



1969 OKT 1 7

ATLÉTIKA

OLVASÓTEREM

A TARTALOMBÓL:

Európa-Amerika kontinensek közötti atlétikai
viadai tapasztalatai

Az alsó végtag mutatóinak összefüggése a távol-
ugrás eredményeivel

Időmérésünk jelenlegi helyzete

Miben látom a tízpróba elmaradottságát ?

A maratoni bajnokság eredményei

Az összetett felnőtt bajnokság eredményei

Az országos ifjúsági bajnokság eredményei

A bajnoki pontverseny állása 1969. szeptember

5-én

1969
10

CAFÉ DO BRAZIL



**A KIVÁLÓ KÁVÉKEVERÉK
KÜLÖNFÉLE
BRAZIL KÁVÉFAJTÁKBÓL**

ATLÉTIKA

XIII. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1969. 10. szám

Európa - Amerika

kontinensek közötti atlétikai viadal tapasztalatai

Abban a szerencsés helyzetben voltam, hogy mint turista, az Európa-Amerika kontinensek közötti atlétikai viadalon jelen lehettem.

Július 25-én az amerikai atléták megérkezésének napján már Stuttgartban voltam, így minden délelőtti és délutáni edzésüket megtekinthettem. Sajnos, az európai csapat csak két nappal később érkezett meg a verseny színhelyére, így edzésükből nem sokat láthattam.

A látottakat, a tapasztalatokat e cikk keretében szeretném ismertetni, kiemelve azokat a fontosabb részeket, melyeket az edzői munkában felhasználhatunk. A megállapításokat, a látottakat, a módszereket, mint mindent, amit megismerünk, természetesen átgondoltan kell elfogadnunk. Ezeket az ismereteket minden edzőnek az elméleti és gyakorlati tudása összevetésével, saját edzői alkotóműhelyében kell úgy felhasználni, hogy az ne váljék sablónná. Korunk tünete az is, hogy hajlamosak vagyunk minden divatos áramlatot egyből elfogadni, különféle szakirodalmi ismeretekre hivatkozva edzeni tanítványainkat, alakítani ki edzői módszereinket, stb.

Ezért a leírtakból kellő konzekvenciával annyit vegyünk át, amennyit jónak találunk - inkább gondolatébresztő ismertetést szeretnék adni.

D o b ó k :

Először az erőfejlesztő munkáival foglalkozom.

Már Tokióban megfigyeltem, hogy az amerikai dobóatléták erőfejlesztő munkáját mindenáron a nagy erőre való törekvés jellemezte. A szovjet sportsajtóban még 1967-ben is olyan értelmű cikkekkel találkoztunk, hogy a dobók maximális erejét és testsúlyát meg kell növelni - mert az atléta testsúlya és sportbeli teljesítőképesége között összefüggés van. Sőt egyes szovjet edzők W. Petrov és W. Tschudinov/ 150 kg-ban jósolták a jövő bajnokainak testsúlyát.

Nem vitás, hogy az izomtömeg növekedése fokozhatja a sportoló maximális erejét, azonban nem biztos, hogy ezzel a dobóatléták számára oly fontos és nélkülözhetetlen speciális irányú gyors erőképeség is növekszik.

Az amerikai dobók edzésein láttam, hogy képesek három órán át megszakítás nélkül súlyt emelni úgy, hogy majdnem állandóan nagy súlyokkal dolgoznak. Hogy milyen erősek és mennyire elsődlegesnek tartják az erőképeséget, arra érzékeltetésül néhány adattal szeretnék szolgálni.

Név	testsúly	fekvenyomás	szakítás	guggolás	mellhez felvétel
Saib	130	200	147	270	
Steinhauer				290	
Cole	115	240	140	340	165
Frenn	112	220	135	360	160

Ezen kívül Cole 160 kg-t nyom állva. Frenn pedig földről az állás helyzetéig 340 kg-t /!!!/ emel fel. Annak ellenére, hogy nagy súlyokkal dolgoznak, nem láttam elváltozást náluk; a gerincoszlop élettani görbülete normális volt - pedig a felsorolt kilógramm-adatok nem mindennapi kontrakciókat váltanak ki a gerincoszlopra. Bizonyára fokozatos terhelésekkel, jól előkészítve kezdték el az erőfejlesztést és jutottak el ilyen fokra.

Minden versenyzőnek csak 6-7 kedvező gyakorlata van, s ezek inkább az általános erő fejlődését segítik elő. Speciális jellegű gyakorlatokat - melyek az ideg-izomrendszert élettani változásaiban a szorosan vett atlétikai dobószám számára kedvezőbb, hatásosabb változásokat idézik elő - nem láttam és ezen nagyon meglepődtem. Hiszen 1964-ben Oerter, Szilveszter, Long és Matson erőfejlesztő edzésein az általános erőfejlesztő gyakorlatok mellett láttam néhány fontos speciális jellegű erőfejlesztő gyakorlatot is.

Mivel nagy súlyokkal és intenzíven dolgoznak, a törzs körüli nagy izmok rendkívüli mértékben fejlettek - és ez, véleményem szerint, már felesleges. Az embernek az az érzése, hogy öncélú izomvastagodásra törekszenek és nem az atlétikai ág mozgásához igazodva az izmok, ízületek megerősítésével, a szükséges irányú erő ésszerű növelését akarják elérni. Ezért dobás közben is lassú, lomha mozgásúak. Ez a jelenség ezek után érthető is, mert nem a dobószámra jellemző, nélkülözhetetlenül fontos speciális irányú gyors-erő-fejlesztésének módszerét alkalmazzák.

Európa dobói feltétlenül felülmúlják a viadalon jelenlévő amerikai dobókat az erőfejlesztő módszerekben.

Az európai dobók jóval kisebb testsúllyal és általános erővel rendelkeznek. Pl. a diszkoszvető Milde csak 150 kg-t nyom fekve, ebben az évben pedig nem is guggolt, mert csigolyabántalmakkal bajlódik, mégis az idén 63 méter feletti eredményével új NDK csúcst állított fel diszkoszvetésben. Azonban speciális erőfejlesztő munkája rendkívül ésszerű.

Az európai dobók jóval karcsúbbak, kidolgozottabbak. Az ésszerű speciális erőfejlesztés lehetővé teszi, hogy az ízületek mozgáshatára kiterjedtebb, lazábbak, atlétikusabbak és különösen törzsben sokkal mozgékonyabbak. Az európai dobók nagyobb speciális erővel rendelkeznek, megtalálják az általános és speciális erőfejlesztés egymáshoz viszonyított helyes arányát. Csak annyi általánosat vesznek be, amennyi feltétlenül kell, amennyi növeli a speciális irányban kifejlesztett izmok hatékonyságát. Az európai dobók mozgásra is koordináltabbak, jobb technikával rendelkeznek. Az amerikai dobók mozgá szerkezetében a dinamikus egyensúlyérzetek és helyzetérzetek megnyilvánulásai nem olyan differenciált módon jelentkeznek, mint az európai dobóknál, ízületek mozgáshatára korlátozott, beszűkült, az izmok elasztikussága rosszabb, továbbá az egyes izmok egymáshoz viszonyított aránytalan fejlettsége is feltűnő. Izomérzékelés, belső mozgás-élmény, az izomállapot változások megteremtésében is elmaradnak az európaiaktól.

Emiatt nem tudtam felfedezni náluk az erőfeszítés és az előfeszülések különböző változatait, melyet a dobómozgás egyes helyzeteiben meg kellene teremteniük.

Az európai dobók a dobószámok mozgá szerkezetének összetevőiben az ugynevezett tartalmi jegyek elmélyítésében, ezek tudatos kialakításában, egymásbaolvasztása tekintetében is magasan megelőzik a jelenlegi amerikai dobógárdát.

A verseny előtti erőfejlesztő munkájukat is alkalmam volt megfigyelni. Általában a verseny előtti két nappal ugynevezett ráhangoló erőfejlesztést végeztek. Ez a verseny előtti ráhangoló erőfejlesztés azonban merőben különbözik a nálunk kialakított és használt módszerektől, elképzelésektől. Pl. a kalapácsvető Frenn és a diszkoszvető Cola két nappal a verseny előtt 260 kg-mal mélyguggolásokat végeztek /a comb párhuzamos a talajjal/ a következő súlyokkal és ismétlésszámmal: 5x180, 5x210, 2x230, 2x250, 1x260. Ezen kívül 290 kg-t emeltek fel a földről, s mint mondták, ezzel a gyakorlattal egy kicsit tónusba hozták hátizmaikat. Ezek a hatalmas súlyok, melyekkel az amerikai dobók dolgoztak, jóval túllépik azt a mértéket, amely a közvetlen verseny előtti, vagy azt megelőző nap, vagy napok erőfejlesztésének feladata: az idegrendszer és a mozgatóapparátus tónusa kedvező emelkedésének megteremtése.

A kalapácsvető Frenn pl. elmondotta, hogy teljesen egyedül edz, nincs edzője. Ez több élvonalbeli dobóra is vonatkozik. Edzéseken a versenyzők egymást segítik, biztatják.

Technikai vonatkozásban az európai versenyzők mozgása messze felülmúlta a viadalon résztvevő amerikai dobókat.

Súlylökésben a német Hoffmann és Gies nemcsak eredményességükkel, hanem mozgásukkal is messze kiemelkedtek a mezőnyből. Az amerikai versenyzők majdnem kifejezetten karból dobtak. A mérhetetlen erőfeszítés következtében a dobásnál működő csipőtájéki nagyizmok lassúak, ezért a testtel-lökés szakaszában nem tudják eléggé felgyorsítani a golyót, ezért löknek majdnem kifejezetten karral. A német dobók egyszerűen, hosszú úton végzik a mozgást. Azonban mozgásra nem löknek jobban, mint a fénykorában lévő Varjú Vilmos. Viszont úgy, ahogyan a kidobóterpeszben felrobbannak /különösen Hoffmann/, ritkán láttam súlylökőt. Ragyogóan robbantanak a csipőtájéki és törzskörüli izmokkal, gyors a testtel-lökés szakasza, azt hosszasan végzik - ennek következtében a golyó tehetlenségi ellenállása csekélyül válik. Ebből remekül tudják elvégezni a villámgyors kilökést. A dobómozgás lényege megtalálható mozgásukban, nevezetesen az, hogy a kilökés a csukló csapása, az izomcsoportok egymást követő összehangolt működési egymásutánjából adódó kinetikai láncolat következménye - azaz a mozgás az izomműködés, a központból a nagyizmok felől terjed, a mindig karcsúbb, kisebb, de gyorsabb izmok felé. Európa tehát technikai vonatkozásban az adekvátabb erőfejlesztés miatt is jóval megelőzi az amerikai súlylökőket.

Női súlylökésben még nagyobb a különbség az európaiak javára. Verseny előtt Hoffmann már két nappal a verseny előtt nem dobott. Gies viszont két nappal a verseny előtt 20 métert lökött. Az amerikaiak három nappal dobtak utoljára a verseny előtt.

Diszkoszvetésben: hasonló a helyzet. Pl. Cole, aki az idén már 63-64 méteres eredményt ért el, edzésein egyszerűen nem érezte hibáit. Az ízületi-izomérzékelésük nem fejlődhetett ki és eltoompult a túlzott erőfejlesztés következtében. Emiatt nincs olyan önkontrollra lehetőségük. Ez az egyik oka annak, hogy a mozgást nem tudják magas szintre fejleszteni. Az izomfeszülés, az ellenállás állapotából adódó élményszerűséget, az ugynevezett belső mozgásélményeket nem tudják megteremteni. Már az indulásnál, mivel ízületek mozgáshatára korlátozott, nem tudnak úgy elcsavarodni, mozgásuk rövidebb az egyéni lehetőségekhez viszonyítva, mint az európai diszkoszvetőké. A haladó forgómozgás irányával nem törődnek, s az nem is jó irányú. Dane és Milde diszkoszvetése mintaszerű. Haladó forgómozgásuk ideális. Az ugynevezett egylábas - támaszos technikával dobják ki a diszkoszt, - míg a másik két amerikai diszkoszvető a felugrós dobótechnikát alkalmazta. /A jelenlegi világcsúcstartó Silvester is a felugrós dobótechnika híve./ Hogy melyik megoldás a helyesebb és mi az egyik előnye, illetve hátránya a másikkal szemben, azt e cikk keretében nem lehet érdemlegesen kifejteni.

A női diszkoszvetőknél Westermann hallatlan energikusan lenget - de az érdekes,

hogy ebből aránylag folyamatos, ritmusos mozgást tud végrehajtani. Ő is a felugrásos kidobást alkalmazza.

A verseny előtt dobómunkáról: Cole és Wollmer három, illetve két nappal a verseny előtt dobott utoljára diszkosszal. Danek megérkezése után /2 nap/ már nem dobott a versenyig. Milde két nappal a verseny előtt dobott, mintegy 15 dobást, közte 60-61 métereseket. Az előzőek éles ellentéte, hogy Westermann a verseny előtti napon nagyon erős dobóedzést tartott. Legalább 20-szor dobott, és a dobásai 58 és 61 méter között voltak.

Kalapácsvetés: A győztes Theimer mély helyzetben szimpla előlengetést alkalmaz. Egyszerű mozgással mély helyzetben rendkívül gyorsan forog. Nála látszik legkifejezettebben a lefelé történő hosszú úton kivitelezett gyorsítás.

Zsivótzky sérült derékkal és fáradtan dobott, így mozgása nem lehetett a töle megszokott jó kivitelezett mozgás. Technikája a jelen pillanatban is a legjobb a világon. Az amerikai Frenn eddig nem törődött a technikával, csak az erővel, és így jutott el 69 méter fölé. Saját bevallása szerint most szeretné elsajátítani a technikát, most kezd megismeretni az atlétikát! Eddig az volt a véleménye, hogy a láb és a derék erejének növelésével majd jóval 70 méter felett dob. Ez azonban egyelőre nem megy. Frenn rendkívüli erejére jellemző, hogy a Mr. Amerikai Show összejövetelén csak a 158 kg-s P. Casey guggolt nagyobb súllyal /370 kg-mal/. Ezeken a versenyeken szokásos fekvénymás, guggolás, földről állás helyzetéig történő felvétel összege Frennél 920 kg!!! Ez rendkívüli teljesítmény és erősen megközelíti az ilyen jellegű nyilvántartott nem hivatalos világcsúcst.

Gerelyhajítás: Nevala a finnekre jellemző mozgással eléggé biztos volt az esőtől csúszóssá vált tartán nekifutón. Egyszer el is esett. A sérült Kinnunen árnyéka volt önmagának. Kulcsár Gergely biztos győzelmet aratott volna a két kezdő amerikai gerelyhajító felett.

Összehasonlítva a látottakat /melyek természetesen nem lehetnek teljesek/ a mi felkészítési módszereinkkel, azt kell mondanom, hogy a dobásoknál sem technikai vonatkozásban, sem a felkészítés módszerei tekintetében nem vagyunk lemaradva, sőt néhány dobószámban előbb járunk.

Viszont erősen lemaradtunk a kiválasztás és az orvosi együttműködés vonalán. Atlétáink nem kapják meg azt a segítséget, amit az NDK sportorvosi apparátusa nyújt versenyzőiknek. Továbbá az NDK-ban a gyógyszergyárak a különböző készítmények kikísérletezésével és azok ésszerű felhasználásával segítik atlétáikat eredményes felkészülésükben. Erre fényes bizonyíték, hogy az NDK atlétikája az utóbbi években nagyon előretört.

Ezen a vonalon sürgősen előre kell lépünk. Közeledik a müncheni olimpia, és ha ott a hagyományoknak megfelelően akarunk szerepelni, akkor minden elvesztegetett idő értékes pontjainkba kerülhet!!!

R ö v i d t á v f u t ó k :

Mint érdekességet szeretném kiemelni az amerikai futók váltóedzését. Feltűnő volt, hogy az amerikai futók milyen sokat melegitenek. A váltó két első tagja Greene és Vaughn egymás után a váltó összeállítása sorrendjében lassú laza futás közben váltást gyakoroltak. Fantasztikus gyors mozdulatokkal, szinte váratlanul nyújtották hátra a kart, a mögöttes lévő futó villámgyorsan felülről lefelé adta át a váltóbotot /mert hátrafelé is váltottak!/. Azután négy lépésre hangra váltottak, s az adott jelre gyors kézletétellel válaszoltak. Ez két és fél körön keresztül folyt. Ezután négy perc pihenő következett és ekkor már hárman végezték az előbbi váltási skála gyakorlatait, újabb körön keresztül.

Ezt követően sokat gimnasztikáztak. A gimnasztika után a váltó négy tagja lassú lötyögő futás közben váltott, s a váltóbot vándorolt folyamatosan előre-hátra. A négy váltótag ezt még két körön keresztül /1/ gyakorolta.

Ezután erőteljesen szkipelték 80 métereket, majd 8-10 repülőfutás következett. Csak ezután állt fel a kezdő Greene és Vaughn a saját váltóhelyeire és ott gyakorolták a váltást. Kb. 20-szor váltottak, mindig növekvő sebességgel, fokozatosan közelítve meg a legnagyobb sebességet. Az utolsó 3-4 váltás már teljes erőbeadással történt. Ezután a második és harmadik ember: Vaughn és Hurd kezdtek el a komoly váltásokat, majd pedig Hurd és Carlos következett. Ők már csak 10-12-öt váltottak az előző módon. Csak a fárasztó munka után kezdtek rajtolni. Más alkalommal is a rajtolásokat mindig a futóedzések végén végezték! Egyébként, ha nem váltóedzés-jellegű edzésük volt, a váltás akkor is szerepelt valamilyen formában. Az az érzésem, hogy az amerikai férfi váltó többet váltott 4 nap alatt, mint a magyar váltó egy fél év alatt.

Nőknél pl a koordináló jellegű futásokat is váltásokkal oldották meg. 4x200, majd 4x100 métereket futottak közepes iramban, de csak a váltások gyorsak. A váltásokat azért iktatják be ilyen sűrűn az edzésprogramba, hogy egyrészt a váltó tagjai összeforranak egymással és a váltóbottal, másrészt, ami igen lényeges, hogy így a kemény futóedzések nem olyan fárasztóak és egyhangúak.

Érdekes volt megfigyelni, hogy közvetlenül a verseny előtti két napon rendkívül intenzív, szinte lökészerű terhelést kaptak a futóatléták.

A levezető futásuk könnyebb, feltűnően hosszan lépnek el bokából és minimum 2-3 kört "lötyögnek". Edzés közben is, ha van egy kis idejük, lötyögve futkároznak.

A futók combhajlító izmai feltűnően fejlettek voltak, s emellett még rendkívül lazák is.

A futók egy-egy edzés keretében két-három esetben abbahagyták az edzést, lementek a pályáról és elmentek gyúratni. A gyúrók fantasztikusan értik mesterességüket, a gyúrárok számtalan változata szerepel repertoárjukban. Helyiségük inkább egy jól felszerelt gyógyszer-tárhoz hasonlított. A különféle bedörzsölőszerek, speciális gumifáslik, combgumik sokfélesége egészítette ki felszerelésüket. Kisebb húzódás és izomgörcs után 10-15 perces kezelés, majd "pakolás" és masszázs után még edzettek a versenyzők!

A rövidtávfutók nagy gondot fordítanak a hasizmokra, a csipő-horpasz-izomokra, combemelő izmokra és combhajlító izmokra. Minden futóedzés után a pályán is, vagy pedig a teremben bordásfalon és különböző erősítő szereken foglalkoztatták az előbb említett izmokat, izomcsoportokat.

Gimnasztikájukból érdekességként megemlítem, hogy két, három, vagy több atléta egyszerre végezte ritmusban, hol fokozva, hol lassítva a tempót. Egy-egy gimnasztikai gyakorlatot legalább hússzor ismételték teljesen összehangolt ritmusban. Nagyon változatos gimnasztikai gyakorlatokat végeztek: állásban, ülésben, fekvésben - legalább 30 percen keresztül.

Nagyfokú mozgáskoordinációt igényelt a gimnasztika befejező aktusa, amikor a versenyzők /rövidtáv- és gátfutók/ szinte minden porcikájukat átmozgatták, szinte vibrációs, felrázó összmasszázszt alkalmaztak, s tulajdonképpen ezután kezdődött az igazi edzés.

Szécsényi József

Hazai tükörben szépek vagyunk?

Az ifjúsági és utánpótlás válogatott befejezte 1969. évi nemzetközi szereplését.

Nézzünk bele a tükörbe és próbáljuk megállapítani, hogy szépen vagyunk-e, vagy maradtunk csúnyák?

A fiatalok értékelése nem olyan egyszerű, mint a felnőtteké, nem lehet csupán a számszerű eredmények alapján egyértelműen levonni a következtetést. A fejlődést, vagy visszafejlődést csak összehasonlítással lehet lemérni, elsősorban önmagunkhoz, másodszorban másokhoz.

Az első szempont alapján értékelve, határozott fejlődésről beszélhetünk még akkor is, ha nem dőltek halomra az ifjúsági és utánpótlás csúcsok. A csúcsok elérése csak abban az esetben jelent fejlődést, ha a versenyzők a későbbiek folyamán is képesek eredményjavításra. Ez elsősorban a végzett munka mennyiségétől és minőségétől függ - a versenyző adottságain kívül. Bőven rendelkezünk olyan tapasztalatokkal, amikor a korai jó eredményeknek nem volt folytatása. Ilyen esetben nem beszélhetünk fejlődésről, még akkor sem, ha a versenyző országos csúcsot ért el fiatal korában.

A jó képességekkel rendelkező versenyzőink nagy része mögött most már olyan munka van, amire a továbbiakban is lehet építeni. A jó alap - távlatokat tekintve - többet jelent, mint a megalapozatlan csúcseredmény. Ezekre a versenyzőkre felnőtt korukban is biztosan számíthatunk.

A mások eredményeihez viszonyítva nem ilyen egyértelmű a fejlődés. Ellenfeleink jobbak, legtöbb versenyszámban megelőzték minket számszerű eredményekben. Azt viszont nem tudjuk, hogy milyen munka hatására érték el a nálunk jobb eredményeket.

A válogatott viadalok tükrében valamivel szebbek vagyunk, mint eddig. Ezt elsősorban az NDK elleni viadal bizonyítja, ahol sokkal több számban kényszerítettük ellenfeleinket nagy küzdelemre. Rontja a képet lányaink veresége a lengyelektől, amely egy pech-sorozat eredménye lett. Azok a pontok hiányoztak, melyeket sérült versenyzőink egészségesen biztosan tudtak volna hozni.

Reális képet lehet nyerni fejlődésünkről az ORT-n való szereplés alapján. Az eddigi legeredményesebb szereplés volt ez, hiszen több, mint háromszor annyi II.-VI. helyezést értünk el, mint az eddigi legjobb alkalmával. Első helyet ugyan nem szereztünk, de több versenyzőnk előtt ott állt a lehetőség, csak az utolsó pillanatban kerültek hátrányos helyzetbe. Az élmezőny itt is annyira tömörült, hogy az első három között minőségi különbség nincs. Azok az eredmények, melyekkel versenyzőink a helyezéseket megszerezték, jobbak jóval, mint amilyenekkel korábban helyezettek tudtak lenni. Ezek a tények. A helyezések száma és az elért eredmények bizonyítják, hogy lépéseket tettünk előre, de más országok lépései sokkal hosszabbak voltak. Különösen az NDK javulása szembeütő, de a bulgár és román versenyzők is nagyon sokat fejlődtek.

Fejlődésünket úgy lehetne legjobban jellemezni, hogy magunkhoz viszonyítva szélesebb élvonallal rendelkezünk. Ezek színvonala a nemzetközi élmezőny közepén helyezkedik el.

Örvendetes tény, hogy versenyzőink nagy része legjobb eredményét nemzetközi versenyeken érte el. Ez azt jelenti, hogy tehetséges fiataljaink kiváló versenyzői erényekkel rendelkeznek. Természetesen vannak néhányan, akik a nagy feladatok súlya alatt még nem képesek hozni legjobb eredményeiket, de ezeket sem szabad félreállítani, inkább támogatni kell, hogy a jó versenyzői tulajdonságokat ki tudják majd fejleszteni.

Globálisan tekintve, a fejlődés kétségtelen, de nem ennyire egyértelmű, ha azt szakáganként nézzük végig.

A vágótáplálók fejlődése megtorpant. Az elmúlt évben annyi tehetségesnek látszó lányt alig sikerült felvennünk, mint eddig még soha. Ebben az évben azonban nem jöttek az eredmények úgy, ahogyan azt várni lehetett volna. Abban az esetben, ha a munka - amit az u-

tánpótlás keret felkészülési tervében lefektettünk - az alapokat igyekszik most biztosítani. A helyzet mégis megnyugtató, mert a versenyzők nagy része elérte az elmúlt évi legjobb eredményét. A fiúknál a helyzet változatlan, csak mérsékelt eredményeket érnek el.

Mindkét nemnél felvetődik az a kérdés: nem lenne ésszerűbb a mérsékelt gyors vágtaúzókat 400 méterre állítani, mert a tapasztalat azt mutatja, hogy 400-as felkészüléssel a 100-on, 200-on elért eredmények is legtöbb esetben javulnak, és emellett lehetőség lenne arra, hogy közülük nemzetközi szintű 400-ast neveljünk.

A gátfutók magukhoz viszonyítva sokat fejlődtek. Ugy látszik, hogy következetes munkával tovább lehet lépni. Természetesen, ennek feltétele, hogy vágtaúzóink megfelelő munkát végezzenek és a gátfutás ne csak ritkán előforduló kiegészítő mozgásként szerepeljen edzéseikben, hanem egyik sarkalatos pontja legyen. Ugyanilyen fontos, hogy a gátfutók pedig gátfutással készüljenek más jellegű munka mellett a gátfutásra.

A közép- és hosszútávúfutók átlagban nagyon gyenge, esetleg közepes eredményeket értek el, kivételt egy-két versenyzővel tehetünk csak. Elsősorban a rossz eredményekben a különböző nem korszerű edzésrendszereket, ezen keresztül az edzők és versenyzők helytelen versenyzési felfogását lehet kárhozatni. Változatlanul az a véleményünk, hogy egységes elvekre épített edzésrendszer alkalmazásával és eredményre törekvő versenyzési felfogással néhány év alatt ki lehetne lábalni a jelenlegi mély hullámvölgyből.

Az ugrók szereplését nagyon pozitívan kell értékelni. A fejlődés megindult, különösen magasugrásban és női távolugrásban. A hármасugrás látszatra kicsit gyengélkedik, de reméljük, csak átmenetileg, mert kiváló képességű versenyzőkkel rendelkezünk, akik ésszerű és következetes munkával két-három év alatt Európa élvonalába kerülhetnek. A férfi távolugrásban csak egy-két kiváló képességekkel rendelkező versenyző van. Ezt összefüggésbe lehet hozni a gyenge vágtaúzó eredményekkel. A rúdugrás, amíg olyan költséges versenyszám lett, hogy egy versenyzőnek egy évi rúd ellátása összességében több, mint az átlag egyesület egész évi felszerelési ellátmánya, fejlődést nem várhatunk.

A dobószámok nagyon vegyes képet mutatnak. Határozott fejlődésről csak a női gerelyhajításban beszélhetünk, ahol több olyan versenyzővel rendelkezünk, akik már jövőre elérhetik az 50 métert. Női súlylökésben egy, diszkoszvetésben két versenyzőnk van csak, akik alkatilag is megfelelőek.

A férfi számokban most jutottunk el oda, hogy olyan versenyző gárdával rendelkezünk, akik alkatilag és képességeik alapján nagy eredmények elérésére alkalmasak. Kibontakozásukhoz azonban még néhány évre szükség van.

Összegezve:

Utánpótlásunk megindult a fejlődés útján, ezt a fenti tények bizonyítják. Azonban a fejlődés ütemével nem lehetünk elégedettek. A korszerű edzésrendszer széleskörben való elterjedése, a helyes kiválasztás további eredmény javulást hozhat. A vidéki góccok kialakítása nagyon nagy lépés lenne előre, de ennek - jelenleg - komoly akadályai vannak, nem úgy kezelik az atlétikát, mint pl. a labdajátékot. Fejlődésünkben pedig - a fentiekén kívül - feltétel lenne még a további tömegesítés.

Örvendetes tény, hogy edzőink nagy része belátta, a fiatal atlétákkal távlati tervek alapján kell dolgozni és kerülni kell a megalapozatlan nagy eredmények hajszolását.

Tusz Ferenc

Az alsó végtag alkati mutatóinak összefüggése a távolugrás eredményeivel 15-16 éves középiskolás fiúknál

Az atlétikai eredmények fejlődése az elmúlt néhány esztendőben ugrásszerűen emelkedett, melyet az edzés módszerek elterjedése, a sportolók kiválasztása és a modern technikai vívmányok segítettek. E hármас komplexumból elsősorban a kiválasztást emelném ki, melyben még számos kérdés vár tisztázásra és melyben a vizsgálódás még távolról sem befejezett.

A sportolásra jelentkező fiatal több szempontból kerül vizsgálatra. Megméri erejét, gyorsaságát, vizsgálják légzési, keringési rendszerének állapotát és megállapítják azt is, hogy magas növésű, vagy éppen alacsony.

Ennél azonban alaposabb elemzésre van szükség az alkati értékelésnél, hiszen ennek megváltoztatására - különösen a hosszúsági méretek tekintetében - alig van lehetőség.

Vizsgálatomban annak megállapítását tűztem ki célul, hogy milyen összefüggés található az alsó végtag antropometriai mutatói és a távolsági eredmények között.

Dr. Dobó Ferenc /1/ a távolugrás, valamint a gyorsaság, a Sargent-teszt szerint mért ruganyosság és a testmagasság kapcsolatának regresszió-elemzésével megállapította /ugyancsak 15-16 éves fiúkra vonatkozólag/, hogy az ugrás távolságát döntően a felugrás /mintegy 73 %-ban/, majd a gyorsaság /mintegy 12 %/ s szinte elhanyagolhatóan /mintegy 2 %-ban/ a testmagasság befolyásolja. A fennmaradó 13 %-ot egyéb tényezők - pszichés állapot, ugróhely, stb. - de, megítélésem szerint, az alkati adottságok képezik. Nem érdektelen megvizsgálni tehát az alsó végtag szerkezetének összefüggéseit sem ebben a relációban.

A vizsgálat menete és módszere:

Méréseimet 28 első és második középiskolás fiú tanulón végeztem. A távolugrás eredményét az elugrógerenda figyelmen kívül hagyásával, a valóságos ugrást mérve rögzítettem. Az antropometriai adatok a MARTIN-féle mérőtechnika előírásai szerint hiteles mérőeszközzel vettem fel. Az antropometriában a végtagok hosszúsági méreteit a jobb végtagon mérik. Felvetődhet tehát, hogy nem jelent-e hibaforrást, ha bal lábas elugró esetében is a jobb végtag adatai kerülnek a jegyzőkönyvbe. Ennek kiküszöbölésére mind a két végtagot megmértem. Az adatokat összeegyeztetve, azt tapasztaltam, hogy a szimetria alig mutatkozott, s ezért számításaimhoz a jobb végtag adatait használtam.

Az életkor kiszámítása után - amely a ± 6 hónap alapján történt - az összefüggést páros korreláció-számítással vizsgáltam, melynek megbízhatóságát a standard hiba m_r /háromszorosa adja. Ha ez nem nagyobb a korrelációs együtthatónál, az összefüggés statisztikailag biztosítottnak tekinthető.

Értékelés

1. számú táblázat

Alkati mutatók	$\bar{x}$	Min. - Max.
Alsó végtaghossz	93.9	90.1 - 93.7
Combhossz	47.5	44.2 - 53.0
Alsóárhossz	38.7	34.6 - 45.5
Combkerület	50.3	43.0 - 56.5
Alsóárhkerület	34.5	32.1 - 32.5
Távolugrás	42.2	358 - 492

Az 1. számú táblázat, tájékoztató jelleggel, a számtani átlagot és a minimum-maximum értékeket tartalmazza. Ebből megállapítható, hogy a tanulók fejlettsége jó; az adatok variációs szélessége - és így szórása is - normális.

A 2. számú táblázatban a korrelációs együtthatót és standard hibáját tüntettem fel. Mivel a kapcsolat lineáris jellegű, lehetőség adódott regressziós egyenes megszerkesztésére. Ennek adatait, az egyenes irányát meghatározó "b" értékét, valamint az egye-

2. számú táblázat

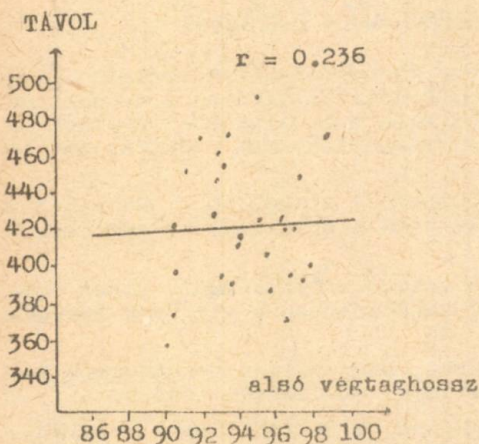
Alkati mutatók	r	m_r	b	regressziós egyenes
				$y = a + b \cdot x$
Alsó végtaghossz	0.236	0.07	0.278	$y = 395.9 + 0.278 \cdot x$
Combhossz	0.328	0.10	6.102	$y = 132.0 + 6.102 \cdot x$
Alsóárhossz	0.137	0.10	4.087	$y = 263.8 + 4.087 \cdot x$
Combkerület	0.556	0.10	5.338	$y = 153.8 + 5.332 \cdot x$
Alsóárhkerület	0.307	0.10	6.358	$y = 202.6 + 6.358 \cdot x$

nes egyenletét ugyancsak ez a táblázat tartalmazza. A "b" együttható arra ad feleletet, hogy a független változó /antropometriai mutatók/ egységnyi növekedése milyen változást hoz a függő változó /távolugrás/ eredményében. Természetesen a statisztika szabályai értelmében az itt kapott adatok első sorban erre az alapsokaságra érvényesek. Nem követünk el azonban hibát - mert egyrészt az antropometriai adatok, másrészt a távolugrás középértékei az átlagos körülmöknél - ha a kapcsolat értelmezési tartományát általánosabb érvényűnek tekintjük; természetesen a plusz és mínusz variánsok lehetőségének fenntartásával.

A továbbiakban vegyük sorra az egyes alkati mutatók kapcsolatát a távolugrás eredményeivel.

Az alsó végtaghossz, melynek a testmagassághoz

1. sz.

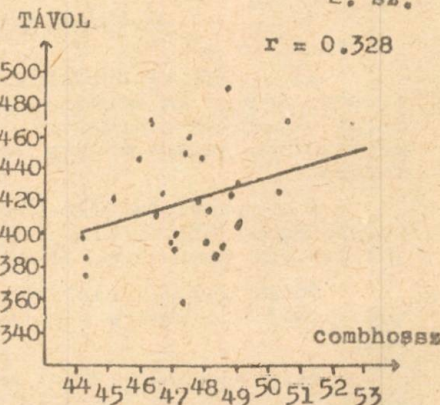


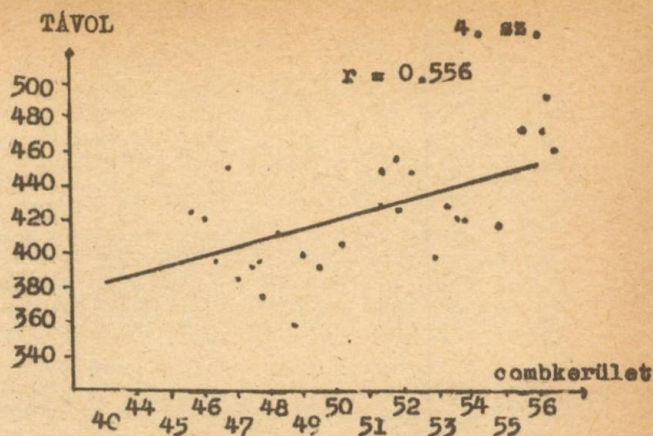
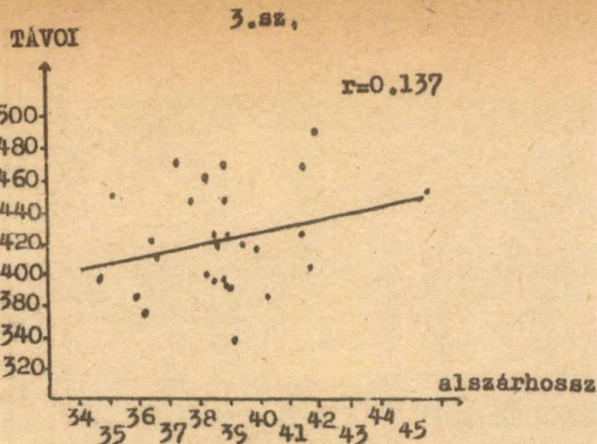
Az alsó végtaghossz, melynek a testmagassághoz viszonyított százalékos aránya megközelítőleg 55 % /54.69 %/, gyenge kapcsolatot mutat a távolugrással. Az a feltételezés tehát, hogy a nagyobb testmagasság s ebből következően a hosszabb alsó végtag nagyobb ugrást eredményez, csak teljesen egyenlő feltételek esetén, s csak kis mértékben igaz.

Ugyanezt igazolta

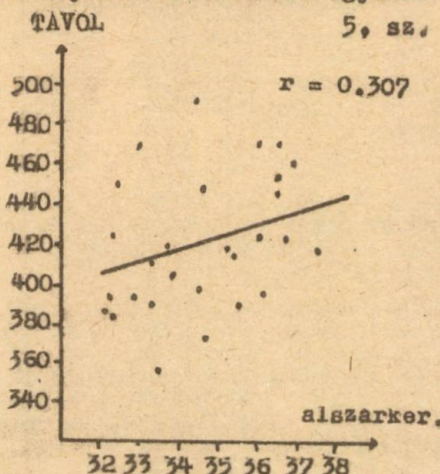
dr. Dobó Ferenc is korábban említett vizsgálatában. A regressziós együttható - melynek vonalát az 1. sz. grafikon szemlélteti, elhanyagolható; 0.278 cm-es növekedést ígér. A combhossz és a távolugrás között közepes kapcsolat mutatkozik. A combhossznak az alsó végtaghoz viszonyított aránya 50 % /49.93 %/. A regressziós együttható viszont igen tekintélyes: 1 cm-re mintegy 6 cm-es eredménynövekedést mutat /lásd 2. sz. grafikont/. Az alsóárhossz gyenge kapcsolata ellenére ugyancsak tekintélyes - 4 cm-es - javulást eredményez /3. számú grafikon/. Ennek aránya az alsó végtaghoz 41 % /40.65 %/.

2. sz.





Az eredményesség tényezői a hosszúsági méretek vonatkozásában, azok arányaiban vannak. A kiválasztás szempontjából ez azt jelenti, hogy nem a nagyobb testmagasság vagy alsó végtaghossz - ugyanis a magasabb súlypont - hoz nagyobb eredményt, hanem az átlagosnál hosszabb comb és alszár. A tehetségeket tehát az 55, illetve 50 % fölötti arányokkal rendelkező egyének között kell keresni.



A combkörület kapcsolata valamennyi alkati tényező között a legerősebb, de még mindig közepes. 1 cm-es növekedése több, mint 5 cm-es javulást eredményez. A plusz és mínusz variánsok azonban arra figyelmeztetnek, - a 4. számú grafikonon pl a 48,2-höz tartozó 470 cm-es ugrás - hogy a combizomzat tömegének van optimális intervalluma, melyet legjobban a comb hossza és kerülete közötti arány megállapításával lehet megközelíteni. A túlzottan nagy tömegű combizomzat lassabban képes összehúzódní, s így a négyzetesen számító gyorsasági faktor szenved kárt, s ezt tovább ronthatja a lendítő láb okozta terhelés. A fentebb említett arány megállapítására végzett számításaim azt mutatják, hogy ez az érték 95-110 % között mozog.

Ugyancsak fontos szerepe van - noha az összefüggés közepes - a combkörületnek is. Befolyásoló hatására jellemző, hogy 1 cm-es növekedése majdnem 6,5 cm-es javulást ígér / 5. számú grafikon /, az összes mutatott között a legtöbbet.

Dr. Dobó által a felugrás javára kimutatott 73 %-os hatás, - úgy vélem - a fentiek szerint oszlik meg, teret hagyva még egyéb tényezőknek is.

Összefoglalva megállapítható, hogy a távolugrás eredményében az alkati tényezők közül döntően az alsó végtag hosszúsági és kerületi arányai játszanak szerepet. Ez egyúttal a kiválasztáshoz, a tehetségek felkutatásához is segítséget nyújt.

/Irodalom: Dr. Dobó Ferenc: Sportmozgások belső kapcsolatai
/Testneveléstudomány I. 1966. 37. c./.

Farmosi István

Az országos bajnokságok után

A sportág életében mindig a legnagyobb versenyre való felkészülés a döntő.

Atlétikában legelső helyen az Olimpia áll, majd sorrendben követi az Európa Bajnokság. Ezek fontos nemzetközi fokmérői hazánk atlétikájának. Az itt elért bajnokságok, helyezések és általában a rajtuk való jó szereplés - és nem hivatalos pontverseny - itt-hon és külföldön egyaránt fémjelzik az egyes országok erejét, nemzetközi erőviszonyát.

Igy tehát feltétlenül a felkészülés előterébe kell ezeket helyezni, minden más versenyt pedig ennek szolgálatába állítani.

Mindazon években pedig, amikor e két nagyjelentőségű sportesemény nem szerepel műsoron, rendezik az Európa Kupát és a válogatott viadalok sorát. Lényegében tehát minden évnek megvan a maga legfontosabb atlétikai eseménye, melyeket a szakvezetés előre ismer és melyek alapján állítják össze legjobbjaink felkészítését.

A helyes elgondolás szerint tehát a hazai versenynaptárt és a külföldi meghívások versenyeket úgy kell összeállítani, hogy ezek segítsék a felkészülést, módot adjanak az erők összemérésére és próbavizsgaként szerepeljenek a nagyobb erőpróbák előtt.

Amennyire több évtizedes szövetségi társadalmi munkám révén ismerem a vezetés elgondolását, a szövetség az előbb említett gondolatmenetet követte a múltban és jelenben is. De ezen túlmenően gondoltak arra is, hogy a közvetlen utánpótlás bekapcsolódhassék a nemzetközi versenyekbe, tapasztalatot szerezzen és az évek alatt gyűjtött versenyritmint majd később kamatoztassa.

Igen, mindez helynénvaló.

Talán lehet vitatkozni az alkalmazás egyes eseteiben, hiszen nem mindenki alkalmas mindig nemzetközi mérkőzéseken való szereplésre /formaingadozás, betegség, felkészülési idő, stb./, de általánosságban erre szükség van, - sőt talán egyes esetekben kevésnek is bizonyult.

Azonban mindez csak az élvonalat érinti.

De mi legyen azokkal, akik még nem értek meg nemzetközi szereplésre, akik munkájuk révén biztatón fejlődnek és erősen ostromolják a válogatottság kapuját? Mindezek - a kevés ifjúsági és utánpótlás válogatott viadalokon kívül - csak a hazai versenyekre vannak utalva, csak itt szerezhettek gyakorlatot, versenyrutint, csak a hazai legjobbakkal mérkőzhetnek és az ő segítségükkel javíthatnak eredményeiken.

A versenynaptárban feltüntetett igen sok verseny közül a legrangosabb a magyar bajnokság, mely mellett a többiek közül néhány igen fontos, pontszerző az egyesület részére a végső rangsoroláshoz. A másodvonal felkészülését is úgy kell irányítani, hogy ezeken ériék el csúcsteljesítményeiket, itt mutassák meg felkészülésük helyességét.

Es ezen versenyzők vannak túlsúlyban!

Ezért kétszeres figyelmet kell fordítani e verseny feltételeire, rendezésére és körülményeire.

Mit láttunk az idei bajnokságon?

A négy napra szétosztott versenyen minden számottévő atléta elindult. A verseny lefolyását, az eredményeket a napi- és sportsajtó elég részletesen ismertette. De egyes beszámolóiban olvashattunk véleményeket a versenyek rendezéséről, az eredmények bírálatáról, az indulókról, stb. Ezek közül szeretnék egy-két dologra kitérni, mely nem közömbös a magyar bajnokság jövő-évi rendezésénél sem.

A négynapos verseny szükségessége?

Amikor a szövetség vezetői eltervezték a négynapos versenyt, ezt azért tették, hogy az olimpia és európa bajnokság műsorához hasonló feltételeket biztosítsanak az azokon indulóknak. Ez elvileg tökéletesen helyt is áll. Erre szükség is van, mint a nagy verseny előtti utolsó próbatételre azonos körülmények között.

Helyes tehát, hogy Zsivótzky ugyanabban az időpontban dobja selejtezőjét, mint majd Athénban; jó, ha Kovács Annamária ugyanakkor ugrik, mint majd két héttel később Görögországban; kíváncsok, hogy a több futamból álló futószámokban osszuk szét az elő-, közép- és döntő futásokat, mint majd a legnagyobb európai bajnokságon. És mégis felemlített több szakemberben az a kérdés: feltétlenül szükség van erre? Miért kell a magyar bajnokságot négy napra szétosztani, amikor mindössze 25-30 ember szereplése miatt kell ezt tenni? Nem kellene inkább az edzések idejét már hónapokkal előbb úgy beállítani, az edzések közben a versenyszerű részt a megadott időpontra tenni, mint az Európa Bajnokságon lesz? Mennyivel kevesebb kiadást jelent versenybírói díjban, bérleti díjban és a vidéki sportköröknek utazás - szállás - étkezés költségeiben?

De az sem közömbös, hogy az így szétszórt verseny kevesebb nézőt vonzott, mintha az rövidebb ideig tartott volna.

Maguk a versenyzők - legtöbben - szintén feleslegesnek tartották a verseny ennyire széthúzását. Jelen voltam, amikor a férfi gerelyhajítás selejtezőire gyűltek össze a versenyzők. A pályán zuhogott az eső, ők pedig a gyülekező helyen mozogtak, gimnasztikáztak és titkon beszélgettek a selejtező esetleges elmaradásáról. És amikor a versenybíróság hivatalosan is közölte, hogy a kedvezőtlen időjárás miatt a selejtező elmarad, a legnagyobb örömmel nyugtázták és pillanatok alatt eltűntek, nehogy valaki visszahívja őket.

De sok számban fölöslegesnek bizonyult a délelőtti selejtezés, hiszen 1-2 versenyző eshetett csak ki a kevés induló miatt. Ott viszont, ahol nagy volt a jelentékes számú, a nevezési szintek megszigorításával, vagy a nevezések el nem fogadásával kellett volna annyira csökkenteni az indulók számát, hogy annak egy délutáni lebonyolítása nem sokkal jelentett volna több időt, mint a tényleges 12-es létszámú döntő.

Ezen véleményem még alátámasztom azzal, hogy voltak versenyszámok selejtezői, amelyekben egészen kezdők, súlyos technikai fogyatékoságokkal indulók igen gyenge eredményeket mutattak fel.

Női távolugrásban például volt olyan versenyző, akinek első két ugrása nem volt elég nagy ahhoz, hogy a 3 méterre lévő gerendáról a homokba érkezzék. Minék kell az ilyennek indulnia - főleg, ha vidéki - akinek felhozatala és legalább egy éjszakai szállása és másfél napos étkeztetése százakba került. De volt más ilyen eset is - a jegyzőkönyvek tanúsága szerint.

Nem vagyok hivatott, hogy döntsek a kérdésben. De érdemes megtárgyalni még egyszer ennek szükségességét, kellene olyan megoldást találni, mely meggyorsítja a verseny lebonyolítását, mentesít a felesleges kiadásoktól és gyorsabbá, érdekesebbé teszi a magyar bajnokságot.

Évekig végeztem a középiskolások országos bajnokságának szervezését. Ezer, de volt; hogy ezereket száz versenyző behívásáról kellett dönteni és visszaértesítést küldeni. Az eredményeket a nevezések alapján a megyei bajnokságok jegyzőkönyveiből ellenőriztem, de kiegészítettem az ifjúsági bizottság eredmény-nyilvántartásából is. Természetesen az iskolák jutalom-utazás címen igen sok fiataalt akartak Pestre hozni. A két-

napos verseny alatt azonban nem lehetett megtartani olyan versenyt, melyben egy-egy ügyességi, vagy futószámban 35-40 induló is részt vett. Kiválogattuk a legjobbakat, úgy alakítottuk a meghívást, hogy 3 előfutam után döntő következett a rövidebb futószámokban, a középtávfutásban pedig legfeljebb két időfutamot tartottunk. Ügyességi számokban 12-15 fős mezőny indult. Ezzel az elgondolással és az időrend pontos végrehajtásával mindig sikerült a versenyűsört betartani. Természetesen mindig voltak - és lesznek - egyéni kívánságok, betegség, vizsga az utolsó versenyen, stb./, melyeket indokolt esetben tekintetbe lehet venni.

A verseny alatt hallottam olyan megjegyzéseket is, hogy éppen az igen gyenge versenyzők indulása miatt elég magas nevezési díjat kellene megállapítani. Véleményem szerint, ez sem oldaná meg a kérdést. Sokkal inkább helytálló lenne, ha a befutott nevezéseket egy bizottság átvizsgálná és a már akkor rendelkezésre álló legjobb 10 eredmény és a készülő rangsorok alapján értékelné azokat és ennek alapján kerülnének meghívásra a legjobbak. Tudomásom szerint dr. Horváth István, Kalovits István és Subert Zoltán rendszeresen értékeli a jegyzőkönyveket, írják ki a legjobbak eredményeit és így ők tárgyilagosan kiválaszthatnák a bajnokságon jogosan indulókat.

De ha már 4 napra szétosztották a versenyszámokat, akkor ezen munkába vonják be a szakvezetést. Tudom, hogy igen nehéz a jó műsor összeállítása, de például tekintettel lehetnek volna éppen a legtöbb számban induló atlétanőnkre, Kovács Annamáriára, akik a távolugrás döntője utolsó urgása előtt kellett a 200 m-es előfutamban részt vennie. Egyébként a 12-es távolugrás döntőjének majdnem egyharmada indult 200 méteren!

Előfordult, hogy annyi ügyességi szám futott össze egyszerre a pályán, hogy sem a nézők nem figyelhették, sem a tájékoztatás nem lehetett még megközelítően sem megfelelő. Jobb szétosztással, a verseny ritmikusabb vezetésével mindez elkerülhető lett volna.

Azt hiszem, mindenki megállapíthatta, hogy a legnagyobb magyar verseny, a magyar bajnokság kevés érdeklődőt vonzott a Népstadionba. Ez a jelenség nem újkeletű, évekre visszaterő jelenség. Ha megnéztük a jelenlévőket, vagy még aktív atlétákat láttunk, akik indultak is a bajnokságon, vagy közvetlen hozzátartozójuk izgulta végig a selejtező és döntő folyását, de nagyon kevés "drukkert" találtunk. És még kevesebb volt az egészen fiatalok száma, akik éppen az ilyen versenyek révén szerezhethének kedvet, kapnának biztatást a rendszeres atlétizálásra.

Nem ismerem a magyar bajnokság pénzügyi oldalát. Valószínű, hogy a hatalmas kiadások mellett szerepel egy bevételi tétel is. Ez azonban megközelítőleg sem lehet elég a kiadások fedezésére. Valószínűleg a rendezőseget nem hozná még nehezebb helyzetbe a fiatalokéak díjmentes belépési lehetősége. Ezek legtöbbje - ha nem kap "potyajegyet" - ki sem jön. A versenyzők üresen tátongó lelátók előtt versenyeznek. És elmarad a kellő propaganda, a fiatalok körében kíváncsi és amúgy is igen nehéz szervezési munkát megkönnyítő lehetőség.

Több alkalommal láttam Bulgáriában és Romániában, - de ezt olvastam a Népsport közelmúltban megjelent egyik cikkében is - hogy a fiatal atlétákat teljesen díjmentesen engedik be a nagyobb versenyekre. Valamikor, - kb. 10-12 éve - itt is volt ilyen szervezett akció, melynek hatására 2-3000 diák gyülekezett és nézte végig a versenyt. Ismét meg kellene próbálni megfelelő szervezéssel, propagandával kijuttatni a fiataloságot, kedvet ébresztetni bennük az atlétikához, hiszen a legtermészetesebb mozgás gyakorlására szeretnénk még nagyobb tömegeket bekapcsolni.

Mit jelent a 10-12 évesek előtt egy érdekes verseny élménye? Elmondom a már évek óta szerzett tapasztalatom a BEAC sporttelepén. Itt a legnagyobb ritkaság, hogy atlétikai versenyt belépődíj szedése mellett rendezünk. Mindig vannak a lelátón 3-400-an, közöttük igen sok fiattal, a környék nagy bérházainak gyermekeivel. Minden versenyre eljönnek és verseny után befutnak a vörös salakra, egymás között versenyt rendeznek futásban, ugrásban úgy, hogyan látták előbb a "nagyoktól". Ugy érzem, nem is kellene sok és ezeket a fiatalokat könnyen be lehetne szervezni a rendszeres munkába, következetes és tervszerű foglalkoztatás révén meg lehetne szeretetni velük az atlétikát.

Igen sok más probléma is felvetődött a magyar bajnoksággal kapcsolatban. Tudom, hogy a szövetség vezetői látják a kérdéseket. És most a jövő évi tervkészítés előtt jó lenne, ha megvitatnák a magyar atlétika helyzetét, versenyrendszerét, utánpótlásának kérdését, mert a közvetlen utánpótlás látható javulása ellenére sem lehetünk elégedettek. Legjobbaink felett lassan eljár az idő. Féltő, hogy a nagy nemzetközi versenyben lemaradunk. Haladnunk kell - mégpedig nagy lépésekkel!

Soraimat az Európa Bajnokság előtti napokban írom. A papírforma nem mutat kedvező képet!

Bárcsak csalódnom kellene - érzéseimben!

Farkas Pál

TÓTH GYULA VERETLEN SZEGEDEN

Július 19-én este a fanfárok hívogató hangja Kodály Zoltán: Háry Jánosának premijerje során a szabadtéri színpadon immár tizenegyedszer jelezte, hogy Szegeden ünnep kezdődik, a kultúra ünnepe. A külföldi művészek fellépése a Dóm téri 7500 férőhelyes kvadrumban az elmúlt évek során általánossá vált. Ma már egyaránt ismeretes a páros tornyú katedrális előtt rendezett fesztivál kelet és nyugat művészvilágában és így egyre nagyobb értéket jelent az itteni fellépés mind külföldi, mind magyar vonatkozásban.

De nemcsak a művészet, hanem a sport is ünnepel e napokban az alföld metropolisában, hiszen a fesztivál ideje alatt az MTS Szeged Városi Tanácsa széles alapú sportprogramot bonyolít le. E sportviadatok között a nemzetközi maratoni futóverseny jelenti a kimagaslóan legnagyobb eseményt, mely a Szabadtéri Játékokkal náruhámosan, sőt azokat időben meg is előzte, az 1957. év óta esztendőnként ismétlődve, kerül megrendezésre.

A XIII. Nemzetközi Maratoni Futóverseny a szegediek körében hatalmas érdeklődést váltott ki. Olimpiai negyedik helyezett futó még nem volt a városban és így a törökök indulását nagy várakozás előzte meg. Azt tudták, hogy Ismail Akcay egy évének mérlege így festett: október 20. Mexikó, negyedik hely az olimpián 2:25:18.0-cal, december 19-én negyedik a japán Fukuokában 2:13:43.6-tal, április 8-án harmadik Athénben 2:15:07.6-tal. Azt is tudták a szegediek, hogy négyszeres győztesük, az ózdi Tóth Gyula legjobbjá 2:14:59.0 mp, melyet tavaly Karl-Marx Stadtban ért el május 19-én és hogy olimpiai szereplése nem sikerült. Mindezek miatt a papírforma Akcay mellett szólt, melyet azonban a szurkolók nem akartak figyelembe venni és bíztak Tóth Gyulában.

Az ózdi bajnok verseny előtti nyilatkozatában kihangsúlyozta, hogy sem Akcayt, sem pedig a másik törököt, Husein Aktast még nem verte meg és bár mindkét ellenfelének képességeit a legmesszebbmenően elismeri, de a szokványos szegedi kánikulában -melyet nagyon szeret - győzni jött le ellenük a Tisza partjára.

Ilyen előzmények után július 20-án a Széchenyi téren a közönség tájékoztatása után, háromnegyed 6 órakor vonultak fel a Városi Tanács háza elé a versenyzők Szabó Lászlónak, a Városi Atlétikai Szövetség elnökének vezetésével. Megszóltattak a toronyban a harsonák. Temesvári Gyula, a még mindig versenyző 47 éves szegedi atléta meggyújtotta a maratoni lángot, majd Papp Gyula VB elnökhelyettes megnyitó beszéde után 3 csehszlovák, 3 jugoszláv, 4 NDK-beli, 2 NSZK-beli, 4 szovjet, 3 török és 35 magyar versenyző gyülekezett a rajtnál.

Pontosan 6 órakor 54 futó vágott neki a meleg, de páraszegény időben az útnak.

A városban nagy érdeklődéstől kísérve rótták a kilométereket és sok tapsot kaptak. Az újszegedi vármáznál lévő 5 km-nél 17:04/ Nagy Pál vezetett 60 méterrel. Szőreg és Deszk községek között a 10 km-nél 33:45/ két magyar: Tóth Gyula és Klekner László, két török: Akcay és Aktas, továbbá két szovjet: Gorelov és Sterliagov hatos bolyt alkotva vezettek. E szakaszon lelkes nézők és virágos fogadták a futókat. Klárafalva előtt a 15 km-nél 49:59/ nem változott a helyzet. Alkonyodni kezdett. Baloldalon az olajmezőn égő gázláng tette érdekessé e szakaszt. Fegyelmezettség és rend mindenütt. A mezőny kezdett szétnyúlni.

Ferencszállás község előtti 20 km-nél 1:06:45/ Klekner és Gorelov leszakadtak mintegy 120 méterre az élbolytól, a többiek úgy voltak együtt, mint 15 km-nél. A Ferencszállás községen túl lévő fordulóban 1:13:42/ már csak Tóth, Akcay és Sterliagov voltak együtt. A rend itt felbomlott. Egyszerre csak jármű tűnt elő és ez zavarta a futókat. Visszafelé Ferencszállás és Klárafalva között 25 km-nél 1:23:08/ már csak Tóth és Akcay voltak együtt.

A leszálló este kellemes szellőjében taktikai küzdelem alakult ki és az iram is esett, mert a lassú török nem volt képes ujitani. Ismét sok volt a jármű és zavarokat okozott. Klárafalva és Deszk között a 30 km-nél 1:39:35/, amikor már leszállott az est, a Tóth-Akcay kettős még mindig együtt volt, de látszott, hogy a magyar fiú könnyedén fut és a taktikai küzdelmet a győzelem reményében be szeretné fejezni. Deszk és Szőreg között a 35 km-nél 1:56:50/ ez meg is történt és itt Akcay 50 méterre leszakadt. Itt ismét lelkes tömegek üdvözölték a futókat. Az újszegedi Ogyesszal köruton lévő 40 km-nél 2:14:00/ Tóth Gyula már 500 m-rel vezetett a török előtt és előnyét tovább növelve, a közönség tapsorkánja közepette, mintegy 900 méter előnnyel, magát ki nem futva, Ismail Akcay előtt, példátlan bravúrral, sorrendben egymásután az ötödik győzelmét aratta.

A befutás sorrendje: 1. Tóth /Ózdi Kohász 2:20:32.8, 2. Akcay /Törökország/ 2:23:22.6, 3. Aktas /Törökország/ 2:28:42.6, 4. Klekner /NYVSC/ 2:29:46.0, 5. Kiss /NYVSC/ 2:29:46.0, 6. Gorelov /Szovjetunió/ 2:30:29.4, 7. Sterliagov /Szovjetunió/ 2:31:40.0, 8. Homoki /Köml. Bányász/ 2:32:23.8, 9. Sakalli /Törökország/ 2:35:41.4, 10. Rutsch /NSZK/ 2:38:41.8, 11. Sárpa /Köml. Bányász/ 2:40:07.2, 12. Szabó /Tat. Bányász/ 2:40:24.6, 13. Nagymédin /Jugoszlávia/ 2:40:36.6, 14. Weiser /NSZK/ 2:41:45.8, 15. Velez /Köml. Bányász/ 2:43:10.2, 16. Avramenko /Szovjetunió/ 2:43:22.2, 17. Mácsai /Ganz Mávag/ 2:43:30.8, 18. Hertelendi /Salg. Bányász/ 2:43:38.8, 19. Kun /Bp. Spartacus/ 2:43:43.2, 20. Subotic /Jugoszlávia/ 2:45:55.2, 21. Jávorka /Csehszlovákia/ 2:46:02.8, 22. Radojevics /Jugoszlávia/ 2:47:13.8, 23. Nagy /Ganz Mávag/ 2:48:42.6, 24. Huszár /SZVSE/ 2:48:58.2, 25. Bruder /Ganz Mávag/ 2:49:54.2, 26. Janek /Bp. Honvéd/ 2:50:24.2, 27. Demeter /Köml. Bányász/ 2:51:50.8, 28. Paszternák /Dunaujv. Kohász/ 2:53:32.8, 29. Csicsovszky /NYVSC/ 2:53:55.0, 30. Surim /Hodiköt/ 2:54:39.2, 21. Sötér /Bp. Petőfi/ 2:54:46.0, 32. Tabajdi /Bp. Spartacus/ 2:55:26.8, 33. Jakimenko /Szovjetunió/ 2:56:59.0, 34. Richmanský /Csehszlovákia/ 2:57:51.8, 35. Tóth /NYVSC/ 3:02:36.4, 36. Ziel /NDK/ 3:03:55.8, 37. András /Bp. Honvéd/ 3:05:35.6, 38. Halmi /Szoln. MÁV/ 3:08:06.6, 39. Krajcsovics /MTK/ 3:08:53.4, 40. Szabó /Bp. Honvéd/ 3:11:21.4, 41. Frey /NDK/ 3:12:02.4, 42. Gerngross /NDK/ 3:21:05.0, 43. Rádóczi /SZVSE/ 3:23:50.8, 44. Kratz /NDK/ 3:26:58.2, 45. Bárkány /NYVSC/ 3:36:48.4, 47. Bencze /Csehszlovákia/ 3:38:31.4, 48. Danovszky /Bp. Petőfi/ 3:41:13.2, 49. Ruzicska /NYVSC/ 3:42:45.4, 50. Stelik /Bp. Honvéd/ 3:46:43.8, 51. Oravec /Szoln. MÁV/ 3:47:00.6.

Csapatban: 1. Kömlői Bányász a/ 5:12:36.0, 2. NYVSC a/ 5:23:41.0, 3. Ganz MÁVAG 5:32:13.4, 4. Kömlői Bányász b/ 5:35:01.0, 5. Bp. Spartacus 5:39:10.0, 6. Bp. Honvéd a/ 5:55:59.8, 7. SZVSE 6:12:49.0, 8. NYVSC b/ 6:35:46.8, 9. Bp. Petőfi 6:35:49.2, 10. Szoln. MÁV 6:55:07.2, 11. Bp. Honvéd b/ 6:58:05.2.

Tóth Gyulának az idén a papírforma szerint nálánál jobb, olimpiai helyezett Akcayval és Aktassal kellett megküzdenie, mely ismét taktikára kánszerítette és ez némelykor visszafogást jelentett számára. 35 km után azonban, amikor már tudta, hogy gyorsabb a töröknél, faképnél hagyta és ismét előnyét kilométerről-kilométerre növelve, minden kifutás nélkül, jó erőben érkezett be a célba. Az adott helyzetben a törökök nem játszottal alárendelt szerepet, hisz a táv jelentős részében együtt voltak a győztesekkel. Az egyébként jól előkészített és pompásan sikerült versenyen nagy meglepetés volt a fiatal Klekner László igen előkelő negyedik helye és a szorgalmasan Szegedre látogató nyíregyházi Kiss József sikere ötödik helyével. A többi külföldi az idén szerényebb erőt képviselt.

Éjjel, a díjkiosztás előtt beszélgettünk a Városi Tanácsháza disztermében a nagyon boldog Tóth Gyulával, akit felesége is elkísért:

- Taktikai verseny volt, melyet én irányítottam és azt rákényszerítettem ellenfeleimre. Tavasszal Athénben túl erősen kezdtem, mely később megbosszulta magát. Ebből okulva, most arra vigyáztam, hogy a törökök el ne szaladjanak tőlem. Amikor 35 km-nél még együtt voltam Akcayval, éreztem, hogy itt van a robbantás ideje. Előrementem, fokoztam az iramot, mert bíztam gyorsaságomban és így sikerült megvernem. Formám felfelé ívelt. Simek Franci bácsival szeptember végére terveztük a csúcsformát, az Európa Bajnokságra. Az útvonalon jól haladtam. Járművek nem akadályoztak, az útvonalbiztosítás kifelé jó volt, visszafelé azonban már sok volt a kerékpáros. A rendezés jó volt és a befutás utáni ellátás is mintaszerű. A törökök jól küzdöttek. Legközelebb augusztus 20-án, a magyar bajnokságon, majd szeptember 22-én, az EB maratoni versenyén indulok Athénben, ahol szeretnék az első hat hely valamelyikére kerülni. Nem futottam ki magam a taktikai verseny miatt és ezért nem sikerült a tavalyi 2:18:22.8-as útvonalcsúcsomat megjavítani. A sajtón keresztül is szeretném megköszönni a szőregi és deszki közönségnek a virágosót és a szegediek vastapsait. Szegedre mindig szívesen jövök, mert itt szeretettel fogadnak. Évekkel ezelőtt tíz részvételt ígértem a szegedieknek. Hatot már lefutottam, hátra van még négy indulásom. Ha ezt teljesítem, 37 éves leszek és akkor már Münchenen is túl kerülök. Ilyen korban pedig már illik visszavonulni. Máris megkezdtem otthon, Ózdon az utánpótlás nevelését. A negyedik helyre befutott Kleknek Lacival együtt edzettem annak idején, amikor még otthon együtt futottunk. Sikeres szereplésének őszintén örülök. -

De nézzük a többieket. Egy-két villáminterjú nem lesz érdektelen:

Mesut Suntay török követségi tanácsos, az atléták vezetője, a következőket mondta:

- A verseny szépen sikerült és az eredményekkel elégedett vagyok. A magyarok nagy vendéglátók. Akcay most nincs formában, ettől függetlenül Tóth Gyula győzelme megérdemelt volt. Aktas elszaladt az elején és így a gyorsabb Tóthtal szemben nem lehetett esélyes. -

Ismail Akcay: - Így van ez az atlétikában és főleg a maratoni távon. Sok mindennek közre kell játszani ahhoz, hogy kijöjjön a lépés. Szeged szép város, soha nem fogom elfelejteni. Sajnos, nem versenyeztem úgy, ahogyan szerettem volna. A végén már fáradt lettem és nem tudtam Tóth Gyulára vigyázni. Kitűnő ellenfelemnek rengeteg erőt adott a hazai közönség biztatása. Szeretnék azonban visszavágni. Erre rövidesen alkalom lesz Athénben szeptember végén. A rendezés igen jó volt, az emberek mindenütt nagy szeretettel fogadtak és annak is örülök, hogy a közönségnek is tetszett a színvonalas verseny. -

Dr. Monostori Tibor

Miben látom a tízpróba elmaradottságát?

A tízpróba rendkívül nagy felkészültséget igénylő atlétikai versenyszám. Mi lehet az oka, hogy az ilyen értékes és igényes szám művelőinek kiválasztására, felkészítésére oly kevés gondot fordítanak?

Elméletben ugyan történtek próbálkozások, azonban ezek gyakorlatilag sohasem jutottak megvalósításra. Az elméleti törődés is legtöbbször csak a sportlapokban megjelenő bírálatokban merült ki. A legfelsőbb szakvezetés mentségére szolgálhat, hogy nincsenek olyan hagyományok, amelyek a versenyzők sikeres kiválasztásában, felkészítésében és versenyeztetésében alkalmazhatók lennének.

A jelenlegi versenyző gárda "kiválasztása" úgy történt, hogy azok választották a tízpróbát, akik más számban nem értek el számottevő eredményt, vagy beugróként várakozásnál jobban szerepeltek. A "felkészítés" kétféleképpen valósult meg: a./ a versenyző belátása szerint ahhoz az ugró-, dobó- vagy futóedzőhöz szegődött, akiben bizalma volt. Az így választott edző azután minden számba egyedül igyekezett felkészíteni őt, tekintet nélkül arra, hogy szakismeretei meddig terjedtek. b./ A versenyző belátja a fent leírt módszer hiányosságait és maga próbálja meg az egységes felkészítést oly módon, hogy az egyes számokban vakon rábízza magát a legkülönbözőbb szakedzőkre. A szakedzők azután mindent el is követnek, hogy az ő számukban fejlődjék a versenyző, tekintet nélkül a tízpróbára.

A "versenyeztetés" ennek a fejetlenségnek és tervszerűtlenségnek hű tükrözése. Nincs külön tervszerűen összeállított tízpróbás versenynaptár, hanem a rengeteg kötelező egyéni és csapatversenyek által meghatározott egységes versenynaptárba a maradék helyekre spontán beiktatnak tízpróbát. A magyar bajnokság időpontjának megállapítása is így történik. A válogatott találkozó keretében elvileg megrendezhető tízpróba-versenyek terve sem vetődik fel. A fent vázolt kiválasztás folytán a tízpróbánál rekedt ver-

senyzőknek így még ez a cél sem lebeghet szemük előtt. Ezzel kérdésessé válik, hogy van-e egyáltalán ösztönző momentum arra, hogy valaki ezt a versenyszámot válassza.

Röviden vázolom azokat a gondolatokat, amelyek bevezetése - véleményem szerint - a tizpróba helyzetét fejlődésbe hozhatná.

Mivel a tizpróbára való kiválasztás nem csak a kiválasztó testületen múlik, hanem a kiválasztandók szándékán is, a tizpróba versenyekben olyan momentumokat kell öröklötni, amelyek a közvélemény figyelmét ráterelik a versenyszámra. Ezért a versenyesséssel kapcsolatos elképzeléseimet fejtem ki először.

A jelenlegi versenyző gárda tervszerű versenynaptárát központilag kell elkészíteni. Itt pedig kizárólag a tizpróba szempontjait vegyék figyelembe és ne az egyéni számok versenyprogramja döntse el, hogy mikor legyen a tizpróba bajnokság. A csapatbajnokság sorsát ne az egyéni bajnokság keretében, hanem külön, három fordulóban döntsék el az összpontszám alapján. A legjobb 3-4 versenyző részére gondoskodjék a Szövetség a hasonló erőt képviselő országok versenyzőivel való válogatott viadalról. Évenként két ilyen verseny látszik indokoltnak. A versenyek hangulata olyan legyen, hogy minden versenyző érezze: a rengeteg edzőmunka elismerésre talált. A versenyességet átszervezésével és megszervezésével valószínűleg sikerül a közvélemény érdeklődésének felkeltése a tizpróba iránt.

Ezek után meg kell szervezni a tizpróbára való kiválasztás műveletét. A kiválasztásnál a sportiskolára kell támaszkodni, ott kell megteremteni azt a tömegbázist, melyre minden atlétikai számnak támaszkodnia kell.

A sportiskolát azonban ne a számonkénti kiválasztással kezdjék. Két-három évig az életkornak és az atlétikának legjobban megfelelő képességeket: gyorsaság, mozgás-készség, lazaság, stb. fejlesszék ki. Csak ezután történjék a kiválasztás egyes atlétikai számra a meglévő és fejlesztendő képességek alapján.

Javasolom, hogy tizpróbára azokat a versenyzőket válogassák, akikben az átlagosnál jóval nagyobb a mozgásigény, akiknek vizuális mozgásérzékelése jó és legalább átlagos vágtagyorsasággal rendelkeznek. Az így kiválasztott tizpróba-jelöltek foglalkoztatására külön edzőt kell alkalmazni. Meggyőződésem, a fiatal edzőgárdából sokan válnak - önképzés árán is.

Az edző gondoskodik az edzőmunka megtervezéséről és megszervezéséről. Az edzőmunka mennyiségét és összetételét egyénre szabottan kell megállapítani. Kezdkorú különösen nagy gondot kell fordítani a különböző számok technikai alapjainak begyakorlására és a gyorsaság fejlesztésére. A technikák rossz begyakorlása sok sérülésveszélyt rejtget és hátráltatja a fejlődést. Részletes edzőtervet adni nincs szándékom, helyette javasolom a Szövetségnek, hogy szakfolyóiratában ismertessen havonta egy-egy nevesebb külföldi tizpróbás edzőmunkájából részleteket.

Abban a reményben fejezem be fejtegetésem, hogy a felvetett kérdések a szakemberek körében vitát és ennek következtében gyors gyakorlati intézkedéseket vált ki.

Bakai József

IDŐMÉRÉSÜNK JELENLEGI HELYZETE

Az összes résztvevők véleménye szerint az 1966. évi Atlétikai Európa Bajnokság budapesti rendezése alkalmával a magyar versenybírák minden téren jelesre vizsgáltak.

Ugyanezen együttes 1967. évi működése már alatta maradt a kívánalmaknak, de a siker "dicsfényében" az évvégi értékelésnél nagyvonalúan "lazításnak" könyveltük el a növekedést.

Sajnos, az 1968. év végén a mindjobban sokasodó panaszokat felmérve, kénytelenek voltunk tényként megállapítani, hogy versenybíráskodásunk nívója minde téren tapasztalható, mindjobban csökkenő tendenciát mutat.

Mivel az utolsó két évben tapasztalt "nagyvonalúság" változatlan és az 1969. július 26-án tartott versenybírói megbeszélésen ismételten panasz hangzott el többek között az időmérésre is, indítatva érzem magam közölni az atlétikai versenybíráskodás ezen ágára vonatkozó tapasztalataimat, javaslataimat működésünk mielőbbi megjavítása érdekében.

a./ Alapvető hiányosságok:

1./ Igen kevés a versenybírák saját tulajdonát képező jól járó stopperóra, melyeket az egyesületi versenyeken használnak. Ennek okai - többek között - a szakszerű karbantartásnak egyik követelménye: a legalább 2 évenkénti beszabályozás, a másik: a legalább 4 évenkénti tisztittatás. Ezen műveletek igen költségesek, ezért csak kevesen végeztetik el rendszeresen és csak akkor viszik javíttatni, amikor már nem jár.

2./ Sem a Magyar Atlétikai Szövetség, sem a Budapesti Atlétikai Szövetség tulajdonában lévő óramennyiség nem elegendő, melyeket a fenti szervek által rendezett bajnoki versenyeken használnak az időmérők. De még ezek 80 %-a sem jár jól, mert évek óta hiányzik szakszerű karbantartásuk.

3./ A fiatal, csak pár éve működő versenybíráknak nincs saját órájuk részben anyagiak miatt, részben pedig, mert a jó márkájú óra már évtizedek óta hiánycikk. Ezért

nem tudnak kellő gyakorlatra szert tenni, a szövetségi órákat pedig nem adják ki egyesületeknek versenyekre.

4./ Az Európa Bajnokság után felismerve ezen helyzetet, 1966. év végén vállalkoztam, hogy megszervezek egy 8-10 tagú időmérő utánpótlás csoportot. Elképzelésem lényege a következő volt:

a./ havonta egyszer a bajnoki versenyeken, külön csoportban, párhuzamosan a hivatalos időmérő csoporttal működni;

b./ az egyesületi versenyeken beosztásom szerint rendszeresen, de szétosztva, illetve beültetve a rutinos időmérők közé.

Erre vonatkozólag részletes javaslatomat a budapesti elnökség elfogadta és megbízott a végrehajtással. A végrehajtáshoz a következők biztosítását kértem:

a./ a nem hivatalos párhuzamos működéskor a csoport tagjainak is adjanak versenybírói díjat. Tehát havonta egyszer, 6 hónapon keresztül alkalmanként 150 forint, összesen az 1967. évre 900 forintot;

b./ szerezzenek be idejében 10 db. jó márkájú stoppert, összesen cca. 20.000 Ft. értékben. Az órák gondozását anyagi felelősséggel társadalmi munkában vállaltam.

A két alapvető feltétel biztosítására ígéretet is kaptam. Azonban már 1967. áprilisában közölték, hogy az órák beszerzésére nem kaptak keretet, így javaslatom nem valósítható meg.

5./ Kevés az elfogadható, jó órával és reflexxel rendelkező, rendszeresen működő időmérő. A felsorolt képességekkel rendelkező edzőket figyelmen kívül hagyva, ezek létszámát legfeljebb 8-10 főre becsülöm.

b./ Működési hibák:

1./ Mivel saját órával elsősorban az edzők rendelkeznek, az egyesületi versenyeken az időmérők zöme - kényszerűségből - edzők, akik működésük közben rendszerint a tanítványaikkal foglalkoznak a versenyeken;

2./ a vállalt feladat elbágyatellizálása, figyelmetlenség, mértéken felüli beszélgetés mindenki figyelmét elvonja, nem megfelelő az idegi összpontosítás, gyakori az emelvény elhagyása, hűsítőital, néha sör fogyasztása;

3./ egyes időmérők átlagon felüli elfoglaltsága, amely gyakran és hangosan becsületsértő kifejezésekben nyilvánul meg, ha véleményét nem fogadják el; mindez a versenyzők és a közönség füle hallatára zajlik le.

4./ További hibaforrások:

a./ ha nem a célsík meghosszabított vonalában ülnek;

b./ ha az emelvény nem szabályosan a céloszloptól 5 m-re van;

c./ ha az emelvény nem megfelelő /az ülések 8-10 cm átmérőjűek, piszkosak, szakadt, szálkás, felerősítése laza, stb/;

d./ ha nincsen idegileg felkészülve az indításra, vagy a befutásra;

e./ ha tapssal indítanak;

f./ ha valamilyen okból nem látja a pisztoly füstjét;

g./ ha a pisztoly úszófüstjére és nem a "megjelenő" füstjére indítja meg az órát;

h./ ha indítás előtt nem tartja ujját órája gombján;

i./ ha bármilyen okból az indítás előtt nem látja és keresnie kell az indítót;

j./ ha a versenyszám lefolyását figyeli és nem feladatára összpontosít.

5./ Amikor az időmérők vezetője csalhatatlannak véli magát. Nem érdekli a hozzá beosztott időmérők mérése, közlése. "Szétmérés" esetén nem fogadja el a célbírák tájékoztatását.

6./ Amikor határozatlan az időmérők vezetője. Mindenkinek eleget akar tenni: az időmérőknek, a célbíráknak, a versenyzőknek, a jóbarát edzőnek vagy sportvezetőnek. Annak lesz igaza nála, akivel utoljára beszélt abban az ügyben.

7./ Az utóbbi évek óta gyakran előfordul, hogy a célbírák vezetője akarja megállapítani a helyezettnek időeredményét. Ilyenkor is sor kerül áldatlan, szakszerűtlen és a versenybírósg tekintélyét erősen rontó jelenetekre és helytelen elméleti időeredménybecslésekre. Elfogadhatónak vélem, ha az időmérés valamilyen okból nem megfelelő, hogy a célbíráktól kapott tájékoztatás és a szakszerűség alapján az időeredmény helyesbítendő. Az elfoglalt és szakszerűtlen időbecslések általában a vágatszámokban szoktak előfordulni. Két példát hozok fel, hogy a szoros befutásoknál a sokszor látszólagos ilyen vagy olyan időkülönbség nem okvetlenül időmérői hiba, ha jók az órák és az időmérők reflexei is. Mellőzöm a tizedes és ötödös beosztású órákat, mert a százados beosztású órákkal jobban lehet "dokumentálni" a valóságot és az idevágó szabályt.

Első példa: minden időmérőnél százados beosztású óra van. A 100 méteres síkfutás győztesének 10.44 század mp-et mutatnak az órák, az elért idő tehát a szabályok értelmében 10.4 mp. Az utána cca. 20 centiméterrel második helyezettnek 10.46 század mp-et mérnek. A világon mindenütt a jelenleg érvényes szabály értelmében tehát az elért idő 10.5. Ilyenkor rendszerint vitát kezdenek a célbírák vagy a magánmérők az időeredmény azonosságáért. Részben szubjektív okból, részben mert a tizedes vagy ötödös beosztású órákon nem látható a 2 század időkülönbség, hanem azonos a két futó ideje.

Ezen példát szemléltető tény hasonló viszonylatban milliók láthatták az 1969. VII.31.-én Stuttgartból történt Amerika-Európa atlétikai verseny televíziós közvetítésénél.

sén. Ugyanis a férfi 100 méteres síkfutásban a győztesnek 10.17 század mp-et mértek, míg a mögötte cca. 20 cm-rel befutó második helyezettnek 10.23-at. Hiába volt tiszta "átlátás" közöttük, a szabályok értelmében mindkettőjük ideje 10.2 mp és így is hirdették ki. Sajnálatos, hogy ezen szabállyal a televíziós közvetítők nem voltak tisztában, különben másképpen kommentálták volna, mint ahogyan hallottuk. Bár ilyen ismerethiány még egyes hazai versenybíráknál is előfordul.

Második példa: A győztesnek százados beosztású órákkal 10.44 század mp-et mértek, az idő tehát 10.4. Az utána kb 1 méterrel befutó másodiknak 10.55 század mp-et, tehát az 10.6 mp. Ilyenkor mindig vita van, még akkor is, ha a tizedes és az ötödös órákon 2 tized másodperc a különbség. Pedig az 1 m-es távolságot - a százados beosztású órákon látható - 1.1 tized mp. alatt futották meg, ami reális végsebesség 10.4 - 10.5 mp-es futóknál. Sajnos, sokszor még az is előfordul, hogy a női 100-200 m-es versenyszámoknál egyesek 1 méterre 1 tized mp-et becsülnék. Megemlítem még, hogy az egyes helyezettek közötti távolságot a célbíró csak abban a pillanatban tudja megbecsülni, amikor az előtte befutó - akihez viszonyít - célba ér. Főleg 100 és 200 m-es síkfutásoknál azt már nem tudja kétséget kizáróan megállapítani, hogy a futó milyen sebességgel teljesítette a távolságot a célig.

Fentiekből következik, hogy tárgyilagosság és szakértelem hiányára vall, ha a céltól távolabb vagy más látószögben álló magánmérők, vagy magáncélbírák kétségbe vonják a hivatalos időmérők vagy célbírák megállapításait. Továbbá, mind a célbírák, mind az időmérők vezetőinek illik tisztában lenni azzal, hogy a célbírák megállapításai csak támpontul szolgálnak az időméréshez. De ugyanez vonatkozik az időmérőkre a helyezések megállapításánál.

Helytelen az is, amikor egyes időmérők hiúsági kérdést csinálnak abból, ha az időmérők vezetője nem az első, vagy második befutó idejének mérésére osztotta be őket. Pedig a vágatszámokban sokkal nehezebb feladat a hátrább befutók idejének mérése, mint az első, vagy másodiké.

c./ Javaslatok tennivalókra, a helyzet mielőbbi megjavítására:

1./ A "B" pontban felsorolt hibákat ne felsőbb utasításra, hanem önmagától indítva igyekezzék minden időméréssel megbízott versenybíró megszüntetni;

2./ az országos és budapesti bajnoki versenyekre edzőket ne osszanak be időmérőnek és célbírónak;

3./ tartsuk be következetesen, hogy a zavartalan jó működés elősegítése miatt sem az időmérői csoport, sem a célbírói csoport mellett illetéktelenek ne tartózkodjanak. Ezzel az eddiginél többet törődjenek mind a két csoport vezetői, mind a versenybírói elnökök;

4./ tartsuk be következetesen, hogy ahol a pálya körülményei lehetővé teszik, az időmérői emelvény a céloszloptól 5 méterre legyen;

5./ az indítási helyekre való jobb rálátás céljából az időmérők ne a pálya belsőjében, hanem az ellenkező oldalon legyenek;

6./ a versenybíró utánpótlás nevelése és szervezése ne évenként egyszer kampányszerűen történjék, hanem egész évben folyamatosan. Állítom, hogy lehet találni 3-4 olyan sporttársat, akik a megbeszélte munkát egymásközött megosztva, szisztematikusan végeznék;

7./ a versenybírói elnökök a versenyeken való működésük alkalmával rendszeresen hassanak oda, hogy a kezdő versenybírók ne állandóan küldönc-összekötő beosztást kapjanak, mert ezzel elsősorban nem fejlődnek, másodsorban ezen keresztül nem kedvelik meg a versenybíráskodást. Nem érzik, hogy lendítő tagjai a versenybíráskodó kollektívának;

8./ az edzők nagyobb elméleti képzést adjanak tanítványaiknak az időmérésre vonatkozólag;

9./ elsősorban nemzetközi versenyeken, ahol a vágatszámokban nyolcas döntők vannak, minimálisan 12 főnyi időmérő csoport működjék. Nem tud pontosan mérni az az időmérő, aki vágatszámokban két befutót mér;

10./ nem tartozik az időmérői működéshez, azonban megemlítem, erkölcsi szempontból igen furcsa, hogy egyesek a versenybírói díj átvételekor "átminősítik" magukat felsőbb osztályba. Ennek megakadályozására az Országos Versenybíró Bizottság adjon hivatalos minősítési jegyzéket minden egyesület atlétikai szakosztályának, melyből megtudható a hivatalos minősítés.

Az időmérésre vonatkozó, a szabályokban lefektetett feladatok tökéletes elvégzése minden alkalommal majdnem lehetetlen, mert sem az ember nem gép, sem az óra nem tökéletes.

Eppen ezért fontos, hogy az időmérők a versenyeken a maximális fizikai és szellemi felkészültségben jelenjenek meg, ha szeretik az atlétikát. Csak így tudják működésükkel megszerezni a versenyzők, a szakemberek és a közönség bizalmát és megelégedését.

Azzal is tisztában vagyok, hogy az időmérők zöme teljességgel tudja az itt leírtakat, mégis az utóbbi évek nem megfelelő légkörében működése többségében a helyes tennivalókat nem alkalmazta. Ennek következménye a jelenlegi hova-tovább már tarthatatlan helyzet, amely nemcsak a magyar atlétika fejlődését akadályozza, hanem a gyakori személyi surlódások miatt előbb-utóbb nem egy versenybírókat készítet visszavonulásra.

Sugár István

A MARATONI BAJNOKSÁG EREDMÉNYEI:

Ózd, 1969. augusztus 20.

<u>Bajnok:</u>	Tóth Gyula	OKSE	2:20:36.0
2.	Pintér János	Bp.Spartacus	2:24:30.0
3.	Simon Dénes.	Bp.Spartacus	2:26:23.8
4.	Klekner László	V.Izzó	2:27:14.4
5.	Homoki Vince	Koml.Bányász	2:28:35.4
6.	Stefán Antal	U.Dózsa	2:32:03.2
7.	Merényi Emil dr.	Vasas	2:33:43.1
8.	Tabajdi József	Bp.Spartacus	2:35:41.2
9.	Szabó János	Tat.Bányász	2:37:53.6
10.	Egeresi László	Debr. VSC	2:39:02.2
11.	Kárászi Károly	Vasas	2:39:31.6
12.	Kun István	Bp.Spartacus	2:39:52.8
13.	Nagy Pál	Ganz Mávag	2:44:32.6
14.	Csieszovszky Ferenc	Nyiregyh.VSC	2:45:28.6
15.	Pintér István	Veszpr.Vegy.SC	2:45:47.0
16.	Velez Lázár	Koml.Bányász	2:47:10.4
17.	Hertelendi Béla	Salg.BTC	2:47:54.0
18.	Mócsai Kálmán	Ganz Mávag	2:49:29.4
19.	Salga János	Koml.Bányász	2:52:13.0
20.	Janek Zoltán	Csepel	2:52:30.4
21.	Sötér Márton	Ganz Mávag	2:53:19.4
22.	Demeter István	Koml.Bányász	2:55:56.4
23.	Koczanda Ottokár	U.Dózsa	2:59:24.8
24.	Janek György	Bp.Honvéd	3:00:48.8
25.	Bruder András	Ganz Mávag	3:03:07.8
26.	Bukány András	Nyiregyh.VSC	3:08:48.8
27.	Szabó I.János	Bp.Honvéd	3:08:59.6
28.	Krajcsovics József	MTK	3:11:16.0
29.	Mák József	OKSE	3:25:22.2
30.	Kudor Zoltán	Ganz Mávag	3:25:39.8
31.	Berán Antal	Bp.Honvéd	3:30:59.2
32.	Kármán Ferenc	Ganz Mávag	3:42:15.2
33.	Vasas István	U.Dózsa	3:42:49.2
34.	Várszegi József	V.Izzó	3:57:20.0

csapatban

<u>Bajnok:</u>	Bp.Spartacus	/Pintér János, Simon Dénes, Tabajdi József/	7:26:35.0
2.	Koml.Bányász	/Homoki Vince, Velez Lázár, Salpa János/	8:07:58.8
3.	Ganz Mávag a/.	/Nagy Pál, Mócsai Kálmán, Sörös Márton/	8:27:21.4
4.	U.Dózsa	/Stefán Antal, Koczanda Ottokár, Vasas István/	9:14:17.2
5.	Bp.Honvéd	/Janek György, Szabó I.János, Berán Antal/	9:40:47.6
6.	Ganz Mávag b/.	/Bruder András, Kudor Zoltán, Kármán Ferenc/	10:11:02.8

AZ ÖSSZETETT FELNŐTT BAJNOKSÁG EREDMÉNYEI:

FÉRFIAK:

egéniben

<u>bajnok:</u>	Bakai József	Csepel	7619
	/11.0, 721, 13.79, 190, 53.2, 15.7, 49.04, 440, 62.36, 4:49.8/	új országos csúcs!	
2.	Raáb Tibor	Diósgy.VTK	7114
	/11.1, 655, 13.75, 185, 52.3, 15.9, 44.26, 400, 52.42, 4:49.4/		
3.	Czabán Dániel	Bp.Építők	6743
	/11.6, 596, 12.51, 170, 54.5, 16.3, 43.56, 410, 54.08, 4:21.7/		
4.	Füzessy Ede	U.Dózsa	6655
	/11.8, 677, 12.57, 185, 53.6, 16.5, 36.56, 360, 46.82, 4:23.2/		

5. Ditttrich Tamás	Bp.Honvéd	6486
/11.7, 622, 12.38, 165, 53.4, 16.9, 38.68, 370, 59.04, 4:34.8/		
6. Hausz Frigyes	MAFC	6317
/11.5, 640, 10.93, 170, 52.0, 16.8, 32.74, 400, 39.58, 4:28.2/		
7. Szepessy Ádám	BEAC	6284
/12.2, 633, 12.25, 190, 58.0, 16.2, 37.46, 390, 51.32, 5:03.2/		
8. Szörényi István	Bp.Építők	6237
/11.6, 633, 10.58, 170, 54.6, 18.2, 37.20, 380, 56.32, 4:40.3/		
9. Kátai Ferenc	BEAC	6192
/11.4, 653, 11.02, 175, 54.8, 18.3, 33.70, 380, 48.50, 4:43.8/		
10. Senkei János	Bp.Honvéd	6136
/11.2, 624, 10.23, 175, 53.3, 16.2, 32.50, 320, 44.10, 4:36.4/		
11. Nyerges Mihály	BEAC	6123
/11.9, 649, 10.86, 170, 56.2, 16.0, 31.04, 380, 52.18, 4:47.4/		
12. Oros Ferenc	U.Dózsa	6054
/11.3, 637, 9.85, 170, 52.5, 15.6, 27.10, 350, 39.42, 4:35.7/		
13. Nagyváradai Tibor	Szegedi EOL	5743
/12.0, 577, 11.50, 165, 56.1, 16.8, 37.80, 320, 41.82, 4:40.8/		
14. Zborovszky Béla	Csepel	5638
/11.6, 607, 9.74, 165, 53.4, 17.7, 30.68, 370, 36.92, 4:53.5/		
15. Árva István	U.Dózsa	5629
/11.7, 599, 10.17, 165, 51.9, 15.7, 24.92, 220, 45.42, 4:17.4/		
16. Jakab Gyula	Keszth.Haladás	5556
/11.7, 641, 11.27, 155, 54.5, 17.4, 32.44, 260, 41.40, 4:39.0/		
17. Kalló Dezső	BEAC	5539
/11.7, 640, 10.28, 165, 60.2, 17.2, 32.94, 400, 35.18, 5:11.2/		
18. Farkasinszky Gyula	Csepel	5529
/12.0, 614, 12.75, 155, 57.4, 19.2, 38.44, 330, 50.00, 5:20.6/		
19. Moravec Ferenc	Nyiregyh.VSC	5488
/11.7, 593, 10.82, 155, 56.7, 17.9, 37.26, 320, 40.96, 4:54.0/		
20. Fikly Kálmán	Nyiregyh.VSC	5356
/12.4, 632, 8.95, 170, 56.8, 17.1, 30.12, 280, 44.10, 4:39.6/		
21. Kósa László	Nyiregyh.VSC	5156
/12.0, 605, 13.37, 155, 61.6, 19.8, 42.30, 240, 45.60, 5:12.3/		
22. Babay Iván	Bp.Építők	5061
/11.6, 593, 8.68, 140, 54.3, 15.8, 31.78, 260, 33.08, 4:50.8/		
23. Viskovits Károly	U.Dózsa	5039
/11.6, 653, 8.69, 155, 60.6, 18.8, 25.42, 400, 40.18, 5:33.7/		
24. London Vilmos	Szeg.EOL	5009
/12.7, 603, 9.89, 150, 59.9, 18.1, 31.14, 260, 58.04, 4:51.2/		
25. Anderle Dénes	U.Dózsa	4997
/12.0, 591, 9.17, 170, 58.6, 19.5, 27.48, 400, 36.56, 5:36.6/		
26. Majoros György	Diósgy.VTK	4977
/12.5, 597, 11.40, 155, 57.9, 19.1, 33.92, 280, 41.74, 5:12.1/		
27. Bálint Béla	Csepel	4813
/11.8, 616, 11.23, 155, 58.1, 17.7, 37.20, 280, 52.86, 5:21.4/		
28. Albert Albert	U.Dózsa	4771
/12.2, 579, 8.14, 150, 55.6, 20.0, 23.28, 280, 34.18, 4:07.4/		
29. dr.K.Nagy Géza	Szeg.EOL	4083
/12.4, 562, 8.63, 155, 61.0, 19.8, 19.34, 260, 39.18, 5:18.4/		
30. Hasenhörhl Csaba	Bp.Építők	3977
/12.6, 521, 10.40, 140, 68.8, 22.1, 34.32, 260, 36.46, 5:07.0/		
31. Bukovecz Károly	U.Dózsa	3741
/12.0, 660, 9.16, 140, 57.0, - , 27.06, - 44.06, 5:32.6/		

Férfi felnőtt tízpróba csapatversenyben

bajnok: Csepel	/Bakai, Zborovszky, Farkasinszky/	18.786
2. BEAC	/Szepessy, Kátai, Nyerges/	18.599
3. U.Dózsa a./	/Füzessy, Oros, Árva/	18.338
4. Bp.Építők	/Czabán, Szörényi, Babay/	18.041
5. Nyiregyh.VSC	/Moravec, Fikly, Kósa/	16.000
6. Szegedi EOL	/Nagyváradai, London, dr.K.Nagy/	15.908
7. U.Dózsa b./	/Viskovits, Anderle, Albert/	14.807

NŐK:

egyéni

bajnok: Tóth Gyuláné	Bp.Honvéd	4583
2. Bruzsenyák Ilona	/14.8, 11.92, 149, 601, 24.5/	4107
3. Fodor Ferencné	Debr.EAC	3933
4. Molnár Gyözőné	/15.7, 10.62, 146, 553, 26.0/	3893
	Bp.Építők	
	/16.1, 9.69, 143, 548, 26.2/	
	Bp.Építők	
	/15.2, 7.95, 149, 525, 26.4/	

5. Gulyás Ágota	BEAC	3890
6. Balogh Katalin	/15.7, 8.92, 140, 562, 26.5/ Zalaeg.TE	3889
7. Köves Mária	/14.7, 10.62, 130, 484, 25.7/ Pécsi Tanárk.	3879
8. Magyar Mária	/15.7, 9.91, 149, 530, 28.0/ Bp.Építő	3830
9. Majoros Vera	/16.1, 10.99, 140, 507, 27.0/ Bp.Építő	3742
10. Encsi Istvánné	/15.5, 8.60, 143, 500, 26.9/ Bp.Építő	3572
11. Boldizsár Piroska	/16.1, 8.19, 125, 526, 25.8/ U.Dózsa	3501
12. Oros Ferencné	/17.0, 8.44, 135, 538, 27.8/ U.Dózsa	3490
13. Csőke Éva	/16.2, 9.20, 135, 488, 28.2/ Orosz.Táncsics	3476
14. Csőke Gizella	/18.4, 10.04, 143, 479, 27.5/ Nyíregyh.Tanárképző	3458
15. Karakas Józsefné	/17.2, 10.65, 135, 482, 28.6/ Bp.Honvéd	3432
16. Angyal Erzsébet	/17.5, 8.47, 140, 508, 28.0/ Vasas	3364
17. Pászt Erika	/19.6, 11.02, 146, 457, 28.5/ U.Dózsa	3350
18. Bata Erzsébet	/15.2, 7.78, 130, 420, 26.8/ U.Dózsa	3336
19. Juhász Mária	/18.5, 6.65, 149, 524, 28.0/ Szoln.MÁV	3210
20. Lak Beáta	/17.9, 8.33, 135, 510, 29.7/ BEAC	3150
21. Herczeg Mária	/17.4, 7.44, 135, 481, 29.1/ Bp.Honvéd	3118
22. Misota Valéria	/20.3, 8.79, 140, 418, 26.6/ Orosz.Táncsics	3106
23. Balogh Györgyi	/18.0, 7.34, 130, 485, 28.1/ Bp.Építő	2878
24. Szöllősi Ilona	/18.4, 7.10, 130, 463, 29.8/ Orosz.Táncsics	2806
25. Gulyás Mária	/19.4, 7.89, 135, 435, 30.7/ Bp.Építő	2749
	/20.4, 9.93, 120, 449, 30.5/	

Női felnőtt ötpróba csapatversenyben

<u>bajnok:</u> Bp.Építő	/Fodorné, Molnárné, Magyar/	11.656
2. Bp.Honvéd	/Tóthné, Karakasné, Herczeg/	11.133
3. U.Dózsa	/Boldizsár, Orosné, Pászt/	10.341
4. Bp.Építő b./	/Majoros, Encsiné, Balogh/	10.192
5. Orosz.Táncsics	/Csőke, Misota, Szöllősi/	9.388

AZ ORSZÁGOS IFJÚSÁGI BAJNOKSÁG EREDMÉNYEI:

Népstadion, 1969. szeptember 13-14.

Férfiak:

100 m síkfutás:

I. előfutam: 1. Pavek Győri Dózsa 11.2, 2. Nagy BVSC 11.3, 3. Varga Vasas 11.4, 4. Juhász Videoton 11.5, 5. Vincze U.Dózsa 11.7, 6. Erdőgyereki V. Izzó 12.2. II. előfutam: 1. Pataki Dor. Bányász 11.2, 2. Gémesi BEAC 11.3, 3. Viskéi Vasas 11.5, 4. Kőrösi U.Dózsa 11.7, 5. Dobák Jász. Vasas 11.7, 6. Gulyás SZVSE 11.9. III. előfutam: 1. Lauber KSI 11.4, 2. Magyar Kőszegi Butor 11.5, 3. Lovas DVSC 11.5, 4. Makk Csepel 11.7, 5. Rajczy Móri Kossuth 11.8, 6. Kubiik Vasas 12.0. IV. előfutam: 1. Pósvári Előre 11.4, 2. Fodor JOSI 11.6, 3. Kiss Szfv. Spartacus 11.7, 4. Kerekgyártó Előre 11.8. I. középfutam: 1. Pavek Győri Dózsa 11.2, 2. Gémesi BEAC 11.2, 3. Lauber KSI 11.3, 4. Lovas DVSC 11.5, 5. Viskéi Vasas 11.5, 6. Juhász Videoton 11.6, 7. Fodor JOSI 11.7, 8. Kerekgyártó Előre 11.8. II. középfutam: 1. Pataki Dor. Bányász 11.0, 2. Pósvári Előre 11.2, 3. Magyar Kőszegi Butor 11.3, 4. Varga Vasas 11.4, 5. Nagy BVSC 11.5.

A döntőben:

<u>bajnok:</u> Pataki István	Dorogi Bányász	11.1
2. Pavek Ferenc	Győri Dózsa	11.1
3. Magyar Gyula	Kőszegi Butor	11.2
4. Pósvári Sándor	Előre	11.3

5. Gémesi István	BEAC	11.3
6. Lauber János	KSI	11.7
7. Varga Gábor	Vasas	11.7
8. Lovas Miklós	DVSC	11.8

200 m síkfutás:

I. előfutam: 1. Pataki Dor. Bányász 22.9, 2. Gyarmati Előre 23.6, 3. Rajczy Magyaróvár 23.7, 4. Kerékgyártó Előre 23.7, 5. Gulyás SZVSE 23.7, 6. Timkó U. Dózsa 24.0, 7. Dobák Jászb. Vasas 24.5, 8. Vincze U. Dózsa 24.6. II. előfutam: 1. Lauber KSI 23.3, 2. Kiss Szfv. Spartacus 23.7, 3. Pósvári Előre 24.0, 4. Viszkei V. Izzó 24.0, 5. Kublik Vasas 24.1, 6. Debreceni Csepel 24.6.

A döntőben:

<u>bajnok:</u>	Pataki István	Dor. Bányász	22.3
2.	Pósvári Sándor	Előre	22.7
3.	Lauber János	KSI	22.8
4.	Gyarmati Menyhért	Előre	23.2
5.	Kiss István	Szfv. Spartacus	23.2
6.	Rajczy János	Magyaróvár	23.2
7.	Kerékgyártó László	Előre	23.2
8.	Viszkei György	V. Izzó	23.4

400 m síkfutás:

I. előfutam: 1. Nagy Ózdi Kohász 52.8, 2. Varga SZVSE 53.7, 3. Debreceni Csepel 54.9, 4. Dallos Vasas 57.0. II. előfutam: 1. Boros Előre 51.6, 2. Györkös Póstás 52.0, 3. Gyarmati Előre 52.2, 4. Pátiatichy Balg. Kohász 52.8, 5. Timkó U. Dózsa 54.0, 6. Debreceni KSI 54.1. III. előfutam: 1. Erdős Kap. Dózsa 51.2, 2. Czuczor Előre 51.4, 3. B. Nagy Vasas 51.8, 4. Pataki DVTK 52.4, 5. Mocsári Debr. Építők 53.4, 6. Kerék JOSI 59.5. IV. előfutam: 1. Markó Előre 51.9, 2. Szántó Debr. Építők 52.2, 3. Sárosi NYVSC 53.4, 4. Ackermann FVSK 53.8, 5. Néposz Törökszentm. 54.4, 6. Surányi NYVSC 54.7.

A döntőben:

<u>bajnok:</u>	Erdős Tamás	Kap. Dózsa	50.7
2.	Boros Sándor	Előre	50.7
3.	Czuczor Tibor	Előre	50.8
4.	Szántó Tamás	Debr. Építők	51.3
5.	Markó István	Előre	51.8
6.	Nagy László	Ózdi Kohász	51.8
7.	Györkös Zsolt	Póstás	52.9
8.	Varga Zoltán	SZVSE	53.4

800 m síkfutás:

/2 időfutam alapján/

<u>bajnok:</u>	Erdős Tamás	Kap. Dózsa	1:53.9
2.	Hegedüs Sándor	Györi Dózsa	1:56.3
3.	Boros Sándor	Előre	1:59.0
4.	B. Nagy Péter	Vasas	1:59.5
5.	Szántó Tamás	Debr. Építők	1:59.7
6.	Pataki Attila	DVTK	1:59.9
	Pép Zoltán	Dunaujv. Kohász	1:59.9
8.	Sárosi Endre	NYVSC	2:00.2

9. Sári BEAC 2:00.8, 10. Szekeres Dunaujv. Kohász 2:01.5, 11. Huszai V. Izzó 2:01.6, Mocsári Debr. Építők 2:01.6, Fábri Balassagy. MEDOSZ 2:01.6, 14. Csada SZVSE 2:03.6, 15. Filip Balassagy. SE 2:04.2, 16. Tóth U. Dózsa 2:09.0, 17. Meingaszt V. Izzó 2:16.3, 18. Varga SZVSE 2:20.7.

1500 m síkfutás:

<u>bajnok:</u>	Sári Elek	DVSC	3:59.8
2.	Kormos László	KSI	4:02.6
3.	Szekeres János	KSI	4:04.8
4.	Saáry Tibor	BEAC	4:08.4
5.	Fábián Gyula	Bp. Honvéd	4:10.0
6.	Béni József	Pécsi Dózsa	4:12.0
7.	Filip Pál	Balassagy. SE	4:12.2
8.	Berkó Péter	SZVSE	4:12.7

9. Huszai V. Izzó 4:13.0, 10. Bán Ózdi Kohász 4:16.8, 11. Pignitzky Vasas 4:18.4, 12. Gazdag Bp. Spartacus 4:18.6, 13. Horváth Koml. Bányász 4:38.4.

5000 m síkfutás:

<u>bajnok:</u>	Sári Elek	DVSC	8:37.2
2.	Papp Sándor	KSI	8:40.0
3.	Szekeres János	KSI	8:40.0
4.	Kocsis László	Bajai Vasas	8:40.8
5.	Berkó Péter	SZVSE	9:09.2
6.	Játékos Zoltán	MTK	9:15.4
7.	László János	Koml. Bányász	9:17.0
8.	Fábián Gyula	Bp. Honvéd	9:18.4

9. Cs. Nagy Vasas 9:26.8, 10. Sütő Debr. Építők 9:28.4, 11. Fogarasi Dunaujv. Kohász 9:30.0, 12. Filkorn Videoton 9:41.0, 13. Kocsis NYVSC 9:44.0, 14. Katona MTK 9:46.0, 15. Nagy Bp. Spartacus 10:10.0, 16. Gulyás Koml. Bányász 10:15.0.

110 m gátfutás:

I. előfutam: 1. Aradi Bp. Honvéd 14.6, 2. Preininger Előre 15.4, 3. Kékesi Szfv. Spartacus

15.5, 4.Köllő DVSC 15.7, 5.Kristóf Dunakeszi VSK 16.2, II.előfutam: 1.Dóczi Olajbányász 15.2, 2.Pósvári Előre 15.2, 3.Meder Bp.Építők 16.2, 4.Bognár Győri Dózsa 16.5, 5.Zsilinszky Misk.Földes 17.1, 6.Gulyás DVSC 17.5, III.előfutam: 1.Fülöp Bp.V.Meteor.15.5, 2.Deme Bátaszéki VSK 15.5, 3.Szaksz Dor.Bányász 15.8, 4.Török Ganz Mávag 15.9, 5.Kurucz Törökszentm. 16.4, 6.Farkas Kap.Dózsa 16.5, 7.Mezővári Salg.BTC 16.7.

A döntőben:

<u>bajnok:</u>	Aradi János	Bp.Honvéd	14.1 <u>orsz.1fj.</u>
2.	Dóczi Ferenc	Olajbányász	14.2 <u>csúcs</u>
3.	Pósvári Sándor	Előre	14.5
4.	Preininger Kálmán	Előre	14.8
5.	Szaksz Róbert	Dor.Bányász	15.0
6.	Fülöp Péter	Bp.V.Meteor	15.2
7.	Kékesi Ferenc	Szfv.Spartacus	15.6
8.	Deme József	Bátaszéki VSK	16.1

200 m gátfutás:

I.előfutam: 1.Aradi Bp.Honvéd 26.0, 2.Kristóf Dunakeszi VSE 27.0, 3.Kékesi Szfv.Spartacus 27.1, 4.Gulyás DVSC 27.7, 5.Szegi Szentesi Vizmű 28.3, 6.Szaksz Dor.Bányász 28.5, 7.Bereczki KSI 29.5, 8.Harsányi PVSK 30.6, II.előfutam: 1.Landauer Szeksz.Dózsa 26.8, 2.Hegedüs Bp.Petőfi 27.2, 3.Török Ganz Mávag 27.2, 4.Zsilinszky Misk.Földes 27.4, 5.Vincze U.Dózsa 27.7, 6.Magassy JOSI 27.7, 7.Légrádi Bp.Spartacus 30.6.

A döntőben:

<u>bajnok:</u>	Aradi János	Bp.Honvéd	24.5 <u>orsz.1fj.</u>
2.	Kékesi Ferenc	Szfv.Spartacus	26.7 <u>csúcs</u>
3.	Landauer Géza	Szeksz.Dózsa	26.7
4.	Kristóf Ferenc	Dunakeszi VSE	26.7
5.	Hegedüs László	Bp.Petőfi	26.8
6.	Zsilinszky Pál	Misk.Földes	27.3
7.	Török Zoltán	Ganz Mávag	27.7
8.	Gulyás András	DVSC	28.2

310 m gátfutás:

/ 3 időfutam alapján/

<u>bajnok:</u>	Aradi János	Bp.Honvéd	40.3 <u>orsz.1fj.</u>
2.	Preininger Kálmán	Előre	40.9 <u>csúcs</u>
3.	Deme József	Bátaszéki VSK	41.3
4.	Pósvári Sándor	Előre	42.3
5.	Landauer Géza	Szeksz.Dózsa	42.4
6.	Kristóf Ferenc	Dunakeszi VSK	42.5
7.	Kőszegi Péter	Bp.Spartacus	43.0
8.	Markó István	Előre	43.2
9.	Hegedüs Bp.Petőfi	43.3	
10.	Braun ZTE	43.5	
11.	Gulyás DVSC	43.7	
12.	Köllő DVSC	43.8	
13.	Bognár Győri Dózsa	44.3	
14.	Debreczeni KSI	44.3	
15.	Kiss Debr.Építők	45.2	
16.	Magassy JOSI	45.3	
17.	Fieszl Dor.Bányász	47.3	
18.	Bereczki KSI	48.7	

2000 m akadályfutás:

<u>bajnok:</u>	Papp Sándor	KSI	5:53.4
2.	Kocsis László	Bajai Vasas	6:05.4
3.	Hegedüs Sándor	Győri Dózsa	6:10.2
4.	Mester János	Debr.Építők	6:11.8
5.	Cs.Nagy Endre	Vasas	6:14.0
6.	Sada László	SZVSE	6:20.4
7.	Fogarasi János	Dunajv.Kohász	6:21.8
8.	Likkel István	Gyöngy.SE	6:24.0
9.	Sütő Debr.Építők	6:24.6	
10.	Fabri Balassagy.SE	6:24.8	
11.	Csáki Dunajv.Kohász	6:35.8	
12.	Határvölgyi Tat.Bányász	6:41.6	
13.	Karádi Erdi gimn.	6:46.2	
14.	Zsoldos Kecsk.Dózsa	6:49.2	
15.	Nagy Bp.Spartacus	6:50.0	
16.	Bána Tat.Bányász	6:55.6	
17.	Derdák Kecsk.Dózsa	7:11.0	

10 km gyaloglás:

<u>bajnok:</u>	Erdős László	Előre	50:40.4
2.	Korcsok János	Bcs.Dózsa	51:18.0
3.	Tábor Péter	Bcs.Dózsa	54:26.8
4.	Kontár Mihály	KSI	54:31.4
5.	Nagy Lajos	U.Dózsa	54:54.4
6.	Tarnóczy György	U.Dózsa	55:31.4
7.	Kovács Zoltán	Törökszm.MGT	55:33.0
8.	Csermendi László	Póstás	55:38.2
9.	Lánczi Debr.Építők	56:18.0	
10.	Ipolyi Előre	57:18.6	
11.	Kosza Előre	57:42.6	
12.	Regős Bcs.Dózsa	57:48.2	
13.	Bálint NYVSC	58:57.8	
14.	Major Debr.Építők	59:42.8	
15.	Borai NYVSC	59:43.0	
16.	Balogh NYVSC	60:16.8	
17.	Ambrózy Dor.Bányász	60:29.8	
18.	Nagy Debr.Építők	60:40.4	
19.	Szifjártó Ajka	60:51.2	
20.	Bongya Bcs.Dózsa	62:38.2	
21.	Kamarás U.Dózsa	63:45.6	
22.	Ferenczi Ajka	63:56.4	
23.	Czakó Törökszm.MGT	64:40.0	
24.	Tóth U.Dózsa	64:44.2	
25.	Méri Törökszm.MGT	66:02.0	
26.	Malina U.Dózsa	68:15.8	

A csapatversenyben:

<u>bajnok:</u>	Békécs.Dózsa	/Korcsok, Tábor, Regős/	2:43:33.0
2.	Előre	/Erdős, Ipolyi, Kosza/	2:45:41.6

3. U.Dózsa	/Tarnóczy, Nagy, Kamarás/	2:54:11.4
4. Debr.Építők	/Lánczi, Nagy, Major/	2:56:41.2
5. NYVSC	/Bálint, Borsi, Balogh/	2:58:57.6
6. Törökszm.MGT	/Kovács, Czákó, Méri/	3:06:15.0

Magasugrás:

<u>bajnok:</u>	Dóczi Ferenc	Olajbányász	200
2.	Tatai János	DVTK	195
3.	Katona Gábor	Bp.Honvéd	192
4.	Fülöp Péter	Bp.V.Meteor	184
5.	Pozsgai Károly	BEAC	184
6.	Herczeg Ferenc	Bp.V.Meteor	180
7.	Kővári Gyula	MTK	180
8.	Miklós János	Bcs.Dózsa	175
9.Lukács ZTE 175, 10.Nagy Magyaróvár és Görös Győri Dózsa 170.			

Távolugrás:

<u>bajnok:</u>	Kandár Tibor	Olajbányász	714
2.	Fülöp Péter	Bp.V.Meteor	695
3.	Herczeg Ferenc	Bp.V.Meteor	691
4.	Katona Gábor	Bp.Honvéd	676
5.	Krajcsi Gábor	U.Dózsa	667
6.	Erki József	Salg.BTC	663
7.	Molnár Gyula	Vasas	662
8.	Makk Artur	Csepel	649
9.Kliszek Gyul.MEDOSZ 643, 10.Kiss Szfv.Spartacus 636, 11.Tóth NYVSC 628, 12.Henyecz DVTK 626, 13.Juhász Videoton 612, 14.Kékesi Szfv. Spartacus 586, 15.Kiss Bp.Honvéd 584, 16.Ladányi Ganz Mávag 584, 17.Kublik Vasas 578, 18.Braun ZTE 518			

Hármasugrás:

<u>bajnok:</u>	Herczeg Ferenc	Bp.V.Meteor	14.49
2.	Molnár Gyula	Vasas	14.17
3.	Kiss László	Bp.Honvéd	13.99
4.	Lakatos László	Pécsi Dózsa	13.63
5.	Albert Béla	Ganz Mávag	13.16
6.	Kovács Nándor	DVTK	13.07
7.	Csonka Vilmos	Pécsi Dózsa	13.03
8.	Balogh József	Csepel	12.59

Rúdugrás:

<u>bajnok:</u>	Szelényi Attila	Bp.Építők	370
2.	Tóth Ferenc	Szoln.MÁV	350
3.	Fülöp Péter	Bp.V.Meteor	350
4.	Kocsis Imre	Szoln.MÁV	340
5.	Rostás Béla	Bp.V.Meteor	330
6.	Dam József	Csepel	330
7.	Mahó Tamás	Gyul.MEDOSZ	300
	Szigetvári Sándor	Bp.Építők	300

Súlylökés:

<u>bajnok:</u>	Horváth István	Törekvés	16.64
2.	Szalai György	Orosh.Táncsics	16.35
3.	Vinkó György	Bajai Vasas	16.16
4.	Gyergyói János	Bp.Honvéd	15.89
5.	Papp László	Vasas	14.07
6.	Farkas Attila	Előre	13.95
7.	Varga Tamás	Vasas	13.78
8.	Hoffmann János	Pápai Textil	13.50
9.Horváth Győri Dózsa 13.40, 10.Tokos Bp.Póstás 13.37, 11.Gyetvai Egri Dózsa 13.33, 12.Dávid DVSC 12.96, 13.Léner Szfv.MÁV 12.74, 14.Kurucz Törökszem.MGT 12.57, 15.Csik U.Dózsa 12.51, 16.Tamás Kecsk.M.Dózsa 12.44, 17.Keresztes Vasas 12.22, 18.Rusznay Győri ETO 12.13, 19.Papp Kap.Dózsa 11.93, 20.Odor Szfv.MÁV 11.81, 21.Szabó Ganz Mávag 11.75, 22.Nagy Ganz Mávag 11.60			

Diszkoszvetés:

<u>bajnok:</u>	Szauer Pál	Bp.Honvéd	56.56
2.	Gyergyói János	Bp.Honvéd	54.82
3.	Dávid Lajos	DVSC	49.98
4.	Szítás István	Debr.Építők	45.40
5.	Mutafov Márton	Csepel	45.28
6.	Hoffmann János	Pápai Textil	44.04
7.	Farkas Attila	Előre	43.60
8.	Kurucz Gyula	Törökszm.MGT	43.10
9.Tokos Bp.Póstás 42.36, 10.Horváth Győri Dózsa 41.78, 11.Bándi Csepel 40.72, 12.Papp Kap.Dózsa 38.02, 13.Csik U.Dózsa 38.00			

Gerelyhajítás:

<u>bajnok:</u>	Szabó József	Bolyi MEDOSZ	60.64
2.	Zomborka György	Váci SE	60.00
3.	Dusnoki László	Szentesi Vizmű	56.16
4.	Kurucz Gyula	Törökszm.MGT	54.50

5. Fancsali László	V.Izzó	53.74
6. Szabó István	Bp.Honvéd	53.14
7. Némethvári Ernő	MTK	50.34
8. Szabó László	Ganz Mávag	49.54
9. Szécsányi István KSI 49.24, 10. Hirdi Koml. Bányász 48.42, 11. Burián Előre 45.80, 12. Guba Ganz Mávag 44.46, 13. Cserna Ganz Mávag 43.02		

Kalapácsvetés:

<u>bajnok:</u> Kapusi Imre	Ózdi Kohász	59.50
2. Rakonczai Mihály	Hódmez. Költött	59.04
3. Krupp Miklós	KSI	56.10
4. Sáfrány Bertalan	DVTK	54.66
5. Rózsa Lajos	KSI	53.20
6. Seres István	NYVSC	50.42
7. Bolvári Tibor	MAFC	49.30
8. Csik Dezső	U.Dózsa	49.08
9. Szabó Ganz Mávag 48.44, 10. Németh Vasas 47.76, 11. Bárdi Csepel 46.88, 12. Nagy Debr. Építők 46.42, 13. Szilágyi Törökszm. MGT 44.63, 14. Szilágyi Csepel 44.52, 15. Téglá Szentesi Vízmu 44.48.		

Nők:

100 m síkfutás:

I. előfutam: 1. Kovács Szfv. Spartacus 12.3, 2. Palla Szoln. MÁV 13.3, 3. K. Szabó Debr. Építők 13.4, 4. Haintz Vasas 13.5, 5. Kerék MTK 14.2, 6. Kántor Csepel 14.2. II. előfutam: 1. Főrisek Tat. Bányász 12.7, 2. Bajusz Makói VSE 12.8, 3. Lajkó Bgy. MEDOSZ 12.9, 4. Szakonyi Pósta 13.9, 5. Kiss Törökszm. MGT 14.2, 6. Csanádi Vasas 14.2, 7. Pozsonyi Dor. Bányász 14.2. III. előfutam: 1. Zsom Bp. Építők 12.5, 2. Majzik Bp. Honvéd 12.6, 3. Füle Vasas 13.1, 4. Boda BEAC 13.2, 5. Lupták Salg. Kohász 13.6. I. középfutam: 1. Főrisek Tat. Bányász 12.7, 2. Kovács Szfv. Spartacus 13.0, 3. Bajusz Makói VSE 13.0, 4. Palla Szoln. MÁV 13.2, 5. K. Szabó Debr. Építők 13.5, 6. Szakonyi Pósta 13.8. II. középfutam: 1. Zsom Bp. Építők 13.1, 2. Majzik Bp. Honvéd 13.2, 3. Füle Vasas 13.2, 4. Boda BEAC 13.3, 5. Lajkó Bgy. MEDOSZ 13.5.

A döntőben:

<u>bajnok:</u> Főrisek Erzsébet	Tat. Bányász	12.5
2. Zsom Erzsébet	Bp. Építők	12.5
3. Majzik Mária	Bp. Honvéd	12.7
4. Kovács Mária	Szfv. Spartacus	12.7
5. Bajusz Edit	Makói VSE	13.0
6. Palla Margit	Szoln. MÁV	13.2
7. Füle Zsuzsa	Vasas	13.3
8. Boda Teréz	BEAC	13.4

200 m síkfutás:

I. előfutam: 1. Wieland Koml. Bányász 26.2, 2. Kovács Szfv. Spartacus 26.7, 3. Füle Vasas 26.8, 4. Strempek Bp. V. Meteor 28.2, 5. Luvári Nyiregyh. TK 28.5, 6. Pozsonyi Dor. Bányász 29.1. II. előfutam: 1. Ermler MAFC 26.6, 2. Szűcs Bp. Honvéd 26.9, 3. Szávost MTK 27.8, 4. Mátraházi Vasas 28.5. III. előfutam: 1. Zsom Bp. Építők 26.3, 2. Horváth Vasas 26.4, 3. Majzik Bp. Honvéd 26.5, 4. K. Szabó Debr. Építők 27.7, 5. Kerék MTK 28.6, 6. Gács Vasas 29.0.

A döntőben:

<u>bajnok:</u> Zsom Erzsébet	Bp. Építők	25.9
2. Majzik Mária	Bp. Honvéd	26.0
3. Horváth Erzsébet	Vasas	26.0
4. Wieland Ilona	Koml. Bányász	26.3
5. Kovács Mária	Szfv. Spartacus	26.3
6. Szűcs Annamária	Bp. Honvéd	26.4
7. Ermler Borbála	MAFC	26.8
8. Füle Zsuzsa	Vasas	27.0

400 m síkfutás:

/2 időfutam alapján/

<u>bajnok:</u> Lázár Magdolna	Debr. Építők	57.8
2. Orosz Irén	KSI	58.4
3. Bata Erzsébet	Szoln. MÁV	58.5
4. Horváth Judit	ZTE	58.6
5. Lajkó Zsuzsa	Bgy. MEDOSZ	59.1
6. Gyenei Katalin	Bp. Építők	59.5
7. Ermler Borbála	MAFC	60.4
8. Pásztor Zsuzsa	Szoln. MÁV	60.5

9. Miskolczi NYVSC 60.9, 10. Kovács MAFC 62.3, 11. Bánhegyi Sióf. Bányász 62.7, 12. Szávost MTK 62.8, 13. Gutai U. Dózsa 63.1, és Kustor PVSZ 63.1, 15. Mátraházi Vasas 64.0, 16. Strempek Bp. V. Meteor 64.3, 17. Gács Vasas 66.0, 18. Ötvös Vasas 66.8, 19. Mester Csepel 67.0, 20. Illés V. Izzó 67.2.

800 m síkfutás:

<u>bajnok:</u> Pásztor Zsuzsa	Szoln. MÁV	2:14.0
2. Bata Erzsébet	Szoln. MÁV	2:14.8
3. Lázár Magda	Debr. Építők	2:15.2
4. Orosz Irén	KSI	2:17.3

5. Gyenei Katalin	Bp.Építők	2:18.7	
6. Horváth Judit	ZTE	2:26.8	
7. Benyó Bernadette	KSI	2:27.5	
8. Bánhegyi Erzsébet	Sióf.Bányász	2:29.9	
9. Balogh Szeksz. Dózsa	2:31.6, 10. Muth MAFC	2:33.5, 11. Jónás MAFC	2:36.4, 12. Igaz KSI
2:38.3, 13. Ötvös Vasas	2:39.6, 14. Gulyás Törökszm. MGT	2:39.8, 15. Sándor U. Dózsa	2:40.9

100 m gátfutás:

I. előfutam: 1. Wieland Koml. Bányász 15.0, 2. Horváth Vasas 17.4, 3. Lupták Salg. Kohász 17.5, 4. Strausz Bgy. MEDOSZ 17.9, 5. Piszák Erdi gimn. 18.1, 6. Sellyei Csepel 18.3, 7. Becze Gyöngyösi SE 18.5, 8. Szabó Csepel 18.9. II. előfutam: 1. Szűcs Bp. Honvéd 15.2, 2. Gömöri Hódvmh. Köttött 16.9, 3. Perecsi Szeksz. Dózsa 17.3, 4. Kárász Erdi gimn. 17.7, 5. Számán Csepel 17.8, 6. Jánvári NYVSC 18.1, 7. Mester Csepel 18.9.

A döntőben:

<u>bajnoki</u>				
	Wieland Ilona	Koml. Bányász	14.7	<u>orsz. ifj. csúcs</u>
2.	Szűcs Annamária	Bp. Honvéd	14.9	
3.	Gömöri Ildikó	Hódvmh. Textil	16.0	
4.	Horváth Erzsébet	Vasas	17.0	
5.	Lupták Mária	Salg. Kohász	17.2	
6.	Strausz Judit	Bgy. MEDOSZ	17.3	
7.	Perecsi Ilona	Szeksz. Dózsa	17.5	
8.	Kárász Mária	Erdi gimn.	18.0	

Magasugrás:

<u>bajnok:</u>			
	Vadász Julia	Oroszi. Bányász	160
2.	Biró Éva	Salg. Kohász	158
3.	Kovács Éva	Szeksz. Dózsa	156
4.	Szalai Erzsébet	MAFC	153
5.	Kovács Margit	Szfv. Spartacus	153
6.	Peresztegi Magdolna	Szombath. SE	149
7.	Kővári Teréz	Vasas	149
8.	Tichy Marietta	SZEOL	145
9.	Jádvölgyi Győri Dózsa	145, 10. Kárász Erdi gimn.	140.

Távolugrás:

<u>bajnok:</u>			
	Fórisek Erzsébet	Tat. Bányász	614
2.	Zsom Erzsébet	Bp. Építők	580
3.	Wieland Ilona	Koml. Bányász	558
4.	Palla Margit	Szoln. MÁV	554
5.	Bajusz Edit	Makói VSE	528
6.	Galampos Mária	Ózdi Kohász	525
7.	Fazekas Katalin	MVSC	520
8.	Antal Rózsa	Dunajv. Kohász	518
9.	Majzik Bp. Honvéd	507, 10. Maté Dunaujv. Kohász	494, 11. Ricz Dunaujv. Kohász
493, 12. Erdei MAFC	489, 13. Hábetler Bp. Építők	484, 14. Haintz Vasas	478.

Súlylökés:

<u>bajnok:</u>			
	Vasvári Mária	ZTE	12.69
2.	Veréb Erzsébet	DVTK	12.45
3.	Hábetler Róza	Bp. Építők	11.98
4.	Grádwohl Klára	U. Dózsa	11.97
5.	Ördögh Mária	SZEOL	11.87
6.	Varga Mária	U. Dózsa	11.65
7.	Borka Zsuzsa	Makói VSE	11.41
8.	Gyüre Magdolna	Ajka	10.89
9.	Vadász Oroszi. Bányász	10.78, 10. Pógyor NYVSC	10.47, 11. Göttl Győri Dózsa
10.24, 12. Fejes U. Dózsa	9.92, 13. Pázmány MTK	9.82, 14. Nagy Bp. MEDOSZ	9.76, 15. Engel MAFC
9.73, 16. Stecina Rába ETO	9.72, 17. Nagy Vasas	9.69, 18. Csik Szombath. SE	9.57, 19. Daragó U.
Dózsa	9.57, 20. Tátrai Bp. Honvéd	9.20.	

Diszkoszvetés:

<u>bajnok:</u>			
	Grádwohl Klára	U. Dózsa	43.84
2.	Pógyor Klára	NYVSC	42.16
3.	Didek Andrea	Bp. V. Meteor	41.24
4.	Varga Gizella	KSI	38.02
5.	Gyimesi Éva	PVSK	37.14
6.	Fejes Rózsa	U. Dózsa	36.70
7.	Varga Mária	U. Dózsa	36.00
8.	Drózdik Gizella	Kecskem. Dózsa	35.92
9.	Göttl Győri Dózsa	32.64, 10. Nagy SZEOL	32.42, 11. Székely Bp. Honvéd
32.34, 12. Csik Szh. Haladás	30.96.		

Gerelyhajítás:

<u>bajnok:</u>			
	Gábor Judit	MAFC	43.22
2.	Kucserka Mária	Füzfői AK	42.54
3.	Nyerges Mária	Bátaszéki VSK	37.14
4.	Didek Andrea	Bp. V. Meteor	37.04
5.	Szalontai Éva	MTK	35.96

6. Mészáros Marietta Vasas 35.92
7. Füleki Irén Szfv.Spartacus 35.48
8. Erdősi Anna MTK 34.60
9.Vasvári ZTE 33.02, 10.Neruda U.Dózsa 31.60, 11.Csögh Győri Dózsa 30.20, 12.Kövecse
PVSZ 29.24, 13.Daragó U.Dózsa 28.72, 14.Köteles JOSI 26.80.

A bajnoki pontverseny állása 1969. szeptember 5-én

Férfiak:

Sorszám	Egyesület neve	Mezei bajnokság	Ügyességi CS.B.	II. oszt. bajnokság	50 km. Eyaloglás	Összetett bajnokság	Maratoni bajnokság	20 km. Eyaloglás	Felnőtt bajnokság	A pontok összege
1.	Bp.Honvéd	232	318	128	22	16	24	99	495	1334
2.	U.Dózsa	112	236	184	-	64	40	-	529	1165
3.	Vasas	122	214	71	40	-	12	-	224	683
4.	Bp.Spartacus	40	88	70	-	-	92	-	210	500
5.	Csepel	61	70	150	28	65	-	58	54	486
6.	BEAC	18	166	42	-	42	-	-	184	452
7.	Bp.Építők	18	130	58	-	56	-	-	77	339
8.	MAFC	22	152	25	-	14	-	-	40	253
9.	TFSE	-	144	13	-	-	-	-	71	228
10.	Komlói Bányász	95	-	17	-	-	46	-	68	226
11.	MTK	26	18	69	-	-	-	-	103	216
12.	Bp.Póstás	-	-	14	85	-	-	52	-	151
13.	SZVSE	8	-	49	14	-	-	52	25	148
14.	Ganz Mávag	14	-	14	-	-	50	24	-	102
15.	Kaposvári Dózsa	39	-	6	-	-	-	-	42	87
16.	SZEOL	-	44	10	-	22	-	-	-	76
17.	Pécsi Dózsa	37	-	2	-	-	-	-	34	73
18.	Ózdi KSE	-	-	12	-	-	25	-	32	69
19.	Dunaujvárosi Kohász	68	-	-	-	-	-	-	-	68
20.	V.Izzó	-	-	16	-	-	18	-	28	62
21.	Debreceni Építők	29	-	17	-	-	-	-	10	56
22.	ESO	-	-	12	-	-	-	-	38	50
23.	Szolnoki MÁV	-	22	26	-	-	-	-	-	48
24.	Salgótarjáni Bányász	25	-	-	-	-	-	-	22	47
	NIVSO	-	-	23	-	24	-	-	-	47
26.	Szekszárdi Dózsa	-	-	18	-	-	-	-	26	44
27.	Bp. V.Meteor	-	-	10	-	-	-	-	30	40
28.	Debreceni VSC	38	-	-	-	-	-	-	-	38
29.	Gyulai MEDOSZ	-	-	25	-	-	-	-	10	35
30.	Nagykanizsai Olajbányász	-	14	-	-	-	-	-	20	34
	Tatabányai Bányász	-	-	-	34	-	-	-	-	34
32.	KSI	30	-	-	-	-	-	-	-	30
	GEAO	-	-	18	-	-	-	-	12	30
34.	Szombathelyi SE	-	-	12	-	-	-	-	16	28
35.	Pécsi VSK	-	-	11	-	-	-	-	16	27
36.	ZTE	-	-	-	-	-	-	-	26	26
37.	DVTK	-	-	-	-	22	-	-	-	22
38.	DEAC	-	-	17	-	-	-	-	-	17
39.	Gödöllői Spartacus	16	-	-	-	-	-	-	-	16
	Salgótarjáni Kohász	-	-	6	-	-	-	-	6	16
	Bajai Vasas	6	-	10	-	-	-	-	-	16
42.	Győri Dózsa	-	-	-	-	-	-	-	14	14
43.	Ormosbányai Bányász	-	-	-	12	-	-	-	-	12
44.	Békéscsabai Dózsa	-	-	10	-	-	-	-	-	10
45.	Videoton	9	-	-	-	-	-	-	-	9
	Nyiregyházi Tanárképző	-	-	9	-	-	-	-	-	9
47.	Egri Tanárképző	-	-	8	-	-	-	-	-	8
48.	FTC	-	-	7	-	-	-	-	-	7
	SÜMSE	-	-	7	-	-	-	-	-	7
50.	Székesfehérvári Sportiskola	6	-	-	-	-	-	-	-	6
	Szolnoki Kilián	-	-	6	-	-	-	-	-	6
52.	Soproni Textiles	-	-	4	-	-	-	-	-	4
53.	Kecskeméti Dózsa	1	-	-	-	-	-	-	-	1

Nők:

Sorszám	Az egyesület neve	Mezei bajnokság	Ügyességi CS.B.	II. oszt. bajnokság	Összetett bajnokság	Felnőtt bajnokság	A pontok összege
1.	Bp.Építők	67	114	106	114	239	640
2.	Bp.Honvéd	64	150	27	55	225	521
3.	U.Dózsa	70	142	94	28	160	494
4.	Vasas	24	126	42	-	126	318
5.	TFSE	-	136	24	-	96	256
6.	BEAC	14	86	10	16	86	212
7.	Csepel	36	70	21	-	79	206
8.	Békéscsabai Dózsa	29	-	51	-	58	138
9.	Szolnoki MÁV	35	26	22	-	48	131
10.	DEAC	-	28	65	22	-	115
11.	Bp.MEDOSZ	42	-	13	-	45	100
12.	ZTE	23	-	-	14	62	99
	Szombathelyi Haladás	19	24	20	-	36	99
14.	Bp.Spartacus	50	18	-	-	-	68
15.	Debreceni Építők	40	-	7	-	18	65
16.	Komlói Bányász	7	-	22	-	34	63
17.	Salgótarjáni Kohász	-	18	7	-	34	59
	MAFC	10	22	-	-	27	59
19.	Pécsi VSK	-	24	15,5	-	14	53,5
20.	Győri Dózsa	23	-	16	-	14	53
21.	Nyíregyházi Tanárképző	-	-	4	-	47	51
22.	Bajai Vasas	40	-	10	-	-	50
23.	KSI	30	-	-	-	14	44
24.	Székszárdi Dózsa	8	-	25	-	9	42
	DVTK	-	-	-	-	42	42
26.	Pécsi Tanárképző	-	-	21	12	-	33
27.	Bp.V.Meteor	-	26	4	-	-	30
	Orosházi Táncsics	-	-	6	24	-	30
29.	Kaposvári Dózsa	-	-	17	-	10	27
30.	NYVSC	-	-	13	-	12	25
31.	Dunaujvárosi Kohász	24	-	-	-	-	24
	DASE	-	-	8	-	16	24
33.	Barcsi SC	18	-	2	-	-	20
	Tatabányai Bányász	-	-	-	-	20	20
35.	Nagykenizsai Olajbányász	19	-	-	-	-	19
36.	BKV Előre	-	-	8	-	10	18
37.	Pécsi Dózsa	-	-	16	-	-	16
38.	Nyíregyházi Sportiskola	15	-	-	-	-	15
39.	MTK	-	-	-	-	12	12
40.	Ajkai Üveggyár	10	-	-	-	-	10
	Ganz Mávag	-	-	10	-	-	10
	Szentesi Vízmű	-	-	10	-	-	10
43.	SZVSE	-	-	-	-	9	9
44.	FTC	-	-	8,5	-	-	8,5
45.	V.Izzó	-	-	7	-	-	7
46.	Kecskeméti Dózsa	6	-	-	-	-	6
	Törökszentmiklósi technikum	6	-	-	-	-	6
	Hőgyészi MEDOSZ	-	-	6	-	-	6
49.	Gödöllői Spartacus	4	-	-	-	-	4
	Ózdi KSE	-	-	4	-	-	4
51.	SZEOL	-	-	2	-	-	2

Atlétika

a Magyar Atlétikai Szövetség hivatalos lapja. Megjelenik havonta. Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős és szakszerkesztő: Farkas Pál. Szerkesztőség: Budapest, XIV. Istvánmezei ut 4. Telefon: 340-785. Kiadja a Sportpropaganda Vállalat, /Budapest, XIV. Istvánmezei ut 3./ Kiadásért felel: Pécsi Tibor igazgató. Előfizethető bármely posta-hivatalnál, a kézbesítőknél, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlap Irodánál /KHI. Budapest, V. József Nádor tér 1. sz./ közvetlenül vagy csekkbefizetési lapon/ csekk-számlaszám egyéni: 61.280, közületi: 61.066/ valamint átutalással a KHI. MNB 8. sz. egyen-számlájára. Egyes szám ára: 4.50.- Ft. Előfizetési ára egy évre: 48.- Ft. Számonként kap-ható még: Sportpropaganda, Budapest, VIII. Rákóczi ut 57/a. Index szám: 26.035

Z-690710-Sporpropaganda Sokszorosító

ATLÉTIKA



1969 NOV 13

OLVASÓTEREM

A TARTALOMBÓL:

Az 1969.évi athéni Európa Bajnokság ugrószá-
mainak értékelése

Élvonalbeli ugróatlétáink téli felkészülése

Jó eredmények - bajnoki hangulat nélkül

Régi óhaj megoldás előtt !?

Ranglisták és az Európa Bajnokság 1969

Az Európa Bajnokság eredményei

A bajnoki pontverseny végeredménye

1969

11

CAFÉ DO BRAZIL



**A KIVÁLÓ KÁVÉKEVERÉK
KÜLÖNFÉLE
BRAZIL KÁVÉFAJTÁKBÓL**