dobóterpeszből, de néhány lépés nekifutással. Fontos, hogy dobás közben csípőből minél jobban hátrahajoljunk.

2. ábra Felállás dobóterpeszbe, a medicinlabdát mélytartásban tartjuk. A labdát hátraoldalra lendítjük, közben törzshajlítást végzünk hátra, majd a csípő gyors átforgatásával a labdát magastartáson át gerelyhajítás-szerűen erőteljesen előre csapjuk. Szabadban 4 kg sullyal végezhető.



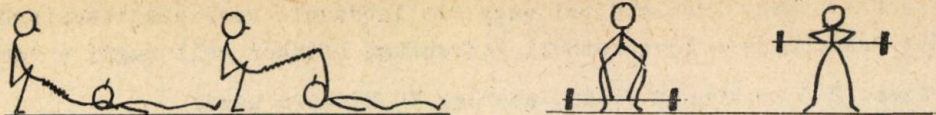
3. ábra A homokzsákot fülénél fogva kidobóterpeszben hátralendítjük és a csípő oldalt-forgatásával indítva előre csapjuk. Végezhető helyből vagy előrehaladással.
4. ábra Hosszu expander vagy gumiszalag egyik végét a talaj közelében rögzítjük, a másik végét dobókézzel fogva lépés vagy dobóterpeszben hátralendítjük és a csípő aláforgatásával előrehúzzuk a fül mellett, váll fölött.

Változat: a/ Ugyanaz, csak expander helyett társ segítségével végezzük. A társ hátul fogja a dobókézet. A dobó út próbálja előrehúzni. A társ kis ellenállást fejt ki, közben enged a húzásnak és előrefut.

b/ A fenti gyakorlat -expander helyett azonban "falicsigát alkalmazunk, amely-nél a terhelés tetszésszerűen lehet és nincs nagy visszarántó, visszahúzó erő, mint az expandernél vagy gumiszalagnál.

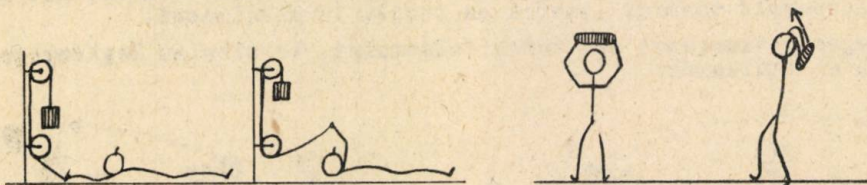


5. ábra Dobóterpesz. Az expandert hátsó rézsütos mélytartásban fogjuk. A társ az expander másik végét tartja. Az expandert gerelyhajítás-szerűen kell előrehúzni. Közben a társ kellő ellenállást fejt ki és előrelép vagy fut. Szabadban dobás gerelyhajítás-szerűen, egy kézzel, 2-3 kilós súlygolyóval helyből vagy rövid nekifutásból.
6. ábra Hasonfekvés a mászókötélen alatt. A dobókézzel magasra felnyulunk és felhúzzuk, "alemeljük felsőtestünket a talajról.



7.ábra A gumiszalag vagy expander egyik végét rögzítjük. /társ fogja/. A másik végét a versenyző hanyattfekvésben fogja és karját könyökben enyhén hajlítva a fül mellett előre hajtató mozdulattal húzogatja.

8.ábra Súlyemelő szerkezettel /20-30 kg/ törzsdöntés helyzetében a súlyzó felhuzogatása mellig, karhajlítással. A törzs nem emelkedik.



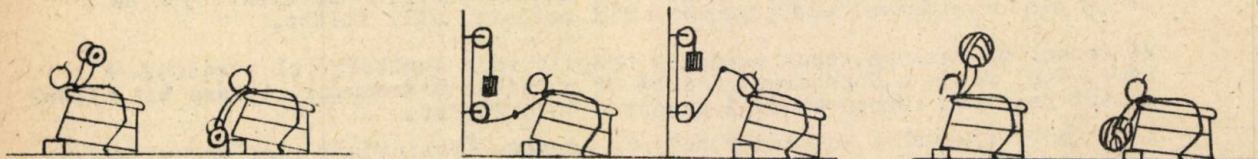
9.ábra A 7.számú gyakorlat, de expander, illetve gumikötél helyett falicsigával.

10.ábra Állóhelyzetben 5-10 kg-os súlyemelő tárcsával vagy kézisúlyzóval, karhajlítás és nyújtás /húzogatás/ úgy, hogy főleg csak a karizmokat foglalkoztassuk. Nem szabad a kezét illetve a súlyt túlzottan a fej mögé hátraengedni, mert így már nagyrészt a vállizomzatot veszi igénybe. A gyakorlatot a fül mellett magastartásból kell végezni. Célserű a gyors végrehajtás. A gyorsaság a súlyzónak felfelé történő mozgatásához domborodjék ki.



11.ábra Kétkézesez hajlítottatások kézisúlyzóval vagy súlyemelő szerkezettel fekvésben.

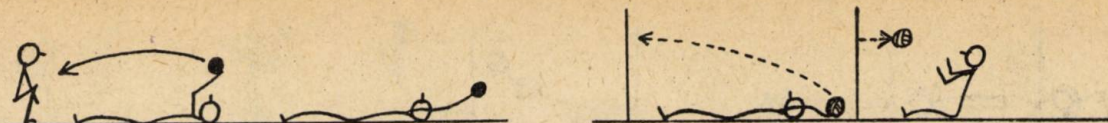
12.ábra Általán egyik leggyakrabban használt gyakorlat: terpeszállásban súlyemelő szerkezettel, a súlyzót megastartásból könyökhajlítással hátraengedni a lapockához, majd gyors mozdulattal visszalendíteni megastartásba. Annál hatásosabb a gyakorlat, minél "szűkebben" fogjuk a súlyzót és jól hátraengedjük, majd gyorsan, robbanékonyan hozzuk fel. A könyök közel legyen a fülhöz, a test derekban hátrahajlik.



13.ábra Az előzőkhöz hasonló gyakorlat, de a svédasztal két felső fokán hanyattfekvésben. /A szerkezet egyik végét alátámasztással meg kell emelni./ A súlyzót mellő középértartásból engedjük hátra, fej mögé, mélyre az előbb leírt módon és hozzuk vissza a kiindulási helyzetbe. A hátraengedés lassu ütemű, a felfelé visszaindítás gyors.

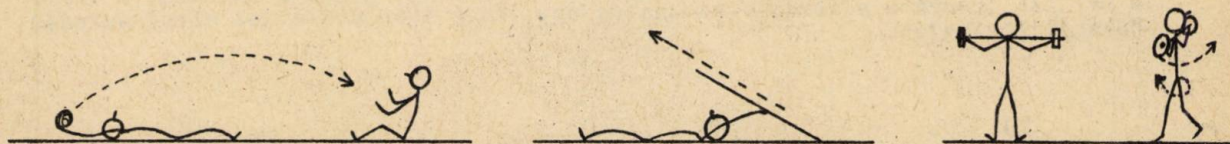
14.ábra Az előző gyakorlat, de falicsigával és nyújtott karral. Végezhető expanderrel és gumikötéllel is. Nem csak nyújtott, hanem hajlított karral is, jobb és bal kézzel felváltva gyakoroltassuk.

15.ábra Szekrényen fekvés az előző módon. A mellő középértartásban tartott medicinlabdát /3-4 kg/ könyökben hajlított karral lassan hátraengedjük, majdnem talajérintésig. Innen gyors mozdulattal ivben előre csapjuk. A társ elkapja és visszadobja. Végezhető kisebb 1-2 kg-os labdával egy kézzel, jobb és bal kézzel, felváltva.



16. ábra Szabadban végezhető gyakorlat. Hanyattfekvés a talajon, 2-3 kg-os súlygolyóval gerelyhajítás-szerű dobás jobb és bal kézzel. Ezt társ segítségével tanácsos végezni, hogy ne kelljen minden dobás után felállni a fekvő helyzetből. A társ nem kapja el a súlyt, csak földreérés után megállítja és visszagurítja.

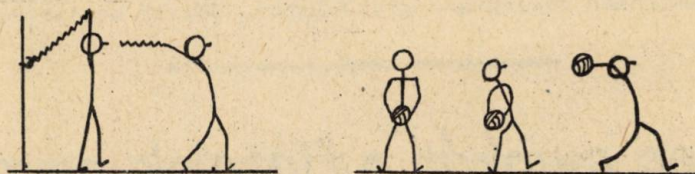
17. ábra Az előbb leírt gyakorlat teremben 1-2 kg-s medicinlabdával. A labdát gerelyhajítás-szerűen úgy dobjuk a falhoz, hogy visszapattanáskor felülünk és elkapjuk. Ez egyúttal úgyszólván gyakorlat is.



18. ábra Az előző gyakorlat, párokban egymásnak dobják a labdát.

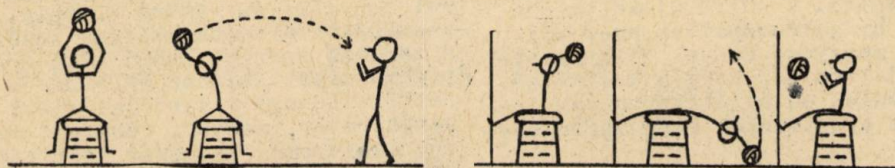
19. ábra Csak szabadban végezhető gyakorlat. Hanyattfekvés a talajon, a dobókéz magas-tartásban. A gerelyt vagy mindkét végén kihegyezett karót úgy szurjuk be rézsu-tosan a talajba, hogy kötése, fogása a könyökben enyhén hajlított karral elér-hető legyen. Feladat: szabályos fogással ki kell rántani a gerelyt a földből. Olyan erősen szurjuk be, hogy kihúzása komoly erő kifejtést igényeljen.

20. ábra Terpeszállás, súlyzó a nyakban. Oldalsó középtartás, fogás a tárosán, törzs-fordítás balra a bal sarok gyors kifelé és előre fordításával, valamint a csípő baloldali részének jobbra felfelé történő fordítása után következik a súlyzó, illetve a törzs jobbra forgatása. A gyakorlat lényege: gyors csípőforgatás előzze meg a törzs jobbra forgatását. Ellenkező irányba ugyanilyen módon vége-zük. A súlyzót 180 fokos szögben történő elforgatása után a csípő és a vállöv izomzatával kell lendületében megállítani /a túlforgást megakadályozni/ és ebből a helyzetből kell visszaindítani.



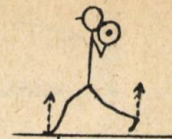
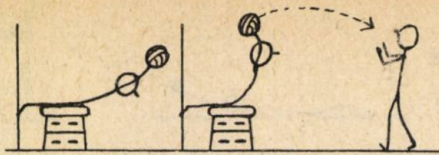
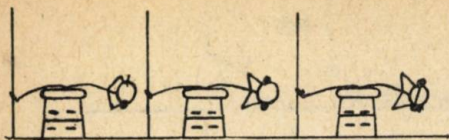
21. ábra Egyik végén kb vállmagasságban rögzített, másik végén fej fölött fogott expanderrel előrelépés és szűkdelés terpeszállásba úgy, hogy az expander huzá-sa a törzset csípőtől erősen hátrahajlítja. Változat: a/ az előző gyakorlat dobóterpeszbe lépéssel. b/ ugyanez dobóterpeszbe szűkdeléssel.

22. ábra Medicinlabda dobása a csípőnek a 20-as számú gyakorlatnál leírt módon történő "aláforgatásával". Végezhető helyben és a kitámasztó bal láb fölött áthaladva, utánlépéssel.

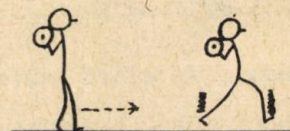
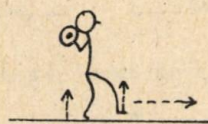


23. ábra Svédsekreányen lovaglóülés, a medicinlabdát megastartásban fogva, törzsfordítás-sal balra hátrahajlásból labdadobás fej fölött előre és ellenkezőleg. A labdát társ dobja vissza.

24. ábra Ülés a bordásfal előtt párhuzamosan elhelyezett svédsekreányen. A lábat kb. a harmadik fokba kell beakasztani. A medicinlabdát magastartásba emeljük. Hátra-hajlás a labdával, annyira, hogy leérjen a talajra, innen gyors felülés és a labda falhozcsapása előre úgy, hogy az onnan visszapattanjon. Változat: az előbbi gyakorlat, csak oldalt fordulva dőlünk hátra és kis "aláforgatással" végezzük a gyakorlatot.



25. ábra Kiinduló helyzet az előbbi, a súlyzót tartónál fogjuk. Törzsdöntés rézsutosan hátra és ebben a helyzetben fordítgatás jobbra és balra.
26. ábra A bordásfallal párhuzamos svéd szekrényen hasonfekvés, a terpesztett lábakat a bordásfal megfelelő fokai közé kell beakasztani. A magasbatartott labdával törzshajlítás hátra. A labdát magas ívben a társ felé csapjuk előre.
27. ábra Felállás dobóterpeszbe, súlyemelő szerkezet nyakban, fogás a tárosán, a törzs a bal láb irányába elfordul: szökdelés úgy, hogy igen erőteljes elrugaszkodás bokából történjék.



28. ábra Felállás dobóterpeszbe, a súlyt mellnél tartjuk: a kitámasztó lábat kissé behajlítjuk, a törzs a támasztóláb felé fordul, az egész terhelés erre a lábra kerül. Amennyire lehet, a jobb láb hátul nyújtva, a sarok felemelt legyen. A bal láb nyújtásával és elrugaszkodásával a súlypont és a test a jobb láb fölé kerül, vele egyidejűleg pedig a bal láb felemelkedik.
29. ábra A súlyemelésnél alkalmazott szakítási gyakorlat. Szétugráskor a lábak oldalterpeszállásba kerülnek.
30. ábra Felállás dobóterpeszbe, súlyzó a nyakba, törzs a támasztóláb irányába előre fordul, testsúly a hátullévő lábon, szökdelés helyben vagy előrehaladással.
31. ábra Súlyzóval a nyakban néhány lépés után dobóterpeszbe szökdelés és rugózás. Járás közben folyamatosan végezzük a gyakorlatot. Komoly megterhelést jelentsen a súly.

/folyt.köv./

Rendszeres munkát a fiatalok nevelésében!

Gyakran hallottuk az utóbbi években, hogy nem tudjuk elég korán bekapcsolni a fiatalokat a rendszeres sportmunkába. Véleményünk szerint már az is fejlődés, hogy erről egyáltalán "szabad" beszélni.

A testnevelő atlétaedzők és vezetők tudják, hogy néhány évvel ezelőtt a 11-14 évesek felkészítéséről, edzéséről tilos volt tárgyalni. A külföldi-különösen a szovjet, de a nyugateurópai és amerikai - tapasztalatok meggyőző erővel bizonyították és bizonyítják ma is, hogy a különböző sportágakban, köztük az atlétikában sem lehet a rendszeres sportmunkát elég korán kezdeni.

Hazánkban a Magyar Atlétikai Szövetség által felállított "Pajtás" korosztály és az Uttörő Olimpia rendezése nemcsak a fiatal korosztály mozgósítását, hanem a versenyre való felkészítést is előírja. Ez pedig az atlétika utánpótlásával foglalkozó vezetőknek és edzőknek a feladata.

Sajnálatos, hogy a MASZ által felállított "Pajtás" kategória részére a vidéki /megyei és járási/ szövetségek egyáltalán nem, vagy alig-alig rendeznek versenyeket. Az említett

szövetségek utánpótlás nevelő és érdeklődést keltő munkáján feltétlenül javítani kell. Ha már törvényesített a "Pajtás" korosztály, rendezzünk részükre versenyeket, mozgósítsuk a szakosztályokat és rajtuk keresztül a fiatal versenyzőket is.

Tömegmozgósítás szempontjából igen jól sikerült az Uttörő Olimpia. Sokan panaszkodtak a versenykiírás késői kiküldésére, a rendező szervek koordináló értekezlet hiánya miatt. Minden különösebb szervezés nélkül is nagy sikert jelentett ez a versenysorozat, megyei, területi és országos vonatkozásban. Sok ezer ifjú atlétapalánta küzdött a továbbjutásért. A versenyek eredményei azt mutatták, hogy a nagyszerű propaganda mellett /tv és rádió/ nemcsak a részvétellel, hanem a felkészítéssel is tördtek.

A fiatalok edzőmunkájában szerzett tapasztalatok átadása vezetett bennünket akkor, amikor cikksorozatunkat megindítottuk.

Hogy munkánk teljes legyen az év végi munka tervezéséhez az alábbi példát adjuk:

11-12 évesek:

November elején:

Bemelegítés: 400 m lassu iramu futás.
Gimnasztika: 6 gyakorlat felfujt labdával és néhány dobás egy és két kézzel.

Labdavezetési- dobásos váltóverseny.

Célabdobás: jobb és bal kézzel versenyszerűen.

Kézilabda: 2x10 perc.

December végén:

Bemelegítés: 15 perc labdázgatás, kosárradobás.
Gimnasztika: 5 nyújtó hatású szabadgyakorlat.

"Fekete-fehér" - című játék.

Tíz ugrás szekrényen.

Tíz erősítő hatású bordásfalgyakorlat

"Négyudvaros döngető" - című játék.

13 évesek:

November elején:

Bemelegítés: 400 m lassu iramu futás. Páros fogó című játék.

Gimnasztika: tréfas társas gyakorlatok.

30 perc szabad foglalkozás: ismerkedés az eddig nem használt szerekekkel, mozgásokkal /gerely, diszkosz, hármasugrás, stb./

2x15 perc kézilabda vagy labdarugás.

400 m lassu iramu futás.

December végén:

Fél napos situra. Ezt előzze meg a sível való barátkozás, a sífutás lassu iramban való elsajátítása, összeszokás a felszereléssel.

Tanulják meg megfelelő terepen az egyenes vonalú síklást és a támasztott ívelést.

Játékos sioktatás: oda-vissza, kb 3 km-t tegyenek meg sífutással.

14 évesek

November elején:

Bemelegítés: 400 m lassu iramu futás. "Négyudvaros döngető" - című játék.

Gimnasztika: tíz dobó gyakorlat felfujt labdával.

30 perc torna: egy támaszugrás, 1-2 talajgyakorlati elem, alapelemek gyakorlása gyűrűn vagy nyújtón.

Szabadulás a labdától - című játék hajsza-labdával.

Váltóverseny 20 méteren tréfas gyakorlatokkal.

December végén:

Bemelegítés: 3 perc lassu iramu futás.

Gimnasztika: 10 nyújtó-erősítő hatású szabadgyakorlat.

gyorsaság mérése: kiinduló helyzet: alapállás

1.ütem: guggoló támasz

2.ütem: ugrás mellső fekvőtámaszba.

3.ütem: guggoló támasz

4.ütem: kiinduló helyzet

Azt mérjük, hogy sportolónk 10 mp alatt a gyakorlatot hányszor hajtotta végre. Ezt

a 10 mp eltelte után a gyakorlat ütemének megfelelően törtszámokkal is kifejezhetjük /pl: 10/7, 10/9, stb./

Ruganyosság mérése:

A sportoló lábujjhegyre emelkedve vonalat húz a falra. Majd páros lábbal elugorva minél magasabban igyekszik ismét vonalat húzni. A kettő közötti távolság cm-ben adja meg a sportoló ruganyosságát.

Erő mérése:

Fekve nyomás,

Guggolás súlyzóval a nyakban.

A súlyokat fokozatosan nehezítsük a terhelés maximumáig.

Hajlékonyság mérése:

A sportolót a tornapad szélére állítjuk. Magastartásban lévő karral törzshajlítást végez előre. A hajlékonyság eredményét úgy kapjuk meg, hogy centiméterrel mérjük mennyivel tudott a pad felső szélénél mélyebbre nyulni, teljesen nyújtott térdekkel.

"Bombázás" - című játék.

Harsányi László és Novák István

/A nyár folyamán Varsóban voltam a Kusoczinszky-émlékversenyen.

310
305
300
295
290
285
280
275
270
265
260
255
250
245
240
235
230
225
220
215
210
205
200

Szállásunk és edzésünk a Testnevelési Főiskola volt. Itt az edzőpálya melletti épület falán egy számozott és vonalazott fekete tábla volt kifüggesztve. Az edzések befejezése után a versenyzők helyből magasugró versenyt rendeztek. A tábla kb. 220 cm-re volt a talajtól. A versenyzők fehér porral /magnézia, kréta, mész/ dörzsölték be jobb kezük ujjait. Felugrásuk közben ezzel érintették a táblát s így a nyomot jól meg lehetett állapítani.

A jelzések a földtől számított magasságok voltak.

Egyszerű, házilag is elkészíthető segéd-eszköz, melyet télen és nyáron igen jól le-

het alkalmazni az edzések után. Játékos és versenyszerű volta miatt szívesen végzik a komoly elrugaszkodó erőt növelő gyakorlatot.

Iskolákban vagy fiatalabb versenyzők esetén a táblát megfelelő alacsonyabb magasságra állítsuk, de jól rögzítsük, hogy ne essék. A jelzések letörlésére egy kis rudra erősített rongyot vagy szivacsot alkalmazzunk.

A tábla anyaga teremben feketére festett keménypapír vagy farostlemez, szabadban feketére festett vaslemez vagy fatábla legyen. Jó ha a kemény talajra szabadban lábtörlőt vagy deszkát, teremben pedig tornaszőnyeget helyezünk. Így elkerülhetjük a leérkezéskor esetleg előforduló sérüléseket.

A tábla mérete 120x60 cm, a mellékelt ábra szerint.

Szerkesztő

A SZÖVETSÉGEK életéből

Mikor e sorokat írom, már csak néhány nap választ el a hivatalos versenyidény végétől. Beköszöntött az őszi, a hűvös és esős idő, a pályák használhatatlannak válnak, megkezdődnek a termi foglalkozások.

A pályaedzések befejezésével együtt megszűnnek a versenyre szervezés munkái. Rövid pihenő után újra kezdődik a jövő évi felkészülés. Versenyzők és vezetők egy kis szabadidőhöz jutnak.

Ilyenkor szokásos az évi munka értékelése, az eredmények összeszedése, a rangsorolás elkészítése és a jövő évi tervek elkészítése. Ez sem könnyű, de kevesebb veszéllyel jár, mint a pályaidény szervező tevékenysége, a versenyekre való mozgósítás mindenirányú gondoskodása.

De míg az atléták, edzőik és vezetők egy kissé felszabadultabban lélegzenek fel az átmeneti időszak kezdetén, a szövetségekben most folyik a legnehezebb munka. Most kell elkészíteni a jövő évi versenynaptárt, összegezni az eredményeket, gyűjteni az adatokat, készíteni a kimutatásokat és rangsorokat. Minden percre szükség van, ha időben be akarjuk fejezni a határidős munkákat.

Egyes szövetségek már megkezdtek az évvégi "hajrát". Folytak a tárgyalások, készülnek a jegyzőkönyvek, kimutatások, összesítések, stb. Mindenütt olyan ez a munka, amilyen a hozzáállás, amilyen lelkesedéssel végzik azt. Társadalmi munkásainkra éppen most vár a legnehezebb feladat.

A kívülállók talán nem is tudják, mennyi minden szerepel ilyenkor egy szövetségi elnökségi ülés napirendi pontjai között, mennyi olyan kérdés merül fel, melyet meg kell tárgyalni, be kell illeszteni, meg kell másítani. A gyakorlat sokszor bebizonyította, hogy a leghelyesebb elképzelés, a legjobb előrelátás alapján készített terv is módosításra szorul bizonyos idő után. Ez fokozottan áll az élő sportra, annak vezetésére. Minden esztendő új feladatok megoldását teszi szükségessé, új körülményeket teremt és új igényekkel lép fel. Ezekhez pedig feltétlenül igazodni kell, követni kell a fejlődés útját, pótolni az előforduló hiányosságokat, tökéletesíteni a munkát.

Legjobb szakembereinkből álló szövetségeink Ulésein számtalan olyan javaslat születik, melyeket érdemes megtárgyalni. A hozzászólások, fejtegetések, javaslatok alapján olyan új elgondolások születhetnek, melyek döntően befolyásolhatják az elkövetkező idők munkáját és ezen keresztül annak eredményességét. Jó lenne, ha ezeket az elgondolásokat az egész országban ismertté tehetnénk, hogy mások is hasznosíthassák azt.

Szerkesztőségünk elképzelése szerint a beérkezett jegyzőkönyvek és jelentések főbb témakörét röviden ismertetjük, nyilvánosságra hozzuk, s ezeken keresztül módot adunk másoknak is, hogy azt jól kamatoztathassák.

Munkánkhoz azt kérjük a szövetségektől, hogy küldjék be Uléseik jegyzőkönyveit, a szövetség összefoglaló évvégi jelentését. Ezeket áttanulmányozzuk és a legértékesebb, legérdekesebbeket nyilvánosságra hozzuk.

Ezzel Atlétikánk új rovatot nyit, "A Szövetségek Élete" címmel. Reméljük, sok hasznos tudnivalót juttathatunk el olvasóinkhoz, a szakosztályok vezetőihez és a szövetségek munkatársaihoz.

Először a Magyar Atlétikai Szövetség Ügyvezető Elnöksége Uléseiről rövid ismertetés. A munka folyamatosságát célozza az a határozat, hogy egy-egy napirendi pont mindaddig jegyzőkönyvben marad, míg azt a kijelölt szerv el nem intézi. Így sokszor 30-40 pontot tárgyaló értekezletek voltak. Ezek azonban csak néha haladják túl a két órás időtartamot.

A hetenként kedden megtartott Uléseken legelőször az elmúlt ülés jegyzőkönyvi anyagát tárgyaljuk meg. Ilyenkor számol be a feladat elvégzésével megbízott elnökségi tag, főtitkár vagy felkért sportvezető az ügy elintézéséről. Ha végleges döntés nincs az ügyben, a kérdés továbbiakban is a napirendi pontok között szerepel.

Az 1965. szeptember 28-iki Ügyvezető elnökségi ülésen a következő főbb pontok szerepeltek:

1. A műanyag rudak téli tárolása
2. Az egyéni I. osztályú versenyekkel párhuzamos alacsonyabb osztályú versenysorozat beindítása.
3. Az országos mezei bajnokság terepének kijelölése.
4. Az edzőbizottság működési szabályzata.
5. A 20 km-es gyalogló bajnokság rövidebb volta miatt az eredményeket nem szabad elfogadni.
6. Az NDK-ban tartott edzőértekezlet őszi beszámolója.
7. A rudugró domb rajzának elkészíttetése.
8. A dobó edzések és versenyek fokozott figyelemmel történő rendezése.
9. Zsivótzky és Eckschmidt szabálmódosító javaslata.
10. A BEAC beadványa a női 800 m-es bajnokságról.
11. Sütő József japán meghívása.
12. A Propaganda Bizottság működésének megjavítása.
13. Koltai László beszámolója az Ifjúsági Barátság Kupa versenyről.
14. A téli fedettpálya és futófolyosók használata.
15. A megyei szövetségek elnökségi üléseinek jegyzőkönyvét kérjük beküldeni.
16. Az október 13-iki labdarugó mérkőzés kiegészítő atlétikai számai.
17. A Csepel SC és Borsod megye kérése Tormási Attila, illetve Tóth Gyula és Fazekas kassai indulása miatt.
18. A Pécsi Dózsa bejelentése az országos ifjúsági bajnokság rudugrása miatt.
19. A Ceglédi Járás panasza a pestmegyei váltóbajnokságok helye miatt.
20. A Sportszerkereskedelmi Vállalatnál külföldi sportszerek kaphatók.
21. Országos csucosok hitelesítése
22. Az Osztrák Atlétikai Szövetség meghívója edzőkonferenciára.
23. Javaslát MASZ jelvény rendszerezésére.
24. Nyíró György és dr. Sir József beszámolója a kassai Európa Kupa döntőjéről.
25. Dr. Sir József beszámolója a magyar-csehszlovák viadalról.
26. Minősítési színek felállítása azokban a serdülő számokban, amelyekben ilyen nincs.
27. Javaslát az egyesületi váltó csúcseredményekről.
28. Köszönő levelet kell küldeni az Universiade-n 1-6 helyezést elért versenyzőknek.
29. Köszönő levelet kell küldeni a csehszlovák-magyar viadalon közreműködő edzőknek.
30. A legutolsó elnökségi ülés jegyzőkönyvét és az Universiade értékelését át kell adni Bonn elvtársnak.
31. Fel kell állítani az Európa Bajnokságra készülő keretet.
32. El kell készíteni egy pályaépítési tervet.
33. A MASZ elnökségét meg kell erősíteni jól dolgozó sporttársakkal, viszont azok felmentését kell kérni, akik nem dolgoznak.

A MASZ Ügyvezető Elnöksége 1965. október 5-iki ülése:

1. A műanyag rudak tárolása
2. A mezei bajnokság terepének kijelölése.
3. Az Edző bizottság anyagának megtárgyalása.
4. A rudugró domb rajzának elkészítése.
5. A dobó edzések és versenyek megtartásának feltételei
6. Zsivótzky-Eckschmidt féle javaslat.
7. A Propaganda Bizottság munkájának megerősítése
8. A pályaépítési terv elkészíttetése.
9. A MASZ elnökségének megerősítése.
10. Alacsonyabb osztályú versenysorozatok beiktatása.
11. A téli futófolyosó használata.
12. A Valzzó panasza az elhalasztott 5000 és 3000 akadályfutás ügyében.
13. A Pécsi Dózsa panasza az ifjúsági bajnokság rudugrása miatt.
14. Az Ifjúsági Bizottság elkészíti a serdülő szintek javaslatát.
15. Az 1966-évi felkészítési program.
16. A budapesti és vidéki szövetségek határidőre adják be a területükön működő sportkörök atlétáinak adatait.
17. Dr. Sir József tájékoztatója az IAAF New-York-i tanácsulésről.
18. Várszegi versenyszabály módosító javaslata
19. Csucshitelesítések.
20. Harmati Sándor engedélykérése a pozsonyi edzőkonferenciára.

A MASZ Ügyvezető Elnöksége 1965. október 12-iki ülése:

1. A műanyag rud tárolására nincs utasítás.
2. A mezei bajnokság terepét még nem jelölték ki.
3. Dr. Sir József elkészítette az Edző Bizottság működési javaslatát. A személyi összetétel javaslatára megbízzák Németh és Farkas sporttársakat.
4. Nem készült el a rudugró domb rajza. Vele kapcsolatban egy ujtáson dolgoznak, mely ha elkészült, elkészítik a rajzot.
5. A Versenyszervezési és Versenybírói Bizottság nem készítette még el a dobó versenyek és edzések vezetésének fokozott figyelemmel való tartására az előírást.

6. Zsivótzky és Eckschmidt javaslatát a Versenyszervezési Bizottság tárgyalja. Várjuk véleményüket.
7. A Propaganda Bizottságba a következő személyi javaslat érkezett: Farkas Pál, Subert Zoltán, László István, Pásztor Lajos, Szepes Béla és Kovács Sándor. A bizottságot össze kell hívni az új feladatok végrehajtása miatt.
8. A pályaépítési tervek miatt fel kell venni a kapcsolatot az MTS Terv- és Beruházási Osztállyal.
9. A Lugano Kupán résztvevő gyaloglók hazaérkeztek, Fehérvári sporttárs számoljon be a versenyről.
10. A Versenybíró Bizottság vizsgálja a Pécsi Dózsa panaszát az ifjúsági rudugró bajnoksággal kapcsolatban.
11. Az Ifjúsági Bizottság még nem adta be az új serdülő szintekre javaslatát.
12. Subert Zoltán elkészíti az egyesületi váltó csucsokat.
13. Dr. Sir József által elkészített felkészülési programot sokszorosítva ki kell küldeni az elnökségi tagoknak.
14. November 4-én elnökségi ülést kell tartani. Műsorát Nyirő György állítja össze.
15. Nem küldtük még ki a leveleket, melyekben a sportköröktől a legjobb eredményeket kérjük.
16. Várszegi szabálymódosító javaslatát az Ifjúsági Bizottságnak adtuk ki megvitatásra.
17. Egy verseny keretében lehet-e kétszer csucsozt javítani és mindkettő hitelesíthető-e? Meg kell tudni az IAAF-től...
18. Harmati sporttárs kérését beadtuk az MTS-hez. Válasz még nem érkezett.
19. Németh elvtárs javasolja, hogy jelvényt és nyakkendőt rendszeresítsünk. A terveket Szepes Béla elkészíti.
20. Az MTK kéri, hogy a csepeli 10 km gyaloglóversenyén II. osztályú ifjúsági atléták is indulhassanak. Az Ügyvezető Elnökség engedélyezi ilyen osztályú versenyzők indulását.
21. Az MTS Sportszövetségi Osztálya értesítést küldött, hogy a zalamegyei TS november 26-án tárgyalja a megyei atlétika helyzetét. Erre Zsigmond Mátyás sporttárs utazzon le.
22. Christian sporttárostól több javaslat érkezett a vidékieket érintő kérdésekben. A megvalósítás lehetőségeit a legközelebbi ülés tárgyalja majd.
23. Mátraházi sporttárs beszámolt a kassai maratoni versenyről.

.....

Vidékről két megyei szövetségi elnökségi ülésről érkezett jegyzőkönyv. Ezek röviden az alábbiakat tartalmazza:

A békésmegyei szövetség 1965 október 1-én ülésezett.

Határozatai:

1. A Gyulai MEDOSZ és az Orosházi Kinizsi nem küldte be a hároméves fejlesztési tervet. Pótlólag készítsék el és küldjék meg.
2. A megyei váltóbajnokságokat október 9-én 15.00 és 10-én 9.00 órai kezdettel rendezik Békéscsabán a VTSK pályán. A megyei összetett bajnokságokat Gyulán, október 17-én 9.30 órakor tartják. Mivel ezek összeesnek az országos bajnokságokkal, az ott résztvevő eredményeket be kell számítani a bajnoki pontversenybe.
3. Október 24-én lesz a Gyulai MEDOSZ tehetségkutató versenye. Október 24-én Szolnokon lesz a Jászberény-Nagykőrös-Békéscsaba területi bajnoksága. A városok serdülő és ifjúsági versenye október 31-én Gyulán lesz.
4. Az Orosházi Kinizsi megszüntette az atlétikai szakosztály támogatását. Az ifjúsági bajnokságon résztvevők saját költségükön utaztak. Az összetett bajnokságon esélyes Annus Andor költségeit az MTS fedezi. Elfogadják a szakosztály edzőjének javaslatát, hogy a szakosztály más sportkörhöz kerüljön, mely biztosítani tudja a működést.
5. Elfogadják a Békéscsabai MÁV javaslatát, hogy Gyomán kihelyezett szakosztályt létesítsen.
6. Gyetvai György kifogásolja, hogy a SZEAC átigazolás nélkül indította Szabó György versenyzőjét.
7. Az elnökség egyetért azzal, hogy Gyula és Orosháza közös csapattal vegyen részt az országos ifjúsági női csapatbajnokságon. A gyenge férfi csapat pedig ne vegyen részt benne.
8. Egyetértenek azzal, hogy a Békéscsabai Dózsa az 1966-os országos csapatbajnokságon az NB I/b-ben vegyen részt.
9. Javasolja az elnökség, hogy Békésmegye férfi válogatottja az országos csapatbajnokság NB I/b osztályában induljon, ha abba besorolást nyer.
10. Helytelennek nyilvánítja az elnökség, hogy egyik sportkör vezetője ígéretekkal igyekszik a versenyzőt sportkör változtatásra bírni. Kéri a szakosztályok vezetőit, edzőit, hogy átigazolási kérdésben először az érdekelt sportkör vezetőségével tárgyaljanak.



A borsodmegyei szövetség 1965 október 8-iki ülése az alábbiakat tárgyalta:

1. Ismertetik az 1966. évi versenynaptárt
2. Kifogásolják a május havi tulzsufolt programot. Az erre a hónapra kiírt országos versenyt későbbi időpontra tegyék. Ezzel az elnökség egyetért.
3. A versenynaptár szerint a felnőtt országos összetett bajnokságot korábban rendezik mint a megyeit. Javasolják, hogy egy héttel hozzák az országos bajnokság elé.
4. A fedettpályás versenyekkel kapcsolatban az alábbiakban állapodnak meg:
 - a/ Miskolc város felnőtt és ifjúsági fedettpályás versenyait február 6-án a Fazekas uti általános iskolában tartják.
 - b/ Ugyanitt lesz a serdülők versenye február 13-án
 - c/ Ózdon február 20-án kerül sorra, míg az Ózdi Kohász a Salgótarjáni Kohász-szal április 24-én rendez páros versenyt.
 - d/ Az Ózdi Kohász május 1-én Ünnepi pályaversenyt rendez.
 - e/ Az Ormosbányai Bányász 1965 október 30-án közös versenyt rendez a Budapesti Építőkkal.
 - f/ A DVTK stadionban a városi szövetség október 24-én tart versenyt.
5. Nagy Ferenc elnök tomácsolta az országos szövetség dicséretét az Universiaden résztvevő hét versenybírónak.
6. Javasolja az elnök, hogy Nemes Péter, Dombovári Károly, Majoros István, Jakau József, Ablonczy Bertalan, Jenkei Ferenc és Novák Pál sporttársakat jegyzőkönyvi dicséretben részesítsék.

Mint látható, a szövetségek elnökségei előtt sok és különféle tárgyú javaslat és elintézendő ügy fekszik. Az ismertetett három szövetségi ülés jegyzőkönyvi kivonatai azt bizonyítják, hogy mindenütt van probléma bőven, rendszeresen kell foglalkozni velük és semmilyen kérdést sem szabad elhanyagolni.

Nem lesz érdektelen, ha jövőben rövid ismertetést adunk az egyes megyék szövetségeinek üléseiről, az ott elhangzottakról. Ezekből a többiek is tanulnak. A tapasztalatok alapján komoly szövetségi élet alakulhat ki. A fentiekhez, hasonló beszámoló jó azért is, mert így jobban látja az országos elnökség a vidék problémáját, közelebb hozza azokat és tisztán látja, hogy melyik területen milyen a vezetés munkája.

Farkas Pál

A Csongrád Megyei Atlétikai Szövetség

"KÖNNYŰATLÉTIKAI HIRADÓJA" 1966 januárjában ünnepi megjelenésének tizedik évfordulóját. Gratulálunk a szerkesztőknek és kívánjuk, hogy még hosszú éveken keresztül szolgálják a megye atlétikai életét, építsék ki még szorosabbra a szövetség és a sportkörök közötti kapcsolatot. Szeretnénk, ha rövid időn belül jól szerkesztett lapjuk sok és kiváló eredményt közölhetne, további szép sikerekről számolhatnánk be a régebben országunk legnagyobb vidéki atlétikai gócpontunk életéből.

Hosszabb idő óta rendszeresen kapjuk a csupán hatvan példányban megjelenő lapot. Anyagának összeállítása, elrendezése, az őszinte bírálat hangja sokszor példaként állhat bárki előtt.

Dr. Monostori Tibor, lelkes sportbarátunk a lap szerkesztője azonnal közli a legfrissebb híreket, eredményeket, pontversenyek állását, de módot talál arra is, hogy rövid hírekben számoljon be a hazai és külföldi fontosabb és jobb eredményekről is.

Lapozzuk végig a jól kihasznált, tizenkét oldalt: A futó atléta rajzával díszített első oldalon "Férfi atlétáink az NB I-ben" címmel méltatja a "Szeged"-néven szereplő csapat ponteredményeit és veretlenségét. Elégedetten nyilatkozik a női csapat negyedik helyéről. Végezetül pedig köszönetet mond az atlétáknak, edzőknek, szakvezetőknek és szervezőknek a siker érdekében kifejtett munkájukért.

A következő oldalon a szeptember hónapban megjelent atlétikai tárgyú ujságcikkekkel foglalkozik, majd ismerteti a szeptember 26-i hatállyal közzétett országos bajnoki pontverseny állását, mely szerint az SZVSE Tatabánya után a legjobb vidéki sportkör, kilencedik helyével.

Röviden beszámol a Kassán megrendezett maratoni versenyről, az országos vidéki bajnokság pontversenyéről és a megyék közötti Béke Kupa ponteredményeiről.

Elismerően emlékezik meg a SZEAC magasugrónőjéről, Várkonyi Ágnesről, aki a szegedi Orvostudományi Egyetem III. éves hallgatója és az idei egyetemi "Jó tanuló- jó sportoló" vándordíj nyertese. Mi is őszinte jókívánságainkat fejezzük ki Várkonyi Ágnesnek és kívánjuk, hogy további egyetemi vizsgáit is kitüntetéssel tegye le.

A "Hivatalos Közlemények"-ben a szakosztályoktól a minősítésekhez és érvényesítésekhez szükséges adatokat kéri a Nyilvántartó Bizottság vezetője, Keszthelyi Gábor.

Ezután eredmények következnek, megfelelő méltatással, illetve bírálattal. Közöttük helyet kapott a falusi Kilián Kupa eredményeinek közlése és méltatása is.

Külön megemlékezik a Híradó Tóth Gyuláné, Gelei Éva őszi sikeres szerepléséről a magyar válogatottban és az Európa Kupa versenyében.

Végül a "Tömegek és szép küzdelmek a területi csapatbajnokságon" című cikk megemlékezik az ott szereplő csapatokról és egyénekről, dicséri a jó szervezőket és kiemeli a legjobban szereplő sportköröket.

A "Bel- és külföldi telekhírek" között megemlékezik Zsivótzky új világcsúcshoz és Press nővérek Kassalban elért világcsúcsairól.

Az érdekes és igen hasznos kis szövetségi lap nagyon fontos szerepet tölt be a megye atlétikájának életében. Ha minden megyei szövetség ilyen vagy hasonló kis sokszorosított lapot szerkesztene, jobban tudná irányítani a megye életét, nyomtatásban adhatná közre az eredményeket és helyes bírálat hangján javíthatna a szervezés, vezetés és nevelés munkájában.

Mindez természetesen csak akkor valósítható meg, ha a szövetség talál olyan lelkes aktivát, mint a szegedi Monostori, ha a többiek is hozzájárulnak a szerkesztési munkához és ha mindenki szívesen veszi a tárgyilagos bírálat hangját.

Szerkesztőség

Az év magyar atlétikai „termése”: 49 felnőtt és ifjúsági rekord május-október között

Lassan véget ér az atlétika 1965-ös versenye. A statisztikusok már készítik a különböző mérlegeket, feldolgozzák az eredményeket, összegezik 1965. „rekord-termését”. Ime néhány adat:

A csehszlovák Danek 65.22 méteres nagyszerű teljesítménye volt az idén sorrendben a 40. világcsúcs, igaz, ebből 5 „osak” beállítás. A világcsúcsok közül 18 egyben Európa-csúcs is. Örvendetes, hogy a legjobbak között magyar versenyző neve is található: Zsivótzky Gyuláé, aki a kalapácsvetésben 73.74 méterrel került a világcsúcsstartók közé.

Mit mutatnak a magyar eredmények? május 10 - október 10-3 között összesen 49 férfi és női felnőtt és ifjúsági csúcsot lehet elkönyvelni /17 férfi felnőtt és 2 beállítás, 19 férfi ifjúsági, 8 női felnőtt és 1 beállítás, 2 női ifjúsági/. Az eredmények közül tizet külföldön, három vidéken, harminchatot pedig Budapesten állítottak fel. Az 1965. évi magyar csúcsok a következők:

Férfiak:

felnőtt:

3 mérföld	13:07.6 p	Mecser Lajos
5.000 m	13:40.0 p	Mecser Lajos
10.000 m	28:31.2 p	Mecser Lajos
4x400 m	3:08.7 p	Universiade válogatott
svédváltó	1:55.5 p	BEAC
10 km gyalogl.	43:12.0 p	Dalmati János
20 km "	1:29:08.2 p	Kiss Antal
magas	209 cm	Medovárszki János
hármas	16.22 m	Kalocsai Henrik
	16.54 m	Kalocsai Henrik
rud	451 cm	Miskei János
	455 cm	Miskei János
	455 cm	Schulek Ágoston
	465 cm	Schulek Ágoston
	465 cm	Miskei János

gerely	83.68 m	Kulcsár Gergely
	84.18 m	Kulcsár Gergely
kalapács	73.74 m	Zsivótzky Gyula
	/világ és európa-csúcs/	
tízpróba	7341 pont	Bakai József

ifjúsági

100 m	10.4 mp	Hajdu Lajos
800 m	1:52.5 p	Aradi András
	1:51.1 p	Mohácsi Péter
1500 m	3:47.5 p	Mohácsi Péter
4x800 m	7:55.4 p	MTK
4x1500 m	16:28.6 p	Bp. Honvéd
Távol	727 cm	Németh Miklós
gerely	72.63 cm	Németh Miklós
	73.50 m	Németh Miklós
	74.38 m	Németh Miklós
	75.64 m	Németh Miklós
	76.22 m	Németh Miklós
	78.22 m	Németh Miklós
diszkosz		
/1.5 kg/	63.20 m	Faragó János
	63.64 m	Faragó János
	63.88 m	Faragó János
/2 kg/	54.83 m	Faragó János
kalapács	60.52 m	Gremberger A.

NŐK:

felnőttek:

200 m	23.8 mp	Nemesháziné
		Markó Margit
500 m	1:12.1 p	Szabóné Nagy Zs.
80 m gát	11.1 mp	Kovács Anna-Mária
diszkosz	55.94 m	Stugner Judit
	56.98 m	Stugner Judit
	57.34 m	Dr. Kleiberné
		Kontsek Jolán
	57.86 m	Dr. Kleiberné
		Kontsek Jolán
gerely	58.36 p	Rudasné Antal M.
ötpróba	4606 p	Kovács Anna-Mária

Ifjúságiak:

magas 164 cm
gerely 52.18 m

Gulyás Ágota
Németh Angéla

Amint az eredményekből is kitűnik, a legeredményesebb versenyző 1965-ben az ifjúsági Németh Miklós /Vasas/ volt, aki a távolugrásban és a gerelyvetésben hétszer javított csúcst. /MTI/ /X/

EREDMÉNYEK

Az 1965. évi országos felnőtt ifjúsági és serdülő váltóbajnokság

/Budapest, 1965, október 9-10. Honvéd Tűzér u. pálya/

FELNŐTT FÉRFIAK:

4x100 m váltó:

I. időfutam:

- | | |
|--|------|
| 1. Bp. Honvéd "A" /Csutorás, Gyulai, Kalocsai, Kiss/ | 42.3 |
| 2. DVTK /Bánhidi, Molnár, Kemény, Topor/ | 43.7 |
| 3. U. Dózsa "A" /Mező, Ringhoffer, Titkos, Takács/ | 44.7 |
| 4. FTC /Bálpataki, Székely, Pászt, Kálmán/ | 45.2 |
| 5. TFSE tulváltott | |

II. időfutam:

- | | |
|---|------|
| 1. BEAC /Petrovics, Spányik, Mihályfi, Demeter/ | 42.3 |
| 2. MAFC /Rozsnyai, Népesi, Végh, Gaál/ | 42.8 |
| 3. T. Bányász /Molnár, Ogonovszky, Sile, Babos/ | 43.8 |
| 4. Csepel SC /Tell, Hossala, Kárai, Gyöngyösi/ | 47.7 |

III. időfutam:

- | | |
|---|------|
| 1. U. Dózsa /Zászló, Szabados, Istóczy, Rábai/ | 41.8 |
| 2. Vasas "A" /Fluck, Ivanov, Nemesházi, Vértesi/ | 43.2 |
| 3. BEAC "B" /Császá, Korongi, Ortutai, Blazsek/ | 44.6 |
| 4. Veszpr. Haladás /Maké, Scherer, Tornyai, Hengel/ | 45.9 |
| Bp. Honvéd "B" pályelhagyás miatt törölve | |

A döntőben:

- | | |
|---|------|
| Bajnok: Bp. Honvéd "A" /Csutorás, Gyulai, Kalocsai, Kiss/ | 41.1 |
| 2. U. Dózsa /Zászló, Szabados, Istóczy, Rábai/ | 41.3 |
| 3. BEAC /Petrovics, Spányik, Mihályfi, Demeter/ | 41.5 |
| 4. Bp. Vasas /Fluck, Ivanov, Nemesházi, Vértesi/ | 42.1 |
| 5. MAFC /Rozsnyai, Népesi, Végh, Gaál/ | 42.2 |
| 6. DVTK /Bánhidi, Molnár, Kemény, Topor/ | 43.9 |

4x200 m váltó

I. időfutam:

- | | |
|---|--------|
| 1. BEAC "A" /Petrovics, Spányik, Mihályfi, Demeter/ | 1:29.4 |
|---|--------|

- | | |
|---|--------|
| 2. TFSE /Ponicsán, Oros, Ádám Hajdu/ | 1:30.2 |
| 3. Vasas "A" /Jeszenői, Farkas, Vértesi, Nemesházi/ | 1:31.1 |
| 4. Bp. Honvéd "C" /Hubai, Tóth, Kovács, Harai/ | 1:33.7 |
| Vasas Izzó tulváltott | |

II. időfutam:

- | | |
|--|--------|
| 1. U. Dózsa "A" /Zászló, Ringhoffer, Istóczy, Rábai/ | 1:29.1 |
| 2. Bp. Honvéd "B" /Hámori, Cziffra, Puczkó, Baran/ | 1:31.2 |
| 3. DVTK /Bánhidi, Molnár, Kemény, Stoll/ | 1:32.6 |
| 4. BEAC "B" /Koronghi, Soltész, Kalló, Ortutai/ | 1:32.6 |

III. időfutam:

- | | |
|--|--------|
| 1. Bp. Honvéd "A" /Csutorás, Gyulai, Kalocsai, Kiss/ | 1:30.0 |
| 2. MAFC /Végh, Tóth, Gaál, Rozsnyai/ | 1:31.7 |
| Bp. Előre szabálytalanul versenyzett | |

A döntőben:

bajnok:

- | | |
|---|--------|
| 1. U. Dózsa /Zászló, Ringhoffer, Istóczy, Rábai/ | 1:26.6 |
| 2. BEAC /Petrovics, Spányik, Mihályfi, Demeter/ | 1:27.0 |
| 3. Bp. Vasas /Jeszenői, Farkas, Vértesi, Nemesházi/ | 1:29.4 |
| 4. TFSE /Ponicsán, Oros, Ádám Hajdu/ | 1:30.6 |
| 5. Bp. Honvéd "B" /Hámori, Cziffra, Puczkó, Baran/ | 1:37.1 |
| A Bp. Honvéd "A" csapata előváltott | |

4x400 m váltó:

/2 időfutam alapján/

- | | |
|--|--------|
| bajnok: Bp. Honvéd /Csutorás, Gyulai, Kiss, Kalocsai/ | 3:14.2 |
| 2. U. Dózsa /Benkő, Rábai, Nagy, Istóczy/ | 3:14.8 |
| 3. Bp. Vasas /Jeszenői, Vértesi, Ivanov, Nemesházi/ | 3:18.0 |
| 4. BEAC /Petrovics, Császá, Spányik, Mihályfi/ | 3:19.1 |
| 5. V. Izzó /Munkácsi, Turóczy, Pioker, Klekner/ | 3:25.3 |
| 6. DASE /Mogyorós, Rábold, Kocsondi, Vojta/ | 3:25.7 |
| 7. T. Bányász /Sille, Molnár, Barta, Babos/ | 3:26.3 |
| 8. Győri Dózsa /Kiss, Babos, Hollósi, Csontos/ | 3:26.7 |
| 9. Komló Bányász /Vámos, Prohászka, Garbacz, Betlehem/ | 3:27.6 |
| 10. Bp. Előre /Fodor, Földesi, Grimann, Ókrös/ | 3:29.0 |

11. Bp. Honvéd "B" /Baram,
Regényi, Biró, Tóth 3:29.4
Veszpr. Haladás pályaelhagyás miatt
törölve

4x800 m váltó:
/2 időfutam alapján/

bajnok: U. Dózsa /Benkő, Nagy K, Pamuki, Nagy I./	7:42.8
2. Bp. Honvéd "A" /Kapás, Kiss I., Jóni, Sipos/	7:44.4
3. Bp. Vasas /Sovák, Szekeres, Szentiványi, Szerényi/	7:46.2
4. Komló Bányász /Betlehem, Porháska, Fogarasi, Garbacz/	7:58.4
5. MAFK /Farkas, Csiru, Tóth, Ligetkúti/	8:03.6
6. T. Bányász /Siller, Barta, Molnár, Drehorek/	8:05.2
7. Győri Dózsa /Hollósi, Babos, Csontos, Kiss Gy/	8:06.2
8. DVSC /Tóth, Suba, Kerékgéártó, Nagy/	8:06.6
9. Bp. Honvéd "C" /Táncos, Dudás, Hazai, Tóvölgyi/	8:18.2
10. Törekvés /Huszt, dr. Jánosi, Szabó, Farkas/	8:27.8
11. BEAC /Ortutai, Szántai, Tarjáni Janek/	8:39.2

Bp. V. Meteor szabálytalan versenyzés, a
Honvéd "B" pályaelhagyás miatt kizárva

4x1500 váltó:

bajnok: Bp. Vasas /Szerényi, Szekeres, Szentiványi, Sovák/	15:41.0
2. U. Dózsa /Máté, Nagy, Pamuki, Nagy I./	15:53.8
3. Bp. Honvéd "A" /Szpodnyi, Magyar, Kiss, Jóni/	15:54.0
4. V. Meteor /Kátai, Mjedovszki, Chikány, Mácsár/	16:13.4
5. Nyiregyh. VSC /Fejér, Kiss, Raffai, Ormos/	16:39.6
6. BEAC /Janek, Szántai, Tarjáni, Semberi/	16:50.6
7. Bp. Honvéd "B" /Sipos, Dudás, Grébel, Tóvölgyi/	16:51.6
8. Bp. Honvéd "C" /Táncos, Fábán, Keskeny, Gruder/	16:59.6
9. Törekvés /Dr. Jánosi, Huszt, Farkas, Szabó/	17:23.4
10. Szegedi VSE /Bárány, Huszár Simoncsics, Lovas/	17:39.0

I F J U S Á G I F É R F I A K :

I. időfutam: 4x100 váltó:

1. FTC /Papp, Korolovszki, Kalovits, Bodor/	44.0
2. MTK /Fa, Bátor, Speer, Lugosi/	44.3
3. Vasas SC /Koppány, Szendrőnyi, Meyer, Sebestyén/	44.8
4. V. Izzó /Vukmann, Horváth, Nyári, Gulyás/	44.9
5. Bp. Honvéd "B" /Bud, Pető, Milossyn, Dékány/	45.2

II. időfutam:

1. U. Dózsa /Bóta, Fellner, Horváth L, Horváth I./	43.4
2. Bp. Honvéd "A" /Erdőházi, Kárpáti, Szmodics, Nyiregyházi/	43.4
3. Miskolci VSC /G. Nagy, Kőrösi, Egri, Németh/	46.8

T. Bányász túlváltás és pályaelhagyás miatt
törölve

A döntőben:

bajnok: U. Dózsa /Bóta, Fellner,	43.4
2. V. Izzó /Vukmann, Horváth, Nyári, Gulyás/	44.4
3. Bp. Vasas /Koppány, Szendrőnyi, Meyer, Sebestyén/	44.4
4. MTK /Fa, Bátor, Speer, Lugosi/	45.0

Bp. Honvéd "A" túlváltott, FTC nem futott be.

4x200 váltó:

I. időfutam:

1. FTC /Papp, Kalovits, Korolovszki Bodor/	1:34.0
2. U. Dózsa /Horváth I., Horváth L, Botta, Fellner/	1:34.1
3. V. Izzó /Vukmann, Horváth, Nyári Gulyás/	1:34.9
4. Bp. Honvéd /Milassin, Pető, Dékány, Bud/	1:36.0

II. időfutam:

1. Bp. Honvéd "A" /Nyiregyházi, Kárpáti, Szmodics, Erdőházi/	1:34.3
2. Bp. Vasas /Podolecz, Koppányi, Mérei, Sebestyén/	1:35.2

A Szivári MÁV csapatát előváltás miatt
kizárták

A döntőben:

bajnok: FTC /Papp, Kalovits, Korolovszki, Bodor/	1:30.2
2. Bp. Honvéd "A" /Nyiregyházi, Kárpáti, Szmodics, Erdőházi/	1:31.2
3. U. Dózsa /Horváth I., Horváth L Botta, Fellner/	1:32.8
4. V. Izzó /Vukmann, Horváth, Nyári, Gulyás/	1:33.6
5. Bp. Vasas /Podolecz, Koppányi, Mérei, Sebestyén/	1:33.6
6. Bp. Honvéd "B" /Milassin, Pető, Dékány, Bud/	1:38.1

4x400 váltó:

/2 időfutam alapján/

bajnok: Bp. Honvéd "A" /Erdőházi, Kárpáti, Nyiregyházi, Varga/ országos ifjúsági egyesületi csúcs	3:23.9
2. U. Dózsa /Horváth I., Horváth F Horváth L, Fellner/	3:25.4
3. Csepel SC /Báthori, Hoolhauser Ujvári, Hegyi/	3:25.9
4. MTK /Báthori, Felsővályi, Kovács, Mohácsi/	3:26.1
5. Váci Vasas /Tóth, Huszák, Zula, Karcag/	3:36.9
6. T. Bányász /Lelkes, Anderla, Seprényi, Tölgyesi/	4:00.7

A Bp. Vasas és Bp. Póstás csapatát pályael-
hagyás miatt kizárták

4x800 m váltó:

/3 időfutam alapján/

bajnok: MTK "A" /Mihályka, Felsővályi, Kovács, Mohácsi/	7:58.8
2. Bp. Honvéd "A" /Keskeny, Kárpáti Török, Kató/	8:01.2
3. Bp. Vasas /Dusnoki, Kardos, Hazai, Németh/	8:13.4
4. Bp. Honvéd "B" /Ócsi, Ladányi, Varga, Remenák/	8:15.0
5. Pécsi Dózsa /Jakabos, Varga Gyenezse, Solti/	8:17.8

6. Debr. Építők / Pockodi, Szabó, Oroszázi, Rózsa/	8:26.0
7. Váci Vasas / Huszár, Sági, Karcag, Zala/	8:28.8
8. MVSC / Liszka, Bence, Szabó, Juhász/	8:28.8
9. Bp. Pósta / Regős, Zsimka, Váradi Kamarás/	8:30.2
10. Bp. Építők / Szörényi, Szécsényi, Kozma, Milosevics/	8:32.8
11. V. Izzó / Vas, Szeder, Vasas, Megyeri/	8:35.6
12. FTC / Ács, Éder, Fehérvári, Polgár/	8:38.0
13. T. Bányász / Tölgyesi, Játékos, Mózes, Molnár/	8:45.2
14. Törökvész / Udvaros, Ferenci, Tóth, Dobai, /	8:50.7
15. MTK "B" / Gondos, Gyikó, Szakál Gáspár/	8:51.7
16. Honvéd "C" / Erdőházi, Nyiregyházi, Dékány, Bud/	8:51.8
17. Székesfehérv. MÁV / Salamon, Takács, Ultz, Rózsa/	8:54.0
18. XV. ker. Vasas / Kiss, Hargittai, Tancsali, Urbán/	8:59.6
19. Gd. MEDOSZ / Kőrmendi, Pintér, Csordás, Széll/	9:00.4

4x1500 váltó:

bajnok: Bp. Honvéd "A" / Keskeny, Török, Kató, Remenák/	16:28.6
orsz. ifj. egyesületi csúc	
2. Bp. Vasas / Hazai, Németh, Kardos, Vers/	16:45.8
3. MTK "A" / Kovács, Felsővályi, Mihályka, Mohácsi/	17:00.8
4. Pécsi Dózsa / Jakabos, Varga, Gyénise, Solti/	17:01.8
5. U. Dózsa / Rakk, Géczi, Nagy, Tóth/	17:02.2
6. FTC / Ács, Ider, Fehérvári, László/	17:31.8
7. V. Izzó / Szeder, Kiss, Vasas Megyeri/	17:46.4
8. T. Bányász / Molnár, Tölgyesi, Játékos, Mózes/	17:48.5
9. Bp. Honvéd "B" / Varga, Pataki, Ladányi, Öcsi/	17:56.4
10. Miskolci VSC / Gyuricza, Benoze Juhász, Szabó/	18:08.4
11. Gd. MEDOSZ / Kőrmendi, Széll, Pintér, Csordás/	18:37.4
12. MTK "B" / Szakáll, Gyikó, Gáspár, Gondos/	18:50.4

F I U S E R D Ű L Ő K :

4x100 váltó:

I. időfutam:

1. Csepel SC "B" / Mester, Alberti, Aradi, Nagy/	46.7
2. Központi SI "A" / Kovács, Bánvölgyi, Tóth, Varga/	46.9
3. Miskolci Földes g. / Mráz, Mészáros, Kosztula, Dudra/	48.4
4. Bp. Vasas "A" / Jagrik, Haino, Varga, Szüle/	48.4
5. PEAC / Sclymosi, Tihanyi, Máté, Dévai/	48.7

II. időfutam:

1. Pécsi Dózsa / Radnóti, Selmi, Lőrincz, Kaluber/	46.9
2. Debreceni SI / Pető, Tóth, Szácsi, Szilágyi/	47.0
3. U. Dózsa / Hajdan, Kiss, Kővesi, Boros/	51.3
XIV. ker. SI tulváltott.	

III. időfutam:

1. Előre SC / Zsolnai, Velekei Máriási, Paprik/	48.7
2. Dunaujv. 316. ITSK / Arvai, Péter, Dubanszki, Balogh/	48.8
3. XVIII. SI / Vozáli, Szauer, Pető, Werner/	49.5
4. Csepel SC "C" / Radnai, Krasznánszky Zoborszki, Balogh/	51.3
Az MTK csapatát előváltás miatt kizárták	

IV. időfutam:

1. Miskolci VSC / Kemény, Berzi, Szűcs, Madarász/	47.5
2. Csepel SC "A" / Viskovics, Fejes, Greistenberg, Bálint/	47.7
3. Vasas ETO / Bors, Zuber, Garancsi, Brückner/	48.6
4. Központi SI "B" / Tóth, Noszlopi, Debreceni, Hargitta/	49.5
A Bp. Honvéd csapat tulváltás miatt kizárva	

A döntőben:

bajnok: Központi SI "A" / Kovács, Bánvölgyi, Tóth, Varga/	46.0
2. Pécsi Dózsa / Radnóti, Selmi, Lőrincz, Kaluber/	46.6
3. Csepel SC "B" / Radnai, Krasznánszky, Zoborszki, Balogh/	46.7
4. Debreceni SI / Pető, Tóth, Szácsi Szilágyi/	46.9
5. Miskolci VSC / Kemény, Berzi, Szűcs, Madarász/	47.0
A Csepel SC "A" csapata tulváltott	

4x800 m váltó:

/3 időfutam alapján/

bajnok: Komló Bányász / Horváth, Kutasi, Kanizsai, Kósa/	8:32.8
2. Pécsi Dózsa / László, Gluck, Szarka, Kaluber/	8:43.9
3. Nyiregyházi VSC / Benkei, Sarkadi, Németh, Vaskó/	8:45.6
4. Központi SI / Papp, Cihák, Paszkó, Szténák/	8:50.8
5. Székesfehérv. MÁV / Lencsés, Kamfár, Hege, Bodor/	8:56.0
6. V. Izzó / Hladony, Jánosi, Nagy Fekete/	8:56.8
7. Miskolci 100 ITSK / Illés, Horváth, Tóth, Ceglédi/	8:57.0
8. Bp. Vasas / Tóth, Egyee, Katona, Varga/	8:57.3
9. U. Dózsa / Pálházi, Hühler, Juhász, Siklósi/	9:02.9
10. Bp. Előre / Zsolnai, Selján, Velekei, Duschák/	9:03.2
11. Bp. Honvéd / Bátor, Dus, Bodnár, Szűcs/	9:04.0

12. Törekvés / Hanlóczi, Kőcze, Bihari, Horváth/	9:13.8	15. MTK / Cseh, Bongrácz, Farkas, Genezuiger/	9:26.4
13. T. Bányász / Sárközi, Anderla, Takács, Vimrázy/	9:26.4	16. Ajkai Építők / Csizmadia, Bakos Mező, Kósa/	9:30.2
14. Győri Dózsa / Szalóki, Kozner, Antal, Kardos/	9:21.2	17. Albertirs. VSE / Giba, Sásdi, Turcsán, Kovács/	9:34.6



HIVATALOS KÖZLEMÉNY

Az országos ifjúsági bajnokság első napján a nagy eső miatt félbe kellett szakítani - több versenyszámmal együtt - a rudugrást is. A megismételt verseny alkalmával történt értékelésnél nem volt meg az előző félbeszakadt verseny jegyzőkönyve s így az ott elért jobb eredményeket nem vették figyelembe a díjkiosztásnál. A Pécsi Dózsa panaszára a MASZ Ügyvezető Elnöksége a Versenyszervező Bizottsággal megvizsgáltatta az ügyet és a jelentés alapján módosította a kihirdetett eredményt, mely helyesen az alábbi:

<u>Bajnok:</u>	Csaba Gábor	Bp. Vasas	390
2.	Loth Elemér	U. Dózsa	380
3.	Anderle Dénes	U. Dózsa	370
4.	Szmodics József	Bp. Honvéd	360
5.	Seper József	Bp. Vasas	360
6.	Kulisch János	Pécsi Dózsa	350

7-8. Erdőházi László Bp. Honvéd és Balanyi Szilveszter NK. Kinizsi 340, 9. Gyurján János U. Dózsa 320, 10. Schulek János Bp. Vasas 320, 11. Koczor János Bp. Építők 300.

/A legutolsó számban ezért nem közöltük a rudugrás eredményét/

A kiadóhivatal közleménye

Kérjük előfizetőinket, hogy az 1966. évre esedékes előfizetési díjat - amennyiben ez még nem történt meg - a laphoz mellékelt befizetési lapon a 09.915.091-46 sz. Sport Lapkiadó és Propaganda Vállalat, Budapest, számlára 1965. dec. 31-ig szíveskedjenek bármely Postahivatalnál befizetni, hogy a lap jövő évi folyamatos küldése biztosítva legyen.

Uj előfizetés esetén kérjük a "befizetési lap" hátoldalán az "uj előfizető" megjelölést feltüntetni.

A lap előfizetési díja 1 évre 36.- Ft, külföldre 42.- Ft.

Figyelem: A lap előfizetésével, küldésével, árusításával kapcsolatban felvilágosítást ad a "Sportpropaganda" Budapest, VIII. Rákóczi ut 57/a; tel: 143-468, 143-471.



Felkészítő Szerkesztő: Farkas Pál
Felkészítő kiadó: Ungur Imre

Szerkesztőség: Budapest, V. Rosenberg házaspár-utca 1.

Előfizetési díj: 1 évre 36.-Ft. 1/2 évre 18.-Ft. 1/4 évre 9.-Ft
Előfizethető a MASZ irodában, vagy a MASZ 251.50 2-V.sz.csekszámlájára



ITT A TÉL!

IDEJÉBEN VASAROLIA MEG TÉLI SPORTFELSZERELÉSEIT

KULCSOS KORCSOLYA	100,- és 104,- Ft
ÖSSZERAKHATÓ RÓDLI	158,- Ft
GYERMEK SILÉC SZERELVE /60-100 cm/ 4-6 éves gyermeknek	70,- Ft
GYERMEK SILÉC KÖTÉS NÉLKÜL /140-170 cm/ 6-10 éves gyermeknek	70,- Ft
GYERMEK SIKÖTÉS	75-110,- Ft
GYERMEK SIBOT	46,- Ft
FELNÓTT SILÉC /180-210 cm/	300,- Ft
FELNÓTT SIKÖTÉS	168,- Ft
FELNÓTT SIBOT /fém/	78-190,- Ft





SPORTOLÓK

és

SZURKOLÓK

KÖNYVESBOLTJA A

**SPORT
KÖNYVESBOLT!**

**BUDAPEST VII.
RÁKÖCZI ÚT 64.**



*Minden sportág
szakkönyvei
nagy választékban
kaphatók!*



ATLÉTIKA



TARTALOM

Novák István:

Atlétaszemmel Svédországban

Tusz Ferenc:

A nyári utánpótlástáborok tapasztalatai

1966 a II. Országos Sportnapok esztendeje

Kétévenként lesz Atlétikai Európa Bajnokság

Farkas Pál:

Az Országos Összetett Bajnokságok eredményei

Országos Egyesületi váltócsúcsok

Az Országos Váltóbajnokság eredményei

Az 1965. évi megyék közötti Béke-Kupa döntőjének eredményei

Az NB I. Egyesületi Bajnokság eredményei

A Budapesti Területi Atlétikai Csapatbajnokság

végeredménye 1965

Az 1965. évi bajnoki pontverseny végeredménye

Szövetségi Közlemények, Tudnivalók

1965

12

Sportvezetőknek, edzőknek, sportolóknak
**nélkülözhetetlen olvasmány a havonta
rendszeresen megjelenő képes
sportszaklap a**

Sportélet

ÁRA 4.- Ft.

ELŐFIZETHETŐ A POSTA KÖZPONTI HIRLAP IRODÁNÁL
BUDAPEST, V., JÓZSEF NÁDOR TÉR 1.
ÉS BÁRMELY POSTAHIVATALNÁL

MINDEN HÓNAPBAN
RENDSZERESEN MEGJELENIK

A
SPORTOLJ
velünk
FÜZETSOROZAT

EZ TÖRTÉNT A SPORTVILÁGBAN + FOGYÓKURA HELYETT + WEEK-END +
MODERN ROBINSONOK + BAJNOKI KÜZDELEM + MIÉNK A NYÁR + BUDAPESTI
RANDEVU + IGY LETTEM ERŐS + A SPORT MINDENKIÉ + ŐK HOGYAN KEZDTÉK
+ JÁTÉKOS SPORTOK + TÉLI HANGULAT

ELŐFIZETÉSI DIJ 1 ÉVRE: 20.- Ft

ELŐFIZETHETŐ SPORT LAPKIADÓ ÉS PROPAGANDA VÁLLALAT, Bp. XIV., ISTVÁNMEZEI UT 3.

PÉLDÁNYONKÉNTI ÁRA: 2.- Ft.

ATLÉTIKA

IX. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1965 12. SZÁM

Atlétaszemmel Svédországban

Harminc napot töltöttem Svédországban. Természetesen, elsősorban atlétaszemmel néztem körül.

Bár a svéd atlétika nem oly eredményes napjainkban, mint a miénk - női atlétikájuk különösen lemaradt - mégis, a svéd atlétika gazdag multja, hagyományai, az edzés módszer fejlődésében mutatott pozitív szerepük az egyes és részletkérdésekben tapasztalható megoldások: hasznos tanulságot jelenthetnek számunkra!

Mult évi atlétikai évkönyvünk szerint pl. 1964-ben 249 két percen belüli 800-as futójuk volt, úgy gondoltam hát, érdekes és érdemes a svéd atlétikai életet közelebbről megismerni.

A gazdag hagyományokra tekintő és a ma is jelentős svéd atlétikai élet alapja az iskolai testnevelés és sport, melynek gerincét az atlétika alkotja. Az atlétikai versenytárgyait az általános iskolákban heti 3 testnevelési órán tanítják-oktatják kitűnő tárgyi feltételek mellett. Természetesen, nemcsak atlétikával foglalkoznak, hanem a mi tantervünkhöz hasonlóan, más testgyakorlati ágakkal is - a svéd sajátosságoknak megfelelően. Testnevelésük jól szolgálja az életre való nevelést is, szoros a kapcsolat a különböző sportágakkal s így az atlétikával is. Ezt a munkát segíti elő az iskolai sportnapok rendszere. Tanévenként minden iskolában 8-10 egész napos vagy 16 félnapos sportnapot kell szervezni. Az igazgató a sportnapokra iskolai szünetet rendel el, de ezen minden nevelőnek és tanulóknak részt kell vennie.

Alkalmam volt Västeråsban a jakobsbergi iskola egész napos sportnapját megtekinteni. Főmósrát az atlétikai iskolai házi bajnokság jelentette. A versenyen való részvétel önkéntes alapon történik. A sportversenyen nem indulók számára atlétikai edzést szerveztek. A rendezésben - a tömeges részvétel miatt - szükséges és biztosított minden nem szakos nevelő segítségével is.

Alapos előkészület előzi meg az iskolai házi versenyt. Így nem kell különösebben csodálkozni azon, hogy egy ilyen "házi verseny" lebonyolítása mintaszerű: előre elkészített időrend, versenyjegyzőkönyvek, kézi mikrofon, tanár versenybírók stb. Minden tanuló rajtszámmal versenyez, a gyorsan pergő versenyszámokban sok az induló, ünnepélyes az eredményhirdetés és díjkiosztás stb. Egyszerűen és természetesen hangzik mindez, de a megvalósítás sokrétű, apró, részletes munkát kíván, mint pl. az, hogy a rajztanár írja az okleveleket stb. Jól működő gépezet, melynek kormányosa a testnevelő tanár. Valljuk be; hány és hány vidéki, megyei, sőt budapesti, országos jellegű versenyről hiányzik nálunk mindez, pedig a jó versenyrendezés az atlétika nélkülözhetetlen propagandája.

A házi versenyeken feltűnt fiatalok iskolák közötti, városi, megyei versenyeken vehetnek részt. Országos bajnokságot az általános iskola 9. osztálya részére rendeznek, de középiskolásokkal együtt.

Tapasztalatom szerint igen jó az iskolák és a sportklubok közötti kapcsolat. A városi iskolai bajnokságoknak pl. az egyesületek a mozgatói. A feltűnt tehetséges tanulók szabadon mehetnek a szakosztályokba. A vezető svéd atlétikai klub, a Västerås-i IK edzésin láttam, milyen nagy számban vesznek részt rajta még a 8-10 évesek is! Nem csoda, ha ilyen körülmények között a nagy ügyességet kívánó rudugrásban egy klubnál két tucatnyi gyerek ugrik 3 méter körül, de láttam olyan 14 éveset is, aki már 390 cm-nél tart.

Az utánpótlás biztosítását az iskolai versenyek mellett sportjelvénytípusú mozgalmal és más, a fiatalok részére rendezett versenysorozattal oldják meg. A sportjelvénytípusú mozgalmat nagy hagyományokra tekint vissza a svédéknél is - legfontosabb vonása ott is az önkéntesség. Mind az ifjúság, mind a felnőttek különböző jelvénytípusú mozgalmakban fontos szerep jut az atlétikának.

A svéd utánpótlásnevelés egyik kedves színtere a "Lilla VM" - azaz a "kis világ-bajnokság".

E népszerű versenyeken a 12-16 évesek vehetnek részt, s egy kissé a mi uttörő olimpiánkat juttatja eszünkbe. A falusi és városi versenyek után még megyei versenyeket is rendeznek - a kis világ bajnok-jelölteknek.

Az eddigiekből is kitűnik, hogy a különbségek mellett sok hasonlóság is van a svéd és a magyar utánpótlás-nevelés biztosításában. A mi serdülő seregszemléinkre ismertünk pl. az "Ungdoms Propaganda" versenyekben; egyesületi, községi, városi, megyei és területi döntői után országos bajnokságot is rendeznek. Az A, B, C korcsoportok résztvevői a 14-18 éves fiatalokból kerülnek ki s az országos döntő igen magas színvonalu. Az idei országos döntő ilyen eredményeket hozott néhány versenyszámban: 100 m - 10.7, 800 m - 1:51.9, 1500 m - 3:52.4, rud - 415, magas 204.

A társadalmi sportegyesületi élet - ez adja a svéd sport gerincét - a klubokban, azok szakosztályaiban zajlik. Sok hasonlóságot, de eltérést is mutat a miénktől. Sok a lelkes társadalmi munkás. Láttunk kisebb és nagyobb versenyeket. A megyék közötti viadalon éppugy, mint az országos bajnokságokon minden versenybíró társadalmi munkában /!/ végezte feladatát, ugyanakkor a III. osztályu labdarugó mérkőzésen közreműködő játékvezetők díjazásban részesültek...

Közelebbről megismertük a svéd egyesületi bajnokságban első Västerasi IK atlétikai szakosztályának életét. A szakosztály mintegy 350 tagot foglalkoztat, korosztályonkénti megoszlása is tanulságos képet mutat: 25 év felett 22-en, 20-24 évesig 70-en is vannak, 16-20 évesek száma 110, a 14-16 éveseké 100, a 8-14 éveseké 48. Igen helyes, hogy már a 14 év alatti korosztályokat is bekapcsolják, viszont feltűnő, hogy a nagy létszámmal dolgozó szakosztályban mindössze 22 sportoló 25 éves, illetve az annál idősebb korosztályokból kerül ki. Ennek társadalmi okai vannak, e korosztály többsége már nem ér rá versenyszerűen sportolni. Aránylag kevés a női sportolók száma, különösen 18 éven felül. Itt is társadalmi okok játszanak közre, a női sportot nem tartják egyenértékűnek a férfiakéval.

A népes szakosztályt 5-6 főnyi, igen tevékenyen dolgozó szakosztályvezetőség irányítja, akiket nap mint nap kint látunk a sporttelepen is. A szakosztály titkára Roger Norman, volt hármasugró világcsúcstartó, aki nemcsak a szakosztály ügyes-bajos dolgaival törődik, hanem értékes szakmai segítséget is tud adni. Erre annál is inkább szükség van, mert a szakosztályban mindössze egy fizetett edző dolgozik, aránylag kevés bérért s a nagy létszám mellett mindössze 4 társadalmi munkás segédedzője van.

Az edzéseket augusztus-szeptember hónapban láttam. Ez megfelelt a formábantartó időszak utolsó két hónapi munkájának. Általában rövid, de kellő erősségű edzéseket tartanak. Az edzők ebben az időszakban végzik a szükséges technikai csiszolgatásokat. A közép- és hosszútávfutók ilyenkor is szívesen és sokat futkosnak a város szélén kezdődő végeláthatatlan fenyő- és nyírfaterületeken. Láttam Fritz Lindblom rudugró edzését. A jó fizikai képességekkel rendelkező ugró edzései első részében egy vágózó munkáját végzi, majd 3-4 lép nélküli ugrás után azonnal 440-450 cm-en végez 2-3 ugrást, ami többnyire sikerül is neki. A mellette kialakult népes rudugóiskola néhány tagjáról valószínűleg még hallunk...

Egy hetet töltöttem Valadalenben, a nagyszerű sportparadicsomban. A svédek "kis Tatájának" megfelelő Olander-Garden csodálatos szépségű, havas bércek koszorúta völgy, fenyő és nyírfarengeteggel, tele forrással, vízeséssel. A táj szépsége, pompás levegője és nem utolsósorban a svéd vendégszeretet feledhetetlen élményt jelentett.

Valadalen természetadta kitűnő lehetőségeit ismerte fel Gösta Olander, a jeles svéd sportférfi. 1930-ban alapította meg a ma már világhírnévnek örvendő Olander Gardent. Valadalen eleinte a téli sportoknak adott csak otthont. Az 1932. évi téli olimpiára itt készültek fel a svéd válogatottak. Innen indult el a tizenötösörös világcsúcstartó. Elmondható, hogy azóta a svéd közép- és hosszútávfutás fellelővára lett Valaden, ahová nemcsak a hazai, hanem a külföldi világnagyságok is szívesen mennek. A francia Hansene a második világháború utáni neves futó 4-5 éven keresztül itt készült fel, de szívesen jött ide a belga Reiff, az ugyancsak francia Mimoun, s amikor az ausztrál Elliot meglátta a Hagg edzéséről készült filmet, felkiáltott: "Most már értem, honnan vette Cerutti módszerét!..."

Mi is Valaden titka? Svédország átlagos tengerszint feletti magasságához viszonyítva a 800 méteres magasságban levő Valadalen magaslati levegőt nyújt, s a környék, nemcsak a tavak körül, hanem a magasabb hegyek oldalain is, tele van szivacsos növényekkel, amelyek évtizedek-évszázadok óta telepédtek egymásra. Ezen a "mossen"-on való futás olyan, mintha egymásra rakott szőnyegekben történe. Megterhelt lábmozgást, de ugyanakkor masszázst is ad. Divatos a mezítlábfutás a tóparti homokban, ami részben a mozgás tökéletesítését szolgálja, de alkalmas a combizomzat fejlesztésére is.

Többször láttam vízben futni atlétákat és a többi sportág képviselőit, s még gyakrabban a tóparti homokos emelkedőkön. A nyír- és fenyőerdőben egy 240 méteres, emelkedő homokos ösvényt készítettek a futóatléták részére, melynek végén egy 30-40 méteres hirtelen emelkedés található. Az ezen végzett gyorsasági és állóképességi munka nagyszerű eredményt hoz.

Látogatásunk időpontjában itt készült a svéd közép- és hosszútávfutók utánpótlás-kerete. A svéd atlétikai szövetség megbízásából Puskás Antal, egykori távol- és hármasugró bajnokunk irányításával végezték a 10 napos edzőtáborozást /8 egyébként a Västerasi IK vezetőedzője is/. Tíz nap alatt napi kétszeri edzésen, nagymennyiségű, komoly munka folyt, jól kihasználták a természet adta lehetőségeket. Az egyik edzés 20-30 km-es hegyi futásból állt, iramjátékos módszerrel. A másik edzés vagy a tóparti homokban, a mosse-

non való futással egybekötve történt, vagy az említett homokos ösvényen. Utóbbin 8-10 200 métereket futottak, 29-30 mp. alatt /ami salakpályára kb. 24 mp-nek felelne meg/.

Valadalalben az atléták salakpályát nem látnak, de sem gyorsaságukból, sem iramérzékükből nem veszítenek s a táborozást követő versenyeken mindig egyéni csúcsokat érnek el.

A közép- és hosszútávfutók edzésrendszere a több évtizedes multa visszatekintő svéd futóiskola hagyományain alapszik. Ez nem jelenti azt, hogy a fartlek /iramjátékos/ módszert mereven a régi formákban alkalmazzák, hanem új tapasztalatokkal gazdagítják /ausztrál, magyar stb./. Azt azonban változatlanul vallják, hogy a futónak olyan erőnléttel kell rendelkeznie, hogy 30-40 km váltakozó iramu táv lefutására is képes legyen. A korszerű edzéselveket sajátos adottságaikhoz alkalmazzák: éghajlati körülményeik miatt náluk hosszabb az alapozás, a formábantartó időszak június második felétől szeptember végéig tart. Ez náluk a fő versenyidény. Ekkor sokat és keményen versenyeznek, élversenyzők számára nem ritkaság a heti 4-5 /!/ verseny sem. Eppen ottlétem idején a szakmai vezetők és a szövetség csak két versenyt akart engedélyezni - tekintettel a közelgő svéd- finn viadatra való minél jobb felkészülés miatt - a versenyzők és klubvezetők élénk tiltakozása ellenére.

A szép eredményeket felmutató svéd atlétika nagy problémája a viszonylag alacsony állami támogatás. Atlétaberkekben mindig visszatérő kérdés és panasz ez. Amikor az ideai állami költségvetésből pl. 94 millió korona jutott az alkohol-ellenes kampányra, ugyanakkor csupán annyit kap a svéd sportélet is!

Novák István

A nyári utánpótlás-táborok tapasztalatai

Az utánpótlás nevelésének egységes rendszere kezd kialakulni. Még csak körvonalai látszanak, de ha ezeket tartalommal töltjük meg, atlétikánk néhány év múlva olyan utánpótlással rendelkezik, amilyennel még soha. Ehhez azonban széleskörű összefogásra és segítő támogatásra van szükség, melyben részt vesz az egyesületi edzőtől a területi TS-eken keresztül mindenki, aki az atléta utánpótlás nevelésével valamilyen formában foglalkozik!

Az edző a legkorszerűbb edzésrendszerek alkalmazásával és a kiválasztás szélesebb alapokra helyezésével segíthet. A szervezésben dolgozók pedig a versenyek és edzőtáborok jó és pontos rendezésében nyújthatnak hathatós támogatást. Eredményt csak a munka és a nagy cél érdekében hozott teljes bizalmon alapuló együttműködés hozhat.

A nyári táborok a nevelés szerves részét alkotják. Néhány olyan hiányosságot szeretnék megemlíteni, amely nem a kiválasztásra vonatkozik.

A versenyzők általános előképzettsége - még a legjobbakat is figyelembe véve - elég alacsony színvonalú volt. Legtöbb esetben nem kielégítő az egyesületekben végzett munka mennyisége és minősége.

Fejlődés mutatkozott az állóképességet igénylő számokban. Ugyanez tapasztalható a súlylökésben is. Igaz, hogy az utóbbiban az eredmény javul a technika fejlődésével, de ilyen rövid idő alatt az erő növekedésének nagyobb szerepe van. Meg lehet állapítani, hogy kevés erősítő munkát végeznek a szakosztályokban - a széleskörű propagálás ellenére is! Itt természetesen nemcsak a súlyemeléssel végzett erősítő munkára kell gondolni...

A versenyző jelöltek nagyon merevek voltak. A látszat több esetben olyan, mintha az egyesületekben nem gimnasztikáznának! Pedig ennek kellene az általános képzés alapjának lennie. Ebben a korban lehet az izmokat legjobban nyújtani, vele együtt az ízületek mozgáshatárát növelni. Később ez a munka már sokkal nagyobb befektetést igényel. A kiferrott versenyzőknek csak a megszerzett képességek megtartására kellene időt szakítani. Mai követelményeink akkora munkát igényelnek, hogy az igazi nagy eredmények elérésére alkalmas korban a versenyzőnek nincs ideje a hiányosságok pótlására. Itt már csak speciális gyakorlatokat kellene végezni. Ez azonban egyelőre lehetetlen.

Az utánpótlás képzését szolgáló táborok fő célja: a rendelkezésre álló időben az ésszerűség határain belül a képességeket a legnagyobb mértékben fejleszteni! A technikai munka másodlagos, illetve csak olyan, ami az intenzív munka mellett lehetséges. Ez vonatkozik a seregszemle-kori versenyzőkre is. Fel lehet hozni ellene, hogy pl. az ideai seregszemle tábor augusztus első felében zajlott, így kettévágta a versenyidényt. Ez igaz. Azonban az edzőmunka további helyes szervezése révén mint második formábahozás nagyszemű felkészülési lehetőséget biztosított az ifjúsági bajnokságra.

A serdülő táborokban a munka központi edzésterv szerint folyt. Nem célunk, hogy ennek hibáit vizsgáljuk. Ez is akadt. Nem volt kellő tapasztalatunk előre edzéstervet készíteni olyan csoport számára, mely különböző előképzettségű és számunkra ismeretlen egyénekből állt.

Az edzésterv az elmúlt év gyér tapasztalataira épült. Sok hibája ellenére az mégis jó volt benne, hogy széles alapokat akart teremteni a fizikai képességek fejlesztésére.

Ezt az edzők a központi táborban gyümölcsöztették is. Ugyanezt nem lehet azonban elmondani a megyei táborokról. Itt a legtöbb edző a mozgás oktatásának hírájában vergő-

dött. Kétségtelen, hogy ez a kor a legalkalmasabb a szakosításra. Látogatásaink alkalmával ezt ki is fejtettük. A szakosításnak azonban ebben a korban arányban kell lennie a fizikai képességek fejlesztésével. Az edzőnek már az atléta jelölt 14-15 éves korában el kell döntenie, milyen szakcsoportba tartozik majd, pl. hogy középtávfutó lesz-e vagy dobó, - de korai lenne még meghatározni, hogy távolugró, hármasugró vagy magasugró lesz belőle. Olyan is előfordult már, hogy mint ugró ment a táborba és mint nagy reményekre jogosító középtávfutó távozott onnan. Ezek az apró kis kitérők azonban semmiképpen sem ártanak az általános előképzettségnek.

A szakosítás itt még csak a foglalkozás irányát jelenti. A vágázó jelölttel több gyorsasági munkát, a dobóval főleg erőfejlesztő, az ugrókkal pedig ruganyosságot és ügyességet fejlesztő gyakorlatokat kell többet végeztetni. Ezt a célt azonban csak akkor lehet megvalósítani, ha a versenyzők alapképzése legalább a közepes színvonalat eléri.

A "seregszemle táborban" elvileg egyéni edzésterv szerint folyt a munka. A versenyzők magukkal hozták az edzőjük által elkészített edzésterveiket, két példányban. Ezt a központilag elkészített tematika alapján állították össze. A versenyzők munkájában azonban sokkal nagyobb eltérések mutatkoztak, mint amennyi indokolt lett volna. Az edzésterv minden változatot tartalmaztak, ami csak a második formába hozástól a versenyre való felkészülés utolsó napjáig lehetséges. Ilyen formában a tábori munkát vezető edző képtelen volt áttekinteni a versenyző munkáját.

Feltűnő hiányossággként kell megemlíteni, hogy az ebbe a korcsoportba tartozó versenyzők edzéstervében is helyenként mennyire hiányzott a hathatós erősítés. A súlyzó erősítés sokszor a dobó atlétáknál sem volt. Ugyanez mondható el az ugrók erősítéséről. Volt eset, amikor az edző teljesen megelégedezett az erősítésről, de még a hagyományosnak tekinthető szökdeléseket is csak minimális mennyiségben írta elő. Ez bizony kevés a nagy eredmények eléréséhez! Alig végeztetnek az ugrókkal korszerű, tevékeny, átható erősítő munkát.

Nem lehet célja a nyári seregszemle tábornak a technika alapos csiszolása, hiszen a napi kétszeri dezés a versenyzők többségének olyan megterhelés, hogy az majdnem hiábavaló próbálkozás lenne. A két hét ilyen kora versenyzőknél nem elégséges ahhoz, hogy egy idegen edző eredményesen próbálja a technikát apró részletekben csiszolgatni. Különben is, akinél adott esetben augusztus elejéig a technika nem alakult ki, annak a nagy megterheléssel telített két hét sem elegendő erre. Ezért ezeknek a táboroknak nem lehet céljuk a technika alapos oktatása, csupán a mozgások alapvető mozzanatainak gyakorlása, illetve adott színvonalon tartása. Pl. nem érdemes a magasugró légmunkájával sokat foglalkozni, mert könnyen zavart okozhatunk, ha elképzelésünk nem egyezik a versenyző egyesületi edzőjének véleményével. De lehet a felugrást gyakoroltatni, melyet egyféleképpen lehet csak jól végrehajtani.

Összegezés

A táborba kerülő versenyzőket úgy kell előkészíteni, hogy az ottani megterhelést nagyobb megrázkódtatás nélkül elviselhessék.

Minél fiatalabb a versenyző, annál jobban ki kell venni a részét az edzés általános képzéséből.

Nem egy versenyszámra, hanem egy szakágra kell dolgoztatni a versenyzőt, a szakosítás kezdetén.

A szakosítást 14-15 éves korban kell megkezdeni. Ezt segíti részben a nyári tábor is.

A táborok célja, elsősorban a fizikai képességek fejlesztése - kornak és nemnek megfelelően.

Az utánpótlás nevelésének egységes rendszerébe tartozik a kiválasztás és a foglalkoztatás célzó, valamint az ellenőrzést szolgáló versenyrendszer. Ebbe illeszkedik bele a táborozások rendje, ez azonban csak akkor éri el célját, ha minden edző és vezető belátja ezek szükségességét és azt, hogy ma már csak komoly edzőmunkával lehet jó eredményeket elérni.

Tuszi Ferenc
szakfelügyelő

1966 A II. ORSZÁGOS SPORTNAPOK ESZTENDEJE

Az 1964. évi sikeres kezdet után ismét megrendezésre kerülnek a II. Országos Sportnapok. Ez az újszerű rendezvény azt a célt kívánja szolgálni, hogy felkeltse és elmélyítse a sport iránti érdeklődést.

Az 1966-ban sorra kerülő II. OSN jelentős feladatot ró az egyesületi és területi sportszervek vezetőire. Az MTS Országos Elnökségének határozata értelmében április és május hónapokban minden sportegyesületben, június és júliusban minden járásban, városban, Budapest kerületeiben, valamint az összes megyeszékhelyeken sportünnepélyt kell rendezni. A területi ünnepélyek után kerül sor a budapesti Népstadionban a II. OSN hatalmas záróünnepélyére, amely mintegy megkoronázza az év legnagyobb sportrendezvény sorozatát.

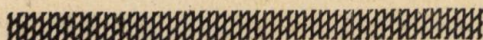
A sportünnepélyek célja a saját erők + értve alatta a helyben üzőtt sportágakat - bemutatásával a sport szépségének érzékeltetése. A sportünnepély lényegében kedves, hangulatos nap, melyben a sport játssza a főszerepet és amelynek, remélhetőleg nyertese is maga a sport lesz.

Az említett célok érdekében törekedjünk arra, hogy a sportünnepély keretében teremtsünk alkalmat a Kilián TM és az Ifjúság a Szocializmusért Mozgalom /ISZM/ sportkövetelményeinek teljesítésére. Azonkívül szerepeljenek a műsor keretében egyesületi-házi bajnokságok döntő, villámtornák, bajnoki és egyéb versenyek-mérkőzések, sportbemutatók. Az a helyes, ha az általános, középfoku és iparitanuló iskolák sportünnepélyeit ugyanebben az időben, hasonló felépítésben rendezzük meg. A falusi sportegyesületekben pedig úgy szervezzük meg sportünnepélyeinket, hogy középpontjukba a XV. Falusi Szpartakiád helyi versenyei kerüljenek.

Lényegében hasonló célok szolgálatában állítsuk össze a területi sportünnepélyeket is. Mint mindenütt, itt is az a cél, hogy méltóképpen fejezzék ki a sportolás szépségét, nagyszerűségét. A sportprogramot pedig kiegészíthetjük kulturális és szórakozási eseményekkel, kiállításokkal, filmvetítésekkel. Ha ügyesen szervezzük meg a területi sportünnepélyeket, akkor a legszínvonalasabb versenyeket, bajnokságokat, mérkőzéseket - villámtornák és sportolási alkalmak kiegészítésével - erre a napra összpontosíthatjuk.

Ujszerű és érdekes vonása lesz a megyei sportünnepélyeknek, hogy a Népstadionban sorra kerülő ünnepély egyik gyakorlatát mindenütt bemutatják. A gyakorlatot a legjobban betanult 16-24, 32 főnyi csoport pedig - szakvezetőjével együtt - jutalomként részt vesz a budapesti bemutatón.

Ugyan még messze vagyunk a II. OSN időpontjától, de az előkészületeket ajánlatos máris megkezdeni! Törekedjünk arra, hogy sportünnepélyünk tömegességben és színvonalban méltó legyen egyesületünkhöz, járásunkhoz, városunkhoz, megyénkhez. Ne feledjük el, hogy a II. OSN az év legjelentősebb eseménye, ujszerű, de máris jellegzetessé váló erőteljes színfoltja sportmozgalmunknak. Rajtunk áll, hogy az általunk szervezett ünnepély szerezz-e újabb híveket és támogatókat a sportnak.



Kétévenként lesz Atlétikai Európa Bajnokság

Kiss Csaba, az MTI tudósítója jelenti New Yorkból:

A Nemzetközi Atlétikai Szövetség /IAAF/ Tokióban megválasztott tanácsa, a nemzetközi atlétikai élet legfőbb irányító szerve kétnapos ülést tartott New Yorkban. Magyarországot, Dr. Sir József, a MASZ szakfelügyelője képviselte az ülésen, amelyen számos fontos határozatot született. A többi között megvitatta a tanács az 1966. évi budapesti Európa-bajnokság és az 1968. évi mexikói nyári olimpia előkészületeiről elhangzott beszámolókat.

A budapesti EB előkészületeiről Sir József tájékoztatta a tanács tagjait. Beszámolt a magyar fővárosban rendezett, nagysikerű Universiade lebonyolításáról is. A szakemberek meglelégedéssel nyilatkoztak a budapesti szervező munkáról és a Népstadionról, ahol a jövő évi kontinens-bajnokság sorra kerül.

Az ülésen határozatot hoztak a két Németország képviselétéről az EB-n. A tanács döntése alapján Budapesten a két német állam sportolói külön-külön csapattal vesznek részt. Zászlajuk és himnuszuk - az olimpiáról márt ismert Beethoven-motívum - azonban közös lesz. A csapatok az EB-n a magyar A-B-C-nek megfelelő sorrendben vonulnak majd fel.

Nagyfontosságú döntést hozott a tanács a legjelentősebb atlétikai világversenyről. Elvetette azt a javaslatot, hogy kétévenként rendezzenek atlétikai világbajnokságot, ellenben elfogadta az európai, s külön a magyar szövetség javaslatát, a kétévenként megrendezésre kerülő Európa-bajnokságról, az eddigi Európa-Kupa helyett. A világbajnokság helyett esetleg meghatározott időközökben megrendezik az európai és amerikai kontinens atlétáinak válogatott viadalát, ahol a két kontinens versenyszámonként három-három sportolóval képviseltetné magát. A szövetség szervei megvizsgálják, mikor és hol kerülhet sor első ízben az ilyen reprezentatív világversenyre. A tanács döntése alapján az európai atlétikai szövetség elnöke, Paulen és Dr. Sir József foglalkozik a kontinentális válogatottak találkozájának lehetőségével s ha a feltételek megfelelnek, az első ilyen versenyt már 1966-ban megrendezik.

A tanács több tagja jelen volt a Mexikó Cityben megtartott "próba olimpián", s beszámolt az olimpiai előkészületekről. Az elhangzott vélemények szerint sürgős intézkedésekre van szükség az előkészületek meggyorsítására, s arra, hogyan lehet meggyorsítani majd az atléták akklimatizálódását, mivel a nagy magasság előreláthatólag komoly nehézségeket okoz majd azokban a versenyszámokban, ahol hosszantartó nagy erőfeszítésre van szükség. Így pl. a hosszútávfutó számokban. A tanács döntése alapján a szövetség főtitkára haladéktanul Mexikóba utazik az előkészületek kivizsgálására, s közreműködik az atlétikai versenyek szervezésében.

HÍREK

AZ ATLÉTIKA 1966. ÉVI HAZAI VERSENYNAPTÁRA

Az MTS OT Elnöksége jóváhagyta az 1966. évi hazai és nemzetközi versenynaptárt.

1966-ban tovább növekszik a versenyek száma. Különösen nagy súlyt helyeznek a középmezőnyben sportolók valamint az ifjúsági és serdülő korú versenyzők megfelelő foglalkoztatására.

A versenynaptár figyelembe veszi az egyesületek érdekeit és ösztönzi a nevelő munkát. Növeli az utánpótlást szolgáló szeregszámle és kiválasztó versenyek számát.

Új vonás, hogy a versenyrendezés jelentős részét a területi szervek és a sport-szövetségek veszik át. Így a sportegyesületek rendezési költségeiket a versenyeken történő részvételre tudják fordítani.

AZ ORSZÁGOS ÖSSZETETT BAJNOKSÁGOK EREDMÉNYEI

/Budapest, 1965. október 23-24. Bp. Honvéd sporttelep/

Ízpróbában:

F é r f i a k

B.: Hubai Gyula Bp. Honvéd	/11,0, 693, 12,74, 191, 52.6, 15.6, 44.28, 420 49,58, 5:13.1/	7113 pont	
2. Ivanov Dragán Bp. Vasas	/10,9, 725, 10.84, 186, 51,5, 16,0, 29,50, 350, 41,72, 4:47.7/	6580	"
3. Farkasinszky Gyula Bp. Vasas	/11,1, 666, 12,93, 160, 52.2, 16.6, 42.42, 330, 52,80, 5:03.2/	6495	"
4. Raáb Tibor DVTK	/10,9, 669, 12,53, 170, 52.9, 17.4, 39.40, 280, 43.22, 5:00.5/	6201	"
5. Béres Sándor TFSE	/11,4, 686, 11,79, 175, 54.4, 17.0, 30.82, 290, 50.40, 4:47.8/	6111	"
6. Füzessy Fide U. Dózsa	/11,8, 665, 11.89, 189, 56.0, 16.8, 35.30, 320, 40.20, 4:52.0/	6086	"
7. Hossala József Csepel	/11,5, 704, 10.52, 191, 53.8, 16.2, 36.44, 330, 29.40, 5:10.3/	6072	"
8. Kalló Dezső BEAC	/11,2, 649, 11.36, 165, 53.3, 17.3, 31.54, 310, 42.40, 4:49.7/	5926	"
9. Steindl József Nagyk.Bányász	/11,1, 662, 10.35, 165, 52.7, 17.9, 28.52, 310, 32.46, 4:28.9/	5793	"
10. Fodor Béla SÜMSE	/11,6, 635, 10.03, 165, 54.9, 17.8, 29.76, 350, 43.90, 4:39.6/	5744	"
11. Gagy Endre TFSE	/11,5, 613, 10.56, 155, 54.9, 20.0, 30.76, 430, 41.80, 4:40.2/	5737	"
12. Szabados Lajos U. Dózsa	/11,3, 667, 9.96, 160, 52.1, 17.7, 27.90, 280, 40.42, 4:37.4/	5685	"
13. Szórád Péter Csepel	/11,5, 646, 896, 186.56, 9, 16.0, 29.64, 300, 35.68, 4:50.3/	5652	"
14. Kiss Ferenc Bp. Honvéd	/11,1, 650, 9.41, 165, 52.9, 19.0, 27.50, 280, 48.74, 4:52.3/	5596	"
15. Gőz József DEAC	/12,0, 599, 9.68, 170, 54.2, 17.9, 28.48, 300, 30.62, 4:27.7/	5541	"
16. Andor György BEAC	/11,9, 607, 10.11, 170, 57.2, 17.2, 27.50, 370, 42.10, 4:57.0/	5537	"
17. Szécsei János FVSK	/11,9, 620, 10.34, 165, 54.2, 16.6, 30.18, 320, 41.92, 5:13.2/	5525	"
18. Horváth János U. Dózsa	/11,8, 636, 10.66, 165, 56.6, 17.4, 35.32, 400, 46.90 --/	5518	"
19. Majoros György DVTK	/11,8, 612, 12.67, 165, 57.2, 19.1, 36.60, 280, 52.16, 5:23.8/	5500	"
20. Tóth Kálmán Bp. Honvéd	/11,4, 604, 9.93, 175, 54.6, 14.9, 27.62, 260, 31.72, 5:11.6/	5416	"
21. Takács Endre Szoln. MÁV	/12,2, 617, 10.12, 155, 56.0, 17.6, 35.78, 240, 56.38, 4:52.7/	5377	"

22. Rékási Gábor Martfűi MSE	/12.1, 569, 9.92, 170, 54.2, 18.2, 30.94 310, 37.04, 4:39.0/	5368	pont
23. Schulek Ágoston TFSE	/12.1, 564, 9.14, 160, 55.6, 18.1, 25.58, 370, 42.76, 4:41.4/	5272	"
24. Fazekas György Bp. Honvéd	/12.4, 580, 11.27, 160, 57.3, 20.8, 34.70, 290, 54.20, 4:56.3/	5319	"
25. Szabó Károly TFSE	/11.7, 599, 10.30, 165, 53.8, 18.7, 28.88, 260, 32.52, 4:38.0/	5209	"
26. Kumdlya János TFSE	/11.8, 634, 8.67, 165, 54.8, 16.2.25.82, 290, 21.34, 4:26.5/	5209	"
27. Vass István MAFC	/11.8, 634, 8.67, 165.54.8, 16.2, 25.82, 290, 21.34, 4:26.5/	5194	"
28. Kiss Imre SÜMSE	/12.0, 610, 11.14, 160, 57.1, 18.9, 32.74, 370, 36.04, --/	4979	"
29. Krasznai Tivadar Bp. Honvéd	/12.1, 615, 10.69, 195, 59.6, 20.1, 29.24, 300.44.16, --/	4945	"
30. Mizda Máté Szombath Haladás	/11.7, 560, 10.82, 160, 56.4, 20.3, 35.82, 200, 50.42, 5:13.6/	4927	"
31. Kovács Nimród TFSE	/12.8, 554, 10.02, 186, 59.1, 19.5, 30.82, 240, 40.00, 4:47.8/	4861	"
32. Darvas Zoltán MPSC	/12.0, 605, 10.47, 155, 58.7, 17.6, 25.70, 240, 34.54, 4:47.2/	4817	"
33. Fülöp Jenő Göd. MEDOSZ	/11.9, 589, 9.29, 160, 56.0, 20.6, 27.74, 260, 36.92, 4:51.4/	4787	"
34. Pásztor János MPSC	/12.2, 584, 11.01, 155, 60.6, 19.6, 34.36, 200, 40.74, 4:56.1/	4670	"
35. Erős László Ganz Mávag	/12.0, 548, 9.77, 160, 55.2, 16.9, 24.56, 200, 34.62, 4:51.6/	4669	"

Ifjúsági ötpróba

Bajnok:

Bőze Attila Bp. Honvéd	/685, 50.89, 23.8, 42.48, 3:04.6/	3016	pont
2. Csik József TFSE	/594, 62.86, 24.7, 35.10, 2:55.6/	2792	"
3. Géczy Lőrinc SÜMSE	/585, 43.72, 23.8, 34.04, 2:45.6/	2757	"
4. Báthory Viktor MTK	/616, 49.87, 22.9, 29.28, 2:58.8/	2739	"
5. Horváth Jenő Orosz. Bány.	/626, 24.90, 23.2, 32.46, 2:45.5/	2702	"
6. Kőrösi János Misk. VSC	/645, 39.06, 23.8, 36.08, 2:57.2/	2693	"
7. Horváth Márton Debr. SI	/610, 42.76, 24.8, 47.84, 3:18.8/	2627	"
8. Blazsek István BEAC	/610, 42.92, 24.0, 32.00, 2:56.6/	2558	"
9. Melczer István Debr. SI	/585, 48.99, 23.3, 26.14, 2:59.2/	2527	"
10. Koczor János Bp. Építő	/600, 43.11, 24.2, 39.50, 3:13.4/	2504	"
11. Czikó Miklós FTC	/579, 49.10, 25.0, 38.04, 3:09.6/	2450	"
12. Eszes István FTC	/529, 52.86, 24.8, 37.88, 3:14.5/	2354	"
13. Szentgyörgyi Lajos MPSC	/563, 43.04, 25.3, 36.46, 3:13.0/	2228	"
14. Répánszky Miklós Bp. Építő	/555, 36.12, 24.8, 35.02, 3:03.7/	2221	"
15. Szányi Gábor Nagy. Bányász	/547, 32.78, 23.7, 23.74, 2:55.6/	2143	"
16. Ferenczi István MARTFÜI MSE	/566, 37.84, 24.8, 30.66, 3:10.0/	2101	"
17. Hegyi László Csepel	/605, 20.30, 23.0, 19.86, 2:55.8/	2055	"
18. Daragó István Misk. SI	/610, 40.06, 25.2, 26.44, 3:19.0/	2023	"
19. Paulik Mihály NYVSC	/520, 46.78, 27.0, 33.62, 3:16.2/	1928	"
20. Bőczén János MPSC	/588, 31.35, 25.3, 25.32, 3:14.2/	1844	"
21. Csóka István U. Dózsa	/525, 38.08, 26.3, 25.76, 3:17.4/	1693	"
22. Hivessy Géza U. Dózsa	/484, 49.10, 27.2, 28.94, 3:30.6/	1631	"
23. Hodonyi Jenő Bp. Honvéd	/549, -- 25.2, 30.88, 3:08.4/	1587	"
24. Bozóky István Bp. Spartac	/459, 25.22, 26.8, 28.10, 3:12.6/	1390	"

Serdülő ötpróba

Bajnok:

Senkei János Bp.Honvéd	/11.8, 10.79, 611, 15.7, 180/	3104 pont
2. Balogh László 316.sz.ITSK	/11.6, 11.37, 601, 15.2, 158/	3010 "
3. Bukovecz Károly Ujp.SI	/12.0, 11.22, 623, 15.1, 155/	2941 "
4. Várszegi Zsolt Szabolcs m.SI	/11.6, 10.22, 584, 16.6, 167/	2844 "
5. Boros Sándor U. Dózsa	/12.0, 14.00, 561, 16.0, 145/	2828 "
6. Nyikonyuk Ferenc Bp.Honvéd	/12.1, 11.42, 575, 17.0, 170/	2798 pont
7. Bácskai Vilmos Komárom SI.	/11.3, 10.46, 590, 16.6, 150/	2778 "
8. Pethő László Debr.SI	/12.0, 9.92, 570, 15.6, 155/	2677 "
9. Sidó Csaba Bp. Vasas	/11.9, 8.77, 542, 16.5, 174/	2667 "
10. Maczkó István XIV.ker. SI	/12.1, 9.77, 546, 16.0, 158/	2592 "
11. Zseli László Győri ETO	/12.2, 12.29, 522, 16.3, 150/	2545 "
12. Aradi János Csepel	/11.9, 9.26, 553, 15.5, 140/	2485 "
13. Erdélyi Pál V.Meteor	/12.3, 9.10, 562, 16.5, 150/	2422 "
14. Csipke András Bors.Bány.	/12.5, 12.03, 563, 17.5, 135/	2352 "
15. Székács Károly Martfői MSE	/12.5, 12.66, 515, 18.1, 145/	2342 "
16. Kósa László Szabolcs SI	/12.6, 11.80, 535, 17.2, 140/	2321 "
17. Bajóki Péter Misk.Földes g.	/12.3, 12.49, 520, 18.5, 140/	2300 "
18. Dubra József Misk.Földes g.	/12.3, 8.47, 509, 16.2, 145/	2234 "
19. Selmi Lajos Pécsi Dózsa	/11.9, 11.58, 600, -- 164/	2190 "
20. Varga András Bp.Vasas	/12.4, 8.61, 461, 17.8, 164/	2159 "
21. Abonyi Endre Bp.Vasas	/13.0, 10.17, 532, 18.6, 140/	2027 "
22. Törpényi József Szabolcs SI	/12.9, 9.05, 450, 17.3, 150/	1967 "
23. Kozma József Miskolci SI	/12.4, 8.55, 445, 16.1, 135/	1953 "
24. Forbáth István MTK	/11.9, 9.78, 560, -- 158/	1918 "
25. Fecske Gábor U.Dózsa	/12.9, 8.79, 482, 18.2, 135/	1811 "
26. Zink József Bp. Vasas	/13.5, 7.84, 458, 19.2, 161/	1781 "

N Ő K

Felnőtt ötpróba

Bajnok:

Kovács Annamária	Bp.Honvéd	/11.3, 11.28, 151, 554, 25.0/	4461 pont
2.Papp II. Margit	Ormosb.Bány	/12.5, 11.13, 147, 556, 26.6/	4101 "
3.Köves Mária	Pécsi SI	/11.8, 9.25, 147, 516, 26.6/	3962 "
4.Császi Gizella	Szoln.MÁV	/11.9, 10.53, 141, 520, 27.2/	3938 "
5.Császi Katalin	Szoln.MÁV	/12.2, 9.72, 144, 525, 26.9/	3906 "
6.Lengyel Zsófia	Szh.Haladás	/12.3, 10.20, 153, 475, 28.0/	3822 "
7.Steitz Anna	Bp.Honvéd	/12.4, 9.88, 151, 505, 28.8/	3782 "
8.dr.Tóth Klára	PEAC	/12.8, 11.69, 135, 449, 28.4/	3566 "
9.Magyar Mária	Bp.Építők	/13.2, 10.99, 138, 490, 29.1/	3555 "
10.Hertelendi Ildikó	Bajai MTE	/12.7, 9.08, 141, 481, 28.3/	3543 "
11.Papp Emőke	Csepel	/12.4, 7.71, 141, 456, 28.7/	3379 "
12.Pászt Erika	U.Dózsa	/12.1, 7.24, 125, 464, 26.5/	3357 "
13.Andor Emőke	Bp.Vasas	/14.8, 7.60, 147, 439, 29.6/	3064 "
14.Krieg Gabriella	Bp.Építők	/14.6, 7.98, 125, 440, 27.8/	2967 "
15.Gádzsa Klára	Szh.Haladás	/12.7, 8.65, -- 496, 27.1/	2902 "
16.Manyák Éva	Bp.Honvéd	/15.6, 7.26, 130, 374, 31.0/	2495 "

Ifjúsági hárompróba

Bajnok:

Gulyás Ágota BEAC	/12.6, 9.66, 151/	2353 pont
2. Nagy Judit TFSE	/13.9, 13.25, 135/	2178 "
3. Schleer Ildikó Bp.Honvéd	/12.4, 7.25, 149/	2175 "
4. Major Klára Bp.Honvéd	/13.2, 10.00, 141/	2149 "
5. Maros Éva B.Helyiip.	/13.0, 8.64, 144/	2116 "
6. Lázár Éva Bp.Honvéd	/12.4, 6.24, 151/	2106 "
7. Hasznos Julia Szoln.MÁV	/13.2, 8.81, 141/	2058 "
8. Görbe Irén Makói VSC	/13.5, 7.91, 149/	2023 "
9. Pestalitiy Mária Bajai MTE	/13.5, 9.84, 135/	2010 "
10. Zink Teréz TFSE	/14.6, 9.33, 153/	2004 "
11. Csöndes Elvire FTC	/13.1, 7.79, 138/	1957 "
12. Woth Klára Bp.Spartac.	/12.7, 7.57, 130/	1910 "
13. Radocsai Mária PVSZ	/14.2, 8.65, 144/	1910 "
14. Nyitrai Zsuzsa DVTK	/13.8, 11.68, 120/	1893 "
15. Láng Valéria Bp.Honvéd	/13.3, 8.57, 125/	1820 "
16. Nagy Erzsébet Bp.Honvéd	/13.2, 6.77, 135/	1813 "
17. Schumann Erzsébet Balassagy.MEDOSZ	/13.6, 6.80, 138/	1787 "
18. Buskó Mária U.Dózsa	/12.9, 7.77, 120/	1758 "
19. Száraz Edit Martfűi MSE	/13.8, 7.87, 125/	1675 "
20. Penczu Erzsébet U. Dózsa	/13.5, 6.29, 130/	1652 "
21. Kovács Piroska DVTK	/14.1, 8.12, 120/	1577 "
22. Gergely Mária Alósg.SE	/14.1, 6.01, 125/	1460 "
23. Milosákovits Julia Szabolcs m.SI	/14.5, 6.52, 120/	1377 "
24. Appel Klára DVTK	/14.3, 8.83, --/	1141 "

Serdülő hárompróba

Bajnok:

Hornyák Anikó Bp.ÉpítőK	/12.4, 9.32, 144/	2288 pont
2. Heldt Zsuzsa U.Dózsa	/12.5, 9.63, 138/	2220 "
3. Leib Mária Bp.Honvéd	/13.5, 9.89, 151/	2201 "
4. Horváth Zsuzsa XIV.k. SI	/13.0, 8.84, 135/	2023 pont
5. Mészáros Lenke Szoln.MÁV	/13.4, 8.20, 141/	1973 "
6. Szabó Papp Orsolya BEAC	/13.9, 9.06, 141/	1955 "
7. Bruzsenyák Ilona Szabolcs m.SI	/13.4, 8.48, 130/	1859 "
8. Szórád Katalin Csepel	/13.31, 6.33, 141/	1827 "
9. Vadász Julia Komáromi SI	/14.5, 8.15, 144/	1825 "
10. Bene Judit XVIII.k.SI	/13.5, 7.08, 135/	1776 "
11. Vidra Valéria Szabolcs m.SI	/13.5, 7.59, 130/	1766 "
12. Strancz Julia Győri ETO	/14.3, 8.08, 135/	1737 "
13. Kecskés Olga Szombath.SE	/13.9, 7.60, 130/	1701 "
14. Laczó Ágnes U.Dózsa	/13.1, 6.59, 125/	1686 "
15. Juhász Mária Szoln.MÁV	/14.3, 7.08, 135/	1655 "
16. Tóth Mária Egyetértés	/14.2, 8.36, 125/	1652 "
17. Kulcsár Edit Bp.Honvéd	/13.4, 6.78, 125/	1650 "
18. Hubai Erzsébet Martfűi MSE	/14.0, 6.44, 135/	1645 "
19. Horváth Livia U.Dózsa	/13.0, 6.89, 115/	1591 "
20. Szita Ibolya Szombath.SE	/14.5, 7.38, 130/	1589 "
21. Fazekas Katalin Miskolci SI	/13.6, 6.49, 125/	1588 "
22. Lábás Irén Szabolcs m.SI	/14.3, 6.95, 125/	1516 "
23. Fogarasi Jolán Szabolcs m.SI	/13.9, 5.72, 125/	1464 "
24. Nagy Annamária U.Dózsa	/13.9, 6.33, 115/	1380 "
25. Szabó Ibolya Bp. Vasas	/14.5, 7.04, 115/	1355 "
26. Istóczki Mária Bp.Honvéd	/14.1, 6.03, 115/	1320 "
27. Zsoltvai Mária Bp.Honvéd	/14.8, 7.17, 115/	1318 "
28. Ángyás Erzsébet Bp.Honvéd	/14.7, 5.85, 115/	1212 "
29. Rózsahegyi Ilona Bp.Honvéd	/15.2, 6.22, 115/	1176 "



ORSZÁGOS EGYESÜLETI *váltócsúcsok*

/a bajnoki számokban/

Férfiak:

Felnőttek:

<u>4x100:</u>	Bp.Honvéd	/Babos,Gyulai, Csutorás, Kálcsai/ 1962.VI.16.Budapest	41.1
	Bp.Honvéd	/Kálcsai, Csutorás, Gyulai, Kiss/ 1965.X.9. Budapest	41.1
<u>4x200:</u>	Bp.Honvéd	/Kálcsai, Csutorás, Gyulai, Babos/ 1962.IX.30.Budapest	1:25.5
<u>4x400:</u>	Bp.Honvéd	/Korda, Majercsik, Gyulai, Csutorás/ 1962.IX.28.	3:11.6
<u>4x800:</u>	Bp.Honvéd	/Iharos, Rózsavölgyi, Mácsár, Korda/ 1960.IX.18.	7:33.2
<u>4x1500:</u>	Bp.Honvéd	/Mikes, Tábori, Rózsavölgyi, Iharos/ 1955.IX.29.Budapest	15:14.8

Ifjúságiak:

<u>4x100:</u>	V.Izzó	/Vértessaljai, Istóczy, Nemesházi, Klinkó/ 1961.VIII.12. Budapest	42.8
<u>4x200:</u>	V.Izzó	/Vértessaljai, Kundlya, Ötvös, Istóczy/ 1962.IX.30.Bp.	1:29.9
<u>4x400:</u>	Bp.Honvéd	/Erdőházi, Kárpáti, Nyiregyházi, Varga/ 1965.X.9.Budapest	3:23.9
<u>4x800:</u>	MTK	/Zémann, Fabók, Nagy K., Bálint/ 1962.IX.30.Budapest	7:56.4
<u>4x1500:</u>	Bp.Honvéd	/Keskeny, Török, Kató, Remenák/ 1965.X.9.Budapest	16:28.6

Nők:

Felnőttek:

<u>4x100:</u>	Bp.Dózsa	/Gremingerné, Orbán, Dénes, Neszményi/ 1955.IX.25.Bratislava	46.8
<u>4x200:</u>	U.Dózsa	/Csontos, Orbán, Heldt, Kispálné/ 1964.VIII.22.Budapest	1:40.9
<u>3x800:</u>	Békéscs.Dózsa	/Gyenes, Zsilák I., Zsilák E./ 1965.X.9.Budapest	6:55.8

Ifjúságiak:

<u>4x100:</u>	BVSC	/Rákár J., Rákár M., Rózsavölgyiné, Such/ 1959.X.18.Bp.	49.5
<u>4x200:</u>	Bp.Honvéd	/Láng, Kovács, Pető, Lázár/ 1964.VIII.22.Budapest	1:44.8
<u>3x800:</u>	Bp.Dózsa	/Sándor, Kovács V., Kovács I./ 1951.X.26.Budapest	7:30.0

Az I. osztályu Egyesületi Bajnokság IV.fordulója

e r e d m é n y e i:

MAFC - Bp. Vasas - Borsod
MAFC pálya, 1965. október 2-3.

Férfiak:

<u>100:</u>	1. Rozsnyai M. 10.5, 2. Fluck V 11.0, 3. Bánhidi B. 11.1, 4. Molnár B. 11.1, 5. Végh M. 11.2, 6. Farkas V. 11.3
<u>200:</u>	1. Nemesházi V. 22.1, 2. Gál M. 22.5, 3. Bánhidi B. 22.6, 4. Tóth M. 23.0, 5. Farkas V. 23.2, 6. Molnár B. 23.5

<u>400:</u>	1. Nemesházi V. 48.4, 2. Stoll B. 49.2, 3. Gál M. 49.5, 4. Jeszenői V. 50.5, 5. Farkas M. 50.5, 6. Hegedűs B. 52.8	
<u>800:</u>	1. Stoll B. 1:50.8, 2. Ligetkúti M. 1:52.6, 3. Szentiványi V. 1:54.0, 4. Szekeres V. 1:54.9, 5. Farkas M. 1:55.8, 6. Szabó B. 1:59.2	
<u>1500:</u>	1. Szentiványi V. 3:46.5, 2. Ligetkúti M. 3:53.0, 3. Szerényi V. 3:54.4, 4. Tóth M. 4:04.7, 5. Juhász B. 4:20.0, 6. Kocsis B. 4:24.1.	
<u>5000:</u>	1. Szekeres V. 14:32.6, 2. Sütő V. 14:36.6, Tóth M. 14:42.2, 4. Tóth B. 14:47.8, 5. Kratochwill B. 16:11.0, 6. Sztankovics M. 16:59.0	
<u>110 gát:</u>	1. Fluck V. 15.5, 2. Vértessy V. 15.6, 3. Berzi B. 16.2, 4. Vass M. 16.2, 5. Ferenci M. 16.8, 6. Topor B. 24.1.	
<u>400 gát:</u>	1. Vértessy V. 53.8, 2. Gál M. 56.3, 3. Vass M. 57.1, 4. Kemény B. 57.1, 5. Puskás B. 59.1	
<u>3000 akadály:</u>	1. Fazekas B. 9:01.6, 2. Szekeres V. 9:12.6, 3. Sovák V. 9:41.0, 4. Bankó M. 9:55.4, 5. Csury M. 9:55.6, 6. Puskás B. 9:57.6	
<u>4x100:</u>	1. Bp. Vasas /Fluck, Farkas, Jeszenői, Nemesházi/	42.5
	2. MAFC /Rozsnyai, Népešy, Végh, Tóth/	42.6

A harmadiknak beérkező Borsod csapatát előváltás miatt kizárták.

<u>4x400:</u>	1. Bp. Vasas /Ivanov, Nemesházi, Jeszenői, Vértessy/	3:28.4
	2. Borsod /Stoll, Hegedűs, Kulcsár, Szabó/	3:36.5
	3. MAFC /Tóth, Ligetkúti, Farkas, Gál/	3:40.1
<u>10 km gyaloglás:</u>	1. Beik B. 52:55.6, 2. Färber V. 53:35.4, 3. Borsos B. 56:16.2, 4. Sorger V. 57:10.6, 5. Csépe M. 1:04:42.8	
<u>Magasugrás:</u>	1. Erős V. 190, 2. Ivanov V. 185, 3. Horváth M. 180, 4. Mikola B. 180, 5. Szűdy M. 170, 6. Molnár B. 150	
<u>Távolugrás:</u>	1. Ivanov V. 710, 2. Sylveszter M. 708, 3. Lukács V. 665, 4. Ladányi M. 664, 5. Csorba B. 656, 6. Kőrössi B. 654	
<u>Hármasugrás:</u>	1. Ivanov V. 14.78, 2. Leveles M. 13.99, 3. Csorba B. 13.97, 4. Gáspár M. 13.14, 5. Topor B. 12.72, 6. Farkasinszky V. 11.33	
<u>Rudugrás:</u>	1. dr. Török V. 400, 2. Somogyi M. 400, 3. Csaba M. 380, 4. Kismartoni V. 320, 5-6. Tóth és Molnár B. 260	
<u>Súlylökés:</u>	1. Faragó B. 15.97, 2. Hajtó M. 14.95, 3. Kocsis M. 14.11, 4. Skoumal B. 14.00, 5. Farkasinszky V. 13.83, 6. Ivanov V. 11.20	
<u>Diszkoszvetés:</u>	1. Faragó B. 52.10, 2. Murányi M. 47.50, 3. Saskó V. 47.04, 4. Hajtó M. 45.22, 5. Farkasinszky V. 44.56, 6. Raáb B. 43.14	
<u>Gerelyhajítás:</u>	1. Kaposvári M. 62.16, 2. Faragó B. 60.50, 3. Szabados V. 59.60, 4. Szakasits V. 56.50, 5. Szaniszló M. 55.16, 6. Nagy B. 49.18	
<u>Kalapácsvetés:</u>	1. Mecseki V. 55.60, 2. Kelen M. 48.00, 3. Makó M. 48.62, 4. Ádám V. 43.64, 5. Szin B. 40.94, 6. Urbán B. 38.58.	

A pontverseny eredménye:

Bp. Vasas	-	Borsod	116:82	Bp. Vasas	-	MAFC	112:97
MAFC	-	Borsod	112:86				

MINDE KEDVES OLVASÓNKNAK
NAGYON BOLDOG, IKEREK BEN GAZDAG ÚJ ESZTENDŐT
KIVÁN A
SZERKESZTŐSÉG

N ő k :

<u>100:</u>	1. Nemesháziné V. 12.3, 2. Kovács B. 12.8, 3. Kiss B. 13.2, 4. Mihályfi V. 13.3, 5. Székely M. 13.5, 6. Zajki M. 13.8
<u>200:</u>	1. Nemesháziné V. 26.0, 2. Kovács B. 26.3, 3. Zajki M. 27.8, 4. Székely M. 28.1, 5. Irányossy V. 29.4, 6. Nyitrai B. 30.0
<u>400:</u>	1. Cseh V. 60.9, 2. Kazi V. 62.2, 3. Károly B. 65.9, 4. Tholt M. 72.5, 5. Székely M. 74.5, 6. Bánki M. 76.9
<u>800:</u>	1. Kazi V. 2:16.0, 2. Cseh V. 2:19.8, 3. Székely B. 2:46.1, 4. Bartha B. 2:47.6, 5. Tholt M. 3:15.6, 6. Bánki M. 3:20.0
<u>800 gát:</u>	1. Kiss B. 11.9, 2. Papp B. 12.0, 3. Székely M. 12.2, 4. Mihályfi V. 13.0, 5. Gegesi V. 13.8, 6. Tholt M 15.6
<u>4x100:</u>	1. Bp.Vasas /Rusits, Mihályfi, Turi, Nemesháziné/ 49.9 2. Borsod /Károly, Papp, Kovács, Kiss/ 50.9, 3. MAFC /Zajki, Székely, Tholt, Bánki/ 54.8
<u>Magasugrás:</u>	1. Papp B. 145, 2. Radnai M. 145, 3. Gegesi V. 135, 4. Rusits V. 125, 5. Józsa B. 120
<u>Távolugrás:</u>	1. Papp B. 560, 2. Mihályfi V. 532, 3. Rusits V. 511, 4. Székely M. 509, 5. Óó M. 458, 6. Károly B. 428
<u>Súlylökés:</u>	1. Brichta V. 12.39, 2. Nyitrai B. 12.23, 3. Óó M. 12.16, 4. Kótai V. 11.23, 5. Szűcsné M 10.02, 6. Almási B. 9.33
<u>Diszkoszvetés:</u>	1. Kótai V. 45.24, 2. Andokné V. 41.22, 3. Aradiné M. 40.92, 4. Szűcsné M. 35.82, 5. Nyitrai B. 34.88, 6. Almási B. 34.84
<u>Gerelyhajítás:</u>	1. Rudasné V. 50.58, 2. Óó M. 44.40, 3. Brichta V. 43.78, 4. Bárány M. 36.78, 5. Nyitrai B. 33.22, 6. Együd B. 31.96

A pontverseny eredménye:

Bp.Vasas - Borsod 69:48 Bp.Vasas - MAFC 76:41

Borsod - MAFC 67:49

U.Dózsa - Bp.Honvéd - Bp.Spartacus

Ujpesti Stadion, 1965. október 2-3.

F é r f i a k :

<u>100:</u>	1. Rábai D. 10.9, 2. Csutorás H. 10.9, 3. Gyulai H. 11.0, 4. Péter Sp 11.2, 5. Mélykuty Sp 11.2, 6. Szabados D. 11.2,
<u>200:</u>	1. Gyulai H 21.4, 2. Istóczki D. 21.5, 3. Rábai D. 21.6, 4. Mélykuty Sp 23.0, 5. Tóth H. 23.8, 6. Fodor Sp 24.1
<u>400:</u>	1. Gyulai H. 47.9, 2. Istóczki D. 48.1, 3. Rábai D. 48.8, 4. Déri Sp 50.6, 5. Ocskai H. 52.0, 6. Jullich Sp 53.1
<u>800:</u>	1. Nagy D. 1:58.9, 2. Kapás H. 1:59.1, 3. Pamuki D. 1:59.7, 4. Jullich Sp 2:00.7, 5. Szpadonyi H. 2:01.6, 6. Topánka Sp 2:06.2
<u>1500:</u>	1. Nagy D. 3:46.7, 2. Pamuki D. 3:47.2, 3. Kiss H. 3:48.4, 4. Simon Sp 4:00.8, 5. Szpadnyi H. 4:08.3, 6. Topánka Sp 4:33.7
<u>5000:</u>	1. Kiss H. 14:24.8, 2. Simon Sp 14:36.2, 3. Jóni H. 14:46.3, 4. Máté D. 14:49.6, 5. Nagy D. 15:34.2
<u>110 gát:</u>	1. Mélykuty Sp. 15.0, 2. Tóth H. 15.4, 3. Benkő D. 15.5, 4. Banai H. 15.7, 5. Ringhoffer D. 15.9, 6. Nagy kardos Sp. 16.1
<u>400 gát:</u>	1. Benkő D. 54.3, 2. Déri Sp. 54.8, 3. Nyiregyházi H. 55.7, 4. Banán H. 55.8, 5. Ringhoffer D. 60.6

<u>3000 akadály:</u>	1. Jóni H. 8:59.2, 2. Máté D. 8:59.8, 3. Magyar H. 9:00.8, 4. Nagy D. 9:32.8
<u>10 km gyaloglás:</u>	1. Dalmati H. 45:35.4, 2. Balajcza D. 48:16.2, 3. Balogh H. 50:57.2, 4. Bus D. 53:06.8, Tess Sp. kiállítva
<u>4x100:</u>	1. Bp.Honvéd /Csutorás, Gyulai, Kalocsai, Nyiregyházi/ 41.7 2. U.Dózsa /Rábai, Margitics, Zászló, Szabados/ 42.4 3. Bp.Spartacus /Moldvai, Mélykúti, Rádi, Péter/ 43.5 4. U.Dózsa /Nagy S, Benkő, Ringhoffer, Titkos/ 44.5
<u>4x400:</u>	1. Bp.Honvéd /Gyulai, Kapás, Nyiregyházi, Baran/ 3:24.6 2. U.Dózsa /Timár, Pamuki, Ringhoffer, Horváth/ 3:26.8 3. Bp.Spartacus /Jüllich, Déri, Fodor, Mélykúti/ 3:30.2
<u>Magasugrás:</u>	1. Noszály H. 201, 2. Szekeres D. 198, 3. Krasznai H. 195, 4-5. Füzesi és Pataki Sp. 180
<u>Távolugrás:</u>	1. Kalocsai H. 737, 2. Margitics D. 724, 3. Zászló D. 717, 4. Hámori H. 705, 5. Rádi Sp. 670, 6. Schmäler Sp. 619
<u>Hármasugrás:</u>	1. Cziffra H. 15.22, 2. Kalocsai H. 15.13, 3. Füzesi D. 14.38, 4. Szabados D. 13.66, 5. Schmäler Sp. 12.15, 6. Moldvai Sp. 12.11
<u>Rúdugrás:</u>	1. Vászoly H. 430, 2. Tamás Sp. 430, 3. Horváth Spp 420, 4. Anderle D. 390, 5. Horváth J D. 380.
<u>Súlylökés:</u>	1. Fejér H. 16.84, 2. Zsivótzky D. 15.82, 3. Szécsényi H. 15.58, 4. Katics D. 14.95, 5. Petővári Sp. 13.48, 6. Fehér Sp. 12.25
<u>Diszkoszvetés:</u>	1. Fejér H. 56.32, 2. Szécsényi H. 55.28, 3. Zsivótzky D. 49.82, 4. Küvesdi D. 49.74, 5. Komjáti Sp. 32.74, 6. Petővári Sp. 30.38
<u>Gerelyhajítás:</u>	1. Krasznai D. 72.80, 2. Zarubai D. 69.84, 3. Petővári Sp. 62.82, 4. Kovács H. 61.16, 5. Szabó H. 56.56, 6. Szabó Sp. 53.06
<u>Kalapácsvetés:</u>	1. Zsivótzky D. 68.94, 2. Varga Sp. 58.64, 3. Eckschmidt D. 58.44, 4. Encsi H. 56.68, 5. Gál H. 54.58, 6. Mészáros Sp. 45.80

A pontverseny eredménye:

Bp.Honvéd	-	U.Dózsa	115:96
Bp.Honvéd	-	Bp.Spartac	134:68
U.Dózsa	-	Bp.Spartac	138.5:64.5

N ő k :

Bp.Honvéd - U.Dózsa - TFSE

<u>100:</u>	1. Held D. 11.9, 2. Kovács H. 12.3, 3. Orbán D. 12.5, 4. Lázár H. 12,5 5. Buskó TF. 12.7, 6. Varga TF. 12.9
<u>200:</u>	1. Held D. 24.5, 2. Kovács H. 24.7, 3. Kispálné D. 25.8, 4. Lázár H. 26.0, 5. Buskó TF. 26.4, 6. Kocsondi TF. 28.1
<u>400:</u>	1. Kazi H. 57.8, 2. Pető H. 59.6, 3. Lászlóné D. 59.7, Laczó D. 60.9, 5. Csákö TF. 64.8, 6. Kocsondi TF. 66.4
<u>800:</u>	1. Kazi H. 2:18.4, 2. Lászlóné D. 2:30.8, Pető H. 2:34.7, 4. Lóczy TF. 2:40.4, 5. Kármán TF. 2:51.4, 6. Polgár D. 2:53.0
<u>80 gát:</u>	1. Pető H. 11.6, 2. Varga TF. 11.8, 3. Benkovics H. 12.1, 4. Pászt D. 12.3, 5. Buskó D. 12.5, 6. Horváth TF. 12.9
<u>4x100:</u>	1. U.Dózsa /Held, Kispálné, Orbán, Pászt/ 47.8 2. Bp.Honvéd /Kovács, Lázár, Benkovics, Pető/ 47.9 3. TFSE /Varga, Buskó, Kocsondi, Boldizsár/ 50.2
<u>Magasugrás:</u>	1. Steitz TF 154, 2. Lázár H 151, 3-4. Zink TF és Czapalainé D 145, 5. Kovács H 145, 6. Gróf D 140
<u>Távolugrás:</u>	1. Kispálné D. 589, 2. Kovács H. 575, 3. Held D. 571, 4. Varga TF 532, 5. Boldizsár TF 532, 6. Fehér H. 482

<u>Súlylökés:</u>	1. Bognár H. 15.25, 2. dr. Kleiberné D. 14.88, 3. dr. Mikuss D. 14.81, 4. Nagy TF. 13.49, 5. Paulányi H. 12.71, 6. Németh TF 11.88
<u>Diszkoszvetés:</u>	1. Dr. Kleiberné D. 55.40, 2. Stugren D. 52.29, 3. Bognár H. 48.27, 4. Jaksits H. 43.12, 5. Németh TF. 38.37, 6. Nagy TF. 37.32
<u>Gerelyhajítás:</u>	1. Németh TF. 49.70, 2. Miklós H. 48.34, 3. Radnai TF. 47.42, 4. Hatvári, D. 45.00, 5. Paulányi H. 44.48, 6. dr. Kleiberné D. 37.80

A pontverseny eredménye:

Bp. Honvéd	-	U.Dózsa	60:57
Bp. Honvéd	-	TFSE	73:44
U. Dózsa	-	TFSE	70.5:46.5

Szövetségi közlemények, TUDNIVALÓK

Az 1966. évi I. osztályú Egyesületi

Bajnokság

s o r s o l á s a :

Férfiak:

I. forduló:

Szeged	-	Bp. Vasas	-	MAFC
Bp.Spartacus	-	Baranya	-	U.Dózsa
Bp.Honvéd	-	Debrecen	-	BEAC

II. forduló:

Szeged	-	Bp.Spartacus	-	Bp.Honvéd
Bp.Vasas	-	Baranya	-	Debrecen
MAFC	-	U.Dózsa	-	BEAC

III. forduló:

Szeged	-	U.Dózsa	-	Debrecen
Bp.Vasas	-	Bp.Spartacus	-	BEAC
MAFC	-	Baranya	-	Bp.Honvéd

IV. forduló:

Szeged	-	Baranya	-	BEAC
MAFC	-	Bp.Spartacus	-	Debrecen
Bp.Vasas	-	U.Dózsa	-	Bp.Honvéd

Nők:

I. forduló:

Szombathely	-	Bp.Vasas	-	Szolnok
TFSE	-	Baranya	-	U.Dózsa
Bp.Honvéd	-	Borsod	-	BEAC

II. forduló:

Szombathely	-	TFSE	-	Bp.Honvéd
Bp.Vasas	-	Baranya	-	Borsod
Szolnok	-	U.Dózsa	-	BEAC

III. forduló:

Szombathely	-	U.Dózsa	-	Borsod
Bp.Vasas	-	TFSE	-	BEAC
Szolnok	-	Baranya	-	Bp.Honvéd

IV. forduló:

Szombathely	-	Baranya	-	BEAC
Szolnok	-	TFSE	-	Borsod
Bp.Vasas	-	U.Dózsa	-	Bp.Honvéd

/Az egyes fordulóokban az aláhuzott egyesület, illetve város a pályaválasztó./



AZ ORSZÁGOS VÁLTÓBAJNOKSÁG EREDMÉNYEI

(Folytatás)

FELNŐTT NŐK:

4x100 váltó:

I. időelőfutám:

1. U.Dózsa /Held, Kispálné, Pászt, Orbán/	49.0
2. Szolnoki MÁV /Hasznos, Barta, Császi G., Császi K./	51.3

A Csepel SC "B" és a Bp.Vasas csapata
tulváltott

II. időfutam:

1. Bp. Honvéd / Benkovic, Kovács, Kazi, Lázár/	49.9
2. TFSE / Boldizsár, Kocsondi, Varga, Buskó/	50.6
3. Csepel SC "A" / Tóth, Orbán, Rausz, Balogh/	52.3
4. V. Izzó / Balogh, Makai, Kovács Munkácsi/	52.6

A döntőben

bajnok: U. Dózsa / Geld, Kispálné, Pászt, Orbán/	48.0
2. Bp. Honvéd / Benkovic, Kovács, Kazi, Lázár/	49.0
3. TFSE / Boldizsár, Kocsondi, Varga, Buskó/	50.4
4. Szolnoki MÁV / Hasznos, Barta, Császi G., Császi K./	50.9
5. Csepel SC "A" / Tóth, Orbán, Rausz, Balogh/	51.8
6. V. Izzó / Balogh, Makai, Kovács, Munkácsi/	52.3

4x200 váltó:

I. időfutam:

1. U. Dózsa / Pászt, Kispálné, Orbán Held/	1:43.5
2. Bp. Honvéd / Kovács, Lázár, Kazi, Benkovic/	1:46.5
3. V. Izzó / Munkácsi, Metnoi, Makai, Kovács/	1:49.1
4. TFSE / Kocsondi, Buskó, Boldizsár, Varga/	1:51.1
5. MAC / Bánki, Zajki, Székely, Thold/	1:59.6

II. időfutam:

1. BEAC / Nagy, Füle, Gulyás, Heimann/	1:47.3
2. Szombath. Haladás / Szenteleki, Sasvári, Gádza, Lengyel/	1:47.6
3. Szolnoki MÁV / Hasznos, Barta, Császi K., Császi G./	1:48.0
4. Bp. Vasas / Nemesháziné, Rusits, Irányosi, Turi/	1:51.8

A döntőben:

bajnok: U. Dózsa / Pászt, Kispálné, Orbán, Held/	1:41.5
2. Bp. Honvéd / Kovács, Lázár, Kazi, Benkovic/	1:43.3
3. Szombath. Haladás / Szenteleki, Sasvári, Gádza, Lengyel/	1:46.7
4. Szolnoki MÁV / Hasznos, Barta, Császi K., Császi G./	1:47.8
5. Vasas Izzó / Munkácsi, Metnoi, Makai, Kovács/	1:48.4

3x800 m váltó:

/2 időfutma alapján/

bajnok: Békéscsabai Dózsa "A" / /Gyenes, Zsilák E, Zsilák I./	6:55.8
2. Szombath. Haladás / Szenteleki, Sasvári, Németh/	7:01.2
3. Bp. Vasas / Korompai, Kazi, Cseh/	7:06.6
4. Békéscs. Dózsa "B" / Franyó, Molnár, Tóth/	7:24.2

5. FTC / Malina, Hagymási, Bárány/	7:26.8
6. MTK / Reményi, Tóth E, Tóth M./	7:28.8
7. BEAC / Berényi, Heimann, Gulyás/	7:35.3
8. Szolnoki MÁV / Császi K, Farkas Császi G./	7:47.2

I F J U S Á G I N Ó K :

4x100 m váltó

I. időfutam:

1. Pécsi Sportisk. / Jeges, Kulcsár, Jandala, Köves/	52.0
2. U. Dózsa / Buskó, Besenyei, Kiss, Penczi/	52.7
3. Szombath. Közg. Techn. / Vecsén, Mosonyi, Pék, Varga/	53.5
4. Bp. Honvéd "B" / Orbán, Czakó, Láng, Kiss/	55.3
5. FTC / Bodó, Fömel, Korolovszki, Kihn/	57.9

II. időfutam:

1. BEAC / Rosta, Füle, Marosfi, Gulyás/	50.9
2. Bp. Honvéd "A" / Major, Schleer, Nagy, Pető/	51.2
3. Szeksz. Dózsa / Kajtár, Dér, Bárdos, Krassai/	51.6
4. MTK / Orosz, Kovács, Szekeres, Baricza/	51.7
5. Ózdi Kohász / Kovács, Kiss, Török, Horváth/	51.8
6. T. Bányász / Varga, Alba, Gyertyák, Nidermann/	65.0

A döntőben:

bajnok: Bp. Honvéd "A" / Major, Schleer, Nagy, Pető/	50.4
2. BEAC / Rosta, Füle, Marosfi, Gulyás/	50.7
3. Ózdi Kohász / Kovács, Kiss, Török, Horváth/	50.8
4. Szeksz. Dózsa / Kajtár, Dér, Bárdos, Krassai/	51.0
5. Pécsi Sportisk. / Jeges, Kulcsár, Jandala, Köves/	51.2
6. MTK / Orosz, Kovács, Szekeres, Baricza/	51.7

4x200 m váltó:

I. időfutam:

1. Bp. Honvéd "A" / Láng, Schleer, Nagy, Pető/	1:49.4
2. Bp. Vasas / Papp, Havas, Barta, Balogh/	1:54.2
3. Ózdi Kohász / Török, Barta, Borbás, Kovács/	1:54.6
4. Szombath. Közg. Techn. / Vecsén, Pusztai, Pék, Varga/	1:58.6
A Törökvs csapatát tulváltás miatt törölték	

II. időfutam:

1. U. Dózsa / Buskó, Besenyei, Kiss, Penczi/	1:51.4
2. Pécsi Sportisk / Pozsonyi, Örkényi, Jandala, Köves/	1:53.5
3. FTC / Fömel, Bárony, Déry Csöndes/	1:53.8

- 4.Bp.Honvéd "B" /Major,Csutka,
Magnusz,Somogyi/ 1:53.9
5.T.Bányász /Nagy,Gyertyék,
Alba,Nidermann/ 1:54.7
A BEAC csapatát tulváltás miatt törölték

A döntőben:

- bajnok: Honvéd "A" /Láng,
Schleer,Nagy, Pető/ 1:47.6
2.U.Dózsa "A" /Buskó,Bessenyei,
Kiss,Penczi/ 1:50.4
3.Bp.Vasas /Papp,Havas,Barta,
Balogh/ 1:51.2
4.Pécsi Sportisk /Pozsonyi,
Örkényi,Jandala, Kúves/ 1:52.1
5.FTC /Főmel,Bárony,Déry,
Csöndes/ 1:54.8
A Bp.Honvéd "B" tulváltás miatt törölve

3x800 m váltó: /2 időfutam alapján/

bajnok:

- 1.BEAC /Füle,Nagy,Rosta/ 7:42.4
2.Bajai MTE /Sümei,Mezei,
Hertelendi/ 7:43.8
3.Jósi SI /Hermann,Gyikó,
Pusztai/ 7:44.8
4.V.Meteor /Komlói,Berzsenyi,
Péter/ 7:47.2
5.Bp.Vasas /Kovács,Szűcs,
Rusztai/ 7:54.8
6.T.Bányász /Nagy, Szántó,
Tomkó/ 7:55.8
7.Bp.Honvéd /Somogyi,Csutka,
Magnusz/ 8:00.6
8.Ajka Építők /Polgár,Csejtei,
Szarka/ 8:20.0
9.Újpesti /Gönczöl, Ferenczi,
Végh/ 8:21.6
10.FTC /Kónya,Bodó,Főmel/ 8:26.4

S E R D Ű L Ő L Á N Y O K :

4x100 m váltó:

I. időfutam:

- 1.Bp.Honvéd "A" /Laib,Mosonyi,
Marosvölgyi, Sir/ 53.1
2.BEAC "A" /Lányi Zs., Lányi A.,
Komondi,Mátéfi/ 54.7
3.Miskolci VSC /Zombor,Mogyorósi,
Molnár,Károly/ 54.8
4.Póstás SE /Balla,Szanyi,
Strausz, Majoros/ 55.0
5.V.Izzó "B" /Albert,Illés,
Tóth, Mészáros/ 55.3
6.Uttörőstadion "A" /Palareozki,
Kovács,Csomor,Riha/ 55.5

II. időfutam:

- 1.Csepel "A" /Kukalló,Szörád,
Simonyi,Vella/ 53.3
2.Békéscs.Dózsa /Köszegi,
Darabos,Farkas,Domonkos/ 53.9
3.FTC /Kiss,Nagy,Tamás,Kiss J/ 55.5
4.JÓSI "B" /Sarkó,Karmer,
Hegyesi,Elek/ 55.6
5.XIV.ker.SI /Ötvös,Horváth,
Tóth,Strompek/ 55.9

III. időfutam:

- 1.Bp.Építők "A" /Szalai,Hornák,
Fellner,Révai/ 51.7
2.U.Dózsa /Held,Horváth,Kiss,
Laczó/ 51.7
3.Göd.MEDOSZ /Kós,Kronovszki,
Madácsi,Tóth/ 56.3
A Pécsi EAC és a Központi SI előváltás
miatt kizárva

IV. időfutam:

- 1.V.Izzó "A" /Fischer,Szente,
Barta,Szijj/ 52.9
A Dunaujv.Kohász,Uttörőstadion "B",
Budapesti MEDOSZ és Csepel "B" előváltás
miatt kizárva

V. időfutam:

- 1.JÓSI "A" /Szabó,Tóth V.,
Tóth G., Sarlós/ 52.8
2.Komló Bányász /Vieland,
Farsang, Szabó,Kósa/ 54.1
3.Bp.Építők "B" /Gerencsi,
Gyenei,Hábetler, Som/ 54.5
4.XVIII.ker SI /Erdős,Kozák,
Korom,Bene/ 58.0
A Győri Dózsa tulváltás, a Bp.Honvéd "B"-t
szabálytalan versenyzés miatt törölték.

VI. időfutam:

- 1.T.Bányász /Csordás, Mácsai,
Ács, Foricz/ 53.0
2.Központi SI "A" /Ott, Andi,
Sarkadi, Kodály/ 54.5
3.Székesfehérv.Spartacus /Gerván,
Kovács, Reményi,Füleki/ 55.0
4.BEAC "B" /Horváth,Sinágl,Jaus,
Molnár/ 55.6
5.Pécsi Dózsa /Szolcsányi, Dömölki,
Steiger, Balikó/ 55.8
A Vasas "A" előváltás miatt kizárva.

A döntőben

- bajnok: U.Dózsa /Held,Horváth,Kiss,
Laczó/ 51.1
2.Bp.Építők "A" /Szalai,Hornák,
Fellner,Révai/ 51.7
3.T.Bányász /Csordás,Mácsai, Ács,
Foricz/ 52.5
4.V.Izzó "A" /Fischer, Szente,
Barta, Szijj/ 52.7
5.JÓSI "A" /Szabó,Tóth V., Tóth G.,
Sarlós/ 52.8
6.Bp.Honvéd "A" /Laib,Mosonyi,
Marosvölgyi, Sir/ 54.1

4x300 m váltó:

/6 időfutam alapján/

- Bajnok:
U.Dózsa /Held,Horváth,Kiss,
Laczó/ 2:55.3
2. Közp.SI "A" /Csipán,Hesz,
Huzik,Kékesi/ 3:02.0
3. V.Izzó /Mészáros,Szente,
Barta, Szijj/ 3:03.3
4. Bp.Honvéd /Marosvölgyi,
Horgács, Pohonyi,Németh/ 3:04.8
5. Koml.Bányász /Wagner, Tóth,
Szabó, Végh/ 3:05.2
6. Bp.Póstás /Selmei,Majoros,
Szanyi, Krausz/ 3:06.2
7. Bp.Építők /Szalai, Gyenei,
Hornák, Fellner/ 3:06.3

8. Fóti Gyermekev. /Barna, Oláh, Horváth, Deák/	3:06.6	21. BEAC /Farkas, Kiss, Szabó, Papp, Mátéfi/	3:13.2
9. Tatabányász /Szűcs, Mácsai, Acs, Ferisek/	3:07.4	22. JOSI "A" /Sarlós, Karner, Megyesi, Elek/	3:15.4
10.-11. Egri SI /Bátori, Bodnár, Cenker, Gyulai/ és		23. Győri Dózsa /Takács, Lendvai, Lovas, Gyűrű/	3:15.5
Békéscs. Dózsa /Domonkos, Kószegi, Darabos, Farkas/	3:08.4	24. V. Izzó "B" /Varju, Albert, Illés, Fischer/	3:16.4
12. Győri ETO /Szabó, Horváth, Sipőc, Stranec/	3:09.9	25. XVIII. SI /Erdős, Kutron, Horváth, Bene/	3:17.5
13. Jászber. Vasas /Cseh, Vigh, Gerocs, Fejes/	3:10.0	26. Albertirsai VSC /Hajdu, Kovács, rosz, Tóth/	3:17.8
14-15. IX. ker. SI /Koltai, Suok, Wagner, Kasza/ és		27. Úttörő Stadion /Nagy, Puska, Emeler, Suskó/	3:18.7
Szfv. Spartacus /Reményi, Füleki Germán, Kovács/	3:11.8	28. Bp. MEDOSZ /Tóth, Babó, Gergely, Vida/	3:20.7
16. Dunaujv. Kohász /Antal, Oláh, Bárkányi, Hegedűs/	3:12.1	29. BEAC "B" /Janis, Kamondi, Horváth, Sziláger/	3:22.3
17. Bp. Vasas /Csende, Ercsényi, Bakos, Sütősd/	3:12.3	30. Törökvész /Szabó, Sugrá, Czigler, Granciszky/	3:22.8
18. MVSC /Molnár, Magyarósi, Zámboi Károlyi/	3:12.5	31. JOSI "B" /Szabó, Tóth, Taskó, Kösteles/	3:26.6
19-20. XIV. ker. SI /Horváth, Tóth Ötvös, Strampek/ és Közp. SI "B" /Orosz, Gadányi, Szegő, Kellner/	3:13.1	32. Pécsi Dózsa /Szomosányi, Dömölki, Steiger, Baliko/	3:27.5
		A Bajai MTE, Szolnoki MÁV és a Bp. Honvéd csapatát pályaelhagyás miatt törölték.	

AZ 1965. ÉVI MEGYÉK KÖZÖTTI BÉKE - KUPA DÖNTŐJÉNEK EREDMÉNYEI

/Pécs, 1965. október 17, PVSZ pálya/
Résztevő megyék: Baranya, Borsod, Hajdu.

Férfiak:

100 m:	1. Bánhidi Bo 10.7, 2. Imre Ha 11.1, 3. Vámos Ba 11.2, 4. Molnár Bo 11.3, 5. Szabó Ha 11.5, 6. Betlehem Ba 12.0
400 m:	1. Benkovic Ba 50.5, 2. Kiss Ba 51.5, 3. Kemény Bo 51.6, 4. Suba Ha 51.8, 5. Nagy Ha 52.2, 6. Hegedűs Bo 53.1
1500 m:	1. Nagy Ha 3:58.2, 2. Varga Ba 4:04.3, 3. Garbacz Ba 4:08.4, 4. Rózsa Ha 4:09.3, 5. Szabó Bo 4:13.8, 6. Kocsis Bo 4:19.7
5000 m:	1. Tóth Bo 14:51.8, 2. Homoki Ba 15:25.5, 3. Garbacz Ba, 4. Kratochwill Bo 16:00.2, 5. Sandli Ha 18:11.8
110 m gát:	1. Betlehem Ba 15.6, 2. Topor Bo 16.1, 3. Szabó Ha 16.8, 4. Sági Ba 16.8, 5. Imreh Ha 16.9, 6. Kemény Bo 18.9
4x100 váltó:	1. Borsod /Bánhidi, Molnár, Kemény, Topor/ 43.8 2. Hajdu /Kurunczi, Tatár, Szabó, Imre/ 44.4 Baranya csapata tulváltott
Magasugrás:	1. Gábor Ba 180, 2. Burai Ha 175, 3. Helmezi Ha 175, 4. Torbó Ba 170, 5. Magyar Bo 160, 6. Kulcsár Bo 140
Távolugrás:	1. Csorba Bo 723, 2. Kőrösi Bo 686, 3. Tatár Ha 681, 4. Litz Ba 637, 5. Selmezi Ha 614, 6. dr. Bodosi Ba 589
Rudugrás:	1. Perlaky Ba 390, 2. Kulisch Ba 370, 3. Kuknyó Ha 350, 4. Kurunczi Ha 320, 5. Magyar Bo 300, 6. Molnár Bo 280
Súlylökés:	1. Faragó Bo 16.13, 2. Sárközi Ha 13.51, 3. Lovász Ba 13.42, 4. Skoumal Bo 13.41, 5. Weber Ba 12.31, 6. Horváth Ha 12.21
Diszkoszvetés:	1. Faragó Bo 49.52, 2. Lovász Ba 44.52, 3. Márton Ba 41.32, 4. Sárközi Ha 38.74, 5. Horváth Ha 37.56, 6. Skoumal Bo 37.18
Gerelyhajítás:	1. Gál Ba 70.74, 2. Weber Ba 61.28, 3. Faragó Bo 54.98, 4. L. Nagy Bo 54.70, 5. Kurunczi Ha 46.02, 6. Horváth Ha 0.58

Nők:

100 m:	1. Kiss Bo 12.5, 2. Szilágyi Ba 12.9, 3. Jeges Ba 13.1, 4. Várhalmi Ha 13.3, 5. Fazekas Bo 13.6, 6. Kurucz Ha 13.7
200 m:	1. Papp Bo 26.7, 2. Szilágyi Ba 27.2, 3. Kulcsár Ba 27.7, 4. Somogyi Ha 28.8, 5. Kovács Ha 29.8, 6. Török Bo kizárva

800 m: 1.Szabó Ba 2:28.7, 2.Hajdu Ha 2:32.7, 3.Örkényi Ba 2:35.9, 4.Székely Bo 2:43.4,
5.Barta Bo 2:43.6, 6.Nyitrai Ha 2:47.0

80 m gátfutás: 1.Köves Ba 11.4, 2.Papp Bo 11.8, 3.Kiss Bo 12.5, 4.Bakos Ha 12.6, 5.dr.
Tóth Ba 12.6, 6.Kovács Ha 13.1

4x100 váltó: 1.Baranya /Jeges, Kulcsár, Jandala, Köves/ 51.3
2.Borsod /Fazekas, Kiss, Török, Károlyi/ 52.1
3.Hajdu /Kurucz, Bakos, Várhalmi, Somogyi/ 53.5

Magasugrás: 1.Papp Bo 150, 2.Radochaj Ba 145, 3.Tóth Ba 140, 4.Vámosi Ha 135, 5.Ványi
Ha 130, 6.Józsa Bo 120

Távolugrás: 1.Papp Bo 554, 2.Köves Ba 532, 3.Fazekas Bo 507, 4.Bakos Ha 490, 5.Jandala
Ba 489, 6.Szatmári Ha 484

Súlylökés: 1.Nyitrai Bo 11.94, 2.Dr.Tóth Ba 11.87, 3.Szabó Bo 11.70, 4.Németh Ba 10.21
5.Ványi Ha 9.49, 6. Veres Ha 8.99

Diszkoszvetés: 1.Dr.Tóth Bo 40.84, 2.Nikolauszné Ba 35.64, 3. Nyitrai Bo 34.64, 4.Mikó
Ha 34.22, 5. Kovács Ha 32.54, 6.Almási Bo 31.76

Gerelyhajítás: 1.Lukácsné Ba 44.86, 2.dr.Tóth Ba 42.76, 3.Együd Bo 33.56, 4.Kocsis Ha
32.48, 5.Nyitrai Bo 32.28, 6. Kovács Ha 29.64

A pontverseny végeredménye: 1.Baranya megyei 193 pont
2.Borsod megye 162 pont
3.Hajdu megye 113 pont

Az NB I Egyesületi Bajnokság eredményei

BARANYA - BEAC - SZOLNOK NŐI ÉS BARANYA - BEAC - HAJDU FÉRFI VERSENYEK

Női versenyek

100 m: 1.Füle BEAC 12.7, 2.Császi K. Szolnok 12.8, 3.Gulyás BEAC 12.9, 4.Köves Baranya
12.9, 5.Szilágyi Baranya 13.2, 6.Bartha Szolnok 13.4

200 m: 1.Nagy Zs. BEAC 25.4, 2.Füle BEAC 25.6, 3.Császi K. Szolnok 25.9, 4.Köves Baranya
26.5, 5.Hasznos Szolnok 27.0, 6.Szilágyi Baranya 27.1

400 m: 1.Nagy Zs. BEAC 55.1, 2.Gulyás BEAC 59.5, 3.Cs. Farkas Szolnok 61.6, 4.Császi G.
Szolnok 62.4, 5.Örkényi Baranya 66.5, 6.Bekóné Baranya 68.6

800 m: 1.Nagy Zs BEAC 2:19.0, 2.Gulyás E BEAC 2:19.1, 3.Cs. Farkas Szolnok 2:22.0, 4.
Szabó Baranya 2:23.0, 5.Örkényi Baranya 2:37.2, 6.Bartha Szolnok 2:52.3

80 gát: 1. Köves Baranya 11.7, 2.Hasznos Szolnok 11.8, 3.Császi G. Szolnok 12.0, 4.
Gulyás E BEAC 12.3, 5.Gulyás Á BEAC 12.4, 6.dr.Tóth Baranya 12.5

4x100 váltó: 1. BEAC /Szabó, Nagy, Gulyás, Füle/ 49.8
2. Szolnok /Hasznos, Bartha, Császi G, Császi K/ 50.8
3. Baranya /Jeges, Jandala, Szilágyi, Köves/ 51.5

Magasugrás: 1.Bálint BEAC 156, 2.Ziba BEAC 153, 3.Császi K Szolnok 145, 4.Radochaj
Baranya 145, 5.Jandala Baranya 140, 6.Mészáros Szolnok 140

Távolugrás: 1.Petró BEAC 572, 2.Köves Baranya 542, 3.Császi K. Szolnok 533, 4.Hasznos
Szolnok 506, 5.Jandala Baranya 493

Súlylökés: 1.dr.Tóth Baranya 11.99, 2.Gyürki BEAC 11.75, 3.Veress Szolnok 11.52, 4.Kétsze-
ri BEAC 11.44, 5.Császi G. Szolnok 10.60, 6.Németh Baranya 10.46

Diszkoszvetés: 1.Dr.Tóth Baranya 41.40, 2.Plicher BEAC 38.28, 3.Kétszeri BEAC 36.84,
4.Nikolauszné Baranya 36.72, 5.Veress Szolnok 30.20, 6.Tóthné Szolnok 26.18

Gerelyhajítás: 1.Lukácsné Baranya 46.64, 2.Stolmár BEAC 39.51, 3.Dr.Tóth Baranya 39.24,
4.Ecsödi BEAC 39.00, 5.Magony Szolnok 38.24, 6. Tóthné Szolnok 32.46

Férfiak

100 m: 1.Petrovics BEAC 10.8, 2.Kocsondi Hajdu 10.9, 3.Giczei Hajdu 11.0, 4.Matis Baranya
11.1, 5.Koronghy BEAC 11.2, 6. Lelkes Baranya 11.4,

200 m: 1.Mihályfi BEAC 21.6, 2.Spányik BEAC 22.0, 3.Kocsondi Hajdu 22.7, 4.Vojtha Hajdu
22.9, 5.Kiss Baranya 23.2, 6.Benkovics Baranya 23.4

400 m: 1.Mihályfi BEAC 49.2, 2.Vojtha Hajdu 50.1, 3.Petrovics BEAC 50.2, 4.Benkovics
Baranya 50.3, 5.Kiss Baranya 50.5, 6.Marosán Hajdu 50.5

800 m: 1.Garbacz Baranya 1:54.5, 2.Rábóld Hajdu 1:54.9, 3.Prohászka Baranya 1:55.5, 4.
Nagy Hajdu 1:55.8, 5.Tarjáni BEAC 2:00.9, 6.Szántai BEAC 2:04.6

Férflifjúsagi:

[illegible]

Közp.SI					Fiú serdülő 18:				
49:57	Bp.Honvéd				1. Közp.SI	7 6 - 1	419	:272	12
0:2					2. Bp.Honvéd	7 6 - 1	352	:259	12
53:52	47:56				3. Csepel "A"	7 6 - 1	334.5	:254.5	12
2:0	0:2	Csepel "A"			4. BVSC	7 4 - 3	273	:286	8
60:42	68:35	41:40	BVSC		5. U.Dózsa	7 3 - 4	304	:298	6
2:0	2:0	2:0			6. MTK	7 1 - 6	278.5	:338.5	2
58:44	58:48	55:47	50:44	U.Dózsa	7. Bp.Vasas	7 1 - 6	58	: 88	2
2:0	2:0	2:0	2:0		8. Csepel "B"	7 1 - 6	174	:397	2
68:19	49:44	56.5:45.5	50:42	58:40					
2:0	2:0	2:0	2:0	MTK					
61:27	0:0	0:0	0:0	0:0	27:31	Bp.Vasas			
2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	0:2				
70:31	73:27	74:22	56:31	63:37	61:26	0:0	Csepel "B"		
2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	0:2			

Bp.Építők				N ő l f e l n ő t t :				
34:21				1. Bp.Építők	8 8 - -	201	111	16
2:0	BHSC			2. BHSC	8 7 - 1	200	134	14
36:22	34:25			3. Bp.Élőre	8 5 1 2	191	171	11
2:0	2:0	Bp.Élőre		4. TSE	8 4 1 3	206	172	9
29:10	35:24	25:25		5. Bp.Honvéd	8 4 - 4	191	154	8
2:0	2:0	1:1	TSE	6. BEAC	8 3 - 5	141	201	6
29:26	35:23	29:21	8:37	7. U.Dózsa	8 3 - 5	105	197	6
2:0	2:0	2:0	0:2	8. Csepel	8 1 - 7	14	86	2
40:16	33:19	28:18	37:12	9. Bp.Vasas	8 - - 8	39	62	0
2:0	2:0	2:0	2:0					
33:16	42:19	31:19	34: 9					
2:0	2:0	2:0	2:0					
0:0	0:0	0:0	37: 4					
2:0	2:0	2:0	2:0					
0:0	0:0	31:18	31:21					
2:0	2:0	2:0	2:0					

				N ő 1				1 f j u s á g i :					
Bp. Vasas				1.	Bp. Vasas	8	7	-	1	423	:	276	14
44:33	BRESC			2.	Bp. Epitök	8	7	-	1	381	:	259	14
2:0				3.	BRESC	8	6	-	2	345	:	252	12
44:47	42:47			4.	V. Meteor	8	5	-	3	362	:	292	10
0:2	0:2	Bp. Epitök		5.	FTC	8	4	-	4	339.5	:	341.5	8
51:42	47:38	49:30		6.	Tipogr.	8	3	-	5	246	:	366	6
2:0	2:0	2:0	V. Meteor	7.	BVSC	8	2	-	6	278	:	345	4
60:35	55:27	41:47	43:34	8.	BHSC	8	2	-	6	250	:	334	4
2:0	2:0	0:2	2:0	9.	Csepel	8	-	-	8	149	:	308	0
60:25	62:25	56:11	50:16	42:46	Tipogr.								
2:0	2:0	2:0	2:0	0:2									
56:32	60:26	40:29	47:37	47.5:40.5	39:30	BVSC							
2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	2:0								
55:34	46:45	52:35	59:25	50:35	27:47	45:29	BHSC						
2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	0:2	2:0							
53:28	60:26	49:21	53:33	57:21	57:19	39:27	0:0	Csepel					
2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	2:0	2:0						