

ATLÉTIKA



1970 MÁJ 1 6

A TARTALOMBÓL:

- ☒ Az országos atléta-edzői értekezletről
- ☒ Az atlétika úttörői: ZSIVÓTZKY GYULA
- ☒ A férfi diszkoszvetés nagy alakjai
- ☒ Kipchoge Keino, az atlétika úttörője
- ☒ Reformot a gátfutásban
- ☒ Egy korosztály 4 éve
- ☒ Az országos mezeli bajnokság eredményei

1970/5

Ez igen!



**ali
babca**

KĀVĒKEVERĒK

ATLÉTIKA

XIII. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1970. 5. szám

○AZ 1969. ÉVI ORSZÁGOS ATLÉTA-EDZŐI ÉRTEKEZLET

(folytatás/

Dr. Csépe Imre hozzászólása dr. Szabó Zoltánné orvosi előadásához.

A magyar versenyzők is szedik - legjobb tudomásom szerint - a dr. Szabóné által említett készítményeket, de nem elég tudatosan és következetesen. Sok edzővel beszéltem, sokat foglalkozom élsportolókkal, de ezen hormonok szedésével kapcsolatban nagyon kevés a megfigyelés, melyet tudományosnak tekinthetünk. Nem tudom, van-e egy, vagy két olyan edző, aki pontosan meg tudná mondani, hogy 20, 40, vagy 60 tabletta beszedése után milyen konkrét változást tapasztalt versenyzőjénél, mérték-e az erőállapotban beállott változást, tapasztaltak-e teljesítmény növekedést és mekkorát? Ilyen irányban az edzőktől konkrét adatokat nem kaptam.

Itt kellene pontosabban előre lépünk, hogy az adagolás mikéntjét beállíthassuk és az adagolással párhuzamosan nagyon pontos, tudományos módszerekkel, kivizsgálásokkal, állóképességet vizsgáló, keringést ellenőrző módszerekkel pontosan lemérhessük az eredményeket.

Másik kérdés a koncentrált fehérjék adagolása, az ezekkel való táplálás. Teljesen megoldatlan és sötétben tapogatódzó, tisztázatlan ügy ez. Divatcikk lett a protein. Valószínűleg az első adatok onnan származnak, - külföldi megfigyelések alapján - amikor rájöttek, hogy az állattenyésztésben hizó állatoknál, amikor hirtelen és minél gazdaságosabb testsúly növekedést kell elérni, bizonyos fehérje táplálékok fokozott adásával testsúly növekedést lehet elérni.

Valóban így is van.

De egyről megfeledekezünk: az ilyen kúrára befogott négylábú hizóállatoknál a belső neml szervektől megfosztott állapotban használják ezeket a fehérjéket. Ezért az ilyen állattenyésztésben bevált módszereket nem lehet egyszerűen átvinni az emberi szervezetre, különösen nem élsportolókra, a teljesítményre törekvő sportolókra.

Ezekkel a szerekkel valóban mérhetetlen módon meg lehet növelni a súlyt. Ha netán összeengednének versenykörülmények között egy bikát és egy protein-készítményekkel felhizlalt ökröt, nem kellene vitatkozni, melyik nyerne minden körülmények között. Persze, ez túlzás, de nem lehet figyelmen kívül hagyni.

Nem akarom az állattenyésztés további gondolatait folytatni, de tudni kell, hogy az amerikai földrészen mérhetetlen mennyiségű fehérjekészítményt fogyasztanak.

Ezen fehérjekészítményeknek van egy apostola, Bob Hoffmann nevű úr, aki maga is tápszergyáros. Érthető tehát, hogy erősen propagálja a protein-készítményeket, hiszen ő gyártja azokat. Hangsúlyoznom kell, nem vagyok protein ellenes, csak realis képet szeretnék festeni. Szabó dr.-nő elmondta, hogy a proteinekkel bajt is okozhatunk. Az a nagyon nagy lelkesedés, amely egy időben eluralkodott - és még most is uralkodik - megalapozatlan és bizonyos mértékig a tájékozatlanságból származik.

Visszatérve tehát az amerikai propagandára és készítményekre, a koncentrált fehérjekészítmények hihetetlen sora kapható ott. A Hoffmann-féle készítmények mindenki számára elérhetők. De a Hoffmann-féle szakirodalomban egyetlen egy tudományos megfigyelésen alapuló cikk sincs. Őt-hat évfolyamot néztem át, de legjobb esetben is csak nyilatkozatok vannak, amikor a jó eredményt elérő súlyemelő, vagy egy-két amerikai atléta szájába adják a Hoffmann-féle fehérje fogyasztást. De nincs sehol adat, hogy ezek szedése következtében érték volna el kimagasló teljesítményeiket.

Sok munkával igyekeztem nagy irodalmi anyagot áttanulmányozni, melyek sportorvosi és edzés-elméleti kérdésekkel foglalkoznak. De a koncentrált fehérje adagolásával kapcsolatos eredményjavulásról sehol sem írnak. Állattenyésztési eredményekről van szó, de nem szabad elfelejteni, hogy heréltékről és kasztráltakról. A fehérje-kérdés tehát pillanatnyilag itt tart.

Mi a helyzet nálunk, Magyarországon?

Nekünk koncentrált fehérje-készítményünk nincs. A sportolók követelik, de követelik az edzők is. És jogosan követelik, mert ha áttekintenénk a sport fejlődését, volt egy korszak, amikor rájöttek, hogy sokat kell edzeni, azután rájöttek, hogy minél erősebbnek kell lenni a sportolónak. De most ott tartunk, hogy nem elég már állóképesség, erősnek lenni, az erőt is valamilyen kémiai mesterséges úton tovább kell fokozni. Ehhez kellene segítenie a proteinek-készítményeknek.

Magyarországon pillanatnyilag olyan fehérje-készítmény, amelyet széltében-hosszában tudnánk a sportolóknak adni, nincs. Vannak tápszerek, melyek fehérjével, kazeinnel

dúsítottak, de ezek sem megfelelőek erre a célra. Annak idején, amikor a fehérje probléma felmerült, egyből az Ovomaltinra szavaztam, ami nagyon is jó lenne. Sajnos, kivonták a forgalomból, mert nem tudták eladni, nem kellett senkinek sem. Így Magyarországon pillanatnyilag nem gyártják az Ovomaltint. Igéretet kaptunk, hogy esetleg majd gyártják.

Hallottam itt-ott arról, hogy a Műgyetem bizonyos tanszéke azt a kijelentést tette: meg kell mondani, mit kell gyártani és pillanatok alatt megcsinálják. Nem hiszem, hogy megalapozott kijelentés volt, mert ahhoz, hogy megfelelő mennyiséget legyártsák, - ismerve a magyar ipar nem túl rugalmas voltát és a szervezés gyakori nehézségeit - amíg a megrendelésből használható protein lenne, nem tudom, mikorra lenne meg, különösen a Műgyetem minimális gyártási kapacitása mellett.

Ha mi ezt a sportolók között propagáljuk és fogyasztatjuk, akkor sok kell belőle, hiszen a sportolók, mint minden ember, a szomszédnál látott és általa fogyasztott fehérjét maga is megpróbálja fogyasztani. Nagyon sokan követelnék azok is, akiknek - meggyőződésem szerint - nincs rá szükségük.

Felmerült az a gondolat, hogy más szakmabeliek - élelmezési szakemberek - segítségével nézzük meg, a magyar élgárda hogyan áll fehérje táplálkozás szempontjából. Anélkül, hogy hívtuk volna őket, jelentkeztek és Tatán ellenőrizték a fehérje fogyasztást a protein-kérdés miatt. Egy igen precíz, tudományos brigád vizsgálta a sportolók fehérje fogyasztását és háztartását. Arra volt kíváncsi, hogy a szokatlannak talált megterhelés mellett - nem tudták elképzelni, hogy egy élvonalbeli sportoló ilyen nagymértékű fizikai munkát végez a táborban - arra számítottak, hogy negatív fehérje-mérleget találnak. Meglepetéssel tapasztalták, hogy az összes vizsgálatra kerülő sportoló mind igen erősen pozitív fehérje-mérleg állapotban van, magyarul: fehérjékkel túltáplált állapotban.

Ennek alapján a helyzet megoldódott és Magyarországon az élsportolóknál fehérje hiányról nem lehet beszélni. Az azonban valóban meggondolandó, amit Szabó dr.-nő elmondott, hogy meg tudnánk spórolni egy tekintélyes energiamennyiséget, amíg a rántottcsirkéből, vagy borjúszeletből aminosav lesz, ha proteinek, aminosavakat tudnánk adni a versenyzőknek. Ha azonban meggondoljuk és megnézzük, hogy edzés után az izletes borjúszeletet szívesen elfogyasztja a versenyző, vagy a rendkívül rosszízű protein áll rendelkezésre, érzésem szerint, mindenki a rántottcsirke és a borjúszelet mellett döntene.

Meg kell gondolnunk, hogy a fehérjék közül - melyeket később hallunk - bizonyos húsfélések több fehérjét tartalmaznak, mások kevesebbet. Lehetőleg itt kell segítenünk és itt kell a sportolók táplálkozásánál - amennyire lehet - a húsféléseket forszírozni, hiszen ezek magasabb százalékban tartalmazzák a fehérjét, az esszenciális aminosavakat, melyek a nagyobb eredmény eléréséhez feltétlenül szükségesek.

Mi az alapja annak, hogy a protein-kérdés, a fehérje táplálkozás ilyen mérhetetlen módon került előtérbe?

Mindenesetre az, hogy szerte a világon felnőnek óriások, akik - meggyőződésem szerint - testi adottságaikkal, amelyben nemcsak az antropológiai testi adottságokat, nemcsak a velük született izomtárolási és felépítettségi készségüket, hanem a velük született mozgáskészségüket, sztereotípjüket is hozzák magukkal. Ebben is különbözőek vagyunk és ők, mint edzők, sokkal jobban tudják, vannak gyerekek, akiknek kétszer kell magmutatni egy mozgássorozatot és utána jól megcsinálják, de vannak olyanok, akiknek kétszázszor mutatják meg és utána is rosszul végzik. Abba a hibába ne essünk, hogy azt higgyük: ha a fehérje-táplálást megoldjuk - ezzel az összes magyar dobóprobléma megoldódott. Erről szó sincs!

En a magyar dobó probléma megoldását - ami szerencsére az egész magyar sportolók kérdésében talán a legjobban álló kérdés - éppen a dobóknál, mint az egész magyar atlétikánál, a kiválasztás kérdésében látom. Meg kell keresni azon gyereket, akik nemcsak testi felépítésben, de fizikai adottságokban is, idegrendszerbelileg is, alkalmasak arra, hogy átlagon felüli eredményeket érjenek el.

Talán egy példát szabad mondanom.

Valamennyien emlékeznek Loch Jánosra, aki annak idején, ha súlycsoportba osztanák a kalapácsvetőket, merem állítani, a saját súlycsoportjában világcsúcsot ért el. De belőle soha nem lehetett volna világrekorder. Ezzel nem azt akarom mondani, hogy a fehérje-táplálásnak nincs jelentősége, ez is egyik kocka a maximális eredmények elérésében.

Ne várjunk tőle megdöbbentő nagy eredményeket. Ha hozzájutunk, akkor próbáljunk vele okosan, szisztematikusan és kicsit tudományosabban bábni. Adjunk a versenyzőknek, rögzítsük pontosan mennyit kapott, hogyan kapta, milyen megmérhető változásokat észleltünk az adagolással párhuzamosan.

Azt mondtam, hogy a protein-kérdés megoldás előtt áll. Ez nem kis probléma a magyar sport vezetésének, ezen belül a sportegészségügy vezetésének. Hányszor látjuk, hogy egyik-másik sportoló leteszi a sportszert, mondván: látja, hogy a keletnémetek mérhetetlen előnyben vannak, mert ezt és ezt szednek! Meggyőződésem, hogy valóban szednek is. Nem nagyon szellőztetik. De valamennyien tudjuk, hogy az igazi eredményt az anabolikus szerekkel lehet elérni. Tankönyvi alaptétel: az anabolikus szerek rendszeres szedése révén testsúly-növekedés érhető el. De nekünk aktív testsúly-növekedést kell elérni és nem hízalni a versenyzőket, ami igen nagy különbség.

Ehhez természetesen a jól vezetett edzés, megfelelő erőnléti edzés is hozzájárul. Hogyan áll a protein-kérdés megoldása?

A vezető sportszervek nagy mennyiségű protein behozatalát intézik. Sajnos, kicsit nehézkesen ment, de eljutottunk oda, hogy a közelmúltban egy nyugatnémet cég ajánlatot tett, azonnal szállítja a különösen sportolók részére adható és 70 % proteint tartalmazó készítményt. Sportszerveink a külkereskedelem szerveinek segítségével meg is rendelték a bizonyos mennyiséget. Rövidesen itt is kell lenni a tablettáknak. De hozzáteszem, itt edzés szempontjából egy nagyon összetett gárdáról van szó. Lesznek olyan edzők, akik majd követelik tanítványaik részére, de nem tudunk adni. Ezért kell a protein-kérdésről beszélni, mert közben halljuk, az olimpiai felkészülésről is szó van, beszélünk az atlétika legmagasabb szintjéről. Ez a legmagasabb szint nyilvánvalóan csak úgy érhető el, ha alulról megfelelő tehetségeket, megfelelő utánpótlást szerzünk előbb. Ezért érthető, hogy bizonyos fokig heterogén az itteni társadalom. Van, akinek van élversenyszőke, és van, akinek nincs. Lesz protein-tabletta, de nem kaphat mindenki belőle.

De még egy szubjektív véleményem szeretném elmondani.

Mexikóban beszereztünk protein-készítményeket.

Öröm volt látni, hogy azok a versenyzők, akik a legnagyobb kritikusok és a legfinomabb borjúszeletet is eltölik, rendkívül lelkesen fogyasztották a nagyon rosszízű protein-készítményeket. Érthető volt, mert a sokat emlegetett motiváció adta a kezükbe, arra gondoltak, hogy a protein elfogyasztásával a más versenyzőkkel kapcsolatos hátrányt ezzel be is tudják hozni. Magukba gyűrték és erőltették a fogyasztását. Ha precíz ember lennék, akkor egy nagyon érdekes statisztikát tudnék az asztalra tenni: mit javított ezen versenyzők eredményességén az ott fogyasztott protein. Azt hiszem, nem kell erről különösebben beszélni. A proteinnek, a koncentrált fehérjének egy nagyon lényeges jelentősége van: az emésztés tekintélyes energiáját lehetne megspórolni, ezért feltétlenül indokolt a beszerzése, fogyasztása és nagyon biztos, hogy ezek fogyasztásával az egyébként is kiválókat még antropológiai, ideg-izom adottságú és idegrendszerbeli hozzáállásukkal egészen kiemelkedő versenyzőknek még egy kis pluszt jelent ahhoz, hogy még jobb eredményeket érjenek el.

Más hozzászólóknak válaszként még az alábbiakat mondta el.

Nagyon jól ismerem a dobó élsportoló gárdát. Nem könnyű társaság. Hiába mondom el bizonyos versenyzőknek, hogy Nerobolból nem szabad beszélni csak 2 dobozzal, beszerez magának különböző mellékutakon 4-6 dobozzal és beszedi. Nem tudok felelősséget vállalni az ilyen mellékutakon beszerzett Nerobolokért. Ugyanis kialakult egy rendkívül egyszerű felfogás: ha beszéd valaki egy doboz Nerobolt és javul egy métert /technikai vagy más okból is/, akkor az illető arra esküszik, hogy ha beszéd két dobozzal, akkor 2 métert fog javulni, stb. Ezt nem tudom belőlük kiirtani! Bármennyire is megvan felelősségtudatom, nem tudok mit csinálni, elengedik fülk mellett a figyelmeztést és beszedik.

Szerencse: eddig különösebb nagy baj nem történt...

Ne feszegessük, hogy a magyar nők szednek-e vagy sem. Meggyőződésem, hogy volt versenyző, aki szedett. Ezen anabolikus szerek a férfi hormonokhoz szerkezeti szempontból rendkívül közel állnak, és mint ilyenek, óhatatlanul bizonyos férfi hormonhatást is érnek el. Ezek a lányok kicsit mélyebben kezdenek beszélni, szőrszőszedni kezdenek ott is, ahol eddig nem voltak azok. Tehát vannak olyan másodlagos nemi jellegű vonások, amelyek megjelennek. A nagy világversenyeken valamennyien találkoztunk ilyen atléta lányokkal. Sokan el is tűntek közülük, de hogy ilyen volt és van, az köztudott.

Többen a mindenáron való eredményre törés miatt szedik. El tudom hinni, hogy néhány versenyző tesz ilyen irányú engedelményt, csak hogy eredményt érjen el. Ma mérhetetlen eredményhajzás van. A súlyemelőknél például véres verejtékkel kell küzdeniük súlyukért. Fogyasztanak, de vele párhuzamosan szedik a Nerobolt, kapják naponta az 1000 gramm B 12-öt, melyről tudott, hogy testsúlynövekedést leginkább előmozdító szer. Valóban jól tesz, növeli az erőt, de közben fogyasztaniuk kell.

Mi a helyzet a gyorsaság és állóképességgel kapcsolatban?

Nem akarok ismétlésekbe bocsátkozni, a TF-en és a TTK szervezésében gyorsasági ankét volt. Nem tudunk közös nevezőre jutni. De talán valamennyien megegyeztünk abban, hogy a gyorsaság és az erő bizonyos fokig párhuzamba hozható és a gyorsfutóknál és minden olyan mozgásnál, ahol mozgásgyorsaságra van szükség, ha tudom az erőt fejleszteni, akkor bizonyos fokig gyorsabban is tudom azt végrehajtani.

Nem volt szó külön a Nerobolról és az antibiotikumokról sem. Meggyőződésem, hogy az anabolikumokkal elért eredménynövekedéssel a gyorsaságot - az adott határon belül - lehet növelni.

Az Infekundin kérdése. A magyar lányok kiterjedten szedik. Az Infekundin kifejezetten női hormon. Részen egy sárgatest hormon, részben egy más hormonnal összekapcsolódva ugyanazon szituációt hozza létre, mint ami a terhesség ideje alatt van. Szédése kapcsán nincs ovuláció, nincs peteérés, nem eshetnek teherbe, de hormonapparátusuk a tabletták szedése után teljes egészében egészségesen reagál, egészségesen működik tovább. Ennek - ellentétben a proteinnel és az anabolikumokkal - nagy az irodalma. 100 %-osan beigazolódott és a magyar lányok is beigazolták, hogy szédése mellett jó "eredményeket" tudnak elérni. Mindezen már túl vagyunk anélkül, hogy tudományos vizsgálatokat kellett volna végezni. Az élet maga igazolta.

Azon magyar lányok, akik az Infekundint szedik, nagyon jól szerepelnek gátfutásban, távolugrásban, súlylökésben és más versenyágban is. Bár többen szednék, sokkal jobb lenne - érzésem szerint.

Dr. Sir József hozzászólása: Egyetérték, hogy a jelenkori atlétikának nagy problémája a kémiai hadjárat, az eredményfokozás minden vonatkozásban. Szeretnék néhány esetről konkrétan beszélni, melyek az utóbbi évek nemzetközi porondjain zajlottak le. Nem vitás és teljesen érthető, hogy különböző okokból ebben a rohanó életben minden versenyző, minden edző és minden ország nagy eredményeket akar elérni – lehetőleg gyorsan. Ott tartunk már, hogy edzésmódszereket, orvosi segédleteket igénybevéve, hogyan lehet még gyorsabban, még gazdaságosabban, kevés időn belül nagyobb eredményeket elérni.

Ez világszerte megindult és merem állítani, nem Amerikában, hanem először Európában kezdődött és itt elsősorban a két német államban. Amerikának ugyanis nincs szüksége arra, hogy a legkülönbözőbb kémiai szereket vesse latba az eredmény fokozására. Olyan hihetetlen nagy emberanyag, nagy kiválasztási lehetőség áll rendelkezésére, hogy erre nincs szüksége. Kétségtelen, a Hoffmann-féle készítmények – hiszen Hoffmann a férfi szépségverseny rendezője – sürgette ezek használatát. De az amerikai atléták, akikkel sokszor voltam együtt, fehérjedús és igen intenzív táplálkozást folytatnak. Az európaiaknál nem egészen van így. De figyelembe kell venni az amerikai atlétáknál a gyermekkortól történő alaptápláltságukat, mely az egész fejlődésre nagy kihatású. Ide kell még számítani az egészen fejlett testnevelési rendszerüket is.

Ettől függetlenül állítom, hogy Európában, különösen az utóbbi két évben, nagy kultusza van. Ennek leállítására hozta a nemzetközi szövetségünk a sexkontrollokat.

Az előbb Csépe dr. utalt arra, hogy a pályafutásukat hirtelen abbahagyó versenyző nők nagy százaléka – mint ahogyan később bebizonyosodott – ilyen kezeléssel ment át. Ez független attól, hogy milyen versenyszámban szerepelt. Az illetékesek bevallották, majd teljes egészében leállították ezt a mesterséges erősítést, a gyógyszeres és vegyi folyamatot.

Külön csoportot jelent az NDK – többféle okból kifolyólag.

Az NDK-nak mindenféle vonatkozásban rendkívül erősnek kell lennie, különösen sport területén a müncheni olimpia miatt. Azt kell bizonyítaniuk, hogy nagyon jók. Ennek meg is van az eredménye. De nem csak ez van. A szervezettség, melyről holnap beszélünk, mind kapcsolódik ehhez. Alkalmam volt az európai válogatott német versenyzőkkel 5 napon át együtt lenni. Vendég voltam Lipcsében a nagy Spartakiádon és onnan egy autóbusszal, egy szállodában lakva, együtt étkezve, utaztam a német válogatottakkal Stuttgartba, mint az európai csapat vezetője. Direkt figyeltem Hoffmann, Mildet, stb. Ezek atlétáinknak eszményképei, hiszen ezek egyik évről a másikra olyan erősek lettek.

Ha egy dobóatléta többéves pályafutását figyeljük, akkor mindegyiknél tapasztalható ilyen erősödés, amikor a sok és különféle erősítő munka nagyjából beér. Laikus vagyok. Lehet, hogy proteint szedtek. Nem is tagadják bizonyos gyógyszerek segítését. De hogy hogyan és mit csinálnak, nem tudom. Egy kétségtelen, ugyanúgy esznek, ahogyan a mi dobóink, lényegesen több fehérjedús ételt fogyasztanak. Elképesztő, hogy ezen német atléták mit esznek. De mindig gondosan ügyelnek arra, – különösen a velük lévő orvosok – hogy ez a táplálkozásuk is gyümölcsös, főzelékfélével, bizonyos mértékig szénhidrátokkal kiegészített legyen. Ezek a közvetlen tapasztalataim.

Ahogy, mint laikus, ismerem ezen problémákat, nincs úgy megoldva, hogy beveszek egy lapát proteint és utána kétszer akkorát fogok dobni. Ezt csinálták a mexikói sportolók, akik szintén hallottak valamit. A mexikói tartózkodásom alatt, ahogyan mi annak idején osztottuk a polyvitaplexeket, úgy osztották ők a proteint, tejbe, teába keverve. Ezt azonban minden különösebb megfontolás nélkül tették. Az a véleményem, hogy ha az egész világ, egész Európa nagyjából csinál valami ilyesmit, akkor nekünk is kell valamit haladnunk előre, de rendkívül megfontoltan, gondos és szakszerű eljárásokkal. Különben meglehetősen nagy lemaradás következik. Dobóink a világ színvonalától, most az olimpiai játékok után – úgy látszik – elmaradtak. Ennek vannak okai /szülés, betegség, stb/. A világnak egy része meglóduzott. Ennek nemcsak az az oka, hogy proteint szednek, hanem elsősorban azok a módszerek, amelyek magyar eredetűek. Ezekre mások is rájöttek, már sokan tudják és ismerik világszerte. Ez bizonyos mértékig büszkévé tehet bennünket. Az idegen dobók edzéseiben nagyon sok olyan módszert véltünk felismerni, amelyek magyar eredetűek. Mindez azt bizonyítja, hogy vannak technikai változások, nem pedig azt, hogy proteint szednek.

Farkas Pál

Az atlétika úttörői: Zsivótzky Gyula

Az elmúlt évtizedben sok újságírók jelent meg róla. Múltán tartjuk legnagyobb dobógyéniségünknek mi magyarok. De nemcsak mi értékeljük magasra. Az évtized legjobb kalapácsvetőit értékelő szakemberek is első helyen rangsorolják. Ebben a rangsorban nemcsak nagyszerű eredményei juttatták előre, hanem emberi és versenyzői teljesítményei is segítettek a csúcsra kerülésben. Ebből az alkalomból – úgy érzem – érdemes lesz visszapillantani erre az eredményes sportmultra, hogy annak gazdag tapasztalataiból megfelelő tanulságokat tudjunk leszűrni, ezzel is elősegítve a jövő építését.

Zsivótzky Gyulát több mint 15 éve ismerem, sokszor láttam edzéseit, versenyait /mindkét világcsúcsát láttam, a debrecenit és a budapestit is/. Lehetőségem volt vele sokszor beszélgetni, nehéz és vidám percekben, fáradtan és frissen, letörtén és felszabadultan, komor és felengedett hangulatban. Éppen az évtizedfelelőn /1965. május 16-án/ beszélgettem vele hosszú ideig. Sok minden szóba került: eddigi életpályája, eredményei, sikerei, kudarcai, betegsége, felépülése és a jövő tervei. Természetesen, az egész beszélgetés, a közös téma a kalapácsvetés körül mozgott, onnan indult ki, el-elkalandoztunk, de mindig oda tértünk vissza.

Ugy érzem, hogy az akkori beszélgetés felidézése nem veszített érdekességéből és aktualitásából. Sőt, öt év távlatából igen tanulságos és hasznos lehet megnézni, hogy Gyula barátom terveit közül mit tudott megvalósítani, mit nem, mit látott jól, mit tévesen.

A második öt év, az évtized második felének történetét a fontosabb, lényegesebb részek köré csoportosítom. A végén a hetedik évtized terveit írom le röviden és a legeredményesebb magyar kalapácsvető eddigi gazdag tapasztalatait.

Át is adom a szót Zsivótzky Gyulának:

"Életem a kalapácsvetés" - Elmondta Zsivótzky Gyula. Lejegyezte Cautka István.

Magyarországon sokáig nem volt népszerű versenysége az atlétikának a kalapácsvetés. Németh Imre teremtett érdeklődést, majd széles alapot ennek a nehéz és szép sportágnak.

Az 1948-as londoni olimpiai győzelme, világcúcsai, majd Csermák József nem várt, szenzációs helsinki-i győzelme és világcúcsa, mely az első 60 méter feletti eredmény volt a világon, a legelégítőbb faluban is felkeltette az érdeklődést.

A fiatal fiúk mind arról ábrándostak, hogy ebben a sportágban keltenek feltűnést és aratnak szenzációs győzelmeket - köztük én is.

Engedjék meg, hogy röviden ismertessem életem történetét. 1937. február 25-én születtem Budapesten. Én is akkor kaptam kedvet a kalapácsvetésre, erre a nehéz, de igen látványos, szép sportágra - az "arany-korszakban".

A kiskunfélegyházi testnevelési gimnázium tanulója voltam, amikor elkezdtem. Az akkori szerény eredmény, mellyel az 1953-as évet zártam, még nem sejtette a jövőt /36m/.

Az a megfelelő alap, helyet a testnevelési gimnázium adott, a viszonylag kezdetleges technikám mellett is a következő évre 11.82 m-es fejlődést hozott /46.82 m/.

1955-ben érettségiztem és felvettek a Testnevelési Főiskolára. Eredményeim töretlenül javultak: 53.09 m.

Amíg a Testnevelési Főiskolára nem kerültem, egyedül dolgoztam az edzéseken, mely ugyan hátrányos volt fejlődésemre, de az akaratot megacélozta.

Nagy bizalommal párosult odaadást váltott ki belőlem, amikor Harmati Sándor "kezei közé" kerültem. Harmati Sanyi bácsi irányításával azután megindultam a folyamatos fejlődés útján.

1956-ban elértem a rangot adó 60 méter határába: 59.69 m. 1957-ben két nagy győzelem élmenyével lettem gazdagabb! Először sikerült Csermák József legyőzése és a 60 méteres határ "alapos" áttörése: 62.38 m.

1958: az első igazi nagy nemzetközi sikerem. Bronzérem a stockholmi Európa Bajnokságon: 63.68 m. A legnagyobb eredmény abban az évben: 64.10 m.

1959: egy "sima" év rengeteg módszeres, technikai és erősítő munkával. Az eredmény: 65.72 m.

1960: a "nagy betörés éve" volt. Az előző év alapos munkája meghozta az eredményt, Európa csúcs: 69.53 - a római olimpiai ezüstérem: 65.78 m és a nősülés. Rómában az időzítésem még nem volt tudatos, csak spontán, jött az eredmény. Még az is, hogy az előző évről sokat fejlődtem, de nem voltam elég stabil. Nem volt állandó magas az eredményátlagom. Nem is beszélve arról, hogy Rugjenkov is jó versenyző.

1961: az első "sérült" évem /derékizom sérülés/. Óvatos visszafogott munka: 65.78.

1962: a 70 méteres "bűvös határ" átlépése /70.42 m/, Európa csúcs. Sajnos, Conolly megelőzött. Így a világcúcsért folyó versenyfutásban Harold Conolly vezet. Mindig közbejött valami, de az európa-bajnoki arany az enyém!

1963: előkészületi évnek szántam az olimpia előtt, de a második "sérüléses, beteg évem" lett. Eredményeim pedig szinte nem is mutatták: 69.06 - kétszer!

1964: "visszatérésem az életbe!"

A "legdrágább magyar bajnokságom: 66.66 m.

Olimpiai ezüstérem Tokióban: 69.09 m.

Az utolsó két évet /1963-64/ alaposan meg kell magyaráznom, mert akkor sokan el is temettek, leírtak. Valóban nagyon oda voltam! Az 1963. év második felében állandó kondíciózavarokkal küzdöttem. Lefogytam, holott így sem volt rajtam felesleg. Pedig de jó lett volna 10 kg-mal nehezebben versenyezni, hogy ne kelljen ezzel mindig előnyt adni a többieknek.

Porto Alegre-ben éreztem először, hogy valami baj van, de nem azért, mert Kondrasov megvert, hanem valami különös, megmagyarázhatatlan gyengeség fogott el. Először az idegen kosztra gyanakodtam, de hazatérve sem változott a helyzet, sőt rosszabbodott. Azután sürgősen meg kellett operálnom. 1963. november 16-án bélszűkülettel, majd még kétszer: 1964. január 13-án és február 24-én. Vastagbelem harnadrészét ki kellett venni.

Szörnyű volt elképzelni, hogy a többiek már régen Japánra készülnek és nekem még mozdulnom sem szabad. A fájdalom, a mozgás utáni vágy megacélozta akaratot, nem beszélve azokról a újságcikkekről, melyek szinte figyelembe sem vettek az esélyesek latolgatásánál.

Na, gondoltam, ilyen gyorsan nem lehet engem eltemetni és elfelejteni!...

Szépen lassan kezdtem el lábadozni, mozogni. 1964. április 3-án gimnasztikáztam először, de nagyon kicsit. Jobban kimerültem, mint a legerősebb edzések után azelőtt. Az orvosok előírták, hogy mit nem szabad csinálnom. Kevés volt, amit lehetett.

A magyar bajnokságon mindenáron el akartam indulni, de hogy megy majd a forgás, a dobás? Hogyan tudok ellenállni a nagy húzásnak?

Ez mind komoly problémát jelentett az összevagdalt hasfalamnak. Én, aki soha nem szédültem, most annál jobban éreztem ezt. Most, másodszor jártam végig a kezdők iskoláját 30 métertől felfelé, csak sokkal felgyorsítottabb tempóban. Versenyt futottam az idővel - az olimpiáért, mely akkor "valószínűtlenül" messze volt. De a segítség, a biztatás, az akaratom vitt!

És a magyar bajnokságon megtörtént a csoda. 66.66 méterrel életem legdrágább, leggyönyörűsebb versenyét nyertem meg.

Nem azért hatódta meg, amikor nyakamba akasztották a bajnoki aranyat a dobogó tetején, mert nem szakadt meg a magyar bajnoki győzelmi sorozatom, nem azért, mert igen lelkesen ünnepeltek a nézők és versenyzőtársaim - mely egyébként nagyon jól esett és soha nem tudom elfelejteni - hanem, mert visszatértem, megtaláltuk egymást, a régi nagy szeretmet: a kalapácsvetést és az életemet.

A magyar bajnokság után még fokozottabb munkatempót diktáltam magamnak. Minden pillanatot, percet, órát, napot az elvesztett idő pótlására igyekeztem fordítani. Csendesen, elmélyülten és esélytelenül dolgoztam. De így utólag, ha belegondolok, jövök rá, hogy szerencsés voltam!

Nem voltam nagy esélyes, akit nyom a felelősség súlya. Akitől szinte követelik a jó eredményt, az olimpiai helyezést. Szegény Thun barátom ebbe bukott bele. Nagy eredményt vártak tőle és ő nagyon akart. Ugy érzem, ez a nagy akarási hatott rá bénítóan.

Tőlem csak becsületes helytállást, tisztességes eredményt vártak. Nyugodtan készültem, biztam magamban. Nem zavart az ellenfelekről kapott, vagy látott eredmény. Tokióban már nekem is voltak 70 méter feletti edzéseredményeim.

Sajnos, a verseny napján nagyon ártott a zuhogó eső, nem tudtam megfelelően mozogni és az a plusz energia hiányzott belőlem, mely átsegíthetett volna a zuhogó eső okozta lehelést ellensúlyozó állandó mozgáson. No - és persze - hiába, az olimpiai verseny volt ebben az évben a hatodik versenyem, a magyar bajnokságot is számítva, a második "komoly".

Hiányzott a versenyállóképességem!

Ott a versenyen, illetve utána, nagyon bántott, hogy nem sikerült. De azután reálisan értékelve, túljutva az érzelmi benyomásokon, beláttam: sikert értem el!

Klim valóban jó versenyző, megbízható és ott is egy dobása jól összejött. Beyer pedig a jövő embere! Ilyenre még nem volt példa, hogy egy ilyen fiatal fiú, ilyen nagyot dobjon. Remélem, hogy sok, nagy csatát vívunk majd egymással.

1965. Harc a világcsúcstartóért!

Szeretnék végre világcsúcstartó lenni, már csak azért is, mert az előttem lévő magyar csúcstartók /Németh, Csermák/ mind világcsúcstartók is voltak. Meg azután bármilyen jó barátom Harold Conolly, azért szeretném, ha egyszer ő futna utánam és nem én ő után.

Az idei évre felkészülésem közepesen sikerült, ugyanis tüdőgyulladásom, influenzám és térd sérülésem volt. Ez azonban még mindig kevesebb kiesést jelentett, mint a tavalyi.

1966: Európa Bajnokság Budapesten.

Nem szeretném, ha csökkentenék hazám "arany készletét", főleg nem a kalapácsvetés révén. Nehéz lesz belgrádi első helyem megvédeni, de mindent megteszek.

Azután ismét egy különleges feladat: Mexikó.

Lehet, hogy a ritka levegőben még messzebb repül a kalapács? Az lenne a legcsodálatosabb, ha az enyém lenne végre az.

Röviden: ezekkel foglalnám össze tizenkét éves versenyzői pályafutásom alatt történeteket és a jövőt.

De szívesen beszélnék versenyzői tapasztalataimról, felkészülesemről, elképzeléseimről - a kalapácsvetésről.

A technikáról és a felkészülésről vallott elveimet a következőkben foglalhatnám össze, röviden:

Szerintem a kalapácsvetés technikai szempontból rendkívüli elmélyültséget igényel, hiszen az egyik legtöbb munkát igénylő versenyszám.

Elsődlegesnek a ritmust tartom. A lábbal való megfelelő ütemű kiszélesítés hivatkozik.

Naponta végzek edzést és minden nap dobok is. A verseny előtti napon nem edzem. Érzésem szerint a pihenő tudatos eredménynövelő hatását még alaposan nem értékeltem.

Erősítést /súlyemelés/ naponta végzek az alapozó időszakban. A verseny-időszakban másnapként, az "üres" napokon kiegészítésképpen nehéz súlyokat dobálok, mindig a maximumra törekedve. Az erősítő programot Veress Győző által kikísérletezett és véleményem szerint igen alapos, jó erőfejlesztő módszerei alapján végzem.

A versenyzőidőszakban végzett munkámra jellemző a kis széria nagy súllyal /de nem maximálissal/.

Az edzéseken rengeteget ugrálok és futok. Az ugrások gyakran kényszerítő körülmények között folynak /akadályokon, gátakon keresztül/. A futást repülőfutásként, vagy rajttámláról indulva végzem. Az erőfejlesztés olyan divatos formáját, a statikus erősítést - én is alkalmaztam, de csak kényszer helyzetekben, sérüléseknél, pl.: 1961-ben.

Gyakorlati tapasztalatom szerint a kalapácsvetésnél a dinamikus munka a döntő.

Edzéseken szívesen dobálok más szert is, a legszívesebben súlyt és diszkoszt. A játék is szerves része edzéseimnek, mert a legteljesebben elfáradt embert is versengésre, küzdelemre, - munkára készítem. Érzésem szerint, egy alapos edzés utáni testi-lelki feloldódás, kilazulás legjobb eszköze a játék. A játékok bármelyik formájába szívesen kapcsolódok be, legyen az labdarúgás, kosárlabda, tenisz, vagy bármi más.

Edzéseimet lehetőleg mindig jó hangulatban végzem. Dobásaimat pedig a legnagyobb figyelemmel, átérzéssel, koncentrációval hajtom végre.

A forgás-szám további növelését csak abban az esetben tartom indokoltnak, ha valaki a harmadik forgásra nem képes maximális sebességet elérni, tehát lassan forog. A négy forgás nagyon sok buktatót, hibalehetőséget rejtget, - nem áll arányban a tetemes időtöbblettel, mely a megtanulásához szükséges. A kidobásnál pedig ott áll a fokozott kilépés veszélye.

Sokkal nagyobb eredményt várok az előlengetés maximális kihasználásából. Nagyon sokan elhanyagolják ezt a fontos részét a kalapácsvetésnek.

Az eredmények fokozatos fejlődésénél nem tudom elképzelni, hogy meg lehet határozni az emberi teljesítőképesség határát, mert mindig lesz a világon olyan ember, aki többet tud, mint az elődök. Ha nem is nagy különbséggel, de centikkel feltétlenül! Ezt a fejlődést a tudomány is szolgálja, mely mindig átsegíti a holtpontokon megrekedt sportágakat, vagy versenyszámokat.

Az emberi teljesítőképesség határait áttörő versenyzők mögött minden esetben a sport szeretete, sok munka, sok lemondás - hatalmas akaraterő áll.

Ha visszapillantunk az elmúlt 5 évre, akkor feltétlenül a beszélgetést követő időszakra kell visszaemlékeznünk.

1965. június 20. Walnut: Conolly új világcsúcsot dob: 71.26 m. De nem sokáig örülhet a világcsúcsának Harold. 1965. szeptember 4-én Debrecen: a legnagyobb javítás a kalapácsvetés történetében: 2.48 m. Az új szenzációs világcsúcs: 73.74 m. Ezt a csúcsot a lengyel túráról hazatérőben, fáradtan, törődötten dobta Gyuszi.

Tehát sikerült! A magyar kalapácsvetés történetének harmadik világcsúcsstartója lett Zsivótzky Gyula.

Természetesen az év sportolója is ő lett!

De kiváló eredményének nemcsak itthon volt nagy visszhangja, hanem az egész világon. Minden sportújságban a dicsőret és a csodálat kifejezéseit lehetett olvasni. Sokáig nem tudtunk napirendre térni a nagy eredmény, a gyönyörű mozgás hatása alól. Élmény, nagy élmény volt! Örök emlék lett!

1966: a budapesti atlétikai Európa Bajnokság éve. A telet igen alaposan átdolgozta, készült a világrekorderhez méltó helytállásra.

Megtisztelő meghívás érkezik az Egyesült Államokból: több versenyből álló túrára. Szeretnék az Újvilágban is megcsodálni az új világcsúcsstartót és ha lehet, legyőzni Conolly és Hall feni rá fogát/. De nem hagyja magát, sikeresen szerepel. Új világcsúcs ugyan nem sikerül, de a 71.94 m már kielégíti és megnyugtatja a "jenkiket".

Természetesen Gyula is nyitott szemmel jár-kel. Igyekszik ő is tanulni és újra csak tanulni. Ismerkedik az erőfejlesztésükkel és a ragyogóan felszerelt edzőtermekkel. Nehéz nem is meri "megmutatni", mire képes - mert az ott bizony kevés. Ekkor dőbten rá, hogy ő valójában nem is nagyon erős, sőt - gyenge. Kelletlen érzés lehet erre éppen egy világcsúcsstartónak rádöbbenni! Mindenesetre nem volt haszontalan és főleg nem volt késői a felismerés. Az is igaz, hogy az utazás, a világjárás és a tapasztalatszerzés az európa-bajnoki aranyérembe került. Ezzel pedig sok magyar szurkolónak és szakembernek okozott csalódást, illetve meglepetést.

A jegyzőkönyv ezt mutatta: 1. R. Klim SZU 70.02 m,
2. Zsivótzky Gyula M 68.62 m

A nem várt vereség pszichikai bizonytalanságot okozott, mely végül az edzői-versenyzői kapcsolat megromlását eredményezte, végül szakításhoz vezetett.

Jó ideig együtt dolgozott, pedig ebben az időszakban lett volna szüksége igazán segítségre, tanácsra. A tapasztalatok alapján ugyanis egészen újszerű felkészülésbe kezdett. Így azután nem is lehet rajta csodálkozni, hogy az 1967. év a kísérletezés, kutatás, néha a bizonytalanság jegyében telt el. Ez év végén a neve mellé 68.96 m-es teljesítményén is meglátszott ez.

Kivülálló, akik az évvégi rangsorokból indulnak ki és csak az eredményeket nézik, nem is hinnék, hogy ebben az évben alakult, érett az olimpiai aranyérem megszerzésének módja, formája.

Az olimpiai évre való felkészülés, illetve a tél folyamán végre az edzői problémái is megoldódtak. Kérésére régi versenyzőtársa és hűséges barátja, Csermák József

lett az edzője. A csendes, megfontolt, kiegyensúlyozott Csermák jó hatással volt Gyulára. Segítette a különböző problémák megoldásában. Visszafogta, fékezte a néha túlzásokba hajló edzőmunkáját és éles szemmel javította, csiszolta technikáját.

Az olimpiai évet megfontoltan, alaposan tervezték, a felelősség is megoszlott. Ez szemmel láthatólag nyugalmat és biztonságot kölcsönzött Gyulának. Fő cél az olimpia volt! Mindent ennek érdekében tettek. Így aztán elérhető volt, hogy nem zavarták meg különösebben a szezonban elszenvedett vereségek.

A második alapozás után azután szeptember közepére elért ismét a világcsúcshoz, sőt meg is javította azt. De milyen sorozat közben – és milyen időben! Elsőre könnyen, elegánsan 73.77! Új világcsúcs 73.76 m a hiteles, mert csak páros számokkal hitelesíthető a diszkosz, gerely és kalapácsvetésben elért eredmény/. Azután pillanatok alatt felhőszakadás úgy, hogy két dobást ki is hagyott, mert hittünk az eső elállásában. De csak zuhogott. Az utolsó három dobást azért ledobta. Csúrom vizesen, tocsogó cipőben, de már nem tudott javítani...

Véleményem szerint, ha ezen a versenyen kedvező lett volna az időjárás, akkor a világ első 75 m feletti dobását látjuk. Hogy mire alapozom ezt? Két héten keresztül láttam edzeni, illetve versenyezni Gyulát. Olyan kirobbanó erőben, ragyogó technikai harmóniában még nem láttam!

Biztos voltam a világcsúcsban. Csak nem 3 cm-re számítottam!

Tehát ragyogó idegi és fizikai állapotban utazott el Mexikóba, bár az előcsatározások nem a legjobban sikerültek Klim ellen /már kilenc vereség folyamatosan/. Mikor szakad már meg ez a bűvös sorozat? – ezen tanakodtunk itthon és bizony az sem enyhítette szorongásunkat, – amikor október 17-én este a TV készülék elé ültünk és a kitűnő edzéseredményekről is tudomásunk volt 75.32 m/. Eszünkbe jutott a római nagy bemelegítő dobás, meg sok minden egyéb... De csak megbüvölve, izzadó tenyérrel vártuk, illetve néztük az összecsapást.

A dobási sorrend kedvező volt. Gyula Klim után dobhat!

Az első dobásai nem voltak "rosszak", de nem úgy sikerült, mint ahogyan kellett volna. Nagy volt a felelősség /pedig azt mondta, amikor Németh Angéla olimpiai győzelméhez gratulált: "Köszönöm, hogy levettél a felelősség nagy súlyát vállaimról is". Mindenki ugyanis egy dobó aranyéremre kalkulált/. Hiányzott az a fokozatosan gyorsuló ritmusú forgás és robbanékonyág, gyors kidobás.

A harmadik sorozatban Klim átveszi a vezetést. Gyula nem tud javítani. Klim tovább javít, már 73 m fölött van. Gyula belevágja a hálába. Azt hittem, de azt hiszem, sokan hittük, hogy minden elveszett: Klim a győztes! Két autineuralgiát lenyelve, várom az ötödik sorozatot. Szívdobogás, fejfájás, családtagjaim kivonulnak, ők már nem bírják.

Bennem már csak az motoszkál, nem lehet, hogy ne győzzön, hisz világcsúcs formában van. Nem, nem lehet, hogy ilyen mostoha legyen a sors, hogy valakinek soha ne sikerüljön az arany, pedig mennyit küzdött, izzadt, lemondott érte. Pont most nem sikerül – és ki tudja mi lesz négy év múlva?

Szinte csak fátolyon keresztül látom Lovász Lázit és Eckschmidt Sanyit dobni. De végre kezd tisztulni a kép: Klim nem javít, Gyula valahogyan egészen jól csinálja.

De mi van, pont most romlott el az eredményjelző tábla? Villog már, azt hiszem, hogy érvénytelen a dobás, pedig biztos, hogy nem lépett ki Gyuszi. Gyula is ideges, ide-oda rohangál, végül felragyog az arca, mutogat, ez csak jót jelenthet! De még mindig nem jó a jelzőtábla. A bemondó is tájékozatlan, éppen úgy tippel, totózik, mint mi, csak 7000 km-rel odább és 2100 méterrel magasabban.

Végre kigyulladnak a számok: 73.36 m. Nyolc centivel Klim előtt. Akkora, mint a két éves fiam arasza, Kis távolság, nagy távolság, óriási távolság! Az ezüstöt az aranytól választja el. Nagy az öröm a képernyőn és előtte is! Csitíjuk egymást, Klim még dobhat jobbat, de ebben már nem hisz senki sem, szerencsére ő sem. Gyula következik, szuggerálnám: most tedd fel az i-re a pontot, dobj egy nagy világcsúcsot. De túl nagy még benne az öröm, azt hiszem, Gyulában is. Ilyen lelkiállapotban ez nem sikerülhet, de nem is baj. Miénk az arany! Világraszóló siker, ilyen még nem volt a magyar atlétika történetében: két magyar zászló az árbócon, az első öt között három magyar!

Gratulálunk!

Nagyszerű győzelem – nagyszerű este volt. Köszönjük Gyuszi, köszönjük fiúk! Csermák Jóska büszke, boldog lehetsz!

Itt kellene befejezni, de az évtizedhez még egy év kell, Igen, az 1969. év.

Nincs megállás, nincs pihenés – csak a győzőknek.

Ki is használja Gyula, talán kicsit jobban, mint kellene. Pedig Klim "bosszút" esküdött: felveszi a harcot a 75 méterért. Nem pihen, végigdolgozza a telet és eljön Budapestre, az oroszlanbarlangba, megtépázni a babérokat. Sikerül, talán jobban, mint kellene.

Junius 29-ike, villanyfényes kellemes este a Népatadionban és új világcsúcs és kettős győzelem a szovjeteknek: Klim 74.52, Bondarczuk 72.58. Gyula nem dob rosszul, de nincs a tavaly őszi formában. Hiányzik a téli következetes, folyamatos munka. A győzelemnek ára van!

Az athéni Európa Bajnokság számunkra a kalapácsvetésben még szomorúbb, csak egy

negyedik hely /69.68/ Zsivótzky Gyula révén. Nem vigasz, hogy Klim világcsúcsa még a három hónapot sem érte meg. Bondarczuk 74.64, majd 75 méter felett is dob /október 11-én: 75.48 m/. Fáj!

Igen! Elrontottak, nem ehhez szoktunk!

Most pillantsunk a jövőbe!

Sokan felvetik a kérdést mostanában: Zsivótzky képes még megjavítani legjobb eredményét? Túl tud kerülni a 75 m-es határon? Hallgassuk meg őt, mi erről a véleménye: "Ökvetlenül képesnek tartom magam a 75 m elérésére, s ez nem pusztán reménykedés, hanem tény. Edzésen már többször megdobtam ezt az eredményt. A nagy kérdés, hogy versenyen mikor sikerül?"

- Valóban, Gyuszi, szerinted mi szükséges a nagy eredmény eléréséhez? Hiszen Te is sokszor jelentettél be világcsúcskísérletet és azok nem nagyon sikerültek. Miért?

"A körülmények és feltételek zavartalan összhangjára van szükség egy világcsúcs megszületéséhez. Hogy mit értek zavartalan körülmények és feltételek alatt? A feltételek optimális menetét. Vagyis a tervek szerint sikerül-e edzéseimet végrehajtani, nem zavar-e meg ebben sérülés. A körülmények alatt pedig a zavartalan versenyt, a jó rendezést és az időjárást értem. Hát "csak" ennyi mindennek kell egyeznie a csúcskísérlethez".

Érdekes, ha az ember visszapillant a kalapácsvető világcsúcsok fejlődésére, akkor azt látja, hogy 1899-ben John Flanagan már túldobta az 50 m-t /50.01/. 1913-ban Patrik Ryan már 57.77 m-nél tart, de közel negyven év kellett ahhoz, hogy 1952. július 24-én Helsinkiben Csermák József túldobja a 60 m-t /60.34/. És mit tapasztaltunk azóta eltelt 17 év alatt? Mai kifejezéssel élve, szupergyorsaságú fejlődést! Gondoljuk csak el, 53 év kellett 50-től 60-ig, azaz 10 m fejlődéshez, mely éves átlagban 19.49 cm. Az elmúlt 17 év alatt Csermák Józseftől /60.34/ Conollyn keresztül /70.33/ Anatolij Bondarczukig /75.48/ éves átlagban 89.05 cm a fejlődés. Tehát több, mint négyszer gyorsabb növekedést hozott, mint az előző időszak. 1952-től 1960-ig volt a legintenzívebb a fejlődés, azaz 10 méter, évi átlagban 1.24 cm. Most ismét, 1968-tól gyorsulóban van a fejlődés /1.62 m/.

A fejlődés tehát elképzelhetetlen mértékben felgyorsult és mindez olyan szinten, amely 20 évvel ezelőtt még hihetetlennek tűnt. Ha a fejlődés üteme a későbbiek folyamán is hasonló lesz, akkor az 1976-os olimpia idején már 80 m felett lehet a világcsúcs. Érzésem szerint, a következő években tanui lehetünk a 80 m eléréseért folyó küzdelemnek. Ilyen visszapillantások, értékelések után teszi fel mindig az ember a kérdést: meddig mehet ez így? Hol az emberi teljesítőképesség határa?

Mi Gyula véleménye erről?

"Az emberi teljesítőképesség kalapásvetésben? Ezt én is kérdezhetném. Nem tudom! Ma a koncentrált fehérjék és vitaminok korában elképesztő fejlődés lehetséges. Nemrég egy szurkoló, lelkes atlétabarát megkérdezte, hogyan lehet az, hogy egy második élvonalbeli kalapácsvető /Bondarczuk/ is megelőzhette Zsivótzky Gyulát. Mire ezt válaszoltam: hogy megelőzött másodvonalbeli kalapácsvető? En inkább azt mondanám, elsővonalbeli. Mert Bondarczuk megelőzte Klimet is. És 71 m feletti eredménnyel kikapni, - ez ma még nem tartozik a szégyelnivalók közé".

Azt hiszem, hogy a lelkes atlétabarát 1969. után már nem tartja "másodvonalbeli" kalapácsvetőnek Bondarczukot. Még azt is hozzátenném, hogy Gyula még jó szeműnek is bizonyult!

Zsivótzky Gyula Budapesten él, Csermák József Tapolcán. Sok emberben felvetődik, hogyan lehet így eredményesen edzeni? Kezdnék, alacsony színvonalon lévőnek sehogyan! De, aki 17 éve foglalkozik kalapásvetéssel, annak már nem kell annyira az ösztönzés és biztatás, a segítség, hiszen minden a kisujjában van. Hallani az ellentábor véleményét. Döntse el talán a vitát a legilletékesebb. "Csermák József hiányát nagyon megérezem. Hiányzik az edzésekről, különösen a technikai munkában. Kapcsolatunk így is szoros és azt hiszem: eredményes" - mondta Zsivótzky Gyula.

- Néha nem jut eszedbe, hogy "ellőgd" az edzést?

"Az év nagy részében teljesen egyedül dolgozom, edzői felügyelet nélkül, s még senki sem látott edzésen lazsálni, mert mindig nagyobb és nagyobb eredményeket akarok elérni".

Sokszor felvetődik az edzők kérdése, képzetek-e edzőink? Tisztában vannak-e a legmodernebb edzési és versenyzési elvekkel? Értik-e, érzik-e a legújabb technikákat, oktatásuk módját? Ugy érzem, az eredmények, a világranglistákon elfoglalt helyezések, az utolsó két olimpia dobószámaiban elért első helyünk beszél az edzők helyett.

Talán azért nem felesleges meghallgatni egy hosszú évek óta eredményes versenyző meglátásait, észrevételeit a magyar dobó szakemberekről:

"Nekem az a véleményem, hogy szakembereink vannak olyan jók, mint pl. az amerikaiak - ha nem jobbak! Csak mindig valamilyen részletkérdésben maradunk le, illetve vitázunk ahelyett, hogy csinálnánk. A súlylemlő atléta viccetéma volt Magyarországon. Ma a felkészülés nélkülözhetetlen része".

Elgondolkasztató szavak. Valóban kifigurázták Szécsényi Józsefet a sajtóban, úgy 12 évvel ezelőtt: "Ha a diszkosszal foglalkozna annyit, amennyit a súlyzókra fecsér, biztosan nagyobbat dobna". Sajnos, még most is előfordul, hogy ma, 1970-ben is meg kell győzni embereket az erősítés szükségességéről./

- Te Gyuszi, mondd már el, kérlek, hogy mennyit edzel naponta? "Napi 5-6 órát edzem - feleli - s ezeken nem is az idő, hanem az intenzitás a tényeg. Ezekben a hónap-

pokban 75 tonnát emelek hetenként. Ezenkívül futok, tornászom, csiszolom technikámat".

- És mondd, szoktál pihenni egy versenyszezón után? "Teljes pihenőt soha. Annyi munkával kellene ugyanis pótolnom a kieső heteket, hogy nem éri meg. De van télen egy hét és késő ősszel egy hónap, amikor csak annyit dolgozom, amennyi jólesik".

- Így magad részéről mindent megteszel, hogy jól szerepelj. Mégis, hogyan lehet az, hogy ez nem mindig sikerült? Mondanál talán példát? "Klim évek óta csak egy-egy versenyre összpontosít, én viszont gyakran "elaprózom" az időnyt. Neki volt igaza. E-mellett Klim egyszerűen jobb versenyző, mint én: versenyen is megdobja, amit edzésen tud. Én a legritkábban".

- A versenyek milyen hatással voltak rád? "Az önbizalom meg-megcsappant néha, de a munkakedvem soha. Nemcsak a versenyzésben, de edzésben is sok örömet, izgalmat talál-tam".

- Mit tettél ilyenkor? Miből indultál ki? "Az alap, csak munka lehet. Minden csak gyakorlás kérdése".

- Mit gyakorolsz? "Amiben hiányosságaim vannak, ez örök lehetőséget ad a gyakor-lásra, mert minél magasabb szinten van valaki, annál több hiányosság kerül felszínre. Mikor elkezdtem a kalapácsvetést, még csak forogni kellett megtanulnom, most pedig egy dobásnál millió mindenre kell vigyáznom".

- Ilyen komplikált mozgásnak tartod a kalapácsvetést? "Ez a versenyszám nagyon összetett mozgást igényel s magas fokon már borzasztó sok benne a hibalehetőség. Az em-ber edzésről-edzésre, dobásról-dobásra igyekszik megközelíteni a tökéletest. S ha addig nem is jutok el soha, mindig öröm, ha egy mozgásban megérezem a jobbat".

- Szerinted, ezek alapján, mikor kell elkezdeni a kalapácsvetést? "Elkezdeni so-sem késő!"

- Akkor talán az alkat jelent sokat? "Hihetetlenül sokat. Ha magasabb a termet, s főleg, ha hosszabb a kar, ugyanazzal a munkabefektetéssel messzebbre száll a kalapács".

- Milyen fontosságot tulajdonítasz az akarat erőnek? "Hallatlan sokat!"

- Mondj talán egy példát! "Előfordul, hogy egy sérülés vet véget a pályafutás-nak, de az is, hogy éppen egy sérülés makacs leküzdése erősíti az akaratot és teljesí-ti ki a sportoló útját. Máskülönb a magasszintű versenyzés már szinte együttjár ki-sebb-nagyobb sérüléssel".

- Karl Stoch 1952-ben, 42 évesen szerzett ezüstérmet, de lehetne sorolni példákat, hogy a kalapácsvetésben milyen sokáig lehet eredményes valaki. Te, személy szerint, med-dig akartod aktívan üzni ezt a szeretett versenyszámot? "Nekem kész tervem van a jövőt, és a befejezést illetően. Az 1970-71-es évben lassítok. Ekkor befejezem a testnevelési főiskolai tanulmányaimat. Az 1972-es müncheni olimpián szeretném befejezni aktív pályá-futásom. Tehát 35 éves koromban. Összehasonlításként: Klim Mexikóban 37 éves volt".

A második részben leírtak az 1968-as olimpia és az 1969-es európa bajnoki felké-azülés előtt, illetve az olimpiáról és Athénból való hazaérkezés után kerültek szóba beszélgetés, előadás, illetve nyilatkozat formájában.

Zsivótzky Gyula elért világcsúcsai:

1965. szeptember 4. Debrecen: 73.74 m.
/69.92, 68.90, 70.10, 73.74, 70.94, --- / átlag: 70.72 m.

1968. szeptember 14. Budapest: 73.76 m.
/73.76, ---, ---, 71.46, 72.24, 73.14/ átlag: 72.65 m.

Klimmel folytatott rangos csatái:

1964. október. Tokió: Olimpiai döntő:

1. Ronald Klim 69.74 m
/67.19, 64.64, 68.59, 68.74, 68.81, 68.17/ átlag: 67.85 m.

2. Zsivótzky Gyula 69.09 m
/69.09, 66.20, 68.47, 67.41, 67.85, 67.32/ átlag: 67.72 m.

1966. szeptember. Budapest. európa bajnoki döntő:

1. Ronald Klim 70.02 m
/69.42, 70.02, 69.08, 69.82, 69.20, 68.36/ átlag: 69.31 m.

2. Zsivótzky Gyula 68.82 m
/68.82, 68.50, 67.74, ---, 67.84, 66.20/ átlag: 67.82 m.

1968. október. Mexikó. Olimpiai döntő:

1. Zsivótzky Gyula 73.36 m
/72.26, 72.46, 72.54, ---, 73.36, 72.22/ átlag: 72.56 m.

2. Ronald Klim 73.28 m
/72.24, 68.96, 72.82, 73.28, 71.16, 71.64/ átlag: 71.68 m.

Zsivótzky Gyula eddig legjobb eredményei:

év:	életkor:	eredmény:	testsúly:
1953	16	36.00	70
1954	17	46.82	74
1955	18	53.09	78
1956	19	59.69	81
1957	20	62.38	83
1958	21	64.10	86
1959	22	65.72	89
1960	23	69.53	89
1961	24	65.78	91

1962	25	70.42	96
1963	26	69.06	95
1964	27	69.09	95
1965	28	73.74	97
1966	29	71.94	97
1967	30	68.96	98
1968	31	73.76	101.5
1969	32	72.58	100

Csutka István

A férfi diszkoszvetés nagy alakjai

/folytatás/

Győzelme annál is inkább meglepetés volt, mert az olimpiai válogatóverseny előtt több alkalommal is vereséget szenvedett. A fiatal kansasi egyetemista a los angelesi válogatóversenyen Gordien mögött 54.44-gyel a második helyen végzett. Az olimpiáig 55.86-ra javult, melyet Santa Anában október 27-én ért el. A következő két év nem hozott számára különösebb sikert. Állandósította 56-57 méteres formáját. Ebben az időszakban az Egyesült Államok második legjobb diszkoszvetőjének tekintették Ricahrd Babka mögött. De 1959-ben már biztosan győzött a Pánamerikai Játékokon.

A római olimpia előtt nem ő volt az esélyes, hanem Piatkowski és Rink Babka. Az amerikai bajnokságot 59.07-tel fölényesen nyerte Richard Cochran Babka előtt, annak ellenére, hogy utóbbi a világcúcsot Walnutban augusztus 12-én 59.19-cel beállította. A szeptember 6-án megtartott döntőben azután meggyőző fölényrel utasította maga mögé ellenfeleit. Győztes dobása 59.18 volt. A fentiekén kívül még kétszer dobott 59 méteren felülre /59.17 New York, május 15 és 59.14 London, szeptember 14./

Érthető volt, hogy a fárasztó 1960-as év után Oerter nem törekedett kiemelkedő eredmény elérésére. A következő évben mindössze négy versenyen indult, legjobbjá csak 58.05 volt, mellyel második lett az amerikai bajnokságon Silvester mögött. Neve háttérbe szorult az új nagygáru, Jay Silvester mögött, aki a világon elsőként dobta túl a 60 métert szabályos körülmények között.

De a világcúcs csak ösztönzőleg hatott a 26 éves /szül.: 1936.szeptember 19-én a new-york állambeli Astoriában. 192 cm magas és 112 kg súlyú/ fiatalemberre. Először 1962. április 28-án dobott 60.50 métert. A versenyidényt jól kihasználva, kétszer javított világcúcsot. Első alkalommal 61.10 m-rel Los Angelesben május 18-án, majd 62.45-tel Chicagóban, július 1-én. Utóbbin európai versenyző világrekordját javította meg, mert 1962. június 4-én a szovjet Vlagyimir Truszenyev Leningrádban 61.64-re javította a diszkoszvetés világ- és európa-cúcsát.

A következő évben, 1963-ban, ismét csak négy versenyen idnult. Végig egyenletesen, kiváló formában versenyzett. Minden versenyen jóval 60 méter felett dobott. Ez az év sem múlt el világcúcs nélkül, mert április 27-én, kihasználva a walnuti ellenszelet, 62.62 m-rel újra feliratkozott a világcúcsstartók listájára.

Ismét olimpiai év következett, az esélyes ismét nem a kétszeres olimpiai bajnok, hanem a csehszlovák Ludvik Danek volt, aki sorozatban hajította a jobbnál-jobb eredményeket. Annak ellenére, hogy Alfred az év elején Walnutban 62.94-re javította a világcúcsot, Ludvik Danek 64.55-ös rekordja után szinte mindenki a csehszlovák bajnokban látta az olimpiai győztest. Danek esélyeit fokozta még az a körülmény, hogy Oerter az olimpia előtt súlyos hátgerinc sérülést szenvedett. Ilyen baljós előjelek után kezdődött meg Oerter számára az olimpiai döntő. Ezuttal is bebizonyította egészen kivételes klasszsisát. Fájós háttal, de kötél idegzettel /fűzőben dobott/ kerek 61 méterrel előzte meg cseh vetélytársát, aki csak 60.52-ig jutott.

Mindenki őszinte elismeréssel adózott az amerikai fiúnak szenzációs teljesítményéért, hiszen ehhez hasonlót csak honfitársa, a kalapácsvető John Flanagan produkált.

A nehezen kivívott győzelem után nem lehetett csodálkozni azon, hogy az 1965-ös évet teljes egészében kihagyta. A kétgyermekes családapában fel sem merült a gondolat, hogy abbahagyja a versenyzést. Csupán pihenőnek szánta az olimpia utáni esztendőt. Hogy mennyire hasznos volt a pihenő, azt azzal bizonyította be, hogy 1966.május 28-án, a hagyományos modestoi versenyen 63.22 m-es új csúccsal ismét legyőzte a csehszlovák világrekordert. A hazai bajnokságot viszont meglehetősen gyenge, 59.06-os eredménnyel nyerte.

Az 1967-es esztendő nem hozott túl sok sikert az immár 31 éves kereskedelmi üzletkötő számára. Legjobb eredményét június 3-án érte el New Yorkban, de az országos bajnokságon 58.88-cal messze formáján alul szerepelt. Eredménye a negyedik hely eléréséhez volt elegendő.

A mexikói olimpia előtt, ezt szinte már mondani sem érdemes, megint csak Oerter volt az esélyes. Jay Silvester néhány héttel a verseny előtt a nevadai Renoban 68.40 m-rel fantasztikus csúcsot dobott. A szaklapok, a szakértők egyaránt biztos győztesnek könyvelték el Silvestert, aki 1968-ban hatszor dobott 65 m felett! Alfred a south lake tahoe-i válogatóversenyen ismét bebizonyította, hogy az időzítés nagymestere, bár csak harmadik lett Silvester és Gary Carlsen mögött, a mexikói részvétel már biztos volt. Azok a kevesek, akik bíztak a háromszoros olimpiai bajnok egész kivételes küzdőképességében, nagyszerű technikájában, nem csalódtak benne.

A döntőben kihasználta a szélcsendet, óriási versenyrutinját és nem utolsó sorban vetélytársai idegességét, 64.78 m-es új olimpiai csúccsal egyéni legjobbját 1 méter 56 centiméterrel megjavítva, utasította maga mögé európai és amerikai versenyzőtársait.

A közönség hosszantartó ünneplése közepette vette át az olimpiák történetében példátlan bravurt igazoló negyedik aranyérmét. Nyilatkozata alapján bizvást számíthatunk arra, hogy ezt a rendkívüli nagy tudású, szimpatikus atlétát Münchenben még viszontláthatjuk. Eddigi teljesítménye alapján is nyugodtan lehet mondani, hogy ő minden idők legeredményesebb atlétája!

Ebben az évben, szinte törvényszerűleg, ismét pihenés került előtérbe. Hét alkalommal állt rajthoz, de csak háromszor repítette a diszkosz 60 méter fölé. Legjobb eredményét 61.88-cal érte el Berkeleyben. Jay Silvesterrel négy alkalommal mérte össze tudását, háromszor alulmaradt és csak egyszer győzött ellene Walnutban 61.34-gyel. De ismerve Oerter eddigi versenyzését, az ilyen jellegű vereségnek nem kell túlzott jelentőséget tulajdonítanunk.

Végül nézzük meg Al Oerter eredményeit a számok tükrében.

Legjobb eredményei:

64.78	/1/	Mexikó City	1968. október 15.
63.22	/1/	Modesto	1966. május 28.
62.94	/1/	Walnut	1964. április 25.
62.74	/1/	South Lake Tahoe	1968. július 27.
62.71	/2/	Walnut	1968. augusztus 10.
62.66	/1/	Los Angeles	1966. július 24.
62.65	/1/	Berkeley	1966. július 16.
62.62	/1/	Walnut	1963. április 27.
62.45	/1/	Chicago	1962. július 1.

Évekénti legjobb eredményei:

1955 : 52.27	1960 : 59.18	1965 : —
1956 : 56.36	1961 : 58.05	1966 : 63.22
1957 : 56.49	1962 : 63.45	1967 : 62.03
1958 : 57.35	1963 : 62.62	1968 : 64.78
1959 : 58.12	1964 : 62.94	1969 : 61.88

Hét alkalommal nyert amerikai bajnokságot, háromszor lett második, egyszer negyedik, négyszer pedig nem indult el. Erdemes még megemlíteni, hogy súlylökésben 17.37 m-t ért el.

Miközben Oerter sorra nyerte az olimpiai bajnokságokat, addig honfitársa és barátja, Jay Silvester sem tétlenkedett. A hatalmas termetű, rendkívül erős amerikai /szül.: 1937. augusztus 27-én Plymuthban, 190 cm magas és 108 kg súlyú/ a világon elsőként dobta túl szabályos körülmények között az egykor elérhetetlennek hitt 60 méteres határt. A "szabályos körülmények között" megjelölés nem véletlen, mert az amerikai Richard Babka már 1958. április 5-én 61.72-öt dobott, de ezt az eredményt a pálya szabálytalansága miatt hitelesíteni nem lehetett.

Silvester tanulmányait Utah államban végezte, majd a hadsereghez került, ahol jelenleg is tisztként szolgál. Első jelentősebb eredményét 1960-ban érte el 58.19-cel, melyet Walnutban dobott augusztus 12-én. Az igazi előrelépést azonban az 1961-es esztendő hozta számára.

Eredményei némi meglepetést keltettek a szakemberekben, mert technikája erősen kifogásolható volt, csaknem tisztán erőből dobott. Eredményeit ő maga is hatalmas erejének, gyorsaságának és robbanékonyságának tulajdonította. A világcsúcsot megelőzően már öt alkalommal dobott 59 méter felett. A világ első érvényes 60 méter felüli dobása 1961. augusztus 11. napján Frankfurt am Mainban keletkezett. De ez a rekord sem volt hosszútávú. Augusztus 20-án a nyugati hadseregnek versenyén már 60.72 m-es új világcsúcsot jelentették a hírügynökségek. A következő években állandósította formáját, igen sok versenyen vett részt - váltakozó sikerrel. Bár 1964-ben megnyerte a los angelesi válogatót, az olimpián gyengén szerepelt és 59.09-es eredménnyel Oerter, Danek és az amerikai David Weill mögött a negyedik helyen végzett. A kudarc nem törte le. 1965-ben 64.14-re javult, de négy alkalommal is vereséget szenvedett Danektől, míg neki csak egyszer sikerült visszavágnia. A következő években súlyosan megsérült, alig indult versenyen. Így érthető volt, hogy csak 57.81-ig jutott el. Sérülését sikerült teljesen kihevernie, mert az 1967-es évet már 62.59-es dobással zárta.

Az olimpiára igen erősen felkészült. Ragyogó sorozatokat dobált egész éven át. Modestóban, a California Relayson 66.55 m-re javította Danek 65.22-es világrekordját. Meggyőzően szerepelt a bajnokságon is, melyet 62.10-zel nyert meg. A magaslati pályán megrendezett válogatóversenyét 63.25-ös eredménnyel fejezte be, mely elég volt a győzelemhez és a mexikói repülőjegyhez. Az olimpia előtt szédületes új világcsúccsal ejtette ámulatba a világot. A nevadai Renoban, az ellenszelet kihasználva, 68.40 méterrel fantasztikusnak tűnő világrekordot állított fel. Silvester közismert volt arról, hogy az ellenszelet igen jól ki tudja használni. A statisztikusok feljegyezték, hogy edzésen orkényszerű /25 m/sec/ ellenszélben 73.76 /nem elírás! / métert dobott. Ezzel szemben azt is meg lehetett állapítani róla, hogy ideiglenesen kevésbé bírja a nagy versenyeket. Ez igazolódott be az olimpiai döntőben is. Dobásait elkapkodta, dekoncentráltan 61.78-cal az ötödik helyet szerezte meg.

Az új idényben viszonylag kevesebbet versenyzett. Oerter háromszor is megverte. De ugyanilyen arányban győzedelmeskedett Danek felett is, míg Oertertől egyszer, Danek-

től kétszer kapott ki. Idei legjobbját Modestóban érte el 64.36-tal, mely alkalommal Oerter kivételével /nem indult/ az egész amerikai élmezőnyt maga mögé utasította. A verseny színvonaláról csak egy adat. A huszadik helyezett Curt Harper is 53.54 m-t dobott. A Miami-ban rendezett bajnokságon Carlsen mögött 63.63-mal csak második lett. A Szovjetunió elleni viadalon is váratlan vereséget szenvedett a szovjet Vlagyimir Ljahovtől.

Jay Silvester kiemelkedően jó dobókészségét igazolja az is, hogy súlylökésben is kiváló eredményt mutatott fel. Legjobbja 1 cm-rel jobb a magyar csúcsnál: 19.63 m, melyet tavaly augusztus 17-én dobott South Lake Tahoe-ban.

Végül nézzük Silvester eredményeit a statisztika tükrében:

Legjobb eredményei:

68.40	/1/	Reno	1968. szeptember 18. világcúcs !
/sorozata: — , 65.66, 68.07, 66.83, 68.40, 63.12/			
66.55	/1/	Modesto	1968. Május 25. világcúcs !
/sorozata: 64.49, 64.69, — , — , 46.94, 66.55/			
66.17	/1/	Logan	1968. június 24.
65.53	/1/	South Lake Tahoe	1968. augusztus 17.
65.51	/1/	Reno	1968. augusztus 28.
65.20	/1/	Reno	1968. augusztus 3.
64.85	/1/	Pasadena	1968. június 2.
64.36	/1/	Modesto	1969. május 24.
64.16	/1/	Long Beach	1965. június 5.
63.83	/1/	Long Beach	1968. július 28.
63.78	/2/	Westminster	1969. június 14.
63.75	/1/	Victoria	1968. szeptember 28.

Evenkénti eredményei:

	diszkosz:	súly:		diszkosz:	súly:
1956:	48.11	16.00	1963:	62.37	18.28
1957:	52.64	16.91	1964:	61.19	18.08
1958:	55.37	17.38	1965:	64.16	18.96
1959:	56.08	17.47	1966:	57.81	—
1960:	58.19	18.53	1967:	62.59	—
1961:	60.72	18.73	1968:	68.40	19.63
1962:	60.85	18.35	1969:	64.36	18.67

Ezek lennének tehát azok a szuperatléták, akik jelentős mértékben hozzájárultak a dobószám fejlődéséhez !

Az idő múlásával természetesen a mostani rekordokat is átadják a multnak. Trónkövetelő máris akad, hiszen a svéd Ricky Bruch ez év szeptember 21. napján 68.06-ra javította az Európa-rekordot és még csak - 23 éves ! Nyilatkozatában a 70 méter elérését nem tartja túl nagy álomnak, hasonlóképpen a 23 métert a súlylökésben sem !

Végül a fentiek alátámasztására szolgáljon két lista. Az egyik minden idők 15 legjobb diszkoszvetőjét, a másik e klasszikus dobószám világcúcsának fejlődését tünteti fel.

Minden idők 15 legjobb diszkoszvetője

68.40	/1/	Jay Silvester	USA	Reno	1968. IX. 18.
68.06	/1/	Ricky Bruch	Svédország	Malnő	1969. IX. 21.
66.50	/1/	Ludvik Danek	Csehszlovákia	Long Beach USA	1969. VI. 8.
65.15	/1/	Randy Matson	USA	College Stadion	1967. IV. 8.
64.78	/1/	Alfred Oerter	USA	Mexikó City	1968. X. 15.
64.39	/1/	George Puce	Kanada	Reno	1968. III. 16.
64.14	/2/	Gary Carlsen	USA	Reno	1968. VIII. 28.
64.14	/1/	Lothar Milde	NDK	Cottbus	1969. X. 4.
63.93	/2/	Richard Babka	USA	Reno	1968. VIII. 3.
63.65	/1/	Jon Cole	USA	Miami	1969. VI. 29.
63.25	/1/	John van Reenen	Dél-Afrika	Corvallis USA	1969. IV. 12.
63.10	/1/	Guram Gudavili	Szovjetunió	Tbiliszi	1968. IX. 1.
62.99	/3/	David Weill	USA	Sacramento	1967. VI. 10.
62.90	/1/	Tégla Ferenc	Magyarország	Budapest	1969. X. 12.
62.72	/2/	Hartmut Sch	NDK	Sokolov	1968. VII. ...

A diszkoszvetés világcúcsának fejlődése

37.28 +	Richard Sheldon	USA	Riverside	1899. IX. ...
39.42 +	Frantisek Janda-Suk	Böhmén	Prága	1901. VI. 16.
39.42 +	Martin Sheridan	USA		1902.
40.72 +	Martin Sheridan	USA		1902. XI. 2.
43.66 +	Martin Sheridan	USA	New York	1905. IX. 10
43.86 +	Wilhelm Dörr	Németország	Worms	1907.
43.89 +	Martin Sheridan	USA		1909 V.
44.10 +	Elmer Niklander	Finnország		1911.
44.44 +	James Duncan	USA		1911.
47.58	James Duncan	USA	New York	1912. V. 27.
48.27 +	Armas Taipale	Finnország	Koppenhága	1913. VIII. 17.
47.61	Thomas Leib	USA	Chicago	1924. IX. 14.
47.89	Glenn Hartranft	USA	San Francisco	1925. V. 2.
48.20	Clarence Houser	USA	Palo Alto	1926. IV. 3.
48.77 +	Hans Hoffmeister	Németország	Gelsenkirchen	1928. VII. 22.

49.90	Eric Krenz	USA	Palo Alto	1929.III.9.
51.03	Eris Krenz	USA	Palo Alto	1930.V.17.
51.73	Paul Jessup	USA	Pittsburg	1930.VII.23.
52.42	Harald Andersson	Svédország	Oslo	1934.VIII.25.
53.10	Willi Schröder	Németország	Magdeburg	1935.IV.28.
53.26	Archie Harris	USA	Palo Alto	1941.VI.20.
53.34	Adolfo Consolini	Olaszország	Milánó	1941.X.26.
54.23	Adolfo Consolini	Olaszország	Milánó	1946.IV.16.
54.93	Robert Fritch	USA	Minneapolis	1946.VI.8.
55.33	Adolfo Consolini	Olaszország	Milánó	1948.X.10.
56.46	Fortune Gordien	USA	Lisszabon	1949.VII.9.
56.97	Fortune Gordien	USA	Hameenlinna	1949.VIII.14.
57.92	Sim Iness	USA	Lincoln	1953.VI.20.
58.10	Fortune Gordien	USA	Pasadena	1953.VII.11.
59.28	Fortune Gordien	USA	Pasadena	1953.VIII.22.
59.91	Edmund Piatkowski	Lengyelország	Varsó	1959.VI.14.
59.91	Richard Babka	USA	Walnut	1960.VIII.12.
60.56	Jay Silvester	USA	Frankfurt am Main	1961.VIII.11.
60.72	Jay Silvester	USA	Brüsszel	1961.VIII.20.
61.10	Alfred Oerter	USA	Los Angeles	1962.V.18.
61.64	Vlagyimir Truszenyev	Szovjetunió	Leningrád	1962.VI.4.
62.45	Alfred Oerter	USA	Chicago	1962.VII.1.
62.62	Alfred Oerter	USA	Walnut	1963.IV.27.
62.94	Alfred Oerter	USA	Walnut	1964.IV.25.
64.55	Ludvik Danek	Csehszlovákia	Turnov	1964.VIII.2.
65.22	Ludvik Danek	Csehszlovákia	Sokolov	1965.X.12.
66.07 +	Ludvik Danek	Csehszlovákia	Long Beach	1966.VI.7.
66.55	Jay Silvester	USA	Modesto	1968.V.25.
68.07	Jay Silvester	USA	Reno	1968.IX.18.
68.40	Jay Silvester	USA	Reno	1968.IX.18.

+ = valamilyen okból nem hitelesített világcsúcsok

/Felhasznált irodalom: Leichtathletik 1966/47. Heinz Vogel cikke Fortune Gordienről
1967/9. Heinz Vogel cikke Alfred Oerterről
1968/1. Heinz Vogel cikke Jay Silvesterről
1969/7. Ehm Ohm összeállítása a világcsúcsok fejlődéséről

Dr.Zahumneszky István

Kipchoge Keino, az atlétika úttörője

Nem volt még olyan sportember Afrikából, akiről olyan sokat beszélnek, mint az olimpiai bajnok és világrekorderről: Kipchoge Keinoról. Kaptagunyoban született 1940. januárjában. A 80 ezer embert számláló törzsből származik a 170 cm magas és 58 kg súlyú rendőr.

Kipchoge Keino eredményei ma már történelemmé váltak. Mexikóban megnyerte az 1500 m-es síkfutás aranyérmét 3:34.9 mp-cel. Olyan időt ért el, amelynél jobbat csak Jim Ryunk, a világrekorder ért el 3:31.1 mp-cel /1967/. Az olimpián az 5000 m-es síkfutásban a második helyet szerezte meg. A mai napig is tartja a világrekordot 3000 m-en 7:39.6 mp-cel /1965/.

Afrikai, ami nevéből is kitűnik, sőt arról a területről jött, melyet a földrészt leghátrányosabb helyzetben lévő területének hittek. Arról a közép- és hosszútávfutó területéről származik, melynek versenyzői az utóbbi években a legnagyobb meglepetéseket szolgálták. Ez a szenzációt keltő betörés a világ élvonalába, nem egészen világos. Ez csak Nairobi kedvező magaslati fekvésének köszönhető?

Vagy következetes, keményebb emberek ezek, akik a mai edzéskövetelményekhez jobban tudnak alkalmazkodni? Vagy nagyobb áldozatvállalásra képesek?

Mindezeket el kell gondolkodni - eredményeik megszívlelendők! A 10 millió lakosú ország, Kénya versenyzőinél ez feltétlenül szerepet játszott. A korábbi brit gyarmatra nem kis befolyást gyakoroltak a sportoló telepések. Természetesen a sport virágzása csak akkor indult meg, amikor önállóvá vált az ország.

Kipchoge Keino fellépése a nemzetközi atlétikai versenyeken 1962-ben kezdődött. Az akkori 22 éves futó 1962. október 6-án Uganda függetlenségi ünnepe alkalmából rendezett versenyen a 3 mérföldet nyerte 13:45.8 mp-cel. 5 mp-cel előzte meg honfitársát, Gatiát. Ez megadta az utolsó lökést a "csiszolatlan drágakőnek", hogy a Brit Nemzetközösségi Játékokon Perth-ben /Ausztrália/ induljon. A szokatlan feltételek miatt - először Afrikán kívül - Kipchoge Keino még nem tudott csodálatos dolgot produkálni. 1962. november 28-án 3 mérföldön az új-zélandi M. Halberg /az 1960. évi olimpiai 5000 m-es győztes/ 13:34.2 mp és az ausztráliai R. Clarke 13:36.0 mp. mögött 11-ik lett 13:50.0 mp-cel, amely 5000 m-en kb. 14:20.0-nak felel meg. Egy nappal később mérföldön az előfutamban 4:07.0 mp-et ért el, mely új országos rekord volt. A győzelmet Thomas /Ausztrália/ 4:02.2-vel szerezte meg Snell /Új-Zéland/ előtt, aki 4:02.4-et futott.

1963-ban keveset hallunk az afrikai atlétikáról. A kényai S. Antao, a ragyogó sprinter a hatvanas évek elejéről, kiemelkedő teljesítményt ért el néhányszor Európában.

de a közép- és hosszútávfutásban említésreméltó eredményeket nem jeleztettek erről a területről.

Az 1964-es évben, az olimpiai játékok előtt, amikor szenzációs eredményeket jeleztettek az USA-ból és Európából, a japán fővárosban az afrikai fellépése bombaként hatott. Kipchoge Keino meglepte az 5000 m. előfutában R. Clarket, aki nehezen győzött 13:48.4-es idővel az afrikai előtt 13:48.6/.

Ez csodálatot keltett a szakértők között.

Teljesen mehökkentő volt, amit Keino az 5000 m-es síkfutás döntőjében produkált /azon az emlékezetes 1964. október 18-án, vasárnap délután, a teljesen elázott pályán/. Mindig az élcsoporthoz helyezkedett, a végküzdelemben is elől végzett. A 13:50.4 mp-cel elért 5. helye csak néhány méter távolságot jelentett a győztes olimpiai bajnok amerikai Bob Schul mögött, aki 13:48.8 mp-et ért el. Második lett Norpoth /NSZK/ 13:49.6-tal, 3. Dellinger /USA/ 13:49.8-cal, 4. Jazy /Franciaország/ 13:49.8-cal. Tulajdonképpen csak egy pontocska hiányzott az 1-ről, hogy a legnagyobb szenzáció megszülessék.

Egy nappal később Kipchoge Keino az 1500 m-es síkfutás középfutában ötödik lett 3:51.9 mp-cel.

Negyedével az olimpiai szereplés után már a világ élvonalában biztosított magának helyet. A Helsinkiben megrendezett Világ Játékokon még jobb, még kiemelkedőbb Keino állt elő. Az olimpiai 5. helyezett még jobb Jazyval versenyzett, aki 13:27.6 mp-cel új 5000 m-es európa-csúcsot futott és csak 1.8 mp-cel maradt el Clarke világrekordjától, míg Keino 13:28.2 mp-es idejével új afrikai rekordot állított fel.

Ezen este versenye sporttörténetet jelentett. Az eredmények a következők voltak: 1. M. Jazy /Franciaország/ 13:27.6, európa-csúcs, 2. Kipchoge Keino /Kenya/ 13:28.2, afrika-csúcs, 3. R. Clarke /Ausztrália/ 13:29.4. Még a 12-ik Tulloch /Nagybritannia/ is 13:56.3 mp-et futott.

Amire Keino képes volt, azt megmutatták eredményei az 1965-ös versenyszezónban. A gyilkos 5000 m futás után 1500 m-en 7. lett 3:46.4 mp-cel, majd kétszer 24 óra után Turkuban nem sok hiányzott, hogy R. Clarke elveszítse világrekordját.

A kenyai futóbajnoknak imponált, hogy az utolsó 800 méteren a hosszú finisben 1:58.2 mp-et fusson. Így az érvényben lévő világrekordnál csak 0.1 mp-cel gyengébbet futva, 13:26.2 mp-cel győzött.

Július 26-án Stockholmban Keino 13:34.0 mp-et futott Clarke mögött, aki 13:26.4 mp-cel győzött. Mégis komoly szakértők azt mondták, hogy Clarke győzelme csak azért volt lehetséges, mert a 3 mérföldnél /4824 m/ a kifeszített célszalagra hitte Keino azt, hogy az az érvényes cél. Addig tulajdonképpen az ausztrál futó előtt volt /Keino 13:01.8, Clarke 13:02.0/, majd a célszalag elszakítása után lassított, míg Clarke energikus gyorsítással elfutva győzött a 176 m-rel távolabbi célban.

Az első Afrikai Játékokon Brazzavilleben rendkívüli eredményeivel nagy feltűnést keltett. Az ellenfelektől távol, már az előfutában 1500 m-en 3:39.6, 5000 m-en 13:38.0 elfutva, világklasszis eredményt ért el. Nem volt a későbbiekben sem fárasztó a döntőt megnyernie /1500: 3:41.1, 5000: 13:44.4/.

A fekete gyöngyszem azután megint Európába tért vissza. Futásának koronáját a svédeknek és Londonban /3000: 7:39.6, VIII.7-én, Helsingborg/ tette fel. Ez volt az első eset, hogy afrikai atléta világrekordot javítson! Keino Londonban a mérföldet 3:54.2, Stockholmban az 5000 m-t 13:29.4 mp-re futotta.

Amikor ez a kenyai ember a könnyed, elegáns lépteivel megindul, akkor mindig jó versenyt fut és kiváló időket ért el.

A meghívások halmozódtak. 1965. végén Új-Zélandban és Ausztráliában versenyzett. Új-Zélandban kétszer összetalálkozott Jürgen May-jal. Egy mérföldön kis különbséggel, de kikapott.

5000 méteren ünneplete Keino nagy győzelmét. R. Clarke világrekordját /június 4-én, Los Angeles, 13:25.8 mp/ javította meg 13:24.2 mp-re. November 30-án az aucklandi /Új-Zéland/ 3 mérföldes futásban, melyben igen erős mezőny gyűlt össze, 12:58.5-tel sikerült győznie. Ezzel sikerült második afrikai világcsúcsát felállítania. Érthető, hogy otthon, Kényában végtelenül büszkéek voltak Keinora. Nairobia való visszatérésekor Kenyatta elnök és sok kormányzati ember várta a repülőtéren. Ünneppélyesen fogadták és díadalmenetben kísérték végig a városon.

1966-ban hatalmas hajszá indult kontinenseken keresztül a jobb eredményekért. Los Angelesben Keino 2 mérföldön 8:29.8 mp-et futott, de kikapott a 19 éves csodafutótól, Jim Ryuntól és földijétől Jum Grellettől. Mindketten 8:25.2 mp-et értek el. Hat nappal később Hamburgban /május 19-én/ H. Norpoth 3:58.8, 8 4:00.2 mp-et ért el egy mérföldön. Kelet-Berlinben H. Norpoth és J. May mögött van, de a hagyományos berlini versenyen, az olimpiai stadionban már megint a régi Keino fut, aki 13:26.6 mp-et teljesít 5000 m-en, míg Clarke csal 13:28.4 és H. Norpoth 13:43.8 mp-et fut. Tehát Keino itt is otthagytá névjegyet.

A legközelebbi nagy erőpróba R. Clarkeval Kingstonban /Jamaika/ a Brit Nemzetközösségi Játékokon volt. Itt álltak starthoz a kenyai futók is.

A mérföldet Keino 3:55.2 mp-cel nyerte, de már az előfutában is 3:57.4 mp-et futott. A 3 mérföldet 12:57.4 mp-cel nyerte, olyan idővel, melynél jobbat még R. Clarke is csak kétszer futott /12:50.4, 12:52.4 mp/, G. Lindgren pedig csak egyszer /12:53.0/. Utközben hazafelé Londonban kiszállt Kip, - akit világszerte már csak így hívtak - és

mérőföldön 3:53.4 mp-et futott, közben pedig 1500 m-en 3:36.8-at ért el. Július 17-én Berkeleyben Jim Ryun egy szinte túlszárnyalhatóan rekordot állított fel 3:51.3 mp/.

Kipchoge Keino azonban nem az a férfi, aki feladja a küzdelmet. A taktikai cselék és a részidők egyáltalán nem érdekelték. Így állt ki július 8-9-én a Brit Nemzetközösség - USA viadalra Los Angelesben Jim Ryunnal szemben. Ez egyedülálló alkalom volt. Neki nem sikerült. A fiatal amerikai nagy eredményét, az új fantasztikus világrekordot 1500: 3:33.1 mp/ Keinonak köszönhetette, mert ragyogó iramot vezetve tette lehetővé a nagy sikert. A végén azonban Ryun nagy végküzdelmének Keino nem tudott ellenállni és "csak" 3:37.2-t futott. Mindenki más feladta volna a versenyt. De Keino a jövőre és magára gondolt és 15 hónappal később, 1968. október 20-án a mexikói olimpia 1500 m döntőjében olyan gyilkos iramot diktált, hogy 3:34.9 mp-cel fölényesen nyerte az aranyérmet Jim Ryun ellen, aki 3:37.8-at ért el. Ryunt nagyon meglepte a gyilkos iram és nem tudott beleszólni az elsőség kérdésébe.

Az olimpiai versenyek első napján a 10.000 m-es futás döntőjében indult, de két körrel a cél előtt kedvező helyzetből feladta a versenyt július 24-én Leningrádban Haase mögött új országos csúcsot állított fel 28:06.4-gyel/. Két nappal később az 5000 m-es előfutamban indult Kip és 14:28.4 mp-cel nyert. Október 17-én az 5000 m-es síkfutás döntőjében, amely rövid végküzdelemmel végződött és melyből Mohamed Gammoudi került ki győztesen 14:05.0 mp-cel Kip előtt, aki 14:05.2-vel lett második.

De az 1500 m-es síkfutásban nem engedett meglepetést, pedig a nagy favorit, a nagy ellenfél Jim Ryun volt. Az előfutamból október 18-án 3:46.9 mp-cel, míg a középdöntőből egy nappal később 3:51.4-gyel került a döntőbe.

Az 1969. év nyugodalmas éve volt a 29 éves futónak. Mégis imponáló szót futott 3:37.3 mp-cel az amerikai bajnokságon, az amerikaiak kaliforniai magaslati edzőtáborában South Lake Tahoe-ban, hogy nyomot hagyjon emlékezetükben.

Az 1966-os versenyidény végén úgy gondolta Keino, hogy "remélem, a mérőföldes világrekord iramot Mexikóban birni fogom és győzni fogok. Ennek megfelelően alakítottam át edzésprogramomat. Az előzőleg bevált reggeli 6 mérőföld és a délutáni 8x440 yardos futás helyett most 8 mérőföldet reggel és délután 10x440 yardot teljesítek. A déli edzésem pedig gimnasztikai gyakorlatokból áll azért, hogy a végküzdelmet javíthassam".

Kipchoge Keino gondolkodása érdekes, mert szinte szórakozásként végzi edzéseit, melyről Leningrádban a Znamenszkij-emlékverseny alkalmával e sorok írója a vele való beszélgetés folyamán győződött meg.

Befejezésül Keino azt mondta: "Aki a 10.000 m-t előttem megnyerte, az német futó volt? Tulajdonképpen hogy hívták? Ő a finisban nagyon erős volt!" Ez a versenyző Jürgen Haase volt, aki 1968. július 21-én európa-rekordját futotta 28:04.4/ Keino előtt 28:06.4/ és 1966. után 1969-ben is megnyerte az Európa Bajnokságot 10.000 m síkfutásban.

Az olimpiai bajnok és világrekorder futó eddigi legjobb eredményei:

1500 m:	idő:	helyezés:	a verseny helye:	a verseny ideje:
	3:34.9	1	Mexikó	1968. október 20.
	3:36.7 +	1	London	1967. augusztus 28.
	3:36.8 +	1	London	1966. augusztus 20.
	3:37.2	2	Los Angeles	1966. július 8.
	3:37.3	1	South Lake Tahoe	1969. szeptember 12.
	3:37.6 +	1	Auckland	1965. december 15.
	3:38.0 +	1	Wanganni	1965. december 11.
	3:38.1	1	Lusaka	1967. szeptember 16.
	3:38.4 +	1	London	1965. augusztus 30.
	3:38.8	1	Nyeri	1969. augusztus 2.

+ jelzés a mérőföldes futás közben mért időt jelenti.

1 mérőföld:	idő:	helyezés:	a verseny helye:	a verseny ideje:
	3:53.1	1	Nairobi	1967. szeptember 10.
	3:53.4	1	London	1966. augusztus 20.
	3:53.8	1	London	1967. augusztus 28.
	3:54.2	1	London	1965. augusztus 30.
	3:54.4	2	Auckland	1965. december 15.
	3:54.9	2	Wangami	1965. december 11.
	3:55.3	1	Kingston	1966. augusztus 13.
	3:55.5	1	Kisumu	1968. augusztus 31.
	3:56.9	1	Napier	1965. december 4.

5000 m:	idő:	helyezés:	a verseny helye:	a verseny ideje:
	13:24.2	1	Auckland	1965. november 30.
	13:26.2	1	Turku	1965. július 2.
	13:26.6	1	Berlin	1966. június 26.
	13:28.2	2	Helsinki	1965. június 30.
	13:29.4	1	Stockholm	1965. augusztus 25.
	13:30.4	2	Stockholm	1965. július 6.
	13:35.8	2	Stockholm	1968. július 18.
	13:36.2	1	Leningrad	1968. július 20.
	13:38.0	1	Brazzaville	1965. július 21.
	13:36.8	1	Los Angeles	1967. július 9.

10.000 m:	idő:	helyezés:	a verseny helye:	a verseny ideje:
	28:06.4	2	Leningrad	1968. július 21.
	28:51.6	3	Oslo	1968. július 10.

Kipchoge Keino évenként elért legjobb eredményei:

év:	kora:	1500	1 mérf.	3000	2 mérf.	3 mérf.	5000	10.000
1962	22	-	4:07.0	-	8:52.2	13:45.8	-	-
1963	23	-	4:11.0	-	-	13:47.4	-	-
1964	24	3:41.9	4:03.8	-	-	13:47.2	13:49.6	-
1965	25	3:37.6	3:54.2	7:39.6	8:25.2	12:58.5	13:24.2	-
1966	26	3:36.8	3:53.4	-	8:29.8	12:57.4	13:26.6	-
1967	27	3:36.7	3:53.1	-	-	13:12.6	13:36.8	-
1968	28	3:34.9	-	7:59.6	-	13:11.4	13:35.8	28:06.4
1969	29	3:37.3	-	-	-	-	14:22.6	-

□ jel = egyéni csúcs

/A cikk megjelent a Leichtathletik egyik 1969. évi számában. Írta Heinz Vogel, fordította Csutka István/

Reformot a gátfutásban

Az 1969. évi elemzések és kritikák rámutattak a magyar atlétika eredményeire és hibáira egyaránt. Könnyű feladat ez a kívülálló figyelőnek, a bírálóknak, ám annál nehezebb azoknak, akik az atlétikát vezetik. A Népsportban különösen elszaporodtak év végére ezek a kis karcolatok, amelyek szinte mindegyike a gátfutást vette főleg célba. A cikkek tartalma nagyjából megegyezett abban, hogy atlétikánk hagyományosan gyenge pontja ebben az évben sem tett lépéseket a nemzetközi élvonalhoz való felzárkózásban, illetve a fejlődés ismét megállt /ha volt egyáltalán fejlődés !/. A leszakadás a nemzetközi szinttől tehát tovább fokozódott.

Nem akarok vitába szállni ezekkel a megállapításokkal, inkább hiányolnék valamit, azt, hogy igen kevés a szakirodalom a gátfutásban, kevés az irányító útmutatás. Ezenkívül egyesületi szinten, országosan olyan kevesen és többségükben ezek is keveset foglalkoznak a gátfutással, hogy mindezeket tekintetbe véve, helyzetünk nem is olyan rossz, legalábbis - szerintem. A kivezető út, az új módszerek szélesebbkörű elterjesztése, a korszerű kiválasztás még, úgy látszik, csak egy kis réteg birtokában van - ha van. A versenyszám komoly szinten történő fellendítéséhez - továbbiakban is - több erkölcsi és anyagi támogatás szükséges. Ezt hangsúlyozottan a vidéki bázisokra értem. Ma már elképzelhetetlen téli futófolyosós edzések nélkül komoly fejlődést, vagy színvonalat elérni. Ezek felépítése és felszerelése pedig jelenleg megoldhatatlan anyagi nehézségekbe ütközik.

Elemmezve az országos középiskolai és ifjúsági bajnokságokat, megállapítható, hogy az utánpótlás döntő többsége vidéken van. A rangsorokból az is kiderül, hogy nemcsak számbelileg, hanem már eredményekben is ugyancsak felnőttek a vidéki gátfutók a budapesti szinthez. Ehhez elég, ha néhány vidéki versenyzőt említek: Pl.: Kiss Mária, Balogh Katalin, Wieland Ilona, Kövesdi István, Dóczi, stb.

Úgy látszik, annak ellenére, hogy a gátfutás elég nehéz technikai szám, egyre több vidéki bázison jelentkezik egy-egy komolyabb versenyző. Ennek több oka is lehet.

Először is, sokat javult az edzőképzés, hiszen sok vidéki edző végezte már el a szakoktatói tanfolyamot, vagy önképzés útján jutott újabb ismeretekhez. Másrészt a MASZ már évek óta a nagyobb egyesületeknek rendszeresen elküldi tájékoztatóját és edzésterv-átmutatóját. Ez döntően hozzájárul ahhoz, hogy vidéken az atlétika, ha népszerűségében nem is, de minőségi eredményekben sokat fejlődött, éppen az utóbbi években.

1967-ben a "Sportélet" mellékletében megjelent egy cikkem. Ebben a gátfutás oktatásával foglalkoztam és ennek kapcsán egy gátfutó-iskola beindításáról számoltam be. Azóta eltelt 2 év és úgy tűnik, hogy sem a budapesti, sem pedig a nyíregyházi kísérlet nem hozott komoly változást. Sajnálattal jegyzem meg, hogy a középiskolák nem sok tekintettel vannak arra, hogy úgyszólván képzett atléták kerülnek oda, mert rendszerint valamelyik labdajáték-csapatban látjuk viszont őket. Nem tudom, vajon máshol ez a kérdés hogyan áll? Az említett gátfutóiskola beszüntette működését, mert az eredményeket már nem realizálhatta. Annait azonban elértünk, hogy a csapatbajnokságon már valamennyi versenyszámra ki tudtunk állítani versenyzőket /gátfutásban/.

A részleges eredmények ellenére meggyőződésem, hogy a megoldást a korai szakosításban kell keresni. Az oktatás alapszinten 12-14 éves gyerekekkel kell elkezdenni.

A legfontosabb lépésnek a jelenlegi élgárda edzési-felkészítési munkájának megjavítását, egybehangolását tartom, felmelve a versenyzők reális fejlődési lehetőségeit, elsősorban a képességek, másodsorban a lehetőségek alapján.

Létre kell hozni országos szinten egy olyan kiválasztási formát, amely a 13-14 éves korban szinte átszűrnie az ország valamennyi tanulóját. Így az atlétika lenne tulajdonképpen az első sportág /ezen belül a gátfutás/, amellyel először komolyan foglalkozna a gyerek. Akiből később nem lesz atléta, annak sem fog ártani az atlétikus képzés. A versenyzőket általában az iskoláskorban kell megfogni az atlétikának, mert ezután már késő. A katonakorú fiúk és a velük egyidős lányok már nem kezdenek komoly munkába, vagy ennek eredménye igen kétséges. A legjobb kor a kiválasztás szempontjából lányoknál a 11-14 év közötti, fiúknál 13-16 év közötti idő, annak ellenére, hogy mindkét nemnél ez az időszak a fejlődés egy speciális időszakába esik. Ezt élettani és pszichikai tényezők és ezzel együtt a gyakorlat is igazolja és igazolta.

Konkrét javaslatom, hogy bővíteni kell az úttörő-olimpia atlétikai műsorát gátfutással, lányok részére 60, fiúk részére pedig 80 m-es távon.

Ezt több tény is indokoltá teszi, egyben megoldható is.

1./ Megoldatlan probléma a fiatal versenyzőanyag kiválasztása a gátfutásra, mert ez a szám az úttörő-olimpia műsorán nem szerepel, ahol a gyerek produkálhatná magát, mint pl. távolugrásban;

2./ A honvédelmi nevelés keretein belül tantervi anyagként szerepel az akadályfutás /V-VIII. osztályban/. Ettől már csak egy lépés a gátfutás. A feladat az, hogy iskolánként a legjobb fiúkat és lányokat kiképezik a gátfutásra, akik képviselhetik iskoláikat az olimpián.

3./ Ha ezt nem tudjuk megvalósítani, ismét éveket veszítünk egyrészt a gátfutók kiválasztása terén, /mert addig más sportágakat választanak, vagy őket irányítják más sportok fel/, másrészt a mozgás megtanításában, a versenyzők képzésében, amely szintén nem megy máról-holnapra.

4./ Az úttörő-olimpia szempontjából nem jelent komoly anyagi terhet.

5./ A gát házilag is elkészíthető, akár tanulógrótról, akár versenyról van szó, nagyobb anyagi megterhelés ez sem jelent.

6./ Pár év múlva bizonyára színvonalasabb versenyek lennének a bajnokságok és a csapatbajnoki fordulók, mert jelenleg igen nagyok a tudásbeli különbségek.

7./ Elősegítené az összetett versenyzés népszerűségének növekedését, amely - valljuk be őszintén - ránkérne egy kisé.

Ezért nem is tudok egyetérteni azzal, hogy a női 200 m-es gátfutást törölje a Szövetség a bajnoki műorból, hiszen ezzel újabb lehetőséget adtunk fel. Realisan már csak 1971-ben lehetne az úttörő-olimpia műsorára tűzni a gátfutásokat és ennek nem látom semmi akadályát. Akik tehetnek ez ügyben valamit, tegyék meg, hogy a külfölddel szemben további lemaradások ne legyenek, másrészt hátha a jövőben a saját dícsérő-elismerőhangját is hallhatnánk a gátfutásról.

Nagyon szeretném, ha ez magvalósulhatna !

Molnár István
szakoktató

Egy korosztály 4 éve

Az utánpótlás helyzete évek óta az érdeklődés középpontjában van. A következő táblázat az eredmények bemutatásával a fejlődés mértékét akarják ábrázolni az 1950-51-es születésű férfi versenyzőknél öt versenyszámban.

A teljesítmények értékelése 15-16 éves kortól 18-19 évig történt. A 18-19 éves korban elért eredmények mértékadóak elkövetkezendő szereplésükre.

A korosztály és a versenyszámok megválasztása egyéni elképzelés, de a versenyszámok az alapszámok egy részének is tekinthetők, így ez az összeállítás a rövidtávúfutók, gátasok, magas- és távolugrók eredményeit adja. Ezek a ranglisták a megfelelő évek teljesítményeit tartalmazzák, tehát nem abszolút sorrendek. A versenyek helyezései itt nem szerepelhetnek, bár ugyanezen korosztály több éves bajnoki helyezései is érdekesek lennének.

100 m I.			1966		1967			1968			1969		
			100	400	100	200	400	100	200	400	100	200	400
Pósvári Sándor	51 VIII.SI	11.2	-	11.1	-	52.4	11.0	22.6	-	10.9	22.5	-	-
Máriássy Ákos	50 MAFK	11.3	-	11.3	23.2	-	11.3	-	-	-	-	-	-
Allmann András	50 D.Koh.	11.4	-	11.2	23.3	-	11.2	23.4	-	-	23.1	-	-
Regős József	50 FVSK	11.4	53.4	11.1	22.3	50.8	11.0	22.3	49.3	11.0	22.3	49.2	-
Richter István	50 XIV.SI	11.4	-	11.2	23.3	-	11.1	22.7	-	10.9	22.8	-	-
Szentes Gyula	50 SZVSE	11.4	52.6	-	23.4	51.7	-	23.4	51.7	-	-	-	-
Varga Gábor	51 Vasas	11.4	-	11.2	-	53.2	11.2	23.2	-	11.1	-	-	-
Brautmüller Z.	50 Sz.Dósa	11.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Kardos Zoltán	50 Jász-V.	11.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Stoklász László	51 VII.SI	11.5	-	11.3	-	53.8	11.2	23.2	52.2	-	22.7	50.8	-
Debreceni László	51 KSI	11.6	-	11.4	-	52.7	-	-	-	11.3	23.1	-	-
Kovács Nándor	50 KSI	11.6	-	11.3	-	-	-	22.6	50.0	-	-	-	-
Lőrincz László	50 P.Dósa	11.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Viskovichs Károly	50 Csepel	11.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Werner Pál	50 XVIII.SI	11.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Zemcov József	50 MPSC	11.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Csizmázia Pál	50 Bp. Honv.	11.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Braun József	51 ZTE	11.7	-	11.5	-	53.8	-	23.4	-	11.2	23.1	53.1	-
Együd Csaba	50 S16f.B.	11.7	-	-	-	-	11.1	22.9	51.0	-	-	-	-
Gereben Péter	51 VII.SI	11.7	-	11.4	-	-	11.3	23.4	-	-	-	-	-
Nagy László	50 Bp.Honv.	11.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Vári Tibor	ZTE	11.7	-	11.4	-	53.5	-	-	-	-	-	-	-
			55.1	11.3	23.4	53.4	11.3	23.4	52.9	11.3	23.2	52.3	-

100 m II.

Pavek Ferenc	51 Gy.Dózsa	-	-	11.2	-	52.9	10.8	22.3	-	10.7	22.3	49.6
Pataki István	51 Dor.Bány.	-	-	-	-	-	11.1	22.9	-	10.8	22.3	51.7
Aradi János	51 Bp.Honv.	-	54.3	11.2	-	52.8	10.9	22.4	51.5	10.8	22.2	50.4
Korona László	50 K.Dózsa	-	-	-	-	-	-	-	-	10.8	22.5	-
Richter István	50 BVSC	11.4	-	11.2	23.3	-	11.2	22.7	-	10.9	22.8	-
Pósvári Sándor	51 BKV E.	11.2	54.6	11.1	-	52.4	11.0	22.6	-	10.9	22.5	52.0
Nahoczky Géza	50 Bcs.Dó.	-	-	-	-	-	11.3	-	-	11.0	22.9	-
Kandár Tibor	51 Nk.Olaj.	-	-	11.1	-	-	11.2	-	-	11.0	-	-
Regős József	50 PVSZ	11.4	53.4	11.1	22.3	50.8	11.0	22.3	49.3	11.0	22.3	49.2
Hegedűs László	51 ZTE	-	-	-	-	-	11.2	23.1	-	11.1	22.4	50.2
Varga Gábor	51 Vasas	11.4	-	11.2	-	-	11.2	23.2	-	11.1	-	-
Gracza György	50 Bp.Honv.	-	-	-	-	-	-	23.4	-	11.1	-	-
Németh Gyula	50 Gy.Dózsa	-	-	-	-	-	11.2	-	-	11.1	-	-
Onestyák Ferenc	50 Bp.Honv.	-	-	-	23.1	-	11.3	22.8	-	11.1	-	-
Zborovszky Béla	50 Csepel	-	-	-	23.4	51.8	11.3	23.4	-	11.1	-	-
Braun József	51 ZTE	11.7	-	11.5	-	53.8	-	23.4	-	11.2	23.1	52.1
Deák Géza	50 Bp.Honv.	12.0/	-	-	-	-	11.4/	-	-	11.2	23.2	-
Dobák Sándor	50 Csepel	-	-	-	-	-	11.9/	-	-	11.2	-	-
Hanti Ferenc	51 Csepel	-	-	-	-	52.7	-	23.2	51.8	11.2	23.0	51.8
Mészáros József	51 R.ETO	-	-	-	-	-	-	-	-	11.2	-	-
Szegi László	51 Sz.Vizmű	-	-	-	-	-	-	-	-	11.2	-	-
		11.7	55.1	11.3	23.4	53.4	11.3	23.4	52.9		23.2	52.2

		1966		1967			1968			1969		
400 m I.		400	800	200	400	800	200	400	800	200	400	800
Fekete Sándor	50 V.Izzó	51.2	1:59.0	23.0	50.0	1:55.8	23.0	49.0	1:53.6	23.0	48.3	1:49.6
Szentes Gyula	50 SZVSE	52.6	-	23.4	51.7	-	23.4	51.7	-	-	-	-
Solymosi Imre	50 KSI	53.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Regős József	50 PVSZ	53.4	2:03.8	22.3	50.8	-	22.3	49.3	-	22.3	49.2	1:59.9
Papp László	50 Ikarusz	53.6	2:00.5	-	52.7	1:59.1	-	52.9	-	-	-	-
Batizi György	50 Csepel	53.7	-	-	51.9	2:01.1	-	52.4	1:59.7	-	-	-
Boross Sándor	51 VII-KSI	54.0	2:06.6	-	52.0	2:01.6	23.3	51.7	1:59.5	-	50.6	1:59.0
Korbély Miklós	50 Ab.TSZ	54.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Aradi János	51 Bp.Honv.	54.3	-	-	52.8	-	22.4	51.5	-	22.4	50.4	-
Ménkü István	51 VII.SI	54.3	-	-	52.6	-	-	52.6	-	-	-	-
Allmann András	50 Dujv.K.	54.5	-	23.3	-	-	23.4	-	-	-	-	-
Herczeg Ferenc	51 Bp.V.Met.	54.6	-	-	54.2	-	-	-	-	-	-	-
Pósvári Sándor	51 VII.SI	54.6	-	-	52.4	-	22.6	-	-	22.5	52.0	-
Sári Elek	50 DVSC	54.6	2:04.6	-	-	1:58.8	-	51.6	1:55.0	-	-	-
Megyeri Pál	51 DVSC	54.8	-	-	-	2:04.8	-	52.8	2:01.6	-	52.0	-
Varga Géza	50 Bp.Med.	54.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Tihanyi Jenő	50 PVSZ	54.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Debreceni László	51 KSI	55.0	-	-	52.7	-	-	-	-	23.1	-	-
Dittrich Tamás	50 Bolyi M.	55.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Szabó János	50 NYVSC	55.1	2:07.0	-	-	2:02.4	23.2	52.8	-	-	-	-
			2:03.8	23.4	53.4	20:3.1	23.4	52.9	2:01.6	23.2	52.2	2:00.0

		1966		1967		1968		1969				
400 m II.		400	800	200	400	800	200	400	800	200	400	800
Fekete Sándor	50 U.Dózsa	51.2	1:59.0	23.0	50.0	1:55.8	23.4	49.0	1:53.6	23.0	48.3	1:49.6
Regős József	50 PVSZ	53.4	2:03.8	22.3	50.8	-	22.3	49.3	-	22.3	49.2	1:59.9
Pavek Ferenc	51 Gy.Dózsa	-	-	-	-	-	22.3	-	-	22.3	49.6	-
Hegedüs László	51 ZTE	-	-	-	-	-	23.1	-	-	22.4	50.2	-
Aradi János	51 Bp.Honv.	54.3	-	-	-	-	22.4	51.5	-	22.2	50.4	-
Boross Sándor	51 BKV E.	54.0	2:06.6	-	52.0	2:01.6	23.3	51.5	1:59.5	-	50.6	1:59.0
Erdős Tamás	51 K.Dózsa	-	-	-	52.8	2:01.2	-	50.6	1:54.4	-	50.7	1:52.3
Stoklász László	51 BKV E.	-	-	-	53.8	-	23.2	52.2	-	22.7	50.8	-
Hegedüs Sándor	51 Gy.Dózsa	-	-	-	53.3	1:58.4	-	-	1:56.9	-	50.9	1:54.2
Zemen János	50 U.Dózsa	-	-	-	-	-	-	-	1:55.8	-	50.9	1:52.6
Pataki Attila	51 DVTK	-	-	-	-	2:01.8	22.9	-	1:59.8	-	51.0	1:59.0
Batizi György	50 Csepel	53.7	-	-	51.9	2:01.0	-	52.4	1:59.7	-	51.1	-
Deme József	51 Bt.VSK	-	-	-	-	-	-	-	-	23.3	51.1	-
Szántó Tamás	51 D.Építők	-	-	-	-	-	-	-	-	-	51.1	1:57.5
Sári Elek	51 DVSC	54.6	2:04.5	-	53.4	1:58.8	-	51.6	1:55.0	-	51.3	1:51.7
Füzi Zoltán	50 Pápai g.	-	-	-	-	-	-	52.7	-	-	51.5	-
Mádai János	50 MAFC	-	-	23.1	51.9	-	22.7	50.4	-	23.2	51.5	-
Csoma Ferenc	50 Gy.Dózsa	-	-	-	53.6	2:03.0	-	52.6	2:00.2	-	51.7	-
Gyula Sándor	50 E.Dózsa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	51.7	-
Benyovszky István	50 MAFC	-	2:05.8	-	52.5	1:57.6	-	52.0	1:56.1	-	51.7	1:53.8
		55.1	2:08.3	23.4	53.4	2:03.1	23.4	52.9	2:01.0	23.2		2:00.0

Elképzelhető, hogy más korosztályok és versenyszámok vizsgálatánál, más jelenségek, általánosítások, illetve kevésbé szigorú számszerűsések adódnának.

A ranglisták nem adnak - de nem is adhatnak - választ a szereplésekkel kapcsolatosan a versenyzők körülményeire, illetve egyéni adottságaikra. Ennek ellenére ezek, mint szociális helyzet, tanulmányi elfoglaltság, egyesületi lehetőségek, anyagi kérdések és még egy sereg más körülmény, hasonlóan a szakmai munka milyenségéhez, befolyásolják az eredményességet.

Tudjuk, hogy fiatalokról lévén szó, a fluktuáció törvényszerű és nem fejlődhet mindenki, de az utánpótlás munkájának eredményességét mégis a megfelelő korosztály világversenyeken elért eredményei jelentik /akár fiatal korban, akár a későbbiek során/.

Valószínűleg nem volna érdektelen ugyancsak konkrét számadatok alapján, esetleg más korosztályok, versenyszámok, vagy a női versenyzők eredményeit is vizsgálva a fiatalok fejlődéséről és az összefüggésekről egy összefoglalást kapni. Gondolom, mindannyian érdeklődéssel olvassák.

Magyarázat a táblázatokhoz:

A táblázatok címei a főversenyszámokat jelentik. A táblázatok egy részében, ezen kívül, a "rokonszámok" eredményei is szerepelnek.

A táblázatok rovataiban alul lévő számok a megfelelő ranglisták utolsó, tehát 20, vagy 30 eredményeit jelentik a tárgyévben. Ha egy rovatban az illető versenyzőnek nincs eredménye, ez vagy abból adódik, hogy a feltüntetett utolsó eredményeknél rosszabbat ért el, vagy az eredmény nélküli versenyszámban nem versenyzett abban az évben.

Versenyszámonként két-két táblázat készült. Az egyikben az 1966-os ranglisták voltak az alapok, ekkor az 1950-51-ben születettek a serdülő "A" kategóriába tartoztak, a másik összeállítás ugyancsak az 1950-51-es korosztály mai legjobb eredményeiből indul ki és megmutatja ezen versenyzők élvonalba kerülését. Az 1969-es rangsorok a két évfolyam eredményeinek sorrendiségéből adódtak.

/folytatása következik/

Dózsa György

Az országos mezei bajnokság eredményei:

Budapest, 1970. április 29.

Nők:

Felnőttek / kb.1800 m / egyéni.

<u>bajnok:</u> Csipán Borbála	Bp.Hovéd	6:12.8
2. Velekei Márta	Bp.Építők	6:14.4
3. Kulcsár Magdolna	Vasas	6:15.0
4. Budavári Mária	Bp.Honvéd	6:17.0
5. Ligetkúti Ákosné	Bp.Építők	6:20.4
6. Völgyi Zsuzsa	Bp.Medosz	6:23.6
7. Zsilák Ilona	Bcs.Dózsa	6:37.4
8. Monspart Sarolta	Bp.Spartacus	6:41.2
9.Pásztor Szoln.MÁV 6:43.0, 10.Böröczki Zs. Gy.Dózsa 6:44.4, 11.Nagy K. Bp.Spartacus 6:46.2, 12.Lázár Debr.Építők 6:51.2, 13.Müller Gy.Dózsa 6:55.6, 14.Gyenei Bp.Építők 6:56.8, 15.Balázs Vasas, 16.Szabó Zs. Koml.Bányász, 17.Orosz U.Dózsa, 18.Vincze Csepel 19.Szücs Debr.Építők, 20.Tóth Gy.Dózsa, 21.Huszár Gy.Dózsa, 22.Sági Gy.Dózsa, 23.Gutai U.Dózsa, 24.Végh BEAC, 25.Pomázi BEAC, 26.Szabó Koml.Bányász, 27.Tóth Albertirs. VSE, 28.Kovács Vasas, 29.Virág TFSE, 30.Pócsa Bp.Építők, 31.Kővári Barcsi SC, 32.Komjáthi Kecsk.Dózsa, 33.Kovács Kecsk.Dózsa, 34.Mikó TFSE, 35.Acsné Kap.Dózsa, 36.Bánhegyi Sióf.Bányász, 37.Csóke TFSE, 38.Tamás Bp.Honvéd, 39.Bakó Debr.Építők, 40.Horváthné Bp.Spartacus, 41.Várnagy U.Dózsa, 42.Németh Kecsk.Dózsa, 43.Tomcsányi BEAC, 44.Adám DASE, 45.Kovács L.Debr.Építők, 46.Pazonyi DASE, 47.Balzer Csepel, 48.Ulrich MTK, 49.Ercsényi Vasas, 50.Vajna Videoton, 51.Wagner DASE, 52.Nagy Videoton, 53.Korency BEAC, 54.Mester Csepel, 55.Brunbaner Videoton.		

A csapatban:

<u>bajnok:</u> Bp.Építők	Velekei, Ligetkútiné, Gyenei/	21 pont
2. Győri Dózsa	Böröczki, Müller, Tóth/	43 "
3. Bp.Honvéd	Csipán, Budavári, Tamás/	43 "
4. Vasas	Kulcsár, Balázs, Kovács/	46 "
5. Bp.Spartacus	Monspart, Nagy, Horváth/	59 "
6. Debr.Építők	Lázár, Szücs, Bakó/	70 "
7. U.Dózsa	Orosz, Gutai, Várnagy/	81 "
8. BEAC	Pomázi, Végh, Tomcsányi/	92 "
9.TFSE 100, 10.Kecsk.Dózsa 117, 11.Csepel 119, 12.DASE 141, 13.Videoton 157.		

Ifjúságiak /kb.1200 m/ egyéni:

<u>bajnok:</u> Henye Marian	Győri Dózsa	3:57.8
2. László Zsuzsa	Koml.Bányász	3:57.8
3. Szentesi Zsuzsa	KSI	4:04.8
4. Kószai Anna	U.Dózsa	4:06.9
5. Bata Erzsébet	Szoln.MÁV	4:09.1
6. Lajkó Zsuzsa	Balassagy.SE	4:09.2
7. Máté Erzsébet	Bcs.Dózsa	4:09.6
8. Greksa Mária	Bajai MTE Vasas	4:10.8
9.Lipócsi Debr.Építők, 10.Kiss Törökszntm.MGT, 11.Ujvári Dunaujv.Koh., 12.Böröcz Szh. Haladás, 13.Németh Szh.Haladás, 14.Nyíri Csepel, 15.Arany FTC SI, 16.Vas Kap.Dózsa, 17.Óry Szh.Haladás, 18.Horváth Bp.Honvéd, 19.Számán Csepel, 20.Korbeák Debr.Építők, 21.Fodor Gy.Dózsa, 22.Szabó Szh.Haladás, 23.Mátraházi Vasas, 24.K.Szabó Debr.Építők, 25.Kubik Debr.Építők, 26.Lengyel Debr.Építők, 27.Varga Nagy.Olajb., 28.Igaz KSI, 29.Piszkás Bp.Építők, 30.Narday Szh.Haladás, 31.Terjénszki Videoton, 32.Regős Bcs.Dózsa, 33.Bocsárszky Törökszntm.MGT, 34.Gál Kap.Dózsa, 35.Ötvös Vasas, 36.Kóta Törökszntm.MGT,		

37.Csete Vasas, 38.Szabó Balatonbogl.SZISK, 39.Nagy Szoln.MÁV, 40.Bor Szh.Haladás, 41. Kiss Csepel, 42.Babik DVTK, 43.Fehér KSI, 44.Szabó Csepel, 45.Sándor U.Dózsa, 46.Paksi Videoton, 47.Csanádi Vasas, 48.Boronyó Szoln.MÁV, 49.Kovács Videoton, 50.Forján Videoton, 51.Biró Bp.Honvéd, 52.Redeczki Bp.Honvéd, 53.Csapó Szoln.MÁV, 54.Szigetvári Vasas, 55.Füsi Videoton, 56.Molnár Balatonbogl.SZISK, 57.Gutai U.Dózsa, 58.Görbe BEAC, 59.Futó Törökszntm.MGT, 60.Gyabranka BEAC, 61.Erdel BEAC, 62.Jarabek Csepel.

A csapatban:

bajnok:	Szh.Haladás	/Böröcz, Németh, Örsy, Szabó/	64 pont
2.	Debr.Építők	/Lipcsei, Korbeák, K.Szabó, Kubik/	78 "
3.	Csepel	/Nyíri, Számán, Kiss, Szabó/	118 "
4.	Szoln.MÁV	/Bata, Nagy, Boronyó, Csapó/	135 "
5.	Törökszntm.MGT	/Kiss, Bocsárszky, Kóta, Futó/	138 "
6.	Vasas	/Ötvös, Csete, Mátraházi, Csanádi/	142 "
7.	Videoton	/Terjanszki, Paksi, Kovács, Forján/	176 "

Serdülők 1954-ben születettek /kb.1000 m/ egyéni:

<u>bajnok:</u>	Laskai Ágnes	SZVSE	3:32.0
2.	Marozsi Nóra	KSI	3:32.6
3.	Kovács Klára	Szeksz.Dózsa	3:34.4
4.	Dudics Júlia	NYVSC	3:41.1
5.	Erdősi Katalin	DVSC	3:41.7
6.	Pataki Zsuzsa	Bp.Építők	3:42.6
7.	Ürmösi Erika	Salg.KSE	3:43.4
8.	Szolimán Judit	Bp.Építők	3:44.8
9.Könye Bp.Honvéd 3:44.8, 10.Lombos Vasas SI 3:44.8, 11.Zajász NYVSC 3:47.3, 12.Mikus Salg.KSE 3:48.2, 13.Török Ormosb.Bányász 3:48.8, 14.Pósa SZVSE 3:49.2, 15.Diószegi Cse- pel 3:49.4, 16. Kozma Debr.Építők, 17.Fender Nagy.Bány., 18.Megyesi SZVSE, 19.Boda Szh Haladás, 20.Balázs Csepel, 21.Sejer Vasas, 22.Gyug Debr.Építők, 23.Román Vasas, 24.O- rosz Bp.Honvéd, 25.Kovács Szh.Haladás, 26.Major Debr.Építők, 27.Görbe Bp.Honvéd, 28. Sámuel KSI, 29.Erdős Bp.Építők, 30.Csuprik SKSE, 31.Bottyan SKSE, 32.Vári SZVSE, 33. Büti Csepel, 34.Farkas Kap.Dózsa, 35.Halmágyi KSI, 36.Mátyus NYVSC, 37.Szalai Bp.Építők, 38.Márkus U.Dózsa, 39.Gál Kap.Dózsa, 40. ... 41.Nagy Nagyk.Bány., 42.Olajos Kecsk.Dózsa, 43.Öreg Bp.Építők, 44.Vider Bp.Honvéd, 45.Gerő Vasas, 46.Kosztolánczi Szh.Haladás, 47. Csillag Szh.Haladás, 48.Tóth U.Dózsa, 49.Megyesi Debr.Építők, 50.Szarka Ajkai SE, 51. Csendes Csepel, 52.Veisz KSI, 53.Reichard Kap.Dózsa, 54.Fekete NYVSC, 55.Kardos Tszm., 56.Magyar Debr.Építők, 57.Földi NYVSC, 58.Péterné Nagy.Kolaj, 59.varadi Csepel, 60 Nagy DVSC, 61.Dicsér U.Dózsa, 62.Ropati I.Kap.Dózsa			

A csapatban:

bajnok:	SZVSE	/Laskai, Pósa, Megyesi, Vári/	55 pont
2.	SKSE	/Ürmösi, Mikus, Csuprik, Bottyan/	80 "
3.	Bp.Építők	/Pataky, Szolimán, Erdős, Szalai/	80 "
4.	Vasas SI	/Lombos, Sejer, Román, Gerő/	99 "
5.	NYVSC	/Dudics, Zajász, Mátyus, Fekete/	107 "
6.	Debr.Építők	/Kozma, Major, Gyug, Megyesi/	113 "
7.	KSI	/Marosi, Sámuel, Halmágyi, Vajsz/	117 "
8.	Csepel	/Diószegi, Balázs, Büttl, Csöndes/	118 "

Serdülő 800m. egyéni:

bajnok:	Bodor Mária	Dunaujváros	2:41.5
2.	Hanyi Judit	Kőrösi Ped.	2:41.6
3.	Rab Ágnes	Dunaujváros	2:42.2
4.	Czobor Valéria	Dunaujváros	2:42.6
5.	Madlovics Szilvia	Bcs.Dózsa	2:43.6
6.	Benes Dorottya	Bp.Honvéd	2:48.8
7.	Sütz Katalin	Szh.Haladás	2:49.0
8.			
9.	Gutai U.Dózsa	2:49.8	
10.	Kozma Videoton	2:50.2	
11.	Czebe Bcs.Dózsa	2:51.6	
12.	Kovács Bajai MTE	2:52.2	
13.	Lukics Bp.Honvéd, 14.Kleineker Dunaujváros, 15.Deák SKSE, 16.Hrecska SKSE, 17.Losonszki Szoln.MÁV, 18.Fehér Ajkai SE, 19.Jákner U.Dózsa, 20.Horváth Kőrösi Ped., 21.Polgár Ajkai SE, 22.Németh Bajai MTE, 23.Szilágyi U.Dózsa, 24.Laczi Kecsk.Dózsa, 25.Oláh Debr.Építők, 26.Szijártó Vasas, 27.Garamszegi Bajai MTE, 28.Szabó Kecsk.Dózsa, 29.Lukács Csepel, 30.Végh Videoton, 31.Reis Bajai MTE, 32.Papp BEAC, 33.Farkas Kap. SI, 34.Hannyi Nagyk.Bány., 35.Keményvári Bp.Honvéd, 36.Babos Szh., 37.Litke Bp.Honvéd, 38.Mészáros U.Dózsa, 39.Papp Bp.Honvéd, 40.Sücz Vasas SI, 41.Stand Bajai MTE, 42.Illés SKSE, 43.Szarvas Bcs.Dózsa, 44.Naszil Kap.SI, 45.Katona ... 46.Szabó VIII.SI, 47.Sinéger Csepel, 48.Alföldi Dunaujváros, 49.Kovács SKSE, 50.Horváth Ajkai SE, 51.Nagy Videoton, 52.Tóth Szoln.MÁV, 53.Katona BEAC, 54.Kolányos Kaposvár, 55.Fogas Videoton, 56.Dobos BEAC, 57.Csákvári Bcs.Dózsa, 58.Kormos Videoton, 59.Nagy Szh-Haladás, 60.Molnár Bcs.Dózsa, 61.Deglédi Csepel, 62.Klink Kőrösi Ped., 63..... 64.Szinkó Kecsk.Dózsa, 65.Rác KSI, 66.Matics BEAC, 67.Argejo KSI, 68.Molnár Szh.Haladás, 69.Miklós Szh.Haladás, 70.Gyöngyösi Vasas SI, 71.Borbály VIII.SI, 72.Karácsonyi XI.SI, 73.Szabó Ajkai SE, 74.Hanyi Kőrösi Ped., 75.Zöld Csepel, 76.Koks Vasas SI, 77.Kolb KSI, 78.Simon Vasas SI, 79.Balogh BEAC, 80.Dóczy Kecsk.Dózsa.		

A csapatban:

bajnok:	Dunaujváros	/Bodor, Rab, Czobor, Kleineker/	22 pont
2.	U.Dózsa	/Gutai, Jákner, Szilágyi, Mészáros/	88 "
3.	Bajai MTE	/Kovács, Németh, Garamszegi, Reis/	91 "

4. Bp.Honvéd
5. Bcs.Dózsa
6. Nagyk.Pedagógus
7. SKSE

/Benes, Lukács, Keményvári, Litkei/
 /Madlovics, Czebe, Szarvas, Csákvári/
 /Horváth, Hanni, Horváth, Klinger/
 /Deák, Krecska, Illés, Kovács/

91 "
 115 "
 118 "
 122 "

FÉRFIAK

Felnőtt 10.000 m egyéni:

bajnok: Mecser Lajos	Salg.Bányász	31:26.0
2. Simon Dénes	Bp.Spartacus	31:47.4
3. Török János	Bp.Honvéd	31:48.0
4. Szerényi János	Vasas	31:49.2
5. Tóth Béla	U.Dózsa	31:50.8
6. Homoki Vince	Koml.Bányász	31:52.2
7. Pfeffer Ottó	MTK	31:56.8
8. Dudás István	Koml.Bányász	32:01.0
9. Jóny Bp.Honvéd 32:09.6,	10. Magyar Bp.Honvéd 32:14.0,	11. Szabó II. Bp.Honvéd 32:22.0,
12. Klekner V. Izzó 32:25.4,	13. Máté U.Dózsa 32:25.4,	14. Tóth Özdi Kohász 32:40.0,
15. Salpa Koml.Bányász 32:50.8,	16. Szeleres Csepel 32:57.4,	17. Honti PVSK 33:04.6,
18. Rózsa Vasas 33:05.2,	19. Szentiványi Vasas 33:35.2,	20. Halmi Szoln.MAV 33:40.4,
21. Stepan U.Dózsa 33:43.6,	22. Kapás Bp.Honvéd 33:49.6,	23. Kárai Bp.Honvéd 33:51.4,
24. Fogarassy Koml.Bányász 33:53.8,	25. Pintér Bp.Spartacus 34:05.2,	26. Rábold Bp.Spartacus 34:08.0,
27. Mózes Tat.Bányász 34:08.8,	28. Hazai Vasas 34:27.0,	29. Gyarmati Vasas 34:30.4,
30. Varga Bp.Spartacus 34:39.0,	31. Mohácsi MTK 34:50.8,	32. Babinyecz Csepel 34:53.4,
33. Merényi Vasas 34:56.4,	34. Orosházi DVSC 35:03.4,	35. Nagy Csepel 35:09.6,
36. Janek Gy. Csepel 35:13.8,	37. Kiss Csepel 35:25.8,	38. Vas U.Dózsa 35:26.0,
39. Albert U.Dózsa 35:29.0,	40. Huszár Szegedi VSE 35:31.8,	41. Kelemen OKSE 35:32.6,
42. Dalmati Bp.Honvéd 35:35.0,	43. Bozán BEAC 35:37.0,	44. Söter Bp.Építők 35:55.6,
45. Tabajdi Bp.Spartacus 36:02.4,	46. Oláh Bcs.Dózsa 36:13.0,	47. Ridegh Bp.Honvéd 36:17.2,
48. Köfalvi Bp.Építők 36:25.4,	49. Balogh Bp.Spartacus 36:39.0,	50. Horel Sióf.Bányász 36:39.2,
51. Ormos MTK 36:53.0,	52. Nagy Ganz Mávag 36:58.2,	53. Velez Koml.Bányász 37:03.0,
54. Kiss V.Izzó 37:07.4,	55. Orsós Koml.Bányász 37:13.2,	56. Kiss MTK 37:20.0,
57. Bruder Ganz Mávag 37:32.8,	58. Rákóczi SZVSE 37:37.4,	59. Sörös Ganz Mávag 37:41.0,
60. Hudi Ganz Mávag 37:46.6,	61. Krajcsovics MTK 37:58.0,	62. Köhalmi Bp.Építők 38:08.2,
63. Győri MTK 38:17.6,	64. Papp Szentesi Vismű 38:17.6,	65. Demeter Koml.Bányász 38:30.2,
66. Tarjani BEAC 38:47.0,	67. Hungaivári BEAC 38:56.6,	68. Erdős BEAC 38:56.8,
69. Nagy V.U.Dózsa 39:07.0,	70. Kemény Csepel 39:22.4,	71. Mák Ozdi Kohász 39:25.0,
72. Schönvicki Bp.Spartacus 39:39.6,	73. Kerékgyártó DVSC 39:43.4,	74. Macsári Csepel,
75. Kormos Ozdi Kohász,	76. Berán Bp.Honvéd,	77. Szabó I. Bp.Honvéd,
78. Antal Kossuth KFSE,	79. Simon Ozdi Kohász,	80. Danivszkij Bp.Építők,
81. Varga V.Izzó		

A csapatban:

bajnok: Bp.Honvéd A	/Török, Jóny, Kapás, Szabó, Magyar/	55 pont
2. Vasas	/Szerényi, Szentiványi, Rózsa, Hazai, Gyarmati/	106 "
3. Koml.Bányász	/Dudás, Homoki, Schalpa, Fogarassy, Velez/	116 "
4. U.Dózsa	/Tóth, Máté, Vas, Stepan, Albert/	132 "
5. Bp.Spartacus	/Simon, Pintér, Rábold, Balogh, Varga/	156 "
6. Csepel	/Szekeres, Babinyecz, Janek, Nagy, Kiss/	206 "
7. MTK	/Pfeffer, Kormos, Kiss, Mohácsi, Krajcsovics/	265 "
8. Bp.Honvéd B.	/Kárai, Dalmati, Rideg, Bera, Szabó I./	

Felnőtt 5000 m egyéni:

bajnok: Varga Nándor	Bp.Honvéd	15:30.0
2. Játékos Pál	Tat.Bányász	15:42.8
3. Sári Elek	DVSC	16:01.0
4. Fancsali András	U.Dózsa	16:04.0
5. Kormos László	Bp.Építők	16:17.4
6. Szatmári Sándor	Bp.Honvéd	16:21.0
7. Bátor Gábor	Bp.Honvéd	16:21.4
8. Tóth Béla	DEAC	16:24.6
9. Fábán DVTK 16:26.8,	10. Németh Pécsi Dózsa 16:31.2,	11. Papp Bp.Építők 16:31.4,
12. Molnár Vasas 16:37.0,	13. Jakus SÜMSE 16:38.2,	14. Ita Bp.Honvéd 16:39.4,
15. Vaskó U.Dózsa 16:42.4,	16. Vince MEAFK,	17. Telekes Dunaujv.Kohász,
18. Szabó Csepel,	19. Korcsok Bcs.Dózsa,	20. Skorka Vasas,
21. Kocanda U.Dózsa,	22. Tóth Szh.Haladás,	23. Pék Dunaujv.Kohász,
24. Kovács Bp.Honvéd,	25. Fekete U.Dózsa,	26. Lőrincz Bp.Honvéd,
27. Horváth Bp.Építők,	28. Fodor SÜMSE,	29. Szalóki Gy.Dózsa,
30. Gál MEAFK,	31. Benyovszky Bp.Építők,	32. Gémesi Csepel,
33. Nagy V. Izzó,	34. Huszár U.Dózsa,	35. Majer Pécsfürdő,
36. Szabó U.Dózsa	37. Szabó MAFC,	38. Zöldi Bp.Építők,
39. Potyi Szh.Haladás,	40.,	41. Fogarasi Dunaujv.Kohász,
42. Deák U.Dózsa,	43. Katona MAFC,	44. Hege Dunaujv.Koh.,
45. Sári BEAC,	46. Béri Pécsi Dózsa,	47. Sandó Pécsi Dózsa,
48. Bocskó MAFC,	49. Csáki Dunaujv.Kohász,	50. Tóth NYVSC,
51. Sárosi NYVSC,	52. Kiss Papai Textil,	53. Kocsis NYVSC,
54. Bognár Csepel,	55. Gazdag Bp.Spartacus,	56. Bán Tat.Bányász,
57. Csutorás Kap.Dózsa,	58. Tornóczki U.Dózsa,	59. Antal Gy.Dózsa,
60. Zóhoki Pécsi Dózsa,	61. Babos Pécsi Dózsa,	62. Zemen U.Dózsa,
63. Garbacz Szeksz.Dózsa,	64. Tóth DVTK,	65. Pallovis BEAC,
66. Petro Bcs.Dózsa,	67. Pócsi Bcs.Dózsa,	68. Wagner Szh.Haladás,
69. Terpák U.Dózsa,	70. Dandi DVSC,	71. Kardos Gy.Dózsa,
72. Zsoldos Kecsk.Dózsa,	73. Mester Csepel,	74. Lamocs Tat.Bányász,
75. Szarkai Bp.Építők,	76. Hollendi MEAFK,	77. Szakasits Vasas,
78. Csák BEAC,	79. Hegedüs Bp.Építők,	80. Horváth Bp.Honvéd,
81. Fikil NYVSC,	82. Csoma Gy.Dózsa,	83. Nagy Csepel,
84. Fehér Bp.Spartacus,	85. Bálint Kecsk.Dózsa,	86. Nagymarci Kecsk.Dózsa,
87. Derdák Kecsk.Dózsa,	88. Szűcs NYVSC,	89. Regős Bcs.Dózsa,
90. Szilágyi MAFC,	91. Csetényi MEAFK,	92. Nyiri Kossuth FSE,
93. Gál Kossuth FSE,	94. Pásta Kossuth FSE,	95. Biró Vasas.

A csapatban:

bajnok: Bp. Honvéd	/Varga, Szatmári, Bátor, Ita, Kovács/	52 pont
2. U. Dózsa	/Fancsali, Vaskó, Koczanda, Fekete, Huszai/	99 "
3. Bp. Építők	/Kormos, Papp, Benyovszky, Zöldi, Horváth/	112 "
4. Dunaujváros	/Hega, Telekes, Csáki, Fogarassy, Pék/	174 "
5. Pécsi Dózsa	/Németh, Béni, Bakos, Zöldi, Sándor/	224 "
6. Vasas	/Molnár, Szakasits, Skorba, Biró, Nagy/	238 "
7. MEAC	/Vámos, Gál, Bacsó, Nagymarczi, Hollandi/	256 "
8. Csepel	/Szabó, Gémesi, Bognár, Martez, Nagy/	260 "

Ifjúsági 4000 m egyéni:

bajnok: Szekeres János	KSI	12:41.4
2. Kocsis Sándor	Bajai MTE	12:48.4
3. Kispál László	Koml. Bányász	12:51.0
4. Játékos Zoltán	Tat. Bányász	13:02.4
5. Berkó Péter	SZVSE	13:09.2
6. Horváth Zoltán	BEAC	13:11.4
7. Mester János	Debr. Építők	13:23.8
8. Jaszovits József	BEAC	13:23.8

9. Gulyás Koml. Bányász 13:36.8, 10. Szedeli Koml. Bányász 13:37.2, 11. Czner Bp. Építők 13:38.2, 12. Fábrián Bp. Honvéd 13:40.4, 13. Pintér Bp. Honvéd 13:43.8, 14. Prókai Tszm. mgt 13:44.6, 15. Szijj KSI 13:47.0, 16. Határvölgyi Tat. Bányász, 17. Burján U. Dózsa, 18. Kovács Özdí Kohász, 19. Németh Gy. Dózsa, 20. Farkas Koml. Bányász, 21. László Nygk. Bányász, 22. Néposz Tszm. mgt., 23. Csányi U. Dózsa, 24. Németh U. Dózsa, 25. Szombathelyi U. Dózsa, 26. Főz KSI, 27. Szentiványi Vasas, 28. Cselik Kalocsai VSE, 29. Csepregi NYVSC, 30. Lázás SZVSE, 31. Lános Csepel, 32. B. Nagy Vasas, 33. Raffai Kalocsai VSE, 34. Kovács Tszm. mgt., 35. Hor nyacsek KSI, 36. Pigniczki Vasas, 37. Szabó NYVSC, 38. Udvarhelyi Bp. Honvéd, 39. Kiss Debr Építők, 40. Székely U. Dózsa, 41. Dóczi U. Dózsa, 42. Erdi Dunauj. Építők, 43. Kandikó Va- sas, 44. Karádi Bp. Építők, 45. Katona MTK, 46. Völgyi NYVSC, 47. Horváth Koml. Bányász, 48. Nyíri Kecsk. Dózsa, 49. Balási MTK, 50. Sárközi Vasas, 51. Nagy Bp. Spartacus, 52. Bogár Gy. Dózsa, 53. Nemesnyik Dunauj. Építők, 54. György U. Dózsa, 55. Tóth U. Dózsa, 56. Zaplani U. Dózsa, 57. Szűcs Videoton, 58. Pleiner Gy. Dózsa, 59. Nagy Nagy. Olaj, 60. Papp Szoln. MÁV, 61. Szilbek Gy. Dózsa, 62. Hajdu Dunauj. Építők, 63. Rácz SZVSE, 64. Pesty Kecsk. Dózsa, 65. Pintér Szfv. MÁV, 66. Borda Gy. Honvéd, 67. Illés MAFC, 68. Szabó Tat. Bányász, 69. Bedő Nagy. Olaj, 70. Kapcsádi Gy. Dózsa, 71. Papp Tszm. mgt, 72. Mocsári Debr. Építők, 73. Harma- ti Csepel, 74. Pálfi SZVSE, 75. Szabó Csepel, 76. Major Bp. Honvéd, 77. Szabó BEAC, 78. Dani Tszm. mgt., 79. Fejes Szv. MÁV, 80. Möriz Videoton, 81. Kovács U. Dózsa, 82. Erdélyi BEAC, 83. Szarka Ormosk. Bány., 84. Bugeny Tat. Bányász, 85. Bozsó Szoln. MÁV, 86. Grandpiere SZVSE, 87. Zsarnóczai U. Dózsa, 88. Szász Debr. Építők, 89. Batta Bp. Építők, 90. Kovács Bp. Spartacus, 91. Öze Szfv. MÁV, 92. Murányi Bp. Honvéd, 93. Gergely NYVSC, 94. Szabó Barcsi SC, 95. Lúhany Gy. Dózsa, 96. Ács Nagy. Bányász, 97. Filip Balassagy. Medosz, 98. Farkas Bp. Spartacus, 99. Lutring Tat. Bányász, 100. Czifrák Debr. Építők, 101. Kodo Kecsk. Dózsa, 102. Balla Bp. Honvéd, 103. Fábri KSI, 104. Kiss Kecsk. Dózsa, 105. Erdős Nagy. Olajb., 106. Rácz BEAC, 107. Hagymá si Dunauj. Építők, 108. Sági BEAC, 109. Kakukk Tat. Bányász, 110. Tóth Bp. Honvéd, 111. Bog- nár Szfv. MÁV, 112. Kovács Kap. Dózsa, 113. Sebestyén Nagy. Olaj, 114. Székely U. Dózsa, 115. Dömján Kap. Dózsa, 116. Kancser U. Dózsa, 117. Szalma Szoln. MÁV, 118. Pintér Szoln. MÁV, 119. Varga Csepel, 120. Korom SZVSE, 121. Surányi NYVSC, 122. Szabó Csepel, 123. Ruttkai Bp. Hon- véd, 124. Csik Bp. Honvéd, 125. Arany Csepel, 126. Papp Bp. Honvéd, 127. Hagymási Dunauj. Építők, 128. Nagy Debr. Építők, 129. Szaller Szfv. MÁV, 130. Tóth Csepel, 131. Mérei Videoton, 132. Horváth Kecsk. Dózsa

A csapatban:

bajnok: Komlói. Bányász	/Kispál, Gulyás, Szedeli, Farkas, Horváth/	89 pont
2. U. Dózsa	/Burján, Csányi, Németh, Szombathelyi, Székely/	130 "
3. KSI	/Szekeres, Szijj, Főz, Hornyacsék, Fari/	182 "
4. Bp. Honvéd	/Fábrián, Udvarhelyi, Pintér, György, Borda/	184 "
5. Vasas	/Sárközi, Szentiványi, Pigniczki, Kandikó, Bocskai/	188 "
6. Töröksenm. mgt.	/Prókai, Néposz, Kovács, Dani, Papp/	221 "
7. Győri Dózsa	/Németh, Bognár, Szilbek, Fléger, Kapcsádi/	262 "
8. Szegedi VSE	/Berkó, Grandpiere, Lázár, Pálfi, Rácz/	262 "

Serdülő 3000 m egyéni:

bajnok: Fekete János	KSI	10:17.8
2. Tóth László	SZVSE	10:40.8
3. Unger Béla	Bp. Honvéd	10:44.8
4. Tompa László	Göd. Ganz	10:49.4
5. Boda Gábor	Pécsi Dózsa	10:54.2
6. Tomosov Sándor	Csepel	10:55.8
7. Széles Menyhért	Bp. Honvéd	10:56.4
8. Lantos Gábor	Jászberény	10:59.8

9. Vanek Vasas 10:59.8, 10. Sticz Dunauj. Koh. 11:01.4, 11. Horgasi Videoton 11:02.8, 12. Bellák Kecsk. Dózsa 11:05.6, 13. Csizsár Koml. Bányász 11:08.2, 14. Farkas Nagy. Bányász 11:08.4, 15. Forvagner U. Dózsa 11:09.9, 16. Kovács Debr. Építők, 17. 18. Czigan Pécsi Dózsa, 19. Nagy SZVSE, 20. Papp Szoln. MÁV, 21. Kovács V. Lázó, 22. Monostori DVSC, 23. Bogár Csepel, 24. Varga SZVSE, 25. Böröcz Szfv. MÁV, 26. Boros Bp. Honvéd, 27. Szilágyi Debr. Építők, 28. Szabó Debr. Építők, 29. Klein MAFC, 30. Vidovics Videoton, 31. Fodor Szoln. MÁV, 32. Csel- lár Kap. Dózsa, 33. Várkonyi Kap. Dózsa, 34. Antonovics Videoton, 35. Ocsányi SZVSE, 36. Pok rovenszki NYVSC, 37. Kovács V. Lázó, 38. Urbán Bp. Honvéd, 39. Srend Siof. Bányász, 40. Zádler U. Dózsa, 41. Gelencsér Bp. Honvéd, 42. Katona Debr. SI, 43. Somenszky Koml. Bányász, 44. Nagy Debr. SI, 45. Gilágyi NYVSC, 46. Linder Koml. Bányász, 47. Závodni NYVSC, 48. Kovács Tszm. MG, 49. Fazekas KSI, 50. Turcsik Göd. EAC, 51. Gazdag Vasas SI, 52. Varga Videoton, 53. Reichen- bauer MAFC, 54. Sajdik Kecsk. Dózsa, 55. Teled Csepel, 56. Schok Koml. Bányász, 57. Kürti

SZVSE, 58. Fodor BEAC, 59. Cselovszki KSI, 60., 61. Luvig Szfv. MÁV, 62. Berényi MAFK, 63. Földi Dunaujv. Építők, 64. Hortobágyi NIVSC, 65. Szepesi Videoton, 66. Lackó Kecsk. Dózsa, 67. Dáfrány Debr. Építők, 68. Major Szfv. MÁV, 69. Molnár II. Debr. SI, 70. Nagy Dunaujv. Épít. 71., 72. Czirják Csepel, 73. Zsiga Nagyk. Bányász, 74. Nádas Tszm. mgt., 75. Havasmezei Vasas SI, 76. Gerőcs Kecsk. Dózsa, 77. Burai Debr. Építők, 78. Habony Kecsk. Dózsa, 79. Kuti Nagyk. Bányász, 80. Timár KSI, 81. Ludrovszki KSI, 82. Pallós Pécsi Dózsa, 83. Dóra Szoln. MÁV, 84. Morvai BEAC, 85. Gyulai Szfv. MÁV, 86. Konyecski Tolnai VL, 87. Gulyás KSI, 88. Tóth Vasas SI, 89. Rónai Csepel, 90. Iványi Dunaujv. Építők, 91. Lázár Dunaujv. Építők, 92. Velner Nagyk. Bányász, 93. Honyák Szoln. MÁV, 94. Szabó Debr. Építők, 95. Mezőséri U. Dózsa, 96. Posa-gai Kap. Dózsa, 97. Varga BEAC, 98. Vörös Dunaujv. Építők, 99. György Tszm. mgt., 100. Kakucs-ka Dunaujv. Építők, 101. Papp Vasas SI.

A csapatban:		
bajnok: Bp. Honvéd	/Unger, Szélas, Menyhért, Boros/	74 pont
2. Dunaujv. Építők	/Fekete, Stucz, Kovács, Turcsik/	77 "
3. Szegedi VSE	/Tóth, Nagy, Csánádi, Varga/	80 "
4. Videoton	/Horgasi, Viskovics, Antonovics, Varga/	127 "
5. Csepel	/Tomosov, Bogár, Telegi, Czirják/	150 "
6. Pécsi Dózsa	/Boda, Czifágy, Németh, Pallós/	154 "
7. Komló Bányász	/Csizsár, Semenszky, Lindner, Schok/	158 "
8. Debreceni SI	/Katona, Nagy, Szilágyi, Molnár/	182 "

Serdülő 2000 m egyéni:

bajnok: Géri Károly	Dunaujv. Kohász	6:53.4
2. Szaniszló József	Bp. Honvéd	6:57.0
3. Zakariás Gábor	KSI	6:57.0
4. Kovács János	Tolnai VL	7:04.2
5. Bogár János		7:04.2
6. Poczós Gyula	OKSE	7:04.6
7. Kispál Imre	Koml. Bányász	7:07.4
8. Bácskai András	Bp. Honvéd	7:09.0

9. Szilvas Nagyk. Olaj. 7:10.0, 10. Óvári Csepel 7:10.2, 11. Poti Bp. Építők 7:11.0, 12. Pé-ley Pécsi SI 7:11.4, 13. Rajnai Dunaujv. Kohász 7:12.8, 14. Kovács Pécsi SI 7:13.4, 15. Kolacka Dunaujv. Kohász 7:13.4, 16. Somogyi U. Dózsa, 17. Szőke Salg. Bányász, 18. Rácz Du-naujv., 19. Elek Bp. Honvéd, 20. Greksa Dunaujv. Kohász, 21. Tóth Videoton, 22. Kerényi Göd. EAC, 23. Kapitány Debr. Építők, 24. Urban Göd. EAC, 25. Csoma Pécsi Dózsa, 26. Sági Pécsi SI, 27. Török Dunaujv. Építők, 28. Bácskai ZTE, 29. Ita Pécsi Dózsa, 30. Majdan SKSE, 31. Hunyadi Vasas, 32. Cseh Pécsi SI, 33. Csontos Koml. Bányász, 34. Kádas Debr. Építők, 35. Va-laszka Dunaujv., 36. Timár Vasas SI, 37. Körpendi KSI, 38. Hegedüs BEAC, 39. Szalók Nagyk. Bányász, 40. Zóbin U. Dózsa, 41. Kálmáncsakai Kecsk. Dózsa, 42. Sági BEAC, 43. Szentgyörgyi Vasas SI, 44. Forgács KSI, 45. Varga Nagyk. Bányász, 46. Ábrahám Kecsk. Dózsa, 47. Agházi Bp. Honvéd, 48. Hódvégi Göd. Ganz, 49. Czeglő Dunaujv. Építők, 50. Tar Videoton, 51. Mike Video-ton, 52. Hitl Kaposv. SI, 53. Petrás Kecsk. Dózsa, 54. Szűcs Bp. Honvéd, 55. Nemes Balatonbög, 56. Zetner Csepel, 57. Szarvas Csepel, 58. Ungár KSI, 59. Kovács Koml. Bányász, 60. Juhász SKSE, 61. Svinhardt Videoton, 62. Fekete Vasas SI, 63. Tóth SKSE, 64. Nagy Pécsi Dózsa, 65. János Bajai MTE, 66. Petőházi Ajkai T., 67. Varga Pécsi Dózsa, 68. Máté Nagyk. Bány., 69. Torma U. Dózsa, 70. Lampé Debr. Építők, 71. Nagy Debr. Építők, 72. Földi Pécsi SI, 73. Fábian Koml. Bányász, 74. Babrányi Dunaujv. Építők, 75. Siska Csepel, 76. Farkas XI. ker SI, 77. Ambrus Kecsk. Dózsa, 78. Tamás Debr. Építők, 79. Nagy Debr. Építők, 80. Horváth Kap. SI, 81. Barabás Vasas SI, 82. Kovács Bajai MTE, 83. Vecsei Bajai MTE, 84. Horváth Kecsk. Dózsa, 85. Gics Bajai MTE, 86. Kuti Dunaujv. 87. Kovács U. Dózsa, 88. Vágner U. Dózsa, 89. Lendvai Kap. SI, 90. Völcz Bajai MTE, 91. Csepregi XI. ker. SI, 92. Kovács Dunaujv., 93. Simon Kap. SI, 94. Kulcsár Tolnai VL, 95. Straubinger Tolnai VL, 96. Fekete Tolnai VL, 97. Palcs Kap. SI, 98. Cinege SKSE.

A csapatban:

bajnok: Dunaujvárosi Koh.	/Géri, Rajnai, Valocska, Rácz/	47 pont
2. Bp. Honvéd	/Szaniszló, Elek, Agyházi, Bácska/	77 "
3. Pécsi Sportiskola	/Péle, Sági, Csáki, Cseh/	85 "
4. Gödöllői Ganz	/Bognár, Urban, Kerényi, Hódvégi/	100 "
5. Videoton	/Kovács, Tóth, Mike, Tar/	128 "
6. KSI	/Zakariás, Körpendi, Horgács, Ungár/	145 "
7. Nagyk. Olajb.	/Szilva, Szabó, Varga, Mátés/	164 "
8. Vasas SI	/Hunyadi, Fekete, Timár, Szentgyörgyi/	175 "

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. /KHL. Budapest, V. József Nádor tér 1. sz./ közvetlenül vagy csekkbefizetési lapon/ csekk-számlaszám egyéni: 61.280, közületi: 61.066/ valamint átutalással a KHL. 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



Írára

v i g y e n

dobozos **SAJTOT !**



Kondícióhoz nélkülözhetetlen
az
AMIGO
kávé