

ATLÉTIKA

OLVASÓTEREM

1972 DEC 1 2

A TARTALOMBÓL:

Köszöntjük a 75 éves Magyar Atlétikai Szövetséget !

Gyorsfutó erőfejlesztés az évi edzésciklusban

A NSZK sprinterek erőedzése

A sprintergyorsaság fejlesztése

Hibás testtartások

Gátfutás fiataloknak

Az országos serdülő összetett bajnokság eredményei

Az országos serdülő és ifjúsági váltóbajnokság eredményei

Az országos ifjúsági bajnoki pontverseny végeredménye

1972/12

ATLÉTIKA

XVI. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1972. 12. szám

KÖSZÖNTJÜK A 75 ÉVES MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉGET!

75 év - egy emberöltő !

Mennyi munka, mennyi tervezés és szervezés, mennyi siker és sikertelenség jelzi e hosszú időt !

Nehéz út volt a kezdés, az alapok lerakása, göröngyös a további munka vitele. Háromszor kellett majdnem mindent újra kezdeni, háromszor állt talpra sportágunk szövetsége, hogy a nagy vérvesztések és a háborús romok ellenére is új erőre kapjon, újra munkához lásson és folytassa a hagyományokra épülő és nemzetközi tekintélyt szerző vezetői munkáját. De mindannyiszor úrrá tudott lenni a nehézségeken, a hiányosságokon, lelket öntött a vezetőkbe és versenyzőkbe, töretlen lendülettel készült a nagy nemzetközi találkozókra.

És nem eredménytelenül !

Sikereink megmutatták, hogy a magyar vezetők és versenyzők le tudják győzni a legnagyobb nehézséget, mind vezetői, mind versenyzői vonalon tekintélyt tudnak szerezni a nagy atléta-nemzetek között is.

Vannak nehézségeink, megoldatlan problémáink, de hiszünk és remélünk, mert eddigi sikereink alapján erre jogosan számíthatunk.

Köszöntjük a 75 éves Szövetséget, mint szervezetet !

Köszöntjük azokat, akik ezen idő alatt részt vállaltak a vezetés nem mindig hálás munkájában. Köszöntjük mindazokat a társadalmi munkásokat, akik segítettek a részfeladatok megoldásában és igaz szívvél üdvözljük a nagy nemzetközi versenyek jól szerepelt versenyzőinket !

És mi, társadalmi munkások, ígérjük: továbbiakban is támogatni fogjuk tudásunkkal, igyekezetünkkel szövetségünk munkáját, hogy minél előbb töretlen lendülettel és megfelelő eredményekkel képviselhessék színeinket a nagy nemzetközi versengésben.

További eredményes munkát, sok sikert kívánunk Szövetségünknek, a MASZ-nak, vezetőinek, társadalmi munkásainak és versenyzőinek egyaránt !

S Z E R K E S Z T Ő S É G



Gyorsfutó erőfejlesztés az évi edzésciklusban

A sprinter erőfelkészítésének célja: létrehozni a fizikai felkészültség jó alapját, nemkülönben az általános és különösen a speciális erős magas szintjét. Hosszabb idő folyamán az intenzív erőmunkát megfeszített futóedzéssel összekötni veszélyes és túlerőltetéshez vezet. Éppen ezért az erőmunka uralkodó mennyisége a téli időszakokra esik, amikor a futóedzések nem túlzottan erősek.

Minél fiatalabbak és fizikailag gyengébbek a sportolók, annál több időt kell fordítanunk az általános erőfejlesztésre; minél erősebbek a sportolók, annál több időt kell szentelnünk a speciális erő és a gyorsasági állóképesség fejlesztésére.

Ki kell hangsúlyozni, helytelen volna az alapozó időszak egész első felét csak az általános erőfejlesztésre szentelni. A sprinterek edzésénél – függetlenül minősítésüktől – az általános fejlesztő gyakorlatokkal egyidejűleg, nem kevesebb figyelmet kell fordítani ugyancsak a speciális erő és az erő-állóképességet fejlesztő gyakorlatokra is. A speciális erő-állóképesség, mely pozitíven hat a gyorsaság és a gyorsasági állóképesség fejlődésére, különböző erőgyakorlatok segítségével alakul ki. Gyakorlatok nehezekekkel és anélkül, gyakorlatok medicinlabdával, ugró- és speciális futógyakorlatok. A sportolók egy-egy sorozatot a fent felsorolt gyakorlatokból gyors tempóban végezzenek, kevés pihenési szünetekkel azok között.

Az egész alapozó időszak folyamán, heti 5-6 edzés esetén heti háromszor történjék. Minden edzésfoglalkozás előtt bemelegítő futást kell tartani, vagy kosárlabdázni, mely után hajlékonysági gyakorlatokat végeztetünk, általános fejlesztő gyakorlatokat nehezekek nélkül, vagy különböző nehezekekkel. A fent felsorolt gyakorlatokat könnyű futással és lazító gyakorlatokkal váltakozva végeztetjük. Az alapozó időszak első szakaszában az edzés célja a gyakorlatok technikájának kidolgozása, továbbá ezen gyakorlatok nagy mennyiségének elvégzése. 2-3 hetes előzetes edzés után ezen gyakorlatokat már intenzívebben kell végezni. Az edzés befejező részében bevezetjük a gyors gyakorlatok sorozatait, melyek az erő-állóképesség fejlesztésére szolgálnak. Ezen gyakorlatokra fordított idő decemberben kb. 15-20 perc, majd később 20-30 percre terjedhet. Az ilyen gyakorlat-sorozatok után a sportolók ugyanolyan fáradtságot éreznek, mint a gyorsasági állóképességi edzés után.

Az alapozó időszak második szakaszában /január 1-től március 31-ig/, melyet speciális alapozási időszaknak nevezünk, az általános fejlesztő és szabad tempóban végrehajtott gyakorlatokra kevesebb időt fordítunk, viszont lényegesen több időt szentelünk az erőgyakorlatokra, melyeket fokozott tempóban végeztetünk; a többugrásos gyakorlatokat pedig nekifutásból végeztetjük, minden egyes ugrást kihangsúlyozottan. A gyakorlat-sorozatok, melyek az erő-állóképességre irányulnak, elsősorban speciális, ugyancsak nagymennyiségű ugró- és futógyakorlatokból álljanak. A gyakorlatsorozat végrehajtására szánt idő növelésével /45 percig/, egyidejűleg növekszik a gyakorlatok elvégzési gyorsasága, az ismétlések száma és még meg lehet rövidíteni a pihenésre szánt időt is. Ezen típusú edzés hasonlít a gyorsasági állóképesség fejlesztését szolgáló edzésre, melyet a gyorsfutásra specializált futók végeznek.

A sprinter erőedzése az alapozó időszakban:

November 15-től január 15-ig:

I.edzés: h é t f ő: Bemelegítő futás, vagy kosárlabda, gimnasztika nehezekek nélkül és különböző nehezekekkel, medicinlabda gyakorlatok, homokzsák és súlyzó /30-40 kg/ gyakorlatok. Az edzés időtartama másfél óra.

II.edzés: s z e r d a: Bemelegítő futás, vagy kosárlabda, hajlékonysági gyakorlatok, gáttechnika kidolgozása /76 cm-es gáttal/, ruganyosságfejlesztő gyakorlatok, speciális futógyakorlatok, erő-állóképesség fejlesztő gyakorlatok /15-20 perc/. Az edzés időtartama másfél óra.

III.edzés: p é n t e k: Bemelegítő futás, vagy kosárlabda, medicinlabda gyakorlatok, homokzsák, vagy súlyzó /30-60 kg/ gyakorlatok, erő-állóképesség fejlesztő gyakorlatsorozat /15-20 perc/. Az edzés időtartama másfél óra.

Január 16-tól március 31-ig:

I.edzés: h é t f ő: Bemelegítő futás, vagy kosárlabda, ritmikus gyakorlatok nehezekek nélkül és különböző nehezekekkel; speciális gyakorlatsorozatok az erő-állóképesség fejlesztésére /20-30 perc/.

II.edzés: s z e r d a: Bemelegítő futás, hajlékonysági gyakorlatok, gáttechnika kidolgozása, speciális sprintgyakorlatok, ruganyosságfejlesztő gyakorlatok, erő-állóképesség fejlesztő gyakorlatok sorozatban /20-30 perc/.

III.edzés: p é n t e k: Bemelegítő futás, medicinlabda gyakorlatok, ruganyosság fejlesztő gyakorlatok, speciális gyorsfutó gyakorlatok, gyorsasági állóképesség fejlesztése speciális gyakorlatsorozatokkal /45 percig/.

A gyorsfutó erő-felkészítése az április 1-től április 30-ig terjedő időszakban heti 1-2 alkalommal történjék. Ha az ellenőrző versenyeken a sportoló az erő-felkészítésben és a ruganyosságban kielégítő szintet mutat, akkor elég hetente egy edzést tartani. Ha azonban ezen szintek nem kielégítőek, akkor olyan edzéseket kell tartani hetente kétszer, melyek ezen tulajdonságokat fejlesztik. Ha a sportoló egy erőedzést tart hetenként, akkor ezt a heti ciklus elején tartassuk. Ha kettőt, akkor a hét elején és közepén. Az ilyen edzéseket lehet teremben és a sportpályán is tartani.

Ezen edzések az alapozás második szakaszának II. és III. foglalkozásával egyformák legyenek, kivéve az erő-állóképességet fejlesztő munkát.

Versenyszeredésekben az erőedzést jobbra a már megszerzett erő szinte fenntartására irányul. Hogy az erőedzés jelentős megterhelést jelent-e a sportoló szervezetének, tekintettel megfigyelhető néhány alapvető fiziológiai funkció zavarában, meg mozgászavarban is. Így az erőedzések mennyisége és az erőmunka általános százaléka a megelőző szakasszal összehasonlítva, jelentősen csökken.

Versenyszeredésekben, amikor fő feladatunk minden fizikai és pszichikai tartalék mozgósítása a heti versenyeken való részvételre, az edzés-foglalkozásokon könnyű erőedzés legfeljebb hetenként egyszer tartandó. Ezt az edzést általában a heti edzésciklus elején tartjuk, ugró- speciális futó- és gimnasztikai gyakorlatokból áll, melyeket gyors ütemben hajtanak végre, medcinlabdával és könnyű súlyzóval. Az idény legfontosabb versenyeihez jutva, azok előtt 2-3 héttel, az erőedzést megszüntetjük. Az alapvető versenyek közötti időszakban, részben a nyári edzőtáborokban, az edzés munka mennyisége újból növekszik. Az erőedzés hatékonyságának ellenőrzésére ellenőrző gyakorlatokat végeztetünk. Az alapozó időszak kezdetén /november végén/, majd január közepén és március végén, ajánlatos ellenőrző gyakorlatokat tartani, melyek a következő elemekből állnak:

1. A felugrás magasságát mérni Ablakov módszerével;
2. helyből ötös ugrás /3 kísérlet/;
3. nyújtón függésből lábak felemelése, míg a lábfej a nyújtóvasat megérinti /az ismétlések száma/;
4. hasonfekvésből karokkal és lábakkal való egyidejű elrugaszkodás /az ismétlések mennyisége/;
5. hasonfekvésből rögzített lábféjekkel felemelkedni térdelésbe és visszatérés a kiindulási helyzetbe /a lábszár hajlító izmainak ellenőrzése/.

A gyorsasági erőállóképesség második, bonyolultabb ellenőrzését az alapozó időszak közepén és végén lehet elvégezni. Ez olyan gyakorlatokból álljon, melyeket az edzés ideje alatt a teremben erőirányzattal végeztek. Ez az ellenőrzés 10 gyakorlat elvégzésén alapul, közöttük maximális pihenés-szünetekkel. A tesztek összeállítása első sorban a speciális gyakorlatok beszámításával történjék. Ezért a következő gyakorlatokat lehet felhasználni:

1. Ötösuprás helyből /3 kísérlet/;
2. gyors szakírás /30-35 kg-a/ súlyzóval, 10 ismétlés, a lábak nyújtva;
3. hasonfekvésből rögzített lábféjjel felemelkedés térdelésbe és visszatérés a kiindulási helyzetbe /10 ismétlés/;
4. hanyattfekvésből a lábukat a fej mögé emelni, majd vissza a kiindulási helyzetbe és azonnal átmenet ülőhelyzetbe nyújtott lábakkal /10 ismétlés/;
5. mélyguggolásból 10 magas felugrás, visszaérkezés a kiindulási helyzetbe;
6. nyújtott függésből a lábak felemelése a nyújtó szintjéig, vagy /a jobban felkészülteknek/ a lábak felemelése a maximális lehetséges magasságig /10 ismétlés/;
7. 3x20 m futás magas térdemeléssel;
8. hasonfekvésből kezekkel és lábakkal elrugaszkodás /10 ismétlés/;
9. 10 mély meghajlás a lábak behajlítása nélkül;
10. 10 felugrás súlyzóval /30-35 kg/ a vállakon egész lábféjen való guggolásból.

A fent felsorolt tesztek az egész edzési folyamat helyességének mértékéül szolgálnak. Ha valamely soros ellenőrzés eredménye lényegesen alacsonyabb a megelőzőnél, mely a sportoló kimerültségéről tanuskodik, ideiglenesen csökkenteni kell az eddigi terheléseket.

/A cikket írta: A. Kruczaliak. Megjelent a Lekko Atletyka 1970/11. számában. Fordította Kelemen Erika, a MASZ könyvtárosa/

Az NSZK sprintereinek erőedzése

Ismeretes, hogy gyorsfutásban a gyors másodperceket csak meghatározott fizikai tulajdonságok birtokában lehet elérni, melyek közül legfontosabb az erő. A gyorsfutó erőfelkészítésének fontosságát nem szükséges bizonyítani. Az erőfejlődés magas szintje elősegíti a kiemelkedő eredmények elérését. Napjainkban ezek a problémák jelentős figyelmet keltenek. Lapunk e számában közölt cikkünk: "Az NSZK sprintereinek erőedzése" arról tanuskodik, hogy a specialisták nem rendelkeznek egységes nézőponttal ebben a kérdésben, a sprinterek erőfelkészítése lényeges változások során ment keresztül. Míg nemrég a sportolók edzéseikben lényegében a nehézatletikai háromtusa gyakorlatait használták fel szubmaximális súlyok alkalmazásával, addig napjainkban az erőfelkészítés jobban specializálódott és magába foglal nemcsak súlyterheléssel végzett gyakorlatokat, hanem ugrógyakorlatokat is, futás partner ellenállásával, futást nehezített körülmények között, stb. Ennek alapján feltételezhető, hogy az alább közölt cikk érdeklődésre számíthat sprinter-specialisták körében.

L. Bartenyev,
érdemes sportmester.

Milyen helyet foglal el az erőedzés a legjobb NSZK sprinterek felkészítésében és milyen eszközöket használnak hozzá? Ezekre a kérdésekre adott választ az alábbi kérdésív, melyet az NSZK 25 legjobb futója töltött ki, akiknek legjobb eredménye 100 m-en 10.0 - 10.5 mp-ig terjed. A megkérdezett atléták között szerepelnek: G. Metz /szül.: 1941/ =

10.1; K.H.Klotz /1950/, F.P.Hoffmeister /1951/, K.Ehl /1949/ = 10.1; G.Wucherer /1948/, M.Lätzelter /1940/, G.Nickel /1946/, M.Schumann /1951/ = 10.2, nemkülönben a távolugró csúcstartó /835/ J. Schwarz /1941/ és még mások.

A súlyterheléssel végzett gyakorlatokat tartalmazó edzések mennyisége:

A sprinterek nagy többsége súlyzós gyakorlatokat csak az alapozó időszakban iktat be edzéseibe.

időszak:	kihagyja:	h e t i e d z é s m e n n y i s é g		
		első	második	harmadik
első alapozó idő- szak január 1-ig	5 futó	7 futó	11 futó	2 futó
második alapozó i- dőszak ápr.1-ig	5 futó	7 futó	13 futó	0
harmadik alapozó időszak szept.1-ig	17 futó	7 futó	1 futó	0

A súlyzóval végzett gyakorlatok közül leggyakrabban használt a következő három: váltott lábon szökdelés, többes ugrások és guggolások súlyzóval a vállon. Az első két gyakorlat főképpen a gyorsasági erő fejlesztésére szolgál, az utolsó pedig az abszolút erő fejlesztésére.

Erőgyakorlatok:

A súlyzógyakorlatok mennyisége és a nehezekek súlya folyamatosan növekszik, a második alapozó periódus közepén eléri a maximális nagyságot. Ezután a mennyiségek csökkenni kezdenek, mely lehetőséget ad az összes súlyzógyakorlat gyorsasági erő fejlesztésére való felhasználására. Így pl.: J.Schwarz-nál a többes ugrásoknál a maximális súlyterhelés súlya eléri a 70 kg-ot, guggolásoknál a 120 kg-ot. A versenydőszak alatt a többes ugrások elvégzése 50 km-ig terjedő súlyokkal történik. Őt atléta használ fel 50 kg-ot el nem érő súlynehezéket: 6 atléta 80 kg-ot /Metz, Klotz, Wucherer és mások/, 3 atléta 120 kg-ot /Hoffmeister, Schwarz és Lätzelter/, 4 atléta pedig 150 kg felett /Knobloch, Nickel és mások/.

A maximális terhelések nagysága a gyakorlatoktól függően változik. Így pl. a váltott lábon végzett szökdelések 80 kg-ot meg nem haladó súlyterheléssel történnek. Schwartz, Hoffmeister és még mások néhányan az u.n. "piramis"-t használják edzésükben /a nehezekek súlyának fokozatos növelése, majd csökkentése az egy foglalkozás alatt végzett gyakorlatoknál/, ahol a nehezekek mennyiségét úgy határozzák meg, hogy egy sorozatból 6-10 ismétléssel robbantott erő kifejtéssel tudjanak végezni. Példaképpen bemutattuk M.Lätzelter egy februári gyorsasági erőfoglalkozásának edzéstervét: Ugrások súlyzóval 8x50, 8x60, 6x70, 6x80, 6x70, 10x50 kg.

Azok a sprinterek, akik kisebb súlyokkal /50 kg-ig/ dolgoznak, általában nem változtatják a súlyzók súlyát egy foglalkozás alatt.

A sportolók egész sora /Metz, Klotz és többen/ időnként statikus gyakorlatokat is végeznek, melyek dinamikus gyakorlatokkal váltakoznak. Egyes sprinterek izokinetikus gyakorlatokat is bekapcsolnak néha edzéseikbe. Csak négy futó használ rendszeren fekvő szakítást, lökést és nyomást. A sok edző által ajánlott circuit-edzést csak 5 futó alkalmazza, mellesleg inkább erőállóképesség fejlesztésére irányozva, mint a gyorsasági erő javítására.

Speciális gyakorlatok:

A kérdőívet kitöltő sprinterek 80 %-a széleskörűen alkalmazza a nehezekek nélküli, sokszoros szökdelések ciklikus sorozatait, főképpen az elrugaszkodás technikájának és gyorsaságának tökéletesítése miatt.

Ezeket a gyakorlatokat az alapozó időszak heti edzésciklusának tervébe 25 atléta közül 22 iktatta be.

A speciális állóképesség fejlesztésére kitűnő eszközként szolgálnak a rövid sprinter futások nehezített körülmények között: pl. futás hegynek fölfelé, vagy lépcsőn lefelé, vagy társ ellenállásával szemben, 8 futó - köztük Klotz, Wucherer és Metz - alkalmazza a hegynek felfelé futást és mellőzi a néhány edző által ajánlott lépcsőfutást, mert ez leszűkíti a lépéshosszt.

Az NSZK sprinterek erőfelkészítésének komplexumába tartoznak a rajt-felgyorsítások is. Ezek a gyakorlatok azonban az alapozó időszakban csak ritkán szerepelnek, ugyanakkor a versenydőszakban jelentős helyet foglalnak el. Az edzéseken szerepel ugyanakkor a 10-50 m-ig terjedő résztávok lefutása is. Az ismétlések száma a résztáv hosszától függ. Wucherer, Klotz és mások pl 8-10x20-30 m-t futnak egy edzésen.

Az NSZK edzői a sprinter-erő edzésének kérdésében nem jutottak el egységes nézetre. Ezt bizonyítja pl. M. Hoster olyan irányú véleménye, mely szerint a fentebb említett sprinterek az esetek részében könnyelműen elhanyagolják a "piramis-rendszer" szerinti erőfelkészítést és az izokinetikus gyakorlatokat, holott ezek - az ő nézete szerint - a maximális effektust biztosítják minimális idővesztéssel mellett.

/A cikk megjelent az NSZK-ban megjelenő "Leichtathletik" 1971. anyagaiból összeállítva a Ljogkaja Atletika 1972/5. számában. Fordította: Kelemen Erika, a MASZ könyvtárosa./

A sprintergyorsaság fejlesztése

A sprinterek gyorsasági erőtulajdonságainak fejlesztését szolgáló tanácsok zömével a felnőtt, vagy férfi ifjúsági sportolók edzéseire vonatkoznak, ugyanakkor ezen tulajdonságok fejlesztésének módszere az ifjúsági és serdülő lányok részére nincsenek megfelelően kidolgozva.

Napjainkban több munka jelent meg, melyek alátámasztják azt az elméletet, hogy a gyorsasági erőtulajdonságok fejlesztését ifjúsági, illetőleg serdülő korban kell elkezdni /R.Motüljanszkaja, V.Filin, V.Topcsijan, stb/. Az eddigi kísérletek adatait elemezve, méltán feltételezzük, hogy a legfiatalabb korban kifejlesztett gyorsasági erőtulajdonságok előnyös alapot szolgálhatnak a későbbiekben a jó eredmények eléréséhez, továbbá az edzés gyorsasági-erő ráirányítotttsága határozottan előnyösebb lesz, mint a "tiszta" gyorsasági felkészítés.

Kísérleti munka célja volt meghatározni a gyorsaság fejlesztésének kor szerinti dinamikáját és megalapozni a gyorsasági erőtulajdonságok fejlesztésének módját a gyorsfutásra készülő ifjú és serdülő lányok korcsoportjai részére. 1967-ben alakítottunk 2 lánycsoportot /13 - 13.5 évesek/, súlyra és magasságra relative egyforma lányokból, csoportonként 20-20 fővel.

A kísérleti csoportban a gyorsaság fejlesztésére növelt mennyiségben gyorsasági erő és erőgyakorlatokat használtunk, így többek között hegynek felfelé futást, felfutva a táv sima részére /30-60 m/, többszörös ugrások, szökdelések egy lábon /20-30 m/, rajt nehezített övvel, vagy mellénnyel, homokon futás, hóban futás, különböző gyakorlatok könnyebb súlyzóval. A kísérleti csoportban ezen gyakorlatok mennyisége meghaladta a háromszorosát azon gyorsasági erőgyakorlatok mennyiségének, melyeket a kontroll-csoport végzett.

A kontroll-csoportban a gyorsaság fejlesztésére lényegében a megismételt futást használtuk maximális és majdnem maximális gyorsasággal: rajtból kifutás 50-100 m-re, járásból futás 20-50 m, futás lejtőn felfelé, a mozgás gyorsaságára irányuló gyakorlatok, térdelő rajtból való futás rövid /15-20 m/ távolságra. Ezen futómunka mennyisége több, mint háromszorosa volt annak a futómunka mennyiségnek, melyet a kísérleti csoportban végeztek. Így lehetőségünk volt összehasonlítani a két gyorsaságnevelő módszer eredményességét.

Mindkét csoport tagjai a kísérleti idő lefolyása alatt egy és ugyanazon kontroll tesztet végeztek: a maximális gyorsaság meghatározására 20 m-t futottak járásból /az időt elektromos óra rögzítette 0.01 sec.pontossággal/, ugyanakkor megállapítottuk a lányok lépésszámát a távon, a lépések hosszát és a futás tempóját. Ezenkívül a lányok 60 és 100 m-t futottak. A sportolók gyorsasági erőfelkészítésének szintjét a következő ellenőrző gyakorlatok segítségével állapítottuk meg: távolugrás helyből, hármassugrás helyből, magasugrás /Ablakov módszere szerint/.

A csoportoknál hetenként 4-4 edzést tartottunk. Az alapozó időszakban a kísérleti csoport heti edzésciklusa a következő volt:

Első nap: Technika tökéletesítése; gyorsaság és speciális állóképesség fejlesztése. Bemelegítés. Futás felgyorsításokkal 3-4x50-60 m. Futás lépésből 5-7x30 m. Futás jelzéseken rövidített lépésekkel a mozgásgyorsaság fejlesztésére 5-6x25 m. Guggoló-rajtk 6x15-20 m. Tömöttlabda gyakorlatok. Ismételt futás 3-4x40 m. 4x120-150 m. Befejező lassú futás.

Második nap: Gyorsasági erőfelkészítés. Bemelegítés. Futás felgyorsításokkal. Ismételt futás nehezekkel /homokzsák a vállon/. Többszörös ugrások: 10x30 m, /100 ugrásnak felel meg/. Ismételt futás 3x50 m 3/4 erőből. Befejező futás.

Harmadik nap: Speciális és általános állóképesség fejlesztése. Bemelegítés. Futás felgyorsításokkal 3x100 m. Ismételt futás 5-6x150 m. Aktiv pihenő 10 perc. Fartlek 20 perc. Befejező futás.

Negyedik nap: Gyorsasági erőfelkészítés. Bemelegítés. Futás felgyorsításokkal. Guggoló-rajt 3-4x30 m. Szökdelések nehezekkel: mindegyik lábon 10 ugrás /a nehezek súlya 2.5 - 3 kg/. Mélybeugrás és azonnal visszaugrás: 2-6x8 ugrás. Súlyzógyakorlatok: lökés 3x20 kg /2 sorozat/, előrehajlások a súlyzó rúdja a vállon /10 kg/ 6-10x, guggolás 2x10 /időre/. A csípő hátsó izmait fejlesztő gyakorlatok. Ismételt futás 3x40 m 3/4 erőből. Befejező futás.

A versenyidőszakban a heti edzésciklus a következő volt:

Első nap: A technika tökéletesítése, a gyorsaság fejlesztése. Bemelegítés. Speciális futógyakorlatok. Térdelőrajt 5-6x30 m. Jelzéseken futás rövidített lépésekkel 5x60 m. 5 futólépésből távolugrás 5-7x, 7 futólépésből 3-4x, teljes rohamból 4x. Ismételt futás 5x50 m. Befejező futás.

Második nap: Technika tökéletesítése, gyorsasági erőfelkészítés. Bemelegítés. Futás felgyorsításokkal. Gátfutók alapozó gyakorlatai: 4x40-45 m. Gátfutás térdelőrajtból 3-4x45 m. Hegynek felfelé futás 5x40 m. Ugrógyakorlatok /ugrások gátakon keresztül/. Ismételt futás fűvön 3-4x50 m. Befejező futás.

Harmadik nap: Speciális és általános állóképesség szintjének emelése. Bemelegítés. Futás felgyorsításokkal. Váltott futás 4x50 m., közben 150 m lassú futással /2 sorozat/. Fartlek 20 percig. Futás felgyorsításokkal 6-7x40 m, 3/4 erővel. Befejező futás.

Negyedik nap: A futás erőteljességének növelése. Bemelegítés. Speciális futógyakorlatok 3x40 m. Gyors többszörös ugrások 3x40 m, futás lépésből 3x30 m. Futás jelzéseken 4x40 m. Súlyzógyakorlatok 25 kg-s súlyzóval: hajlongások, félguggolásból felugrások, terpeszállásban kilengések. Lábfej, bokaizület erősítő gyakorlatok 20-25 kg-s súlyllyal. Befejező futás.

A kétéves kísérlet eredményeit a következőkben foglalhatjuk össze:

Ezalatt az idő alatt a kísérleti csoportban a lányok átlageredménye a járásból 20 m-es futásban 2.61-ről 2.3-ra javult /a javulás 0.31/, a kontroll csoportban 2.61-ről 2.45-re /a javulás 0.16/. Térdelőrajtból 60 m futásban az átlagidő javulása a kísérleti csoport tagjainál 1.4 /9.3-ről 7.9-re/, az ellenőrző csoportnál 0.6 /9.2-ről 8.6-ra/. A 100 m-es távon az átlageredmény a kísérleti csoportban 1 mp-et javult /14.0-ről 13.0-ra/. A lányok egyike 12.4-et futott. A kontroll csoportban a javulás 0.4 sec./14.1-ről 13.7-re/. Itt a legjobb eredmény 13.1 volt.

Ami a gyorsasági erőfejlesztés indexeit illeti, azok természetesen jobbak voltak a kísérleti csoportnál. Távolugrásban az eredmény megnőtt 20 cm-rel /a kontroll csoport 8 cm-ével szemben/, hármassugrásban 115 cm-rel /a kontroll csoport 22 cm-ével szemben/ és magasugrásban 6 cm-rel /a kontroll csoport 3 cm-ével szemben/.

Igy a kísérletek eredményei a következő megállapításokat jelentik: a kísérlet folyamán kiderült, hogy a gyorsaság nivójának fejlesztésére irányuló módszerek közül a gyorsasági erőmódszer nagyobb eredményességet mutat, mint az ismételt futás módszere, ahol a rövid szakaszokat maximális és szubmaximális gyorsasággal többször lefutották. Együtt a kísérleti csoport heti edzésterveit ajánlhatjuk, mint általános útmutatót a serdülő és ifjúsági sprinterekkel való munkában.

A cikket írta V. Trubnyikov, sportmester, aspiráns. Megjelent a Ljogkaja Atlatika 1971/1 számában. Fordította Kelemen Erika, a MASZ könyvtárosa./

Hibás testtartások

A sportolók, de még a többpróbázók között is - akik pedig a fizikai tökéletesség mintaképének számítanak - találkozunk néha bizonyos testtartású sportolókkal, akik ennek ellenére, állhatatosságuk és kitartó edzőmunkájuk jóvoltából, kiváló eredményeket érnek el. Ezen tények újból kihangsúlyozzák az emberi szervezet rendkívüli kiegyenlítő képességét.

A támasztó mozgásrendszerre ható fizikai terhelések - s ezen belül a gerincoszlop - kifejezetten formaalakító hatással vannak. A fizikai terhelések reacionális alkalmazása pozitív változásokat hoz létre, ugyanakkor ezen terhelések ésszerűtlen alkalmazása negatív hatást gyakorol a gerincoszlopra, mely különféle patológiás elváltozást hoz létre /skoliózis, lordózis, skifózis és egyéb testtartáshibák/.

Az irodalmi forrásmunkákban ezen kérdéseknek jelentős figyelmet szentelnek. A tudósok nagy csoportjának erőfeszítései nyomán /G.I. Turner 1927-1929; A.B. Handelsmann, O. Sz. Bojkova, K.F. Zelkevics 1951; M.I. Kuszlík 1956, N.V. Golovinszkaja 1960; A.F. Kaptelon 1956; H. Groch 1967-1971; K. Franke 1966; Sz. Sckermann 1964, stb./ kidolgozták a testtartáshibák diagnosztikáját, gyógyítását és megelőzését. Ezen kísérletek nagy többsége azonban komoly patológiás elváltozással foglalkozik. Jelen cikkünkben szeretnénk megállapodni azon elváltozásokon, melyek normális körülmények között még nem jelentenek kiugró elváltozást, de sportoló esetében, a modern edzésterhelések mellett, már jelentkeznek a mozgások szokott biomechanizmusának megváltozása és mikrosérülések képében.

A testtartás hibáinak okai igen sokrétűek. Itt csak a külső okokat említjük meg, melyek összefüggnek a testnevelés hibáival és a fizikai terhelések értelem nélküli alkalmazásával. Így pl. az iskolás gyermekek helytelen testtartása, vagy a törzshöz viszonyított aszimmetriás gyakorlatok /diszkosz, gerely, súly, hármassugrás/ skoliózishoz vezethetnek: a musc. dorsalis és a musc. ilio-pectineus fejlesztésére irányuló gyakorlatok túlzásba vitele elősegíti a lordózis fejlődését, stb. Így a sportolók a gerincoszlop elferdülésének egyik vagy másik formáját szerezhetik meg. Mivel azonban a fiatal szervezet alkalmazkodási lehetőségei igen nagyok, kialakulhat e hiányosság teljes működési ellensúlyozása. A szervezetben kialakult változásokról a sportoló legtöbbször nem is tud, minthogy ezek egyelőre nem mutatkoznak.

Az edzésterhelések és a sportgyakorlat növekedésével azonban a meglévő elváltozások olyan zavarra állhat elő, mely különböző kóros jelenségekben és ennek megfelelően a sportoló panaszaiban nyilvánul meg. Megkezdődik ekkor a sürgős gyógykezelés, mely általában tünetszerű jelleget visel, a sérülés valódi okait /pl.: a gerinc deformálódását/ kísérő okokkal cserélik fel /hideg idő, rossz bemelegítés, a fegyelem megszegése, rossz szerek, vagy felszerelések, stb./.

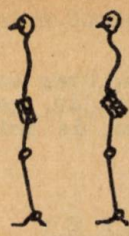
Ha azonban csak ilyen gyógykezelést alkalmazunk a sérülés valódi okának felszámolása nélkül, akkor ezen elváltozások lényegesen megváltoztatják az atléta további életútját.

Nézzük meg az atlétáknál leggyakrabban előforduló hibás testtartásokat s ezek kihatását a sportoló egészségére és eredményeire.

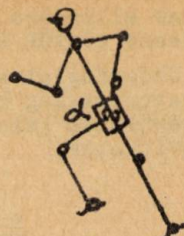
SKOLIOZIS: A hibás testtartás olyan formája, mely a gerinc elferdülését frontális síkban hozza létre /Lásd 1. számú rajzot/. Az ilyen sportolóknál a gerincoszlop meghajlított oldalán fejlettebb izmokat találunk, melyek gyakran a törzs izomerejének aszimmetriás fejlesztése következményeképpen jönnek létre. Felbomlik a gerincoszlop normális helyzete, melynek következtében megváltozik a vállak és a csípő tengelyének elhelyezkedése. A csípő tengelye frontális síkban elfordul és észrevehetően megváltoztatja a begyakorlott sportágmozgások biomechanizmusát.



1.rajz



2.rajz



3.rajz



4.rajz

A csípőtengely elfordulása miatt az egyik láb mintegy rövidebb lesz, mely a jobb és bal lábról való ellépés különböző hosszúságában nyilvánul meg. Aszimmetrikus és kevésbé hatásos lesz a futás. A csípőtengely 5°-os elfordulása a "lábhosszúságban" 3 cm különbséghez vezet, 2°-os elfordulás 1.5 cm különbséget jelent. Ennek megfelelően a lépéshossz a "hosszú" lábról a "rövidebb" lábra 4-5 cm-re lesz kisebb az első és 2 cm-rel kevesebb a második esetben. A csípőtengelyt meg lehet tartani fiziológiai helyzetében a törzs megfelelő oldalizmainak kiegészítő feszítésével, ez azonban nem gazdaságos, azonkívül elmerevedést hoz létre és csökkenti a mozgásbegyakorlottság hatásosságát.

A skoliozis orvosi szempontból még veszélyesebb. Ezek a gerincoszlop egyes szakaszaiban az erő kifejtés eltolódását váltják ki: egyik oldalról a szövetek kinyúlása, a másik oldalon pedig összehúzódása alakul ki. Megnövekszik a terhelés a kevésbé mozgékony artikulatio sacro-iliaca-ra, ennek eredményeképpen különböző fájdalomérzések lépnek fel derék- és csípőtájon, melyek a nervus ischiadicus mentén tovább terjedhetnek.

Skoliozis esetén a csigolyaközi idegcsomópontok és ideghálózatok a gerincoszlop derék- és keresztcsont szakaszán kisebb sérülést szenvedhetnek, mely az izomszabályozáson és feszültségi állapotán tükröződhet vissza és melyeket a csípő- és ülőideg beidegez. A normális beidegzés sérülésének következményeként a csípő hátsó izomcsoportjában előforduló kisebb-nagyobb sérülések elemzése azt mutatja, hogy ezek a helyes testtartású atlétáknál kevésbé fordulnak elő (lásd a táblázatot).

LORDÓZIS: ugyancsak a testtartás hibáinak egyik formája, mely a gerincoszlop derék-szakaszának túlságos behajlásában jelentkezik (2. számú rajz). Minél nagyobb a gerincoszlop behajlása, annál jelentősebb a csípő helyzetének változása: a csípő hátra megy. Az ilyen elferdülés mellett a sportolók hátizmai rendszerint erősek, hasizmai pedig viszonylag gyengék és nem tudnak ellenállni a csípő elfordulásának.

Az elferdült gerincoszlop és a csípő megváltozott helyzete a biomechanikus összefüggések felbomlásához vezet, csökkenti a begyakorolt mozgások elvégzésének eredményességét a következő okok miatt:

a helytelen testtartás hibákat okoz a futás technikájában (megjelenik a jellegzetes görbület a vállak hátrahúzásával), melyek eredményeként az elrugaszkodás nem lesz tökéletes a következő mozdulathoz (lásd 3. számú rajzot). Minél jobban hátul van a csípő, annál nagyobb erő kifejtést kell fordítani a csípőemelésre, minthogy α szöge kisebb β szögnél. A mozdulatok kötöttek, merevek és előnytelenek lesznek. Az ilyen eltérésre jellemző a csípő kisebb kivezetése futás közben és az alszár túlzott kilendítése.

A mozgás biomechanikájának megváltozásával a lordózis jó feltételeket teremt kisebb és nagyobb sérülések keletkezésére. A gerincoszlop deréki szakasza érzékenyebb válik a különböző ütődésekre, melyek az embert általában érik a mindennapi életben, főleg pedig a sporttal való foglalkozás közben. A csigolyák közötti korongok nem kapnak egyenlő terhelést, a csigolyák közötti ízületben a legnagyobb meghajlásnál a mozgások meghaladják a fiziológiai lehetőségeket, a környező szövetekben kis sérülések léphetnek fel.

Ennek következtében a derék táján különböző fájdalomok keletkeznek: derék-kereszt-táji radiculitisek (lumbago), ischio-radiculitis, a csípő hátsó izomcsoportjainak sérülései, stb. Számtalanszor észlelhetjük, hogy azon sportolóknál, akik lordózisra hajlamosak, a csípő hátsó izomcsoportjai gyakrabban sérülnek.

Igy a hibás testtartás jelentős mértékben korlátozza az atlétát magasabb szintű eredmények elérésben. Ennek ellenére a sport gyakorlatában kevés figyelmet szentelnek rá. Az edzők és orvosok nem mindig jutnak el a lényegig, hanem elszigeteltnek tekintik az egyik, vagy másik betegséget, vagy a technika hibáját, nem elemzik annak okait, s ezért az általános törvényszerűségek különálló tényekre esnek szét és észrevétlenek maradnak.

Az érintett probléma elmélyült tanulmányozást igényel mind az orvosok, mind a biomechanika tudósai részéről, de az a tudásszint, mellyel rendelkezünk, már most lehetővé teszi egy sor megelőző módszer alkalmazását, melyek révén klinikailag kimutathatjuk a sportoló hibás testtartását.

Az adott elváltozások megelőzésének alapelve abban áll, hogy a támasztó-mozgásrendszer különböző részeiben a meglévő aránytalan erőfejlődést az elmaradt izmok fizikai gyakorlataival - helyi ráhatás révén - kiküszöböljük. Pl.: a lordózisnál feltétlenül szükséges a has egyenes és ferde izmait megerősíteni, hogy ezek a csípőt rögzítve, ellent tudjanak állni a gerincoszlop deréktáji túlzott meghajlásának. Számításba véve az emberi szervezet magas fokú alkalmazkodási lehetőségeit, a gyakorlatok alatt feltétlenül figyelni kell a mozgás formáján kívül az erőfeszítések irányának helyességére is, ellenkező esetben a gyakorlat a jól fejlett együttműködő izmok működését korlátozza és teljesen elveszti valódi értékét. Alapvető meghatározást adnak a gyakorlatok helyes ki-

választásában a gyakorlat elvégzése után érezhető szinte jóleső rájadalomérzetek azon izmokban, melyek erősítését tűztük ki célul.

Az elmondottakat összefoglalva: látható, hogy az atléták hibás testtartásai megváltoztatják a mozgásgyakorlottság biomechanikáját, jelentős hajlamossági tényezőt képeznek kis és nagyobb sérülések keletkezéséhez, de ami a legfontosabb, fizikai gyakorlatok révén idejében javíthatók.

T Á B L Á Z A T :

A sérülések gyakorisága hibás testtartás esetén

A sérülések fajtái	A sérülések gyakorisága %-ban		
	normális gerincoszlop	skoliózis	lordózis
A csípő hátsó felületi izmainak sérülése	22	35	43
Hátsérülés	20	42	38

/A cikk megjelent a Ljogkaja Atletika 1972. 5.számában. Irta dr. G.V.Vorobjov, a szovjet válogatott vezető orvosa. Fordította Kelemen Erika, a MASZ könyvtárosa./

Gátfutás fiataloknak

Engedjék meg, hogy az ifjúsági fiúk gátfutó szabályzatával, versenyeztetésével foglalkozzak. Tudom, egy versenyág szabályzatát túl gyakran változtatni nem helyes, de ha az idő eljár felette, szakmailag is lehet kifogásolni és az akkor felhozott indoklás - hogy megfelelő fellendülést hoz majd - 3 év alatt nem nagyon mutatkozott, talán elegendő ok a változtatás javaslatára.

Míg lányoknál a távolságok és a magasságok változtatása évfolyamról-évfolyamra megfelelőnek látszik, az első pillantásra néhány szemebetűnő jelenséget észlelhetünk:

"Rövid gáton":

fiú serdülő "B"	13-14 év:	80 gát	8 gáttal	12 - 8 - 12 m távolság	76.2 cm magas,
fiú serdülő "A"	15 év:	100 gát	10 gáttal	13 - 8.5 - 10.5 m táv.	91.4 cm magas,
	16 év:	110 gát	10 gáttal	13.72-9.14-14.02 m táv.	91.4 cm magas,
férfi ifjúsági	17-18 év:	110 gát	10 gáttal	13.72-9.14-14.02 m táv.	91.4 cm magas,
			/nem bajnoki táv !/		
		110 gát	10 gáttal	13.72-9.14-14.02 m táv.	106 cm magas.

"Hosszú gáton":

fiú serdülő "B"	13-14 év:	ugyanaz, mint fent,			
fiú serdülő "A"	15-16 év:	200 gát	10 gáttal	16 - 19 - 13 m távolság	84 cm magas,
férfi ifjúsági	17-18 év:	310 gát	7 gáttal	45 - 35 - 55 m távolság	91.4 cm magas,
		400 gát	10 gáttal	45 - 35 - 40 m távolság	91.4 cm magas,
			/nem bajnoki táv !/		

1. Sem a távolságok, sem a magasságok emelése évről-évre nem folyamatos.
2. A férfi ifjúságiaknál nincs 200 m-es gátfutás, holott a serdülő "A" kategóriában és a felnőtteknél is van.
3. Mindkét "ifjúsági gáton" vannak u.n. nem bajnoki távok, illetve magasságok, amelyek a versenynaptárban - helyesen - csak kiegészítésként, tehát kevés alkalommal, szerepelnek.

Már az évfolyambeosztásokon is lehetne változtatni, bár ez a fiatalok számára szabályzatát összefoglalva érintené /az IEV-n egyébként láttuk, hogy ha most változtatnánk, akkor is elkéstünk volna/. Általában a szociális országokban a fiúknál 12-13, 14-15, 16-17 évfolyamos beosztás használatos különböző elnevezésekkel, a 18 évesek már felnőttek, illetve juniorok, de ugyanez a helyzet az USA-ban és az NSZK-ban is. Ezek szerint módosulnak a gáttávok, magasságok is, de - mint említettem - ez átfogóbb probléma.

1. Javaslat a folyamatosabb távolság, illetve magasságemelésre:

"Rövid gáton":

fiú serdülő "B"	13 év:	80 gát	8 gáttal	12 - 8 - 12 m távolság	76.2 cm magas,
	14 év:	80 gát	8 gáttal	12 - 8 - 12 m távolság	84 cm magas,
fiú serdülő "A"	15 év:	100 gát	10 gáttal	13 - 8.5 - 10.5 m távols.	84 cm magas,
	16 év:	100 gát	10 gáttal	13 - 8.5 - 10.5 m távols.	91.4 cm magas,
férfi ifjúsági	17 év:	110 gát	10 gáttal	13.72-9.14-14.02 m táv.	91.4 cm magas,
	18 év:	110 gát	10 gáttal	13.72-9.14-14.02 m táv.	99.06 cm mag.,

Tehát előbb növelném a távolságokat és csak utána a magasságokat. A mai szabályzatához viszonyítva, részben mások a távok, magasságok, egészen új azonban /csak nálunk/ a 18 éveseké. Külföldön vegyesen 16-tól 18 éves korig már régen, 15-20, sőt van, ahol 30 éve használatos. Egyébként is természetesebbnek hat ez a fokozatos emelés, mint 16-ról 17 éves korra a 15 cm-es magassítás. Annak idején, amikor egy nem túl épületes nyilvános vitában arra hivatkozva, hogy csak a korai magasságemelés hozhat ezen a távon fejlődést, döntöttek a 106 cm-es ifjúsági gátmagasság mellett, még nem láthattuk az akkori és a mai 3 évvel későbbi ranglistát.

A 3 évvel ezelőtti és a mai ifjúsági 110 m gátas ranglistát összehasonlítva, úgy tűnik, csak a természetes fejlődés következett be, ugrásszerű - ettől a nagy emeléstől - nem. Valószínűleg nem véletlen, hogy az u.n. "gátfutó nemzetek" a férfi ifjúságiaknál ezt a magasságot alkalmazzák. Talán nálunk is kevesebb lenne a szökdelés, ugrálás és rossz lendítés. Bár ez a kisebb probléma, de az összetett versenyzőknek is feltétlenül segítséget nyújtana ez az alacsonyabb magasság a helyes gátfutás megtanulásához. A jobb ifjúsági versenyzők az új aranyjelvényes szinteket /külön a 17 és 18 évesek részére/ elérve, természetesen indulhassanak a felnőttek minden, vagy meghatározott 106 cm-es gátversenyén, így a valóban legjobb fejlődést sem gátoljuk.

Az új gátmagasság megvalósítása technikai plusszal járna, hiszen a nálunk használatos gátak jó részét ismét át kellene fúrni, de egyszer "varrjunk már gombot a kabát-ra". Ugy gondolom, az új távolságok és magasságok megvalósítása versenyeken, versenybíráinknak és jól képzett rendezőinknek nem lehet probléma.

"Hosszú gáton":

fiú serdülő "B"	13-14 év: lásd a fenti javaslatot,
fiú serdülő "A"	15 év: 200 gát 10 gáttal 18.29 - 18.29 m távol. 76.2 cm magas,
	16 év: 200 gát 10 gáttal 18.29 - 18.29 m távol. 76.2 cm magas,
férfi ifjúsági	17 év: 200 gát 10 gáttal 18.29 - 18.29 m távol. 76.2 cm magas,
	320 gát 8 gáttal 45 - 35 - 30 m távol. 84 cm magas,
	18 év: 200 gát 10 gáttal 18.29 - 18.29 m távol. 76.2 cm magas,
	320 gát 8 gáttal 45 - 35 - 30 m távol. 91.4 cm magas.

2. Itt már jobban megoszlanak a távok, illetve a magasságok külföldön. Van 300 m-es, 330 yardos, 180 yardos táv, de Európában is majdnem mindenhol megtalálhatjuk a 200 m-es távot ifjúságiak részére is. Abban azonban elvileg mindenhol látunk egyezést, hogy van egy "könnyebb" 200 m-es táv, alacsonyabb és egy "hosszabb" 300 m körüli, magasabb gátakkal. Itt nem egyezik véleményem azokkal a szakemberekkel, akik szerint a 200 m gát nem hasznos ifjúsági korban. Lehet, hogy a hosszú gátra speciálisan nem mindenki tud felkészülni 200 m-es gátfutó munkával, de a 200 m-es gátnak nem csak ez a célja. A 200 m-es gátfutás egyik alapköve az általános - és nem csak a fiatalkorú - gátazásnak. Ezt - gondolom - nem szükséges külön bizonygatni és indokolni a valóban gátfutó szakemberek előtt. Arról nem is beszélek, hogy a serdülő és a felnőtt 200 m gátfutást nyilván célszáttal tartottuk meg, az ifjúságiaknál történt kihagyás a folyamatosságot szakítja meg. Egyébként az évek során ez a táv az egyik legkedveltebb serdülő futószám lett, és az a bajnokságon is nagy létszámú, izgalmas futamokat láthattunk. A 16, illetve 18.29 m-es első gáttávolság hasonló rajt-, ritmus- és lépéshossz problémákon és megoldásokon vezet át a növekvő lábhoz és erejű gátfutót, mint a "rövid" gát 12, 13 és 13.72 m-es első gáttávolsága. Az "új" 200 m-es gátközi távolságokat pedig 9, 8 és végül a jobb alkatiak 7 lépéssel tudnák majd megtenni. A 320 m-es gáttávolságról, illetve a gátak száma ságról sokat lehetne vitázni, de a 310 m-es gátfutás ritmusa, illetve a gátak száma sem azonosítható a felnőtt 400 m-es gátfutás viszonyaival. Itt is megfelelő szintek eléérése esetén, lehetőséget kell adni a legjobbaknak a 400 m-en történő indulásra.

3. Az új javaslat minden fent leírt versenytávot egyúttal bajnoki távnak is javasol, tehát csak egyesületi versenyekre "ítélt" gáttávok ne legyenek, mert ezek keves számukkal semmilyen szerepet nem töltenek be.

A gátfutás problémakörén túl, szükség lenne a magyar atlétikának egy átfogó, átgondolt, új, fiatalok versenyeztetési szabályzatára, talán ez is segítené kimozdítani mélypontjáról atlétikánkat.

Dózsa György

KEDVES ELŐFIZETŐNK!

Lapunk legközelebbi száma közli az 1972. évi legjobb eredményeket, a serdülő "B" kategória országos bajnokságának eredményeit és a serdülő bajnoki pontverseny végeredményét. Az 1973. évi első és második szám összevontan jelenik majd meg 1973. január végén, ha a rangsorok összeállítása nem fog késedelmet szenvedni.

Minden kedves Előfizetőnknek és Olvasónknak a közelgő 1973. évre sikerekben gazdag, boldog új esztendőt kíván a

S Z E R K E S Z T Ő S É G

Az országos összetett bajnokság eredményei:

13 éves serdülő lányok összetett versenyében

/100, súlylökés, magasugrás/

bajnok:

1. Marczi Erika	Bp. Honvéd	/14.0, 10.10, 150/	2049 pont
2. Barthá Angéla	Salg. Kohász	/13.1, 8.47, 141/	1979 "
3. Tóth Gabriella	U. Dózsa	/13.5, 8.06, 146/	1931 "
4. Tompai Györgyi	Vasas SI	/14.2, 9.47, 146/	1927 "
5. Ruff Márta	U. Dózsa	/14.1, 9.31, 141/	1873 "

6. Hegedűs Katalin	Pécsi SI	/14.0,	10.05,	135/	1870 pont
7. Ács Éva	Köml.Bányász	/13.9,	8.41,	144/	1869 "
8. Hartmann Á.	Köml.Bányász	/14.0,	8.21,	146/	1859 "
Mohai Ágnes	Kecskeméti SI	/13.9,	8.02,	146/	1859 "
10. Kelemen Rita	Egri Dózsa	/14.0,	7.09,	152/	1825 "
11. Kovács Anikó	Bp.Honvéd	/13.5,	8.77,	130/	1796 "
12. Anka Éva	U.Dózsa	/14.2,	8.50,	141/	1793 "
13. Zelenka Klára	Dunaujv.Koh.SI	/13.8,	7.96,	138/	1777 "
14. Vadas Cecília	Kaposvári SI	/13.7,	6.57,	146/	1756 "
15. Fodor Ildikó	Szegedi SI	/13.5,	7.28,	135/	1730 "
16. Tóth Ágnes	Miskolci SI	/13.8,	8.43,	130/	1716 "
17. Fekete Gabriella	KSI	/14.7,	8.34,	141/	1705 "
18. Szűcs Erzsébet	Dunaujvárosi SI	/14.7,	7.05,	150/	1692 "
19. Medgyesi Katalin	Nagyk.Ped.SI	/13.7,	7.00,	130/	1668 "
20. Fischer Erzsébet	Bp.Honvéd	/13.7,	7.53,	130/	1658 "
21. Maczkó Gabriella	FTC SI	/13.6,	7.34,	130/	1656 "
22. Cserpán Csilla	Pécsi SI	/13.9,	7.85,	130/	1651 "
23. Veréb Ilona	Miskolci SI	/13.9,	7.70,	130/	1639 "
24. Fazekas Beáta	Szolnoki SI	/14.1,	6.61,	141/	1636 "
25. Jancsa Mariann	Vasas SI	/14.8,	8.10,	138/	1634 "
26. Platz Mária	Vasas SI	/14.3,	7.61,	135/	1631 "
27. Varga Emilia	Kiskunfélegyh.	/14.1,	7.90,	130/	1623 "
28. Medzai Anikó	U.Dózsa	/13.6,	6.32,	135/	1617 "
29. Krupincze Erika	Nyíregyh.SI	/14.2,	7.96,	130/	1612 "
30. Orbán Izabella	Pécsi SI	/14.8,	9.01,	130/	1609 "
Ábrahám Zsuzsa	Pécsi Dózsa	/14.6,	7.88,	135/	1609 "
32. Adamik Csilla	Kecskeméti SI	/13.9,	8.84,	120/	1599 "
33. Kiss Zsuzsa	Miskolci SI	/14.1,	7.45,	130/	1584 "
34. Küködi Zsuzsa	Soproni Textil	/13.8,	6.85,	130/	1573 "
35. Bérczi Anna	FTC SI	/14.1,	7.79,	125/	1549 "
36. Füzi Zsuzsa	Petőh.Kinizsi	/15.2,	8.78,	130/	1535 "
37. Sárközi Hajnal	KSI	/15.1,	8.44,	130/	1520 "
38. Nemes Erzsébet	KSI	/14.6,	9.15,	120/	1514 "
Zámboszkó K.	Bakony Vegyész	/14.2,	6.91,	130/	1514 "
40. Bácskai Rita	Bakony Vegyész	/14.1,	7.35,	125/	1509 "
41. Mustos Györgyi	Pécsi SI	/15.1,	8.26,	130/	1505 "
42. Marton Ildikó	Haladás VSE	/15.0,	8.09,	125/	1490 "
43. Horváth Edit	Haladás VSE	/14.5,	6.81,	130/	1459 "
44. Vede Erika	Kecskeméti SI	/14.4,	6.80,	125/	1408 "
45. Farkas Erzsébet	Kecskeméti SI	/14.8,	7.16,	125/	1384 "
46. Fecka Rózsa	Dunaujv.Koh.SI	/14.7,	7.23,	120/	1336 "
47. Mészáros Katalin	BVSC	/14.8,	6.62,	125/	1330 "
48. Siklósi Éva	Haladás VSE	/14.7,	6.87,	120/	1300 "
49. Szabó Júlia	Debreceni SI	/14.4,	6.41,	120/	1299 "
50. Vajda Mária	FTC SI	/15.0,	6.47,	125/	1287 "
51. Csajághy Bea	Debreceni SI	/15.9,	7.42,	125/	1261 "
52. Kovács Magdolna	Soproni Textil	/14.8,	5.78,	125/	1246 "
53. Horváth Bea	Soproni Textil	/15.2,	6.57,	120/	1199 "
54. Salamon Éva	Kaposvári SI	/14.6,	5.60,	120/	1188 "
55. Juhász Éva	Köml.Bányász	/15.3,	7.64,	110/	1141 "
56. Zsoldos Mária	Petőh.Kinizsi	/15.0,	5.76,	120/	1146 "
57. Cs.Kovács Mária	Kecskeméti SI	/14.8,	5.37,	120/	1135 "
58. Dudvas Ildikó	Kincsesbánya	/15.2,	7.12,	110/	1105 "
59. Alexa Zsuzsa	BEAC	/14.7,	6.31,	110/	1095 "
60. Nedves Magda	Dunaujv.SI	/15.8,	7.14,	110/	1027 "
61. Németh Kornélia	Kincsesbánya	/16.4,	7.60,	110/	999 "
62. Szabó Ágnes	Dunaujv.SI	/15.8,	6.48,	110/	961 "
63. Balajzi Éva	Debreceni SI	/14.5,	8.02,	- /	975 "
64. Balogh Vera	Debreceni SI	/16.4,	5.56,	120/	945 "
65. Juvanocs Ilona	Petőh.Kinizsi	/15.6,	4.23,	110/	756 "
66. Sükösd Éva	Kincsesbánya	/15.4,	6.25	- /	677 "

A csapatban bajnok:

U.Dózsa	/Tóth, Ruff, Anka/	5597 pont
2. Bp.Honvéd	/Fischer, Kovács, Morczy/	5503 "
3. Vasas	/Tompay, Platz, Jancsa/	5192 "
4. Pécsi SI 5130, 5.Miskolci SI 4939, 6.Kömlői Bányász 4869, 7.Kecskeméti SI 4866, 8. Dunaujvárosi Kohász SI 4805, 9.KSI 4739, 10.FTC 4492, 11.Szombathelyi Haladás 4249, 12. Soproni Textil 4018, 13.Debreceni SI 3535, 14.Petőházi Kinizsi 3437, 15.Kincsesbánya 2781.		

14 éves serdülő lányok összetett versenyében

/100, súlylökés, magasugrás/

bajnok:

Bernáth Judit	FTC	/13.1,	9.34,	140/	2036 pont
2. Molnár Ágnes	KSI	/13.5,	9.63,	144/	2033 "
3. Szabó Zsuzsa	Haladás VSE	/13.3,	8.47,	144/	1978 "

4. Batta Tünde	FTC	/14.1,	9.71,	144/	1938	pont
5. Halmos Zsuzsa	Dunaujváros	/13.6,	8.35,	144/	1915	"
6. Janák Mária	Bajai Vasas	/14.7,	10.65,	144/	1913	"
7. Bélai Emese	Gyul.Medosz	/14.2,	7.50,	158/	1899	"
8. Tiszavölgyi A.	Bp.Honvéd	/14.1,	11.07,	130/	1886	"
9. Zöldesi Anikó	Nyiregyháza	/13.4,	7.43,	144/	1871	"
10. Szálas Zsuzsa	Debreceni SI	/14.4,	8.79,	148/	1868	"
11. Hartmann Rita	Soproni Textil	/13.4,	9.43,	130/	1864	"
12. Dorozsmai Anna	Pécsi SI	/14.1,	8.01,	144/	1853	"
13. Lovas Katalin	Csongrád	/13.7,	9.12,	135/	1852	"
14. Farkas Edit	Csepel	/15.1,	10.50,	144/	1844	"
15. Juhász Erzsébet	Szolnoki SI	/13.2,	7.86,	135/	1837	"
16. Boda Júlia	Debreceni SI	/14.7,	11.98,	130/	1839	"
17. Pólya Éva	FTC	/13.7,	8.76,	135/	1824	"
18. Csüri Zsuzsa	Gyul.Medosz	/13.6,	9.35,	130/	1823	"
19. Orosházi Ágnes	Debreceni SI	/14.0,	9.19,	135/	1807	"
20. Zsembereszký Zs.	Pécsi SI	/13.9,	8.88,	135/	1800	"
21. Lamala Ágnes	KSI	/14.0,	8.88,	135/	1784	"
22. Pagányi Zsuzsa	Pécsi SI	/13.6,	7.79,	135/	1760	"
23. Butor Klára	Komárom	/14.0,	8.44,	135/	1747	"
24. Győri Erzsébet	Debreceni SI	/14.6,	8.66,	140/	1735	"
25. Kardos Andrea	KSI	/14.4,	10.71,	125/	1726	"
26. Ajtai Éva	Bakony Vegyész	/14.0,	8.63,	130/	1709	"
27. Gulyás Ibolya	Koml.Bányász	/15.7,	9.46,	144/	1691	"
28. Szulncse Erzsébet	Soproni Textil	/14.3,	8.96,	130/	1680	"
29. Háring Katalin	Dunaujváros	/13.7,	7.69,	130/	1672	"
30. Nagy Mária	Kecskeméti SI	/13.7,	7.64,	130/	1668	"
31. Horváth Lilla	Petőh.Kinizsi	/14.1,	8.30,	130/	1657	"
32. Pap Teréz	FTC	/14.6,	9.23,	130/	1655	"
33. Marsi Edit	Gyul.Medosz	/14.7,	8.45,	135/	1641	"
34. Varga Katalin	Mezőtúri AC	/14.5,	9.69,	125/	1640	"
35. Gréczi Éva	U.Dózsa	/15.3,	8.71,	140/	1639	"
36. Göre Tünde	BVSC	/13.5,	7.64,	125/	1637	"
Kiss Rita	FTC	/14.0,	8.65,	125/	1637	"
38. Sági Piroska	Bajai Vasas	/14.1,	7.23,	135/	1625	"
39. Szabó Márta	BKV Előre	/14.4,	8.35,	130/	1625	"
40. Váczi Magda	Pápai Textiles	/14.3,	8.14,	130/	1612	"
41. Tokai Júlia	Oroszl.Bányász	/14.2,	7.18,	135/	1604	"
42. Berzsényi Zita	Szegedi SI	/14.7,	8.74,	130/	1602	"
43. Biró Edit	Pécsi SI	/14.7,	7.68,	135/	1577	"
44. Timusz Katalin	Bajai Vasas	/14.6,	8.11,	130/	1565	"
45. Kuntsár Ibolya	Oroszl.Bányász	/13.7,	7.10,	125/	1550	"
46. Barka Magda	Bp.Epitők	/15.8,	9.03,	135/	1537	"
47. Rácz Zsuzsa	Bakony Vegyész	/14.8,	7.29,	135/	1525	"
48. Juhász Zsuzsa	Ganz Mávag	/13.6,	8.10,	115/	1516	"
49. Kocsis Zsuzsa	Debreceni SI	/14.6,	10.14,	115/	1514	"
50. Tordai Magda	Oroszl.Bányász	/15.2,	7.72,	135/	1509	"
51. Bedenszky Zsuzsa	Bp.Honvéd	/13.5,	7.78,	115/	1506	"
52. Mucsi Márta	Szegedi SI	/14.9,	8.66,	125/	1502	"
53. Szlátky Erzsébet	Ganz Mávag	/13.9,	8.95,	125/	1501	"
54. Havasi Ilona	Bp.Epitők	/14.4,	7.74,	125/	1499	"
55. Orbán Teréz	Bp.Epitők	/14.0,	8.49,	115/	1481	"
Gál Csilla	BVSC	/13.5,	6.07,	125/	1481	"
57. Nagy Valéria	Kerekegyháza	/14.3,	7.26,	125/	1469	"
58. Fehér Edit	Dunaujváros	/15.5,	9.27,	125/	1466	"
59. Szabó Katalin	Debreceni SI	/14.4,	9.03,	115/	1463	"
60. Bodrogi Ilona	Ganz Mávag	/13.4,	6.99,	115/	1449	"
61. Varga Judit	Soproni Textil	/14.5,	7.29,	135/	1442	"
62. Buzás Rozália	Kecskeméti SI	/15.1,	6.66,	135/	1420	"
63. Mátrai Erika	Szegedi SI	/13.8,	7.33,	115/	1414	"
64. Börcsök Mária	Vasas SI	/15.0,	7.23,	130/	1428	"
65. Timmer Erika	Bakony Vegyész	/14.5,	6.74,	125/	1387	"
66. Farkas Erika	Kecskeméti SI	/14.8,	6.48,	130/	1381	"
67. Rákosa Ildikó	Koml.Bányász	/14.6,	6.56,	125/	1354	"
68. Magó Andrea	Kecskeméti SI	/14.9,	6.27,	130/	1346	"
69. Barát Erzsébet	Kincsesbánya	/14.5,	7.56,	115/	1327	"
70. Czauner Zita	BVSC	/14.4,	7.10,	115/	1296	"
71. Vadicskó Zsuzsa	Dunaujváros	/14.4,	6.70,	115/	1256	"
72. Bendó Erika	Bp.Epitők	/14.1,	6.12,	115/	1244	"
73. Peredi Katalin	Vasas SI	/15.5,	6.43,	125/	1214	"
74. Gargyán Ildikó	Szegedi SI	/14.1,	8.49,	- /	1075	"
75. Tóth Ágnes	Kecskeméti SI	/13.8,	6.80,	- /	971	"
76. Tóth Ibolya	Bakony Vegyész	/16.1,	6.90,	- /	653	"

A csapatban bajnok:

FTC SI	/Bernáth, Bata, Pólya/	5798	pont
2. KSI	/Molnár, Lamala, Kardos/	5543	"
3. Debreceni SI	/Széles, Boda, Orosházi/	5514	"
4. Pécsi SI 5413, 5. Gyul. Medosz 5363, 6. Bajai Vasas 5103, 7. Dunaujvárosi Kohász 5053,			

8.Soproni Textiles 4986, 9.Debreceni SI B/. 4712, 10.Oroszl.Bányász 4663, 11.Bakony Vegyész 4612, 12.Szegedi SI 4518, 13. Bp.Építők 4517, 14.Kecskeméti SI 4469, 15.Ganz Mávag 4466, 16. BVSC 4414.

15 éves serdülő lányok összetett versenyében

/80 gát, súly, magas, távol, 300/

bajnok:

Kósa Erika	KSI	/13.2,	10.01,	149,	512,	43.9/	3758	pont
2. Siska Xénia	Vasas SI	/11.9,	7.73,	153,	483,	43.1/	3756	"
3. Orosz Krisztina	KSI	/12.5,	8.22,	153,	504,	45.8/	3635	"
4. Kling Györgyi	Nagyk.Pedagógus	/12.9,	7.72,	153,	496,	43.6/	3630	"
5. Eger Zsuzsa	Győri Dózsa	/12.9,	8.52,	153,	484,	45.1/	3591	"
6. Forgó Katalin	Csongrád SC	/13.6,	7.89,	163,	516,	49.3/	3464	"
7. Csőke Katalin	Tiszafüred	/13.0,	10.20,	135,	494,	47.2/	3432	"
8. Bánk Rita	Vasas SI	/13.3,	7.97,	140,	496,	44.2/	3425	"
9. Glocz Magda	KSI	/12.8,	7.14,	145,	487,	45.0/	3410	"
10. Gubán Gabriella	Dunaujv.Kohász	/13.9,	8.80,	163,	447,	48.4/	3366	"
11. Szűcs Ibolya	Dunaujv.Kohász	/13.5,	10.15,	153,	439,	49.9/	3325	"
12. Nyárádi Zita	Bakony Vegyész	/13.4,	7.75,	145,	482,	47.6/	3264	"
13. Hegyesi Eva	Bcs.Előre Spart.	/14.1,	8.62,	140,	461,	45.2/	3253	"
14. Varga Zsuzsa	BVSC	/13.9,	10.74,	140,	440,	48.1/	3252	"
15. Forintos Karola	Vasas SI	/13.3,	7.76,	140,	477,	48.0/	3187	"
16. Matzák Mária	KSI	/14.0,	7.47,	149,	442,	46.1/	3182	"
17. Kasza Blanka	Nyiregyh.SI	/13.1,	7.38,	135,	457,	46.4/	3137	"
18. Ritter Katalin	Sopr.Textiles	/14.2,	8.34,	140,	442,	46.6/	3110	"
19. Mázik Zsuzsa	Dunaujv.Kohász	/14.0,	8.75,	135,	472,	48.3/	3105	"
20. Laskai Erika	Debreceni SI	/13.9,	7.31,	135,	443,	44.4/	3096	"
21. Németh Gabriella	Oroszl.Bányász	/15.6,	8.61,	135,	489,	48.1/	2997	"
22. Kitzár Mária	Dunaujv.Kohász	/16.5,	9.78,	145,	457,	49.7/	2990	"
23. Csordás Piroška	Szolnoki SI	/14.5,	8.65,	135,	440,	47.9/	2981	"
24. Pélei Bernadett	Pécsi SI	/14.2,	6.91,	135,	441,	45.5/	2970	"
25. Horváth Anikó	Soproni Textil	/14.2,	6.96,	130,	459,	45.5/	2959	"
26. Gyöngy Ibolya	Szolnoki SI	/15.1,	6.17,	135,	457,	43.9/	2938	"
27. Kovács Mária	Debreceni SI	/14.2,	7.14,	130,	428,	45.0/	2918	"
28. Mohai Mária	Pécsi SI	/13.8,	7.91,	135,	422,	48.7/	2911	"
29. Nyul Márta	Sopr.Textiles	/14.0,	7.21,	135,	419,	46.7/	2908	"
30. Erős Zsuzsa	Nagyk.Pedag.	/14.9,	8.15,	135,	420,	47.3/	2875	"
31. Horváth Klára	KSI	/16.3,	5.60,	145,	465,	45.1/	2864	"
32. Sándor Hedvig	Pécsi SI	/15.0,	6.52,	153,	439,	50.3/	2861	"
33. Szokolai Valéria	Dunaujv.Kohász	/15.5,	6.73,	135,	472,	47.4/	2832	"
34. Kiss Ilona	FTC	/14.9,	6.19,	130,	479,	46.5/	2830	"
35. Mayer Anna	Oroszl.Bányász	/14.6,	8.06,	130,	394,	45.8/	2826	"
36. Balk Aranka	Ganz Mávag	/15.4,	6.51,	130,	436,	44.6/	2789	"
37. Varró Mária	Vasas SI	/15.3,	6.86,	140,	433,	48.2/	2785	"
38. Mózer Edit	Videoton	/18.7,	6.97,	135,	453,	44.7/	2703	"
39. Bojtör Mária	Debreceni SI	/15.9,	6.48,	135,	456,	48.4/	2693	"
40. Kruchie Gabriella	Kecskeméti SI	/15.2,	5.53,	130,	442,	47.4/	2603	"
41. Oláh Orsolya	Szolnoki SI	/15.2,	7.51,	120,	423,	48.8/	2541	"
42. Megyesi Edit	Nagyk.Pedagógus	/15.8,	7.59,	135,	340,	47.0/	2537	"
43. Szoboszlai Judit	Debreceni SI	/16.8,	5.86,	135,	400,	46.9/	2483	"
44. Tizekker Edit	Ganz Mávag	/18.8,	7.66,	130,	376,	48.4/	2320	"
45. Vovesz Gizella	Bakony Vegyész	/16.8,	6.44,	120,	398,	49.4/	2227	"
46. Zsámbóki Anna	Kecskeméti SI	/ - ,	8.21,	130,	418,	48.3/	2209	"
47. Farkas Márta	Oroszl.Bányász	/17.5,	5.78,	135,	396,	52.1/	2200	"
48. Csaba Ildikó	Ganz Mávag	/14.5,	5.84,	- ,	413,	48.4/	2181	"
49. Merász Ilona	Kecskeméti SI	/17.4,	9.06,	135,	361,	59.5/	2163	"
50. Keller Márta	Bakony Vegyész	/16.5,	7.91,	- ,	403,	52.6/	1803	"

A csapatban bajnok:

KSI	/Kósa, Orosz, Glocz/	10803	pont
2. Vasas SI	/Siska, Bánk, Forintos/	10368	"
3. Dunaujvárosi Kohász	/Gubán, Szűcs, Mázik/	9796	"
4.Nagyk.Pedagógus 9042, 5.Soproni Textiles 8977, 6.Pécsi SI 8742, 7.Debreceni SI 8707, 8.Szolnoki SI 8460, 9.Oroszlányi Bányász 8023, 10.Bakony Vegyész 7294, 11.Ganz Mávag 7290, 12.Kecskeméti SI 6975.			

16 éves serdülő lányok összetett versenyében

/100 gát, súly, magas, távol, 300/

bajnok:

Klenoczky Beáta	Vasas	/14.6,	9.29,	172,	573,	44.6/	4206	pont
2. Lehner Zsuzsa	Bp.Honvéd	/16.7,	9.28,	150,	530,	44.9/	3653	"
3. Patinszky Andrea	Balatonfüred	/16.9,	10.85,	165,	481,	48.4/	3639	"
4. Hanny Judit	Nagyk.Pedagógus	/15.5,	7.06,	145,	504,	41.9/	3613	"
5. Bakonyi Piroška	Bp.Spartacus	/16.9,	9.50,	145,	502,	45.4/	3505	"
6. Szankovits Zsuzsa	Miskolci SI	/17.9,	8.26,	145,	526,	43.8/	3472	"
7. Bádi Katalin	Szegedi SI	/16.3,	8.33,	150,	466,	46.8/	3369	"
8. Gergely Ildikó	Vasas	/17.2,	8.42,	145,	485,	46.0/	3329	"
9. Nagy Erzsébet	Bakony Vegyész	/16.9,	7.85,	135,	489,	45.8/	3204	"
10. Cseh Kornália	U.Dózsa	/18.3,	8.22,	140,	498,	46.8/	3173	"
11. Máté Vera	U.Dózsa	/20.0,	7.69,	154,	471,	45.5/	3167	"

12. Kiss Erzsébet	U.Dózsa	/19.8,	9.56,	145,	464,	48.1/	3100	pont
13. Bán Valéria	Vasas	/19.2,	10.06,	145,	457,	49.3/	3106	"
14. Koronczi Krisztina	Vasas	/17.6,	6.43,	145,	454,	45.6/	3064	"
15. Fodor Judit	Debreceni SI	/18.9,	10.49,	135,	425,	47.3/	3034	"
16. Óbert Erzsébet	Pécsi SI	/17.9,	7.04,	135,	461,	45.2/	3015	"
17. Hajas Mária	KSI	/18.4,	6.95,	154,	457,	49.7/	2991	"
18. Balpataki Ilona	Mezőtúri AFC	/19.0,	7.69,	140,	454,	46.9/	2966	"
19. Somogyi Márta	Bakony Vegyész	/19.2,	6.43,	140,	467,	45.5/	2935	"
20. Sztankó Gyöngyi	Debreceni SI	/18.5,	8.83,	135,	425,	48.1/	2901	"
21. Nagy Zsuzsa	Szegedi SI	/17.8,	7.92,	125,	462,	47.6/	2868	"
22. Rakonczai Éva	Mezőtúri AFC	/19.7,	9.21,	125,	488,	50.2/	2807	"
23. Hegedűs Erika	Szh.Haladás	/20.8,	6.94,	145,	460,	48.4/	2802	"
24. Tóth Irén	Vasas	/18.1,	6.66,	125,	443,	45.1/	2797	"
25. Kovács Kinga	U.Dózsa	/18.2,	8.70,	140,	410,	52.3/	2772	"
26. Bakos Piroska	Szegedi SI	/18.3,	7.18,	125,	419,	45.0/	2770	"
27. Berenczi Márta	KSI	/18.8,	6.45,	135,	464,	48.5/	2764	"
28. Széll Margit	KSI	/20.4,	9.45,	140,	425,	51.9/	2741	"
29. Hegyi Mária	Mezőtúri AFC	/19.1,	6.91,	136,	461,	51.2/	2671	"
30. Garai Emese	Vasas	/25.3,	8.00,	140,	497,	49.6/	2659	"
31. Németh Anna	Bakony Vegyész	/17.8,	7.77,	-	513,	43.6/	2636	"
32. Pósfai Anna	KSI	/19.5,	6.61,	135,	410,	48.0/	2613	"
33. Kúri Katalin	Kecskeméti SI	/17.9,	6.87,	125,	457,	51.2/	2611	"
34. Menyhért Erzsébet	U.Dózsa	/20.7,	7.68,	145,	398,	51.8/	2569	"
35. Domokos Erzsébet	Debreceni SI	/25.2,	6.62,	135,	420,	44.3/	2515	"
36. Domokos Gizella	Szegedi SI	/19.2,	7.89,	-	453,	49.6/	2133	"
37. Koós Éva	Vasas	/19.4,	8.10,	-	415,	52.3/	1929	"
38. Pfaller Anna	BEAC	/18.7,	-	145,	-	- /	1317	"

A csapatban bajnok:

Vasas A/.	/Klenoczky, Bán, Gergely/	10641	pont
2. U.Dózsa	/Cseh, Máté, Kiss/	9440	"
3. Szegedi SI	/Bódi, Nagy, Bakos/	9007	"
4. Bakony Vegyész	8775, 5. Vasas B/.	8520, 6. KSI	8496, 7. Debreceni SI 8450, 8. Mezőtúri AFC 8444.

13 éves serdülő fiúk összetett versenyében

/ 100, súlylökés, magasugrás/

bajnok:

Németh Ferenc	Szh.Haladás	/12.4,	9.30,	166/	1358	pont
2. Szakács Tibor	Sopr.Textiles	/12.8,	10.14,	160/	1310	"
3. Tarsoly Imre	Szolnoki SI	/12.7,	10.07,	140/	1181	"
4. Kozák László	Szolnoki SI	/12.9,	8.97,	156/	1135	"
5. Will István	Pécsi SI	/13.5,	10.29,	151/	1116	"
6. Szalai Miklós	Gyöngyösi SI	/13.1,	8.84,	154/	1068	"
7. Gaál József	Pápai Textiles	/13.0,	9.14,	148/	1055	"
8. Szórádi Lajos	Pápai Textiles	/13.0,	10.08,	135/	1017	"
9. Kapcsos László	KSI	/12.9,	9.40,	135/	967	"
10. Kovács Attila	Gyöngyösi SI	/13.6,	8.70,	151/	941	"
11. Kerper Zoltán	Pápai Textil	/13.4,	8.55,	148/	928	"
Fábián Béla	Mezőtúri AFC	/12.8,	9.90,	125/	928	"
Tóth Ferenc	Szegedi SI	/13.8,	8.68,	148/	877	"
14. Sass László	Pécsi SI	/13.6,	9.05,	140/	865	"
15. Fister József	Gyöngyösi SI	/13.0,	7.96,	140/	856	"
16. Retter Tamás	Koml. Bányász	/13.3,	8.40,	140/	849	"
17. Rozsits József	Sopr. Textiles	/13.4,	9.53,	130/	841	"
18. Ottó György	Koml. Bányász	/13.7,	7.90,	148/	815	"
19. Keresztes Mihály	Pécsi SI	/13.5,	8.88,	135/	813	"
20. Gál Dénes	Szolnoki SI	/13.3,	7.79,	140/	788	"
21. Hajdú Attila	Pécsi SI	/13.4,	7.84,	140/	776	"
22. Szalai Lajos	KSI	/13.8,	8.12,	135/	689	"
23. Horváth Attila	Sopr. Textiles	/13.6,	8.26,	130/	682	"
24. Barlai Sándor	Sopr. Textiles	/13.5,	8.09,	130/	681	"
25. Bánhegyi György	Pécsi SI	/13.8,	7.45,	140/	673	"
26. Horváth János	Petőh. Kinizsi	/13.6,	7.57,	135/	666	"
27. Demeter István	Csepel	/13.0,	8.98,	- /	665	"
28. Hadarics Zoltán	Petőh. Kinizsi	/13.4,	7.68,	130/	656	"
29. Knoll Tibor	Kecsk. Dózsa	/13.6,	7.42,	135/	651	"
30. Szendesi Ferenc	KSI	/13.4,	8.08,	125/	642	"
31. Mátraházi Imre	BKV Előre	/13.4,	6.35,	140/	636	"
32. Rácz József	Kecsk. Dózsa	/13.5,	7.48,	130/	620	"
33. Priger István	U.Dózsa	/14.0,	7.66,	135/	613	"
34. Breckler Zoltán	Koml. Bányász	/14.2,	6.58,	148/	607	"
35. Jakab Ferenc	Vasas	/13.4,	7.53,	125/	587	"
36. Terjék Zoltán	Szolnoki SI	/14.0,	7.71,	130/	565	"
37. Marton Lajos	Szolnoki SI	/13.9,	6.08,	140/	544	"
38. Blága László	Debreceni SI	/13.9,	7.12,	130/	521	"
39. Maracskó Pál	Dunakeszi SI	/14.2,	7.26,	125/	436	" /
Rácz Zoltán	Vasas	/14.2,	6.72,	130/	587	" /
41. Gulyás Ferenc	Kaposvári SI	/14.6,	6.73,	135/	434	"
42. Farkas László	Debreceni SI	/13.7,	7.76,	- /	427	"

43. Molnár Ferenc	Dunaujváros	/14.0,	5.22,	125/	363 pont
44. Halász Károly	Ganz Mávag	/14.5,	4.92,	130/	345 "
45. Szoboszlai János	Dunaujváros	/14.6,	5.76,	130/	331 "
46. Pálczér László	Debreceni SI	/14.4,	6.39,	125/	328 "
47. Patraus Zsolt	Kecsk.Dózsa	/15.2,	5.06,	135/	304 "
48. Takács István	U.Dózsa	/14.6,	-	125/	277 "
49. Szenei László	Dunaujváros	/14.8,	5.48,	125/	249 "
50. Hekli István	Petáh.Kinizsi	/15.0,	5.86,	125/	223 "

A csapatversenyben bajnokok:

Szolnoki SI	/Tarsoly, Kozák, Gál/	3104 pont
2. Pápai Textiles	/Gál, Kerpöl, Szórádi/	3000 "
3. Gyöngyösi SI	/Szalai, Kovács, Fister/	2865 "
4. Soproni Textiles	2833, 5. Pécsi SI 2794, 6. KSI 2298, 7. Komló Bányász 2271, 8. Kecskeméti Dózsa 1575.	

14 éves serdülő fiúk összetett versenyében

/100, súlylökés, magasugrás/

bajnokok:

Balla István	U.Dózsa	/12.1,	9.98,	154/	1369 pont
2. Fejes Csaba	Mosonmagyaróvár	/12.6,	9.85,	165/	1365 "
3. Pecsényi Sándor	VM Egyetértés	/13.2,	10.18,	170/	1339 "
4. Fontos Péter	Szegedi SI	/13.1,	11.25,	158/	1332 "
5. Császár Csaba	Sopr.Textiles	/12.6,	9.30,	165/	1310 "
6. Veres István	Miskolc	/12.0,	10.31,	135/	1230 "
7. Saskói Alfonz	Csepel	/12.3,	11.92,	130/	1229 "
8. Tóth Tibor	Csepel	/12.4,	8.80,	154/	1192 "
9. Karagics Mátyás	Kecsk.Dózsa	/13.8,	10.17,	158/	1125 "
10. Mórincz Imre	BEAC	/12.4,	9.28,	140/	1099 "
11. Nagy Rudolf	KSI	/13.1,	9.30,	150/	1074 "
12. Edelmayr János	U.Dózsa	/13.0,	10.10,	140/	1070 "
13. Gácsi Ferenc	Koml.Bányász	/13.3,	9.39,	150/	1049 "
14. Krukk Tibor	U.Dózsa	/12.6,	9.06,	140/	1039 "
15. Lerch Imre	Koml.Bányász	/13.1,	10.36,	135/	1028 "
16. Sebestyén László	KSI	/12.9,	11.52,	130/	1026 "
17. Timmer Róbert	KSI	/12.7,	8.90,	140/	1004 "
Balaton József	Tat.Bányász	/12.4,	8.84,	135/	1004 "
19. Kárpáti Zoltán	Kecsk.Dózsa	/12.9,	8.70,	145/	999 "
20. Ember Sándor	Debreceni SI	/12.7,	7.82,	150/	997 "
Kövesdi László	KSI	/14.1,	11.35,	140/	997 "
22. Pethő Zoltán	Sopr.Textiles	/12.8,	8.39,	145/	986 "
23. Nemes Zoltán	Debreceni SI	/13.0,	9.58,	135/	967 "
24. Nyári László	Pécsi SI	/13.1,	7.97,	150/	941 "
25. Schrankó Jenő	Debreceni SI	/13.9,	9.76,	145/	940 "
26. Kámi Zoltán	Soproni Textiles	/13.5,	8.21,	154/	938 "
27. Schöffner László	Koml.Bányász	/13.9,	9.93,	140/	936 "
28. Vitéz Sándor	KSI	/13.2,	8.57,	145/	934 "
29. Fried Miklós	BKV Előre	/13.2,	8.53,	145/	930 "
30. Gyulai Zoltán	Tat.Bányász	/13.0,	9.14,	135/	923 "
31. Bild Tamás	Kecsk.Dózsa	/13.2,	9.32,	135/	907 "
32. Rádi Ferenc	Kecsk.Dózsa	/12.9,	9.27,	130/	889 "
33. Ványi Lajos	Debreceni SI	/12.9,	7.08,	160/	887 "
34. Gonda Gergely	Kecsk.Dózsa	/13.3,	7.25,	154/	875 "
35. Varga Imre	KSI	/13.4,	8.10,	145/	853 "
36. Demecs Gyula	Csepel	/13.8,	7.41,	158/	849 "
37. Major László	Tat.Bányász	/12.8,	7.42,	140/	838 "
38. Filep Ernő	Debr.SI	/13.2,	8.40,	135/	815 "
39. Bódogh Zoltán	Kecsk.Dózsa	/14.0,	7.69,	154/	808 "
40. Szabó György	Dunaujv.Kohász	/12.7,	9.59,	- /	780 "
41. Czumpf András	Komárom	/13.3,	8.21,	135/	779 "
42. Tóth Miklós	Kaposvári SI	/13.2,	8.03,	135/	778 "
43. Patorai László	Petáh.Kinizsi	/13.1,	7.79,	135/	771 "
44. Dancsó Béla	Vasas	/13.0,	7.44,	135/	753 "
45. Czukor János	Koml.Bányász	/14.0,	8.94,	135/	741 "
46. Bondor Zoltán	Tat.Bányász	/13.4,	6.88,	145/	731 "
47. Hollóai Gyula	Pécsi SI	/13.0,	7.17,	135/	726 "
48. Fucsek Tibor	U.Dózsa	/13.2,	8.01,	130/	723 "
49. Bokányi László	Csepel	/13.0,	9.36,	- /	703 "
50. Nagy L. István	Szegedi SI	/13.4,	7.63,	130/	651 "
51. Hudetz György	VM Egyetértés	/12.7,	8.22,	- /	643 "
52. Kiszely Zoltán	VM Egyetértés	/13.4,	7.41,	130/	629 "
53. Sörös Ferenc	Dunaujv.Kohász	/13.0,	7.94,	- /	561 "
54. Jankó Ferenc	Koml.Bányász	/12.8,	7.49,	- /	552 "
55. Mátyás György	Pécsi SI	/13.1,	7.86,	- /	536 "
56. Csizmadia Lajos	Debreceni SI	/13.2,	7.88,	- /	521 "
57. Gellerfi László	Dunakeszi Vasas	/14.0,	8.88,	- /	493 "
58. Rétfalvi Pál	Dunaujv.Kohász	/13.6,	7.92,	- /	459 "
59. Nagy János	Dunakeszi Vasas	/13.7,	7.42,	- /	393 "

60. Antal János	Vasas	/13.7,	7.37,	- /	388 pont
61. Kiss József	Kincsesbánya	/13.5,	6.82,	- /	365 "
62. Schilling Antal	Dunaujv.Kohász	/13.7,	6.79,	- /	330 "
63. Balogh Zoltán	Dunakeszi Vasas	/14.4,	7.21,	- /	268 "

A csapatversenyben bajnok:

U.Dózsa	/Balla, Kluk, Edermayer/	3478 pont
2. Csepel	/Tóth, Saskó, Demecs/	3270 "
3. Soproni Textiles	/Császár, Pető, Kámi/	3234 "
4.KSI A/. 3104, 5.Kecskeméti Dózsa A/. 3031, 6.Komló Bányász 3013, 7.Debreceni SI/A. 2904, 8.KSI B/. 2784. 9.Tatabányai Bányász 2765, 10.VM Egyetértés 2611, 11.Pécsi SI 2203, 12.Dunakeszi VSE 1154.		

15 éves serdülő fiúk összetett versenyében

/100 gát, súly, távol, magas, 300/

bajnok:

Adamik Zoltán	Kecsk.Dózsa	/15.1,	11.08,	604,	183,	29.4/	3045 pont
2. Szeile László	U.Dózsa	/14.2,	11.02,	585,	150,	38.8/	2798 "
3. Bartha Attila	Csepel	/14.7,	10.23,	530,	177,	39.0/	2768 "
4. Fekete István	Sopr.Textiles	/14.5,	12.62,	549,	167,	42.0/	2766 "
5. Horváth Zsolt	Szh.Haladás	/16.3,	11.00,	633,	170,	41.9/	2760 "
6. Bedecs László	Dunaujv.Kohász	/16.8,	15.02,	568,	155,	41.5/	2658 "
7. Szabados Ferenc	Debreceni SI	/15.5,	10.27,	565,	145,	38.1/	2524 "
8. Horváth Tibor	Dunakeszi VSE	/16.4,	12.31,	539,	155,	41.3/	2486 "
9. Egri Gyula	Debreceni SI	/17.0,	11.22,	566,	155,	40.5/	2485 "
10. Szalai László	Vasas	/15.6,	10.29,	568,	155,	41.2/	2484 "
11. Gulyás Zoltán	Gyul.Medosz	/16.5,	10.22,	358,	175,	43.5/	2439 "
12. Szalma László	Vasas	/15.1,	10.66,	576,	145,	42.7/	2419 "
Kozma Béla	Szolnoki SI	/16.8,	10.36,	590,	145,	39.6/	2419 "
14. Paulinyi Péter	Vasas	/15.8,	9.43,	558,	155,	39.8/	2415 "
15. Kozik András	Miskolci SI	/16.1,	9.53,	579,	155,	41.4/	2386 "
16. Takács József	Mezőtúri AFC	/18.6,	11.36,	563,	150,	41.0/	2307 "
17. Pásztor János	Debr. SI	/16.7,	12.05,	500,	145,	40.3/	2298 "
18. Varró Gábor	Vasas	/16.1,	9.02,	533,	167,	42.8/	2289 "
19. Nádai Péter	Vasas	/15.2,	8.83,	573,	145,	41.4/	2277 "
20. Auerswald János	KSI	/15.5,	9.19,	551,	140,	39.6/	2257 "
21. Kloss Károly	Ganz Mávag	/15.8,	8.72,	567,	140,	39.2/	2243 "
22. Jóvér József	Gödi TSZ	/19.2,	10.02,	590,	140,	41.3/	2239 "
23. Vladár István	KSI	/16.1,	9.73,	539,	155,	44.1/	2206 "
24. Jász József	Gyul.Medosz	/15.6,	9.77,	538,	145,	42.7/	2202 "
25. Rózsa Sándor	Debreceni SI	/18.2,	8.68,	537,	170,	42.1/	2188 "
26. Rajtmár István	Kecsk.Dózsa	/16.4,	9.83,	529,	150,	42.8/	2173 "
27. Nyári Pál	KSI	/16.4,	8.29,	575,	145,	40.5/	2168 "
Kemer István	Gyul.Medosz	/17.2,	8.43,	499,	167,	40.4/	2168 "
29. Skultéti László	Gyul Medosz	/16.4,	8.37,	550,	155,	41.8/	2167 "
30. Fritzt János	Dunakeszi VSE	/17.5,	10.40,	535,	140,	40.6/	2161 "
31. Kárpáti József	Koml.Bányász	/16.1,	8.92,	503,	150,	39.9/	2156 "
32. Drábóczi Sándor	Oroszl.Bányász	/16.7,	9.06,	582,	145,	42.8/	2148 "
33. Ádám Zoltán	Dunaujv.Kohász	/17.1,	10.86,	520,	145,	44.0/	2109 "
34. Szabó József	Kaposvári SI	/16.8,	8.84,	524,	150,	41.0/	2107 "
35. Nádori Miklós	Gödi TSZ	/18.7,	10.76,	525,	145,	42.0/	2104 "
36. Csákö László	CVSE	/19.4,	7.72,	590,	155,	39.9/	2101 "
37. Kiss József	Dunaujv.Kohász	/16.5,	8.68,	535,	155,	43.8/	2076 "
38. Farkas Sándor	Kecsk.Dózsa	/18.3,	10.05,	489,	155,	41.9/	2068 "
39. Aleva László	Kazincbarcika	/18.3,	12.18,	510,	150,	46.1/	2067 "
40. Magyar László	Szh.Haladás	/17.1,	8.91,	536,	145,	42.0/	2032 "
Baranyó Csaba	Debreceni SI	/17.4,	8.98,	565,	135,	40.9/	2032 "
42. Rönkai György	KSI	/16.7,	9.05,	533,	145,	43.6/	2002 "
43. Ladányi Miklós	Dunaujv.Kohász	/17.3,	7.27,	582,	145,	41.9/	1966 "
44. Horváth Tamás	Kecsk.Dózsa	/18.0,	8.08,	507,	150,	40.4/	1940 "
45. Nagy Csaba	Dunaujv.Kohász	/18.7,	9.96,	527,	145,	45.8/	1889 "
46. Tordai László	Szegedi SI	/17.7,	9.03,	522,	145,	44.7/	1869 "
47. Kónya Mihály	Szegedi SI	/19.2,	7.85,	515,	145,	39.8/	1854 "
Popovics Iván	Koml.Bányász	/19.1,	9.36,	503,	155,	45.7/	1854 "
49. Kovács György	Kecsk.Dózsa	/20.3,	8.66,	528,	155,	45.2/	1803 "
50. Patvaros Csaba	Kecsk.Dózsa	/18.4,	7.26,	549,	150,	44.6/	1772 "
51. Varga Gyula	Koml.Bányász	/18.8,	9.08,	475,	145,	45.5/	1738 "
52. Hosszú Zsolt	Szegedi SI	/17.5,	8.22,	531,	135,	44.6/	1722 "
53. Domonkos Sándor	Szegedi SI	/19.6,	9.63,	567,	- ,	42.6/	1673 "
54. Pethő László	Szegedi SI	/18.2,	8.33,	487,	145,	46.2/	1640 "
Nagy Attila	Ganz Mávag	/19.2,	6.98,	513,	155,	45.6/	1640 "
56. Kaszás Géza	Dunakeszi VSE	/17.2,	8.16,	454,	135,	44.3/	1555 "
57. Vida János	Kazincbarcika	/18.0,	10.57,	408,	135,	47.4/	1532 "
58. Sipos Jenő	Szh.Haladás	/20.4,	12.66,	454,	- ,	44.5/	1507 "
59. Vas György	Vasas	/17.5,	7.95,	517,	- ,	42.9/	1488 "
60. Birizdó László	Debreceni SI	/18.2,	8.25,	490,	- ,	47.3/	1262 "
Keresztes István	Ganz Mávag	/23.8,	8.74,	521,	- ,	-	

A csapatversenyben bajnok:

Vasas A/.	/Szalai, Szalma, Paulinyi/	7318 pont
2. Debreceni SI	/Szabados, Egri, Páktor/	7307 "
3. Kecsk. Dózsa	/Adamik, Rajtmár, Farkas/	7266 "
4. Dunaujvárosi Kohász 6843,	5. Gyul. Medosz 6809, 6. KSI 6631, 7. Szombathelyi Haladás	
6299, 8. Dunakeszi Vasas 6202, 9. Vasas B/ 6050, 10. Komlósi Bányász 5748, 11. Kecskeméti		
Dózsa B/ 5515, 12. Debreceni SI B/ 5482, 13. Szegedi SI 5445.		

16 éves serdülő fiúk összetett versenyében

/100 gát, súly, távol, magas, 300/

bajnok:

Balikó Csaba	Sopr. Textiles	/16.2,	12.12,	636,	164,	38.4/	3001 pont
2. Pintér József	Miskolci SI	/15.9,	10.56,	653,	155,	36.3/	2996 "
3. Kiss Árpád	U. Dózsa	/16.0,	13.46,	595,	168,	39.2/	2991 "
4. Kontha György	KSI	/16.3,	11.42,	613,	155,	36.4/	2932 "
5. Kovács László	Gyul. Medosz	/15.2,	11.82,	583,	164,	39.7/	2890 "
6. Georgiu Péter	FTC	/15.6,	10.61,	626,	155,	38.9/	2826 "
7. Kollár Zoltán	Csepel	/15.8,	9.70,	618,	175,	40.9/	2800 "
8. Francsics László	Pécsi SI	/16.6,	11.05,	593,	164,	39.3/	2774 "
9. Csetényi Csaba	Dorogi AC	/15.6,	10.62,	556,	164,	39.0/	2752 "
10. Bágyi Imre	Sopr. Textiles	/16.1,	9.90,	584,	164,	39.2/	2690 "
11. Pfeiffer László	U. Dózsa	/17.7,	10.81,	595,	172,	41.9/	2650 "
12. László Gyula	Dunaujv. Kohász	/15.9,	10.42,	586,	150,	39.3/	2621 "
13. Drahos József	Debreceni SI	/15.4,	9.42,	557,	160,	38.9/	2619 "
14. Ulrik Tamás	Bp. Póstás	/17.2,	10.90,	597,	155,	39.9/	2615 "
15. Novák István	Miskolci SI	/19.4,	10.77,	602,	150,	37.0/	2577 "
16. Somogyi Péter	Soproni Textil	/17.2,	10.60,	580,	164,	41.7/	2563 "
17. Nagy István	Dunaujv. Kohász	/18.1,	11.58,	545,	175,	42.6/	2553 "
18. Simon András	Dunaujv. Kohász	/17.5,	9.34,	568,	175,	40.4/	2544 "
19. Kaiser László	Kaposvári SI	/17.1,	10.08,	598,	164,	42.1/	2542 "
20. Deák István	KSI	/18.0,	9.99,	584,	168,	40.6/	2536 "
21. Tóth Béla	Dunaujv. Kohász	/19.1,	11.21,	600,	155,	40.3/	2502 "
22. Dremák Albert	Debreceni SI	/16.3,	10.02,	552,	155,	39.8/	2497 "
23. Takács József	Miskolci SI	/17.3,	9.94,	537,	155,	37.5/	2495 "
24. Maglódi Csaba	Koml. Bányász	/18.0,	9.87,	565,	168,	40.5/	2486 "
25. Laklár Pál	Dunaujv. Kohász	/17.3,	10.81,	549,	145,	38.2/	2475 "
26. Kristóf László	Sopr. Textil	/18.3,	10.89,	536,	164,	40.9/	2448 "
27. Gödör Mihály	Bakony Vegyész	/17.9,	12.08,	549,	155,	41.7/	2447 "
28. Horváth Tibor	Sopr. Textil	/16.6,	9.71,	530,	155,	39.6/	2400 "
29. Novák Tibor	Szeol	/17.0,	9.13,	545,	155,	38.6/	2398 "
30. Zsoldos Lehel	KSI	/19.8,	8.79,	571,	155,	39.6/	2388 "
31. Szilágyi Ferenc	Gyul. Medosz	/16.9,	10.38,	540,	155,	41.6/	2387 "
32. Kasza József	Szeol	/17.1,	9.41,	528,	150,	38.2/	2349 "
33. Benyák László	Szeol	/19.9,	9.12,	589,	155,	38.8/	2313 "
34. Csák István	U. Dózsa	/18.0,	9.79,	550,	155,	41.7/	2270 "
35. Nagy Tibor	Debreceni SI	/18.4,	8.54,	585,	155,	40.6/	2245 "
36. Szikes Márton	Gyul. Medosz	/17.7,	9.11,	545,	155,	41.2/	2231 "
37. Mezei Csaba	Koml. Bányász	/17.9,	7.95,	560,	150,	40.4/	2118 "
38. Schaub József	Koml. Bányász	/17.9,	9.10,	547,	140,	40.2/	2110 "
39. Horváth I.	Bakony Vegyész	/19.8,	10.12,	524,	140,	39.0/	2107 "
40. Maksa Tamás	Szeol	/18.8,	8.82,	561,	155,	42.8/	2107 "
41. Vida Jenő	Bakony Vegyész	/18.3,	8.84,	524,	155,	41.9/	2088 "
42. Jenicz János	Gyul. Medosz	/19.6,	9.45,	510,	150,	41.3/	2016 "
43. Tóth István	Csongrád	/20.8,	8.89,	576,	150,	43.0/	1988 "
44. Varga Pál	Szeol	/19.0,	8.97,	519,	140,	42.5/	1872 "
45. Varga Elemér	Pécsi SI	/kiáll.	9.45,	590,	145,	38.7/	1831 "
46. Németh Zoltán	Pécsi SI	/22.2,	8.47,	509,	145,	41.7/	1720 "
47. Vörös Gábor	Koml. Bányász	/20.3,	10.73,	465,	140,	46.7/	1702 "
48. Szabó Gábor	Póstás	/18.0,	10.19,	511,	- ,	43.9/	1685 "

A csapatversenyben bajnok:

Soproni Textiles	/Balikó, Bágyi, Somogyi/	8254 pont
2. Miskolci SI	/Kinzer, Novák, Takács/	8068 "
3. U. Dózsa	/Kiss A., Pfeiffer, Csák/	7911 "
4. KSI 7856, 5. Dunaujvárosi Kohász 7718, 6. Gyulai Medosz 7508, 7. Debreceni SI		
Szeol 7060, 9. Komlósi Bányász 6714, 10. Bakony Vegyész 6642, 11. Pécsi SI 6325.		

Az országos váltóbajnokság eredményei:

S E R D Ü L Ő F I U K :

4x100 m: I. időelőfutám: 1. Vasas A/./Fehérvári, Saller, Juhász, Dicsővári/ 45.8, 2. Bp. Póstás /Bágyi, Szabó, Kónya, Ulrich/ 46.3, 3. Csepel /Bartha, Hinek, Pápai, Tóth/ 46.9, 4. Ganz Mávag /Najai, Klors, Keresztes, Drefán/ 46.9, 5. Tat. Bányász /Narga, Rotzchsom-

mer, Gulyás, Kolek/47.1, 6.MTK SI /Kovács, Surányi, Janzsi, Pintér/48.0. II.időelőfutam: 1.Miskolci SI /Tóth, Novák, Takács, Székér/44.2, 2.Szolnoki SI /Szabó, Kozma, Majzik/45.4, 3.Gödöllői Ganz A./Gazdag, Izrael, Biró, Kovács/47.6, 4.VM Egyetértés/Hordós, Blucz, Hudecz, Leszely/47.9. III.időelőfutam: 1.Kecsk.Dózsa/Csák, Horváth, B.Szabó, Adamik/44.8, 2.KSI /Zsoldos, Anhwald, Nagy, Kontér/45.9, 3.Debreceni SI/Baranyó, Drahos, Dermák, Szabaso/46.2, 4.Gyul.Medosz/Demkó, Kozma, Igricz, Kerner/46.3, 5.BEAC/Major, Zsinyákovics, Tischer, Hunyadi/46.4. IV.időelőfutam: 1.Dunaujvárosi Kohász/Bedecs, László, Tóth, Laklia/45.0, 2.SZEOL/Kasza, Novák, Varga, Benák/45.5, 3.U.Dózsa B./Csák, Pánczél, Botka, Kruch/47.0, 4.Pécsi SI/Meczár, Nemeth, Francsics, Varga/47.1, 5.Debreceni SI/B./Szabó, Laki, Csizmadia, Ember/49.3.

A döntőben bajnok:

Miskolci SI	/Tóth, Novák, Takács, Székér/	43.9
2. Dunaujv.Kohász	/Bedecs, László, Tóth, Laklia/	44.5
3. Szolnoki SI	/Szabó, Kozma, Majzik, Heggó/	44.8
4. U.Dózsa A/.	/...../	44.9
5. SZEOL	/Kasza, Novák, Varga, Benák/	45.1
6. KSI	/Zsoldos, Anhwald, Nagy, Kontár/	45.9
7. Debreceni SI/A.	/Baranyó, Drahos, Dermák, Szabaso/	46.2

4x400 m /négy időfutam alapján/ bajnok:

SZEOL	/Kasza, Garamszegi, Novák, Benák/	3:30.2
2. Miskolci SI	/Takács, Békési, Novák, Pintér/	3:30.7
3. Debreceni SI/A.	/Nagy, Szabados, Ravák, Drahos/	3:37.2
4. KSI	/Deák, Averschwald, Zsoldos, Kontha/	3:37.8
5. SZVSE	/Farkas, Pataki, Herczegh, Szedlák/	3:38.5
6. Szolnoki SI	/Hagyó, Kozma, Majzik, Szabó T./	3:38.7
7. Tat.Bányász	/Gulyás, Kolek, Varga, Hoczsoma/	3:39.7
8. Hatvani Kinizsi	/Tóth, Veres, Markovics, Sándor/	3:40.2

további eredmények: Pécsi SI /Ferupp, Francsics, Mocsár, Varga/ 3:40.6, Bp.Honvéd A./Szálás, Zdrávics, Pál, Hajnal/ 3:42.5, Dunaujv.Kohász /Bedecs, László, Tóth, Laklia/ 3:51.4, Vasas /Dicsővári, Juhász, Szabó, Ravasz/ 3:42.0, Csepel /Keller, Tóth, Egri, Magyar/ 3:46.3, Rába ETO SI /Bonyai, Lukács, Kovács, Cseresznyés/ 3:48.7, Gyul.Medosz /Demkó, Kozma, Ignácz, Kerner/ 3:50.8, Kecsk.Dózsa /Horváth, Csák, B.Szabó, Adamik/ 3:51.1, Bp.Építők /Dózsa, Péterfi, Fekete, Novák/ 3:46.8, Ganz Mávag /Dregán, Keresztos, Gál, Klos/ 3:47.2, BEAC /Major, Szinyákovics, Tischer, Szücs/ 3:48.6, MTK SI /Szabó, Janzsi, Pintér, Surányi/ 3:56.4, Debreceni SI/B. /Ember, Nagy, Sári, Ványi/ 3:41.7, FFC /Molnár, Szenttamási, Riskó, Szabó/ 3:44.2, ZTE /Horváth, Farkas, Kálmán, Zuba/ 3:47.2, Bp.Póstás /Hegyi, Szabó, Kónya, Ulrik/ 3:48.9.

4x800 m /két időfutam alapján/ bajnok:

Debreceni SI/A.	/Nagy, Szabados, Sári, Drahos/	8:22.7
2. Bp.Honvéd	/Hajna, Horváth, Pál, Szálás/	8:30.7
3. Hatvani Kinizsi	/Tóth, Veres, Sándor, Markovics/	8:32.0
4. Tat.Bányász	/Csicsai, Gulyás, Hotchsommer, Varga/	8:33.0
5. Kazincb.Vegyész	/Szénégető, Mózes, Tal, Sztermen/	8:35.6
6. SZEOL	/Garamszegi, Magos, Kasza, Benák/	8:36.6
7. Koml.Bányász	/Illés, Talált, Csapner, Tóth/	8:37.4
8. Miskolci SI	/Pintér, Békési, Novák, Takács/	8:42.7

további eredmények: SZVSE /Pataki, Herczegh, Szedlák, Farkas/ 8:46.7, Vasas /Ravasz, Szabó, Kővári, Csate/ 8:53.0, U.Dózsa /Husztai, Mohacski, Debreceni, Bence/ 8:56.3, Pécsi SI /Nemeth, Fermegyes, Szombathelyi, Kulcsár/ 8:59.0, KSI /Fenyő, Katona, Majn, Dezső/ 9:04.3, Debreceni SI/B. /Adorján, Nagy, Verhegyi, Dregák/ 8:44.4, Nagyk. Olajb. /László, Nagy, Horváth, Sándor/ 4:45.8, Ózdi Kohász /Martus, János, Farkas, Balázs/ 8:49.8, ZTE /Horváth, Farkas, Kálmán, Zuba/ 8:53.0, Váci SI /Trapcherer, Buzási, Bedekovics, Fodor/ 8:53.4, Dunaujv.Kohász /Takács, Szücs, Mayer, Szabó/ 8:59.4, FTC /Molnár, Szabó, Szenttamási, Riskó/ 9:04.4, CVSE /Bokor, Szekeres, Reggel, Szeleczky/ 9:13.8, Gödöllői Ganz /Majoros, Riskó, Timár, Gábor/ 9:17.6, MTK SI /Szabó, Zancsi, Pintér, Mazsó/ 9:26.0.

S E D Ű L Ő L Á N Y O K :

4x100 m: I.időelőfutam: 1.BKV Előre /Vajk, Farkas, Kerényi, Raich/ 51.0, 2.Vasas B./Garai, Koröncz, Mikó, Siska/ 52.0, 3.Oroszl.Bányász /Kuntsár, Nemes, Keresztély, Mayer/ 52.1, 4.Bp.Honvéd A./Fischer, Merczi, Kovács, Neiszmán/ 52.5, 5.BVSC /Gál, Varga, Panka, Góbre/ 52.5, 6.Ganz Mávag A./Bodrogi, Mercz, Balk, Csaba/ 52.7, 7.Pécsi SI /Elbert, Sörös, Sándor, Czerpan/ 53.1, 8.BEAC /Csömöri, Hagymási, Pfüber, Katona/ 53.3. II.időelőfutam: 1.U.Dózsa A./Ágics, Máté, Cseh, Baumann/ 50.8, 2.Nyiregyházi SI /Kasza, Zöldesi, Kovács, Petrika/ 51.4, 3.ZTE /Kutasi, Péter, Márovics, Tóth/ 52.2, 4.Bp.Honvéd B./Tatai, Soltész, Hohner, Forgács/ 52.3, 5.Dunaujv.Kohász /Nadicsko, Halmos, Szokolai, Zalánka/ 53.3, 6.Csepel /Pollák, Barcsik, Aba, Klimics/ 54.1. III.időelőfutam: 1.Bakony Vegyész /Ekes, Nemeth, Hodó, Nagy/ 50.5, 2.Vasas A./Kocsis, Bánk, Tóth, Kleonoczky/ 50.7, 3.FTC A./Káldi, Kiss, Bernáth, Budai/ 51.6, 4.Debreceni SI /Kasó, Kovács, Laskai, Sztankó/ 52.7, 5.Kecskeméti SI /Kőry, Dollák, Kruchi, Nagy/ 53.8, 6. Ganz MÁVAG B./Kovács, Juhász, Szlatk, Popovics/ 54.3, 7.Rába ETO SI /Süveges, Périk, Hank Tamás/ 55.0, IV.időelőfutam: 1.Csepel A./Mezei, Véga, Doboróczky, Tompai/ 50.5, 2. Tat.Bányász /Varga, Kaszás, Fazekas, Mogorósi/ 51.3, 3.KSI A./Sátori, Horváth, Kovács, Kosa/ 51.8, 4.Szolnoki SI B./Hernádi, Csordás, Fazekas, Molnár/ 53.8, 5.Bp.Póstás /Bernát, Záhony, Szalai, Horváth/ 54.6, 6.FTC B./Kiss, Bata, Mackó, Merker/ 54.7, 7. MTK SI /Fodor, Török, Dejki, Marton/ 57.1.

A döntőben bajnok:

Bakony Vegyész	/Ékes, Németh, Hódo, Nagy/	49.8
2. Vasas A/.	/Kocsis, Bánk, Tóth, Klenoczky/	50.1
3. Csepel A/.	/Mezei, Véga, Doboroczky, Tompai/	50.2
4. BKV Előre	/Najk, Farkas, Kerényi, Reich/	50.3
5. Tat.Bányász	/Varga, Kaszás, Fazekas, Mogyorósi/	50.8
6. FTC A/.	/Káldi, Kiss, Bernáth, Budai/	50.9
7. Nyiregyházi SI	/Kasza, Zöldesi, Kovács, Petrika/	51.0
8. U.Dózsa A/.	/Agics, Máté, Ceh, Baumann/	51.3

4x300 m /4 időfutam alapján/ bajnok:

Vasas A/.	/Tóth, Siska, Bánk, Klenoczky/	2:51.4
2. Bakony Vegyész	/Ékes, Somogyi, Hódi, Nagy/	2:52.7
3. BKV Előre	/Najk, Farkas, Kerényi, Reich/	2:55.3
4. Bp.Honvéd A/.	/Soltész, Lóner, Marczi, Weismann/ és	
Debreceni SI A/.	/Kass, Kovács, Laskai, Domokos/	2:55.9
6. KSI A/.	/Macák, Sátori, Horváth, Kósa/	2:56.5
7. Nyiregyházi SI	/Kasza, Kovács, Zöldesi, Petrika/	2:58.6
8. FTC A/.	/Káldi, Szenttamási, Kiss, Budai/	2:59.6

további eredmények: Dunaujv.Kohász /Szokolai, Halmos, Szűcs, Hering/ 3:00.8, U.Dózsa /Agics, Máté, Csek, Baumann/ 3:02.5, Rába ETO SI /Szabó, Rozsita, Tamás, Kovács/ 3:22.1, Szolnoki SI A/ /Nagy, Sláder, Juhász, György/ 3:00.0, Csepel /Tompai, Csizmadia, Barcsik, Dobrovsky/ 3:00.1, Tat.Bányász /Kiss, Mogyorósi, Varga, Kaszás/ 3:00.7, Orosl. Bányász /Kuntsár, Németh, Keresztély, Majer/ 3:01.2, Ganz Mátyás A/ /Popovics, Bodrogi Bal, Merez/ 3:09.4, MTK SI /Márton, Fodor, Ördögh, Árva/ 3:18.8, Pécsi SI /Obert, Sörös, Pélely, Czerpán/ 3:00.2, Bp.Honvéd B/ /Kovács, Forgács, Göntér, Molnár/ 3:00.9, ZTE /Péter, Marovics, Finza, Tóth/ 3:01.0, BVSC A/ /Gál, Góré, Tóth, Urbán/ 3:01.5, BEAC /Csömöri, Hagymási, Pfáler, Katona/ 3:04.6, Bp.Póstás /Záhony, Bögöc, Szakai, Horváth/ 3:07.2, FTC B/ /Bernáth, Kiss, Bata, Pólya/ 3:01.1, Szolnoki SI B/ /Harmathi, Fazekas, Juhász, Molnár/ 3:06.5, KSI B/ /Kovács, Pintér, Hajas, Pospai/ 3:07.6, FTC C/ /Najda, Hegyes, Páditka, Mackó/ 3:16.0, BVSC B/ /Sauner, Gaál, Kónya, Kohár/ 3:16.4.

F É R F I I F J U S Á G I A K :

4x100 m: I. időelőfutam: 1.Bp.Honvéd /Kapás, Széll, Lóránd, Sebők/ 43.3, 2.Dunaujv. Kohász /Máté, Kendi, Viktor, Harasztli/ 43.9, 3.BVSC /Báder, Vida, Kohász, Varga/ 44.1, 4.SZEOL /Szarvas, Laluska, Kónya, Fodor/ 44.7, II. időelőfutam: 1.BEAC /Vándor, Árendás, Pálincás, Erdélyi/ 43.7, 2.Kecsk.Dózsa /Boronkai, Galambos, M.Kiss, Sajdik/ 44.5, 3. Mohácsi TE /Gering, Léopold, Takács, Máth/ 44.6, 4.Videoton /Farkas, Faludi, Sirun, Kovács/ 45.0, 5.KSI /Nagy, Mészáros, Melczer, Mészáros I./ 45.3.

A döntőben bajnok:

Bp.Honvéd	/Kapás, Széll, Lóránd, Sebők/	43.0
2. BEAC	/Vándor, Árendás, Pálincás, Erdélyi/	43.6
3. Dunaujv.Kohász	/Máté, Kendi, Viktor, Harasztli/	44.2
4. BVSC	/Báder, Vida, Kohász, Varga/	44.4
5. SZEOL	/Szarvas, Laluska, Kónya, Fodor/	44.6
6. Kecsk.Dózsa	/Boronkai, Galambos, M.Kiss, Sajdik/	44.6
7. Videoton	/Farkas, Faludi, Surin, Kovács/	44.8

4x200 m: I. időelőfutam: 1.Bp.Honvéd /Lentvorszky, Frabke, Sebők, Széll/ 1:32.4, 2.BEAC /Vándor, Erdélyi, Pálincás, Árendás/ 1:33.5, 3.KSI /Kiss, Mészáros, Schmeltzer, Mészáros J./ 1:34.0, 4.Kecsk.Dózsa /Kécskefalvi, Barnakai, Galambos, Sajdik/ 1:34.5, 5.Bak. Vegyész /Szentendrei, Müller, Szendi, Horváth/ 1:37.3, II. időelőfutam: 1.Csepel /Kövesi, Kiss, Szegfalvi, Pohárka/ 1:31.2, 2.SZEOL /Szarvas, Fodor, Laluska, Kónya/ 1:34.7, 3. Mohácsi TE /Gering, Léopold, Túróczi, Vörös/ 1:34.9, 4.Testvériség /Pusztai, Persch, Jakab, Szabó/ 1:35.0, 5.Váci Híradás /Kovács I., Turczian, Lovács II. Malvitzy/ 1:37.1, 6.Bp.Építők /Zsila, Lomniczy, Habony, Pátkai/ 1:38.5.

A döntőben bajnok:

Bp.Honvéd	/Lentvorszky, Frabke, Sebők, Széll/	1:30.7
2. Csepel	/Kövesi, Kiss, Szegfalvi, Pohárka/	1:31.0
3. BEAC	/Vándor, Erdélyi, Pálincás, Árendás/	1:32.2
4. SZEOL	/Szarvas, Fodor, Laluska, Kónya/	1:33.7
5. Kecsk.Dózsa	/Kécskefalvi, Barnakai, Galambos, Sajdik/	1:33.9
6. KSI	/Kiss, Mészáros, Schmeltzer, Mészáros/	1:34.4
7. Testvériség	/Pusztai, Bresch, Jakab, Szabó/	1:34.9
8. Mohácsi TE	/Gering, Léopold, Túróczi, Vörös/	1:38.7

4x400 m /három időfutam alapján/ bajnok:

Debr.Építők	/Szilágyi, Bóstai, Antal, Nagy/	3:21.8
2. Bp.Honvéd A/.	/Lentvorszky, Lóránd, Széll, Franke/	3:26.2
3. Videoton	/Kovács, Szabó, Faludi, Kovács G./	3:28.0
4. BEAC	/Marosvölgyi, Pálincás, Vándor, Árendás/	3:28.4
5. Csepel	/Kövesi, Tóth, Krasznayanszky, Petőnke/	3:28.8
6. Dunaujv. Kohász	/Kendi, Harasztli, Géri, Hering/	3:31.0
7. Mohácsi TE	/Léopold, Csósz, Vörös, Gering/	3:32.7
8. Bp.Póstás	/Dudás, Kutasi, Pápai, Hremek/	3:35.7

további bajnokok: Kecsk.Dózsa /Kecsketalvi, Galambos, Boronkai, Sajdik/ 3:35.9, SZVSE /Köny, Fodor, Szarvas, Baluska/ 3:51.0, PVSZ /Dávid, Szilágyi, Péley, Kovács/ 3:57.0, Bakonyi Vegyes /Müller, Szendi, Szentendrei, Horvát P./ 3:57.5, Vasas /Makovecz, Fekete, Vido, Galambos/ 3:41.9, Bp.Epitők /Lamniczi, Halny, Zsilla, Illés/ 3:40.6, 3.NYVSC /Béda, Kallik, Vido, Sallai/ 3:42.7, VM Egyetértés /Bányai, Sarkány, Ács, Búrmer/ 3:42.7,

4x800 m /ket időfutam alapján/ bajnok:

1. Bp.Epitők	/Bogárdi, Sóstai, Nagy, Szilágyi/	7:59.4
2. Bp.Honvéd A/.	/Tárnóczy, Horváth, Unger, Széles/	8:04.6
3. SZVSE	/Tóth, Bárkányi, Varga, Deák/	8:05.8
4. Vasas	/Gazdag, Makovecz, Vanek, Gazdag P./	8:06.8
5. Videoton	/Molnár, Fülöp, Kovács, Szabó/	8:13.4
6. Salg.Kohász	/Kadlecsek, Fülöp, Wollner, Szőke/	8:15.4
7. Váci gimnázium	/Kendz, Borcsányi, Papp, Csemru/	8:16.6
8. NYVSC	/Illés, Dolcák, Palicz, Lázár/	8:16.6

további eredmények: Kazincb.Vegyes /Elek, Kiss, Tóth, Siető/ 8:19.4, Bp.Póstás /Szte-
lo, Dudás, Pápai, Hresek/ 8:23.6, BKV Előre /Imre, Eprich, Aszalai, Polica/ 8:25.6,
Dunaujv.Kohász /Fekete, Gécz, Hévízi, Orka/ 8:28.8, Csepel /Tóth, Madár, Csenki, Bula/
8:33.4, KSI /Szász, Kövesdi, Kovács, Zakariás/ 8:39.2, Szeksz.Dózsa /Szabányi, Strasser
Dohánszky, Illés/ 8:21.6, Bp.Honvéd B/ /Urbán, Kóvács, Létán, Horváth I./ 8:22.2,
BEAC /Fodor, Szabó, Németh, Morvai/ 8:25.8, Nagyk.Olajbányász /Weisz, Adorján, Simon-
csics, Sziva/ 8:30.6, PVSZ /Kovács, Hirt, Szifreti, Péley/ 8:35.0, Kecsk.Dózsa /Péter,
Fodor, Abraham, Balák/ 8:44.6, VM Egyetértés /Thürmer, Molnár, Ács, Demeter/ 8:53.0, Bp
Epitők /Zsila, Bakos, Múruska, Dankó/ 9:03.4

4x1500 m bajnok:

1. SZVSE	/Tóth, Varga, Bárkányi, Deák/	16:50.0
2. Bp.Honvéd A/.	/Csallár, Verwagner, Bató, Zubin/	16:52.2
3. Vasas	/Gazdag, Timár, Vanek, Makovecz/	17:06.4
4. Dunaujv.Kohász	/László, Fekete, Géry, Héling/	17:10.0
5. Kazincb.Vegyes	/Siető, Tóth, Kiss, Elek/	17:10.4
6. Szeksz.Dózsa	/Dohánszky, Schmidt, Szabányi, Illés/	17:13.8
7. Nyiregyh.VSK	/Dolcák, Illés, Palicz, Lázár/	17:22.8
8. Salg.Kohász	/Szilágyi, Szőke, Kadlecsek, Varga/	17:23.6

további eredmények: BEAC /Fodor, Lőrinc, Németh, Morvai/ 17:31.4, Hatvani Kinizsi /Bren-
ner, Fehér, Paraj, Széll/ 17:34.6, Bp.Honvéd /Urbán, Képiró, Horváth, Kürtös/ 17:52.0,
U.Dózsa /Csallár, Fervagner, Bató, Zubin/ 17:57.6, Kecsk.Dózsa /Petrás, Aszalai, Sinsl,
Bellák/ 17:58.0, Nagyk.Olajbányász /Simonsics, Rudas, Tóth, Adorján/ 17:58.2, Váci
Hiradás /Torgács, Guber, Petőcz, Vízványó/ 18:10.2, VM Egyetértés /Thürmer, Molnár, Nő
meth, Demeter/ 18:41.4, KSI /Szász, Kövesdi, Kovács, Zakariás/ 18:51.6.

N O I I F J U S A G I A K :

4x100 m: I.időelőfutam: 1.DVTK /Konczwald, Károly, Baulin, Komáromi/ 48.2, orsz. ifj.
egyesületi csúcs, 2.Haladás VSE /Tóth,T., Tóth E., Kovács, Szólár/ 51.4, 3.BVSC /Mészá-
ros, Albis, Tóth, Alpár/ 51.5, 4.KSI /Gloc, Biró, Orosz, Sámuel/ 51.8, 5.Bp.Honvéd A/.
/Németvári, Weisz, Bognár, Márkus/ 52.1, 6.SZVSE /Kothéuz, Kardos, Tombácz, Uhrin/ 53.1.
II.időelőfutam: 1.Videoton /Cserjés, Kormos, Kozma, Velancsics/ 51.1, 2.Egri Dózsa
/Rácz, Oreskai, Nemes, Bekk/ 51.6, 3.Vasas /Gerő, Matusek, Kárpáti, Román/ 51.8, 4.Du-
naujv.Kohász /Csobor, Máthé, Rab, Kunszent/ 52.4, 5.Bp.Epitők /Babinszky, Bogó, Szé-
kely, Nagy/ 53.7, 6.Bp.Honvéd B/ /Csák, Bakonyi, Keményvári, Benos/ 54.9.

A döntőben bajnok:

DVTK	/Konczwald, Károly, Baulin, Komáromi/	48.1
	orsz. ifj. egyesületi csúcs	
2. Videoton	/Cserjés, Kormos, Kozma, Velancsics/	50.1
3. BVSC	/Mészáros, Albis, Tóth, Alpár/	50.6
4. Haladás VSE	/Tóth,T., Tóth E., Kovács, Szólár/	50.8
5. Vasas	/Gerő, Matusek, Kárpáti, Román/	51.3
6. Egri Dózsa	/Rácz, Oreskai, Nemes, Bekk/	51.7
7. KSI	/Gloc, Biró, Orosz, Sámuel/	52.2
8. Bp.Honvéd A/.	/Németvári, Weisz, Bognár, Márkus/	52.2

4x200 m bajnok:

DVTK	/Konczwald, Károly, Baulin, Komáromi/	1:42.4
2. Bp.Spartacus	/Némethi, Scheffler, Bakonyi, Lombos/	1:48.0
3. Videoton	/Csorba, Pál, Moser, Velancsics/	1:48.2
4. BVSC	/Alpár, Csorba, Tóth, Albis/	1:48.7
5. Bp.Honvéd A/.	/Benos, Keményvári, Némethvári, Weisz/	1:49.6
6. Haladás VSE	/Vida, Tóth T., Kovács, Tóth E./	1:49.7
7. Vasas	/Matusek, Gerő, Kárpáti, Román/	1:50.4
8. KSI	/Kunszky, Orosz, Glocz, Sámuel/	1:50.9

4x400 m bajnok:

Bakonyi Vegyes	/Immer, Csomai, Barlai, Farkas/	4:07.7
2. Vasas	/Szijártó, Matusek, Kárpáti, Román/	4:08.7
3. Videoton	/Kormos, Pál, Moser, Velancsics/	4:09.7
4. Bp.Spartacus	/Scheffler, Bakonyi, Némethi, Lombos/	4:09.7

5. Nyíregyh.VSC /Molnár, Fodorn Stomp, Szabó/ 4:10.4
6. BVSC /Albás, Csorba, Tóth, Alpár/ 4:10.5
7. Egri Dózsa /Rácz, Orcskai, Nemes, Beke/ 4:11.7
8. Bp.Honvéd /A. /Benes, Weisz, Keményvári, Fogarassy/ 4:12.3
további eredmények:Hatvani Kinizsi /Pál, Pálkás, Molnár, Lukács/ 4:12.8, Szeksz.Dó-
zsa /Vida, Fehér, Szirányi, Csaba/ 4:13.2, Bp.Építők /Bogó, Babinszky, Krajnyák, Szé-
kely/ 4:13.7.

4x800 m bajnok:

Bakony Vegyész /Jankov, Vas, Harlai, Farkas/ 9:27.4
2. Bcs.Előre Spart. /Kulcsár, Novák, Csákvári, Bácskai/ 9:38.0
3. Nyíregyh.VSC /Molnár, Fodor, Szabó, Stomp/ 10:03.4
4. Bp.Építők /Bogó, Krajnyák, Székely, Babinszky/ 10:11.4
5. Vasas /Gyetvai, Szijártó, Kárpáti, Román/ 10:13.6
6. Bp.Honvéd A/. /Benes, Litkai, Weisz, Pál/ 10:14.6
7. Bcs.Előre Spart. /Hegyesi, Pelcsárszky, Lacó, Madlovics/ 10:14.8
8. Szeksz.Dózsa /Fehér, Vida, Szirányi, Csaba/ 10:15.8
Hatvani Kinizsi /Lukács, Szabó, Molnár, Pálkás/ 10:46.2

A bajnoki pontverseny végeredménye

Előző számunkban, az ATLETIKA 11. számában foglaltaknak megfelelően, a felnőtte-
kével azonos rendszerben a fiatalabb korosztályok bajnokságainak pontversenyével közöl-
jük a további eredményeket.

Férfi ifjúsági váltóbajnokság:

Női ifjúsági váltóbajnokság:

Sorsz.	egyesület	4x100	4x200	4x400	4x800	4x1500	összesen
1.	Bp.Honvéd	40	40	32	32	32	176
2.	BEAC	32	28	24	-	-	84
3.	Debr.Építők	-	-	40	40	-	80
4.	Dunaujv.Koh.	28	-	20	-	24	72
5.	Videoton	18	-	28	22	-	68
6.	SZVSE	-	-	-	28	40	68
7.	Csepel	-	32	22	-	-	54
8.	Vasas	-	-	-	24	28	52
9.	SZEOL	22	24	-	-	-	46
10.	Kecsk.Dózsa	20	22	-	-	-	42
11.	Salg.Kohász	-	-	-	20	16	36
12.	Mohácsi TE	-	16	18	-	-	34
13.	NYVSC	-	-	-	16	18	34
14.	BVSC	24	-	-	-	-	24
15.	Kázincb.Vegy	-	-	-	-	22	22
16.	Szeksz.Dózsa	-	-	-	-	20	20
17.	KSI	-	20	-	-	-	20
18.	Testvériség	-	18	-	-	-	18
19.	Váci gimn.	-	-	-	18	-	18

Sorsz.	egyesület	4x100	4x200	4x400	4x800	összesen
1.	Vasas	22	18	32	22	94
2.	Videoton	32	28	28	-	88
3.	DVTK	40	40	-	-	80
4.	Bak.Vegyész	-	-	40	40	80
5.	Bp.Honvéd	16	22	16	20	74
6.	BVSC	28	24	20	-	72
7.	Bp.Spartac.	-	32	24	-	56
8.	NYVSC	-	-	22	28	50
9.	Bcs.Előre Sp.	-	-	-	50	50
10.	Haladás VSE	24	20	-	-	44
11.	Egri Dózsa	20	-	18	-	38
12.	KSI	18	16	-	-	34
13.	Bp.Építők	-	-	-	24	24
14.	Szeksz.Dózsa	-	-	-	16	16

18 éves férfi ifjúsági pontverseny

Sorszám	egyesület	100	200	400	800	1500	3000	110 g.	310 g.	2000 ak.	10 km gy.e.	10 km gy.cs.	magas	távol	rúd	hármas	súly	diszkosz	gerely	kalapács	összesen:
1.	Bp.Honvéd	80	68	32	16	18	22	-	28	40	32	-	-	28	68	32	-	-	28	-	476
2.	SZVSE	-	-	24	16	16	-	16	16	-	20	40	-	-	16	-	-	-	22	24	210
3.	Vasas	-	-	18	22	-	-	-	-	22	-	-	-	20	-	40	32	52	-	-	206
4.	Deb.Építők	-	24	40	32	40	-	-	40	-	-	-	-	-	18	-	-	-	-	-	194
5.	Csepel	22	-	-	-	-	-	-	20	-	18	-	22	62	-	-	18	-	-	-	162
6.	MTK	-	-	28	28	28	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28	16	-	-	160
7.	Dunaujv.Koh.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40	50	56	-	146
8.	BKV Előre	24	22	-	-	-	-	40	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18	-	136
9.	SZEOL	40	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	58	130
10.	KSI	-	-	-	-	-	-	24	18	-	-	-	20	18	-	-	-	-	40	-	120
11.	Bp.Spartacus	-	-	-	-	-	-	22	-	20	22	-	-	-	-	28	-	-	-	16	108
12.	Szoln.MÁV	-	20	22	-	-	-	-	-	-	40	-	-	-	-	-	-	-	-	20	102
13.	NYVSC	-	-	-	-	-	-	18	-	-	24	-	-	32	-	-	20	-	-	-	94
14.	U.Dózsa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17	-	54	-	-	-	-	22	93
15.	DVTK	-	-	-	-	-	-	-	-	28	-	-	-	-	-	-	22	40	-	-	90
16.	Bak.Vegyész	-	-	-	24	24	-	-	-	-	-	-	-	16	-	24	-	-	-	-	88
17.	Bcs.Előre Sp.	-	-	-	20	20	-	-	-	-	-	-	40	-	-	-	-	-	-	-	80

18.	Kecsk.Dózsa	16	-	16	-	-	-	-	32	24	18	-	-	28	-	-	-	-	78
19.	BEAC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-	72
	Kazinb.Vegy.	-	-	-	-	32	40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	72
21.	Bp.Póstás	-	-	-	40	-	28	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	68
22.	Tap.MÁV	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28	32	-	-	-	-	-	-	60
23.	Salg.KSE	-	-	-	18	22	-	-	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-	56
	Szeksz.Dózsa	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	32	-	-	-	-	-	-	56
25.	Hatv.Kinizsi	-	-	-	-	-	-	-	-	32	-	-	-	16	-	-	-	-	48
26.	Pécsi Dózsa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	20	-	-	-	-	44
27.	Makói VSE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	18	-	-	-	-	42
28.	V.Izzó	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	42	-	-	42
29.	Köszeg.Latex	-	-	-	-	-	16	-	-	24	-	-	-	-	-	-	-	-	40
	MAFC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	16	-	-	40
31.	VM Közért	-	18	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38
32.	Dombov.gimn	18	16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	34
33.	Szent.Vizmű	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32	32
34.	Rába ETO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28	28
	Hódiköt	-	-	-	-	-	-	28	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28
36.	Törekvés	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	-	-	24
37.	Ózdi Kohász	-	-	-	-	-	-	-	22	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22
	Várpalota	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22	-	-	-	-	22
39.	Csongrádi SC	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20
	Videoton	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	20
	Dunakeszi VSC	-	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20
	Bonyhádi Pet.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	-	20
43.	Balassagy.SE	-	-	-	-	18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18
44.	Haladás VSE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17	-	-	-	-	-	-	17
45.	Jászb.Vasas	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	-	16

17 éves férfi ifjúsági pontverseny

sorszám	egyesület	100	200	400	800	1500	3000	110 gát	310 gát	2000 ak.	10 km E.Y.e.	10 km E.Y.cs.	magas	távol	rúd	hármas	súly	diszkosz	gerely	karapás	összesen
1.	Dunaujv.Kohász	-	-	-	-	-	18	40	-	40	80	40	-	-	-	-	38	20	-	-	276
2.	Csepel	24	38	-	20	28	32	20	18	-	-	-	-	16	40	40	22	32	-	28	262
3.	Vasas	-	-	-	-	-	-	-	-	52	-	-	-	-	-	-	16	-	32	-	196
4.	KSI	28	-	-	-	22	-	16	-	-	-	-	-	-	-	-	28	46	-	32	172
5.	BRV Előre	-	-	-	32	18	-	-	-	-	40	32	-	-	-	-	-	-	-	-	122
6.	BEAC	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	60	-	-	-	-	28	-	-	120
7.	Bp.Honvéd	-	-	-	28	-	-	-	-	-	-	-	-	24	32	32	-	-	-	-	116
8.	VM Egyetértés	-	-	-	-	-	-	32	-	-	32	28	20	-	28	-	-	-	-	-	112
9.	Debr.Pitők	-	-	40	-	-	-	-	40	-	-	-	-	-	28	-	-	-	-	-	108
	Szoln.MAV	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28	-	40	-	18	-	-	-	-	22	108
	Mohácsi TE	40	40	28	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	108
12.	Bakony Vegy.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18	16	20	32	16	-	-	102
13.	Rába ETO	-	-	-	-	40	40	-	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	100
14.	SZVSE	-	24	-	-	24	-	-	-	50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	98
15.	SZEOL	-	28	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-	40	-	-	-	-	-	-	88
16.	Ganz Mávag	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	40	-	20	84
	Videoton	22	22	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40	-	-	-	84
18.	Ajkai Alum.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22	-	-	-	-	-	-	-	60	-	82
19.	Váci gimn.	-	-	-	16	32	28	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	76
	DVTK	-	-	-	-	-	-	28	-	-	-	-	-	20	-	28	-	-	-	-	76
21.	Nagyk.Olajb.	-	-	-	-	-	22	-	-	16	-	-	-	32	-	-	-	-	-	-	70
22.	U.Dózsa	-	-	-	24	-	-	18	24	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	66
23.	MAFC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	40	64
24.	Tat.Bányász	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-	-	18	28	-	-	-	-	-	-	62
	Szfv.gimn.	-	-	22	40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	62
26.	Kecsk.Dózsa	-	-	-	-	-	-	28	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	60
27.	Kösz.Latex	-	-	32	22	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	54
28.	Koml.Bányász	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	48
	NYVSC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-	28	-	48
30.	Kazinb.Vegy.	-	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	22	-	-	-	-	-	-	46
31.	Keszth.Halad.	-	-	24	18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	42
	Dombóvár	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	18	-	-	42
33.	FTC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40	-	-	-	-	40
	Hódiköt	-	-	-	-	-	16	-	-	24	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40
	Váci Hírad.	-	-	-	-	-	-	22	-	18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40
36.	NYVSC	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18	38
37.	Bcs.Előre Sp.	-	-	-	-	16	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	36
	Győri Dózsa	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-	36
39.	Bonyhád	-	-	18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	-	34
40.	MTK	-	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32
41.	Gyul.Medosz	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	-	-	-	24
	Makói VSE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	-	24

A férfi ifjúsági pontverseny végeredménye:

sorszám	egyesület	mezei bajn.	ország. feln. bajn.	összetett bajn.	18 évesek bajnoksága	17 évesek bajnoksága	váltóbajnokság	összesen
1.	Bp.Honvéd	1	46	34	50	476	116	898
2.	Dunaujv.K.	8	72	-	60	146	276	626
3.	Csepel	11	-	-	80	162	262	558
4.	Vasas	5	28	-	52	206	196	534
5.	Debr.Épit.	4.	44	20	-	194	108	446
6.	SZVSE	7	40	-	22	210	98	438
7.	KSI	14	-	-	84	120	172	396
8.	BEAC	10	-	8	40	72	120	324
9.	BKV Előre	3	-	-	16	136	122	274
10.	SZEOL	24	-	-	-	130	88	264
	Szoln.MÁV	9	32	-	22	102	108	264
12.	Kazincb-V.	-	46	-	40	72	46	226
13.	DVTK	27	-	-	40	90	76	206
14.	MTK	45	-	-	-	160	32	192
15.	Bak.Vegy.	31	-	-	-	88	102	190
16.	K.Dózsa	12	-	-	-	78	60	180
17.	NYVSC	25	-	-	-	94	48	176
18.	Videoton	16	-	-	-	20	84	172
19.	Moh.TE	-	-	24	-	-	108	166
20.	U.Dózsa	2	-	-	-	93	66	159
21.	Bp.Spart.	26	-	-	20	108	22	150
22.	Rába ETO	53	-	-	-	28	100	128
23.	SKSE	47	16	-	-	56	18	126
24.	Váci gimn.	-	22	-	-	-	76	116
	Bcs.Előre	38	-	-	-	80	36	116
26.	VM Egyet.	43	-	-	-	-	112	112
	Kösz.Latex	37	18	-	-	40	54	112
28.	Hatv.Kin.	42	16	-	20	48	22	106
29.	MAFC	63	-	-	-	40	64	104
30.	Ajk. Alum.	15	-	18	-	-	82	100
31.	Bp.Póstás	53	-	-	-	68	-	84
	Ganz Mávag	28	-	-	-	-	84	84
33.	Váci Hár.	-	-	-	38	-	40	78
34.	Sz.Dózsa	48	-	-	-	56	-	76
	Domb.gimn.	51	-	-	-	34	42	76
36.	Nagy.Olaj.	60	-	-	-	-	70	70
37.	Hódiköt	29	-	-	-	28	40	68
38.	P.Dózsa	19	-	-	-	44	22	66
	Makói VSE	53	-	-	-	42	24	66
40.	Tat.Bány.	13	-	-	-	-	62	62
	Szfv.gimn.	-	-	-	-	-	62	62
42.	Tap.MÁV	43	-	-	-	60	-	60
43.	Bonyh.Pet.	69	-	-	-	20	34	54
44.	Koml.Bány.	19	-	-	-	-	48	48
45.	V.Izzó	31	-	-	-	42	-	42
	BVSC	-	-	-	-	-	18	24
	Keszth.H.	-	-	-	-	-	42	42
48.	FTC	39	-	-	-	40	-	40
49.	VM Közért	60	-	-	-	38	-	38
	Ozdi Koh.	17	-	-	-	22	16	38
	MVSC	64	-	-	-	-	38	38
	Balassgy.	-	20	-	-	18	-	38
53.	Gy.Dózsa	6	-	-	-	-	36	36
54.	Halad.VSE	29	-	-	16	17	-	33
55.	Szent.Vm.	35	-	-	-	32	-	32
56.	Gyul.Med.	21	-	-	-	-	24	24
	Törekv.	69	-	-	-	24	-	24
58.	ZTE	-	-	-	-	-	22	22
	Orosháza	-	-	-	-	-	22	22
	Várpalota	-	-	-	-	22	-	22
61.	Dunak.VSE	48	-	-	-	20	-	20
	Csong.SC	60	-	-	-	20	-	20
	Székhács	-	-	-	-	-	20	20
64.	Kap.Dózsa	22	-	-	-	-	18	18
	Testvéris.	-	-	-	-	-	18	18
66.	Jászab.Vas.	-	-	-	-	16	-	16
	Petőháza	-	-	-	-	16	-	16

A női ifjúsági pontverseny végeredménye:

sorszám	egyesület	mezei bajn.	ország. feln. bajn.	összetett bajn.	18 évesek bajnoksága	17 évesek bajnoksága	váltóbajnokság	összesen
1.	NYVSC	25	-	48	40	86	174	398
2.	DVTK	16	-	-	18	174	92	364
3.	Bp.Honvéd	1	32	20	-	80	134	340
4.	Bak.Vegy.	24	62	-	-	60	122	324
5.	Vasas	2	-	-	20	114	84	312
6.	Videoton	5	-	-	28	144	-	260
	BVSC	47	-	-	-	40	148	260
8.	Halad.VSE	8	16	20	62	-	108	250
9.	Csepel	10	-	-	24	120	104	248
10.	Sz.Dózsa	4	58	-	32	36	94	236
11.	Bp.Spart.	10	28	16	-	100	-	200
12.	KSI	6	-	18	-	88	18	158
13.	Gy.Dózsa	10	-	-	-	-	156	156
14.	U.Dózsa	3	-	40	-	112	-	152
15.	B.Vasas	9	16	18	-	108	-	142
	VM.Egyet.	25	-	-	28	46	68	142
17.	MAFC	17	-	56	-	40	40	136
18.	Bcs.Előre	18	-	-	-	-	66	134
19.	Dujv.Koh.	25	-	-	-	42	68	110
20.	Paksi K.	28	32	-	-	72	-	104
21.	Bp.Épit.	20	24	-	-	52	-	100
	Pécsi Dózsa	-	-	-	-	18	82	100
23.	MVSC	49	-	-	32	-	64	96
24.	Sz.Vizsmi	37	-	-	-	34	60	80
25.	G.Mávag	46	26	-	-	56	-	76
26.	BEAC	14	-	-	-	24	52	72
27.	SZVSE	38	-	-	-	72	-	60
28.	Debr.Ép.	19	28	-	-	16	16	58
29.	Sz.MÁV	21	-	-	-	18	40	56
30.	MEAF	-	-	-	16	-	40	56
	ZTE	-	-	-	-	40	16	56
	Tat.Bány.	-	-	-	-	-	56	56
33.	SKSE	21	-	-	-	38	16	54
34.	Hódiköt	32	-	-	-	-	52	52
35.	E.Dózsa	45	-	-	-	46	-	46
36.	Balassgy.	-	22	-	-	-	18	40
37.	Egr.Dózsa	45	-	-	-	-	-	38
	Nyir.TK	39	-	-	-	38	-	38
	Rába ETO	-	-	-	-	-	38	38
40.	SZEOL	-	-	-	-	-	36	36
	Páp.Text.	36	-	-	-	-	36	36
	Petőháza	-	-	-	-	-	36	36
43.	TFSE	7	-	-	-	32	-	32
44.	Székhács	-	-	-	-	24	-	24
45.	Mohács TE	-	-	-	-	22	-	22
	Gyul.Med.	49	-	-	-	22	-	22
	Szomb.SE	35	-	-	-	22	-	22
	Koml.Bány	21	-	-	-	22	-	22
49.	Jászber.	-	-	-	-	20	-	20
	Kecsk.Dó.	39	-	-	-	20	-	20
	ÓKSE	41	-	-	-	20	-	20
	CVSE	-	20	-	-	-	-	20
	Bp.Medosz	-	20	-	-	-	-	20
54.	FTC	41	-	-	-	-	18	18
	DEAC	-	-	-	-	18	-	18
56.	Nagyk.OB.	47	-	-	-	16	-	16
	Orosháza	-	-	-	-	16	-	16
	Makói VSE	41	-	-	-	-	16	16
	Hatv.Kin.	-	-	-	-	16	-	16
	Kap.Dózsa	29	-	-	-	-	16	16

dr. Istenes Vilmos

Fiú serdülők váltóbajnoksága

Sor-szám	egyesület	4x100	4x400	4x800	Össz-pont
1.	Miskolci SI	40	32	16	88
2.	Debreceni SI	18	28	40	86
3.	SZEOL	22	40	20	82
4.	Szolnoki SI	28	20	-	48
5.	KSI	20	24	-	44
7.	Hatvani Kinizsi	-	16	28	44
7.	Tatabánya	-	18	24	42
8.	Bp.Honvéd	-	-	32	32
	Dunaujvárosi Koh.	32	-	-	32
10.	U.Dózsa	24	-	-	24
11.	SZVSE	-	22	-	22
	Kazincb.Vegyész	-	-	22	22
13.	Komlói Bányász	-	-	18	18

Leány serdülők váltóbajnoksága

Sor-szám	egyesület	4x100	4x300	Össz-pont
1.	Bakony Vegyész	40	32	72
	Vasas	32	40	72
3.	BKV Előre	24	28	52
4.	FTC	20	16	36
	Nyiregyházi SI	18	18	36
6.	Csepel	28	-	28
7.	Debreceni SI	-	23	23
	Bp.Honvéd	-	23	23
9.	Tatabánya	22	-	22
10.	KSI	-	20	20
11.	U.Dózsa	16	-	16

Fiú serdülő összetett és futó CSB

Sorszám	egyesület	16		15		14		13		futó CSB	összesen
		egy.	csap.	egy.	csap.	egy.	csap.	egy.	csap.		
1.	Sopr.Textil	40	40	24	-	22	28	32	24	-	210
2.	U.Dózsa	28	28	32	-	40	40	-	22	-	190
3.	KSI	24	24	-	20	-	40	-	20	-	128
4.	Debreceni SI	-	18	18	32	-	18	-	-	40	126
5.	Csepel	18	-	28	-	34	32	-	-	-	112
6.	Kecsk.Dózsa	-	-	40	28	-	22	-	16	-	106
7.	Szolnoki SI	-	-	-	-	-	-	52	40	-	92
8.	Miskolci SI	32	32	-	-	20	-	-	-	-	84
9.	Haladás VSE	-	-	22	18	-	-	40	-	-	80
10.	Dunaujv.Koh.	-	22	20	24	-	-	-	-	-	66
	Pápai Textil	-	-	-	-	-	-	34	32	-	66
12.	Gyul.Medosz	22	20	-	22	-	-	-	-	-	64
13.	Pécsi SI	16	-	-	-	-	-	22	22	-	60
14.	Gyöngy.Energ.	-	-	-	-	-	-	20	28	-	48
15.	SZEOL	-	16	-	-	24	-	-	-	-	40
	Vasas SI	-	-	-	40	-	-	-	-	-	40
17.	Koml.Bányász	-	-	-	-	-	20	-	18	-	38
18.	Mosonnav.SI	-	-	-	-	32	-	-	-	-	32
	Kazincb.Vegy.	-	-	-	-	-	-	-	-	32	32
	Dunakeszi VSE	-	-	16	16	-	-	-	-	-	32
21.	Balassagy.SE	-	-	-	-	-	-	-	-	28	28
	VM Egyetért.	-	-	-	-	28	-	-	-	-	28
23.	Salg.Kohász	-	-	-	-	-	-	-	24	24	24
24.	Tat.Bányász	-	-	-	-	-	-	-	20	20	20
	FTC	20	-	-	-	-	-	-	-	-	20
26.	Hatv.Kinizsi	-	-	-	-	-	-	-	-	18	18
27.	Bp.Honvéd	-	-	-	-	-	-	-	-	16	16

Leány serdülő összetett bajnokság

Sorszám	egyesület	16		15		14		13		összesen
		egy.	csap.	egy.	csap.	egy.	csap.	egy.	csap.	
1.	Vasas	56	62	48	32	-	-	24	28	250
2.	KSI	-	20	68	40	32	32	-	-	192
3.	U.Dózsa	-	32	-	-	-	-	50	40	122
4.	Bp.Honvéd	32	-	-	-	16	-	40	32	120
5.	FTC SI	-	-	-	-	64	40	-	-	104
6.	Pécsi SI	-	-	-	20	-	24	20	24	88
7.	Dunaujv.Koh.	-	-	-	28	22	18	-	16	84
8.	Nagyk.Pedag.	24	-	24	24	-	-	-	-	72
9.	Debreceni SI	-	18	-	18	-	28	-	-	64
10.	Koml.Bányász	-	-	-	-	-	-	26	20	46
	Szegedi SI	18	28	-	-	-	-	-	-	46
12.	Miskolci SI	20	-	-	-	-	-	-	22	42
13.	Bajai Vasas	-	-	-	-	20	20	-	-	40
	Gyul.Medosz	-	-	-	-	18	22	-	-	40
15.	Soproni Text	-	-	-	22	-	16	-	-	38
16.	Salg.Kohász	-	-	-	-	-	-	32	-	32
17.	Balfür.Vasas	28	-	-	-	-	-	-	-	28
	Haladás VSE	-	-	-	-	28	-	-	-	28
19.	Kecskeméti SI	-	-	-	-	-	-	8	18	26
20.	Bakony Vegy.	-	24	-	-	-	-	-	-	24
21.	Győri Dózsa	-	-	22	-	-	-	-	-	22
	Bp.Spartacus	22	-	-	-	-	-	-	-	22
23.	Csongrád SC	-	-	20	-	-	-	-	-	20
24.	Fiszarured	-	-	18	-	-	-	-	-	18
25.	MEAFK	-	16	-	-	-	-	-	-	16
	Szolnoki SI	-	-	16	-	-	-	-	-	16

F E L H I V Á S

A Magyar Atlétikai Szövetség 75 éves jubileumára kiadott emlékjelvény kapható a Sportpropaganda Válatnál /Budapest, VIII., Rákóczi ut 57/a/ 10 forintért. /A jelvény nagyított rajza az első oldal alján látható./

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: Sportpropaganda Vállalat, /Budapest, XIV., Istvánmezei ut 3. Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlap Irodánál /KHI. Budapest, V., József Nádor tér 1.sz./ közvetlenül, vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI. 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Előfizetési díj egy évre: 48.- Ft. Egyes szám ára: 4.50.- Ft. Számonként kapható még: Sportpropaganda, Budapest, VIII., Rákóczi ut 57/a. Index száma: 26.035.

