

ATLÉTIKA



TARTALOM

Németh Imre
Húsz évvel ezelőtt

Zarándi László
Az atlétika edzők országos értekezlete Talán

Tamás László
Beszámoló a tokiói olimpia súlylökéséről és diszkoszvetéséről

Dr. Sir József
Az olimpia rövidtávfutása

Levél a budapesti Petőfi Sándor gimnázium atlétikai
szakosztályának

Állagazolások 1965. évben:

Az 1964. év legjobb 50 eredménye

Az 1964. év legjobb 10 csapata

Az 1964. év legjobb 30 ifjúsági eredménye

Az 1964. év legjobb 20 serdülő eredménye

1965

2-3

ATLÉTIKA

IX. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1965 2-3. SZÁM



HÚSZ ÉVVEL EZEELŐTT

amikor kibujtam az óvóhelyről, mindazok mellett, amik akkor az életet jelentették, a kalapácsvetés is eszembe jutott. Sápadtan, legyöngyülve vettem kezembe a szert, hogy megpróbálkozzam vele a Városmajorban.

A felszabadulás után 2-3 nappal történt! A kalapácsot a szovjet katonák dobták vissza és ők voltak azok, akik segítettek leszedni, ha a fán fennakadt. Talán akkor értettem meg egészen, hogy a háboru véget ért és felszabadulásunkkal együtt sportpályafutásom másodszor is megkezdődhet.

A kiégett házak közötti edzés most is emlékezetemben van. Jónéházzal elmondtam fiaimnak, fiatal ismerőseimnek és sporttársaimnak azt a sok szenvedést, nehézséget, ami akkor ráncszakadt. A felrobbantott hidak, az összedőlt házak, a kifosztott rakta-ak, a rongyos és éhes emberek szokatlan képe után – fényként jelentkezett felszabadulásunk és az a tény, hogy újra dolgozhatunk, de most már szabadon és játszhatunk, szórakozhatunk, élhetünk kedvenc szenvedélyünknek: a sportnak is!

Ha visszagondolok azokra az eredményekre – olimpiai bajnokság, világcsúcs, nemzetközi sikerek – amelyeket elértem, tudom, hogy mindezt annak köszönhetem: a nép állama segített, megadott minden lehetőséget, hogy kiváló teljesítményt nyújthassak. Mindez pedig csak azért volt lehetséges, mert a sport a népé lett. Ezt is a felszabadulás hozta el számunkra.

Azóta 20 év telt el.

A felrobbantott hidak helyett újakat építettünk, a romokban heverő Budapest felépült, megfiatalodott, megszépült. Dolgozó népünk új életet teremtett. De új élet indult a sportban is. Százvezrek kapcsolódtak be a tömeg- és minőségi sportba. Megépítettük az európai hírű Népstadiont, s ez a nagyszerű sporttelep világcsúcsok színhelye lett.

Ma mindenki megtalálhatja a neki legjobban megfelelő testedzési lehetőséget, szabadon választhatja meg kedvenc sportját.

Nagy fejlődés indult az atlétikában is. Világcsúcsok, olimpiai győzelmek és helyezések fémjelzik sportágunk útját. A magyar atlétika ismert lett az egész világon. Nem állhatunk azonban meg jelenlegi eredményeinknél. Tovább kell fejlődünk, hogy a közeljövő nagy versenyein hagyományainkhoz méltóan szerepeljünk. 1966-ban mi rendezzük az Európa-bajnokságokat, 1968-ban, Mexikóban pedig szeretnénk méltóan képviselni a magyar színeket ismét az olimpián. Nagy feladat hárul ifjú atlétáinkra, ha tovább akarnak haladni nagynevű elődeik útján.

A magyar sportvezetés a jövőben is mindent megtesz azért, hogy zavartalan legyen felkészülésük és tovább növelhessük sportsikereinket.

Német Imre
a MASZ elnöke



Az atléta edzők országos értekezlete Tatán

AZ ÜVEGROST RUD TECHNIKÁJA, EDZÉSE ÉS OKTATÁSA

/A tatai edzői értekezlet anyagának folytatása/

A rudugrás is az elmaradt atlétikai versenyszámaink közé tartozik. Ennek egyik oka az, hogy jó külföldi rudugrók nem versenyeznek nálunk és így közvetlen tapasztalatcserére nem volt módunk. Kénytelenek voltunk tehát megelégedni a külföldi szakirodalommal és azok, valamint saját tapasztalataink alapján kialakítani azt a felkészülési módot, melynek segítségével rudugróink eredményei megjavíthatók.

A fémrudas világosucs 480 cm volt, Üvegruddal ezt 528 cm-re javították. Ezenkívül a régi világosucsnál majdnem 50-en ugrottak jobbat és az 5 méteren felüli ugrók száma is 14. A magyar csucs ezzel szemben nem fejlődött.

Miért jelent előnyt az Üvegrud, miért e nagy eredményjavulás s mit kell tenni, hogy a mi eredményeink is javuljanak? Ezekre a kérdésekre igyekszem az alábbiakban válaszolni.

Az első, amit a kétféle rudugrás összehasonlításánál megfigyelhettünk, hogy az Üvegrudas ugrók magasabban fogják a rudat. Ez azért jelent előnyt, mert ha feltételezzük, hogy különböző fogásmagasságok esetében is beáll a rud a függőlegesbe, akkor eleve nagyobb magasság felett jut át az az ugró, aki magasabban fogja a rudat.

A fémrudnál azért nem lehet növelni a fogásmagasságot, mert minden rudugrásnál a leütési pont körül egy forgómozgás történik s minden forgómozgásnál fellép a forgási tehetetlenség ellenállás. Ez az ellenállás annál nagyobb, minél nagyobb a távolság a forgáspont és a kézfogás helye között. Nagyobb ellenállást csak nagyobb erővel lehet legyőzni. Tekintve, hogy a nekifutás sebességének növelése véges /ez az erő biztosítja, hogy a rud függőlegesbe beálljon/, ezért a fogásmagasságot sem lehet növelni egy meghatározott magasságon túl, mert nagyobb fogásmagasság esetén a rud nem áll be függőlegesbe és ekkor kedvező lécvétel sem lehetséges.

Ezzel szemben az Üvegrud használatánál az alábbiakat tapasztalhatjuk:

1. Az Üvegrud, hajlékonysága következtében elugrás közben és után meghajlik. Ez a forgásponttól mért távolság megrövidülését jelenti, tehát a forgási tehetetlenségi ellenállás is kisebb lesz. Ez annyit jelent, hogy ugyanakkora nekifutási sebesség esetén magasabban lehet fogni az Üvegrudat, hiszen a meghajlás következtében a forgásponttól mért távolság lerövidül és így a nagyobb fogásmagasság ellenére is a kifejtett erők elegendőek ahhoz, hogy a rud végülis függőleges helyzetbe kerüljön.

2. Sokkal lényegesebb azonban, hogy a kifejtett erők visszatérülési lehetősége is kifejezettebb. A fémrudnál egyidőben hatnak azok az erők, amelyek a rud előre és felfelé történő mozgását biztosítják, ugyanakkor a forgómozgás közben az ellenállás leküzdésére sok erő vész el. Az Üvegrudnál viszont helyesen végrehajtott mozgás esetén a kifejtett erők a rud meghajlása következtében először vízszintes irányban előre - a meghajlitott rudban összesűrűsödnek - majd a rud kiegyenesedési szakaszában felfelé hatnak. Így tehát sokkal nagyobb mértékben térülnek meg, hisz egyrészt az erők érvényrejutásának sorrendje sokkal kedvezőbb, másrészt a forgási ut megrövidülése miatt kisebb az erővesztés.

Az Üvegrudugrás technikája:

1. Lendületszerzés vagy nekifutás
2. A rud betűzése és az elugrás
3. Légmunka a rud hajlási ideje alatt
4. Légmunka a kiegyenesedés közben
5. Elszakadás a rudtól, talajérés.

1. A lendületszerzés vagy nekifutás

Célja a maximális vízszintes sebesség elérése a nekifutás végére, úgy, hogy a felugrás helye állandó legyen. A felugrás helyét úgy határozzuk meg, hogy a rud betűzésekor a felülfogó kéztől képzeltbeli merőlegest húzunk a talajra. A merőleges metszési pontjára /legfeljebb 3/4 lábfejjel előbbre/ kerülhet az elugró láb.

A nekifutás hossza változó. A lassabb ugrók rövidebb nekifutásból ugorjanak, ugyanis a maximális sebességüket hamarabb érik el, míg a gyorsabbak nagyobb távolságról fussanak neki. Célszerű segédvonalat is alkalmazni. Ez kettős jelentőséggel bír: ha a segédvonalat az ugrólábával éri el az ugró, akkor a felugrás helye is jó lesz, azonkívül e segédvonalatól kell a futás ritmusát meggyorsítani.

Beszélni kell még az utolsó lépések hosszáról is. Míg fémrudnál az utolsó előtti lépés hosszabb volt és az utolsó rövidebb /ezzel készítették elő, hogy felugrás közben a súlypont megemelkedjék/, addig Üvegrudnál az utolsó 3 lépésnek egyforma hosszúnak kell lenni, azért hogy a súlypont ne térjen ki a vízszintes irányból, tehát az ugrónak bele kell futnia az elugrásba.

2. A rud betűzése és az elugrás

Az utolsó lépések üteme alatt a rud hegye fokozatosan süllyed, ezáltal a felül fogó kéz megemelkedik. Tekintve, hogy úvegprudnál nem célszerű a csusztatás alkalmazása /abban az esetben, ha csusztat a versenyző, akkor is a két kéz közötti távolság legalább 40-50 cm maradjon/, ezért a rud betűzése úgy történik, hogy a rud hegye tovább süllyed a szekrényig, közben a felül fogó kéz váltótól a fej fölé emeli a rudat. Fontos ügyelni arra, hogy amikor a rud hegye a szekrény falának ütközik, akkor a felül fogó kéz könyökben már teljesen nyújtva legyen. Ilyenkor az elugró láb is teljes talpával a talajon van már.

Az elugrás megkezdésével kapcsolatban feltétlenül beszélni kell arról, hogy nem elégséges csak a testsúllyal meghajlítani a rudat. A mozgást úgy kell végrehajtani, hogy a nekifutás közben kifejtett energián kívül az elugrás közben kifejtett energia is átmenjen a rudba. Az így kifejtett erők hatására elérhető, hogy már az elugrás pillanatában nagy lesz a rud hajlása. Ugyancsak itt kell megemlékezni a két kéz egymástól való távolságáról is. Véleményem szerint leghelyesebb a két kéz közötti 75-80 cm-es távolság, ugyanis így a két kar kettős támasza révén a kifejtett erők jobban átadhatók a rudnak, azaz nagyobb mérvű lehet a rud meghajlása. Az elugrás végrehajtása tehát akkor helyes, ha a felülfogó kéz erősen markolja a rudat, a másik kar pedig könyökben kb derékszögű tartásban úgy tartja a testet távol a rudtól, hogy a kar hajlásszöge ne változzék; tehát tonusuk tartásban legyen. A két kar munkájával egyidőben a felülfogó kéz vállával a rud alá kell bujni. E kar és váll helyzetét figyelve, az emberben olyan érzés alakuljon ki, hogy a mozgás hasonlít a gerelyhajítás ívképzéséhez. Tehát a felül fogó kéz íjj-szerűen megfeszül. A fentiekkel egyidőben ügyelni kell arra is, hogy a csipő és a lendítő láb ne szaladjon előre. Az előbb említett testrészek rögzítve legyenek és inkább a mellél törekedjék előre az ugró. Lényegében a fent említett mozdulatok ideje alatt történik meg a lendítés és az elrugázkodás, tehát az elugrás, mely előre és egész minimális mértékben felfelé történik.

3. Légmunka a rud hajlási ideje alatt

A talajtól való elszakadás ideje alatt következik a kilógás, bár itt sodródásnak is lehet nevezni. A testsúly hatására a rud hajlása fokozódik. A kilógás vagy sodródás fázisában a testet változatlanul távol kell tartani a rudtól, mert ha csökkenne a terhelés, akkor a rud is megkezdene a kiegyenesedését. Éppen a rud kiegyenesedése miatt igen fontos, hogy meddig tartson a mozgásnak ez a része. Ezt időben nem lehet meghatározni, ezért úgy fogalmaznám meg, hogy a rud kiegyenesedésének kezdete előtt meg kell kezdeni a következő mozgást, tehát a fellendülést, azért, hogy a rud egyenesedésekor a súlypont már megfelelő helyzetben legyen.

A fellendülés megkezdése nagy mértékben függ az ugró erejétől. Aki erős és gyorsan tudja végrehajtani a fellendülést, az tovább várhat a kilógással, míg a gyengébbeknek természetesen hamarabb kell megkezdni. A fellendülés ideje alatt a kifejtett erők hatásaként a rud hajlása fokozódik s ez az utolsó olyan fázis még, amikor a rud hajlítása az eredményesség miatt a későbbiek során felhasználható.

A fellendülés végrehajtása közben arra kell törekedni, hogy a térdben hajlitott lábak és ezáltal a csipő is minél magasabbra kerüljenek. A karokkal a testet változatlanul távol kell tartani a rudtól. Igen előnyös, ha az ugró az addig könyökben hajlitott karját is kinyújtja.

4. Légmunka a rud kiegyenesedése közben

A rud kiegyenesedése szakaszában az ugró legfontosabb feladata, hogy a súlypont körül úgy csoportosítsa át testrészeit, hogy azok a rud által visszatérülő erők irányába kerüljenek. Ennek érdekében az eddig térdben hajlitott lábakat ki kell nyújtani, úgy hogy a talpak a rud közelében felfelé nézzenek. Ezzel egyidőben törzsét is közel engedi a rudhoz az ugró, majd a fej vezetésével a törzs hátrafelé mozog. Ebben a helyzetben az ugró a nyújtott felülfogó kézen lógva a ruddal párhuzamosan szinte fejenállásban függ.

A további két mozdulat, a huzódzkodás és tolódzkodás végrehajtásánál akkor jár el helyesen az ugró, ha akkor hajtja végre, amikor a rud szinte teljesen kiegyenesedett s teste párhuzamos a ruddal. Ebben az esetben ugyanis a kifejtett erő a rudon keresztül a talajra merőleges irányban hat és így nem következik be a rud káros meghajlása.

E két mozdulat végrehajtása olyan szorosan összefonódik, hogy szabad szemmel el sem lehet választani egymástól. Ezért a mozgás jó végrehajtásához igen nagy erő és gyorsaság szükséges. Ha az ugró elég erős és gyors, akkor ebben az esetben - a fellendüléshez hasonlóan - később lehet megkezdni a mozgást és így a kifejtett erők teljes értékükben megtérülnek.

Tekintettel arra, hogy a rud itt adja vissza az eddig befektetett erőket, ezért nem veszélyes, hogy - a széles fogásból adódóan - igazán csak a felül fogó kéz erejét lehet e mozdulat végrehajtása közben maradéktalanul kamatoztatni.

5. Elszakadás a rudtól, talajérés

A rudugrás ezen utolsó mozzanatát közben az ugró áthalad a lécc felett, úgy hogy karjával egy utolsó lökömozgást fejt ki a rudra, miközben lábai a lécc túloldalán már megkezdtek a lesüllyedést. A rudtól való elszakadás után az ugró közeledik a talaj felé. A talajraérés végrehajtása a leérkezés helyének milyenségétől függ.

A RUDUGRÁS OKTATÁSA

A tulajdonképpeni oktatás ismertetése előtt szeretnék egy-két olyan tényezőről is megemlíkezni, melyek közvetve ugyan, de nagymértékben befolyásolják az oktatás eredményességét.

1. Legalább két ugróhely álljon rendelkezésre a helyi széljárásnak megfelelően, hogy a mozgás tanulása közben mindig szélcsendes vagy hátszeles pályán lehessen gyakorolni. A későbbiek során természetesen mostohább körülmények között is célszerű gyakoroltatni.

2. A talajraérés helye szempontjából legjobb a habgumira történő leérkezés. A gyakorlati tapasztalat azt bizonyítja, hogy a rossz leérkezési hely miatt adódó félelemérzet az egész mozgás végrehajtását károsan befolyásolja. Itt kell megjegyezni, hogy - különösen az oktatás kezdetén - a szekrény két oldalán is megfelelő leérkezési helyet kell biztosítani, ugyanis igen gyakran oda esnek vissza az ugrók.

3. Ugyancsak célszerű olyan léctartó állványok alkalmazása is, melyek alul távolabb vannak a szekrénytől - a sérülés elkerülése végett - és könnyebben mozgathatók.

4. Mivel különböző vastagságú rudak nem mindig állnak a versenyzők rendelkezésére /egy ugrónak 3 különböző rud használata lenne célszerű/, ezért a mozgás könnyebb elsajátítását segíthetjük elő, ha a szekrény mélységét változtatjuk. Ebben az esetben ugyanis a rud meghajlítása kevesebb erőt vesz igénybe s így a mozgást is gyorsabban lehet megtanulni. Olénusz finn rudugró edző azonos rud és azonos fogásmagasság esetén ezt a szekrény-mélységeket javasolja: 29-26-23 cm.

A mozgás oktatásánál két utat lehet követni. Az egyiknél az egyes mozzanatokat külön-külön lehet elsajátíttatni, a másikonál az egész mozgást végzik a versenyzők, de a mozgás végrehajtása közben egy-egy mozdulat helyes végrehajtására koncentrálnak.

Véleményem szerint - különösen kezdők esetében - leghelyesebb, ha először egy-egy mozdulat elsajátítására fordítunk nagyobb gondot. Éppen ezért az alábbi módszert javaslom:

1. A rud fogásának és hordmódjának megtanítása járásból.
2. Az előző gyakorlat csak futásból.
3. A rud betűzése az elugrás helyzetének felvételével járásból.
4. A rud betűzése és elugrás futásból / a rud meghajlításának beidegzése/.
5. A fellendülés gyakorlása, de a rudtól már el kell szakadni.
6. A teljes mozgás végrehajtása kimért nekifutásból.

Természetesen az egyes mozgások megtanítása közben a technikai részben kifejtett szempontokat is szem előtt kell tartani. Ezenkívül a technika elsajátításához bizonyos fizikai készségek kialakítása is nélkülözhetetlen.

A rudugrás alapozó edzése. Az edzési anyag megtervezésénél először azt kell megvizsgálni, hogy a versenyzők milyen adottságokkal rendelkeznek, illetve, milyen készségek kialakítása a fontos. A rudukroknál a következő adottságokat kell kialakítani és fejleszteni.

1. Gyorsaság
2. Erő /különleges izomerő/
3. ügyesség - jó mozgáskoordinációs készség
4. Tornász készség
5. Különleges állóképesség
6. Bátorság

Az alapozó időszakot 3 részre lehet felbontani.

Az első rész /dec.15-jan.15/ feladata az általános fizikai alap megteremtése. Egy hét beosztása a következő: hétfő: termi edzés, kedd: futó edzés, szerda: szertorna, csütörtök: futóedzés, péntek: termi edzés, szombat: futó edzés.

A futóedzések anyaga megterhelésben és jellegében is hasonlít a vágtazők edzéséhez. A termi edzések anyaga az ugrók felkészültségi fokától és a rendelkezésre álló felszereléstől függően igen sokrétű és változatos lehet. E megállapítások a másik két rész munkájára is vonatkoznak.

A második részben /jan.15-márc.1/ az általános képzés mellett a különleges fizikai felkészülés is előtérbe lép. A lehetőségektől függően el kell kezdeni a technikai munkát is. Egy hét beosztása: hétfő: termi edzés + szertorna, kedd: futóedzés, szerda: technikai edzés + különleges erősítés, csütörtök: futó edzés, péntek: technikai edzés, szombat: különleges erősítés + futó edzés.

Ennek az időszaknak a második fele a következőképpen alakul: hétfő: technika+futó edzés, kedd: különleges erősítés+futó edzés, szerda: szertorna, csütörtök: futó edzés, péntek: technikai + futó edzés, szombat: különleges erősítés+futó edzés.

Harmadik rész: /márc.1-ápr.15/ itt már a mennyiségi munka helyét egyre inkább a minőségi munka veszi át, de úgy hogy a terhelés ne csökkenjék. Egy hét beosztása: hétfő: futó edzés, kedd: technikai edzés+szertorna, szerda: különleges erősítés+futó edzés, csütörtök: futó edzés, péntek: futó edzés, szombat: technikai edzés, vasárnap: különleges erősítés és futó edzés.

Zarándi László
mesteredző

BESZÁMOLÓ A TOKIÓI OLIMPIA SÜLYLÖKÉSÉRŐL ÉS
DISZKOSZVETÉSÉRŐL

/A tatai országos edzőterkezetlen Tamás László előadásának rövid ismertetése/

Abban a szerencsés helyzetben voltam, hogy sokat láthattam Tokióban az összes nagy dobót és esélyest edzeni. Ennek révén alkalmam nyílt összehasonlítást tenni a külföldi nagyságok és a mi atlétáink által követett módszerek között. Különös figyelemmel az amerikai dobók edzéseit figyeltem, mert különösen férfi vonalon az említett két dobószámában hosszú évek óta kimagasló eredményeket érnek el, ők nyerték az utóbbi évek világverse-nyeit. De azért is érdekelt edzésrendszerük, mert az lényegesen eltér a magyar, illetve az európai élvonal gyakorlatától.

Le kell azonban szögezнем, hogy technikai újítást nem találtam. A két edzés módszer közötti különbséget az erősítés területén fedeztem fel: mégpedig nem milyenségben, hanem az alkalmazott súlyok nagyságában. Ők ugyanis - az európaiakkal ellentétben, különösen a fekvő nyomásban - állandóan nehéz, sokszor pedig maximális súlyokkal dolgoznak. Ezt általában eddig is mindenki tudta. De felvetődik a kérdés, hogy melyik módszer a helyes? Legkönnyebben úgy lehetne erre válaszolni, hogy itt a tények beszélnek, az amerikaiak lényegesen erősebbek, mint az európaiak, tehát valószínűleg ők erősítenek helyesen. Viszont az is igaz - és ezt sok éves tapasztalatunk bizonyítja - hogy az állandó maximális súlyal folytatott edzés nem olyan eredményes, mint az általunk használt 70-80 %-os terheléssel végzett erősítés. Ezt támasztja alá a magyar súlyemelő példája is, akik döntő mértékben könnyű súlyal dolgoznak és ha nem is nyertek olimpiai bajnokságot, mégis a világ élvonalába tartoznak.

Elgondolásunk helyességét bizonyítja az a tény is, hogy az állandó nehéz súlyal történő gyakorlás technikai számokban rontja a mozgás-érzékelést. De nemcsak rontja, hanem - nyugodtan állíthatjuk - tönkre is teheti a versenyző mozgását. Ennek igazolására elmondom, hogy mit tapasztaltam Tokióban október 2-án.

Varju Vilmosmal tartottunk edzést, amikor annak végefelé megjelentek az amerikai dobók O'Brien-nel az élen, aki a jelenleg alkalmazott súlylökő technika megalapítója. Mindketten nagyon megörültünk, hiszen 1958-ban, amikor O'Brien Budapesten járt, nagyon sokat tanultunk tőle. Úgy gondoltuk, hogy most alkalmunk lesz felfrissíteni akkori tapasztalatainkat, sőt esetleg újakat gyarapíthatjuk azokat, Vili technikai edzésének befejezése után leültünk és lestük a "főnököt". O'Brien, ahogy nálunk is szokás, kétszer körülfutotta a súlylökő kört, utána pár darab egykaros fekvőtámaszt végzett, majd dobálni kezdett. Először arra gondoltunk, hogy még nem melegedett be eléggé, vártunk, hogy majd csak összehoz egy technikailag is elfogadható dobást. Hiába vártunk akkor, másnap, sőt az egész ott-tartózkodás ideje alatt. Nem tudtuk elhinni, hogy az az O'Brien, aki pár évvel ezelőtt olyan folyamatosan, olyan gyorsan és jól dobott, technikailag ennyire elromolhasson. Hangsúlyozom, hogy csak technikailag, mert nagyobbát dobott, mint 1958-ban Budapesten. A tokiói dobásai teljesen rosszak voltak. Komolyan elgondolkodtam, hogy amit akkor jónak találtam, most azt teljesen rossznak tartom? Ez nem lehet igaz. A valóság azt mutatta, hogy O'Brien mozgása a sok nehéz súlyal történő erősítéstől teljesen elromlott.

De őszintén meg kell mondanom, hogy Varju Vilmos mozgása sem olyan, mint évekkel ezelőtt volt. Technikailag ő sem tud úgy dobni, mint 1962-ben, pedig akkori legjobb eredménye csak 19.11 volt. Az erősítés hatására nála is bekövetkezett egy bizonyos mértékű visszaesés annak ellenére, hogy nehéz súlyal keveset dolgozott. Ha pedig ez így van, akkor az erősítés ilyen volta károsan hat a technikai munkára.

Lehetetlennek tartom, hogy O'Brien ne jött volna rá, hogy mozgása elromlott. Ennek ellenére sem változtatott edzésén, mert hiszen így nagyobbát tudott dobni, mint annak előtte. Nyugodtan mondhatjuk, vigyázzunk az erősítésre, mert a nehéz súlyokkal történő gyakorlás elrontja a versenyző mozgását. O'Brien és általában az amerikaiak esetleg azt gondolják: nem baj, ha rosszul dobnak, fő az, hogy a szer messzebb repüljön.

Elvileg tehát mindkét módszert lehet támadni és mindkettőt el lehet fogadni. Távol áll tőlem, hogy most pálcát törjek az általunk eddig követett módszerek fölött, csupán azt gondolom, hogy el kellene gondolkozni ezeken és meg kellene találni azt a módszert, melynek révén a "kecske is jól lakik és a káposzta is megmarad".

Az előbb elmondottak nemcsak O'Brienre, hanem általában az összes amerikai dobóra is vonatkozik. Szécsényi József mondta Oerterre, hogy abból a helyzetből, melybe forgása után került, egyedül a világon csak ő tud dobni. Harmathy Sándor barátomtól hallottam, hogy az amerikai kalapácsvetők technikailag úgy dobnak, mint nálunk egy másodosztályú versenyző.

Véleményem szerint egész edzésrendszerük arra épül fel, hogy minél erősebbek legyenek. Erre helyezik a fő súlyt. Nem dobnak sokat és még kevesebbet dobnak könnyen technikára. Hetenként 5-6 edzést tartanak, minden nap erősítések. Teljesen egyéni, hogy ki hány technikai edzést tart. Legjobban akkor közelítjük meg az igazságot, ha megállapítjuk, hogy két technikai edzés után a harmadik nap technikai szempontból pihenő.

Az európai férfi súlylökők közül Komar volt az, akit legtöbbször láttam edzésen. Nem véletlen, hogy nem szerepelt jól az olimpián. Egész ottléte alatt rosszul dobált. Legnagyobb dobása 18.40 lehetett, de általában 18 m alatt dobott. Nem volt formában.

Komar erősítő edzésének fő alkotó elemei a ferdepados kétkaros nyomás, a guggolás és az amerikaiaknál egyáltalán nem használt nyomás, szakítás és lökés volt. Az utóbbiakat általában nyakból lökte ki. A fentieken kívül sok hasizomgyakorlatot végzett. A legnehezebb súlyai: nyomásban 110, lökésben 130, szakításban és ferdepados nyomásban 120, guggolásban pedig 170 kg volt.

Danek dobóedzésein általában 30 dobást végzett. Nagyon jól ment neki. Volt olyan edzés, amikor – igaz, hogy jó ellenszélben – 65 métert dobott. Ezen a napon különben Oerter is vele egyidőben a mellette lévő körben edzett és 63.50-et dobott. Ezen az edzésen Danek ugyyszólván nem tudott 64 m alatt dobni. Legalább 10 kísérlete volt 63 és 65 méter között. Akkor bizony úgy festett a dolog, hogy majd ő nyeri a diszkoszvetést. A versenyen azután hátszél volt. De lehet, hogy ezen edzésen, mely egy héttel zajlott a verseny előtt, nagyon "kiversenyezte magát", egy kicsit biztosra is ment. Tény, hogy a versenyen Oerter jobb volt.

A magyarokhoz hasonlóan, Danek erősítő edzésen nem dolgozik állandóan nehéz sulyal. Minden nap erősít és ha jól érzi magát, valamelyik fogásnemben a maximumig is felmegy.

A német lányok általában délelőtt erősítenek, többnyire kis, könnyű súlyokkal dolgoznak. A nyomás, szakítás, guggolás és a kézisúlyzó volt az, amit előszeretettel alkalmaztak. A technikai munkát többnyire délután végezték. Nagy, erős lányok. Technikájuk azonban nem kifogástalan. Ez alól csak Lotz kivétel, aki viszonylag kis termetű, viszont hihetetlen gyors. Elkésnek a váltással, nem lökik a golyót, hanem tolják. Nagyon sokat dobna férfi sulyal. Hemboldot pl. összesen csak egyszer láttam 4 kg-s sulyal dobni. Egy-egy edzésen 50–60 dobást végeznek. Lotz sokat dobott 4 kg-s sulyal diszkosz- és gerelyszerűen. Kedvelt láberősítő gyakorlatuk: a négyes magasságu szekrényre való fel- és leugrás sorozatokban.

Az amerikai dobókkal kissé részletesebben foglalkozom. Közismert, hogy mind nagytűk. Azt hiszem, Varju és Szécsényi sem tartozik a gyenge fizikumuk közé, de az amerikaiak mellett azoknak látszottak.

Hihetetlenül erősek. Varju például egyetlen egyszer sem tudta kinyomni azt a kézisúlyzót, amellyel O'Brien "szériázott".

Az amerikaiak edzéseik közben az alábbi gyakorlatokat használták:

SULYLÖKÉSNÉL: fekvőnyomás, guggolás, kézisúlyzózás, rézsutos előrelökés, ferde padon végzett kétkaros nyomások, ugyanott egykaros nyomások, ferde pados speciális erősítő gyakorlatok, tolózkodás korláton, fekvőtámaszok, földön végzett hasizomgyakorlatok, ferde padon végzett hasizomgyakorlatok, izometriás erősítés és repülőzés.

DISZKOSZVETÉSNÉL: guggolás, felvétel, húzás, alkarhajlítás, fekvőnyomás, kézisúlyzózás, rézsutos előrelökés, ferde padon végzett egykaros nyomások, súlyzóval végzett szökdelések, szertorna, izometriás erősítés, földön végzett hasizomgyakorlatok, ferdepadon végzett hasizomgyakorlatok és repülőzés.

A fekvőnyomást keskeny és széles fogással végzik. Általában mélyet guggolnak. Kézisúlyzózásnál két db 20 kg-s súlyzóval gyakorlatoznak. A ferdepadon 40–70 kg-s súlyzóval végzik az egykaros nyomásokat, vagy mindkét karral egyszerre, vagy külön a jobb és külön a balal. A ferde padon végzett speciális erősítésnél 20 kg-s kézisúlyzót használnak a kar feszítőizmainak erősítésére. Fekvőtámaszban általában egy karral dolgoznak. A hasizomgyakorlatokat a padon és a földön úgy végzik, hogy kezüket a tarkon összefonják és minden felülésnél hol jobbra, hol balra fordulnak, így igyekeznek jobb, illetve bal térdüket fejükkel megközelíteni.

Az izometriás gyakorlatokat 3–4 másodpercig végzik és többnyire csak láberősítésre használják.

A technikai munkán kívül összesen 17-féle gyakorlatot használnak.

Madson általában 2 technikai edzés után két napig nem végzett technikai munkát. Egy-egy edzésen 40-nél többet sohasem dobott. Utolsó edzését a verseny előtt 3 nappal tartotta.

A súlylökők közül O'Brien tartott legtöbbször edzést. Általában 3–4 technikai edzést végzett egymásután következő napokon. Egy-egy edzésen 50–60-at dobott. Ő volt az egyetlen, aki az állandóan eredményre való dobás helyett néha könnyen technikára is dobott. Ilyenkor a melegítés után 3–4 helyből történi dobás után egy-két könnyű dobást végzett, majd rögtön maximális eredményre törekedett. Állandóan jelölte legnagyobb dobását. Amikor dobásai egyre rosszabbak lettek, kivette a jelzést, ismét 10–15 könnyű dobást végzett, majd ismét növelni kezdte a dobások intenzitását. A maximális erejű dobásait ismét jelölni kezdte. Technikai edzéseit mindig így hajtotta végre. Legnagyobb dobását az edzés végén mindig lemérte.

O'Brien legszivesebben a ferdepadon egykaros nyomásokat végzett, melyeket mindkét karral egyszerre hajtott végre. Ezzel szemben Madson először a jobb, majd a bal karral nyomott. O'Brien minden gyakorlatot teljes energiával indított meg. Utolsó edzését a verseny előtt 3 nappal tartotta.

Az amerikai dobók közül Oerter edzett a legkevesebbet. Ez kapcsolatban lehet nyakcsigolya sérülésével. Technikai edzésein mindig felső melegítőben dobott, melynek gallérjára egy félkör alakú tömlőfélélet erősített, ami megakadályozta abban, hogy fejét hátra csapja. Egy-egy technikai edzésen keveset dobott. Tokióban egy alkalommal legfeljebb 25-öt dobott, általában 15–20 dobás után befejezte a munkát. A verseny előtt ritkította a dobó-

edzések számát: az utolsó héten minden második nap végzett technikai gyakorlatot. Következésképpen megtartotta a másnaponkénti erősítést. Minden súlyemelő edzésén guggolt, majdnem mindig végzett alkarhajlításokat 80, 90, 100 kg-mal és sokat kézisúlyzózott. Ennél 2 db 20 kg-s súlyzót oldalsó középtartáson át emelt sorozatban magas tartásba. Utolsó edzését a verseny előtt 4 nappal tartotta.

Oerter és Danek az utolsó két héten a következő erősítést végezte:

OERTER: október 5-én: guggolás: 5x140, 5x160, 3x180
alkarhajlítás: 5x70, 5x80, 3x90, 1x100
fekvenyomás: 5x120, 5x150, 1x100
kézisúlyzó: a db 20 kg-s kézisúlyzót állásból oldalsó középtartáson át emelt magastartásba. A szériák száma 3x5.
izometria: 3 x 4 mp láberősítés
rézsutos előrelökés: 5 x 90, 2 x 5x100

október 7.-én: fekvenyomás: 7x120, 6x140, 1x160
guggolás: 5x120, 5x140, 5x160, 2x180
ferdepad: 2 db 50 kg-os súlyzóval egykaros nyomások. A szériák száma 3x5.
kézi súlyzó: mint előző edzéseken, a szériák száma azonban 5x10.
szökdelés: 100 kg-mal a vállakon 2x100
technika: a forgást gyakorolta szer nélkül
Ugyesítő gyakorlat: gumiasztalon végzett 5-6 percig különböző egyszerűbb ugrásokat.

DANEK: október 7.-én: nyomás /állva/: 5x60, 5x70
Szakítás: 5x60, 4x70, 4x80, 3x70
forgatások: 60 km-mal a vállon 3x5 törzsforgatás
felguggolások: 5x90, 2x5x100, 5x90
ferdepad: 10 kg-s súlyzót a ferdepadon fekvő oldalsó középtartáson keresztül mellő középtartásba emelt. A szériák száma 6x10.

október 9.-én: nyomás /állva/: 5x60
szakítás: 5x60, 4x80, 4x90, 3x100
felvétel/fordított fogással/: 5x110, 5x120, 3x130, 2x120
fekve nyomás: széles fogással 3x5x90
forgatás: 60 kg a vállakon 2x5
szökdelés: 90 kg a vállon 2x5
ferdepad: mint az előző edzésen. A szériák száma 1x10, 1x6 volt.

Ha összehasonlítjuk a két dobó edzését, akkor megállapíthatjuk, hogy egy-egy edzésen mindketten 6-7 féle gyakorlatot alkalmaztak. Mindketten másnaponként erősítenek. Oerter sokkal nehezebb súlyokkal edz, mint Danek és mindketten más és más gyakorlatokat tartanak fontosnak: Oerternél a guggolás, fekvenyomás és a kézisúlyzós gyakorlatok, Daneknél pedig a nyomás, szakítás, forgatás és a kézisúlyzós gyakorlatok szerepeltek mindkét napon.

Silvester a technikai edzésein egy-egy alkalommal 35-40-et dobott. A két dobónap után általában olyan nap következett, amikor nem végzett technikai munkát. Silvester Oerterhez hasonlóan minden másnap erősített. Leggyakrabban a fekvenyomást és a guggolást alkalmazta. Ezeket minden súlyemelő edzésén elvégezte. Ugyancsak sűrűn alkalmazott kézisúlyzó és hasizom gyakorlatokat.

Silvester a kézisúlyzókat először vállhoz emelte, majd onnan váltogatott kézzel nyomta fej fölé. Utána ugyanezt végezte mindkét karral. Ezekből különböző szériákat hajtott végre. Utolsó edzését a verseny előtt 4 nappal tartotta.

Weil általában Silvesterrel együtt edzett. Egy-egy alkalommal ő is 35 dobást végzett. Legtöbbször a fekvő nyomó erősítő gyakorlatot alkalmazta. Weil valamivel kevesebb hasizomgyakorlatot végzett, mint Silvester, viszont többet repülőzött. Utolsó edzését a verseny előtt 2 nappal tartotta.

Általában az amerikaiak sokkal többet futnak és sokkal több hasizomgyakorlatot végeztek, mint a dobóink. Izometriás gyakorlatokat keveset és azt is csak ötletszerűen végeztek. Sokat repülőztek, viszont nem láttam rajtolni őket.

Long a verseny előtti napokban érkezett, így róla nem sokat tudok mondani. Pár technikai edzést tartott és súlyt emelt. Ő a legerősebb az amerikai dobók közül. Minden könnyebb erőlködés nélkül nyomott fekvésből 205 kg-t kétszer. Azt hiszem, atlétáknál ez már nagy teljesítmény.

Technikai vonatkozásban újat nem lehetett látni. O'Brien ugyanazt igyekszik csinálni, mint évekkor ezelőtt. A folyamatos erőlközlést, a dobásait oly lendületessé tevő jó ritmust nem lehetett már megtalálni nála. Becsuszása után megáll, majd teljesen felegyenesedik. Dobása egész folyamata rövidnek és kétüteműnek tűnik.

A másik két amerikai súlylökő egészen másként dob. Sokszor kifordulnak a dobásból, még talán legnagyobb dobásaik sem voltak tökéletesek, de jó ritmusban végzik azokat, a golyó nem szalad el tőlük és azt minden esetben végig tudják gyorsítani. Vérükben van a jó ritmus. A dobás nagysága mindig attól függött, hogy bal oldalukat hogyan tudták megfogni. Ha nem sikerült, dobásuk 19 méter körül volt, de ha meg tudták fogni, a golyó 20 méteren felül esett le.

A diszkoszvetők közül Oerter volt a legmegbízhatóbb. Talán nem is volt olyan edzés, amikor legalább 61 métert ne dobott volna. Neki egyéni technikája van. A forgás után annyira mélyen és törzsben meghajolva érkezik a kidobóállásba, hogy ebből - Szécsényi szerint - rajta kívül a világon senki sem tudna dobni.

Silvester nagyon gyors. Jobb lábát széles körben viszi és ragyogóan meg tudja állítani bal oldalára. Weil hatalmas fiatal óriás. Az ő mozgása hasonlít legjobban az európai-ékhoz. Jó ritmusban, folyamatosan tudja minden törés nélkül körbehajtani a diszkoszt. Egy kissé lassu.

Általában az amerikai dobók nem törekednek tulságosan felfelé, dobásaikat az előre törekvés jellemzi.

Olga Conolly teljesen az amerikai dobóknál használt edzés módszer szerint dolgozik, nagy súlyokat emel. Sokat dolgozik 2 db. 20 kg-s súlyzóval. Ezzel a nálunk is ismert speciális gyakorlatok egész sorát hajtja végre. Sokat guggol 100-110 kg-mal és nagyon sokat vágtazik.

Röviden összefoglalva az alábbiakat mondhatom:

Az amerikai és a mi dobóink által használt módszerek közötti döntő különbség az erősítés területén mutatkozik. A lényeges eltérés itt sem a gyakorlatok milyenségében, hanem az alkalmazott súlyok nagyságában van. Az amerikaiak majdnem mindig maximális súlyllyal dolgoznak. Sokszor nem is előre meghatározott szériákat végeznek, hanem annyit, amennyit csak bírnak. Az utolsó nyomások már sokszor egészen gúrcsösek, merevek és erőlködéssel telítettek voltak. Így emelt Silvester, Madson, Weil és Oerter is, tehát ez náluk a súlyemelés általános formája. Súlyemelés közben egy bizonyos súlyig mennek fel, azután elindulnak visszafelé.

Minden másnap erősítenek. A technikai munkán kívül 12-13 féle gyakorlatot alkalmaznak. Sokat repülőznek és sok hasizomgyakorlatot végeznek. A heti technikai edzések száma 3-4. Majdnem mindig eredményre dobnak. Egy edzésen végzett dobásuk száma általában alatta marad a nálunk alkalmazott terhelésnek. Ugy látszik, hogy minden másnap megközelítőleg ugyanazon gyakorlati elemeket alkalmazzák.

Feltűnő, hogy gyakorlatanyagukból teljesen hiányzik a nálunk és Európában annyira elterjedt lökés, szakítás és nyomás.

AZ OLIMPIA RÖVIDTÁVFUTÁSA

/Dr. Sir József tatai edzőértekezleten elhangzott előadásának kivonata/

Az olimpiákon a vágta számok igen népszerűek. A 100 méteres síkfutás győztesét a világ leggyorsabb emberének szokták nevezni. A vágtafutás klasszikus jellege - és mert a modern edzés módszerek és rendszerek kialakulásánál a gyorsaság fejlesztése minden területen rendkívüli fontosságu - az egész modern sportélet egyik alaptényezője, alapfeltétele, ezért ezen számokat az atlétikai számok legelőkelőbb helyére sorolják.

Mint a legfontosabb alapképesség, a rövidtávfutók módszeres gyorsaságfejlesztése nagy hatással volt és van a többi sportágra is. Nekünk, magyaroknak is komoly hagyományaink vannak, bár jelentős sikert csak váltókban értünk el.

Beszámolómban először a világhelyzettel szeretnék foglalkozni, majd rátérek a magyar rövidtávfutásra, végül az előttünk álló feladatokkal akarok foglalkozni.

Minden atlétikai számban van valamilyen fejlődés. Az olimpia éve minden számot erősen megmozgat. Az egy-két tizedmásodperces fejlődés sokszor nem könnyelhető el javulásként, mégis azt kell mondanom, hogy a római olimpia óta lényeges fejlődés tapasztalható ebben a számban is. Különösen tapasztalható ez, ha az átlag- és az olimpiai játékokon elért eredményeket vizsgáljuk.

Az olimpia rövidtávfutó számaiban sok új nemzet - afrikai és más világrészbéli - jelentkezett, és felváltották az európai fehéreket. Ez a mezőny volt a legkiegyensúlyozottabb. A római olimpia óta erősen megváltozott a fehérek-színesek aránya, itt a színesek voltak előnyben. A fiatalabb nemzetek főleg azért fektettek nagyobb súlyt a rövidtávfutásra, mert ebben könnyű, gyors és eredményes lehet a fejlődés. Ez nekünk is tapasztalatul szolgálhat.

Az új nemzetek a technikai számokban lényegesen elmaradottabbak voltak. De megjelentek a színes nők is és nem is egy-két versenyzővel. Sok jól képzett női rövidtávfutóval találkozhattunk.

A női és férfi rövidtávfutásban ismét az amerikaiak uralták a helyzetet. De megjelent ezen a területen egy új, baráti nemzet: Lengyelország! Nem véletlen, hogy a lengyel rövidtávfutók minden rövidtávu döntőbe bekerültek és legtöbbször jó helyezést szereztek. Ezzel a kérdéssel nekünk is foglalkoznunk kell, mert néhány évvel ezelőtt a mi gyorsfutóink lényegesen jobbak voltak. Jelenleg sem női, sem férfi vonalon meg sem tudjuk közelíteni őket. Edzés módszereiket ismerjük, szemünk előtt folyt le fejlődésük, ők sem rendelkeznek nagyobb számu élgárdával, mint mi, csak valamivel több a lehetőségük. Edzőik sem képzetebbek, mint a mieink.

Sokat beszélgettünk versenyzőkkel. Megdől az az álláspont, hogy csak született képességek és adottságok azok, amelyek a rövidtávfutókat jellemzik és amelyek meghatározzák fejlődésüket. Konkrét edzésrendszerekről, képességfejlesztő lehetőségről és az állóképesség fejlesztésének módszereiről van tudomásunk. Ezeknek útjait, gyakorlatait itthon is megtalálhatjuk.

A technikában nem találtunk sok újat.

Talán csak az volt új, hogy a gyorsan feljött és nagy eredményeket elért színes futóknál a nálunk jónak mondott futótechnikát nem láthattuk. Ezek minden áron, mindenrészükkel, mozdulatukkal, egész testük teljes igénybevételével előre törekedtek. A győztes is teljesen különálló képet mutatott, de általában a többi nagy versenyzőnél is azt tapasztaltuk, hogy az európai felfogáshoz viszonyítva futóiskolázottságuk egészen más. Ősi tulajdonságokat kifejező mozgásmóddal törekedtek előre. Kar- és vállmunkájuk, mely harmonikus nem volt, eredményesség szempontjából viszont annál hatásosabb! A kar kifejezett derékszög tartását nem lehetett náluk megállapítani. Mozdásuk sem az, amit mi tanítunk és jónak tartunk. Sokszor helytelenül akarunk valakit eredeti és természetes mozgásáról beszéltetni.

Általában az európai versenyzők mozgása volt a legiskolázottabb. Viszont a színesbőrűek igen lazák tudtak maradni, emiatt nagy volt felgyorsuló képességük, viszont mozgásuk szerteágazó és széteső. Jellemző rájuk, hogy például 200 méteren a végén még hajrázni is tudtak.

A rajtknál nagyjából állandósult a közepes rajtállás. Az első három lépés döntő fontosságát láthattuk. Ez pedig a láberő kérdése, mely náluk igen jó. A versenyzők 90 %-a lazán előrehajtott fejtartással helyezkedett el és így is maradt az "elkészülni" és "vigyázz" helyzetben is. Hayes csipőben alig emelkedik, fejét feltartja és az 1930-as technikával indul.

Az edzés módszerek központjában a gyorsaság fejlesztése áll. Ezt közvetlen tapasztalatból, beszélgetésekből és megfelelő szakirodalomból tudjuk. A kinntartózkodás két hete alatt igen értékes tapasztalatokat szerezhettünk. Ezek azonban csak a közvetlen felkészülésről, az egész évi felkészülés befejezéséről szólnak.

A rövidtávfutók lényegesen erősebbek, mint Rómában voltak. A lengyel nők például jól kidolgozottak voltak és speciálisan fejlett izomzattal rendelkeztek. Mindezt csak a rajthely közelében vehettük észre: mind jól fejlett, erős emberek! Megtűdtük, hogy az amerikai főiskolákon és más helyeken is - ahol erre lehetőség volt - a versenyzőket ezen szempontok szerint megfelelő módon kiválogatták.

Sem az edzéseken, sem a versenyek alatt nem láttunk új technikát. Az edzéseken a majdnem kiméretlen gyorsasági munka szerepelt még két héttel a versenyek előtt is. Nagy eltérést mutatkozott az európai és más versenyzők között a pálya talajával szembeni igényekben. Olyan pályán, amelyre nem is mertünk rámenni, vagy amelyen csak igen lassu mozgással lehetett dolgoznunk, ezek teljes iramu gyorsasági munkát végeztek. Nincsenek elkényeztetve! Tekintet nélkül az időjárási viszonyokra, pályára közösen végezték gyorsasági edzéseiket.

Mint említettem, a versenyzők elsősorban a gyorsaságra törekedtek. Alig volt olyan 10-20 méteres rajt, melyet megfelelő lassu iramban ne futottak volna végig 100 méterig. Az európaiak az ilyen rajtgyakorlatok alatt egy-egy mozgáselemet igyekeztek gyakorolni, javítani. Ebben az olaszok és franciák jártak elől. Általában a versenyen használni indító hangra rajtoltak az edzéseken, melynek a beidegzés szempontjából volt nagy szerepe. Tehát az indításhoz rajtpisztoly kell még az edzéseken is.

Lényegesen nagyobb súlyt helyeztek a váltókra, mint eddig. Rendkívüli módszerekkel és figyelemmel készültek az olimpiai váltóversenyekre. Ennek két oka volt: egyrészt megnőtt a világ sprinter állománya, másrészt az új váltószabály, mely előnyökre és lehetőségekre adott alkalmat. A franciák és olaszok igen sokat készültek egész évben rá.

Nálunk voltak olyan törekvések, hogy a váltó második, harmadik és negyedik tagja térdelőrajttal induljon, melynek révén a botot hozó versenyző a legnagyobb sebesség közben adhatta át a botot. A többi csapatnál ilyen nem tapasztaltunk. Legtöbbször egykezre támaszkodva hátrafelé fordított testhelyzetből indultak.

A 30 méteres zóna kihasználásánál a váltótagok nem arra törekedtek, hogy a zóna utolsó részében adják át a botot, mint mi, hanem már 25 méternél igyekeztek váltani. Az olimpia utáni párizsi értekezleten a váltóedzők is így nyilatkoztak. Ugyanis a futók nagy megterhelését jelenti, hogy hármas feladatot oldjanak meg: fokozzák az iramot, átvegyék a botot és figyeljék a váltóhatárt. Az esetleges kétségektől helyett inkább a lehető legnagyobb iramra kell törekedni. A végzett kísérletek is azt bizonyítják, hogy a 25 méteres átadások voltak a leggyorsabb váltások. A versenyeken az utolsó váltásnál voltam. A döntő mind a 8 csapata 22-23 méternél váltott. Ennél hosszabb váltás csak ritkán fordult elő.

Az új szabály a jó futóknak kedvez. A 20 méteres zónánál sok hibalehetőség volt, az új szabály szerint azonban a futóképesség érvényesült.

A különböző felkészülési módszerek eléggé ismeretesek, a magyar szakirodalom bőségesen foglalkozik velük. Az eljárások azonban különbözőek. Eltérőek voltak az amerikai egyetem edzőjének, a lengyel férfi és női váltó edzőjének elképzelései. Egy-egy közös vonás azonban minden rövidtávfutó edzésrendszerben megtalálható: tudatossá vált a megfelelő ideg-izom koordináció kiépítése.

Nálunk ez igen elhanyagolt terület, rövidtávfutóink nem iskoláznak. Az olimpiai edzéseken nemcsak a bemelegítéskor, hanem az edzés végén is volt iskolázás. Ez az izomkoordináló képességének fejlesztése, skálázása, beidegzése! A másik fontos feladat volt a reagáló képesség fokozása, melyet elsősorban rajtgyakorlatokkal és állóhelyzetből való indulásokkal végeztek. Ezek a gyakorlatok, melyeket már télen el kellene kezdeni, tavasszal pedig tovább folytatni, egybeesnek a technikai gyakorlatokkal. Mi csak a külsőt nézzük: hogyan fut a versenyző, nem pedig azt, hogy milyen uton-módon, az egyén sajátos mozgásának kifejlesztésével érhetjük el az optimális koordinációt, mely a gyorsabb iramú futások végrehajtásának alapja.

A másik fontos tényező volt az erőfejlesztés. Ez volt az új, itt találtuk a legnagyobb eltéréseket, amelyben még nincs véglegesen kialakult út. A rövidtávfutóknak rendkívüli általános erőre és speciális erőre van szükségük, melyet szinte korlátlanul lehet fejleszteni. Sok tapasztalatot szereztünk már a kevés, illetve a túlzott erőfejlesztéssel kapcsolatban. Kérdés: milyen legyen az erő, milyen módszerekkel lehet a rövidtávfutók speciális erejét fejleszteni. Elsősorban az általános erőre gondolunk. Ennek keretében lehet a lábnak, mint a hajtómotornak megerősítését végezni. A nemzetközi szakirodalom és tapasztalat leszűrte már egy bizonyos elvet. Az egyik: nem szabad egyik évről a másikra túlzott erőfejlesztést kezdeni. Nem mindegy, hogy a futó mekkora és milyen izomzattal rendelkezik. A túl nagy izom hátrányos, gyengül az állóképességi munka. A lassu, folyamatos erőfejlesztés lényegesen tovább tart, tovább hat és jó hatása. Meg kell találni a legjobb mennyiséget és legjobb terhelést.

Nem dolgoznak maximális terheléssel. Kísérletek bizonyítják, hogy a maximálishoz viszonyítva a 30 %-os terhelés a legjobb és leghatásosabb. Általában 30-60 %-os terheléssel dolgoztak és csak ritkán láttunk 100 %-osat. Nyugaton a circuit edzésrendszert is használgák. Sok olyan esetet tudunk hazai és külföldi viszonylatban is, amikor az erősítés nem érte el célját. A speciális futómunkával végzett gyorsaságfejlesztésben nincs változás. Általában a maximális iramok azok, amelyek legjobban fejlesztik a gyorsaságot, ha azok technikailag is megfelelőek.

Sokan összetévesztik a szakaszos és az intervallumos edzést, bár erről elég sokat beszéltünk.

A gyorsasági edzés alatt a rövidtávfutók maximális sebességgel futják a résztávot /60-70-80-100 m/, a résztávok között pedig teljes pihenőt tartanak. Ez a gyorsasági munka jellege. Két feltétele van tehát: a maximális gyorsaságra való törekvés és a teljes pihenő. Csak így lehet a gyorsaságot fejleszteni. Ha nem tartunk teljes pihenőt, hanem akkor kezdetjük a következő táv futását, amikor a pulzus még nem nyugodott meg, akkor ez már intervallumos edzés. Ilyenkor a következő inger akkor következik, amikor az előbbi szervezet még nem pihente ki s így a munka állóképesség jellegű.

A vágtaállóképesség kialakítása sok és gyorsabb résztáv lefuttatásával történik. Más állóképességet fejleszt a 300 méter gyakori lefuttatása, mint az ismételt sokkal rövidebb távé.

Kissé elhanyagoltuk a gyorsaságfejlesztés lényeges részét, a közösen végzett rajtgyakorlatokat. A magyar futók felkészülésük folyamán végeztek ilyen közös gyakorlásokat s míg végeztek, eredményesen is szerepeltek. Ez a szakosztályi munkák keretében kissé elszikad. Rossz a versenyzők szemlélete is, oda kell kényszeríteni őket a közös rajthoz. Ilyen versenyszerű edzéseket kell folytatni még akkor is, ha nincs megfelelő edzőpartner. Ebben az esetben előnyversenyeket tartunk.

A gyorsasági edzés másik hatásos alakja az időre futás. Nálunk ezek a típusú edzések az utóbbi időben kimentek a divatból. Egyesületekben és egyénenként nem lehet eredményesen alkalmazni. Helytelen, ha akkor végezzük ezeket a futásokat, amikor a versenyzők még nincsenek formában, vagy túl korán, vagy minden edzésen csak ezt végeztetjük.

A rövidtávfutás modern problémája a versenyzés és pihenés összhangja. Ugyanilyen kérdés, hogy mikor legyen a versenyidényben terhelési csúcs? A nyugatiaknál a rövidebb felkészülési szakasz után egy-két hetes versenyzés következik, azután megint 2-3 hétig nem versenyeznek és ismét sorozatos versenyeken vesznek részt. Nálunk ezen a téren bizonyos előrehaladás tapasztalható, többet versenyeztek és nem kerülték egymást.

A rövidtávfutó edzésrendszer központi kérdése a szerzett képességek megtartása. Tisztában vagyunk azzal, hogy fejleszteni kell az erőt, az állóképességet, továbbá egész év folyamán kell valamilyen munkát végezni. De hogyan tartjuk meg ezeket a képességeket 5-6 hónapon keresztül, mikor és milyen legyen a versenyidőszak erősítő munkája? Az olimpián résztvevő futóknál nem láttunk erősítő gyakorlatokat. Biztos, hogy az amerikaiak és a lengyelek végeztek valamilyen erősítést, valószínűleg a fő verseny előtt elhagyták azokat. Ezen a téren nekünk is vannak bizonyos tapasztalataink.

Az olimpia késői időpontja miatt ketté osztottuk az évet. Három hetes versenymentes időszakot iktattunk be, mely alatt mód volt arra, hogy a megkopott képességeket kijavíthassuk. Ez sikerült is, de csak rövid hatása volt. Túl messze volt az olimpia a téli nagy alapozó munkától. A dobók eredményes szereplése azzal magyarázható, hogy az általános kondíciót - és ebbe beleérttem az erőt is - a versenyidényben és a versenyek előtt valamilyen formában és bizonyos gyakorlatokkal mindig felszínen tartották. De voltak kifejezetten erőfejlesztő gyakorlataik is. Valamilyen formában ez érvényes a futókra is, hiszen a futásban erős izomzat szükséges. A gyorsaság és erő nagy kölcsönhatással van egymásra.

Nemcsak nálunk jelentkezik a versenyidény kérdése. A versenyzők a versenyidőszak edzéseiben nem mernek maximális gyorsaságra törekedni, mert félnek a sérüléstől, mely miatt 2-4 hónap rendkívül erős munkája vész kárba. Ha ilyenkor nem mernek maximális gyorsasággal edzeni, megáll a gyorsaság fejlődése.

Ez a szemlélet nagyon jól látszott a magyar vágázóknál, akik addig, míg be nem kerültek az olimpiai csapatba, dolgoztak, de szeptember 18-ika, a csehszlovák-magyar viadal után, amikor biztosították helyeiket a kiutazó csapatban, óvatosan dolgoztak, hogy egy esetleges rándulás miatt itthon ne maradjanak. Ez nagy szerepet játszott férfi vágázóink utolsó felkészülésében.

Véleményem szerint az utóbbi időben javultunk egy kissé és van lehetőségünk arra, hogy előrelépjünk.

A válogatottban és a nagyobb egyesületekben elismert az erősítő és a téli-nyári kondicionáló munka, azonban országos viszonylatban lassan terjed. Nem merünk eléggé változtatni és félünk eltérni eddigi gyakorlatunktól. A vágázókkal sokkal jobban kellene egyéneként foglalkozni. A vágta fejlesztésében nagy lehetőségek vannak.

Az olimpiai versenyek során a nők azt hozták, amit vártunk. A férfiak kissé lemaradtak. Nem tudtuk biztosítani a 10.5-ös átlagot, mely nemzetközi viszonylatban és olimpiai versenyek váltóiban feltétlenül fontos lett volna. Ezzel az átlaggal 39.5-6-ot érhetek volna el. Egyéniben 10.7-10.8-at futottak, csak Mihályfi ért el 10.6-ot. Férfi vágázóink kinti magatartásában is voltak kisebb hibák, nem összpontosítottak úgy a versenyre, ahogyan kellett volna. Tul. élénkebbek voltak, az volt a benyomásunk, hogy "megelégedtek a kijutással."

Hálás dolog a vágázókkal foglalkozni. Nagy szükség van rájuk. A közeljövőben nagy nemzetközi versenyek lesznek. Mi rendezzük az Univerziade-t, az Európa-bajnokságot és következik ismét az olimpia. Az egész csapat szereplése nagyban függ a vágázók szereplésétől, hiszen öt versenyszámban hozhatnak pontot. Jó és széles rövidtávfutó gárdából meg lehet alapozni az ugró, a gátfutó számokat és a középtávfutást. A lengyelek is ezt csinálják.

A világon mindenütt vannak gyors gyerekek, könnyű megtalálni a vágázó alanyt. Ha az eddig foglalkoztatottakból minden edzőnél egy, vagy kettő maradt volna meg, ma sokkal nagyobb gárdával rendelkeznenek. Az országos ifjúsági bajnokságok és a középipiskolás versenyek gyorsfutó számaiban igen sokan indultak. Ha az indulók 10 százalékát kötjük rendszeres munkához, akkor biztosak lehetünk, hogy a magyar rövidtávfutás világviszonylatban is olyan eredményeket érhet el, mint a lengyeleknél, franciáknál, olaszoknál és még nagyon sok nemzetnél látható.

Lehetőségünk van arra, hogy felfejlődjünk még akkor is, ha téli edzéslehetőségeink nem a legjobbak. Van emberanyag, képzett edzőgárda, csupán a szervezésen múlik az eredmény.

Ennek megoldása az elkövetkezendő évek feladata.

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

LEVÉL

A BUDAPESTI PETŐFI SÁNDOR GIMNÁZIUM ATLÉTIKAI SZAKOSZTÁLYÁNAK

Az utóbbi évtizedek középiskolai atlétika történetében sokszor találkoztunk a Petőfi gimnázium nevével. Az április 11-iki felszabadulási váltófutásban, a budapesti és országos középiskolás pályabajnokságokon és a fedettpályás középiskolás versenyeken megelégedéssel láthattuk a Sportkör színeit viselő atléták jó szereplését. Szinte hagyomány, hogy a gimnázium neve sűrűn szerepel a győztesek és helyezettek között.

Ez nem lehet véletlen!

Rendszeres, következetes és állandó jó eredmények elérése tudatos, tervszerű és célrátörő munka következménye. Időszakos felkészülés, egy-egy hirtelen fellobbbanás, talán a feltűnő tehetség hozhat ugyan eredményt, de nem állandósítja és nem fémjelzi az iskolai sport – és ezen belül főleg az atlétika – mérhető színvonalát. Egy-egy sikeres szereplést sok szervező munka és rendszeres edzés előz meg. Nem nélkülözhető azonban a sportág szeretete sem. Ezek nélkül a "kényszer indulás" csak formáság, csak a részvételt biztosítja, de nem alakíthatja ki a győzelmet Unneplő forró hangulatot, az iskola színeit a végső-kig küzdeni tudó akaratot és nem ismételheti meg évről-évre az állandó sikeres szereplést.

Tudjuk, hogy helyes uton jár a Petőfi gimnázium ifjúságának sportnevelése. Erről többször jelent meg cikk és közlemény. Ezek azonban nem részletezik eléggé a szervezés nehéz, de hálás munkáját, nem elemzik a vezetők és az ifjúság ilyen irányú tevékenységét és nem ismertették azt a jól kikísérletezett, bevált és eredményes utat, amelyen át eljutottak a többi középiskolák elé is példaként állítható magaslatra.

Szinte közmondás: csak ott fejlődik a sport, ahol egy önzetlenül dolgozó, lelkes szakember a vezető, aki közben tudja tartani az irányítás gyeplőjét, aki helyes érzékkel szervezi segítő munkatársait, alapos szaktudással válogatja ki az alkalmasakat és készíti

fel őket a versenyekre. Csak az tud sportolóival jó eredményt elérni, aki szereti az ifjúságot, nem sajnálja a fáradságot, szívesen feláldozza pihenésére szánt idejét, - aki nem anyagiakért, hanem lelkesedésből dolgozik, vagyis izig-vérig sportember, igazi sportvezető.

Az elmúlt évben mesteredzői címmel kitüntetett Paulinyi Jenő testnevelő tanárt, a sportkör vezető tanárát sokan ismerik. Az egész országban elismert tudását, nevelői sikereit nem kell bemutatni, inkább a még ismeretlen segítőitársairól, az iskolán belüli sportéletéről kellene szaklapunk olvasóit tájékoztatni.

Sajnos, én sem ismerem a "kulisszatitkokat", de az a levél, melyet a Sportkör vezetősége szerkesztőségünknek írt, sok mindent elárul. Így hangzik:

"Tisztelt Szerkesztőség! Az elmúlt évben a Petőfi Sándor gimnázium atlétikai szakosztálya 3 példányban járatta az Atlétikai Híradót. Híradó iskolánk tanulói között kézzel-kézzel járt. A nagy érdeklődésre való tekintettel ebben az évben összesen 25 példányt rendeltünk iskolánk összes osztályai és az atlétikai szakosztály részére. Kérjük a szerkesztő bizottságot, szíveskedjék közölni azokat a cikkeket, csúcsoakat és eredményeket, amelyeket iskolánk beküld."

Szívesen teszünk eleget kérésüknek!

A budapesti Petőfi Sándor gimnázium atlétikai csúcseredményei, melyeket csak iskolai vagy középiskolai bajnokságokon értek el:

100 m:	10.9 mp	Fluck István
200 m:	22.3 mp	Fluck István
400 m:	50.0 mp	Nagy Sándor
800 m:	1:57.1 p	Nagy Sándor
1000 m:	2:36.0 p	Szentiványi Gergely
1500 m:	4:06.0 p	Szentiványi Gergely
110 m: gát	14.8 mp /91 cm/	Csányi Zoltán
200 m: gát	26.4 mp	Csányi Zoltán
100 m: gát	15.1 mp /serdülő/	Koppány Zsolt
400 m: gát	58.0 mp /91 cm/	Koppány Zsolt
távolugrás:	682 cm	Lakács László
magasugrás:	181 cm	Horváth Attila
rudugrás:	390 cm	Csányi Zoltán
hármassugrás:	12.97 m	Jánossi Miklós
súlylökés:	13.71 m /6 kg/	Martényi Gábor
diszkoszvetés:	42.50 m /1 és fél kg/	Török János
gerelyhajítás:	57.16 m	Kellermayer Miklós
4x100 m váltó:	44.9 mp	Maróthy G., Ferenczi Z., Nagy S., Csányi Z.
4x400 m váltó:	3:33.9 mp	Szabó J., Sebődi Gy., Szentiványi G., Nagy S.
4x1000 m váltó:	11:00.0 p	Bankós Gy., Nagy S., Sebődi Gy., Szentiványi G.

x x x x

Az iskolai csúcstartók közül legtöbben még ma is aktív versenyzők, I. osztályu sportolók, többen a felnőtt válogatottban is szerepeltek. Az eredmények középiskolás és ifjúsági vonalon ma is magas szintűek. Kevés iskola tud hozzá hasonló iskolai csúcseredményt kimutatni.

A levélből kitűnik, hogy a gimnázium az Atlétikai Híradó 25 példányát rendelte meg. Legnagyobb atlétikai egyesületeink is messze elmaradnak e számtól, sőt 1964-ben volt olyan I. osztályu sportkör, mely egyetlen példányt sem fizetett elő.

Mit bizonyít mindez?

Az egyik oldalon jó szervezés, az atlétika népszerűsége, lelkes fiatalság, áldozathozatal, tanulni- és fejlődni vágyás, a másik közöny, érdektelenség.

Amikor a Petőfi gimnázium sportkörét kimagasló példaként állítjuk a többi középiskola és sportegyesület elé, melegen köszöntjük a sportkör vezetését és tagságát. További lelkes munkájukhoz pedig sok sikert kívánunk.

Kérjük, számoljanak be ezután is az iskolában folyó atléta- nevelő munkáról, a szervezési megoldásokról, az ifjúság sportágunk iránti szeretetéről, felkészülésükről, hogy szerzett tapasztalataikat más iskolák is tanulmányozhassák és saját területükön hasznosíthassák.

Szerkesztő Bizottság



ÁTIGAZOLÁSOK 1965.ÉVBEN

Szám:	N é v :	Szül.év, hó, nap:	Anyja neve:	Régi egyesület:	Új egyesület:
1.	Papp István	1945. IV.20.	Forrás Julianna	MEDOSZ Gyulai	Bp.Helyiipar S.C.
2.	Ott Piroska	1946. I. 8.	Juhász Piroska	Kecskem.K.Gimn.	Sz.E.A.C.
3.	Hajdu Éva	1946.VIII.31.	Budai Margit	MVSE	Sz.E.A.C.
4.	Andor György	1945. X.16.	Bánhidi Hedvig	Bp.VASAS	BEAC
5.	Kelemen Franciska	1945. XII.16.	Bihari Franciska	Makói J.Á.Gimn.	Sz.E.A.C.
6.	Bucskó Ilona	1946. II.25.	Obert Erzsébet	DVTK	Egri Ped.Főisk.
7.	Schleer Ildikó	1948.VIII.12.	Kováts Dorottya	XVII., S.I.	Bp.Honvéd
8.	Népesy László	1940. IX. 8.	Zsenits Margit	Pécsi Póztás	MAFC
9.	Tóth Tibor	1944. XI. 3.	Kis Rózsa	D.F.S.C.	MAFC
10.	Szöke Lajos	1947. X. 8.	Schneider Gizella	Miskolci S.I.	MVSC
11.	Varró János	1944. I. 7.	Bakonyi Irén	MTK	Bp.Honvéd
12.	Kovács Gábor	1946. II.20.	Gáspár Teréz	Szfvári S.Techn.	MAFC
13.	Kárpáti Béla	1946. I. 1.	Verebes Julianna	G.MÁVAG	Bp.Honvéd
14.	Fürtös Endre	1945. IV.25.	Molnár Emilia	Pécsi Dózsa	Bp.Honvéd
15.	Benkő Béla	1946. XI. 8.	Horváth Julianna	Orosházi Táncsics	Orosházi Kinizsi
16.	Németh István	1946. II. 6.	Nyári Margit	- " -	- " -
17.	Dudás Pál	1947. XII. 4.	Rucsai Eszter	- " -	- " -
18.	Annus Géza	1947. VI.29.	Márton Erzsébet	- " -	- " -
19.	Annus Andor	1948. I. 2.	Hesz Berta Vilma	- " -	- " -
20.	Koczka Ferenc	1947.VIII.25.	Bors Katalin	- " -	- " -
21.	Szabó József	1947. VI.13.	Verasztó Irén	- " -	- " -
22.	Szabó Hunor	1949. VI. 6.	Papp Judit	- " -	- " -
23.	Pataki Antal	1948. III.28.	Gomkőrő Rózsa	- " -	- " -
24.	Székely Mária	1946. XI. 2.	Mihálosin Mária	- " -	- " -
25.	Bene Piroska	1947. V.10.	Zsóri Piroska	- " -	- " -
26.	Hajas Mária	1948. IX.11.	Lakos Lidia	- " -	- " -
27.	Berta Klára	1947. XII. 9.	Kunos Etelka	- " -	- " -
28.	Vincze Margit	1947.VIII. 8.	Matolcsi Margit	- " -	- " -
29.	Rajki Katalin	1947. XI. 4.	Baranyi Erzsébet	- " -	- " -
30.	B.Szabó Mária	1949.VIII.22.	Sebők Gizella	- " -	- " -
31.	Szöllőssy Katalin	1947. XI.30.	Meskó Katalin	- " -	- " -
32.	Benkő Judit	1948. VI.28.	Koczka Margit	- " -	- " -
33.	Ravasz Margit	1948. II. 9.	Papp Erzsébet	- " -	- " -
34.	Kiss Katalin	1947. X.29.	Pénzes Ilona	- " -	- " -
35.	Tüske Irén	1948. II.27.	G. Tóth Irén	- " -	- " -
36.	Helmezy Sándor	1945. X.14.	Juhász Margit	Debreceni S.I.	Debreceni É.S.C.
37.	Szabó János	1945. III. 7.	Nagy Rozália	- " -	- " -
38.	Révész László	1946. VII. 3.	Triznya Ilona	- " -	- " -
39.	Imreh Ferenc	1945. IV.29.	Bertalan Irma	Debreceni S.I.	Debreceni É.S.C.
40.	Timár Aranka Mária	1948. I.19.	Tóth Mária	Bp.XIV.S.Iskola	Bp.Vörös Meteor S.F.

14 Szám:	N é v :	Szül.év, hó, nap:	Anya neve:	Régi egyesület:	Új egyesület:
41.	Kulcsár Borbála	1948. IX.17.	Schreiber Borbála	Bp.XIV.S.Iskola	Bp.Vörös Meteor S.E.
42.	Kubász Judit	1948.VIII. 9.	Ullmann Erzsébet	- " -	- " -
43.	Császari Ildikó	1948.VIII.31.	Horváth Anna	- " -	- " -
44.	Varjasi István	1948.VIII. 8.	Kállay Rózsa	- " -	- " -
45.	Guthy Tibor	1948. XI. 4.	Csál Margit	- " -	- " -
46.	Benyik János	1948. XI.15.	Ollinger Rózsa	- " -	- " -
47.	Klekner László	1940. VII.20.	Török Anna	Bp.Honvéd	VASAS IZZÓ
48.	Karner Ottó	1944. X.15.	Vollner Rózsa	MAFC	BEAC
49.	Tóth Mária	1943. VII.15.	Jámbor Mária	BHSC	MTK
50.	Ember Ferenc	1942. I.31.	Józsa Julianna	Bp.Honvéd	D.E.S.C.
51.	Matics Alajos	1938.VIII. 3.	Nagy Lujza	DASE	D.E.S.C.
52.	Szibacher Irén	1948. XII.18.	Kinder Irén	501.ITSK	Komlói Bányász
53.	Horváth Ernő	1949. I.19.	Rostás Mária	501. ITSK	Komlói Bányász
54.	Kanizsai Vilmos	1949. IV. 7.	Korcsmáros Mária	- " -	- " -
55.	Horváth Ferenc	1948. II.28.	Váli Zsuzsanna	USI	U.Dózsa
56.	Jávör György	1948. II.22.	Fehér Irén	"	- " -
57.	Abaházi István	1942. XI. 7.	Rózsa Klára	Szekszárdi Dózsa	- " -
58.	Eszes István	1948.III. 4.	Kondor Magdolna	IX. S.I.	FTC
59.	Bajka Gábor	1948.III.31.	Flesch Vilma	- " -	"
60.	Németh László	1947. I. 8.	Dakos Margit	Petőfi Gimn.	BT. VASAS
61.	Danis János	1948. II.28.	Halmágyi Ágnes	ASI	Bp.Építők
62.	Szalai Ibolya	1949. IX.17.	Prenner Mária	"	- " -
63.	Hornvák Anikó	1950. VI.21.	Bozoki Erzsébet	"	- " -
64.	Szörényi Gábor	1948. VI.22.	Jobbágy Gabriella	"	- " -
65.	Révay Zsuzsa	1949. II.26.	Szluoni Julia	"	- " -
66.	Ruda Mihály	1946.VII.10.	Nagy Mária	BHSE	BEAC
67.	Klemann László	1944. II.11.	Schtöckler Mária	BEAC	Bp. Honvéd
68.	Sárréti István	1946.XII.22.	Papp Magdolna	Szeghalmi Gimn.	Békéscsabai Dózsa SK
69.	Láda Emil Zoltán	1945. VI. 9.	Nun Mária	- " -	- " -
70.	Eperjessy Margit	1947. V.20.	Horváth Margit	Gyöngyösi V.B.Gimn.	Gyöngyösi Bányász
71.	Tivadar Endre	1946. I.25.	Cseh Gizella	SZVSE	PVSK
72.	Kocsis Margit	1948. VI. 6.	Marton Mária	ASI	Bp.Építők
73.	Horváth Ferenc	1944. IX. 8.	Biegel Hermina	Barcsi Hunyadi	PVSK
74.	Budai Erzsébet	1948. VI.19.	Szilágyi Erzsébet	Békés m.S.I.	Becsabai Dózsa
75.	Pallagi Ferenc	1948. I.15.	Tavaszy Piroška	- " -	- " -
76.	Fülöp Zsuzsa	1947. IV.16.	Sebestyén Ilona	- " -	- " -
77.	Somogyi Ida	1947. I. 1.	Ambrus Eszter	- " -	- " -
78.	Rau Hermina	1946.XII. 9.	Timár Hermina	- " -	- " -
79.	Baji Ferenc	1948.VII.25.	Dobra Rózsa	- " -	- " -

Az 1964. év legjobb 50 eredménye

FÉRFIAK

100 m síkfutás

10.3	Csutorás Csaba	Bp. Honvéd	IX. 5. Budapest
10.4	Mihályfi László	BEAC	V. 9. Budapest
10.4	Rozsnyai Huba	MAFC	VII. 3. Budapest
10.5	Bátori István	Csepel	IX. 5. Budapest
10.6	Gyulai István	Bp. Honvéd	IV. 25. Budapest
10.6	Rábai Gyula	U. Dózsa	V. 9. Budapest
10.6	Babos Imre	T. Bányász	VI. 13. Budapest
10.7	Bodor László	FTC	V. 23. Budapest
10.7	Erdőházi László	Bp. Honvéd	VII. 18. Budapest
10.7	Nyíri Béla	MTK	IX. 5. Budapest
10.8	Rózsa István	MTK	11.1 i Varga Sándor Győri ITSK
10.8	Kalocsay Henrik	Bp. Honvéd	11.1 i Hahn Ferenc Debreceni ASE
10.8	Kerekes András	BEAC	11.1 i Bambuk László Salgt. KSE
10.8	Hajdu Lajos	Előre	11.1 Szabó Miklós Szeksz. Dózsa
10.8	Fluck Miklós	Vasas SC	11.1 Koronghy Elemér BEAC
10.8	Farkas Endre	U. Dózsa	11.1 Vargyas Csaba Debr. ASE
10.8	Krajsóczy Sándor	Szegedi VSE	11.1 Greitzer Róbert Pécsi Dózsa
10.8	Szegedi István	Nagyk. Dózsa	11.1 Szailer László Szegedi VSE
10.9	Locsmándi Gábor	MAFC	11.1 s Báthori Viktor MTK
10.9	Mező Gyula	U. Dózsa	11.1 i Németh Miklós Vasas
10.9	Szécsi András	U. Dózsa	11.1 i Nyiregyházi György Bp. Honvéd
10.9	Istóczy József	U. Dózsa	11.1 i Speer István MTK
10.9	Raáb Tibor	Diósgy. VTK	11.1 i Kiss Ferenc Váci Vasas
10.9	Farkasinszky Gyula	TFSE	11.1 Nemesházi Imre Vasas
10.9	Rádi László	Bp. Spartacus	11.1 Ferenczi Ödön MAFC
10.9	Mátis Géza	Pécsi VSK	11.1 Homonnay Ferenc Szombath. Haladás
10.9	Sille József	T. Bányász	11.1 i Végh Nándor MTK
10.9	Gyúri Ferenc	Győri Dózsa	11.1 Regényi János Bp. Honvéd
10.9	Baran János	Bp. Honvéd	11.1 Tóth László Bp. Honvéd
10.9	Tóth Béla	Szolnoki MÁV	11.1 Zászló Zsolt U. Dózsa
11.0	Nádai János	Komáromm. SI	11.1 Margitics Béla U. Dózsa
11.0	Hámori Imre	Bp. Honvéd	11.1 Kemény János Diósgy. VTK
11.0	Dóczi István	Bp. Honvéd	11.1 Szopkó Miklós V. Izzó
11.0	Népesi László	Pécsi Póztás	11.1 Mátravölgyi Béla MTK
11.0	Viharos Zsolt	Soproni MAFC	11.1 Fodor Béla Salg. ÜMSE
11.0	Molnár István	Ózdi Kohász	
11.0 i	Petrovics Péter	BEAC	Szabálytalan körülmények között:
11.0	Péter Zoltán	Bp. Spartacus	11.0 i Németh Miklós Vasas
11.0	Révész Péter	BEAC	11.0 i Kiss Ferenc Váci Vasas
11.0	Giczei Csaba	Debr. VSC	
11.0 i	Kamarás Miklós	FTC	Hátszéllel:
11.0 i	Molnár József	Diósgy. VTK	10.8 Népesy László Pécsi Póztás
11.0 i	Bánhidi Béla	Diósgy. VTK	11.0 Zászló Zsolt U. Dózsa
11.0	Bakai József	Csepel SC	11.0 Babai Iván Bp. Építőik
11.0	Jessenői Endre	Vasas SC	
11.0 i	Németh Ferenc	Szombath. SE	

200 m síkfutás

10.7	Csutorás Csaba	Bp. Honvéd	IX. 6. Budapest
21.1	Mihályfi László	BEAC	VI. 27. Prága
21.2	Istóczy József	U. Dózsa	VI. 7. Budapest
21.2	Gyulai István	Bp. Honvéd	VII. 5. Budapest
21.4	Rábai Gyula	U. Dózsa	VII. 5. Budapest
21.5	Rozsnyai Huba	MAFC	VII. 5. Budapest
21.6 i	Bátori István	Csepel	IX. 6. Budapest
21.8	Babos Imre	T. Bányász	VI. 13. Pozsony
22.0	Csányi Zoltán	U. Dózsa	V. 17. Budapest
22.0	Mező Gyula	U. Dózsa	VI. 21. Budapest
22.1	Kerekes András	BEAC	22.2 Rádi László Bp. Spartacus
22.1 i	Bodor László	FTC	22.2 Krajsóczy Sándor Szegedi VSE
22.1	Mátis Géza	Pécsi VSK	22.2 Gyúri Ferenc Győri Dózsa
22.1	Nyíri Béla	MTK	22.3 Rózsa István MTK
22.1	Révész Péter	BEAC	22.3 i Hajdu Lajos Előre
22.2 i	Petrovics Péter	BEAC	22.3 i Horváth László U. Dózsa

22.3	Giczei Csaba	Debr.VSC	22.8	Munkácsi István	Vasas Izzó
22.4	Grenitzer Róbert	Pécsi Dózsa	22.8	Péter Zoltán	Bp.Spartacus
22.5	Gaál László	MAFC	22.8 i	Speer Iván	MTK
22.5	Szegedi István	Nagyk.Dózsa	22.8	Tóth Gyula	Szegedi VSE
22.5	Vértessy Miklós	BEAC	22.8	Molnár István	Ózdi Kohász
22.5	Locsmándi Gábor	MAFC	22.8 i	Takács Ferenc	Gyöngy.Bányász
22.6	Vojta László	Debr.ASE	22.8 i	Hugyi Imre	Pécsi Póztás
22.6 i	Erdőházi László	Bp.Honvéd	22.8	Kiss Endre	Pécsi VSK
22.6	Népesy László	Pécsi Póztás	22.8 i	Goics Endre	Vasas Izzó
22.6	Raáb Tibor	Diósgy.VTK	22.8	Kósa György	BEAC
22.6	Fluck Miklós	Vasas	22.8	Farkas Ferenc	MAFC
22.7	Margitics Béla	U.Dózsa	22.8	Venczel Róbert	Nagyk.Bányász
22.7	Farkas Endre	U.Dózsa	22.8	Pászt Vilmos	FTC
22.7	Nagy Sándor	U.Dózsa	22.8 i	Székely István	FTC
22.7 i	Nyiregyházi György	Bp.Honvéd	22.8	Jeszenői Endre	Vasas SC
22.7	Hevesi László	BEAC			
22.7	Széchenyi Gábor	e.k.	Hátszéllel:		
22.7	Bánfalvi István	MTK	22.2	Farkas Endre	U.Dózsa
22.8	Benkő János	U.Dózsa	22.3	Gaál László	MAFC
22.8	Regényi János	Bp. Honvéd	22.5	Jeszenői Endre	Vasas SC

400 m síkfutás

47.4	Gyulai István	Bp.Honvéd	IX.18.	Prága	
47.9	Csutorás Csaba	Bp.Honvéd	V.23.	Budapest	
48.2	Mihályfi László	BEAC	IX.20.	Turnovo	
48.5	Nagy Imre	U.Dózsa	IX. 5.	Budapest	
48.6	Istóczky József	U.Dózsa	X. 3.	Klagenfurt	
48.9	Mátis Géza	Pécsi VSK	IX. 5.	Budapest	
48.9 ⁱ	Bátori István	Csepel SC	X.24.	Gyula	
49.0	Hegyi Viktor	Csepel SC	VI.13.	Budapest	
49.1	Nemesházi Imre	Vasas SC	IX. 5.	Budapest	
49.2	Tóth Gyula	Szeg.VSE	VI. 6.	Budapest	
49.3 ⁱ	Horváth László -	U.Dózsa	50.7	Hevesi László	BEAC
49.3	Révész Péter	BEAC	50.7 ^s	Kovács Géza	Kapv.Táncsics g.
49.4	Tálas István	U.Dózsa	50.7	Farkasinszky Gyula	TFSE
49.5	Munkácsi István	Vasas Izzó	50.7	Orós Ferenc	TFSE
49.5	Gaál László	MAFC	50.7 ⁱ	Kovács József	MTK
49.7	Vojta László	Debr.ASE	50.8	Stoll Lóránd	Diósgy.VTK
49.7	Nagy Sándor	U.Dózsa	50.8	Regényi János	Bp.Honvéd
49.8	Kiss Géza	Vasas Izzó	50.8	Vámos Tibor	Komlói Bányász
49.8 ⁱ	Takács Ferenc	Gyöngy.Bányász	50.8	Vida Lajos	U.Dózsa
49.8	Jeszenői Endre	Vasas SC	50.8	Kapás Géza	Bp.Honvéd
49.9	Giczei Csaba	Debreceni VSC	51.0 ⁱ	Ringhoffer Zsolt	U.Dózsa
50.0	Benkő János	U.Dózsa	51.0	Honti Róbert	Pécsi Tanárk.
50.1	Rózsa István	MTK	51.0	Benkovics László	Pécsi EAC
50.2	Vértessy Miklós	BEAC	51.1 ⁱ	Kiss Lajos	Vasas Ikarusz
50.3	Török László	U.Dózsa	51.1	Naszódi Béla	Diósgy.VTK
50.4	Csányi Zoltán	U.Dózsa	51.2	Halász László	FTC
50.5	Kósa György	BEAC	51.2	Népesy László	Pécsi Póztás
50.5	Aradi János	Debr.ASE	51.2 ⁱ	Hízó László	Kecsk.Katona g.
50.5	Kiss Endre	Pécsi VSK	51.2	Pászt Vilmos	FTC
50.6	Farkas Ferenc	MAFC	51.2	Babbs Géza	Győri Dózsa
50.6	Déri Ervin	Bp.Spartacus			

800 m síkfutás

1:49.4	Aradi János	Debr.EAC	IX.19.	Prága
1:50.6	Nagy Imre	U.Dózsa	IX. 6.	Budapest
1:51.3	Kiss György	Győri Dózsa	VI.21.	EB
1:51.4	Honti Róbert	Pécsi Tanárk.	VI.21.	EB
1:51.8	Stoll Lóránd	Diósgy.VTK	VII.12.	Népstadion
1:51.9	Garbacz Ferenc	U.Dózsa	VII.17.	Dózsa
1:52.2	Parsch Péter	Vasas SC	V.24.	Budap.Bajn.
1:52.6	Kiss Géza	Vasas Izzó	V. 7.	EB
1:52.9	Pamuki József	U.Dózsa	VI.21.	EB
1:53.2	Mácsár József	V.Meteor	VI. 7.	EB
1:53.9	Hegyi Viktor	Csepel SC		

1:54.2	Vámosi Attila	Vasas Izzó	1:56.4	Bartyik László	Bp.Honvéd
1:54.4	Borsos György	MPSC	1:56.4 i	Szabó János	Bp.Honvéd
1:54.4	Mihályi Gábor	Csepel SC	1:56.4 i	Németh Balázs	Vasas SC
1:54.9	Molnár Péter	T.Bányász	1:56.5	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa
1:54.9	Nagy Károly	U.Dózsa	1:56.6	Salpa János	Pécsi Dózsa
1:55.0	Nagy Sándor	U.Dózsa	1:56.6	Jóni István	Bp.Honvéd
1:55.6	Nagy László	Debr.EAC	1:56.7 i	Keskeny Árpád	Bp.Honvéd
1:55.6	Porhászka István	Komlói Bányász	1:56.8	Farkas Ferenc	MAFC
1:55.7 i	Kovács Géza	Kaposv.Táncs.g.	1:56.8	Bartha László	T.Bányász
1:55.8	Szentiványi Gergely	T.Bányász	1:57.1	Fogarassy Sándor	Komlói Bányász
1:55.9 i	Mohácsi Péter	MTK	1:57.2 i	Aradi András	Debr.Építő
1:55.9	Benkovics László	Pécsi EAC	1:57.3	Hajós Ferenc	Vasas
1:56.0	Papp Béla	T.Bányász	1:57.4	Kálmán László	BVSC
1:56.0	Rehorek Ernő	T.Bányász	1:57.4	Munkácsi Sándor	Göd.MEDOSZ
1:56.1	Benedek László	Vasas SC	1:57.5	Nemesházi Imre	Vasas SC
1:56.1	Tálas István	U.Dózsa	1:57.6	Vida Lajos	U.Dózsa
1:56.1	Csuri István	MAFC	1:57.6	Gaál László	MAFC
1:56.2	Török László	U.Dózsa	1:57.7	dr. Révész Károly	Pécsi VSK
1:56.3	Varga Mihály	MAFC	1:57.7	Klekner László	Bp.Honvéd
1:56.3	Ligetkúti Ákos	MAFC			

1000 m síkfutás

2:26.8	Parsch Péter	Bp. Vasas	VI.27. Budapest
2:28.1	Kiss Géza	V. Izzó	V. 9. Budapest
2:28.8	Pamuki József	U. Dózsa	VIII.15. Budapest
2:29.4	Jóni István	Bp. Honvéd	V. 9. Budapest
2:30.2	Ligetkúti Ákos	MAFC	VIII.29. Budapest
2:30.8	Borsos György	MPSC	V. 9. Budapest
2:30.8	Vámosi Attila	V.Izzó	VI.27. Budapest
2:31.9	Benedek László	Bp. Vasas	VIII.29. Budapest
2:33.8	Simon Attila	FTC	IV.26. Budapest
2:34.8 i	Holchauser László	Csepel SC	IV.30. Budapest

1500 m síkfutás

3:45.3	Parsch Péter	Vasas	V.31. Budapest
3:45.7	Kiss György	Gyári Dózsa	IX. 5. Budapest
3:47.2	Szekeres Béla	Bp. Vasas	IX. 5. Budapest
3:47.4	Simon Dénes	Bp. Spartacus	V.31. Budapest
3:47.5	Mecser Lajos	Salg.BTC	V.16. London
3:47.5	Aradi János	Debr.EAC	V.31. Budapest
3:47.7	Pintér János	Bp. Spartacus	V.31. Budapest
3:48.5	Simon Attila	FTC	VIII.15. Budapest
3:49.2	Iharos Sándor	Bp. Honvéd	IX. 5. Budapest
3:49.3	Mácsár József	V. Meteor	V.23. Budapest
3:49.3	Kiss István	Bp. Honvéd	VI. 6. Budapest

3:49.5	Pamuki József	U.Dózsa	3:58.8	Nagy Károly	U.Dózsa
3:49.5	Jóni István	Bp.Honvéd	3:59.0	Papp Béla	T.Bányász
3:51.9	Szalai István	T.Bányász	3:59.2	Sütő József	Bp.Vasas
3:52.5	Nagy László	Debr.EAC	3:59.5	Andok Pál	Bp.Vasas
3:52.5	Stoll Lóránd	Diósgy.VTK	3:59.9	Ligetjuti Ákos	MAFC
3:52.7	Salpa János	Pécsi Dózsa	4:00.2	Rehorek Ernő	T.Bányász
3:52.8	Szentiványi Gergely	T.Bányász	4:00.3	Kálmán László	BVSC
3:52.9	Fazekas Miklós	Diósgy.VTK	4:00.3	Csuri István	MAFC
3:53.0	Borsos György	MPSC	4:00.5	Varga Mihály	MAFC
3:54.6	Fehér László	Nyíregyh.VSC	4:00.9	Porhászka István	Koml.Bányász
3:54.6	Garbacz Ferenc	U.Dózsa	4:01.0 i	Török János	Bp.Honvéd
3:55.3	Nagy Imre	U.Dózsa	4:01.0	Bartyik László	Bp.Honvéd
3:55.3	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa	4:01.2	Sovák János	T.Bányász
3:55.8 i	Mohácsi Péter	MTK	4:01.4 i	Tóth Béla	MAFC
3:56.4	Mihály Gábor	Csepel SC	4:01.4	Szerényi János	V.Izzó
3:57.2 i	Szabó János	Bp.Honvéd	4:01.7	Szuda Károly	Tőrekvés
3:57.4	Benedek László	Bp.Vasas	4:02.0	Molnár Péter	T.Bányász
3:57.8	Molnár Sándor	MTK	4:02.3	Vámosi Attila	V.Izzó
3:57.9 i	Németh Balázs	Bp.Vasas	4:02.6	Raffai Tibor	Nyíregyh.VSC
3:58.2	Máthé Sándor	U.Dózsa	4:02.6	Bartha László	T.Bányász
3:58.3	Szpodnyí Ferenc	Bp.Honvéd			

2000 m síkfutás

5:15.2	Simon Attila	FTC	V.17. Budapest
5:15.8	Simon Dénes	Bp.Spartacus	V.17. Budapest
5:16.0	Kiss István	Bp.Honvéd	V.17. Budapest
5:16.2	Mecser Lajos	Salg.BTC	V.31. Budapest
5:17.8	Jóni István	Bp.Honvéd	V.17. Budapest
5:19.8	Kiss György	Győri Dózsa	V. 9. Budapest
5:20.8	Parsch Péter	Bp. Vasas	V. 9. Budapest
5:21.2	Mácsár József	V.Meteor	V.17. Budapest
5:25.0	Pintér János	Bp.Spartacus	V. 9. Budapest
5:26.8	Fehér László	Nyiregyh.VSC	V.17. Budapest

3000 m síkfutás

8:02.6	Mecser Lajos	Salg.BTC	VIII.23. Varsó
8:04.0	Kiss György	Győri Dózsa	VI. 7. Budapest
8:07.4	Kiss István	Bp. Honvéd	VI. 7. Budapest
8:09.2	Simon Attila	FTC	VIII.23. Varsó
8:10.2	Pintér János	Bp.Spartacus	V.18. London
8:13.0	Parsch Péter	Bp.Vasas	V.18. London
8:14.4	Simon Dénes	Bp.Spartacus	VI. 7. Budapest
8:15.4	Szekeres Béla	Bp.Vasas	VI. 7. Budapest
8:15.6	Iharos Sándor	Bp.Honvéd	VII.17. Budapest
8:21.2	Mácsár József	V.Meteor	V.30. Bréma

5000 m síkfutás

13:48.0	Mecser Lajos	Salg. BTC	VII.14. Dublin
14:00.4	Pintér János	Bp.Spartacus	VI.27. Berlin
14:01.4	Simon Attila	FTC	VII.12. Budapest
14:04.0	Simon Dénes	Bp.Spartacus	V.24. Budapest
14:04.6	Kiss István	Bp.Honvéd	VII.12. Budapest
14:07.4	Szekeres Béla	Bp.Vasas	VII.12. Budapest
14:08.8	Kiss György	Győri Dózsa	IX.19. Prága
14:12.2	Sütő József	Bp.Vasas	V.24. Budapest
14:22.2	Mácsár József	V.Meteor	VII.14. Dublin
14:24.0	Jóni István	Bp.Honvéd	VII.12. Budapest
14:25.2	Fazekas Miklós	Diósgy.VTK	15:09.0 Szpodnyi Ferenc Bp.Honvéd
14:26.0	Iharos Sándor	Bp.Honvéd	15:09.8 Fábrián Rudolf Bp.Honvéd
14:29.6	Huszár János	Békéscs.MÁV	15:10.0 Jakabos Péter Pécsi Dózsa
14:30.6	Fehér László	Nyiregyh.VSC	15:10.4 Szalay Béla MTK
14:36.2	Molnár Sándor	MTK	15:11.8 Kratochvíl Sándor Ózdi Kohász
14:39.8	Hertelendi Béla	Salg.Bányász	15:13.6 Halász László Szeg.Spart.
14:41.4	Sovák János	T.Bányász	15:13.8 Szentiványi Gergely T.Bányász
14:45.6	Schneider Mihály	Bp.Spartacus	15:16.2 Nagy Károly U.Dózsa
14:46.8	Kun István	Bp.Spartacus	15:17.2 Tanczinger János Szfvári Spart.
14:47.2	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	15:19.6 Siller Tivadar T.Bányász
14:48.0	Kiss József	Nyiregyh.VSC	15:22.8 Szuda Károly Törekvés
14:48.4	Tormási Attila	Csepel SC	15:25.4 Nagy Pál Ganz Mávag
14:49.8	Kiss Antal	T.Bányász	15:28.8 Raffai Tibor Nyiregyh.VSC
14:53.8	Máthé Sándor	U.Dózsa	15:30.0 Nagy Imre U.Dózsa
14:56.6	Pamuki József	U.Dózsa	15:30.8 Huszti Tamás Törekvés
14:57.2	Dudás István	Pécsi Dózsa	15:34.4 Zsolnai István Salg.Bányász
14:58.4	Mihályi Gábor	Csepel SC	15:40.6 Bartyik László Bp.Honvéd
14:58.6	Etényi Gyula	T.Bányász	15:44.0 Krasznai István Békéscs.Dózsa
15:01.0	Andok Pál	Bp.Vasas	15:48.0 Bankós Gyula MAPC
15:05.2	Salpa János	Pécsi Dózsa	15:49.0 Mohr Kálmán MTK

10.000 m síkfutás

29:08.2	Pintér János	Bp. Spartacus	VII. 5. Moszkva
9:31.8	Mecser Lajos	Salg. BTC	VI.20. Budapest
29:34.6	Sütő József	Bp.Vasas	VI.20. Budapest
29:50.8	Simon Dénes	Bp. Spartacus	VI.20. Budapest
30:05.6	Fehér László	Nyiregyh.VSC	IX.5. Budapest
30:14.4	Sovák János	T.Bányász	IX. 5. Budapest
30:14.8	Huszár János	Békéscs.MÁV	VI.20. Budapest
30:24.0	Tormási Attila	Csepel SC	VI.20. Budapest
30:45.4	Kiss József	Nyiregyh.VSC	VI.20. Budapest
30:55.2	Hertelendi Béla	Salg. BTC	X. 4. Salgótarján

30:55.6	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	34:24.0	Nagy Lajos	V.Izzó
31:15.4	Kun István	Bp.Spartacus	34:25.0	Fodor Endre	Szoln.MÁV
31:19.6	Schneider Mihály	Bp.Spartacus	34:28.2	Hegyi Gyula	Salg.Kohász
31:26.8	Szalai Béla	MTK	34:32.0	Bruder Andor	Bp.Honvéd
31:34.0	Jóni István	Bp.Honvéd	34:37.0	Schirilla György	Bp.Vasas
31:36.4	Molnár Sándor	MTK	34:42.0	Raffai Tibor	Nyiregyh.VSC
31:44.4	Nagy Pál	Ganz Mávag	34:44.2	Zolyomi László	U.Dózsa
31:51.0	Halász László	Szeg.Spart.	35:01.0	Halmai János	Bátaszéki VSK
32:04.2	Mácsár József	V.Meteor	35:11.2	Ruzicska Zoltán	V.Izzó
32:11.4	Salpa János	Pécsi Dózsa	35:13.8	Oravecz Elemér	Szoln.MÁV
32:13.2	Kratochwill Sándor	Ózdi Kohász	35:15.6	Papp László	Ganz Mávag
32:23.0	Krasznai István	Békéscs.Dózsa	35:28.0	Szabó Imre	Komlói Bányász
32:30.8	Tanczinger János	Székesf.Spart.	35:55.6	Fábián Gyula	Bp. Honvéd
32:50.4	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa	36:07.0	Gábor Zoltán	Nyiregyh.VSC
33:05.0	Mohr Kálmán	MTK	36:08.4	Rózsahegyi István	Bp.Honvéd
33:07.0	Percze Lajos	MTK	36:25.0	Ladányi Tibor	Törekvés
33:38.0	Tajti Sándor	Salg.Bányász	36:42.6	Kiss György	V.Izzó
33:55.0	Gréber László	Göd.MEDOSZ	36:44.0	Mészáros József	Bp.Vasas
33:58.6	Munkácsi Sándor	Göd.MEDOSZ	37:01.0	Romvári György	Békéscs.MÁV
34:05.0	dr.Tóbiás Kázmér	Pécsi Dózsa	37:25.0	Merz Róbert	Pécsi Dózsa

Maratoni futás

2:17:55.8	Sütő József	Bp. Vasas	X.21. Tókió
2:24:13.4	Kun István	Bp.Spartacus	X.25. Budapest
2:25:23.2	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	X.25. Budapest
2:25:35.8	Tormási Attila	Csepel SC	X.25. Budapest
2:30:50.2	Pintér János	Bp.Spartacus	X.21. Tókió
2:31:09.8	Huszár János	Békéscs.MÁV	X.25. Budapest
2:31:14.8	Szalai Béla	MTK	VII.19. Szeged
2:31:38.4	Kiss József	Nyiregyh.VSC	X.25. Budapest
2:33:32.0	Nagy Pál	Ganz Mávag	X.25. Budapest
2:45:18.4	Schirilla György	Bp.Vasas	X.25. Budapest

2:47:14.4	Garbacz István	Bp.Honvéd	3:15:02.0	Papp László	Ganz Mávag
2:47:25.6	Bruder Andor	Bp.Honvéd	3:19:14.6	Csicsmann István	Dun.Koh.
2:51:19.4	Rózsahegyi István	Bp.Honvéd	3:21:26.0	Farkas Mihály	Bcs.MÁV
2:53:58.8	Krasznai István	Bcs.Dózsa	3:31:56.4	Zalavári Ferenc	Törekvés
2:55:30.0	Szabó Imre	Komlói B.	3:23:39.0	Hornyák Ferenc	Ganz Mávag
2:55:45.6	Schneider Mihály	Bp.Spart.	3:24:50.8	Temesvári Gyula	Szeg.Spart.
2:55:51.4	Simon István	Csepel SC	3:25:26.6	Sárkány István	Szeg.VSE
2:56:16.0	Palla Kálmán	Bp.Honvéd	3:25:52.8	Halmosi János	Bszéki VSK
2:57:15.4	Jaksó Ottó	Szeg.VSE	3:26:50.0	Mészáros József	Bp.Vasas
2:57:38.8	Kratochvill Sándor	Ózdi Koh.	3:31:02.4	Radóczy László	Szeg.VSE
2:58:44.0	Mohr Kálmán	MTK	3:31:49.2	Percze Lajos	MTK
3:03:08.0	Ludányi Tibor	Törekvés	3:32:18.0	Izmindi Róbert	Bp.Vasas
3:04:59.0	Novák András	Szeg.VSE	3:32:35.6	Lázók Károly	Bp.Előre
3:07:18.0	Potornai János	Bp.Előre	3:33:21.8	Stanczer Antal	Szeg.Spart.
3:07:28.0	Gyuritza István	Szeg.Spart.	3:35:08.6	Tesch Ferenc	Bp.Spart.
3:08:03.4	Kármán Ferenc	Ganz Mávag	3:38:04.0	Várszegi József	V.Izzó
3:08:50.4	Vácsi Mihály	Bp.Előre	3:38:26.8	Valkony Ferenc	Törekvés
3:09:32.0	Mucsi József	V.Izzó			

3000 m akadályfutás

8:40.4	Mácsár József	V. Meteor	VI.21. Budapest		
8:45.4	Simon Attila	FTC	VII. 5. Budapest		
8:50.8	Fazekas Miklós	Diósgy.VTK	VII. 5. Budapest		
8:52.8	Simon Dénes	Bp.Spartacus	VII. 5. Budapest		
8:53.8	Jóni István	Bp.Honvéd	IX. 6. Budapest		
8:58.8	Fehér László	Nyiregyh.VSC	VII. 5. Budapest		
9:18.4	Etényi Gyula	T.Bányász	VII. 5. Budapest		
9:18.8	Horváth Miklós	Bp.Honvéd	V.24. Budapest		
9:21.6	Kiss József	Nyiregyh.VSC	VI. 6. Budapest		
9:21.6	Kratochwill Sándor	Ózdi Kohász	VIII.16. Gyula		
9:22.8	Máté Sándor	U.Dózsa	9:39.8	Halász László	Bp.Spartacus
9:24.2	Salpa János	Pécsi Dózsa	9:41.4	Csuri István	MAFC
9:26.8	Jakabos Péter	Pécsi Dózsa	9:43.2	Bankós Gyula	MAFC
9:28.2	Tóth Gyula	Ózdi Kohász	9:45.2	Vince István	Salg.Kohász
9:34.8	Raffai Tibor	Nyiregyh.VSC	9:46.0	Nagy Károly	U.Dózsa
9:36.8	Schirilla György	Bp.Vasas	9:48.0	Stoll Lóránd	Diósgy.VTK
9:37.2	Husztai Tamás	Törekvés	9:51.2	Zolyomi László	U.Dózsa
9:37.8	Gréber László	Göd.MEDOSZ			

9:51.2	Karner Menyhért	Keszth.Hal.	10:13.0	Halmos János	Bszéki VSK
9:55.0	Zémann Miklós	Dkeszi VSK	10:14.2	Garbacz István	Bp.Honvéd
9:55.6	Dudás István	Pécsi Dózsa	10:18.0	Siller Tivadar	T.Bányász
9:56.8	Chikán Attila	Bp.Honvéd	10:19.2	Oravecz Ferenc	Szolnoki MÁV
9:58.2	Simotics Miklós	Bp.Honvéd	10:20.2	Szántai Lajos	BEAC
9:59.4	Krasznai István	Békéscs.D.	10:20.4	Stepán Antal	
9:59.8	Sárkány István	Szegedi VSE	10:22.0	Klémann László	BEAC
10:02.4	Sotkovszky Gyula	Ózdi Kohász	10:22.6	Jáksó Ottó	Szegedi VSE
10:06.2	Horváth Kálmán	Szfv. MÁV	10:24.6	Paszternák László	Dunaujv.Koh.
10:09.6	Homoki Vince	Komlói Bány.	10:27.6	Surim István	Hódmyh.ITSK
10:10.2	Fodor Endre	Szolnoki MÁV	10:29.2	Szuda Károly	Törekvés
10:10.4	Vadas István	U.Dózsa	10:29.4	Druskóczy László	Keszth.Haladás
10:11.8	Máté Csaba	Salg.Bányász			

110 m gátfutás

14.4	Csányi Zoltán	U. Dózsa	VI. 6. Zágráb
14.7	Fluck Miklós	Bp.Vasas	VII. 3. Budapest
14.8	Szabó Miklós	Szeksz.Dózsa	IX. 5. Budapest
14.9	Medovárszky János	Békéscs.Dózsa	IX. 5. Budapest
15.0	Berzi Károly	DVTK	IX. 5. Budapest
15.2	Mélykúti Béla	Bp.Honvéd	VII.25. Budapest
15.3	Oros Ferenc	TFSE	VII.25. Budapest
15.3	Tóth Kálmán	Bp.Honvéd	VIII.11. Pécs
15.3	Babay Iván	Bp.Építők	X.17. Budapest
15.4	Ferenczy Ödön	MAFC	X. 3. Budapest
15.5	Nagy Kardos József	Bp.Spartacus	Ózdi Kohász
15.5	Benkő János	U.Dózsa	MAFC
15.5	Demeter József	BEAC	U.Dózsa
15.5	Várhelyi György	Bp.Honvéd	Bp.Építők
15.5	Vértessy Miklós	BEAC	Misk.EAC
15.6	Tárnai István	Debr.ASE	Bajai MTE
15.6	Halász Géza	FTC	TFSE
15.6	Betlehem István	Pécsi EAC	Pécsi VSK
15.6	Hubai Gyula	Bp.Honvéd	BVSC
15.7	Thuróczy Árpád	V.Izzó	Szegedi VSE
15.7	Süvényi Ferenc	Bp.Honvéd	VM Közért
15.7 i	Ringhoffer Zsolt	Sopr.Szécs.g.	Debr.Sportisk.
15.7 i	Topor Béla	Misk.Sportisk.	Debr.Építők
15.8 i	Balaton Sándor	BEAC	U.Dózsa
15.8	Nyiregyházi György	Bp.Honvéd	Zalaeg.TE
16.0	Kovács Dezső	BEAC	Csepel SC
16.0	Baran János	Bp.Honvéd	Ganz Mávag
16.1	Pintér Mihály	Szoln.MÁV	Szegedi VSE
16.2	Gönczi Tibor	Debr.EAC	Szeksz.Dózsa
16.3 i	Pánczél István	Bp. Vasas	Bud.Spartacus
16.3	Vass István	MAFC	
16.3	Tóth Gyula		Ózdi Kohász
16.4	Zimonyi László		MAFC
16.4 i	Titkos Péter		U.Dózsa
16.4	Morvay István		Bp.Építők
16.4	Ujj József		Misk.EAC
16.5	Márity János		Bajai MTE
16.6	Farkasinszky Gyula		TFSE
16.6	Szécsei János		Pécsi VSK
16.6	Ferenczy András		BVSC
16.6	Darvas Tamás		Szegedi VSE
16.7	Lőrinczi Tibor		VM Közért
16.7 i	Szabó János		Debr.Sportisk.
16.8	Kiss Ernő		Debr.Építők
16.8	Szekeres Tibor		U.Dózsa
16.8	Kauzli József		Zalaeg.TE
16.8	Hossala József		Csepel SC
16.8	Volentik Lajos		Ganz Mávag
16.8	Molnár Ferenc		Szegedi VSE
16.8 i	Szabó Pál Bálint		Szeksz.Dózsa
16.8	Lakatos János		Bud.Spartacus

200 m gátfutás

24.0	Csányi Zoltán	U. Dózsa	V.23. Budapest
24.3	Oros Ferenc	TFSE	VI.13. Budapest
24.4	Vértessy Miklós	BEAC	VI.13. Budapest
24.6	Giozei Csaba	BVSC	VIII.15. Gyula
24.9	Kalocsai Henrik	Bp.Honvéd	IX.27. Budapest
25.0	Demeter József	BEAC	V.17. Debrecen
25.1	Fluck Miklós	Bp.Vasas	V.23. Budapest
25.2	Kósa György	BEAC	V.23. Budapest
25.3	Benkő János	U.Dózsa	V.23. Budapest
25.3	Berzi Károly	Diósgy.VTK	VIII.15. Gyula
25.3	Baran János	Bp. Honvéd	VI.13. Budapest

400 m gátfutás

52.7	Vértessy Miklós	BEAC	IX.18. Prága
52.8	Benkő János	U.Dózsa	VII. 4. Budapest
53.4	Giozei Csaba	BVSC	IX.6. Budapest
54.0	Oros Ferenc	TFSE	VII. 4. Budapest
54.6	Babos Géza	Győri Dózsa	VI. 7. Budapest
54.8	Betlehem István	Pécsi EAC	IX.20. Budapest
55.2	Gönczi Tibor	Debr. EAC	VIII.16. Gyula
55.4 i	Timár György	U.Dózsa	IX. 6. Budapest
55.5	Kósa György	BEAC	VI. 7. Budapest
55.5	Baran János	Bp.Honvéd	IX. 6. Budapest

55.6	Déri Ervin	Bp.Spartacus	58.7	Szailer László	Szegedi VSE
55.9	Halász Géza	FTC	58.8	Naszódi Béla	Diósgy.VTK
55.9 i	Balaton Sándor	BEAC	58.8 i	Koppány Zsolt	Bp.Vasas
55.9	Török László	U.Dózsa	59.0 i	Takács Ferenc	Gyöngy.Bányász
56.0	Szécsi János	Pécsi VSK	59.1 i	Süli József	Szegedi EAC
56.0	Regényi János	Bp.Honvéd	59.2	Erőss László	Ganz Mávag
56.3 i	Ringhoffer Zsolt	Sopr.Szécs.g.	59.2	Lázár Pál	Bp.Honvéd
56.6	Császár Imre	Ceglédi VSE	59.3	Rappai Nándor	VM Közért
57.0	Babai Iván	Bp.ÉpítőK	59.3	Ujj József	Miskolci EAC
57.1	Gaál László	MAFC	59.5	Tálos Gyula	Veszpr.Haladás
57.2	Nagy János	Bp.Honvéd	59.7	Raich István	MPSC
57.4	Várhelyi György	Bp.Honvéd	59.8	Tóth Kálmán	Bp.Honvéd
57.6	Demeter József	BRAC	59.8 i	Máriich Attila	Typográfia
57.7	Honti Róbert	Pécs Tanárképző	59.8 i	Lóczy Zoltán	Dun.Koh.techn.
57.8 i	Szányi Gábor	Nagyk.Bányász	59.8	Iski István	V.Meteor
57.8 i	Szabó János	Debr.Sportisk.	59.9	Csábi Imre	Salg.UMSF
57.8	Simonics József	Szegedi VSE	60.1	Steindli József	Nagyk.Bányász
58.0	Tornyai József	Veszpr.Haladás	60.1	Kauzli József	Zalaeg.TE
58.0 i	Nyiregyházi György	Bp.Honvéd	60.2 i	Géczi Béla	U.Dózsa
58.3	Bánfalvi István	MTK	60.2	Szabó István	Szfv.Spartacus
58.6	Vass István	MAFC			

10 km gyaloglás

44:43.0	Balajcza Tibor	U.Dózsa	V.16.	Budapest
45:04.6	Dienesz Béla	Bp.Póstás	V.16.	Budapest
45:13.6	Kiss Antal	T.Bányász	VIII.16.	Gyula
45:52.2	Göri István	Debr.EAC	VIII.16.	Gyula
47:42.6	Sorger Sándor	Bp.Vasas	V.16.	Budapest
47:53.6	Antal András	Szegedi VSE	VIII.16.	Gyula
48:06.0	Bereczky Ferenc	Debr.EAC	XI.1.	Debrecen
48:29.4	Novák András	Szeg.VSE	IX.20.	Budapest
48:37.0	Girtl László	Salg.Vasas	VIII.16.	Gyula
48:52.2	Dalmati János	Bp.Honvéd	V.2.	Budapest

20 km gyaloglás

1:35:09.2	Kiss Antal	T.Bányász	VII.22.	Gdansk
1:35:14.6	Dienesz Béla	Bp.Póstás	V.24.	Budapest
1:35:36.2	Havasi István	Bp.Póstás	IX.27.	Budapest
1:35:38.0	Göri István	Debr.EAC	X.15.	Tókió
1:37:31.2	Balajcza Tibor	U.Dózsa	V.24.	Budapest
1:40:07.0	Girtl László	Salg.Kohász	VII.26.	Salgótarján
1:49:50.0	Dalmati János	Bp.Honvéd	XI.1.	Debrecen
1:44:10.0	Csiksmann István	Dun.Koh.	VIII.9.	Székesfehérvár
1:44:44.0	Antal András	Szegedi VSE	VII.26.	Budapest
1:45:02.8	Sorger Antal	Bp.Vasas	IX.27.	Budapest

1:45:35.0	Novák András	Szeg.VSE	1:56:35.0	Gyuritza József	Szeg.Spart.
1:47:37.4	Jaksó Ottó	Szeg.VSE	1:57:23.0	Bejik Árpád	Ormosb.Bány.
1:47:37.4	Tesch Ferenc	Bp.Spart.	1:57:36.6	Bozó Emil	Előre
1:47:42.8	Ferber Imre	Bp.Vasas	1:58:21.6	Temesvári Gyula	Szeg.Spart.
1:47:49.6	Szivák Imre	Csepel SC	2:00:00.2	Szabó Imre	Komló Bány.
1:50:54.4	Bus Lajos	U.Dózsa	2:00:11.0	Hollai József	Dunaujv.Koh.
1:51:30.0	Göri Pál	Debr.EAC	2:00:40.0	Fülöp Ferenc	Szoln.MÁV
1:52:05.6	Szabó József	T.Bányász	2:01:40.0	Zalavári Ferenc	Törekvés
1:52:26.6	Stefanik Pál	Bp.Póstás	2:01:44.2	Farkas Pál	Előre
1:53:12.0	Valkony Ferenc	Törekvés	2:04:15.4	Radóczy László	Szeg.VSE
1:53:21.2	Kapusi János	Bp.Vasas	2:05:20.6	Nagy Géza	T.Bányász
1:54:10.0	Mess Károly	Dunaujv.Koh.	2:05:36.6	Fazekas Ferenc	U.Dózsa
1:55:06.4	Éles Béla	Tatab.Bány.	2:07:23.0	Deák Ferenc	Bp. Póstás
1:55:53.8	Mucsi József	V.Izzó	2:10:59.4	Kuti László	Debr.EAC

50 km gyaloglás

4:28:36.8	Havasi István	Bp.Póstás	VIII.16.	Budapest
4:28:46.0	Dienesz Béla	Bp.Póstás	VIII.16.	Budapest
4:55:56.2	Stefanik Pál	Bp.Póstás	X.18.	Budapest
4:57:58.6	Tesch Ferenc	Bp.Spartacus	VIII.16.	Budapest
5:06:44.6	Sorger Sándor	Bp.Vasas	VIII.16.	Budapest
5:09:37.2	Kapusi János	Bp.Vasas	X.18.	Budapest
5:10:35.8	Temesvári Gyula	Szeg.Spart.	VIII.16.	Budapest
5:16:44.0	Gyuricza János	Szeg.Spart.	VIII.16.	Budapest
5:25:56.4	Ladányi Tibor	Törekvés	VIII.16.	Budapest
5:32:11.4	Valkony Ferenc	Törekvés	VIII.16.	Budapest

5:32:49.8	Radóczy László	Szegedi VSE	5:45:14.4	Stauzler Antal	Szeg.Spart.
5:35:16.4	Bejik Árpád	Ormosb.Bány.	5:48:17.6	Farkas Pál	Előre
5:35:30.2	Várszegi József	V.Tzzó	6:20:42.4	Zalavári Ferenc	Törekvés
5:36:56.2	Schirilla György	Bp.Vasas	6:28:27.2	Holló Zoltán	Törekvés

Magasugrás

206	Medovárszky János	Békéscs. Dózsa	VIII. 8. Kiev
203	Noszály Sándor	Bp. Honvéd	V.23. Budapest
201	Krasovetz Ferenc	BEAC	V. 9. Budapest
201	Krasznai Tivadar	Bp. Honvéd	V. 9. Budapest
200	Kovács Nimród	TFSE	V.17. Debrecen
198	Erki Imre	BEAC	V. 9. Budapest
196	Szekeres Tibor	U.Dózsa	VI.21. Budapest
195 i	Szórád Péter	Csepel SC	VIII. 8. Budapest
194 i	Tihanyi József	Sopr.Széch.g.	VI.14. Pécs
194	Hossala József	Csepel SC	VIII.12. Pécs
193	dr Bodosi Mihály	Pécsi EAC	U.Dózsa
193	Erőss Pál	Bp. Vasas	TFSE
192	Füzessy Ede	U.Dózsa	MAFC
192	Hubai Gyula	Bp.Honvéd	TFSE
192	Gábor László	Pécsi VSK	Egyetértés SC
191	Pataki Zoltán	Bp.Honvéd	TFSE
191	Szarka István	Bp.Honvéd	TFSE
191 i	Szabó Balázs	Vasas Izzó	TFSE
191	Solti János		BEAC
191	Bodó Árpád	Csepel SC	Kiskunflh.Honv.
190	Hámori Imre	Bp.Honvéd	Győri ETO
190 i	Weglárz Bálint	TFSE	Békéscs.Dózsa
190	Kisgergely Jenő	BEAC	BEAC
188	Pintér Mihály	Szolnoki MÁV	Szombath.Haladás
188 i	Pataki Pál	Váci Vasas	Szfv. épip.Techn.
187 i	Kiss Ervin	Szfv.MÁV	Pécsi VSK
187	Lakatos János	Bud.Spartacus	Ózdi Kohász
186	Szódi Péter	MAFC	Martfűi MSE
185 i	Farkas Ferenc	Veszpr.Haladás	Szegedi VSE
185	Mihalik Géza	Bp.Honvéd	Salgó.KSE
185	Horváth Sándor	Gyöngy.Bányász	Komárom Jókai g.
			Kecskeméti D.
185	Mihályi Géza		U.Dózsa
185	Skoumal András		TFSE
185	Horváth Attila		MAFC
185	Kullay András		TFSE
185	Dóra László		Egyetértés SC
185	Vasvári Károly		TFSE
185	Béres Sándor		TFSE
185	Karner Ottó		BEAC
185	Kaczkó András		Kiskunflh.Honv.
185	Szivák Pál		Győri ETO
184 i	Szepesi Ádám		Békéscs.Dózsa
184	Máros István		BEAC
183	Dávid Ottó		Szombath.Haladás
183 i	Kovács Gábor		Szfv. épip.Techn.
183	Szécsei Zoltán		Pécsi VSK
182	Mikola András		Ózdi Kohász
182	Rékási Gábor		Martfűi MSE
181	Molnár Ferenc		Szegedi VSE
181	Sándor Tibor		Salgó.KSE
181	Láng Gyula		Komárom Jókai g.
181	Perjési Pál		Kecskeméti D.

Távolugrás

776	Kalocsai Henrik	Bp. Honvéd	IX. 5. Budapest
764	Hámori Imre	Bp. Honvéd	IX. 5. Budapest
761	Margitics Béla	U. Dózsa	IX. 5. Budapest
745	Hossala József	Csepel SC	VIII.29. Budapest
733	Haszilo Ferenc	TFSE	VI.13. Budapest
726 i	Dékány Lajos	Bp.Honvéd	VI. 6. Budapest
722	Zászló Zolt	U.Dózsa	X.24. Budapest
717	Kundja János	TFSE	VI. 6. Budapest
717	Puczkó József	Bp.Honvéd	VI. 6. Budapest
717 i	Lugosi Károly	MTK	X.25. Gyula
715	Rádi László	Bp.Spartacus	Diósgy. VTK
711	Biró Attila	TFSE	Ózdi Kohász
711 i	Németh Miklós	Bp.Vasas	U.Dózsa
711	Szabados Lajos	U.Dózsa	Oroszházi gimn.
711	Sylveszter Ádám	MAFC	Jászber.Vasas
706 i	Kiss Ferenc	Váci Vasas	MPSC
705	Mátravölgyi Béla	MTK	BEAC
705	Medovárszky János	Békéscs.Dózsa	U.Dózsa
704	Csorba Zoltán	Miskolci EAFK	Bp.Honvéd
703	Tóth László	Bp.Honvéd	Salg.ÜMSE
698	Ivanov Dragán	TFSE	TFSE
697 i	Körösi János	Miskolci VSC	Kecskem.Dózsa
696	Viktor Zoltán	MTK	U.Dózsa
693	Ladányi Gábor	MAFC	Szoln.Kilián HSE
687	Tatár László	Debr.EAC	U.Dózsa
687 i	Blazsek István	Szolnoki MÁV	
686	Balassi Péter	Bp.Honvéd	
686 i	Erdőházi László	Bp.Honvéd	
683	Szöke Endre	Dunaujv.Kohász	MTK
682	dr.Bodosi Mihály	Pécsi EAC	MTK
681 i	Nyíregyházi György	Bp. Honvéd	TFSE
681	Ogonovszky Ferenc	T.Bányász	Miskolc.VSE
680	Kovács Tibor	Bp. Honvéd	BEAC
679	Fluck Miklós	Bp. Vasas	Debr.EAC
678	Tokaji János	Bp. Honvéd	V.Izzó
677	Raáb Tibor		Diósgy. VTK
677	Molnár István		Ózdi Kohász
676	Horváth János		U.Dózsa
676 i	Németh István		Oroszházi gimn.
676 i	Szabó Ferenc		Jászber.Vasas
675	Rómer Alfréd		MPSC
675	Kalló Dezső		BEAC
674 i	Danyi József		U.Dózsa
672	Hubai Gyula		Bp.Honvéd
671	Fodor Béla		Salg.ÜMSE
671	Farkasinszky Gyula		TFSE
671	Grosán Pál		Kecskem.Dózsa
671	Füzessy Ede		U.Dózsa
670	Csoma Tibor		Szoln.Kilián HSE
669	Kovács Gábor		U.Dózsa

Hátszéllél:

713	Mátravölgyi Béla	MTK
710	Mátravölgyi Béla	MTK
704	Ivanov Dragán	TFSE
702 i	Körösi János	Miskolc.VSE
694	Kalló Dezső	BEAC
691	Tatár László	Debr.EAC
674	Horváth Ferenc	V.Izzó

Hármasugrás

16.16	Kalocsai Henrik	Bp. Honvéd	IX.19. Prága
15.90	Ivanov Drágán	TFSE	IX. 6. Budapest
15.26	Czapalai Gyula	U. Dózsa	VIII. 5. Budapest
15.24	Cziffra Zoltán	Bp. Honvéd	IX.13. Budapest
15.13	Kovács László	BEAC	IX. 6. Budapest
14.97	Füzessy Ede	U. Dózsa	VIII. 7. Budapest
14.94	Biró Attila	TFSE	VI.29. Visby
14.76	Szabados Lajos	U. Dózsa	VII. 5. Budapest
14.66	Takács Béla	U. Dózsa	IX. 6. Budapest
14.63	Puczkó József	Bp. Honvéd	VI. 7. Budapest
14.48	Levelesi Andor	MAFC	
14.40	Gulyás László	Szegedi EAC	
14.32	Lugosi Károly	MTK	
14.23	Viktor Zoltán	MTK	
14.22	Kurunczi Zoltán	Debr.EAC	
14.21	Blazsek István	Szolnoki MÁV	
14.17	Dékány Lajos	Bp. Honvéd	
14.13	Ágh Pál	Keszth.Haladás	
14.07	Pethő Sándor	Bp. Honvéd	
13.49	Huszár Pál	V. Izzó	
13.92	Margitics Béla	U. Dózsa	
13.91	Tatár László	Debr.EAC	
13.91	Hubai Gyula	Bp. Honvéd	
13.88	Kercsik Iván	V. Izzó	
13.88	Mátravölgyi Béla	MTK	
13.85	Darvas Zoltán	MPSC	
13.84	Béres Sándor	TFSE	
13.81	Szekeres László	Szolnoki MÁV	
13.77	Csorba Zoltán	Miskolci EAFK	
13.76	dr. Bodosi Mihály	Pécsi EAC	
13.67	Balassy Péter	Bp. Honvéd	
13.74	Grosán Pál	Kecskem. Dózsa	
13.71	Hosala József	Csepel SC	
13.70	Gáspár István	MAFC	
13.68	Rékási Gábor	Martfűi MSE	
13.68	Kaiser László	V. Izzó	
13.64	Ogonovszky Ferenc	T. Bányász	
13.56	Ferenczi Tibor	Debr.EAC	
13.56	Erős Pál	Bp. Vasas	
13.56	Medovarszky János	Békéscs. Dózsa	
13.52	Kovács Tibor	Bp. Honvéd	
13.50	Királyhalmi Miklós	Szombath. Hal.	
13.47	Jakus Péter	Keszth. Haladás	
13.46	Deák István	Keszth. Haladás	
13.46	Gombkötő Ottó	Szombath. Haladás	
13.45	Hegedűs Imre	Miskolci EAFK	
13.45	Németh István	Orosz. Tancsics g.	
13.43	Bősze Attila	Hatvani VSC	
13.40	Pethő Zoltán	BEAC	
13.40	Steigerwald Ernő	Békéscs. Dózsa	
13.40	Csoma Tibor	Szoln. Kilián HSE	
13.40	Kovács József	Szolnoki MÁV	
<u>Hátszéllel:</u>			
13.75	Balassy Péter	Bp. Honvéd	

Rúdugrás

445	Tamás László	Bp. Spartacus	X.28. Budapest
442	Gagyí Endre	TFSE	X. 7. Budapest
440	Miskei János	Bp. Honvéd	IV.26. Budapest
440	Török István	MAFC	IX. 5. Budapest
432	Vászoly József	Bp. Honvéd	IX.27. Budapest
432	Hubai Gyula	Bp. Honvéd	IX.27. Budapest
420	Schulek Ágoston	TFSE	IX.20. Budapest
417	Horváth Tamás	Bp. Spartacus	IX.30. Budapest
410	Horváth János	U. Dózsa	VII. 4. Budapest
410	Kullay András	TFSE	IX.20. Budapest
400	Joboru Jenő	Bp. Spartacus	
400	Moldvai Ferenc	Bp. Spartacus	
400	dr. Csaba András	Bp. Vasas	
400	Kalmár Mihály	Bp. Spartacus	
390	Kismartoni Péter	Bp. Vasas	
390	Perlaki Andor	Pécsi Dózsa	
390	Somogyi István	MAFC	
390	Tóth Tibor	Bp. Spartacus	
390	Anderle Dénes	U. Dózsa	
390	Csányi Zoltán	MAFC	
380	dr. Kismartoni Károly	Bp. Vasas	
370	Vasvári Károly	TFSE	
370	Anderle Lajos	U. Dózsa	
370	Jablonszky Attila	U. Dózsa	
370	Kiss Imre	U. Dózsa	
370	Both László	U. Dózsa	
370	Somogyi Ádám	MAFC	
360	Lovas Albert	TFSE	
360	Bakó Antal	Szegedi VSE	
360	K. Nagy Géza	Szegedi EAC	
350	Kismartoni János	Bp. Vasas	
350	Máté István	Bp. Vasas	
350	Csaba Gábor	Bp. Vasas	
350	Hortobágyi László	Dunaöldv. V. Lobogó	
350	Hudák Károly	Debr. Honvéd	
350	Kuknyó Lajos	Debr. EAC	
350	Papp László	Debr. Építő	
350	dr. Egressy András	Bp. Vasas	
350	Parkasinszky Gyula	TFSE	
350	Budai Ferenc	Bp. Honvéd	
350	Kenesei János	Szombath. Haladás	
350	Rékási Gábor	Martfűi MSE	
350	Fodor Béla	Salg. ÜMSE	
350	Lelkes István	Pécsi EAC	
350	Helmecci Ottó	V. Meteor	
350	Seper József	Bp. Vasas	
340	Egressy András	Bp. Vasas	
340	Zalotay Lajos	Szegedi EAC	
340	Polgár János	U. Dózsa	
340	Nagy József	TFSE	
340	Halász Csaba	MAFC	
340	Guth László	Ganz Mávag	
340	Szabó József	Debr. Honvéd	
340	Horváth Gyula	Debr. VSC	
340	Andor György	Bp. Vasas	
340	Sárkány János	Szegedi VSE	
340	Hausz Frigyes	Ceglédi VSE	

Súlylökés

19.39	Varju Vilmos	V.M. Közért	X.17. Tokió
18.88	Nagy Zsigmond	MAFC	X.17. Tokió
17.49	Fejér Géza	Bp.Honvéd	X. 4. Klagenfurt
16.17	Holub Sándor	DASE	VI.27. Budapest
15.91	Faragó János	Misk.EAC	X.24. Ózd
15.60	Zsivótzky Gyula	U.Dózsa	VIII.14. Tata
15.46	Szécsényi József	Bp.Honvéd	V. 9. Budapest
15.45	Katona József	BVSC	VII.11. Budapest
15.30	Sasvári Sándor	Bp.Honvéd	V.31. Budapest
15.21	Kövesdi Ferenc	U.Dózsa	VII. 5. Budapest
14.96	Katics Kálmán	U.Dózsa	13.97 Gengeliczky László T.Bányász
14.90	Simkó László	V.M.Közért	13.92 Baráth Ferenc Szegedi VSE
14.83	Hevesi Sándor	Békéscs.Dózsa	13.83 Solyom Rudolf MAFC
14.78	Treiber Miklós	Bp.Honvéd	13.77 Maxim Máttyás TFSE
14.77	Nagy Gábor	Bp.Honvéd	13.75 Kocsis Gyula Ganz Mávag
14.70	Bakai József	Csepel SC	13.70 Raáb Tibor Diósgy.VTK
14.65	Bertók Gyula	TFSE	13.68 Farkasinszky Gyula TFSE
14.35	Skoumal Dezső	Diósgy.VTK	13.65 Debreceni Jenő Martfűi MSE
14.30	Máté Jenő	Csurgói Spartacus	13.64 Neményi Béla Csongrádi Sportisk.
14.28	Bedececs László	Csepel SC	13.58 Brunsák András Kecsk.Dózsa
14.26	Nagy György	BEAC	13.56 Ipoly Zoltán Előre
14.26	Hanzlik János	TFSE	13.53 Hanzlik Sándor V.M.Közért
14.21	Tóth István	Várpál.Bányász	13.52 dr.Török István Szegedi EAC
14.20	Asbóth József		13.52 Koroknai László
14.18	Kozák József	Veszpr.Haladás	13.50 Kun János Dunaföldv.V logó
14.17	Gremperger László	Bp.Honvéd	13.47 Kolozsi András BEAC
14.16	Bozó András	Békéscs.MÁV	13.45 Tuhán János Bp.Építő
14.10	Bognár Károly	Szombath.Haladás	13.41 Noszek Attila FTC
14.01	Rónai Tibor	Szegedi EAC	13.38 Sárközi József Debr.EAC
13.99	Teveli Mihály	Bp.Vasas	13.38 Kaposvári Zoltán MAFC

Diszkoszvetés

57.61	Szécsényi József	Bp.Honvéd	IX. 6. Budapest
53.95	Fejér Géza	Bp.Honvéd	VI. 7. Budapest
53.33	Klics Ferenc	Bp.Vasas	VI. 7. Budapest
52.89	Kövesdi Ferenc	U.Dózsa	IV.26. Budapest
50.69	Tégla Ferenc	Szegedi VSE	IX. 6. Budapest
50.26	Bakai József	Csepel SC	IX. 6. Budapest
49.66	Holub Sándor	Debr.ASE	VIII.16. Gyula
49.51	Hantos Balázs	U.Dózsa	IV.26. Budapest
48.42	Saskó Alfons	Bp.Vasas	X.24. Budapest
47.99	Nagy Zsigmond	MAFC	VI. 7. Budapest
47.88	Bedececs László	Csepel SC	43.47 Raáb Tibor Diósgy.VTK
47.27	Solyom Rudolf	MAFC	43.41 Vágó Pál V.Izzó
47.05	Zsivótzky Gyula	U.Dózsa	43.28 Hajtó Ödön MAFC
46.95	Kivágó Iván	Bp.Honvéd	43.20 Tóth Ferenc Szeksz.Dózsa
46.50	Lovász László	Pécsi Dózsa	43.13 Czmarkó Gyula BEAC
46.49	Katona József	BVSC	42.94 Kádas Lajos U.Dózsa
45.94	Murányi János	MAFC	42.86 Erősi Imre BEAC
45.45	Doszpod András	Szeksz.Dózsa	42.86 Borsodi Ottó Győri Dózsa
45.00	Petróczy Sándor	Bp.Vasas	42.84 Sárközi József Debr.EAC
44.95	Lévai Károly	Bp.Honvéd	42.58 Varju Vilmos VM.Közért
44.82	Faragó János	Misk.EAFC	42.57 Kazinczi Gyula Salgt.UMSE
44.78	Farkasinszky Gyula	TFSE	42.51 Biber Pál Szoln.MÁV
44.70	Füdfémes László	Bp.Vasas	42.48 Takács István T.Bányász
44.60	Héra Attila	U.Dózsa	42.25 Farkas Gyula Diósgy.VTK
44.34	Harmath Attila	BEAC	42.21 Szabó Gyula Szombath.Hal.
44.26	Gengeliczky László	T.Bányász	42.01 Buzás Sándor V.Izzó
44.12	Csermák József	Tapolcai MÁV	41.99 Erdei László V.Izzó
44.09	Hubai Gyula	Bp.Honvéd	41.97 Debreceni Jenő Martfűi MSE
44.04	Dr.Botos György	Debr.EAC	41.96 Nagy Szilveszter
43.61	Friedrich Ferenc	Bp.Honvéd	41.95 Kozák József Veszpr.Hal.



Gerelyhajítás

82.32	Kulcsár Gergely	Bp.ÉpítőK	X.14. Tokió	
77.48	Krasznai Sándor	U.Dózsa	X.24. Budapest	
71.98 i	Németh Miklós	Bp.Vasas	VIII.20. Baja	
71.19	Harmath Attila	BEAC	VI. 7. Budapest	
69.77	Varga Béla	TFSE	VII. 3. Budapest	
68.25	Maxim Máttyás	TFSE	X.18. Komló	
66.83	Zarubai Iván	U.Dózsa	X.24. Budapest	
66.65	Kaposvári Zoltán	MAFC	IV.25. Budapest	
66.64	Gál József	Bp.Honvéd	VIII.11. Pécs	
66.50	Petővári Attila	U.Dózsa	X. 3. Budapest	
66.34	Lukács János	Pécsi VSK	59.73 Bakai József	Csepel SC
66.24	Kellermayer Miklós	Pécsi EAC	59.62 Kabdebó Antal	BEAC
66.10	Nyakas Ferenc	Gödöllői EAC	59.00 Szaniszló György	MAFC
66.08 i	Csik József	Bp.Petőfi	58.72 Nagy Gábor	Bp.Honvéd
65.39	Wéber Ádám	Pécsi VSK	58.47 i Nagy Dezső	Debr.ÉpítőK
64.44	Szakasits György	Bp. Vasas	58.19 i Faragó János	Orosz.Táncsics
63.34	Szabó József	Bp.Spart.		gimn.
64.18	Börcsök János	BEAC	57.94 Mátraházi Róbert	Bp.Vasas
63.48	Márity János	Bajai MTE	57.37 Barabás György	Bp.Honvéd
62.70	dr.Pataki László	BEAC	57.22 i Tökölyi Imre	MTK
62.55	Szabados János	Bp.Vasas	57.10 i Pollányi László	Pécsi VSK
62.45	Kovács András	Bp.Honvéd	56.80 i Tolnai György	Misk.Sportisk.
61.74	Hertelendi Attila	BEAC	56.75 Szabó Tamás	Bp.Honvéd
61.55	Takács Endre	Szoln.MÁV	56.50 i Gentischer Péter	Dunaujv.Kohász
61.09	Szabó József	Debr.Honvéd	56.22 Magos Oszkár	Szoln.MÁV
60.82	Füredi Ferenc	Pécsi VSK	56.15 Laki Ferenc	Szegedi EAC
60.44	Fodor István	MAFC	56.00 Bärnkopf Antal	MAFC
60.32 i	Kovács Gábor	Szfv.Gápip.T.	55.80 i Erdélyi György	Gyöngy.Bány.
60.20 i	Voltai Géza	MAFC	55.80 Kövári Henrik	Szfv.Spart.
59.80	Domán Gábor	Pécsi VSK	55.68 Nagy Zsigmond	MAFC
			55.65 i Tózsér Zoltán	Gyöngy.VSC

Kalapácsvetés

69.09	Zsivótzky Gyula	U.Dózsa	X.18. Tokió	
68.50	Eckschmidt Sándor	U.Dózsa	IX.19. Prága	
62.45	Varga Sándor	Bp.Spart.	VIII.15. Kalisz	
62.38	Mecseki Attila	Bp.Vasas	IV.26. Budapest	
60.16	Encsi István	Bp.Honvéd	IX.30. Budapest	
59.10	Lovász László	Pécsi Dózsa	X.25. Pécs	
58.20	Kapcsos Lajos	Bp.Honvéd	VI.21. Budapest	
56.96	Lédl Richárd	Gödöllői EAC	X.28. Budapest	
56.85	Trényi Imre	Szegedi EAC	VIII. 9. Szeged	
55.60	Németh Pál	Haladás	X.25. Szombathely	
55.28	Mészáros László	Bp.Spart.	48.75 i Walter Géza	Bp.Honvéd
55.28 i	Schweichardt Gyula	TFSE	48.29 i Némethi László	Salg.ÜMSE
55.15	Gál Gyula	Bp. Honvéd	48.07 Makó Tibor	Diósgy.VTK
54.95	Sajtár Lajos	U. Dózsa	47.41 Hauszmann Ervin	Pécsi Dózsa
54.38	Gulyás János	Nyiregyh.VSC	47.30 Kocsis István	Szoln.MÁV
54.29	Kovács Zoltán	Bp.Honvéd	47.22 Csatári János	U.Dózsa
53.22	Máté János	Csurgói Spart	47.11 Pirisi Károly	U.Dózsa
52.90	Friedrich Ferenc	Bp.Vasas	47.10 Zárdai Gyula	Győri Dózsa
52.70	Pekér Lajos	Csepel SC	47.08 Detár László	T.Bányász
52.13	Fejes István	BEAC	47.00 i Nyitrai Károly	Szolnoki MÁV
51.62	Balogh János	Győri ETO	46.99 Ipoly Zoltán	Előre
50.70	dr.László György	Szegedi VSE	46.91 Karácsony Zoltán	Debr.ASE
50.56	Németh Imre	Bp.Vasas	46.91 Török Béla	Szegedi VSE
50.29	Ember Ferenc	Bp.Honvéd	46.75 Nikolasev Vejko	Szegedi EAC
50.10	Kelen András	MAFC	46.30 Papp Gyula	Ganz Mávag
49.92 i	Fejér Géza	Bp.Honvéd	46.24 i Vajda László	U.Dózsa
49.53	Katics Kálmán	U.Dózsa	46.17 i Erdélyi László	Szegedi EAC
49.36	Hidasi László	Békéscs.MÁV	46.05 Németh József	TFSE
49.00	dr.Katona András	Szeg.EAC	46.04 Szin Gábor	Ózdi Kohász
48.84	Balogh Ferenc	BEAC	45.96 Ádám Antal	Bp. Vasas



Tízpróba

6244	Hubai Gyula	Bp.Honvéd	VII.18-19.	Budapest	
6060	Farkasinszky Gyula	TFSE	VII.18-19.	Budapest	
5354	Szécsi János	PVSK	X. 3- 4.	Pécs	
5298	Molnár István	Ózdi Kohász	VII.18-19.	Budapest	
5291	Lakatos János	Bud.Spartacus	VII.18-19.	Budapest	
5256	Hossala József	Csepel	VII.18-19.	Budapest	
5177	Chabán Dániel	Bp.Honvéd	VII.18-19.	Budapest	
5100	Füzessy Ede	U.Dózsa	VIII.15-16.	Budapest	
5063	Rékási Gábor	Martfűi MSE	IX.12-13.	Szolnok	
5054	Czapalai Gyula	U.Dózsa	VII.18-19.	Budapest	
4971	Fodor Béla	Salg.UMSE	3863	Kiss Endre	Pécsi VSK
4697	Várhegyi György	Bp.Honvéd	3849	Fazekas György	Bp.Honvéd
4657	Kalló Dezső	BEAC	3760	Macsuga Ervin	Debr.EAC
4656	Majoros György	Misk.Pedagógus	3746	Tatár László	Debr.EAC
4565	Perlaki Andor	Pécsi Dózsa	3729	Liposik László	Pécsi Póstás
4549	Kiss Imre	U.Dózsa	3610	Kenyeres Csaba	Pécsi Dózsa
4364	Ondrik István	Békéscs.Dózsa	3574	Áncsin András	Békéscs.Dózsa
4286	Vass István	MAFC	3538	Tóth Gyula	Szegedi VSE
4240	Kurunczi Zoltán	Debr.EAC	3513	Váradi Rudolf	Ózdi Kohász
4207	Csábi Imre	Salg.UMSE	3441	Moravec Ferenc	Nyiregyh.VSC
4096	Lelkes István	Pécsi EAC	3412	Ébner Gábor	Göd.MEDOSZ
4067	Tárnai László	Debr.ASE	3361	Duck János	Miskolci VSC
4041	dr.Bodósi Mihály	Pécsi EAC	3342	Rith Lajos	Balassagy.
3984	Krasznai Tivadar	Bp.Honvéd			MEDOSZ
3977	Benkovics László	Pécsi EAC	3331	Komoróczy Csaba	Balassagy.
3967	Szailer László	Szegedi VSE			MEDOSZ
3964	Szekeres Tibor	U.Dózsa	3292	Bakó Antal	Szegedi VSE
3935	Lovász László	Pécsi Dózsa	3243	Gulyász László	Szegedi EAC
3920	Tóth Ferenc	Szeksz.Dózsa	3187	Nagyváradai Tibor	Szöregi FSK
3914	Munkácsi Sándor	Göd.MEDOSZ	3119	Magos Oszkár	Szolnoki MÁV
3913	Harsányi László	Bátaszéki VSK	3116	Tóth László	Szegedi EAC

N Ó K

100 m síkfutás

11.4	Nemesházi Imréné	Bp. Vasas	IX. 6.	Budapest	
11.7	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	VII. 3.	Budapest	
11.8	Such Ida	BVSC	VII. 3.	Budapest	
11.9	Kispál Jánosné	U.Dózsa	VII. 3.	Budapest	
12.0	Bata Teréz	V.Meteor	VII. 3.	Budapest	
12.2 i	Kovács Annamária	Bp. Honvéd	V.31.	Budapest	
12.2	Orbán Irén	U.Dózsa	VII. 3.	Budapest	
12.2	Munkácsi Antónia	V.Izzó	VII.12.	Budapest	
12.2 i	Krassai Judit	Szeksz.Dózsa	VII.18.	Budapest	
12.3	Jónás Ildikó	MFSC	V.31.	Budapest	
12.3	Mihályfi Éva	DVTK	VI.21.	Budapest	
12.4 i	Kovács Ilona	Ózdi Kohász	12.7 s	Woth Klára	Bp.Spartacus
12.4 i	Buskó Irén	Diósgy.VTK	12.8	Baricza Ágnes	BEAC
12.5 i	Pethő Mária	Bp. Honvéd	12.8 i	Krausz Éva	Csepel SC
12.5 i	Endrődi Ilona	Debr.EAC	12.8 i	Bárdos Erzsébet	Szeksz.Dózsa
12.5	Hamar Mária	Szeksz.Dózsa	12.8	Kazi Olga	MAFC
12.6	Benkovics Györgyi	Bp.Honvéd	12.8 i	Póór Erika	Szombath.Hal.
12.6	Gerhardt Zsuzsa	BEAC	12.8 s	Fellner Éva	Bp.ÉpítőK
12.6 i	Varga Judit	MTK	12.8 s	Hornyák Anikó	Angyalf.Sportisk.
12.6 i	Halmai Zsuzsa	BVSC	12.8 i	Pintér Anna	Komárom.Sportisk.
12.6 i	Ruslós Éva	Bp.Vasas	12.8 i	Cseke Gizella	Szeksz.Dózsa
12.6	Császi Katalin	Szoln.MÁV	12.8	Császi Gizella	Szolnoki MÁV
12.6	Radó Mária	Bp.Vasas	12.9 i	Csontos Mária	U. Dózsa
12.6 i	Buskó Mária	Diósgy.VTK	12.9	Meszler Ildikó	Pécsi EAC
12.7 i	Lázás Éva	Bp. Honvéd	12.9	Ókrös Katalin	Szegedi VSE
12.7	Sárkány Gizella	Szegedi EAC	12.9 i	Kaltenbach Éva	Diósgy.VTK
12.7 i	Viszlai Gizella	Miskolci VSC	12.9 i	Bartha Ibolya	Szolnoki MÁV
12.7 i	Brigmann Mária	Gyulai MEDOSZ	12.9 s	Tóth Vera	Józsefv.Sportisk.
12.7 i	Szenteleki Sára	Szombath.Hal.	12.9 i	Szijj Márta	V.Izzó
12.7 i	Biró Zsuzsa	FTC	12.9 i	G.Molnár Katalin	Vasas Ikarusz
12.7	Tyetyák Anna	BEAC	12.9 s	Kovács Katalin	MTK
12.7 s	Marosvári Mária	Szegedi Sportisk.	12.9 i	Gulyás Ágota	MAFC
12.7	Sádsi Istvánné	Debr.ÉpítőK	12.9 i	Füle Rozália	BEAC
12.7 i	Zajki Ágnes	MAFC	12.9 i	Andor Emőke	Bp.Vasas
12.7 i	Velekei Márta	Előre	12.9 s	Bruzsenyák Anna	Szabolcsm.Sportisk.
12.7 i	Domonkos Erika	Egri Sportisk.	12.9 s	Dudás Éva	XIV.k.Sportisk.
12.7 i	Balogh Teréz	Csepel SC	12.9 i	Saskói Hajnalka	Kecsk.Katona g.
12.7 i	Borbás Anna	Ózdi Kohász			

Hátszéllel:

12.4 Hamar Mária
12.4 s Woth Klára

Szeksz.Dózsa
Bp.Spartacus

12.8 s Horváth Lidia

12.9 s Monhardt Erzsébet

Ujpesti Sport-
iskola
Ujpesti Sport-
iskola

200 m síkfutás

24.0	Heldt Erzsébet	U.Dózsa	IX. 5. Budapest
24.1	Nemesházi Imréné	Bp.Vasas	IX.19. Prága
24.4	Munkácsi Antónia	V.Izzó	VII. 5. Budapest
24.5	Such Ida	BVSC	V.24. Budapest
24.7	Kispál Jánosné	U.Dózsa	VII. 5. Budapest
25.2	Orbán Irén	U.Dózsa	VIII. 9. Kiev
25.3	Gerhardt Zsuzsa	BEAC	V.24. Budapest
25.6	Jónás Ildikó	MPSC	V. 9. Budapest
25.7 i	Krassay Judit	Szeksz.Dózsa	VII. 5. Budapest
25.7 i	Buskó Irén	DVTK	VIII.16. Gyula

25.8 i Kovács Ilona
25.8 i Borbás Anna
25.8 i Kovács Annamária
25.9 i Pethő Mária
26.0 i Brigmann Mária
26.1 Császi Katalin
26.2 Mihályfi Éva
26.3 i Szenteleki Sára
26.3 i Halmai Zsuzsa
26.4 Oó Erzsébet
26.5 Benkovich Györgyi
26.5 Hamar Mária
26.5 i Domonkos Erika
26.5 Sásdi Istvánné
26.6 Baricza Ágnes
26.6 i Csontos Mária
26.6 Rétfalvi Magda
26.6 i Mayer Magdolna
26.6 Császi Gizella
26.6 i Buskó Mária
26.6 Tyetyák Anna
26.7 Sasvári Gizella
26.8 i Bessenyei Szidónia
26.8 i Turi Mária
26.8 i Zajki Ágnes

Ózdi Kohász
Ózdi Kohász
Bp.Honvéd
Bp.Honvéd
Gyulai MEDOSZ
Szolnoki MÁV
Diósgy.VTK
Szombath.Hal.
BVSC
MAFC
Bp.Honvéd
Szeksz.Dózsa
Egri Sportisk.
Debr.Építők
BEAC
U.Dózsa
MTK
Zalaeg.TE
Szoln.MÁV
Diósgy.VTK
BEAC
Szombath.Hal.
U.Dózsa
Bp.Vasas
MAFC

26.8 i Füle Rozália
26.8 i Bácsalmási Katalin
26.8 i Poór Erika
26.8 Bata Teréz
26.9 i G.Molnár Katalin
26.9 i Szunyoghy Éva
26.9 i Balogh Teréz
26.9 i Prohászka Magdolna
27.0 i Bárdos Erzsébet
27.0 Gulyás Erzsébet
27.0 Molnár Anna
27.1 Nagy Zsuzsa
27.1 i Pászti Erika
27.2 Sárkány Gizella
27.3 Tóth Mária
27.3 i Krausz Éva
27.3 i Szabó Erzsébet
27.3 i Csikós Katalin
27.3 i Botos Julia
27.3 i Fekete Klára
27.3 i Láng Valéria
27.3 i Rusits Éva

BEAC
Tipográfia
Szombath.Hal
V.Meteor
Vasas Ikarusz
Szolnoki MÁV
Csepel SC
Komlói Bány.
Szeksz.Dózsa
BEAC
FTC
BEAC
U.Dózsa
Szegedi EAC
Bp.Helyiip.S
Csepel SC
Komlói Bány.
Szoln.MÁV
Debr.Építők
Bp.Vasas
Bp.Honvéd
Bp.Vasas

Hátszéllel:

26.4 i Csontos Mária

U.Dózsa

400 m síkfutás

54.0 Munkácsi Antónia
55.1 Kazi Olga
56.0 Nagy Zsuzsa
57.0 i Szenteleki Sára
57.8 Sasvári Gizella
58.2 Gerhardt Zsuzsa
58.5 Nagy Katalin
58.5 i Pethő Mária
59.4 Tóth Mária
59.6 s Velekei Mária

V.Izzó
MAFC
BEAC
Szombath.Hal.
Szombath.Hal.
BEAC
Bp.Spartacus
Bp.Honvéd
Bp.Helyiip.SC
Előre
X.16. Tokió
IX. 6. Budapest
IX.13. Drezda
IX.26. Budapest
IX. 6. Budapest
VI. 6. Budapest
VI.21. Budapest
IX. 6. Budapest
VIII.29. Budapest
IX.26. Budapest

60.0 i Prohászka Magda
60.7 Rétfalvi Magda
60.8 i Kiss Annamária
60.8 Gulyás Erzsébet
60.9 i Tóth Lőrincz Katalin
61.1 i Bessenyei Szidónia
61.2 i Kovács Annamária
61.2 Farkas Olga
61.2 s Somogyi Vera
61.3 Korompai Éva
61.3 Szilák Ilona
61.4 i Lajos Mária
61.4 s Kulcsár Magdolna
61.5 Malina Mária
61.7 Gyenes Katalin
61.8 s Laczó Ágnes

Komlói Bány.
MTK
U.Dózsa
BEAC
Bp.Honvéd
U.Dózsa
Bp.Honvéd
MPSC
Bp.Honvéd
Bp.Vasas
Békéscs.Dózsa
Makói VSE
Pécsi Sportisk.
FTC
Békéscs.Dózsa
U.Dózsa

61.8 i Majer Magdolna
61.8 i Kercsó Rózsa
61.9 Such Ida
62.2 i Gergi Erzsébet
62.2 i Kazi Valéria
62.2 i Bárdos Erzsébet
62.2 i Kalász Erzsébet
62.4 i Szigeti Anna
62.4 Heimann Ildikó
62.4 i Gergely Gabriella
62.5 Kalmár Judit
62.5 i Szilágyi Katalin
62.5 i Kovács Ilona
62.6 i Szabó Erzsébet
62.8 Cseh Katalin
62.8 i Zajki Ágnes

Zalaeg.Dózsa
Kaposv.Dózsa
BVSC
Jászv.Vasas
BVSC
Szeksz.Dózsa
Békéscs.Dózsa
Egri Dózsa
BEAC
Alsógödi SE
Bp.Helyiip.SC
MPSC
Ózdi Kohász
Komlói Bányász
Bp.Vasas
MAFC

62.8	Fogelsperger Ágnes	Csepel SC	63.1 i	Ferenczy Erzsébet	Törekvés
62.8 s	Franyó Márta	Békéscs.Dózsa	63.1	Rajmási Erzsébet	FTC
63.0	Dávid Katalin	Nagyk.Bányász	63.2	Kreisch Magda	FTC
63.1 i	Brigmann Mária	Gyulai MEDOSZ	63.4 s	Pázonyi Aranka	Szabolcsm.
					Sportiskola

800 m síkfutás

2:03.5	Nagy Zsuzsa	BEAC	X.20.	Tókió	
2:05.2	Kazi Olga	MAFC	IX.18.	Prága	
2:11.5	Nagy Katalin	Bp.Spartacus	VII.12.	Budapest	
2:12.0	Sasvári Gizella	Szombath.Hal.	VII. 5.	Budapest	
2:12.1	Zsilák Ilona	Békéscs.Dózsa	VI.7.	Budapest	
2:12.3j	Szenteleki Sára	Szombath.Hal.	X. 4.	Szombathely	
2:12.8	Tóth Mária	Bp.Helyiip.SC	X. 4.	Szombathely	
2:16.8	Malina Mária	FTC	VI.7.	Budapest	
2:19.6	Korompai Éva	Bp.Vasas	VII.12.	Budapest	
2:20.0	Kazi Valéria	BVSC	VII.18.	Budapest	
2:20.4 j	Prohászka Magda	Komlói Bányász	2:29.3 i	Bessenyei Szidónia	U.Dózsa
2:20.5	Farkas Olga	MPSC	2:29.3 i	Czutka Klára	Bp.Honvéd
2:21.3	Gyenes Katalin	Békéscs.Dózsa	2:29.3 i	Reményi Mária	MTK
2:21.4 i	Tóth Lőrincz Katalin	Bp.Honvéd	2:29.5 i	Kercsó Rózsa	Kaposv.D.
2:21.6 i	Pethő Mária	Bp.Honvéd	2:29.6 i	Böröczki Éva	Győri ETO
2:21.7 i	Ribnikár Gizella	Bp.Honvéd	2:29.8 i	Karkecz Klára	Szolnoki MÁV
2:23.6	Fogelsperger Ágnes	Csepel SC	2:29.8 i	Kasza Margit	Szolnoki MÁV
2:23.7	Cseh Katalin	Bp.Vasas	2:30.1 i	Szabó Erzsébet	Pécsi Sportisk.
2:23.8 i	Kiss Annamária	U.Dózsa	2:30.5 i	Bessenyei Mária	V.Meteor
2:26.8	Gulyás Mária	Szegedi EAC	2:30.7 i	Galambos Mária	Szegedi VSE
2:27.2 i	Szigeti Anna	Egri Dózsa	2:30.9	Sárfalvi Erzsébet	BEAC
2:27.4 i	Koós Judit	Bp.Spartacus	2:31.0 i	Zsilák Erzsébet	Békéscs.D.
2:27.4 i	Ferenczy Erzsébet	Törekvés	2:31.2 i	Pusztai Ilona	Ceglédi VSE
2:28.0 i	Péter Rózsa	V.Meteor	2:31.3 i	Kiss Katalin	Orosz.Táncs.g.
2:28.3	Rajmási Erzsébet	FTC	2:31.6 i	Szabó Gertrud	Bajai MTE
2:28.4 i	Karácsonyi Györgyi	MTK	2:31.8 i	Fityók Klára	Ceglédi VSE
2:28.6 i	Kocsis Erzsébet	Békéscs.D.	2:32.0	Heimann Ildikó	BEAC
2:28.8 i	Tóth Zsuzsa	5.sz.ITSK	2:32.0	Dávid Katalin	Nagyk.Bány.
2:29.2	Bányai Mária	Szeksz.Dózsa	2:32.1	Gulyás Erzsébet	BEAC
2:29.2	Monspart Sarolta	BEAC	2:32.2 i	Lőrinczi Anna	Törekvés
			2:32.2	Kreisch Magda	FTC

80 m gátfutás

11.4 i	Kovács Annamária	Bp. Honvéd	VI. 7.	Budapest	
11.4 i	Pethő Mária	Bp. Honvéd	IX.27.	Budapest	
11.5	Jónás Ildikó	MPSC	VI. 7.	Budapest	
11.7	Benkovits Györgyi	Bp.Honvéd	VI. 7.	Budapest	
11.8	Mihályfi Éva	DVTK	VI. 7.	Budapest	
11.8	Császai Gizella	Szoln.MÁV	VII.26.	Szolnok	
11.9	Baricza Ágnes	BEAC	V.17.	Debrecen	
12.0 i	Hasznos Julia	Szoln.MÁV	VII.26.	Szolnok	
12.1	Császai Katalin	Szoln.MÁV	VII.18.	Budapest	
12.2 i	Szárász Irén	Martfűi MSE	V. 3.	Szolnok	
12.2	Óó Erzsébet	MAFC	VII.18.	Budapest	
12.2 i	Varga Judit	MTK	IX.27.	Budapest	
12.3 i	Buskó Mária	Diósgy.VTK	12.7	Papp Emőke	TFSE
12.3 i	Köves Mária	Pécsi Sportisk	12.7 i	Horváth Cecilia	MTK
12.4 i	Orbán Márta	Csepel SC	12.7	Radó Mária	Bp.Vasas
12.4 s	Hornyaik Anikó	Angyalföldi	12.7 i	Tóth I.Magdolna	Debr.Sportisk.
		Sportiskola	12.8 i	Mindszenti Andrea	MAFC
		TFSE	12.8 i	Szabó Gizella	XVII.ker.
12.4	Steitz Anna	Szombath.Hal.			Sportisk.
12.4 i	Gádosza Klára	Szeksz.D.	12.8 i	Bucskó Ilona	Diósgy.VTK
12.4 i	Cseke Gizella	Bp.Honvéd	12.9 i	Andor Emőke	Bp.Vasas
12.4 i	Major Klára	Zalaeg.TE	12.9 s	Kiss Katalin	Bp.Honvéd
12.4 i	Pécsi Katalin	BEAC	12.9 i	Lenzsér Eszter	Soproni MEDOSZ
12.5	Gulyás Erzsébet	XIV.ker.	12.9 s	Németh Margit	U.Dózsa
12.5 s	Dudás Éva	Sportiskola	13.0 s	Bakos Mária	Debr.Sportisk.
		U.Dózsa	13.0 s	Táth Vera	Józsefv.
12.5	Németh Ida	Pécsi Sportisk	13.0	Gelei Éva	Szegedi VSE
12.6 i	Székely Zsófia	Szombath.Hal.	13.0 i	Magyar Mária	Bp.Építők
12.6	Lengyel Zsófia	FTC			
12.6	Monhalt Anna				

13.0 i Korompai Ágnes
13.1 s Czirák Tünde
13.1 s Szőnyi Adél

13.1 Ökrös Katalin
13.2 dr. Tóth Klára
13.2 i Sugár Ildikó

Ceglédi VSE
U.Dózsa
Józsefv.Sport-
iskola
Szegedi VSE
Pécsi EAC
Bajai MTE

13.2 i Gergi Erzsébet
13.2 i Hertelendi Ildikó
13.2 Török Sándorné

Hátszéllel:
12.5 Monhalt Anna

Jászber.Vasas
Bajai MTE
Szeksz.Dózsa

FTC

Magasugrás

163 i Gulyás Ágota	MAFC	V.24. Krakó
161 Gelei Éva	Szegedi VSE	VIII.29. Budapest
160 Bálint Edit	BEAC	X. 3. Budapest
160 i Várkonyi Ágnes	Szegedi EAC	X.17. Szeged
158 s Sári Erzsébet	Szegedi Sportisk.	V. 1. Pécs
158 i Zuba Mária	Békéscs.Dózsa	VI.14. Pécs
158 Mihályfi Éva	Diósgy.VTK	VIII.29. Budapest
158 i Kovács Annamária	Bp.Honvéd	VIII.29. Budapest
158 Steitz Anna	TFSE	IX.20. Budapest
158 i Lengyel Zsófia	Szombath.Haladás	IX.19. Szombathely
158 i Andor Emőke	Bp.Vasas	X.25. Gyula

157 Szilas Éva	Bp.Vasas	150 i Lázár Éva	Bp. Honvéd
154 Székely Miklósné	V.Izzó	150 s Bartalos Mária	Fejérm.Sportisk.
154 Cserhalmi Gézané	U.Dózsa	150 i Kőrösi Erzsébet	Zalaeg.TE
153 i Szunyoghi Éva	Szolnoki MÁV	150 i Kovács Anna	Kővágóörsi TSE
153 Császi Katalin	Szolnoki MÁV	149 s Halász Erzsébet	Józsefv.Sportisk.
152 Czapalai Gyuláné	U.Dózsa	148 s Prikidánovics Klára	Bácsalmási gimn.
152 Oó Erzsébet	MAFC	148 Arany Andrea	MAFC
152 Tóth Zsuzsa	Pécsi Tanítóképző	148 i Bene Piroška	Orosh.Táncs.gimn.
152 i Török Emese	Bp. Vasas	148 s Szórád Katalin	Csepel SC
150 i Bugyi Jolán	Jászberényi Vasas	148 i Paulányi Magda	BRESC
150 Knapp Mária	BEAC	148 s Horváth Zsuzsa	Miskolci Sportisk.
150 i Kovács Matild	Zalaeg.TE	148 i Mayer Katalin	Balatonfüredi gimn.
150 i Zink Teréz	Hámán K.gimn.	148 s Tóthfalusi Mária	II.ker Sportisk.
150 Bács Judit	Bp. Vasas	147 dr.Tóth Klára	Pécsi EAC
150 i Németh Angéla	V. Meteor	147 i Lenzsér Eszter	Soproni MEDOSZ
150 i Lengyel Eta	Csepel SC	146 i Székely Zsófia	Pécsi Sportisk.
150 s Papp II. Margit	Ormosb.Bányász	146 i Fekete Klára	Bp.Vasas
150 i Gádza Klára	Szombath.Haladás	146 s Radocsi Mária	Pécsi Építői
150 s Bruzsenyák Anna	Szabolcsm.Sportisk.	146 i Cseke Gizella	Szeksz.Dózsa
150 i Horváth Julia	Tipográfia		

Távolugrás

607 Kispál Jánosné	U.Dózsa	VII.17. Budapest
606 i Kovács Annamária	Bp.Honvéd	VI. 6. Budapest
590 Mihályfi Éva	Diósgy.VTK	VII.26. Debrecen
590 Császi Katalin	Szolnoki MÁV	VIII.16. Gyula
587 Petro Orsolya	BEAC	VII. 3. Budapest
571 i Gulyás Ágota	MAFC	V.24. Krakó
567 s Hornyák Anikó	Angyalf.Sportisk.	X. 4. Szombathely
562 Oó Erzsébet	MAFC	VI. 6. Budapest
558 i Hasznos Julia	Szolnoki MÁV	VII.26. Szolnok
551 i Endrédi Ilona	Debreceni EAC	VIII.16. Gyula

550 i Szunyoghy Éva	Szolnoki MÁV	527 Somogyi Nándorné	U.Dózsa
546 s Papp II.Margit	Ormosb.Bányász	526 i Varga Judit	MTK
541 s Pintér Anna	Komáromm.Sport- isk.	526 Bognár Judit	Bp. Honvéd
540 Boldizsár Piroška	TFSE	523 s Kovács Katalin	MTK
540 i Cseke Gizella	Szeksz.Dózsa	522 s Virág Katalin	Szeksz.Dózsa
538 i Poór Erika	Szombath.Hal.	522 i Gergi Erzsébet	Jászber.Vasas
537 i Buskó Mária	Diósgy.VTK	520 Heldt Erzsébet	U.Dózsa
535 Steitz Anna	TFSE	520 i Pécsi Katalin	Zalaeg.TE
534 i Bene Piroška	Orosh.Táncs.g.	520 i Veress Éva	Békéscs.Dózsa
530 i Székely Zsófia	Pécsi Sportisk.	520 i Bucskó Ilona	Diósgy.VTK
530 s Czirák Tünde	U.Dózsa	519 Bács Judit	Bp. Vasas
529 i Gádza Klára	Szombath.Hal.	519 i Buskó Irén	Diósgy.VTK
529 s Kulcsár Magdolna	Pécsi Sportisk.	517 i Köves Mária	Pécsi Sportisk.
527 s Bruzsenyák Anna	Szabolcsm.Sport- isk.	517 s Schleier Ildikó	XVII.Sportisk.
		516 i Brigmann Mária	Gyulai MEDOSZ

514 s Dudás Éva	XIV. Sportiskola	510 s Vida Erzsébet	Bp. MEDOSZ
513 s Réti Judit	Szolnoki MÁV	509 i Baricza Margit	MTK
512 i Török Emese	Bp. Vasas	509 Homor Mária	Szeksz. Dózsa
512 s Fazekas Jolán	35.sz. TTSK	509 i Velecsányi Mária	U. Dózsa
512 i Lenzsér Eszter	Soproni MEDOSZ		
512 s Jandala Mária	Pécsi Sportisk.	Hátszéllel:	
512 Császi Gizella	Szolnoki MÁV	558 Heldt Erzsébet	U. Dózsa
511 Völgyi Lidia	Zalaeg. TE	531 Lajtai Anna	MTK
511 i Rusics Éva	Bp. Vasas		

Súlylökés

16.28 Bognár Judit	Bp. Honvéd	VIII.14. Tata	
15.19 dr. Mikuss Judit	U. Dózsa	V. 2. Budapest	
15.19 dr. Kleiber Ferenoné	U. Dózsa	IX. 6. Budapest	
14.55 Stugner Judit	U. Dózsa	VIII.14. Tata	
13.97 i Paulányi Magda	BRESC	X.31. Budapest	
13.91 Doóry Andrea	Bp. Honvéd	VI.20. Budapest	
13.45 i Giber Vera	Bp. Honvéd	VII.17. Budapest	
13.45 i Nagy Judit	Váci Vasas	X.15. Budapest	
13.23 Miklós Dóra	Bp. Honvéd	VII.11. Budapest	
13.22 Rácz Mária	MAFC	X.15. Budapest	
13.06 i Németh Angéla	V. Meteor	11.71 Andok Pálné	Bp. Vasas
13.03 Babai Edit	Előre	11.66 Jaksics Róza	Bp. Honvéd
12.91 Parázso Julia	Bp. Honvéd	11.63 i Zuba Mária	Békéscs. Dózsa
12.82 Oó Erzsébet	MAFC	11.54 i Perlaki Anna	Balassagy.
12.78 Szabó Margit	Diósgy. VTK		MEDOSZ
12.39 Döme Margit	V. Meteor	11.52 i Halamka Nóra	Csepel SC
12.33 Latyák Mária	Bajai Építők	11.50 Kaposi Anna	V. Meteor
12.30 i Nagy Anna	Békéscs. Dózsa	11.49 Szabó Gyuláné	Szombath. Hal.
12.30 Remete Dezsóné	V. Izzó	11.40 Radnai Ágnes	TFSE
12.14 Kétszeri Anikó	BEAC	11.39 Kőő Márta	Győri Dózsa
12.06 Valent Erika	Bp. Petőfi	11.38 Keresztesy Katalin	TFSE
12.00 dr. Tóth Klára	Pécsi EAC	11.37 i Kovács Annamária	Bp. Honvéd
11.98 Dusnoki Zsuzsa	TFSE	11.31 i Bory Judit	Bp. Honvéd
11.97 Dévai Katalin	Ganz MÁVAG	11.30 i Pestality Mária	Bajai Építők
11.91 Gyürki Irma	BEAC	11.28 Török Sándorné	Szeksz. Dózsa
11.90 i Veress Judit	Szolnoki MÁV	11.23 i Szűcs Éva	U. Dózsa
11.87 Kótai Margit	TFSE	11.22 i Sik Andrea	U. Dózsa
11.86 Brichta Irén	Bp. Vasas	11.21 i Krasznai Mária	FTC
11.85 Szabó Katalin	Győri Dózsa	11.20 Gulyás Mária	Szegedi EAC
11.75 Petro Orsolya	BEAC	11.18 Plicher Klára	
11.73 i Baracska Ilona	Bp. Helyiip. SC		

Diszkoszvetés

55.22 dr. Kleiber Ferenoné	U. Dózsa	V. 9. Budapest	
54.09 Stugner Judit	U. Dózsa	V.31. Budapest	
52.71 Bognár Judit	Bp. Honvéd	VI.21. Budapest	
49.82 Kótai Margit	TFSE	X.28. Budapest	
48.59 Döme Margit	V. Meteor	V. 1. Budapest	
47.01 Rácz Mária	MAFC	X.28. Budapest	
43.56 i Németh Angéla	V. Meteor	VII.18. Budapest	
42.60 Jaksics Róza	Bp. Honvéd	VI.13. Budapest	
41.88 i Irosik Ágnes	Csepel SC	IX.13. Budapest	
41.72 Andok Pálné	Bp. Vasas	VIII.15. Budapest	
41.42 Kiss Antalné	Szegedi EAC		
40.81 i Kriskó Zsuzsa	Csepel SC		
40.36 dr. Mikuss Judit	U. Dózsa		
40.13 Szatmári Jánosné	Bajai MTE		
40.08 Valent Erika	Bp. Petőfi		
39.81 Parázso Julia	Bp. Honvéd		
39.74 dr. Tóth Klára	Pécsi EAC		
39.69 Kétszeri Anikó	BEAC		
39.68 Gömöri Emilia	Debr. VSC		
39.66 i Loidl Márta	U. Dózsa	37.03 i Giber Vera	Bp. Honvéd
39.16 Kaposi Anna	V. Meteor	36.94 Török Sándorné	Szeksz. Dózsa
38.41 i Pusztai Ildikó	V. Meteor	36.75 Hartung Józsefné	Pécsi Dózsa
37.99 Mecseki Hargita	Bp. Vasas	36.61 Horváth Márta	Győri ETO
37.80 Remete Dezsóné	V. Izzó	36.59 i Velkei Sarolta	Ceglédi VSE
37.76 i Czégai Katalin	Kecskem. Bányi g.	36.55 i Antalffy Zsuzsa	Tiszafür. Gimn.
37.15 i Nagy Judit	Váci Vasas	36.37 Plicher Klára	BEAC
37.03 Miklós Dorottya	Bp. Honvéd	36.22 s Nagy Ibolya	Békéscs. Dózsa

35.98	1	Boncz Piroska	U.Dózsa	35.17	Latyák Márta	Bajai MTE
35.88	1	Kováts Enikő	Debr.Sportisk.	35.10	Szabó Margit	Diósgy.MTF
35.83		Almássy Vera	Diósgy.VTK	34.98	Marik Ilona	Albertirsai VSE
35.79		Babay Edit	Előre	34.62	Ortelli Margit	Veszpr.Haladás
35.61		Brichta Irén	Bp.Vasas	34.19	Kósa Gabriella	Nyiregyh.VSC
35.47		Schlaffer Gabriella	V.Meteor	34.13	Keresztesi Katalin	TFSE
35.31		Dévai Katalin	Ganz MÁVAG	34.06	1 Boros Katalin	Tapolcai gimn.
35.17		Bárány Borbála	MAFC			

Gerelyhajítás

58.27	Rudas Ferenoné	Bp.Vasas	X.16. Tokió
51.74	Dusnoki Zsuzsa	TFSE	IX.19. Prága
48.29	Radnai Ágnes	TFSE	VI.21. Budapest
47.59	1 Németh Angéla	V.Meteor	IX.13. Budapest
47.52	Oó Erzsébet	MAFC	VII. 4. Budapest
46.85	Lukács Jánosné	Pécsi VSK	VI.21. Budapest
45.43	1 Bakai Józsefné	Csepel SC	IX.13. Budapest
45.42	1 Paulányi Magda	BRESC	X.17. Budapest
44.77	1 Simkó Katalin	Vasas	IX.13. Budapest
43.56	s Lengyel Éva	Szabolcsm.	
		Sportiskola	X.14. Nyiregyháza

43.43	Miklós Judit	Bp.Honvéd	38.59	1 Umbrai Katalin	Bp.Vasas
43.26	1 Bory Judit	Bp.Honvéd	38.56	Stollmár Magdolna	BEAC
42.94	s Légrádi Zsuzsa	Békéscs.MÁV	37.78	Kővári Mária	Bp.Spartacus
42.91	Miltényi Márta	MAFC	37.61	1 Kun Anna	Bud.Spartacus
42.42	Magony Ágnes	Szolnoki MÁV	37.51	1 Giber Vera	Bp.Honvéd
42.31	Brichta Irén	Bp.Vasas	37.42	Rigó Mária	Békéscs.Dózsa
42.28	dr.Tóth Klára	Pécsi EAC	37.22	1 Schöller Ilona	Szombath.Hal.
42.17	Földi Gyuláné	MTK	37.21	1 Kollár Mária	Bp.Petőfi
41.31	Halusak Anna	Szegedi VSE	36.98	s Marton Sára	Székesf.Spart.
41.25	s Putankó Márta	Bp.Honvéd	36.82	1 Szaplanczai Márta	Nyiregyh.VSC
41.10	Hatvári Éva	U.Dózsa	36.62	Auerbach Franciska	TFSE
41.04	Petővári Attiláné	U.Dózsa	36.54	Jaksits Róza	Bp.Honvéd
40.96	s Tóth Magda	MTK	36.40	1 Endrődi Ilona	Debr.EAC
39.79	Boross Enikő	U.Dózsa	36.40	1 Nagy Zsuzsa	Egri Dózsa
39.57	1 Ecsődi Éva	BEAC	36.12	s Jakab Vera	Gyöngy.Bányász
39.43	Varga Szilvia	MTK	36.03	1 Németh Mária	Bp.Vasas
39.24	1 Henyel Gyuláné	Salg.KSE	35.91	Szabó Katalin	Szegedi EAC
38.89	1 Szabó Margit	Bfüredi Lóczy g.	35.86	1 Téglás Zsuzsa	Váci Vasas
38.88	dr.Kleiber Ferenoné	U.Dózsa	35.66	1 Kiss Éva	Bp.Petőfi
38.84	Miklós Dorottya	Bp.Honvéd	35.64	Török Sándorné	Székesz.Dózsa

Ötpróba

4379	1 Kovács Annamária	Bp. Honvéd	VII.18-19 Budapest
4179	Oó Erzsébet	MAFC	VI.24-25 Budapest
4139	Császai Katalin	Szoln.MÁV	VII.18-19 Budapest
4063	Mihályfi Éva	DVTK	VII.18-19 Budapest
4002	Gelei Éva	Szegedi VSE	IX.26-27 Szeged
3611	1 Köves Mária	Pécsi Sportisk.	VII.18-19 Budapest
3569	dr.Tóth Klára	Pécsi EAC	X. 3-4 Pécs
3563	Jónás Ildikó	MPSC	VI.24-25 Budapest
3549	1 Székely Zsófia	Pécsi Sportisk.	VII.18-19 Budapest
3415	Benkovics Györgyi	Bp.Honvéd	
3395	Lengyel Zsófia	Szombath.Hal.	
3363	1 Cseke Gizella	Székesz.Dózsa	
3287	Ökrös Katalin	Szegedi VSE	
2626	Monyók Éva	Bp.Honvéd	
2499	Zsilák Ilona	Békéscs.Dózsa	
2496	Szekendy Szilvia	Gyöngy.VSC	
2427	Korodi Anna	Bátaszéki VSK	
2363	Farkas Olga	MPSC	
2335	Miltényi Márta	MAFC	
2311	Sámik Gabriella	Misk.Pedagogus	
2163	Mátrai Lászlóné	Hatvani MÁV	
2107	Gyenes Katalin	Békéscs.Dózsa	
1830	Sályi Anna	Ózdi Kohász	

AZ 1964.ÉV LEGJOBB 10 CSAPATA

FÉRFIAK

4x100 m váltó:

41.3 Bp. Honvéd	/ Kalocsai, Csutorás, Gyulai, Hámori/
41.5 BEAC	/ Petrovics, Révész, Mihályfi, Vértessy/
41.7 U. Dózsa	/ Mező, Farkas, Margitics, Rábai/
42.7 Bp. Vasas	/ Németh M., Jeszenák, Nemesházi, Fluck/
43.0 T. Bányász	/ Babos, Ogonovszky F., Dudás, Sille/
43.3 MTK	/ Végh, Rózsa, Nyiri, Mátravölgyi/
43.4 Csepel SC	/ Tell, Báthory, Hossala, Verbánszky/
43.6 Debr. ASE	/ Vargyas, Hahn, Szemenyei, Vojta/
43.7 U. Dózsa	/ Fellner, Horváth L., Csányi Gy., Timár/
43.8 FTC	/ Bodor, Székely, Bánlaki, Kamarás /
43.8 Bp. Spartacus	/ Péter, Kadala, Woth, Rádi/
43.8 BEAC	/ Hevesi, Kósa, Demeter, Koronghy
43.8 Bp. Honvéd	/ Baran, Puczkó, Czifra, Regényi/

4x200 m váltó:

1:26.4 Bp. Honvéd	/ Csutorás, Gyulai, Kalocsai, Baran/
1:26.7 BEAC	/ Petrovics, Vértessy, Révész, Mihályfi/
1:28.8 U. Dózsa	/ Farkas, Mező, Rábai, Margitics/
1:29.3 MAFC	/ Locsmándi, Farkas G., Gaál, Rozsnyai/
1:30.4 MTK	/ Mátravölgyi, Nyiri, Rózsa, Bánfalvi/
1:30.9 Pécsi VSK	/ Tócsay, Gábor, Kiss E., Mátis/
1:32.0 FTC	/ Papp, Korolovszky, Székely, Bodor/
1:32.3 Bp. Spartacus	/ Déri, Péter, Woth, Rádi/
1:32.6 U. Dózsa	/ Fellner, Timár, Ringhoffer, Horváth L./
1:32.6 MTK	/ Speer, Végh, Kiss P., Lugossy/

4x400 m váltó:

3:16.2 Bp. Honvéd	/ Kalocsay, Regényi, Csutorás, Gyulai/
3:16.3 U. Dózsa	/ Benkő, Nagy L., Nagy I., Rábai/
3:17.1 BEAC	/ Kósa, Vértessy, Révész, Mihályfi/
3:21.8 Pécsi VSK	/ Szécsey J., Kiss, dr. Révész, Mátis/
3:22.8 MAFC	/ Rozsnyai, Farkas, Ligetkúti, Gaál/
3:24.0 Bp. Vasas	/ Nemesházi, Jeszenák, Hajós, Parsch/
3:25.6 Debr. EAC	/ Nagy L., Kerékgyártó, Gönczi, Aradi/
3:26.1 V. Izzó	/ Munkácsy, Kiss G., Vámosi, Póker/
3:26.7 Bp. Honvéd	/ Kapás, Baran, Nagy J., Várhegyi/
3:27.6 U. Dózsa	/ Horváth L., Timár, Nagy V., Fellner/

4x800 m váltó:

7:44.8 U. Dózsa	/ Nagy S., Nagy I., Garbacz, Pamuki/
7:49.4 Bp. Vasas	/ Hajós, Szekeres, Nemesházi, Parsch/
7:53.0 Bp. Honvéd	/ Jóni, Iharos, Bartyik, Szpodnyi/
7:56.4 T. Bányász	/ Papp, Rehorek, Partha, Molnár/
7:59.0 MAFC	/ Gaál, Farkas, Varga, Csuri/
8:03.3 Debr. EAC	/ Gönczi, Nagy L., Kerékgyártó, Aradi/
8:06.6 BEAC	/ Semberi, Pallós, Pusztai, Szabó L./
8:07.9 MTK	/ Pfeffer, Felsővályi, Benkő, Kovács J./
8:09.8 Bp. Honvéd	/ Török, Szabó J., Ladányi, Biró /
8:09.9 Debr. Építők	/ Szabó, Rózsa, Marosán, Aradi A./

4x1500 m váltó:

15:50.6 Bp. Vasas	/ Szekeres, Parsch, Sütő, Benedek/
15:57.4 Bp. Honvéd	/ Iharos, Kiss I., Jóni, Bartyik/
16:04.0 U. Dózsa	/ Máté, Garbacz, Nagy I., Pamuki/
16:41.8 T. Bányász	/ Szalai, Sovák, Papp, Krenner/
16:59.2 Bp. Honvéd	/ Szabó J., Török, Ladányi, Szilágyi/
17:00.4 Csepel SC	/ Németh J., Markó, Tamási, Mihályfi/
17:05.0 Pécsi Dózsa	/ Füzesi, dr. Tóbiás, Solti, Salpa/
17:13.8 MAFC	/ Dezső, Sztankovics, Csuri, Tóth B./
17:15.2 MTK	/ Benkő, Pfeffer, Bálint, Mohácsi/
17:21.6 BEAC	/ Kelemen, Szántay, Bozán, Tarjáni/

Magasugrás ötös csapat:

188.8 BEAC	/ Erki, Krasovetz, Maros, Kisgergely, Serky/
188.4 Bp. Honvéd	/ Mihalik, Hámori, Pataki, Krasznai, Noszály/
186.0 TFSE	/ Kullai, Skoumal, Weglárz, Vasvári, Kovács N/
177.0 U.Dózsa	/ Füzessy, Szekeres, Hagya, Czapalai, Mihályi/
174.0 MAFC	/ Horváth A., Szódi, Holló, Gáspár, Szórádi/
173.0 Bp. Vasas	/ Fülöp, Erős, Andor, Lukács, Pető/
172.0 Békéscs.Dózsa	/ Steigerwald, Csiernyik, Szepesi, Medovárszky/
172.0 Pécsi EAC	/ dr.Bodosi, Hódosi, Csirke, Biró, Máté/
171.0 Misk.EAC	/ Karner, Papp A., Bácskai, Hegedűs, Kovács E./
169.0 MTK	/ Mátravölgyi, Lindenmayer, Ágota, Lugosi, Rimay/

Távolugrás ötös csapat:

705.2 Bp. Honvéd	/ Dékány, Balassy, Puczkó, Hámori, Kalocsai/
686.0 TFSE	/ Parkasinszky, Biró, Haszilo, Kundlya, Ivanov/
680.0 U. Dózsa	/ Szabados, Mihályi, Füzessi, Zászló, Margitics/
672.0 Bp. Honvéd	/ Czifra, Erdőházi, Miskei, Tokaji, Kovács T./
651.0 MAFC	/ Ladányi, Sylveszter, Papp I., Nagy R., Rityer/
645.6 BEAC	/ Mihályfi, Vártessy, Kalló, Spányik, Soóky/
640.2 Bp. Vasas	/ Fluck, Németh M., Szalai, Lukács, Benze/
637.2 MTK	/ Mátravölgyi, Viktor, Lugosi, Rudas, Solti/
636.2 Pécsi EAC	/ dr.Bodosi, Csirke, Lelkes, Betlehem, Schneider/
632.2 V. Izzó	/ Barabás, Nyári, Horváth F., Vukmann, Kaizer/

Hármasugrás ötös csapat:

13.82.8 Bp. Honvéd	/ Noszály, Czifra, Balassy, Puczkó, Kalocsai/
13.82.8 U. Dózsa	/ Szabados, Füzessi, Zászló, Margitics, Czapalai/
13.63.0 TFSE	/ Béres, Haszilo, Kundlya, Biró, Ivanov/
13.35.0 MAFC	/ Leveles, Gáspár, Scharle, Ladányi, Rixer/
13.03.8 Debr.EAC	/ Góz, Gönczi, Ferenczi, Tatár, Kurunczi/
13.02.3 Csepel SC	/ Szórád, Grozli, Hossala, Kávai, Szórád P./
12.95.8 Bp. Honvéd	/ Krasznai, Kovács T., Pethő, Dékány, Czabán/
12.86.4 MTK	/ Rimai, Lugosi, Viktor, Mátravölgyi, Kovács F./
12.73.0 Szegedi EAC	/ György, Gulyás, Lauritz, Bodnár, Tompa/
12.67.2 Bp. Vasas	/ Erős, Szalai, Andor, Sárközi, Fülöp II, Jenő/

Rudugrás ötös csapat:

366.0 Bp. Spartacus	/ Kalmár, Tóth, Jőboru, Moldvai, Tamás/
364.0 U. Dózsa	/ Jablonszky, Anderle D., Anderle L., Kiss I. Csányi/
362.0 Bp. Vasas	/ Dr.Csaba, dr.Kismartoni, Kismarconi P., Kismartoni J, Csaba/
344.0 Bp. Honvéd	/ Mihalik, Vaszolyi, Miskei, Chabán, Budai/
332.0 MAFC	/ Török, Somogyi I., Somogyi Á., Halász, Nagy/
322.0 Pécsi Dózsa	/ Perlaki, Lovász, Kramasza, Kulisch, Kenyeres/
302.0 Ózdi Kohász	/ Molnár, Legoza, Tóth, Mikola, Tordai/
300.4 Szegedi VSE	/ Bakó, Sárkány, Nagy, Lantsek, Koltai/
298.0 Bp. Vasas	/ Seper, Németh J., Botos, Imre, ifj.Egressy/
292.0 Debr.Építők	/ Földesi, Kovács, Szabó, Tatár, Papp I./

Súlylökés ötös csapat:

14.99.4 Bp. Honvéd	/ Nagy G., Treiber, Sasvári, Szécsényi, Fejér/
14.06.0 VM. Közért	/ Varga, Majoros, Hanzlik, Simkó, Varju/
13.60.0 TFSE	/ Kovács E., Parkasinszky, Bertók, Maxim, Hanzlik/
13.40.6 U.Dózsa	/ Eckschmidt, Katocs, Fok, Hantos, Kövesdi/
13.30.2 MAFC	/ Nagy Zs., Solyom, Hajtó, Kaposvári, Kelen/
12.91.2 BEAC	/ Nagy Gy., Bőrosók, Czmarkó, Kolozsi, Szabó F./
12.89.2 Bp. Vasas	/ Németh M., Teveli, Saskói, Klics, Meeseki/
12.38.6 Diósgyőri VTK	/ Skoumal, Raáb, Parkas, Makó, Vágner/
12.35.8 Szegedi EAC	/ dr.Török, Rónai, Parkas, Kántos, Kovács J/
12.34.8 Bp.Honvéd	/ Tokaji, Dorogi, Lévai, Friedrich, Kovács II.Z/

Diszkoszvetés ötös csapat:

46.67.2 Bp. Honvéd	/ Lévai, Friedrich, Kivágó, Fejér, Szécsényi/
43.88.6 Bp. Vasas	/ Saskói, Földemesi, Teveli, Klics, Knéz/
40.91.0 BEAC	/ Harmath, Erki, Czmarkó, Kolozsi, Nagy Gy./
40.86.8 MAFC	/ Solyom, Hajtó, Murányi, Kaposvári, Paczolai/
40.58.8 U.Dózsa	/ Katocs, Héra, Zarubai, Hantos, Kövesdi/
38.51.2 Bp. Honvéd	/ Dorogi, Kovács I., Encsi, Czabán, Kovács II/
38.26.4 VM.Közért	/ Varga, Majoros, Hanzlik, Simkó, Varju/
37.77.0 TFSE	/ Schweikhardt, Kovács E., Németh J., Bertók, Parkasinszky/
37.67.8 Pécsi Dózsa	/ Lovász, Borbás, Scheffer, Perlaki, Kenyeres/
37.56.0 Szegedi VSE	/ Téglá, Tiscsev, Bajnóczy, Virág, Bugya/

Gerelyhajítás ötös csapat:

59.11.8 BEAC	/ Harmath, dr.Pataki, Kabdebó, Börcsök, Hertelendi/
56.51.8 Bp. Vasas	/ Németh M., Szabados, Szakasits, Botos, Vajna/
53.98.2 Pécsi VSK	/ Lukács, Weber, Füredi, Domán, Barabás/
53.68.0 Bp. Honvéd	/ Nagy G., Sasvári, Kovács A., Szabó, Barabás/
53.67.2 MAFC	/ Kaposvári, Maklári, Fodor, Magyar, Vasvári/
50.72.6 Bajai MTE	/ Máriy, Hegedüs, Vigh, Veréb, Ocskó/
50.24.0 Bp. ÉpítőK	/ Kulcsár, Szűcs, Grekes, Milánkovics, Pál/
50.02.2 TFSE	/ Kaboldi, Bakó, Hanzlik, Koltai, Maxim/
49.27.8 U. Dózsa	/ Horváth J., Szalay, Csintalan, Zarubai, Petővári/
47.92.0 Szegedi EAC	/ dr. Török, Nyerges, Laky, Kiss Zs. Varju/

Kalapácsvetés ötös csapat:

51.63.6 Bp. Honvéd	/ Walter, Fejér, Kovács I., Encsi, Kaposos/
50.28.4 U. Dózsa	/ Eckschmidt, Katics, Vajda, Csatári, Sajtár/
47.57.0 Bp. Vasas	/ Ádám, Horbély, Mecseki, Németh I., Petike/
46.83.6 Bp. Spartacus	/ Mészáros L, Mészáros T, Gazdik, Varga, Pál/
46.25.4 Szegedi EAC	/ dr.Katona, dr.Molnár, Trényi, Nikolasev, Tóth/
42.20.2 Pécsi Dózsa	/ Lovász, Hausmann, Gáspár, Bonyár, Borbás/
41.40.0 Bp. Honvéd	/ Szécsényi, Ádám, Ember, Juhász, Friedrich/
39.89.0 Szegedi VSE	/ Török, Márkus, Virág, Meltzer, dr.Lázár/
39.74.4 U. Dózsa	/ Haáz, Polgár, Kiss M., Pirisi, dr. Sik/
39.71.4 Debr.EAC	/ Tóth, Nagy, Pekár, Bedecs, Szőcs/

N Ó K

4x100 m váltó:

49.7 Bp. Honvéd	/ Kovács A, Pethő, Láng, Lázár/
50.2 Szolnoki MÁV	/ Csikós, Szunyoghy, Császi G, Császi K./
50.4 Szeksz.Dózsa	/ Krassai, Bárdos, Virág, Bendes/
50.6 MAFC	/ Domonkos, Zajki, Tholt, Gyulyás/
50.7 Bp. Vasas	/ Balogh, Rusics, Fekete, Turi/
50.7 Ózdi Kohász	/ Kovács I., Borbás, Elek, Szabó M./
50.8 BEAC	/ Szabó-Bende, Gulyás, Füle, Tyetyák/
51.2 Pécsi Sportisk.	/ Jeges, Kulcsár, Jandala, Köves/
51.3 Szombath.Haladás	/ Lengyel, Sasvári, Szenteleki, Poór/
52.1 U. Dózsa	/ Németh M., Bessenyei, Kiss A., Csontos/
52.1 Angyalf.Sportisk.	/ Szalai, Hornyák, Révész, Mosonyi/

4x200 m váltó:

1:40.9 U. Dózsa	/ Heldt, Orbán, Kispálné, Csontos/
1:44.8 Bp. Honvéd	/ Kovács A., Pető, Láng, Lázár/
1:45.0 BEAC	/ Nagy Zs., Gulyás, Tyetyák, Gerhardt/
1:46.3 U. Dózsa	/ Pászt, Kiss A., Bessenyei, Vasas/
1:46.6 Szolnoki MÁV	/ Csikós, Szunyoghy, Császi K., Császi G./
1:49.0 Bp. Vasas	/ Ács, Fekete, Rusits, Turi/
1:50.2 Csepel SC	/ Orbán, Tóth E., Krausz, Balogh/
1:51.5 Bp.Honvéd	/ Benkovics, Szakara, Tóth-Lőrincz, Csutka/
1:51.5 Pécsi Sportisk.	/ Hetessy, Székely, Szabó, Köves/
1:52.6 Szolnoki MÁV	/ Cs.Farkas, Korkett, Hasznos, Bartha/

3x800 m váltó:

7:10.2 Békéscs. Dózsa	/ Zsilák I., Zsilák É., Gyenes/
7:21.8 Szombath.Haladás	/ Lengyel, Sasvári, Szenteleki/
7:25.0 FTC	/ Hagymási, Malina, Gyenes/
7:30.0 Csepel SC	/ Tőreki, Mohácsi, Fogelsperger/
7:31.0 Bp. Honvéd	/ Tóth-Lőrincz, Csutka, Ribnikár/
7:35.8 BEAC	/ Sárfalvi, Heimann, Monspart/
7:40.0 U. Dózsa	/ Rózsa, Bessenyei, Kiss A./
7:40.2 Bp. Vasas	/ Karácsony, Korompai, Cseh/
7:42.8 Szolnoki MÁV	/ Kasza, Bartha, Hasznos/
7:43.4 Bajai MTE	/ Horváth É., Hertelendi, Szabó G/

Magasugrás ötös csapat:

146.6 TFSE	/ Dusnoki, Óo, Szilas, Steitz, Vaskor/
146.4 Bp. Vasas	/ Török, Bács, Fekete, Fraknói, Andor/
143.0 BEAC	/ Szabó-Papp, Bálint, Knapp, Csákvári, Budavári/
142.8 MAFC	/ Arany, Piacsek, Rácz, Radnai, Gulyás/
140.4 Pécsi Sportisk.	/ Köves, Kulcsár, Jandala, Hetessy, Bajusz/
140.0 Szegedi EAC	/ Várkonyi, Jankovics, Szabó, Dragon, Perjés/
139.6 U. Dózsa	/ Gróf, Czapalainé, Németh I., Csirák, Ábrahám/
138.8 Békéscs.Dózsa	/ Zuba, Veress, Prihurik, Báde, Szentiványi/
137.8 Bp. Honvéd	/ Bognár, Bori, Putankó, Lázár, Kovács A/
137.0 Bajai MTE	/ Hertelendi, Máriy, Pestalily, Gyulavári, Nagy-Kiss/

Távolugrás ötös csapat:

495.0 Szolnoki MÁV	/ Császi G., Réti, Hasznos, Szunyoghy, Császi K./
491.2 Pécsi Sportisk.	/ Hetessy, Kulcsár, Köves, Jandala, Székely/
487.0 Bp. Vasas	/ Turi, Rusits, Bács, Fekete, Andor/
480.6 U. Dózsa	/ Kispálné, Heldt, Czirák, Penczi, Németh M./
478.4 TFSE	/ Brenner, Csákó, Boldizsár, Vaskor, Steitz
478.2 BEAC	/ Petro, Szabó-Bende, Baricza, Gulyás, Füle/
475.0 Diósgy.VTK	/ Kaltenbach, Bucskó I., Bucskó I., Bucskó M., Mihályfi/
472.4 Bp. Honvéd	/ Putankó, Bucskó, Lázár, Vass, Kovács A./
469.2 MAFC	/ Radnai, Szebeni, Gulyás, Óó, Korényi/
468.0 MTK	/ Varga, Lajtai, Kovács, Gergely, Halasi/

Súlylökés ötös csapat:

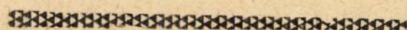
13.14.2 Bp. Honvéd	/ Miklós D., Parázsó, Doóry, Giber, Bognár/
12.85.0 U. Dózsa	/ dr. Mikuss, dr. Kleiberné, Stugner, Sik A., Szűcs/
11.14.8 TFSE	/ Keresztesi, Kiskun, Radnai, Dusnoki, Kótai/
10.98.2 V. Meteor	/ Döme, Németh A., Harasi, Borbás, Kaposi/
10.80.0 Bp. Honvéd	/ Kovács A., Bory J., Kisgyörgy, Miklós J., Jaksics/
10.66.8 BEAC	/ Gyürki, Plicher, Kétszeri, Stólmár, Mihályfiné/
10.07.8 Bajai MTE	/ Pestality, Krupity, Latyák, Szatmáriné, Hertelendi/
10.04.0 Bp. Vasas	/ Rudasné, Andokné, Fraknói, Brichta, Ludrovsky/
9.83.0 TFSE	/ Vaskor, Suerbach, Roskoványi, Keresztesi, Steitz/
9.76.4 Békéscs. Dózsa	/ Nagy A., Zuba, Máté, Prihurik, Vigh/

Diszkoszvetés ötös csapat:

43.45.2 U. Dózsa	/ dr. Kleiberné, Stugner, dr. Mikuss, Loidl, Boncz/
40.08.4 V. Meteor	/ Döme, Németh, Harasi, Schlaffer, Kaposi/
38.90.8 Bp. Honvéd	/ Miklós D., Parázsó, Giber, Jaksics, Bognár/
34.78.2 TFSE	/ Kisteleki, Keresztesi, Márton, Kótai, Göndöcsné/
33.16.0 Bp. Vasas	/ Andokné, Rudasné, Brichta, Mecseki, Reiser/
33.12.6 Bajai MTE	/ Márity, Krupity, Latyák, Szatmáriné, Szabó G./
32.88.2 Csepel SC	/ Bakainé, Halamka, Damm, Irsik, Kriskó/
31.58.2 MAFC	/ Rácz, Molnár, Buzási, Bárány, Raischl/
31.00.4 BEAC	/ Kétszeri, Plicher, Gyürki, Báthy, Mihályfiné/
30.90.0 Szegedi EAC	/ Kissné, Kele, Éliás, Gulyás, Horváth E./

Gerelyvetés ötös csapat:

40.43.8 Bp. Vasas	/ Rudasné, Brichta, Umbrai, Simkó, Gombkötő/
39.20.4 TFSE	/ Kótai, Radnai, Auerbach, Dusnoki, Mészáros/
37.45.4 Bp. Honvéd	/ Miklós D., Giber, Miklós, Putankó, Bory J./
35.14.2 MTK	/ Földiné, Varga, Tóth, Varga J., Lajtai/
33.67.6 MAFC	/ Óó, Miltényi, Bárány, Kondor, Gáboros/
32.56.0 Csepel SC	/ Lipsz, Damm, Halamka, Molnár, Bakainé/
32.33.6 U. Dózsa	/ Szűcs, Boncz, Novák, Boros, Petőváriné/
31.23.4 BEAC	/ Ecsödi, Kalmár, Heinrich, Stólmár, Báthy/
30.59.6 Bp. Petőfi	/ Mislai, Koller, Kónya, Valent, Kiss E/
28.55.6 Bajai MTE	/ Sági, Hertelendi, Deli, Márity, Latyák/



AZ 1964-ES ÉV LEGJOBB 30 IFJÚSÁGI EREDMÉNYE

F É R F I A K

100 m síkfutás:

Név	Szüll.év	Egyesület			
10.5 Bátor István	1947	Csepel SC	11.1 Bambuk László	1946	Salgt.Koh.
10.7 Bodor László	1946	FTC	Bátori Viktor	1948	MTK
Erdőházi László	1946	Bp.Honvéd	Kemény János	1945	DVTK
10.8 Hajdu Lajos	1946	Bp.Előre	Kiss Ferenc	1945	Váci Vasas
11.0 Bánhidai Béla	1945	DVTK	Németh Miklós	1946	Bp.Vasas
Kamarás Miklós	1945	FTC	Nyiregyházi György	1946	Bp.Honvéd
Molnár József	1945	DVTK	Speer Iván	1947	MTK
Nádai János	1945	Komárom.	Varga Sándor	1945	Gyöngy.ITSK
Németh Ferenc	1946	Sportiskola	Végh Nándor	1945	MTK
Petrovics Péter	1946	Szombath.SE	11.2 Bella István		Kiskfih.ITS
		BEAC	Csányi György	1947	U.Dózsa
			Császár István	1945	Bp.MEDOSZ

Fügedi József	1946	Mezőkövesdi gimnázium	Kovács József	1946	MTK
Hugyi Imre	1946	Pécsi Póztás	51.0 Ringhofer Zsolt	1945	U.Dózsa
Kiszely László	1946	Bp.Póztás	51.1 Kiss Lajos	1947	Vasas Ikarusz
Szabó Ferenc	1945	Jászv.Vasas	51.2 Hizó László	1945	Kecsk.Katona gimnázium
Székely István	1945	FTC	51.3 Géczy Lőrinc	1947	SUMSE
Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bány.	Ökrös Szilveszter	1946	Bp.Előre
11.3 Bohus Sándor	1945	Gyulai MEDOSZ	Timár György	1945	U.Dózsa
Bozzai Sándor	1946	Szombath.SE	51.4 Kárpáti Béla	1946	Ganz Mávag
Dékány Lajos	1936	Bp.Honvéd	51.6 Gyöngyösi Imre	1946	Kecsk.Katona gimnázium
Gábor Sándor	1947	Szfhv.MÁV	51.7 Fellner Imre	1946	U.Dózsa
Gergely Vince	1947	Nagyk.Bányász	Horváth Gyula	1946	BRESC
Géczy Lőrinc	1947	SUMSE	Petrovits Péter	1946	BEAC
Gulyás Ferenc	1945	Vasas Izzó	51.8 Speer Iván	1947	MTK
Hizó László	1945	SZEAC	52.0 Kapási Ákos	1946	III.ker.Ár- pád gimnázium
Kádas Sándor	1946	Bp.Előre	52.1 Mohácsi Péter	1945	MTK
Kertai Csaba	1946	Győri ETO	Szányi Gábor	1946	Nagyk.Bány.
Nagy László	1945	DVSC	52.2 Gersei László	1947	Sopr.Berze- nyi gimn.
Nemes János	1946	Győr Révai g.	Nagy Vilmos	1947	U.Dózsa
Papp Zsigmond	1945	Törökszm.g.	52.3 Holczhauser László	1946	Csepel SC
Pászthy György	1947	Szombath.SE	Mérei László	1947	V.Izzó
Póór Péter	1945	Szfhv.Spart.	Pogyor Sándor	1946	Szoln.MÁV
Ringhofer Zsolt	1945	Sopron Széch. gimnázium	52.4 Keskeny Árpád	1947	Bp.Honvéd
Somlai Gábor	1945	Veszpr.Hal.	Pokorny István	1947	Tipográfia
Suli József	1945	SZEAC	52.5 Nyiregyházi György	1946	Bp.Honvéd
Vida László	1945	Dunaujv.Koh.	52.6 Hangyál András	1945	V.Izzó
			Koppányi Zsolt	1947	Bp.Vasas

x x x x x

200 m síkfutás:

21.6 Bátori István	1947	Csepel SC
22.1 Bodor László	1946	FTC
22.2 Petrovics Péter	1946	BEAC
22.3 Hajdu Lajos	1946	Bp.Előre
Horváth László	1946	U.Dózsa
22.6 Erdőházi László	1946	Bp.Honvéd
22.7 Nyiregyházi György	1946	Bp.Honvéd
22.8 Goics Endre	1946	Vasas Izzó
Hugyi Imre	1946	Pécsi Póztás
Speer Iván	1947	MTK
Székely István	1945	FTC
Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bány.
22.9 Kiss Ferenc	1945	Váci Vasas
Németh István	1946	Orosz.Táncs. gimnázium
23.0 Fügedi József	1946	Mezőkövesdi gimnázium
Hizó László	1945	SZEAC
Horváth Ferenc	1947	Vasas Izzó
Kiszely László	1946	Bp.Póztás
Nádai János	1945	Bp.Vasas
Németh Miklós	1946	Bp.Vasas
23.1 Fellner Imre	1946	U.Dózsa
Siroki Péter	1945	U.Dózsa
23.2 Bella István	1945	Kiskfih.ITSK
Éliás István	1945	Jászberényi Vasas
Hágen István	1946	Dunaujv.Koh.
Németh Lajos	1946	Dunaujv.Koh.
Papp Ferenc	1946	FTC
Szányi Gábor	1946	Nagyk.Bány.
Timár György	1945	U.Dózsa
23.3 Géczy Lőrinc	1947	SUMSE
Korolovszky Imre	1947	FTC
Sárosi Imre	1946	Bp.Honvéd
Varga Sándor	1945	Gyöngy.214 ITSK

x x x x x

400 m síkfutás

48.9 Bátori István	1947	Csepel SC
49.3 Horváth László	1946	U.Dózsa
49.8 Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bány.
50.7 Kovács Géza	1948	Kaposv.Táncs. gimnázium

800 m síkfutás:

1:55.7 Kovács Géza	1948	Kaposv.Táncs. gimnázium
1:55.9 Mohácsi Péter	1945	MTK
1:56.4 Németh Balázs	1946	Bp.Vasas
Szabó János	1945	Bp.Honvéd
1:56.7 Keskeny Árpád	1947	Bp.Honvéd
1:57.2 Aradi András	1946	Debr.Építő
1:57.8 Holczhauser A.	1946	Csepel SC
Nagy Vilmos	1947	U.Dózsa
Papp József	1945	Ceglédi VSE
1:58.2 Kiss Lajos	1947	Vasas Ikarusz
Nagy László	1945	PVSK
Török János	1946	Bp.Honvéd
1:58.8 Marcsán László	1946	Debr.Építő
1:59.4 Kárpáti Béla	1946	Ganz MÁVAG
1:59.5 Matula Mihály	1945	MPSC
1:59.7 Császár Zoltán	1946	Békéscs.MÁV
Kovács József	1946	MTK
1:59.8 Jullich Károly	1945	Móri Bányász
Magyar Károly	1945	BVSC
Pokorny István	1947	Tipográfia
1:59.9 Hajós Tibor	1946	PVSK
2:00.0 Fuchs Géza	1946	Szolnoki MÁV
Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bány.
2:00.2 Suli József	1945	SZEAC
2:00.3 Jánosok Antal	1945	Vasas Izzó
2:00.8 Molnár Gyula	1946	Ganz MÁVAG
2:00.9 Freisleben A.	1945	Bp. Vasas
2:01.0 Bálint Gyula	1946	MTK
Tóth Béla	1945	MAFC
2:01.1 Rakk Alajos	1947	U.Dózsa

x x x x x

1500 m síkfutás

3:55.8 Mohácsi Péter	1945	MTK
3:57.2 Szabó János	1945	Bp.Honvéd
3:57.9 Németh Balázs	1946	Bp.Vasas
4:01.0 Török János	1946	Bp.Honvéd
4:01.4 Tóth Béla	1945	MAFC
4:02.8 Magyar Károly	1945	BVSC
4:04.1 Pfeffer Ottó	1945	MTK
4:06.9 Jánosok Antal	1945	Vasas Izzó
4:07.7 Nagy László	1945	PVSK

4:08.5	Ács Lajos	1946	Kaposvári Petőfi
4:09.2	Aradi András	1946	Debr.Építők
4:09.5	Holczhauser L.	1946	Csepel SC
4:10.9	Jullich Károly	1945	Mári Bányász
4:12.2	Pokorny István	1947	Tipográfia
4:12.7	Solti István	1947	Pécsi Dózsa
4:13.5	Keskeny Árpád	1947	Bp.Honvéd
4:13.8	Marosán László	1946	Debr.Építők
4:14.0	Zala Lajos	1947	Váci Vasas
4:14.2	Kiss Lajos	1947	Vasas Ikarusz
	Puskás Attila	1945	Miskolci VSC
4:14.3	Molnár Gyula	1946	Ganz MÁVAG
4:14.8	Rózsa István	1947	Debr.Építők
4:14.9	Kardos Ferenc	1947	Bp.Vasas
4:15.1	Bálint Gyula	1946	MTK
4:15.2	Gál Gyula	1946	FTC
4:15.3	Felsővályi Imre	1946	MTK
4:15.4	Ladányi Tibor	1946	Bp.Honvéd
	Szilágyi Dezső	1945	Bp.Honvéd
4:15.8	Fuchs Géza	1946	Szoln.MÁV
	Schröttner Antal	1946	Szentesi Vízmu

x x x x x x

3000 m síkfutás

8:36.4	Németh Balázs	1946	Bp.Vasas
8:37.2	Szabó János	1945	Bp.Honvéd
8:46.6	Pfeffer Ottó	1945	MTK
8:50.0	Tóth Béla	1945	MAFC
8:51.6	Magyar Károly	1945	BVSC
8:52.4	Török János	1946	Bp.Honvéd
8:59.4	Ács Lajos	1946	Kaposv.Petőfi
9:04.8	Mohácsi Péter	1945	MTK
9:05.2	Nagy László	1945	PVSK
9:07.4	Aradi András	1946	Debr.Építők
9:11.6	Bálint Gyula	1946	MTK
9:13.4	Szilágyi Dezső	1945	Bp.Honvéd
9:15.8	Solti István	1945	Pécsi Dózsa
9:17.9	Mozor István	1946	Tatab.Bány.
9:18.7	Ladányi Tibor	1946	Bp.Honvéd
9:19.4	Kardos Ferenc	1947	Bp.Vasas
9:19.8	Kató István	1947	Bp.Honvéd
9:20.2	Gál Gyula	1946	FTC
9:21.4	Fürtös Endre	1945	Pécsi Dózsa
9:23.6	Máhlí János	1945	Tatab.Bány.
9:24.8	Molnár János	1947	Törekvés
9:25.6	Kiss József	1946	Csepel SC
9:26.2	Fuchs Géza	1946	Szolnoki MÁV
9:28.0	Seres Péter	1946	Szeksz.Dózsa
9:29.6	Roósz György	1947	Dun.Koh.t.
9:33.0	Julich Károly	1945	Mári Bányász
9:34.2	Hrabák Ferenc	1947	Bp.Honvéd
9:36.6	Éder Ferenc	1947	FTC
	Rózsa István	1947	Debr.Építők
9:37.0	Benkő József	1946	MTK

x x x x x x

110 m gátfutás /91.4 cm/

14.5	Nyiregyházi Gy.	1946	Bp.Honvéd
14.6	Topor Béla	1947	Misk.Sportisk.
14.9	Bátori Viktor	1948	MTK
	Ringhofer Zsolt	1945	Sopr.Széch.g.
	Timár György	1945	U.Dózsa
15.0	Balaton Sándor	1946	BEAC
	Csavera András	1947	V.Meteor
	Szabó János	1945	Debr.Építők
15.2	Szórád Péter	1945	Csepel SC
15.3	Pánczél István	1945	Bp.Vasas
15.4	Andor György	1945	Bp.Vasas
15.5	Erdőházi László	1946	Bp.Honvéd
	Titkos Péter	1945	U.Dózsa
15.6	Koczor János	1947	Bp.Építők
	Milassin Lóránd	1948	Bp.Honvéd
	Székely István	1945	FTC

15.7	Horváth István	1948	U.Dózsa
	Legoza István	1946	Ózdi Kohász
	Matuschek Károly	1947	Bp.Építők
	Szabó Pál Bálint	1947	Szeksz.Építők
15.9	Kőrösi János	1946	Miskolci VSC
	Molnár Sándor	1947	Bp.Építők
16.0	Márich Attila	1945	Tipográfia
	Suli József	1945	SZEAC
16.1	Kalovits István	1947	FTC
16.2	Horváth Ferenc	1947	Vasas Izzó
	Imreh Ferenc	1945	Debr.Sportisk.
	Laczy Zoltán	1946	Dunaujv.Koh.t.
	Lőrincz Béla	1946	Bonyhádi gimn.
	Uj György	1946	Szolnoki MÁV

x x x x x x

110 m gátfutás /106 cm/

15.7	Ringhofer Zsolt	1945	Sopr.Széch.g.
	Topor Béla	1947	Misk.Sportisk.
15.8	Balaton Sándor	1946	BEAC
	Nyiregyházi Gy.	1946	Bp.Honvéd
16.3	Pánczél István	1945	Bp.Vasas
16.4	Titkos Péter	1945	U.Dózsa
16.7	Szabó János	1945	Debr.Sportisk.
16.8	Szabó Pál Bálint	1947	Szeksz.Dózsa
17.0	Koczor János	1947	Bp.Építők
	Suli József	1945	SZEAC
17.1	Imreh Ferenc	1945	Debr.Sportisk.
17.2	Legoza István	1946	Ózdi Koh.
17.3	Kemény János	1945	Debr.Sportiskola
17.6	Csevera András	1947	V.Meteor
17.9	Kőrösi János	1946	Misk.101.
	Ruszkai János	1946	ITSK
		1946	Kecskm.Katona gimn.
18.1	Molnár Sándor	1947	Bp.Építők
18.3	Laczy Zoltán	1946	Dun.Koh.t.
18.5	Szűcs András	1947	MTK
18.8	Illyés László	1945	Egri Dózsa
19.0	Uj György	1946	Szoln.MÁV
19.2	Puskás Attila	1945	Misk.VSC
	Püspöki Károly	1945	Gyulai MEDOSZ
19.4	Weglarz Péter	1947	MTK
19.6	Varga Sándor	1945	Gyöngy.214.
		1945	ITSK
19.8	Tanczikó János	1945	Jászber.Vas.
20.0	Grosch Tamás	1946	Salgt.Koh.
20.1	Gazda Miklós	1945	Egri Dózsa
	Sulyok Csaba	1947	Gyulai MEDOSZ
20.2	Pogonyi Lajos	1947	Hatvani MÁV

x x x x x x

200 m gátfutás

25.5	Nyiregyházi György	1946	Bp.Honvéd
26.0	Timár György	1945	U.Dózsa
26.2	Balaton Sándor	1946	BEAC
26.5	Horváth Ferenc	1947	Vasas Izzó
26.6	Szabó János	1945	Debr.Sportisk.
27.2	Márich Attila	1945	Tipográfia
27.3	Pánczél István	1945	Bp.Vasas
	Ringhofer Zsolt	1945	U.Dózsa
27.6	Kemény János	1945	DVTK
27.7	Bánlaci Viktor	1946	FTC
	Imreh Ferenc	1945	Debr.Sportiskola
	Koppányi Zsolt	1947	Bp.Vasas
28.0	Molnár Sándor	1947	Bp.Építők
	Szányi Gábor	1946	Nagyk.Bány.
28.1	Koczor János	1947	Bp.Építők
28.2	Bud György	1946	Bp.Honvéd
	Kalovits István	1947	FTC
	Palást Miklós	1946	Bp.Vasas
28.3	Fitos László	1947	Ózdi Kohász

28.4	Komjáthy Tihamér	1946	Bp.Honvéd	5:02.4	Pallag Árpád	1946	Kisp.Helyiip. SC
	Matuschek Károly	1946	Bp.Építő				
	Süli József	1945	SZEAC	5:03.2	Biró Attila	1946	Bp.Honvéd
28.5	Szabó Pál Bálint	1947	Szeksz.Dózsa	5:05.0	Grosch Tamás	1946	Salgt.Kohász
28.6	Barka Ernő	1945	FTC	5:07.0	Horváth Csaba	1945	MTK
28.7	Éder Ferenc	1947	FTC		Solymosi Ferenc	1946	Bp.Honvéd
	Kardos Tamás	1947	Tipográfia	5:08.5	Takács János		Szegedi VSE
28.8	Görög Péter	1947	Vasas Izzó	5:10.0	Farkas György		MTK
	Petri Kiss Ferenc	1947	V.Meteor		Suhai Ferenc		SÜMSE
	Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bány.				
28.9	Lovai Károly	1945	Komló Bány.				
	Verpeléti Antal	1945	MTK				

x x x x x x x

x x x x x x x

400 m.gatfutás

55.4	Timár György	1945	U.Dózsa
55.9	Balaton Sándor	1946	BEAC
56.3	Ringhofer Zsolt	1945	Sopr.Széch.g.
57.8	Szabó János	1945	Debr.Sportisk.
	Szányi Gábor	1946	Nagyk.Bány.
58.0	Nyiregyházi György	1946	Bp.Honvéd
59.0	Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bány.
59.1	Süli József	1945	SZEAC
59.8	Laczi Zoltán	1946	Dunaujv.Koh.t.
	Márich Attila	1945	Tipográfia
60.2	Géczi Béla	1946	U.Dózsa
60.6	Kovács József	1946	MTK
60.8	Lévai Károly	1945	Komló Bány
61.3	Holczhauser L.	1946	Csepel SC
61.6	Imreh Ferenc	1945	Debr.Sportisk.
61.7	Puskás Attila	1945	Miskolci VSC
61.8	Pánczél István	1945	Bp.Vasas
62.2	Helmezy Sándor	1945	Debr.Sportisk.
	Horváth Zoltán	1945	Bp. Előre
62.4	Horák Gábor	1946	Vasas Izzó
63.0	Kiss István	1945	Győri ETO
	Matuschek Ká	1946	Bp.Építő
63.1	Bud György	1946	Bp.Honvéd
	Gyetvai Gyula	1945	Makói VSC
63.2	Illyés László	1945	Egri Dózsa
63.3	Leiszter József	1946	PVSK
63.4	Grosch Tamás	1946	Salgót.Koh.
	Simkó Béla	1946	Misk.100.ITSK
63.5	Imre Ferenc	1946	602.ITSK
63.6	Komjáthy Tihamér	1946	Bp.Honvéd

x x x x x x x

1500 m akadályfutás

4:21.2	Magyar Károly	1945	BVSC
4:26.7	Papp József	1945	Ceglédi VSE
4:28.0	Holczhauser L.	1946	Csepel SC
4:30.6	Puskás Attila	1945	Miskolci VSE
4:30.8	Szabó János	1945	Bp.Honvéd
4:36.3	Hajós Tibor	1946	PVSK
4:36.8	Szilágyi Dezső	1945	Bp.Honvéd
	Szivák István	1946	Ceglédi VSE
4:37.3	Géczi Béla	1946	U.Dózsa
4:39.0	Imre Ferenc	1946	Hódmez.602. ITSK
4:39.7	Török János	1946	Bp.Honvéd
4:40.5	Pfeffer Ottó	1945	MTK
4:42.8	Bagyinszky László	1946	Salgót.Kohász
4:46.8	Hrubos György	1945	V.M.Közért
4:47.8	Vadnai László	1945	Debr.Építő
4:49.0	Perjés Zoltán	1945	Debr.Építő
4:49.6	Döbrösi Zsolt	1945	Győri ETO
4:51.9	Ladányi Tibor	1946	Bp.Honvéd
4:54.2	Felsővályi Imre	1946	MTK
4:55.2	Jakabos László	1946	Pécsi Dózsa
4:58.6	Schrötter Antal	1946	Szentesi Viz. művek
4:59.4	Bozzai János	1946	Csepel
	Jancsik Antal	1945	Vasas Izzó

10 km gyaloglás

48:06.0	Bereczky Ferenc	1945	DEAC
50:08.6	Pándi Lajos	1945	Szegedi VSE
50:26.0	Kovács Sándor	1945	Csepel SC
53:00.0	Thomasz Attila	1945	Csepel SC
55:25.4	Pásztor József	1946	Debr.Építő
56:05.0	Grosch Tamás	1946	Salgt.Kohász
56:56.6	Kovács Zoltán	1945	Orosz.Kinizsi
57:56.8	Lázás János	1946	Debr.Sportisk
1:00:00.0	Kvaszta Péter	1945	Dun.Koh.
1:01:28.0	Fördös Péter	1945	Dun.Koh.
1:03:22.4	Bay László	1946	Nyiregyh.VSC
1:04:16.0	Zlaticz Ferenc	1945	Debr.Honvéd
1:06:55.8	Szabó Béla	1946	Bp.Vasas

x x x x x x x

Magasugrás

195	Szórád Péter	1945	Csepel SC
194	Tihanyi József	1946	Sopr.Széch.g.
191	Szabó Balázs	1946	Vasas Izzó
190	Werglász Bálint	1945	TFSE
188	Pataki Pál	1947	Váci Vasas
187	Kiss Ervin	1946	Szf. MÁV
186	Szédi Péter	1945	MAFC
185	Farkas Ferenc	1945	Veszpr.Hal.
184	Szepesi Ádám		Békéscs.Dózsa
183	Kovács Gábor	1946	Szf. Gépip.t.
181	Láng Gyula	1946	Komáromi Jókai gimn.
180	Bánsági Gábor	1947	Vasvári g.
	Bőze Attila	1947	Hatvani MÁV
	Burai Géza	1948	Debr.Sportisk.
	Gazda Miklós	1945	Egri Dózsa
	Kasper Dezső	1946	Szeg.Sportisk.
	Kávai Gyula	1945	Csepel SC
	Nyerges Mihály	1946	Bátaszéki VSK
	Pántya Sándor	1945	Pécsi Dózsa
	Sövényi Ottó	1945	Békéscs.Dózsa
	Stefani Béla	1947	Nyiregyh.VSC
	Szabó Árpád	1947	DVTK
	Szekeres László	1945	Szolnoki MÁV
178	Csapó János	1948	Bp.Vasas
176	Bolányi Lajos	1946	Kisvárdai gim.
	Bodó István		Szf. József A gimn.
	Helmezy Sándor	1945	Debr.Sportisk.
	Komlós Lajos	1947	Szoln.MÁV
	Lukács László	1945	Bp.Vasas
	Ósz László	1948	FTC
	Pethő György	1946	Bp.Vasas
	Révész László	1946	Debr.Sportisk.

x x x x x x x

Távolugrás

726	Dékány Lajos	1946	Bp.Honvéd
717	Lugosi Károly	1947	MTK
711	Németh Miklós	1946	Bp.Vasas
706	Kiss Ferenc	1945	Váci Vasas
697	Kőrösi János	1946	Miskolci VSC
687	Blazsek István	1947	Szolnoki MÁV
686	Erdőházi László	1946	Bp.Honvéd
681	Nyiregyházi György	1946	Bp.Honvéd

676	Németh István	1946	Orosh.Táncs.g.	Kramasza László	1947	Pécsi Dózsa	
	Szabó Ferenc	1945	Jászber.Vasas	Tanczikó János	1945	Jászber.Vasas	
674	Danyi József	1947	U.Dózsa	320	Gombkötő Ottó	1945	Szombath.SE
662	Pethő Sándor	1947	Bp.Honvéd		Kulisch János	1948	Pécsi Dózsa
660	Árgyelán György	1946	Gyulai ITSK		Tóth Zoltán	1948	Ózdi Kohász
659	Kovács László	1945	Orosh.Táncs.g.	310	Barta Antal	1945	Jászber.Vasas
	Solti László	1945	MTK		Botos Péter	1945	Bp.Vasas
657	Horváth Ferenc	1947	Vasas Izzó		Gyurján János	1947	U.Dózsa
653	Láng Gyula	1946	Komáromi		Hullmann Gábor	1947	Szombath.SE
			Jókai gimn.		Koczor János	1947	Bp. Építők
652	Vukmann István	1947	Vasas Izzó		Kürthy János	1945	Pécsi Póstház
651	Nádai János	1945	Bp. Vasas		Legoza István	1946	Ózdi Kohász
	Szalai Péter	1946	Bp. Vasas		Péter István	1945	PVSK
649	Bánhidi Béla	1945	DVTK		Ruda Mihály	1946	Bp.Honvéd
	Lukács László	1945	Bp.Vasas		Szórád Péter	1945	Csepel SC
648	Poór Péter	1945	Szfhy.Spart.				
647	Gergely Vince		Nagyk.Bány.				
	Molnár Pál		Vasas Izzó				
646	Gosztola Ferenc	1945	Sopr.Szécs.g.	Súlylökés: /6 kg/			
645	Barabás Mihály	1947	Vasas Izzó	19.00. Fejér Géza	1945	Bp. Honvéd	
	Nagy László	1946	Ganz MÁVAG	16.92 Farago János	1946	MEAFC	
	Székely István	1945	FTC	15.68 Tevely Mihály	1947	Bp.Vasas	
644	Szöke Antal	1946	Bp.Petőfi				

x x x x x x x

Hármasugrás

14.32	Lugosi Károly	1947	MTK
14.21	Blazsek István	1947	Szolnoki MÁV
14.17	Dékány Lajos	1946	Bp.Honvéd
14.07	Pethő Sándor	1947	Bp.Honvéd
13.81	Szekeres László	1945	Szolnoki MÁV
13.68	Kaiser László	1945	Vasas Izzó
13.46	Gombkötő Ottó	1945	Szombath.SE
13.45	Németh István	1946	Orosh.Táncs.g.
13.43	Bőze Attila	1947	Hatvani Vasutas
13.40	Steigerwald Ernő	1947	Békéscs.Dózsa
13.38	Szalai Péter	1946	Bp.Vasas
13.30	Tomai László	1945	U.Dózsa
13.29	Nyári Károly	1946	Vasas Izzó
13.22	Balaton Sándor	1946	BEAC
13.19	Szórád Péter	1945	Csepel SC
13.01	Komlósi Lajos	1947	Szolnoki MÁV
12.98	Helmezy Sándor	1945	Debr.Sportisk.
12.89	Kávai Gyula	1945	Csepel SC
12.87	Bánsági Gábor	1947	Vasvári gimn.
12.86	Walter Károly	1946	Kaposv.Petőfi
12.85	Tettamanti Béla	1946	Dorogi Bányász
12.83	Csernyik János	1946	Békéscs.Dózsa
12.82	Tihanyi József	1946	Sopr.Szécs.g.
12.81	Vukmann István	1947	Vasas Izzó
12.80	Károlyi János	1945	Jászber.Vasas
12.79	Bárdos János	1946	Szeg.Spartacus
12.78	Császár József	1946	Debr.Bethlen közg.t.

x x x x x x x

Rúdugrás

400	Kalmár Mihály	1946	Bp.Spartacus
390	Anderle Dénes	1946	U.Dózsa
370	Both László	1946	U.Dózsa
350	Csaba Gábor	1946	Bp.Vasas
340	Kismartoni János	1946	Bp.Vasas
330	Máthé István	1946	Bp.Vasas
320	Seper József	1946	Bp.Vasas
310	Andor György	1945	Bp.Vasas
300	Egressy András	1945	Bp.Vasas
290	Hausz Frigyes	1947	Ceglédi VSE
280	Benkő Béla	1946	Orosh.Táncs.g.
270	Karádi János	1945	Kecskem.Katona gimn.

Súlylökés: /6 kg/

19.00	Fejér Géza	1945	Bp. Honvéd
16.92	Farago János	1946	MEAFK
15.68	Tevel Mihály	1947	Bp.Vasas
15.59	Dorogi Pál	1947	Bp.Honvéd
15.36	Neményi Béla	1946	Hódmezővh. Sportiskola
15.13	Németh Miklós	1946	Bp.Vasas
14.73	Holba Sándor	1946	Vasas Izzó
14.65	Tégla Ferenc	1947	Szegedi VSE
14.34	Tököli Imre	1946	MTK
14.10	Adorján László	1945	Váci Vasas
13.89	Liebscher László	1945	Bud.Spartacus
13.87	Bellók Ferenc	1945	Karcag Mezőg.t.
13.74	Szilágyi József	1945	Bp.Honvéd
13.71	Belovics István	1945	Sátoralj.Közt.g.
13.70	Márton József	1946	Pécsi VSK
13.67	Gajdics Kálmán	1948	Mezőturi Mezőg.t.
13.64	Fata Gábor	1946	U.Dózsa
13.60	Nyerges Pál	1946	Kisp.Helyiip.SC
13.57	Bozók István	1947	Bud.Spartacus
13.56	Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bányász
13.55	Szalay Sándor	1945	Vasas Izzó
13.52	Annus Géza	1947	Orosh.Táncs.g.
13.50	Gyórik Gyula	1948	Váci Vasas
13.47	Vecsey Lajos	1947	Kaposv.Táncs.g.
13.46	Furkó Kálmán	1948	Törekvés
13.45	Tömöri István	1946	Bp.Petőfi
13.42	Varga Sándor	1945	Győri ETO
13.41	Csik József	1946	Bp.Kölcsey g.
13.36	Vörös Béla	1947	Keszthelyi g.
13.35	Gőcze Ábá	1946	Szombath.közt.g.

x x x x x x x x

Súlylökés: /7.20 kg/

17.49	Fejér Géza	1945	Bp.Honvéd
15.91	Faragó János	1946	MEAFK
13.99	Tevel Mihály	1947	Bp.Vasas
13.97	Gengeliczky L.	1945	Tatab.Bányász
13.64	Neményi Béla	1946	Hódmezővh.Sportisk.
13.28	Molnár Győző	1945	Dorogi Bányász
13.19	Dorogi Pál	1947	Bp. Honvéd
12.97	Kunszt Gábor	1946	Pápai Tűrr I.g.
12.95	Tégla Ferenc	1947	SZVSE
12.94	Vörös Béla	1947	Keszth.gimn.
12.88	Tököli Imre	1946	MTK
12.62	Takács Ferenc	1945	Gyöngy.Bányász
12.60	Németh Miklós	1946	Bp.Vasas
12.52	Varga Sándor	1945	Győri ETO
12.39	Horváth László	1945	MÁV Tiac
12.38	Holba Sándor	1946	Vasas Izzó
12.37	Bárany Tamás	1945	Debr.Honvéd
12.36	Valent Miklós	1945	Nyiregyh.VSC
12.34	Gőcze Ábá	1946	Szombath.SE
12.21	Koczor Sándor	1945	Pápai Tűrr I.g.
12.14	Vecsey Lajos	1947	Kaposv.Táncs.g.
12.13	Veréb László	1945	Bajai MTR

12.11 Nyerges Pál	1946 Kispesti Helyiip. SC	35.65 Gábor Zoltán	1946 Kecskem. Katona gimn.
12.05 Burai László	1945 Szegedi VSE	35.61 Fata Gábor	1946 U. Dózsa
12.04 Annus Géza	1947 Orosh. Táncs. g.	35.49 Horváth László	1945 MÁV TIAC
11.91 L. Nagy József	1945 Bp. Honvéd	34.96 Ötvös László	1945 Debr. Sportisk.
11.86 Szilágyi József	Martfői MSE		
11.82 M. Horváth László	1945 Bud. Spartacus		
11.80 Leibschner László	1946 Gyöngy. Vasutas		
11.78 Tózsér Zoltán			

x x x x x x x x

Diszkoszvetés: /1.50 kg/

63.02 Fejér Géza	1945 Bp. Honvéd
60.81 Téglá Ferenc	1947 Szegedi VSE
53.53 Faragó János	1946 Orosh. Táncs. g.
51.85 Buzás Sándor	1946 Vasas Izzó
51.42 Teveli Mihály	1947 Bp. Vasas
50.97 Juhász András	1946 Ceglédi VSE
50.90 Erdei László	1945 Vasas Izzó
49.08 Vereczkei Béla	1947 XVIII. k. Sportisk.
47.17 Tömöri István	1946 Bp. Petőfi
46.86 Neményi Béla	1946 Hódmezőv. Sportisk.
46.65 Bajnóczi Ferenc	1946 Szegedi VSE
46.50 Márton József	1946 PVSK
Tököli Imre	1946 MTK
Zelenák Vendel	1947 Székesfehérv. MÁV
46.41 Dorogi Pál	1947 Bp. Honvéd
46.11 Simon Sándor	1946 Gyulai MEDOSZ
45.90 Szalai Sándor	1945 Vasas Izzó
45.60 Csirmaz István	1946 Egri Sportisk.
44.85 Nyerges Pál	1946 Kisp. Helyiip. SC
44.48 Győrik Gyula	1948 Váci Vasas
44.23 Horváth Márton	1947 Debr. Sportisk.
44.02 Szekszárdi J.	1946 Szegedi VSE
43.42 Szűcs János	1945 DVTK
43.32 Szűke Antal	1946 Bp. Petőfi
42.74 Németh Miklós	1946 Bp. Vasas
42.70 Szilágyi József	1945 Bp. Honvéd
42.64 Gábor Zoltán	1946 Kecskeméti Katona gimn.
42.60 Bugya György	1945 Szegedi VSE
42.59 Fata Gábor	1946 U. Dózsa
42.56 Juhász Imre	Szfhv. Gépip. t.

x x x x x x x x

Diszkoszvetés: /2 kg/

53.95 Fejér Géza	1945 Bp. Honvéd
50.69 Téglá Ferenc	1947 SZVSE
44.82 Faragó János	1946 MEAFK
44.26 Gengeliczky L.	1945 Tatab. Bányász
42.94 Kadas Lajos	1946 U. Dózsa
42.01 Buzás Sándor	1946 Vasas Izzó
41.99 Erdei László	1945 Vasas Izzó
41.94 Teveli Mihály	1947 Bp. Vasas
41.21 Juhász András	1946 Ceglédi VSE
40.48 Tököli Imre	1946 MTK
40.13 Vereczkei Béla	1947 XVIII. k. Sportisk.
39.65 Zelenák Vendel	1947 Székesfehérv. MÁV
38.80 Dorogi Pál	1947 Bp. Honvéd
38.60 Törő Imre	1947 Gyulai MEDOSZ
38.51 Neményi Béla	1946 Hódmezőv. Sportisk.
38.11 Bárány Tamás	1945 Debr. Honvéd
37.78 Tömöri István	1946 Bp. Petőfi
37.25 Veréb László	1945 Bajai MTE
36.56 Takács Ferenc	1945 Gyöngy. Bányász
36.40 Hetzl János	1945 Komáromi Sportiskola
36.31 London Vilmos	1945 Szőregi TSZSK
36.26 Kiss János	1945 116. sz. ITSK
36.04 Tózsér Zoltán	1946 Gyöngy. VSC
35.99 Bajnóczi Ferenc	1946 Szegedi VSE
35.75 Varga Sándor	1945 Győri ETO
35.69 Horváth Márton	1947 Debr. Építő

Kalapácsvetés: /6 kg/

59.88 Schweickhardt Gy	1945 TFSE
53.63 Walter Géza	1945 Bp. Honvéd
53.36 Fejér Géza	1945 Bp. Honvéd
52.97 Némethy László	1945 SÚMSE
52.91 Szabó Lajos	1947 Vasas Izzó
52.75 Gremesberger A.	1948 Bp. Honvéd
52.61 Vajda László	1946 U. Dózsa
52.37 Fülöp Mihály	1946 Kiskölk. Petőfi
52.02 Tubákó Ádám	1947 Tipográfia
51.99 Juhász István	1945 Bp. Honvéd
51.98 Ádám Ferenc	1945 Bp. Honvéd
51.58 Nyitrai Károly	1946 Szolnoki MÁV
50.18 Pál László	1945 Bp. Spartacus
49.83 Kiss Miklós	1947 U. Dózsa
49.69 Haas József	1949 U. Dózsa
48.81 Vass Miklós	1946 Szombath. Hal.
48.78 Makó László	1947 MAFC
48.66 Póczos László	1947 Ózdi Kohász
47.71 Németh Miklós	1946 Bp. Vasas
47.38 Furkó Kálmán	1947 Törekvés
47.16 Botos Péter	1945 Bp. Vasas
47.05 Polgár István	1946 U. Dózsa
46.89 Opra István	1946 Komló Bány.
46.52 Horváth Zoltán	1947 Komló Bány.
46.50 Fűrj Mihály	1947 Pécsi Beton-utépítő
46.35 Pothurszky Géza	1947 Miskolci ITSK
46.15 Schweickhardt B.	1949 Szeg. Sportisk.
45.73 Divinyi Tamás	1946 Bp. Spartacus
45.12 Cseke István	1946 Gyulai MEDOSZ
44.38 Erdélyi László	SZEAC

x x x x x x x x

Kalapácsvetés: /7.26/

55.28 Schweickhardt Gy.	1945 TFSE
49.92 Fejér Géza	1945 Bp. Honvéd
48.75 Walter Géza	1945 Bp. Honvéd
48.29 Némethy László	1945 SÚMSE
47.00 Nyitrai Károly	1946 Szolnoki MÁV
46.24 Vajda László	1946 U. Dózsa
46.17 Erdélyi László	SZEAC
44.30 Ádám Ferenc	1945 Bp. Honvéd
44.00 Póczos László	1947 Ózdi Kohász
43.75 Cseke István	1946 Gyulai MEDOSZ
43.14 Juhász István	1945 Bp. Honvéd
42.21 Szabó Lajos	1947 Vasas Izzó
42.02 Vass Miklós	1946 Szombathelyi SE
41.77 Kiss Miklós	1947 U. Dózsa
41.72 Furkó Kálmán	1947 Törekvés
41.47 Pál László	1945 Bp. Spartacus
41.17 Pothurszky Géza	1947 Misk. 116. sz. ITSK
40.60 Tubákó Ádám	1947 Tipográfia
40.52 Polgár István	1946 U. Dózsa
39.65 Kenderesi Tibor	1945 Csepel SC
39.10 Makó László	1947 MAFC
38.93 Haas József	1947 U. Dózsa
38.59 Petik Ferenc	1945 Bp. Vasas
37.85 Divinyi Tamás	1946 Bp. Spartacus
37.64 Gengeliczky L.	1945 Tatab. Bányász
37.58 Balló István	1946 Szombath. SE
37.25 Opra István	1946 Komló Bányász
36.89 Szekeres György	1946 Szolnoki MÁV
36.86 Révai Iván	1946 Bp. Honvéd
36.80 Fűrj Mihály	1947 Pécsi Beton-utépítő

Gereghajítás:

71.98	Németh Miklós	1946 Bp. Vasas
66.08	Csik József	1946 Bp. Petőfi
60.32	Kovács Gábor	1946 Szfhv. Gépip. t.
60.20	Voltai Gábor	1946 MAFK
58.47	Nagy Dezső	1945 Debr. Építő
58.19	Faragó János	1946 Orosh. Tancs. g.
57.22	Tőkőli Imre	1946 MTK
57.10	Pollányi László	1946 PVSK
56.80	Tolnai Lajos	1948 Misk. Sportisk.
56.50	Gentischer Péter	1947 Dunaujv. Koh.
55.80	Erdélyi György	1947 Gyöngy. Bányász
55.65	Tózsér Zoltán	1946 Gyöngy. Vasutas
55.37	London Vilmos	1945 Szőregi TSZSK
54.36	Révész László	1946 Debr. Sportisk.
54.20	Boros Dezső	1946 Gyöngy. gimn.
53.85	Kenderesi Tibor	1945 Csepel SC
53.66	Botos Péter	1945 Bp. Vasas
53.14	Melczér István	1948 Debr. Sportisk.
53.12	Buzás Sándor	1946 Vasas Izzó
53.08	Zaccomer Nándor	1947 Dombóvár Gőgös gimn.
52.81	Vukmáhn István	1947 Vasas Izzó
52.80	Puthorszky Géza	1947 Misk. 116. ITSK
52.20	Bakos István	1945 Szolnoki MÁV
51.75	Ádám Ferenc	1945 Bp. Honvéd
51.20	Tutkovics György	1945 Misk. Sportisk.
51.10	Kiss Jenő	1945 Szombath. SE
51.01	Tóth Bertalan	Veszpr. Haladás
51.00	Király László	1945 Szegedi VSE
50.68	Greksa Ferenc	1947 Bp. Építő
50.80	Halmos János	Szombath. Sava- ria gimn.

Ötpróba

3265	Németh Miklós	1946 Bp. Vasas
2709	Blazsek István	1947 Szolnoki MÁV
2644	Takács Ferenc	1945 Gyöngy. Bányász
2555	Kovács Gábor	1946 Szfhv. Gépip. t.
2542	Liebscher László	1945 Budai Spart.
2484	Géczi Lőrinc	1947 SÜMSE
	Kőrösi László	1946 Miskolci VSC
2448	Vukmann István	1947 Vasas Izzó
2438	Neményi Béla	1946 Hódmezőv. Sport- iskola
2408	Szöke Antal	1946 Bp. Petőfi
2399	Csöndes Zoltán	1945 FTC
2344	Illyés László	1945 Egri Sportisk.
2330	Bajnóczky Ferenc	1946 Szegedi VSE
2318	Kiss Ferenc	1945 Váci Vasas
2302	Gentischer Péter	1947 Dunaujv. Koh.
2280	Lugosi Károly	1947 MTK
2279	Komjáthy Tihamér	1946 Bp. Honvéd
2268	London Vilmos	1945 Szőregi TSZSK
2264	Szöcs András	1946 Bp. Honvéd
2210	Doszpod Ferenc	1947 Komló Bányász
2187	Horváth Jenő	1947 Oroszlányi g.
2168	Hugyi Imre	1946 Pécsi Póstás
2152	Papp József	1945 Ceglédi VSE
2148	Eötvös László	Egri Sportisk.
2141	Gazda Miklós	1945 Egri Dózsa
2118	Kuti György	1945 Szeg. Erdész. t.
2103	Juhász András	1946 Ceglédi VSE
2090	Hajdu Tibor	1946 PVSK
2075	Nagy László	1945 PVSK
2065	Bőze Attila	1947 Hatvani Vasutas

N Ó K :

100 m síkfutás

12.2	Kovács Annamária	1945 Bp. Honvéd
	Krassay Judit	1946 Szeksz. Dózsa
12.4	Buskó Irén	1945 DVTK
	Kovács Ilona	1947 Ózdi Kohász
12.5	Endrődi Ilona	1945 DEAC
	Pethő Mária	1946 Bp. Honvéd
12.6	Buskó Mária	1947 DVTK
	Halmi Zsuzsa	1947 BVSC
	Riusits Éva	1945 Bp. Vasas
	Varga Judit	1947 MTK
12.7	Balogh Teréz	1947 Csepel SC
	Biró Zsuzsa	1946 FTC
	Borbás Anna	1947 Ózdi Kohász
	Bringmann Mária	1947 Gyulai MEDOSZ
	Domonkos Erika	1945 Egri Sportisk.
	Lázár Éva	1946 Bp. Honvéd
	Marosvári Mária	1948 Szeg. Sportisk.
	Szenteleki Sára	1945 Szombath. Hal.
	Velekey Márta	1948 Előre
	Viszlai Gizella	1946 Miskolci VSC
	Woth Klára	1948 Bp. Spartacus
	Zajki Ágnes	1946 MAFK
12.8	Báros Erzsébet	1947 Szeksz. Dózsa
	Cseke Gizella	1945 Szeksz. Dózsa
	Felner Éva	1949 Bp. Építő
	Hornyák Anikó	1950 Angyalf. Sport- iskola
	Pintér Anna	1949 Komáromi Sport- iskola
	Póór Erika	1945 Szombath. Hal.
12.9	Andor Emőke	1946 Bp. Vasas
	Bartha Ibolya	1947 Szolnoki MÁV
	Bruzenyák Anna	1948 Szabolcsm. Sportiskola

Csontos Mária	1945 U. Dózsa
Dudás Éva	1948 XIV. ker. Sport- iskola
Füle Rozália	1947 BEAC
Gulyás Ágota	1947 MAFK
Kaltenbach Éva	1947 DVTK
Kovács Katalin	1948 MTK
G. Molnár Katalin	1947 Vasas Ikarusz
Saskó Hajnalka	1947 Kecskeméti Katon. gimn.
Szűj Mártá	1949 Vasas Izzó
Tóth Vera	1948 Józsefv. Sport- iskola

x x x x x x x

200 m síkfutás

25.7	Buskó Irén	1945 DVTK
	Krassay Judit	1946 Szeksz. Dózsa
25.8	Borbás Anna	1947 Ózdi Kohász
	Kovács Annamária	1945 Bp. Honvéd
	Kovács Ilona	1947 Ózdi Kohász
25.9	Pethő Mária	1946 Bp. Honvéd
26.0	Bringmann Mária	1947 Gyulai MEDOSZ
26.3	Halmi Zsuzsa	1947 BVSC
	Szenteleki Sára	1945 Szombath. Hal.
26.5	Domonkos Erika	1945 Egri Sportisk.
26.6	Buskó Mária	1947 DVTK
	Csontos Mária	1945 U. Dózsa
	Mayer Magda	1945 Zalaeg. TE
26.8	Bácsalmási Katalin	1946 Tipográfia
	Bessenyei Szidónia	1947 U. Dózsa
	Füle Rozália	1947 BEAC
	Turi Mária	1945 Bp. Vasas

	Zajky Ágnes	1946 MAFC
26.9	Balogh Teréz	1947 Csepel SC
	G.Molnár Katalin	1947 Vasas Ikarusz
	Prohászka Magda	1946 Komlói Bányász
	Szunyoghy Éva	1946 Szolnoki MÁV
27.0	Bárdos Erzsébet	1947 Szeksz.Dózsa
27.1	Pászt Erika	1946 U.Dózsa
27.3	Botos Julia	1945 Debr.Építők
	Csikós Katalin	1945 Szolnoki MÁV
	Fekete Klára	1945 Bp.Vasas
	Krausz Éva	1945 Csepel SC
	Láng Valéria	1947 Bp.Honvéd
	Rusits Éva	1945 Bp.Vasas
	Szabó Erzsébet	1946 Komlói Bányász

x x x x x x x

400 m síkfutás

57.0	Szenteleki Sára	1945 Szombath.Hal.
58.5	Pethő Mária	1946 Bp.Honvéd
59.6	Velekey Márta	1948 Előre
60.0	Prohászka Magdolna	1946 Komlói Bányász
60.8	Kiss Annamária	1947 U.Dózsa
60.9	Tóth-Lőrinc Katalin	1945 Bp.Honvéd
61.1	Bessenyei Szidónia	1947 U.Dózsa
61.2	Kovács Annamária	1945 Bp.Honvéd
	Somogyi Vera	1948 Bp.Honvéd
61.4	Kulcsár Magdolna	1948 Pécsi Sportisk.
	Lajos Mária	1948 Makói VSE
61.8	Kercsó Rózsa	1945 Kaposvári D.
	Mayer Magdolna	1945 Zalaeg.TE
62.2	Bárdos Erzsébet	1947 Szeksz.Dózsa
	Gergi Erzsébet	1947 Jászber.Vasas
	Kalász Erzsébet	1945 Békéscs.Dózsa
62.4	Gergely Gabriella	1946 Alsógödi SE
	Szigeti Anna	1947 Egri Dózsa
62.5	Kovács Ilona	1947 Ózdi Kohász
	Szilágyi Katalin	1945 MPSC
62.6	Szabó Erzsébet	1946 Komlói Bány.
62.8	Franyó Márta	1948 Békéscs.D.
	Zajki Ágnes	1946 MAFC
63.1	Bringmann Mária	1947 Gyulai MEDOSZ
	Ferenczi Erzsébet	1946 Törekvés
63.4	Pazonyi Aranka	1949 Szabolcsm. Sportiskola
63.5	Bajor Katalin	1948 Ságvári Kinizsi
	Koós Judit	1945 Bp.Spartacus
63.6	Botos Julia	1945 Debr.Építők
	Tőrekí Gizella	1945 Csepel SC

x x x x x x x

800 m síkfutás

2:12.3	Szenteleki Sára	1945 Szombath.Hal.
2:20.4	Prohászka M.	1946 Komlói Bány.
2:21.4	Tóth-L.Katalin	1945 Bp.Honvéd
2:21.6	Pethő Mária	1946 Bp.Honvéd
2:23.8	Kiss Annamária	1947 U.Dózsa
2:27.2	Szigeti Anna	1947 Egri Dózsa
2:27.4	Ferenczi Erzsébet	1946 Törekvés
	Koós Judit	1945 Bp.Spartacus
2:28.0	Péter Rózsa	1945 Bp.V.Meteor
2:28.4	Karácsonyi Györgyi	1947 MTK
2:28.6	Kocsis Erzsébet	1947 Békéscs.Dózsa
2:28.8	Tóth Zsuzsa	1945 5.sz.ITSK
2:29.3	Bessenyei Szidónia	1947 U.Dózsa
	Czutka Klára	1947 Bp.Honvéd
	Reményi Mária	1947 MTK
2:29.5	Kercsó Rózsa	1945 Kaposv.Dózsa
2:29.6	Böröczky Éva	1946 Győri ETO
2:29.8	Karkecz Klára	1947 Szolnoki MÁV
	Kasza Margit	1945 Szolnoki MÁV
2:30.1	Szabó Erzsébet II	1946 Pécsi Sportiskola
2:30.5	Berzsenyi Mária	1946 Bp.V.Meteor

2:30.7	Galambos Mária	1946 Szegedi VSE
2:31.0	Zsilák Erzsébet	1945 Békéscs.D.
2:31.2	Pusztai Ildikó	1947 Ceglédi VSE
2:31.3	Kiss Katalin	1945 Orosh.Kinizsi
2:31.6	Szabó Gertrud	1946 Bajai MTE
2:31.8	Fityó Klára	1947 Ceglédi VSE
2:32.2	Lőrinczi Anna	1947 Törekvés
2:32.4	Mohácsi Edit	1946 Csepel SC
2:33.5	Turóczi Anna	1947 Jászber.Vasas

x x x x x x x

80 m gátfutás

11.4	Kovács Annamária	1945 Bp.Honvéd
	Pethő Mária	1946 Bp.Honvéd
12.0	Hasznos Julia	1946 Szolnoki MÁV
12.2	Száraz Irén	1946 Martfűi MSE
	Varga Judit	1947 MTK
12.3	Buskó Mária	1947 DVTK
	Köves Mária	1947 Pécsi Sportiskola
12.4	Cseke Gizella	1945 Szeksz.Dózsa
	Gádsza Klára	1945 Szombath.Hal.
	Hornyák Anikó	1950 Angyalföldi Sportiskola
	Major Klára	1947 Bp.Honvéd
	Orbán Márta	1946 Csepel SC
	Pécsi Katalin	1946 Zalaeg.TE
12.5	Dudás Éva	1948 XIV.Sportisk.
12.6	Székely Zsófia	1945 Pécsi Sportisk.
12.7	Horváth Cecília	1947 MTK
	Tóth I.Magda	1947 Debr.Sportisk.
12.8	Bucskó Ilona	1946 DVTK
	Mindszenti Andrea	1946 MAFC
	Szabó Gizella	1947 XVII.Sportisk.
12.9	Andor Emőke	1940 Bp.Vasas
	Kiss Katalin	1948 Bp.Honvéd
	Lenzsér Eszter	1947 Soproni MEDOSZ
	Németh Margit	1948 U.Dózsa
13.0	Bakos Mária	1948 Debr.Sportisk.
	Korompay Ágnes	1946 Ceglédi VSE
	Magyar Mária	1947 Bp.Építők
	Tóth Vera	1948 Józsefv.Sportiskola
13.1	Czirák Tünde	1948 U.Dózsa
	Szőnyi Adél	1948 Józsefv.Sportiskola

x x x x x x x

Magasugrás

163	Gulyás Ágota	1947 MAFC
160	Várkonyi Ágnes	1945 SZEAC
158	Andor Emőke	1946 Bp.Vasas
	Kovács Annamária	1945 Bp. Honvéd
	Sáti Erzsébet	1948 Szeg.Sportisk.
	Zuba Mária	1945 Békéscs.Dózsa
153	Szunyoghy Éva	1946 Szolnoki MÁV
152	Török Emese	1946 Bp.Vasas
150	Bartalos Mária	1949 Fejérm.Sportiskola
	Bruzsenyák Anna	1948 Szabolcsm. Sportiskola
	Bugyi Jolán	1947 Jászber.Vasas
	Gádsza Klára	1945 Szombath.Hal.
	Horváth Julia	1946 Tipográfia
	Kovács Anna	1947 Kővágóórs
	Kovács Matild	1947 Zalaegersz.TE
	Kőrössi Erzsébet	1947 Zalaeg.TE
	Lázár Éva	1946 Bp.Honvéd
	Lengyel Etelka	1945 Csepel SC
	Németh Angéla	1946 Bp.V.Meteor
	Papp II.Margit	1948 Ormosbányai Bányász
	Zink Teréz	1947 Hámán gimn.

149 Halász Erzsébet	1948 Józsefv.Sport-iskola	10.95 Nyitrai Zsuzsanna	1948 Misk.Sportisk.
148 Bene Piroska	1947 Orosh-Táncs.g.	10.91 Antalffy Zsuzsa	1946 Tiszafüredi g.
Horváth Zsuzsa	1949 Misk.Sportisk.	10.79 Perjési Klára	1947 Gyulai MEDOSZ
Mayer Katalin	1947 Balatonfüredi gimn.	10.62 Ferenczi Anna	1947 Tiszaföldvári g.
Paulányi Magda	1945 BRESC	Schöller Ilona	1945 Szombath.Hal.
Prikidánovics Klára	1948 Bácsalmási g.	10.55 Borbás Magda	1945 Bp.V.Meteor
Szórád Katalin	1950 Csepel SC	Endrődi Ilona	1945 DEAC
Tóthfalussy Mária	1948 II.ker.Sport-iskola	10.52 Sánta Margit	1947 Hatvan Bajza g.
147 Lenzsér Katalin	1947 Soproni MEDOSZ	10.50 Székely Mária	1947 Orosh.Táncs.g.

x x x x x x

x x x x x x

Távolugrás

606 Kovács Annamária	1945 Bp.Honvéd
571 Gulyás Ágota	1947 MÁFC
567 Hornyák Anikó	1950 Angyalf.Sport-iskola
558 Hasznos Julia	1946 Szolnoki MÁV
551 Endrődi Katalin	1945 DEAC
550 Szunyoghy Éva	1946 Szolnoki MÁV
546 Papp II.Margit	1948 Ormosb.Bány.
541 Pintér Anna	1949 Komáromm.Sport-iskola
540 Cseke Gizella	1945 Szeksz.Dózsa
538 Poór Erika	1945 Szombath.Hal.
537 Buskó Mária	1947 DVTK
534 Bene Piroska	1947 Orosh.Táncs.g.
530 Czirák Tünde	1948 U.Dózsa
Székely Zsófia	1945 Pécsi Sportisk.
529 Gádsza Klára	1945 Szombath.Hal.
Kulcsár Magdolna	1948 Pécsi Sportisk.
527 Bruzsenyák Anna	1948 Szabolcsm. Sportiskola
526 Varga Judit	1947 MTK
523 Kovács Katalin	1948 MTK
522 Gergi Erzsébet	1947 Jászberényi Vasas
Virág Katalin	1948 Szeksz.Dózsa
520 Buskó Ilona	1946 DVTK
Pécsi Katalin	1946 Zalaegersz.TE
Veress Éva	1945 Békéscs.Dózsa
518 Buskó Irén	1945 DVTK
517 Köves Mária	Pécsi Sportisk.
Schleer Ildikó	1948 XVII.Sportisk.
516 Bringmann Mária	1947 Gyulai MEDOSZ
514 Dudás Éva	1948 XIV.Sportiskola
513 Réti Judit	1948 Szolnoki MÁV

x x x x x x

Súlylökés

13.97 Paulányi Magda	1945 BRESC
13.45 Giber Vera	1947 Bp.Honvéd
Nagy Judit	1946 Váci Vasas
13.06 Németh Angéla	1946 Bp.V.Meteor
12.30 Nagy Anna	1946 Békéscs.Dózsa
11.90 Veress Judit	1945 Szolnoki MÁV
11.73 Baracska Ilona	1947 Bp.Helyiip.SC
11.63 Zubá Mária	1945 Békéscs.Dózsa
11.54 Perlaki Anna	1946 Balassagy. MEDOSZ
11.52 Halamka Nóra	1947 Csepel SC
11.37 Kovács Annamária	1945 Bp.Honvéd
11.31 Bory Judit	1945 Bp.Honvéd
11.30 Pestalily Mária	1947 Bajai MTE
11.23 Szűcs Éva	1947 U.Dózsa
11.22 Sik Andrea	1945 U.Dózsa
11.21 Krasznai Mária	1945 FTC
11.13 Sótér Mariann	1947 Salgó.T.Kohász
11.12 Czégay Katalin	1946 Kecsk.Bányai g.
11.00 Székely Zsófia	1945 Pécsi Sportisk.
11.02 Horváth Katalin	1945 Zalaeg.TE
10.98 Szabó Erika	1947 Bp.Petőfi

Diszkoszvetés

43.56 Németh Angéla	1946 Bp.V.Meteor
41.88 Ircsik Ágnes	1947 Csepel SC
40.81 Kriskó Zsuzsa	1945 Csepel SC
39.66 Loidl Márta	1945 U.Dózsa
38.41 Pusztai Ildikó	1946 Bp.V.Meteor
37.76 Czégay Katalin	1946 Kecsk.Bányai g.
37.15 Nagy Judit	1946 Váci Vasas
37.03 Giber Vera	1947 Bp.Honvéd
36.59 Velkey Sarolta	1946 Ceglédi VSE
36.55 Antalffy Zsuzsa	1946 Tiszafüredi g.
36.22 Nagy Ibolya	Békéscs.MÁV
35.98 Boncz Piroska	1947 U.Dózsa
35.88 Kovács Enikő	1946 Debr.Sportisk.
34.06 Boros Katalin	Tapolcai gimn.
34.00 Czmarkó Katalin	1946 Vasas Izzó
33.90 Krupity Ilona	1948 Bajai MTE
33.87 Barankalász Ilona	1945 Bp.Helyiip.SC
33.82 Varró Mária	1947 Bp.Petőfi
33.72 Perjési Klára	1947 Gyulai MEDOSZ
33.65 Veress Judit	1945 Szolnoki MÁV
33.61 Perlaki Anna	1946 Balassagy.MEDOSZ
33.43 Szabó Margit	1947 Balatonfüredi g.
33.39 Sótér Mariann	1947 Salgt.Kohász
33.09 Paulányi Magda	1945 BRESC
33.01 Czegléd Sára	1948 MTK
32.92 Kiss Zsuzsa	1946 Gyöngy.Bányász
Szomor Katalin	1947 Ganz MÁVAG
32.91 Király Mária	1946 Bp.Honvéd
32.90 Bartos Mária	1945 Pécsi Dózsa
32.63 Baier Mária	1949 Komáromm.Sport-iskola

x x x x x x

Gerelyhajítás

47.59 Németh Angéla	1946 Bp.V.Meteor
45.43 Bakai Józsefné	1946 Csepel SC
45.42 Paulányi Magda	1945 BRESC
44.77 Simkó Katalin	1947 Bp.Vasas
43.56 Lengyel Éva	1948 Szabolcsm.Sport-iskola
43.26 Bory Judit	1945 Bp.Honvéd
41.25 Putankó Mária	1948 Bp.Honvéd
40.96 Tóth Magda	1948 MTK
39.24 Henyel Gyuláné	1946 Salgó.T.Kohász
38.89 Szabó Margit	1947 Balatonfüredi g.
38.59 Umbray Katalin	1946 Bp.Vasas
37.61 Nun Anna	1947 Budai Spart.
37.51 Giber Vera	1947 Bp.Honvéd
37.22 Schöller Ilona	1945 Szombath.Hal.
37.21 Koller Mária	1947 Bp.Petőfi
36.98 Marzon Sarolta	1948 Szfzhv.Spart.
36.82 Szaploneczay M.	1945 Nyiregyh.VSC
36.40 Endrődi Ilona	1945 DEAC
Nagy Zsuzsa	1946 Egri Dózsa
36.12 Jakab Vera	1949 Gyöngy.Bányász
36.03 Németh Mária	1946 Bp.Vasas
35.86 Téglás Zsuzsa	1946 Váci Vasas
35.66 Kiss Éva	1947 Bp. Petőfi
35.44 Bartha Julianna	1950 Komlói Bányász
35.40 Vinczai Mária	1948 Szfzhv.Spart.
34.97 Magyar Mária	1947 Bp.Építő

34.52 Paulik Mária	1946 Szabolcsm. Sportiskola	2117 Köves Mária	Pécsi Sportisk.
34.23 Cségyay Katalin	1946 Kecskem. Bányai g.	2103 Bruzsanyák Anna	1948 Szabolcsm. Sportiskola
34.21 Bory Judit	1948 Bp. Honvéd	2098 Kulcsár Magda	1948 Pécsi Sportisk.
34.16 Leib Mária	1949 VI. Sportiskola	2082 Bácsalmási Kati	1946 Tipográfia

x x x x x x

Hárompróba

2463 Kovács Annamária	1945 Bp. Honvéd	2048 Hetessy Gyöngyi	1947 Pécsi Sportisk.
2257 Gulyás Ágota	1947 MAFC	2006 Horváth Julia	1946 Tipográfia
2236 Paulányi Magda	1945 BRESK	2004 Mészai Margit	1945 Bp. Petőfi
2213 Papp II. Margit	1948 Ormosb. Bányász	2000 Heédt Zsuzsa	1949 U. Dózsa
2184 Székely Zsófia	1945 Pécsi Sportisk.	1990 Bendes Ilona	1946 Szeksz. Dózsa
2181 Németh Angéla	1946 Bp. V. Meteor	1986 Schleier Ildikó	1948 XIV. Sportisk.
2156 Hornyák Anikó	1950 Angyalf. Sportisk.	1979 Lázár Éva	1946 Bp. Honvéd
2149 Nagy Judit	1946 Váci Vasas	Szabó Erika	1947 Bp. Petőfi
2140 Gádzsa Klára	1945 Szombath. Hal.	1967 Andor Emőke	1946 Bp. Vasas
2133 Endrédi Ilona	1945 DEAC	1952 Fekete Klára	1945 Bp. Vasas
2126 Bene Pireska	1947 Orosh. Táncs. g.	1921 Varga Judit	1947 MTK
		1911 Horváth Zsuzsa	1949 XIV. Sportiskola

♦ ♦ ♦ ♦ ♦

AZ 1964. ÉVI LEGJOBB 20 SERDÜLŐ EREDMÉNYE

100 m síkfutás

Név:	Szüll.év:	Egyesület
11.1 Bátorfi Viktor	1948	MTK
11.4 Botta Ferenc	1948	U. Dózsa
Horváth István	1948	U. Dózsa
Kovács Géza	1948	Kaposv. Táncs. g.
Nagy József	1948	Törekvés
11.5 Csák István	1948	Békésm. Sportiskola
Körös András	1948	Ganz MÁVAG
Puskás Kálmán	1949	Angyalf. Sportiskola
Sebestyén Sándor	1948	Bp. Vasas
11.6 Farkas Tibor	1948	BVSC
Pajor Ferenc	1948	Váci Vasas
Szabó László	1948	Bácsm. Sportisk.
Széll János	1948	Bp. V. Meteor
11.7 Böcskei Vilmos	1949	Komárom. Sportiskola
Mélczer István	1948	Debr. Sportisk.
Simon Ernő	1948	Salgt. Kohász
Szendrényi Péter	1948	Bp. Petőfi g.
Szmodics József	1948	Bp. Honvéd
Végh Tamás	1948	Győri ETO
11.8 Buzás Zoltán	1948	Szolnoki MÁV
Gremšperger Attila	1948	Bp. Honvéd
Hege József	1948	Pejérm. Sportiskola
Hruby György		Pécsi Dózsa
Korály József	1948	Misk. Sportisk.
Oláh János	1948	Misk. 100. sz. ITSK
Ortutay Béla	1948	Bp. Építő
Páger Lajos	1948	Szentesi Vizsm
Reisinger Béla	1948	Józsefv. Sportiskola
Teremi József	1948	Misk. Sportisk.
Várszegi Zsolt	1949	Szabolcsm. Sportiskola

x x x x x x

400 m síkfutás

50.7 Kovács Géza	1948	Kaposv. Táncs. gimnázium
52.9 Simon Ernő	1948	Salgt. Kohász
54.0 Horváth András		U. Dózsa

54.6 Baji Ferenc	1948	Békésm. Sportiskola
Novikov József	1948	Szeksz. Dózsa
54.7 Simotics Miklós		Bp. Honvéd
55.0 Végh Tamás	1948	Győri ETO
55.1 Podoletz Gusztáv	1948	Bp. Vasas
55.2 Kelemen László	1948	Komló Bány.
Puskás Kálmán	1949	Angyalf. Sportisk.
Viszkai László	1948	Misk. Sportisk.
55.3 Horváth Ferenc	1948	U. Dózsa
Öcsi Gábor	1948	Bp. Honvéd
55.5 Nagy József	1948	Törekvés
55.6 Dany Balázs		U. Dózsa
55.7 Matisz Csaba	1948	Tatab. Bány.
Varga Nándor		Pécsi Dózsa
55.8 Horváth Mihály	1948	Csepel SC
56.0 Kovács Tibor	1948	Jászber. Vasas
Urbán István	1948	Misk. Sportisk.

x x x x x x

1000 m síkfutás

2:40.7 Kovács Géza	1948	Kaposv. Táncs. g.
2:41.8 Varga Nándor	1948	Pécsi Dózsa
2:42.2 Horváth Mihály	1948	Csepel SC
2:43.6 Jakabos Miklós	1948	Pécsi Dózsa
2:44.5 Simotics Miklós		Bp. Honvéd
2:45.2 Horváth Ernő	1949	501. sz. ITSK
2:45.6 Bodri István	1949	Szf. MÁV
2:45.7 Maracskó Tibor		Szf. MÁV
2:46.0 Szabó Imre	1949	Debr. Építő
2:46.5 Gyeizse Gábor	1948	Pécsi Dózsa
2:47.2 Biró István	1948	100 sz. ITSK
2:47.4 Csenger Lajos		Gödöllői 202 sz. ITSK
2:47.5 Mayer Miklós	1948	Pétfürdő 322 sz. ITSK
2:47.6 Szabó György		MAFC
2:48.6 Játékos Pál	1948	Tatab. Bányász
2:48.7 Seres Attila	1948	Gyulai MEDOSZ
2:49.6 Pencze László	1948	Misk. Sportisk.
Fonó János	1948	Ózdi Kohász
2:49.8 Öcsi Gábor	1948	Bp. Honvéd
2:49.9 Tóth Lajos	1948	Póti 54. sz. ITSK

100 m gátfutás

14.1	Bátori Viktor	1948	MTK
14.3	Milassin Lóránt	1948	Bp.Honvéd
15.1	Járvás András		Martfűi MSE
15.4	Bukovetz Károly	1949	Ujpesti Sportiskola
	Déda István	1949	BVSC
	Horváth István	1948	U.Dózsa
15.5	Csák István	1948	Békésm.Sportiskola
15.7	Kalotai László	1948	Ujpesti Sportiskola
15.8	Matisz Csaba	1948	Tatab.Bányász
15.9	Böcskei Vilmos	1949	Komáromm.Sportiskola
16.2	Horváth Gyula	1948	Ujp.Sportisk.
16.3	Nagy János	1948	100.sz.ITSK
16.4	Burai Géza	1948	Debr.Sportisk.
	Németh István	1948	Ózdi Kohász
16.5	Varga László	1948	Tatab.Bányász
16.6	Seres Attila	1948	Gyulai MEDOSZ
16.8	Daru Kálmán	1948	Ózdi Kohász
	Marosi József	1949	Debr.Építők
	Nagy János	1949	Oroszl.gimn.
17.1	Guth Tibor		XIV.Sportisk.
	Könyves Károly		Szeksz.Dózsa

x x x x x x

Magasugrás

180	Burai Géza	1948	Debr.Sportisk.
178	Csapó János	1948	Bp.Vasas
176	Ósz László	1948	FTC
175	Balogh Béla	1948	Egri Sportisk.
	Bencze Illés	1948	Gyulai ITSK
174	Szmodics József	1948	Bp.Honvéd
170	Bátori Viktor	1948	MTK
	Benei József	1948	Atkári TSZ SK
	Hajas Attila	1948	Dunaujv.Kohász techn.
	Hollósi Tibor	1949	Szombath.SE
	Komáromi László	1948	Sárvári Kinizsi
	Kovács Attila	1948	Ganz MÁVAG
	Kovács László	1948	SÜMSE
	Milassin Lóránt	1949	Bp.Honvéd
	Mondok József	1948	BVSC
	Schmiedt József		Fejérm.Sportisk.
	Sebestyén Sándor	1948	Bp.Vasas
	Pajor Ferenc	1948	Váci Vasas
	Rétsági Oszkár		Nagykőrös
167	Bánfi Dezső		Szegedi VSE
	Ficsor Károly		Kkfih.Petőfi

x x x x x x

Távolugrás

640	Bukovetz Károly	1949	Ujpesti Sportisk.
	Buzás Zoltán	1948	Szolnoki MÁV
	Pajor Ferenc	1948	Váci Vasas
	Sebő László	1948	Bácsm.Sportisk.
	Szmodits József	1948	Bp.Honvéd
628	Bátori Viktor	1948	MTK
626	Hajdu Zoltán	1948	Szeg.Sportisk.
623	Hruby György		Pécsi Dózsa
	Máthé Mihály	1948	Békésm.Sportisk.
618	Daragó István	1948	Misk.Sportisk.
617	Böcskei Vilmos	1949	Komáromm.Sportiskola
	Kőrös András	1948	Ganz MÁVAG
	Szabó Imre	1948	Sárvári Kinizsi
614	Burai Géza	1948	Debr.Sportisk.
	Kovács Géza	1948	Kaposv.Táncs.g.
612	Simon Ernő	1948	Salgóth.Kohász
611	Glávics Róbert		Zalaeg.TE
609	Tokai László		Szoln.605 ITSK

606 Várszegi Zsolt

604 Horváth Gyula

1949 Szabolosm. Sportiskola

1948 Ujpesti Sportiskola

x x x x x x

Rudugrás

320	Kuliscsgh János	1948	Pécsi Dózsa
	Tóth Zoltán	1948	Ózdi Kohász
300	Erdélyi Pál	1949	Bp.V.Meteor
	Fülöp Imre		Bp.Vasas
	Kovács Géza	1948	Kaposv.Táncs.g.
	Tóth István	1948	VII.Sportisk.
290	Balogh Béla	1948	Egri Sportisk.
280	Balanyi Szilveszter		
	Egressy Gábor	1949	Nagyk.Kinizsi
	Marosi József	1948	Bp.Vasas
	Tóth Szilárd	1949	Debr.Építők
	Hegedüs Henrik		VII.Sportisk.
270	Kinócs József	1949	Ceglédi VSE
	Guthy Lóránt		Kalocsa Mezőg.t
260	Rácz László		XIV.Sportisk.
	Szmodits József	1949	Szolnoki MÁV
	Zink József	1948	Bp.Honvéd
255	Balogh Sándor	1949	Bp.Vasas
250	Fábián Mihály		Jászber.Vasas
	Steinhacker József	1950	Gyulai MEDOSZ
	Szabó Imre	1948	Bp.Spartacus
	Szunyogh Pál	1948	Gyulai MEDOSZ
		1949	Ceglédi VSE

x x x x x x

Hárompróba

2037	Bátori Viktor	1948	MTK
1836	Annus Andor	1948	Orosz.Táncs.g.
1833	Sebestyén Sándor	1948	Bp.Vasas
1823	Pajor Ferenc	1948	Váci Vasas
1786	Csák István	1948	Békésm.Sportisk.
1775	Gremperger A.	1948	Bp.Honvéd
1740	Horváth István	1948	U.Dózsa
1687	Melozser István	1948	Debr.Sportisk.
1661	Szmodics József	1948	Bp.Honvéd
1653	Selmi Lajos	1949	Pécsi Dózsa
1634	Szabó Sándor	1948	316 sz. ITSK
1611	Burai Géza	1948	Debr.Sportisk.
1583	Tolnai Lajos	1948	Misk.Sportisk.
1557	Balogh Béla	1948	Egri Sportisk.
1550	Kovács László	1948	SÜMSE
1537	Simon Ernő	1948	Salgóth.Kohász
1527	Máté Mihály	1948	Békésm.Sportisk.
1524	Milassin Lóránt	1948	Bp. Honvéd
1502	Garamvölgyi Jenő	1948	Hódmező.Sportisk.
1489	Győrik Gyula	1948	Váci Vasas

x x x x x x x

Súlylökés: /5 kg/

15.70	Hajas Attila	1948	Dunaujv.Kohász
15.36	Annus Andor	1948	Orosz.Táncs.g.
15.30	Győrik Gyula	1948	Váci Vasas
14.60	Wepert János	1948	Bp.Petőfi
14.28	Jovanovics L.	1948	Bp.Honvéd
14.27	Tolnai Lajos	1948	Misk.Sportisk.
14.22	Garabucz Zoltán	1948	Szegedi VSE
14.00	Melczter István	1948	Debr.Sportisk.
13.86	Gyergyói János		Debr.Sportisk.
13.84	Bakó László		Tata Bűtvös g.
13.72	Csák István	1948	Békésm.Sportisk.
13.52	Belső István	1948	Csepel SC
13.49	Danics János	1948	Angyalf.Sportisk.
13.48	Nemes György	1949	Szoln.605.ITSK
13.46	Simkó János	1948	V.M.Közért
13.44	Boros Sándor	1949	U.Dózsa

13.36 Eszes István 1948 IX.ker.Sportisk.
 13.31 Sárkány Tamás Kaposv.Mezőg.t.
 13.28 Riszt János PVSZ
 13.27 Gremesberger A 1948 Bp.Honvéd

x x x x x x x

Diszkoszvetés: /1.5 kg/

44.48 Győrik Gyula 1948 Váci Vasas
 41.24 Szegletes F. 1948 Bp.Vasas
 41.08 Weipert János 1948 Bp.Petőfi
 40.50 Bakó László Tata Eötvös g.
 40.32 Oszwald Tamás 1948 Bp.Honvéd
 40.11 Belső István 1948 Csepel SC
 39.87 Tolnai Lajos 1948 Misk.Sportisk.
 39.04 Gremesberger A. 1948 Bp.Honvéd
 38.24 Lévai István 1949 Kisp.Helyiip.SC
 37.50 Csikós Csaba Kiskflh.Petőfi
 37.48 Regős Imre 1948 Bp.Vasas
 37.45 Misinszky Mátyás GSE
 37.13 Sebő László 1948 Bácsm.Sportisk.
 36.68 Módos Ernő 1948 Szeksz.Dózsa
 36.05 Ivanovics F. 1949 Misk.Sportisk.
 35.57 Tóth Péter 1948 Bp.Építők
 35.50 Nemes György 1949 Szoln.605.ITSK
 35.12 Boldog Mihály Kiskflh.Petőfi
 35.11 Borbíró Ferenc 1949 Nagyk.Bányász

x x x x x x x

Gerelyhajítás

56.80 Tolnai Lajos 1948 Misk.Sportisk.
 53.14 Melczér István 1948 Debr.Sportisk.
 50.71 Bajna Gábor 1948 Bp.Vasas
 50.41 Vargha István Bp.Vasas
 49.78 Bátorfi Viktor 1948 MTK
 49.38 Milankovics M. 1949 Bp.Építők
 49.28 Buzás Zoltán 1948 Szolnoki MÁV

49.23 Kovács László 1948 Bp.Honvéd
 48.27 Győrik Gyula 1948 Váci Vasas
 45.77 Zentai Zsolt 1948 Bp.Építők
 45.74 Bütte László 1948 Misk.100.sz.ITSK
 45.36 Jovanovits I. 1948 Bp.Honvéd

44.98 Csóka István 1948 U.Dózsa
 44.90 Kállai Endre 1948 Szabolcsm.
 Sportiskola
 44.15 Belső István 1948 Csepel SC
 43.56 Varga András 104.sz.ITSK
 43.37 Benei József 1948 Atkari TSZSK
 43.11 Bukovetz Károly 1949 Ujp.Sportisk.
 42.56 Bogás József 106.sz.ITSK
 42.45 Erdélyi Pál 1949 Bp.V.Meteor

x x x x x x x

Kalapácsvetés/6 kg/

60.59 Gremesberger Attila 1948 Bp.Honvéd
 51.45 Schweickhardt Béla 1949 Szeg.Sportisk.
 50.68 Csóka István 1948 U.Dózsa
 46.78 Ekler János 1948 Szombath.
 Sportiskola
 46.55 Hivesi Géza 1948 U.Dózsa
 46.27 Csuhan József 1948 Ózdi Kohász
 45.83 Vajna Gábor 1948 Bp.Vasas
 44.81 Belső István 1948 Csepel SC
 44.30 Salgó Tamás 1948 Vasas Izzó
 43.28 Mányi Imre 1948 Debr.Építők
 42.38 Velei Nándor U.Dózsa
 39.14 Zoltán Andor 1948 U.Dózsa
 37.33 Méri József Bp.Spartacus
 35.74 Zentai Zsolt 1948 Bp.Építők
 34.52 Máthé József Csurgó
 33.64 Weipert János 1948 Bp.Petőfi
 33.25 Vasas Barna 1948 DEAC
 32.78 Buzás Zoltán 1948 Szolnoki MÁV
 31.35 László István Nyiregyh.ITSK
 30.61 Varga Vilmos Misk.Sportisk.

L Á N Y O K

100 m síkfutás:

12.7 Marosvári Mária 1948 Szeg.Sportisk.
 Velekey Márta 1948 Bp.Előre
 Woth Klára 1948 Bp.Spartacus
 12.8 Felner Éva 1949 Bp.Építők
 Hornyák Anikó 1950 Angyalf.
 Sportiskola
 Pintér Anna 1949 Komárom.
 Sportiskola
 12.9 Bruzsenyák Anna 1948 Szabolcsm.
 Sportiskola
 Dudás Éva 1948 XIV.Sportisk.
 Kovács Katalin 1948 MTK
 Sziij Márta 1949 Vasas Izzó
 Tóth Vera 1948 Józsefv.
 Sportiskola
 13.0 Horváth Lidia 1949 Ujp.Sportisk.
 Kulcsár Magda 1948 Pécsi Sportisk.
 Szilágyi Ágnes 1948 Pécsi Beton-
 utépitő
 13.1 Balogh Györgyi 1948 II.Sportisk.
 Benyács Erzsébet 1948 Békésm.Sport-
 iskola
 Heldt Zsuzsa 1949 U.Dózsa
 Koch Erzsébet Gyöngy.VSC
 Kuli Rózsa 1948 Debr.Sportisk.
 Mosonyi Annamária 1949 Angyalf.
 Sportiskola
 Réti Judit 1948 Szolnoki MÁV
 Schleier Ildikó 1948 XIV.Sportisk.
 Szalai Ibolya 1949 Angyalf.
 Sportiskola
 Zsemba Judit 1949 Bp. Petőfi

400 m síkfutás

59.6 Velekey Márta 1948 Bp.Előre
 61.2 Somogyi Vera 1948 Bp.Honvéd
 61.4 Kulcsár Magdolna 1948 Pécsi Sportisk.
 Lajos Mária 1948 Makói VSC
 62.8 Franyó Márta 1948 Békéscs.Dózsa
 63.4 Pazonyi Aranka 1949 Szabolcsm.
 Sportiskola
 63.5 Bajor Katalin 1948 Sárvári Kinizsi
 63.7 Szabó Zsuzsa 1949 Komló Bányász
 63.8 Bakos Mária 1948 Debr.Sportisk.
 Horváth Zsuzsa 1949 XIV.Sportisk.
 Papp II.Margit 1948 Ormosb.Bányász
 Sziij Márta 1949 Vasas Izzó
 Zsemba Judit 1949 Bp.Petőfi
 63.9 Fazekas Ildikó 1948 Szabolcsm.
 Sportiskola
 Oláh Julianna 1949 Hódmez.602 ITSK
 64.1 Barla Mária 1949 Vasas Izzó
 64.4 Pesti Ilona 1948 Jászber.Vasas
 64.5 Nagy Mária U.Dózsa
 64.7 Gaál Judit 1948 Kaposv.Táncs.g.
 64.8 Kovács Emma 1948 Vasas Izzó

x x x x x x x

80 m gátfutás

12.4 Hornyák Anikó 1950 Angyalf.Sport-
 iskola
 12.5 Dudás Éva 1948 XIV.Sportisk.
 12.9 Kiss Katalin 1948 Bp.Honvéd
 Németh Margit 1948 U.Dózsa

13.0 Bakos Mária	1948 Debr.Sportisk.
Tóth Vera	1948 Józsefv.Sportiskola
13.1 Czirák Tünde	1948 U.Dózsa
Szőnyi Adél	1948 Józsefv.Sportiskola
13.2 Sugár Ildikó	Bajai MTE
13.3 Réti Judit	1948 Szolnoki MÁV
13.5 Császári Ildikó	1948 XIV.Sportisk.
Mészáros Lenke	1949 Szolnoki MÁV
Székely Anna	1949 Bácsm.Sportisk
13.6 Gyarmati Ildikó	1950 Debr.Építő
Kertész Rozália	1949 Szolnoki MÁV
Szabó Zsuzsa	1949 Komló Bányász
Terdik Éva	1948 Bp.Petőfi
13.8 Garai Csák Judit	1949 Szolnoki MÁV
Görbe Irén	1948 Makói VSE
Kalapos Ilona	1949 Misk.Sportisk.

x x x x x x x

Távolugrás

567 Hornyák Anikó	1950 Angyalf.Sportisk.
546 Papp II.Margit	1948 Ormosb.Bányász
541 Pintér Anna	1949 Komáromm.Sportisk.
530 Czirák Tünde	1948 U.Dózsa
529 Kulcsár Magdolna	1948 Pécsi Sportisk.
527 Bruzsenyák Anna	1948 Szabolcsm.Sportisk.
523 Kovács Katalin	1948 MTK
522 Virág Katalin	1948 Szeksz.Dózsa
517 Schleer Ildikó	1948 XVII.Sportisk.
514 Dudás Éva	1948 XIV.Sportisk.
513 Réti Judit	1948 Szolnoki MÁV
512 Fazekas Jolán	1948 35.sz.ITSK
Jandala Mária	1948 Pécsi Sportisk.
510 Vida Erzsébet	1949 Bp.MEDOSZ
507 Heldt Zsuzsa	1949 U.Dózsa
506 Kiss Anna	1949 Gödöllői MEDOSZ
505 Domokos Anna	1949 Békésm.Sportisk.
502 Mosonyi Annamária	1949 Angyalf.Sportisk.
501 Maros Éva	1948 Bp.Helyiip.SC
500 Horváth Lidia	1949 Új.Sportiskola

x x x x x x x

Hárompróba

2213 Papp II.Margit	1948 Ormosb.Bányász
2156 Hornyák Anikó	1950 Angyalf.Sportiskola
2105 Bruzsenyák Anna	1948 Szabolcsm.Sportiskola
2098 Kulcsár Magdolna	1948 Pécsi Sportisk
2055 Putankó Márta	1948 Bp.Honvéd
2000 Heldt Zsuzsa	1949 U.Dózsa
1986 Schleer Ildikó	1948 XIV. portisk.
1931 Horváth Zsuzsa	1949 XIV.Sportisk.
1875 Gergely Mária	1948 MTK
1873 Jandala Mária	Pécsi Sportisk.
1835 Bakos Mária	1948 Debr.Sportisk.
1832 Virág Katalin	1948 Szeksz.Dózsa
1830 Dudás Éva	1948 XIV.Sportisk.
Kovács Katalin	1948 MTK
1790 Tóth Vera	1948 Józsefv.Sportiskola
1783 Somogyi Vera	1948 Bp.Honvéd
1772 Terdik Éva	1948 Bp. Petőfi
1752 Domokos Anna	1949 Békésm.Sportisk.
1741 Szalabán Ágnes	Békésm.Sportisk.
1740 Komka Magdolna	1949 Salgóth.Kohász

x x x x x x x

Súlylökés

10.95 Nyitrai Zsuzsa	1948 Misk.Sportisk.
10.42 Putankó Márta	1948 Bp.Honvéd
10.21 Bory Éva	1948 Bp.Honvéd
Nics Margit	1949 Bp.Póstás
Szabó Éva	Várpalotai B.
10.15 Szeghi Paula	1948 Szeg.Sportisk.
10.10 Kubász Judit	1948 Bp.V.Meteor
10.05 Tóth Magda	1948 MTK
9.95 Kulcsár Magdolna	1948 Pécsi Sportisk.
9.93 Szalontai Zsuzsa	1948 Szeksz.Dózsa
9.91 Sárosi Katalin	1945 35.sz.ITSK
9.80 Bődös Mária	BRESC
9.78 Skultéty Mária	1948 Gyulai MEDOSZ
9.71 Balogh Éva	1948 Bp.Előre
9.69 Deli Ilona	1949 Bajai MTE
9.68 Gergely Mária	1948 MTK
Szabó Andrea	Várpál.Bányász
9.61 Papp II.Margit	1948 Ormosb.Bányász
9.57 Appel Klára	1948 Misk.Pedagógus
9.53 Krupity Ilona	1948 Bajai MTE

x x x x x x x

Magasugrás

158 Sári Erzsébet	1948 Szeg.Sportisk.
150 Bartalos Mária	1949 Fejérm.Sportisk.
Bruzsenyák Anna	1948 Szabolcsm.Sportiskola
Papp II.Margit	1948 Ormosb.Bányász
149 Halász Erzsébet	1948 Józsefv.Sportisk
148 Horváth Zsuzsa	1949 Misk.Sportisk.
Prikidánovics K.	1948 Bácsalmási gimn.
Szórád Katalin	1950 Csepel SC
Tóthfalusi Mária	1948 II.ker.Sportisk.
146 Radocsay Mária	1948 Pécsi Betonutép.
145 Jandala Mária	Pécsi Sportisk.
Jákó Aranka	Bp.Petőfi
Komka Magdolna	1949 Salgóth.Kohász
Schleer Ildikó	1948 XVII.Sportisk.
Szabó Papp Orsolya	1949 BEAC
Szalay Ibolya	1948 Nyíregyh.Kölcsh.g.
Szűcs Zsuzsa	1949 Dorogi Bányász
144 Kiss Anna	1949 Gödöllői MEDOSZ
Pozsár Eszter	1948 Jászber.Vasas
143 Bereczky Erzsébet	1950 Sárvári Kinizsi
Maros Éva	1948 Bp.Helyiip.SC

Diszkoszvetés

33.90 Krupity Ilona	1948 Bajai MTE
33.01 Czeglédi Sára	1948 MTK
32.63 Bayer Mária	1949 Komárom.Sportiskola
31.97 Szalontai Zsuzsa	1948 Szeksz.Dózsa
31.88 Nyitrai Zsuzsa	1948 Misk.Sportisk.
31.62 Ketykó Teréz	1949 Vasas Izzó
31.26 Tóth Julia	1949 Gyulai MEDOSZ
30.80 Szőke Mária	1949 Komló Bányász
30.31 Skultéty Mária	1948 Gyulai MEDOSZ
30.13 Mikó Irén	1948 Debr.Sportisk.
30.09 Sárosi Katalin	1948 15.sz.ITSK
29.28 Balogh Magdolna	1949 Csepel SC
28.93 Buzás Julia	1950 Bp.V.Meteor
28.78 Sári Ágnes	1948 Bajai MTE
28.20 Lengyel Éva	1948 Szabolcsm.Sportiskola
Lovász Éva	1948 54.sz.ITSK
28.18 Kósa Zsuzsa	1950 Bp.V.Meteor
27.95 Kovács Magdolna	1948 Őzdi Kohász
27.91 Deli Ilona	1949 Bajai MTE
27.77 Szeghi Paula	1948 Szeg.Sportisk.

Gerelyhajítás

43.56 Lengyel Éva	1948 Szabolcsm. Sportiskola	33.46 Egressy Mária	Bp. Vasas
41.25 Putankó Márta	1948 Bp. Honvéd	32.26 Baier Mária	1949 Komárom Sportisk.
40.96 Tóth Magda	1948 MTK	32.34 Majoros Vera	1949 Bp. Póstás
36.98 Marton Sarolta	1948 Szfhv. Spart.	32.16 Kubász Judit	1948 XIV. Sportisk.
36.12 Jakab Vera	1949 Gyöngy. Bányász	32.06 Mészáros Lenke	1949 Szolnoki MÁV
35.44 Bartha Julianna	1950 Komló Bányász	31.81 Tóth Julianna	1949 Gyulai MEDOSZ
35.40 Viniozai Mária	1948 Szfhv. Spart.	31.60 Hegedűs Erzsébet	1948 Orosh. Táncs. g.
34.21 Bory Vera	1948 Bp. Honvéd	31.55 Sári Ágnes	1948 Bajai MTE
33.89 Nyitrai Zsuzsa	1948 Misk. Sportisk.	31.22 Javorek Ágnes	1948 BVSC
		31.09 Kecskeméti B.	1949 Misk. lól. ITSK
		30.47 Terdik Éva	1948 Bp. Petőfi

AZ ATLÉTIKA NÉPSZERUSÍTÉSÉRŐL

/Kaposos Lajosnak a tatai edzői értekezleten elhangzott előadása/

Az atlétika a sportok királynője - mondják a sporttal foglalkozó szakemberek és laikusok. Mi atléták ezt úgy értjük, hogy elsősorban a sportok anyja és tömegével küldi a sokoldalúan képzett gyermekeit a többi sportágba. Nagyon jól tudjuk, hogy az atlétika megfelelő alapképességeket biztosít a többi sportág eredményes űzéséhez. Mégis azt szeretnénk, ha elsősorban atlétákat nevelnénk és egyre kevesebb sportoló tekintené sportéletében az atlétikát csak időszakai állomásnak.

Amíg a sportjátékok gyakorlása közvetlen öröm-élményt nyújt, addig az atlétika veritékes, megfeszített munkát jelent és nem minden esetben vezet azonnal eredményre. Ahhoz tehát, hogy több atlétánk legyen és jobb eredményeket érjenek el, meg kell találni azokat a módszereket, eszközöket, amelyekkel vonzani tudjuk a fiatalokat. Ez fokozottabb és különböző tennivalókat igényel. Nagy tömegeket szeretnénk mozgatni, a tömegek azonban nem mindig figyelnek erre fel. Első feladatunk tehát az érdeklődés felkeltése és az atlétika megszerettetése. Sok nézőt, érdeklődőt kell vonzanunk az atlétikai eseményekre, sok pedagógust, szülőt és fiatalot kell az atlétika iránt fogékonyra tenni.

x x x x

E feladatok megoldásához meg kell vizsgálnunk a magyar atlétikára jellemző mai helyzetet.

Néhány tárgyi tényezőt kell megemlítenem.

Elsősorban:

Nincs több 5-6 ezer aktív versenyzőnél. Ez igen kevés és sajnos, ennek a viszonylag kis létszámnak sem megfelelőek mindig az edzőkörülményei. Bizonyos szerek hiánya tapasztalható, s ez akadályozza az atlétika egyes ágainak eredményes és tömeges gyakorlását - rudugrásban, gerelyhajításban, kalapácsvetésben, gátfutásban. Súlyosbitja a helyzetet az is, hogy eléggé költségesek az atlétikai szerek. Szinte lehetetlenség úvegdrut megfélelő mennyiségben kapni - és pl. egy versenygerely 2.500 forintba kerül. Nincs hiány a pályák számában, de nagyon kevés jól karbantartott pályánk van.

A helyzetkép tökéletes kialakításához néhány szubjektív tényezőt is fel kell sorolnom.

Sportkörünkben kevés az olyan sportköri vezető, aki igazán szereti és támogatja az atlétikát. Nem ismerték fel eléggé az atlétika tömegsport jelentőségét és az előbb említett objektív feltételek miatt kevés a biztosíték arra, hogy ez a szemlélet a közeljövőben kedvezően változzék. Meg lehet érteni ezt az állásfoglalást, mert a drága szerek és a pályakarbantartás nehézségei miatt állandóan csak bajuk van az atlétákkal, nem érdeklődik nagy közönség az atlétikai események iránt, tehát nem várható a bevétel kedvező alakulása sem és aki eddig nem szerette meg az atlétikát, az nem a problémák a nehézségek alapján fogja ezután megszeretni.

Ugyanakkor be kell mutatni az atlétika helyzetének jó oldalát is.

Magyarországon kb. 20 olyan sportegyesület van, ahol nagyon fontosnak tartják az atlétika fejlesztését és ennek érdekében sokat is tesznek érte. Az atléta edzők száma 400 fölött van. Ezek az emberek többségükben jól képzettek, az új iránt érdeklődő és az atlétikáért lelkesedő szakemberek.

A vidék atlétikai helyzete kedvező. Emelkedik a vidéki ifjúsági atléták száma és javulnak eredményeik. Az iskolák többségében a testnevelő tanárok érdeklődéssel és szeretettel foglalkoznak az atlétikával, s ennek eredménye néhány év múlva már tapasztalható lesz.

/Folytatjuk/

Felölös Szerkesztő: Farkas Pál

Felölös 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. csékszámlájára

Z-650122-Sportszorosító

Felölös a vállalat igazgatója