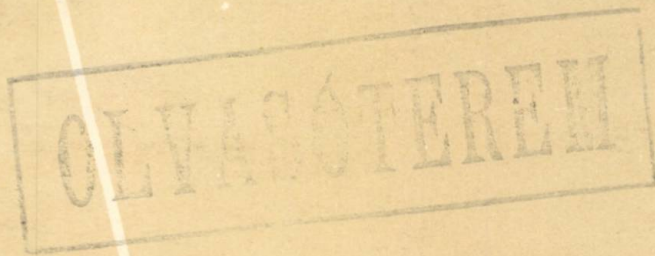


ATLÉTIKA



A TARTALOMBÓL:

Az 1974. évi római atlétikai EB tapasztalatai

Gondolatok az élversenyzők beérésével
kapcsolatban

Európai atlétaedzők VIII. kongresszusa
Budapesten

Gondolatok a magyar rúdugrásról

Előfizetőinkhez !

A budapesti középiskolák fedettpályás
atlétikai versenyeiről

Versenyeredmények

1975 / 2

ATLÉTIKA

XIX. ÉVFOLYAM

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1975. 2. SZÁM

Az 1974. évi római atlétikai EB tapasztalatai

A római atlétikai EB-n két kollégámmal együtt megfigyelőként vettem részt. Előzetesen azt a feladatot kaptuk, hogy szakterületünkön a versenyzők közvetlen felkészülését, bemelegítését és versenyzésüket tanulmányozzuk és készítsünk a nemzetközi élvonal erőviszonyairól, a fejlődési tendenciáiról összefüggő elemzést.

Személy szerint feladatom volt: az általános tapasztalatokon kívül a közép- és hosszútávfutás, gyaloglás, akadályfutás szakmai tapasztalatainak gyűjtése és elemzése.

A versenyeket az 1960-as olimpiára épített Római Olimpiai Stadionban bonyolították le. A Stadion gyönyörű környezetben a város szélén helyezkedik el. Közvetlen mellette van a Márvány Stadion, amely az EB alatt edzésekre és bemelegítésre szolgált.

A Stadiont a ma ismert legkorszerűbb berendezésekkel látták el: elektromos időmérővel, automatikus kiugrásjelzővel, optikai térmérővel, elektromos eredményjelző /komputerrel irányított/ táblákkal. /Megjegyzem: ezek több esetben nem működtek tökéletesen, volt pl. amikor 2-3 sorozaton keresztül nem tájékoztatták a közönséget./

A Stadionban a célegyenest tekintve - általában 2 m/sec. sebességgel ellenszél fújt, amely a rövidtávfutó eredményeket rontotta. Az elektromos időmérés a kézi időméréshez képest mintegy 0.2 - 0.3 mp-cel növelte az elért időeredményeket. A dobószámoknál /gerely, diszkosz/ szintén hátszél zavarta a versenyzőket.

A versenyzők edzéséhez egy dobópálya is rendelkezésre állt, ez a Stadiontól 15 perces autóbusz-útra volt.

A szálláshelyek kb. 20 perces, csúcsforgalom idején 30 perces autóbusz-útra estek a Stadiontól. 15 percenként rendszeres autóbuszjáratok közlekedtek a Stadion és a szálláshely között.

A magyar csapat szálláshelye a VIA AURELIA körúton, a Vatikán közelében lévő kényelmes szállodában volt, ahol az étkezés és az egyéb szolgáltatások megfelelték a követelményeknek.

A versenyzőkkel azonban szinte alig lehetett érintkezni. Velük csak a nézőtérén tudtunk elbeszélgetni, ott volt a szabadabb mozgási lehetőség.

Az edzéslehetőségek elsősorban a közép- és hosszútávfutók részére nem voltak megfelelőek. A hosszú utazások miatt - napi kétszeri edzés esetén - inkább a betont választották és edzéseiket a szálláshely körül, vagy a városban tartották. Az edzések beosztása nem sikerült megfelelően, mert a kedvező időpontokban túlszűfoltak voltak a pályák.

Az időjárás a sokévi átlaghoz képest igen meleg volt. Napközben 26-28 C fokot és 78-80 %-os páratartalmat mértek, ami estefelé megközelítően 90 %-ra emelkedett. Ez az időjárás elsősorban a hosszútávfutókat zavarta. /Az első nap pl. a 10.000 m idején este 20.40-kor 0.87 m/sec.-szél fújt, a páratartalom 95 %, a hőmérséklet 25 C fok volt./ Az időjárás a páratartalom vonatkozásában csak az utolsó napra javult.

A római EB általános szakmai jelentősége

A római EB szakmai szempontból különösen jelentős volt. Az eddigi 3 éves ciklus helyett ismét visszatértek a 4 évesre, tehát ezentúl ismét 4 évenként a két olimpia közötti időszakban, és pedig a páros években rendezik meg a versenyeket. Ez a tény azzal a következménnyel jár, hogy az Olimpiára történő felkészülés szempontjából megnőtt az EB jelentősége, ugyanis az itt szerzett tapasztalatok főleg a fiatalok kiválasztásánál és versenyeztetésénél a következő olimpiáig jól hasznosíthatók. Amíg Helsinki 1971. és München 1972. között az élmény nem sokat változott, addig München óta Rómaig igen sok fiatal /egy részüket már az ifjúsági EB-n és IBV-ken megismerhettük/ jelentkezett a versenyeken. A rajthoz állt 17 helsinki-i győztes atléta közül csak Borzov, Brisehick, Csizsova és Melnyik nyert ismételten. Vártuk - az eredmények is ezt bizonyítják - hogy egyre több ország jelentkezik klasszis atlétákkal. Számítottunk arra is, hogy a győzelmek és helyezések egyre inkább szétszóródnak, az erőviszonyok kiegyensúlyozódnak. Így is történt.

Bebizonyosodott az is, hogy a nagy atléta nemzetek és a középszerű közötti távolság egyre csökken. A helsinki-i EB-n az NDK, Szovjetunió és az NSZK az összes érme 60 %-át szerezte meg, Rómában viszont a 115 éremből az NDK 26-ot, a Szovjetunió 16-ot, az NSZK 13-at, továbbá Nagy-Britannia, Finnország és Lengyelország 10-et nyert. Az összes érmekből ezen az EB-n az NDK, Szovjetunió és az NSZK 47.7 %-ot szerzett meg. Helsinkiben 20 ország, Rómában 22 ország szerzett és ért el 1-6. helyezést. Az NDK legutóbbi érmei /32/ és bajnokságai /12/ számát nem tudta elérni, a Szovjetunió ezuttal is 9 aranyérmet nyert, viszont 2 más éremmel kevesebbet szerzett. Az NSZK-tól pedig sok aranyérmet vett el a felfelé törekvő Lengyelország, Finnország, Bulgária. Új pontszerző ország Dánia,

Norvégia, Hollandia. A versenyek színvonalára jellemző, hogy 3 világrekord született és még 24 számban értek el a győztesek jobb eredményt, mint Helsinkiben.

Szakmai érdeklődést keltett a versenyszámok között szereplő új szám: a női 3000 m, amely Montrealban még nem lesz műsorán. A női 3000 m-es verseny olyan színvonalas és izgalmas volt, valószínűvé vált, hogy később felveszik az olimpiai programba.

A versennyel egyidőben ülésezett az IAAF kongresszusa, amelyen megállapodtak abban, hogy miután az 50 km-es gyaloglás nem szerepel a montreali olimpia műsorán, 1976-ban valószínűleg Svédországban 50 km-es világtajnokságot rendeznek. /Az EB műsorán továbbra is szerepel mindkét gyalogló szám./

Ujdonság volt, hogy az eddigiektől eltérően, az EB-t 8 nap alatt honyolitották le, de az első nap külön megnyitó ünnepélyt rendeztek, a 4. napon pedig - az olimpiai műsorhoz hasonlóan - pihenőnapot iktattak be. A résztvevő országok vezetői és a sajtó a versenyek ilyen mértékű elnyúlását kifogásolta, indokolatlannak tartotta.

Nem sikerült - sajnos - a versenyprogram összeállítása.

Szakmai szempontból hiba volt az egyes napok versenyprogramjának indokolatlan elnyújtása, továbbá az, hogy néhány versenyszám nem megfelelő helyre került. Gondolok arra, hogy pl. a női magasugrás utolsó versenyszám volt és zavarta a hivatalos záróaktus megkezdését.

A selejtezőkre sokszor rekkenő hőségben, délben került sor /férfi gerely, magasugrás/, máskor pedig reggel 9-kor indították az egyes futószámokat /tizpróba, ötpróba/.

A középtávfutók döntőjét is későbbi időpontban, kellemesebb esti időben lett volna célszerűbb lebonyolítani. A gyaloglás és a maratoni futás kezdési időpontja is korai órákra esett, így a versenyzőknek a magas páratartalom mellett - a verseny nagy részében - a napsütéssel is meg kellett küzdeik. Ilyen körülmények között igen sok neves, tapasztalt versenyző adta fel a küzdelmet.

A római EB a számok tükrében

Az EB-n 29 ország vett részt. Összesen 855 atléta érkezett Rómába / 595 férfi és 260 nő/. Végül is 837 versenyző szerepelt a rajtlistákon. Helsinkiben 869 atléta indult. Az olimpiai pontozást /1-6. hely/ figyelembe véve /7-5-4-3-2-1/ 22 ország szerzett pontot. A realisabb 1-8. helyezést tekintve /9-7-5-4-3-2-1 pontozással/ férfiaknál 20 ország, nőknél 13 ország kapott pontot.

1. sz. táblázat

Az 1974. évi római EB-n országok sorrendje az 1-6. hely alapján

Hely	Ország	Pont	Létszám		1 főre eső pont	Helsinki-1 hely	Pont
			ffi	női			
1.	NDK	191	46	32	2.44	1.	199.5
2.	Szovjetunió	157	60	31	1.72	2.	149
3.	Lengyelország	73.5	38	22	1.22	5.	69
4.	NSZK	68	46	25	0.95	3.	124
5.	Anglia	67	49	25	0.90	4.	75.5
6-8.	Finnország	62.5	33	9	1.41	6.	32.5
	Franciaország	38	36	11	0.8	8.	24
	Olaszország	38	45	13	0.65	10.	22
9.	Csehszlovákia	25	36	11	0.53	7.	28
10.	Románia	24	9	20	0.82	11.	18.5
11.	Bulgária	23	16	15	0.74	19.	2
12.	Jugoszlávia	16	8	3	1.45	13.	13
13.	Magyarország	13	16	7	0.56	9.	23
14-15.	Dánia	12	8	4	1.0	-	-
	Svédország	12	31	5	0.33	12.	14
16.	Norvégia	11	12	3	0.75	-	-
17.	Hollandia	7	7	6	0.61	-	-
18.	Belgium	6	19	4	0.26	15.	10
19.	Svájc	5	14	4	0.27	16.	9
20.	Görögország	3	20	-	0.1	17-18.	4
21-22.	Ausztria	1	2	3	0.2	14.	12
-	Spanyolország	1	24	3	0.03	17-18.	4
-	Irország	-	5	2	-	20.	1
-	Törökország	-	5	2	-	-	-
-	Portugália	-	4	-	-	-	-
-	Luxemburg	-	2	-	-	-	-
-	Lichtenstein	-	1	-	-	-	-
-	Izland	-	2	-	-	-	-
-	Gibraltár	-	1	-	-	-	-

A táblázat feltünteti, hogy az egyes országok 1 főre számítva hány pontot szereztek. Ezek szerint: a táblázaton kialakult országok közötti sorrend nem egyezik az 1 főre eső országonkénti pontszámmal, ami azt bizonyítja, hogy egyes országok feleslegesen népes küldöttséggel utaztak az EB-re, mások pedig mértéktartóan, az erőviszonyok helyes felmérésével realisan válogattak. Pl.: Lengyelország, Finnország, Jugoszlávia, Bulgária, Románia várakozáson felül szerepelt és megfelelően válogatott. Feltűnő viszont, hogy az

1/a. sz. táblázat
Országok sorrendje az EB 1-8. helyezés alapján

Férfiak + nők			Férfiak		Nők			
	Ország	Pont		Ország	Pont		Ország	Pont
1.	NDK	300	1.	Szovjetunió	162.5	1.	NDK	170
2.	Szovjetunió	263.5	2.	NDK	130	2.	Szovjetunió	101
3.	NSZK	130	3.	NSZK	100	3.	Lengyelország	48
4.	Lengyelország	127	4.	Lengyelország	81	4.	Finnország	41
5.	Anglia	108	5.	Anglia	79	5.	Bulgária	34
6.	Finnország	98.5	6.	Finnország	57.5	6.	NSZK	30
7.	Olaszország	69	7.	Franciaország	57	7.	Anglia	29
8.	Franciaország	60	8.	Olaszország	57	8.	Románia	28
9.	Csehszlovákia	46	9.	Svédország	26	9.	Csehszlovákia	26
10.	Románia	42	10.	Csehszlovákia	20	10.	Magyarország	15
11.	Bulgária	40	11.	Jugoszlávia	16	11.	Olaszország	12
12.	Magyarország	26	12.	Dánia	16	12.	Franciaország	9
13.	Svájc	26	13.	Norvégia	15	13.	Jugoszlávia	7
14.	Jugoszlávia	23	14.	Románia	14			
15.	Norvégia	21	15.	Hollandia	13			
16.	Dánia	16	16.	Svájc	12			
17.	Hollandia	13	17.	Belgium	11			
18.	Svájc	13	18.	Magyarország	11			
19.	Belgium	11	19.	Bulgária	6			
20.	Görögország	5	20.	Görögország	5			
21.	Spanyolország	4	21.	Spanyolország	4			
22.	Ausztria	2	22.	Ausztria	2			
23.	Irország	1	23.	Irország	1			

NSZK, Anglia, Olaszország /megjegyzem: hogy a rendező ország mindig több versenyzőt indít/, Csehszlovákia atlétái a várakozás alatt szerepeltek.

Vajon az egyes országokban hogyan sikerült a felkészítés és a formaidőztetés? Az EB-n jól szereplő atléták felkészülése általában zavartalan volt és június közepétől egyre jobb eredményeket értek el.

A versenyzési tervek általában fokozatosan erősödő tendenciát mutattak és legtöbb esélyes atléta országának bajnokságán, amelyeket általában július végén, augusztus elején rendeztek meg, már jó formában volt, kimagasló eredményt ért el.

Az EB versenyein azonban a sok formában lévő atléta közül csak azoknak sikerült nyerni vagy jól szerepelni, akik nemcsak fizikailag, hanem minden szempontból és azon a napon, ezen a versenyen jó állapotban, megfelelő diszpozícióban álltak rajthoz.

Az állítás bizonyítására álljon itt egy összehasonlító táblázat, amely azt vizsgálja, hogy az EB-n 1-3. helyezést, valamint kiragadottan a 8. helyezett versenyzők szerepeltek-e a két héttel korábban összeállított "európai 20-as" ranglistán. /lásd a 2. számú táblázatot a 4. oldalon./

A táblázatból megállapítható, hogy kik voltak azok a versenyzők, akik az EB előtt a ranglistán az 1. helyen szerepeltek és az EB-n bajnokságot nyertek. Látható, hogy a 34 egyéni versenyszámból 16-ban a ranglistavezető került az első helyre. Továbbiakban megvizsgáltam, hogy kik okoztak meglepetést. Elég kevesen: az 1-3. helyezettek közül mindössze 7 atléta nem szerepelt az előzetes listán. Ezt erősíti meg az is, hogy a 8. helyezettek közül mindössze 8 fő nem található a ranglistán.

A formaidőztetéssel kapcsolatban megvizsgáltam, hogy az 1-3. helyezettek közül hány atléta érte el idei legjobb eredményét a római EB-n és ennek alapján egy másik országokénti rangsort készítettem. Megállapítható, hogy az 1-3. helyezettek közül 102 főből 51 atléta az EB-n érte el idei legjobb eredményét. /Ez a szám + 7 fővel növekszik, ha a vágtszámokban az eredményekből 0.2 mp-et az elektromos időmérés miatt levonunk! /Országoként vizsgálva az NDK és a Szovjetunió mellett a finnek formaidőztetése egészen jól sikerült, figyelemre méltóan készültek fel az NSZK versenyzői is /bár aranyérmet keveset szereztek/, valamint a lengyel és az olasz atléták.

A 2. számú táblázatból az is kitűnik, hogy az előzetes 20-as ranglista alapján legtöbbször - így most is - nehezen ítéltető meg a várható teljesítmény, főleg a férfi súly, diszkosz, kalapács, női diszkosz, súly, férfi középtávfutás, 20 és 50 km-es gyaloglás, valamint a maratoni futás esetében. Ezekben a versenyszámokban igen sok atlétánál a kiemelkedő eredményeket hozó versenyzők körülményei általában pozitívan javították a ranglistára felkerült teljesítményüket /szél, hőmérséklet, tétnélküliség, stb./. Erdekessnek látszik az a tény, hogy Rómában az 1-3. helyezettek közül mindössze 19 atléta szerepelt ismét kiválóan és szerzett érmet.

Ezt a módszert tovább folytatva, kiderül, hogy az 1-6. helyezettek közül /198 fő/ 36 %-a szerzett ismét pontot, tehát a mezőny 64 %-a kicserélődött.

Versenyszámoként vizsgálva megállapítható, hogy Helsinkiben 9 versenyszámban /csak az egyéni versenyszámokat nézve/ teljesen kicserélődött a mezőny, 22 versenyszámban részben és csak 3 versenyszámban változott kevésbé /50 km gyaloglás, női súlylökés, férfi gerelyhajítás/.

Négy olyan versenyző akadt, aki Helsinkiben 9 versenyszámban változtatott és ismét ért el helyezést: Foster 1500 m-ről 5000 m-re, Fiasconaro 400 m-ről 800 m-re, Pascoe

2. sz. táblázat

Férfiak:

Verseny- szám	R ó m a		H e l s i n k i		Hely	Hely	Ország	Erdmény	Megjegyzés
	Hely	Név	Ország	Erdmény	Hely	Név	Ország	Erdmény	
100 m	1.	Borzov	SZU	10.27	1.	Borzov	SZU	10.3	+ /-0.2/ 0
	2.	Mennea	Olasz	10.34	2.	Wucherer	NSZK	10.5	+
	3.	Bieler	NSZK	10.35	3.	Papegeorgo- poulos	Görög	10.6	+ /-0.2/
	8.								
200 m	1.	Mennea	Olasz	20.6	1.	Borzov	SZU	20.3	+ /-0.2/ 0
	2.	Ommer	NSZK	20.76	2.	Hoffmeister	NSZK	20.7	+
	3.	Bombach	NDK	20.83	3.	Pfeiffer	NDK	20.7	+
	8.								
400 m	1.	Honz	NSZK	45.04	1.	Jenkins	Angol	45.5	+
	2.	Jenkins	Angol	45.67	2.	Piasconaro	Olasz	45.5	
	3.	Herman	NSZK	45.78	3.	Kukkoaho	Finno.	45.6	
	8.								
800 m	1.	Susanj	Jugoszl.	1:44.1	1.	Arzsanov	SZU	1:45.6	+
	2.	Ovett	Angol	1:45.8	2.	Fromm	NDK	1:46.0	+
	3.	Taskinen	Finnor.	1:45.9	3.	Carter	Angol	1:46.0	+
	8.								
1500 m	1.	Justus	NDK	3:40.6	1.	Arese	Olasz	3:38.4	
	2.	Hansen	Dánia	3:40.8	2.	Szordikovszky	Lengy.	3:38.7	
	3.	Wessinghage	NSZK	3:41.1	3.	Foster	Angol	3:39.5	
	8.								
5000 m	1.	Foster	Angol	13:17.2	1.	Waatainen	Finnor.	13:32.6	+
	2.	Kuschman	NDK	13:24.0	2.	Wadoux	Francia	13:33.6	+
	3.	Viren	Finnor.	13:24.6	3.	Norpoth	NSZK	13:33.8	
	8.								
10.000 m	1.	Kuschman	NDK	28:25.8	1.	Waatainen	Finno.	27:52.8	
	2.	Simons	Angol	28:25.8	2.	Haase	NDK	27:53.4	
	3.	Cindolo	Olasz	28:27.2	3.	Sarafetdinov	SZU	27:56.4	+
	8.								
Maratoni futás	1.	Thompson	Angol	2:13:18.8	1.	Lismont	Belgium	2:13:09.0	+
	2.	Lesse	NDK	2:14:57.4	2.	Wright	Angol	2:13:59.6	+
	3.	Roelants	Belgium	2:16:29.8	3.	Hilli	Angol	2:14:34.8	+
	8.								
110 gát	1.	Drut	Francia	13.40	1.	Siebeck	NDK	14.0	+ /-0.2/ 0
	2.	M. Wodzincki	Lengyel	13.67	2.	Pascoe	Angol	14.1	
	3.	L. Wodzincki	Lengyel	13.71	3.	Nadonicek	Csehszl.	14.3	
	8.								

110 m gátról 400 m gátra és Bragina 1500 m-ről 3000 m-re. Tehát meggondolandók a megalapozatlan versenyszám változtatások.

Ide tartozik a doppingvizsgálat kérdése is. Szűrőpróba-szerűen történtek a vizsgálatok, de az anabolikus sztereoidok kimutatására nem került sor, a versenyrendező országok anyagilag nem tudják fedezni a hatóságok ellenőrzés tetemes költségeit. A versenyen - tudomásom szerint - igen kevés ellenőrzésre került sor, így a verseny végére egyre többen kiismerték ezt az ellenőrzés rendszerét, ebből következett, hogy igen kis esély volt az esetleges pozitív eredmények kimutatására, a doppingszert használó versenyzők leleplezésére.

Mint a bevezető részben már említettem, az edzések az Olimpiai Stadion melletti Márvány Stadionban /futók, ugrók/ és egy másik kisebb pályán /dobók/ folytak.

400 gát	1. Pascoe	Angol	48.82	1.	48.83	1. Nallet	Francia	49.2	0
	2. Nallet	Francia	48.94	3.	49.1	2. Rudolph	NDK	49.3	+
	3. Gavrilenko	SZU	49.32	5.	49.63	3. Stukalov	SZU	50.0	+
	8.			7.					
3000 akadály	1. Malinowski	Lengy.	8:15.0	3.	8:19.2	1. Villain	Francia	8:25.2	+
	2. Gerderud	Svéd	8:15.4	1.	8:14.2	2. Moravcik	Csehszl.	8:26.2	+
	3. Karst	NSZK	8:18.0	2.	8:18.4	3. Sziszozjev	SZU	8:26.4	+
	8.			7.					
20 km-es gyaloglás	1. Golubnyicsij	SZU	1:29:30.0	20.	1:28:21.2	1. Szmaga	SZU	1:27:20.2	0
	2. Kennenbergs	NSZK	1:29:38.2	2.	1:24:45.0	2. Sperling	NDK	1:27:29.0	
	3. Shaloeik	SZU	1:31:48.0	-	-	3. Nihill	Angol	1:27:34.8	+
	8.			n i n c s					
50 km-es gyaloglás	1. Höhne	NDK	3:59:05.6	1.	3:52:52.8	1. Szoldatenko	SZU	4:02:22.0	0
	2. Barcs	SZU	4:02:38.8	6.	4:00:54.0	2. Höhne	NDK	4:04:45.2	
	3. Selzer	NDK	4:04:28.4	3.	3:59:56.6	3. Selzer	NDK	4:06:11.0	
	8.			13.					
Magasugrás	1. Törting	Dánia	225	2-3.	223	1. Sapka	SZU	220	0
	2. Sapka	SZU	225	2-3.	223	2. Dosa	Román	220	+
	3. Maly	Csehszl.	219	6.	222	3. Ahmetov	SZU	220	+
	8.			n i n c s					
Rúdugrás	1. Kiskun	SZU	535	4.	535	1. Nordwig	NDK	535	0
	2. Kasakiewicz	Lengyel	535	7-12.	530	2. Laaksson	Svéd	530	+
	3. Isakov	SZU	530	7-12.	530	3. Dionisi	Olasz	530	+
	8.			1. és 7-12.					
Távolugrás	1. Podlizsnyij	SZU	812	4.	805	1. Klaus	NDK	792	0
	2. Sztokics	Jugoszl.	805	3.	812	2. Ter-Ovaneszjan	SZU	791	+
	3. Subin	SZU	796	11.	792	3. Szudrowicz	Lengyel	787	+
	8.			1.					
Hármasugrás	1. Szanvejev	SZU	17.23	1.	17.05	1. Drehmel	NDK	17.16	0
	2. Corbu	Román	16.88	2.	16.50	2. Szanvejev	SZU	17.10	+
	3. Sontag	Lengyel	16.61	9.	16.63	3. Corbu	Román	16.87	
	8.			4.					
Súlylökés	1. Briesenick	NDK	20.50	3.	20.77	1. Briesenick	NDK	21.08	
	2. Reichenbach	NSZK	20.38	7.	20.80	2. Rothenburg	NDK	20.47	
	3. Capes	Angol	20.31	2.	21.37	3. Komar	Lengyel	19.99	
	8.			15.					
Diszkoszvetés	1. Kahma	Finn	63.62	3.	66.52	1. Danek	Csehszl.	63.90	
	2. Danek	Csehszl.	62.76	2.	67.18	2. Milde	NDK	61.62	
	3. Bruch	Svéd	62.00	1.	68.18	3. Fejér	Magyar	61.54	
	8.			10.					
Gerelyhajítás	1. Siltonen	Finn	89.58	1.	88.58	1. Luais	SZU	90.68	+
	2. Hanisch	NDK	85.46	16.	83.74	2. Dominis	SZU	85.30	+
	3. Thorsbund	Norvég	83.68	-	-	3. Hanisch	NDK	84.22	+
	8.			8.					

A Márvány Stadion tartan borítású, közvetlen alagút köti össze a versenyek színvonalával. A Stadion bármikor a versenyzők rendelkezésére állt, így előfordult, hogy néha kevesen, máskor pedig igen sokan edzettek, emiatt zavarták egymást.

Az edzőpályán főleg a rövidtávfutókkal, gátfutókkal és néhány ugróval találkoztam edzéseik alatt. Közép- és hosszútávfutót nem láttam edzeni ezen a pályán, csak egy alkalommal, két nappal a versenyszámok előtt figyelhettem meg az NDK három 1500 m-es futónőjét/mindhárman döntőbe kerültek/. 12 db. 150 m-t futottak fokozó tempóban 18-19 mp-re, visszafelé könnyű futás volt a pihenő.

Az edzőpályán látottakból megállapítottam, hogy legtöbbször a versenyek előtti edzéseken csak fokozó, vagy repülőfutást gyakoroltak, de úgy, hogy a leggyorsabb sebességet mintegy 40-50 m-en keresztül tartották, tehát nemcsak "könnyen" repültek, átmozgattak. Sok atléta gimnasztikázott. A gimnasztikai és futóiskolai gyakorlatokat intenzíven és tökéletes technikai kivitelben gyakorolták és egyáltalán nem könnyen, lezseren, mint nálunk szokásos. Az edzéseken majdnem minden atléta az "ADIDAS" achill magasított és hátul

Kalapács- vetés	1. Szpiridonov 2. Sachae 3. Theimer	SZU NDK NDK	74.20 74.00 71.62	3. 9. 3.	74.66 72.66 75.60	1. Beyer 2. Theimer 3. Bondarczuk	NSZK NDK SZU	72.36 71.80 71.40	0
Tízpróba	8. 1. Szkowronek 2. Le Roy 3. Krattheiner 8.	Lengyel Francia NSZK	8207 8146 8132	1. 2. 9. 15-20.	8076 8074 7894	1. KIRST 2. Hedmark 3. Walde	NDK Svéd NSZK	8196 8038 7951	0
100 m	1. Szwinska 2. Stecher 3. Linch	Lengyel NDK Angol	11.13 11.23 11.28	1. 2. 3. 4-20.	10.9 11.0 11.1	1. Stecher 2. Michler 3. Schittenhelm	NDK NSZK NSZK	11.4 11.5 11.5	0 + +/-0.2/ +/-0.2/ +
200 m	1. Szwinska 2. Stecher 3. Pursiainen	Lengyel NDK Finn	22.51 22.62 23.17	1. 2. 5-9. 5-9.	22.0 22.4 22.9	1. Stecher 2. Balogh 3. Szwinska	NDK Magyar Lengyel	22.7 23.3 23.3	0
400 m	1. Salin 2. Streidt 3. Wilden	Finn NDK NSZK	50.14 50.69 50.88	2. 5. 7.	50.5 51.2 51.67	1. Seidler 2. Bödding 3. Lehnse	NDK NSZK NDK	52.1 52.9 52.9	0 + + +
800 m	1. Tomova 2. Hoffmeister 3. Schuman	Bulgár NDK Román	1:58.1 1:58.8 1:59.8	2. 3. 1. 11.	1:59.1 2:00.4 1:58.6	1. Nikolics 2. Lowe 3. Stirling	Jugoszl. Angol Angol	2:00.0 2:01.7 2:02.1	0 + +
1500 m	1. Hoffmeister 2. Tomova 3. Andersen	NDK Bulgár Norvég	4:02.3 4:05.0 4:05.2	1. 11. 5. 18.	4:09.6 4:11.5 4:10.0	1. Burneleit 2. Hoffmeister 3. Tittel	NDK NDK NSZK	4:09.6 4:10.3 4:10.4	0 + +
3000 m	1. Holmen 2. Bragina 3. J. Smith	Finn SZU Angol	8:55.2 8:56.2 8:57.4	3. 1. 2. 4.	8:59.0 8:52.7 8:55.6	Nem szerepelt a műsoron			+
100 m gát	1. Erhardt 2. Fildler 3. Nowak	NDK NDK Lengyel	12.66 12.89 12.91	1. 4. 2. 9-13.	12.4 12.9 12.5	1. Balzer 2. Erhardt 3. Suksiewicz	NDK NDK Lengyel	12.9 13.0 13.2	0 + +
Magas- ugrás	1. Witschas 2. Karbaniva	NDK Csehszl.	195 191	1. 11.	194 185	1. Gusenbauer 2-3. Popescu Inkpen	Ausztria Román Angol	187 185 185	0 + +
Távol- ugrás	1. Bruzsenyák 2. Surranova 3. Helenius	Magyar Csehszl. Finn	665 660 659	4. 9. 8.	663 656 658	1. Michler 2. Antenen 3. Rosendahl	NSZK Svájc NSZK	676 673 666	+

kissé lecsapott sarkú cipőt viselte, amely közép-hosszútávfutók részére készült "ORKAN" anyagból is. Könnyen hajlik és tökéletesen illeszkedik a lábra. Ezek a cipők az Achilles-in bántalmak megelőzését jól szolgálják.

A versenyekről

A versenyeken az előzetes terveknek megfelelően elsősorban a közép- és hosszútávfutó versenyszámokat figyeltem meg. Ennek megfelelően részidőket mértem, feljegyzéseket tettem az alkalmazott futótechnikáról, a verseny alakulásáról. Filmfelvételeket is készítettem a megítélésem szerint legjobb technikát képviselő futókról és a verseny néhány izgalmas pillanatáról.

A versenyek befejezése után - az eredmények ismeretében - összehasonlítottam a résztvevő országok erőviszonyait a közép-hosszútávfutásban és gyaloglásban. Mint várható volt - a közép-hosszútávfutásban - Romában a nagy meleg miatt is az egyenetlen tempó, a

Súlylökés	1. Csizsova SZU 21.22	1. 20.78	1. Csizsova SZU 20.16 +	0
	2. Adam NDK 20.43	2. 20.61	2. Lange NDK 19.25	
	3. Fibingerova Csehszl. 20.33	3. 21.18	3. Gummel NDK 19.22	
8.				
Diszkosz- vetés	1. Melnyik SZU 69.00	1. 69.90	1. Melnyik SZU 64.22	0
	2. Menis Román 64.62	2. 65.84	2. Westermann NSZK 61.68	
	3. Hinzman NDK 62.50	3. 66.22	3. Muravjova SZU 59.48	
8.				
Gerely-	1. Fuchs NDK 67.22	1. 65.58	1. Jaworska Lengyel 61.00 +	0
	2. Todtem NDK 64.34	2. 62.10	2. Koloska NSZK 59.40 +	
	3. Urbancsics Jugoszl. 61.66	3. 60.00	3. Fuchs NDK 59.16 +	
8.				
Ötpróba	1. Tozicsenko SZU 4776	1. 4662	1. Rosendahl NSZK 5299 +	
	2. Pollek NDK 4676	2. 4684	2. Pollek NDK 5275	
	3. Szpaszphovszkaja SZU 4550	3. 4611	3. Herbert NDK 5179	
8.				

A "Megjegyzés" rovatban a jelölések értelmezése: + = a római EB-n érte el legjobb eredményét
0 = jobb az 1974. évi EB eredmény

2/a. táblázat

Országoként ideai legjobb eredményét érte el az EB 1-3 helyezettjei közül
/102 főből 34 egyéni versenyszám alapján/

Hely	Ország	Férfi	Női	Összesen
1.	NDK	4	8	12 /+1 női/
2.	Szovjetunió	8	2	10 /+1 férfi/
3.	Finnország	3	2	5
4-6.	NSZK	3	-	3
	Lengyelország	3	-	3 /+2 férfi/
	Olaszország	2	-	3 /+1 női/
7-11.	Jugoszlávia	2	1	3 /+1 férfi/
	Anglia	1	1	2
	Franciaország	2	-	2
	Norvégia	1	1	2
12-16.	Csehszlovákia	-	-	1
	Románia	1	-	1
	Belgium	1	-	1
	Bulgária	1	-	1
	Dánia	-	1 /2x/	1
	Magyarország	1	-	1
				51

/+ = 7 fő, ha a rövidtávokon 0.2 mp-et levonunk az eredményekből/

gyors, hirtelen iramváltoztatás, helyezkedés, valamint az erős hajrá volt a jellemző taktika. A fenti megállapítás azonban két versenyszámra nem teljesen érvényes. A női 1500 m-en befutó Hoffmeister az utolsó 500 m-en, 5000 m-en pedig Foster /már az előfutamban is/ 2800 m-től beleerősített és sikerült leráznia a mezőnyt. Azonban ezekben a versenyszámokban is a további helyezések igen nagy hajrában dőltek meg.

Foster részidőit a döntőben a következők voltak: 400 m: 63.0, 800 m: 2:07.0, 1200 m: 3:10.0, 1600 m: 4:15.0, 2000 m: 5:20.9, 2400 m: 6:25.0, 2800 m: 7:31.0, 3200 m: 8:31.01, 3600 m: 9:34.01, 4000 m: 10:38.0, 4400 m: 11:42.0, 4800 m: 12:46.0, 5000 m: 13:17.2.

Nem hagyható figyelmen kívül, hogy az összes középtávú futó /férfi-női 800-1500/ előfutam közül csak két esetben nem volt szoros a továbbjutók között a befutási sorrend, amely megint a fenti állítást igazolja.

/lásd a 3.sz. táblázatot/

Érdekes tény, hogy a 10.000 m-es döntőben az 1-7. helyezett között mindössze 3.4 mp különbség volt és az 1-2. helyezett azonos időt ért el. A női 3000 m-t és a 10.000 m-t a részidő szempontjából elemeztem és azt átlagidőhöz viszonyítva, grafikonon ábrázoltam az eltéréseket. /lásd a 4/a, b, c grafikonokat a 9. oldalon/

3. sz. táblázat
Különbségek az 1974. évi PB előfutamok és döntők 1-4 helyezettjei között

Férfi 800 m

1. előfutam: 1. 1:47.7 4. 1:47.9	Különbség 0.2 mp	1. középfutam: 1. 1:47.1 4. 1:47.4	Különbség 0.3 mp
2. előfutam: 1. 1:46.9 4. 1:47.1	0.2 mp	2. középfutam: 1. 1:47.6 4. 1:47.7	0.1 mp
3. előfutam: 1. 1:48.4 4. 1:48.9	0.5 mp	döntő: 1. 1:44.1 4. 1:46.0	1.9 mp
4. előfutam: 1. 1:49.7 4. 1:50.0	0.3 mp	de a 2. idő 1:45.8 8. idő 1:46.3	0.5 mp

Női 800 m

1. előfutam: 1. 2:01.2 4. 2:01.7	0.5 mp	1. középfutam: 1. 2:00.2 4. 2:01.9	1.7 mp
2. előfutam: 1. 2:02.6 4. 2:03.2	0.6 mp	2. középfutam: 1. 2:03.0 4. 2:03.6	0.6 mp
3. előfutam: 1. 2:02.1 4. 2:02.3	0.2 mp	döntő: 1. 1:58.1 4. 1:59.9	1.8 mp
		de a 2. idő 1:58.8 8. idő 2:01.5	2.7 mp

Férfi 1500 m

1. előfutam: 1. 3:42.0 4. 3:42.8	0.8 mp	3. előfutam: 1. 3:42.2 4. 3:43.9	0.9 mp
2. előfutam: 1. 3:43.0 4. 3:43.4	0.4 mp	döntő: 1. 3:40.6 4. 3:41.3	0.7 mp

Női 1500 m

1. előfutam: 1. 4:11.7 4. 4:14.1	2.4 mp	3. előfutam: 1. 4:11.5 4. 4:14.7	3.2 mp
2. előfutam: 1. 4:11.4 4. 4:11.5	0.1 mp	döntő: 1. 4:02.3 4. 4:05.9	3.6 mp

Férfi 5000 m

1. előfutam: 1. 13:37.0 4. 13:38.2	1.2 mp	3. előfutam: 1. 13:38.6 4. 13:39.2	0.6 mp
2. előfutam: 1. 13:56.8 4. 14:01.4	4.6 mp	döntő: 1. 13:17.2 4. 13:25.6	8.4 mp

3000 m akadályfutás

1. előfutam: 1. 8:25.2 4. 8:34.2	9.0 mp	3. előfutam: 1. 8:23.6 4. 8:26.8	3.2 mp
2. előfutam: 1. 8:23.6 4. 8:36.0	13.0 mp	döntő: 1. 8:15.0 4. 8:19.0	4.0 mp

10.000 döntő:

1. 28:25.8	3. 28:27.2
2. 28:25.8	4. 28:28.0

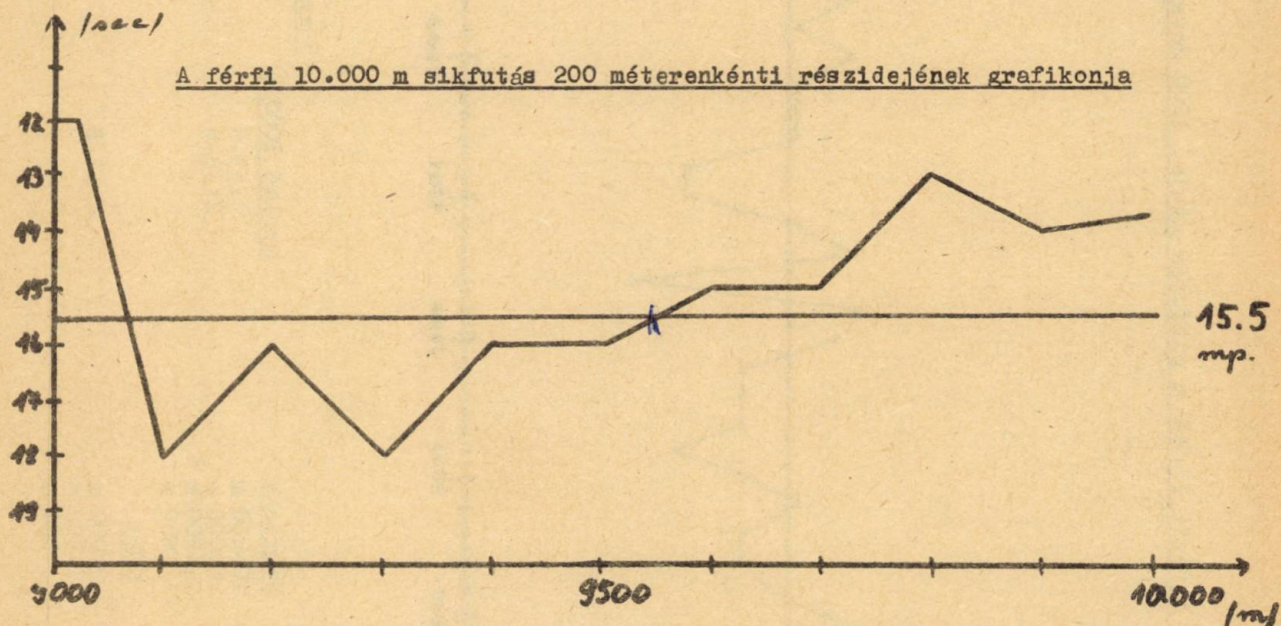
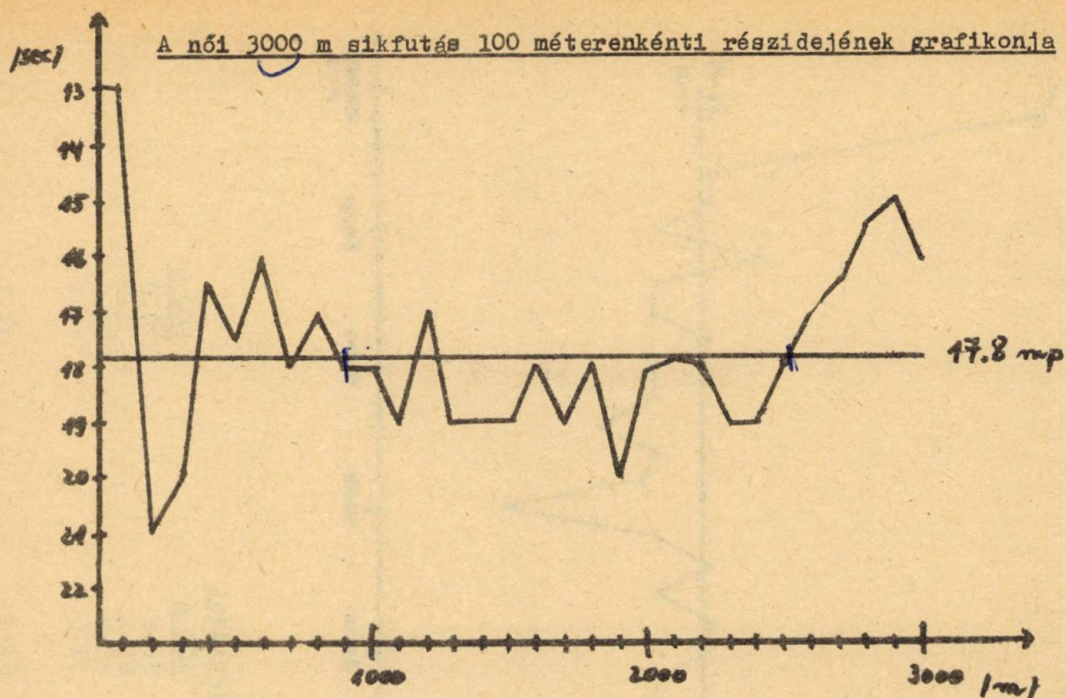
Ezek szerint nagy iramról nem volt szó, az élen eléggé gyakran változott a helyzet, az élbolyban futó atléták gyors, de rövid ideig tartó belesorításokkal előzték egymást, élreálltak, de a tempót nem sokáig tartották, helyüket ismét mások vették át. Ugy látszik, ez a versenyzői felfogás az utóbbi évek nagy találkozóiin általánossá vált, amelyből azt a következtetést lehet levonni, hogy az edzések további alakításában a nagy aerob-alap mellett az intenzív anaerob edzőmunka növelésére van szükség, valamint az ezzel járó pszichikai-akaratérobéli teljesítmények további fokozását kell megkövetelni.

A hajrákészség fontos szerepére utal az 5. számú kimutatás.

/5. számú kimutatás a 10. oldalon./

Ez alól kivétel van a fentebb említett két futószám /női 1500, férfi 5000/, amely nem a hajrában dől el. A kimutatásból kitűnik, hogy egy egyenetlen, de fokozatosan erősödő tempó után a verseny hajrájában lényeges, ugrásszerűen növekvő gyorsaságot érnek el a futók, tehát csaknem minden szám /közép- és hosszútáv/ nem iram-melés, hanem komoly vágta után dől el. Mégpedig úgy, hogy ehhez a tendenciához csaknem minden futó alkalmazkodott a versenyek során.

X A közép-hosszútáv futás technikájáról a helyszíni tapasztalat és filmezés alapján is megállapíthatók a következők: a technika egyéni, de mindenkor az adott edzettségi állapotnak megfelelő legyen. Erre a legjobb negatív példa az olasz FIASCONARO esete. Felkészülését sérülés zavarta, mozgásán már a középfutamban lehetett látni, hogy erőltetett, elrugaszkodása túl erős, futása levegős, a döntőben vereséget is szenvedett.



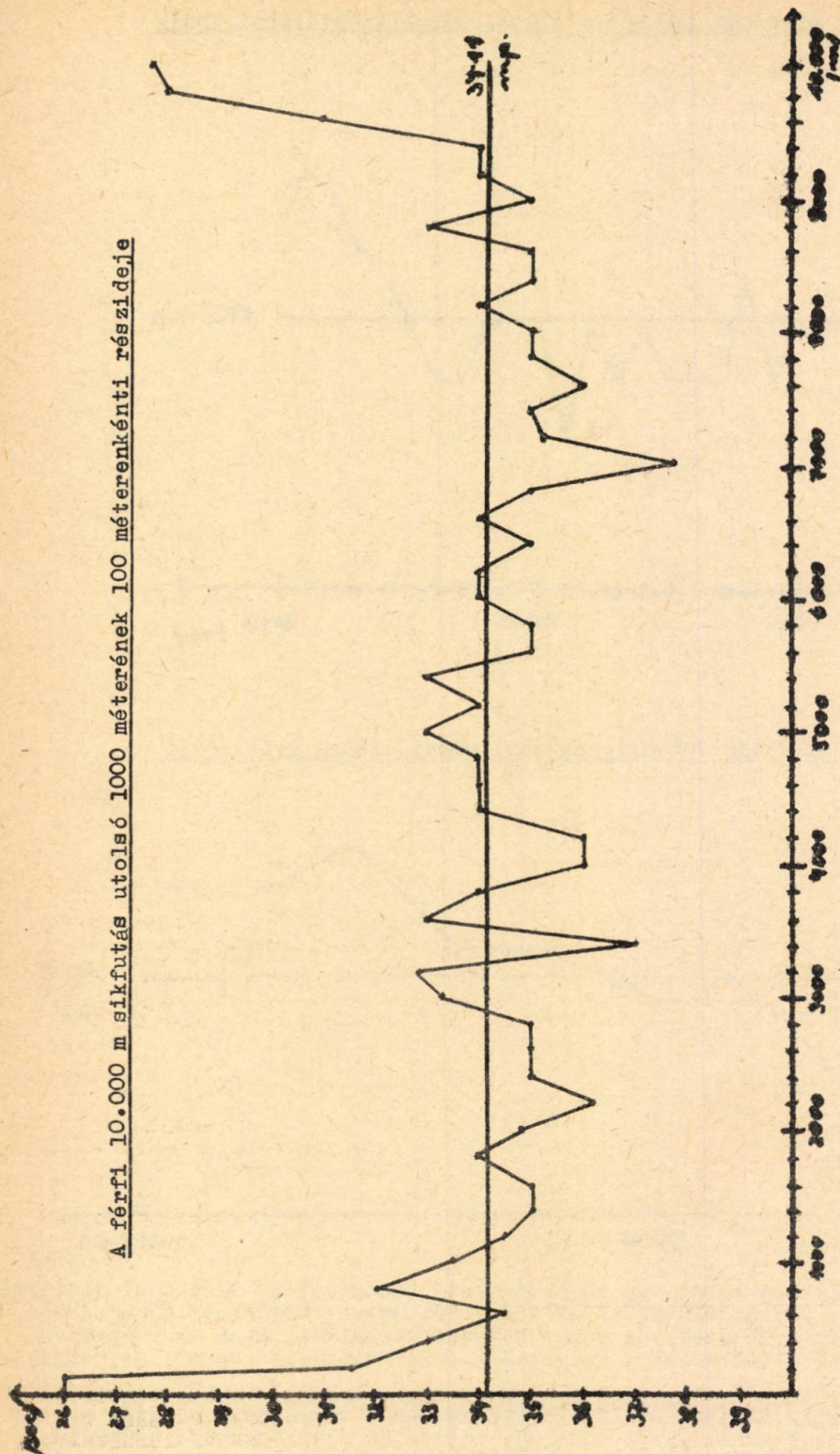
Láthattunk azonban tökéletes közép- és hosszútávfutó technikákat, amelyeket tanítani lehet: pl. a jugoszláv SUSAN, a finn VIREN, az NDK-beli KUSCHMANN, nőknél az NDK-s HOFFMEISTER. De láttunk szemre nem tökéletes, de mégis hatásos technikát, mint az 5000 m-en győztes brit FOSTER, aki kissé előrendöntött helyzetben fut, "maga alá tapos", de mozgása igen gördülékeny.

A film elemzéséből megállapítható és általánosítható az a tény, hogy a futás sebességének növekedésekor az adott fizikai állapothoz egy optimális elrugaszkodás szükséges, de ezen túlmenően lényeges kérdés a láb talajra helyezése is. A lendítés megállítása és a láb talajra helyezése egyre inkább hasonlít a rövidtávfutók azonos fázisához. Tehát nagy törekvés tapasztalható a fékezés csökkentésére, az aktív talajfogásra. Az aktív talajfogás miatt a boka és az alszár közötti hajlásszög csak "keveset enged utána" és a talajfogás /2 angol futó kivételével/ a térd függőleges vetülete előtt történik, teljes tappal. Törekednek arra is, hogy a felesleges repülést csökkentsék. A szemre igen szép mozgások legtöbbször nagy repüléssel járnak és csökkentik a sebességet.

Akadályfutásban az akadályok közötti távolságot a vizesárok elhelyezése miatt megnövelték és ez különbözőképpen befolyásolja a kevésbé technikás és technikás futók teljesítményét. Például több kifejezetten technikásnak tartott futó csak nehezen alkalmazkodott a helyzethez.

Kautanen, aki az egész akadályfutó mezőnyben a legtudatosabban technikás futó - tehát az akadályok között megfelelő kimért lépésszámmal fut - előtte nem aprózza lépéseit. Ró-

A férfi 10.000 m síkfutás utolsó 1000 méterének 100 méterenkénti részideje



5 sz. táblázat

	utolsó 1000 m	400 m	200 m
Férfiak:			
10.000 m	2:33.8	56.2	27.8
5.000 m	2:38.8	62.2	31.2
1.500 m		53.2	26.7
800 m		51.5	26.1
Nők:			
3.000 m	2:51.8	63.1	31.1
1.500 m		62.8	30.8
800 m		60.5	29.8

mában a helyi szokatlan pályakimérés /vagy a rossz forma miatt ?/ nem tudta régi jó bevált mozgását végrehajtani és a mezőny végén futott be. Elrugaszkodása túl erős volt, az akadályok előtt tőle szokatlanul nagyon aprózott. A vizesárokba két alkalommal is szinte beleesett. Gerderud, Malinovszky viszont jól alkalmazkodott a körülményekhez, futásuk gazdaságos volt, bár Gerderud, aki különben mindig gátvétellel veszi az akadályt, többször is rálépett arra a döntőben. Favának, az olasz akadályfutónak - akinek technikája igen kialakulatlan - az akadályok közötti szokatlanul nagy távolság nem okozott annyi gondot, mint technikásabb társainak, s végeredményben jól szerepelt.

A vizesárok vételéről megállapítható, hogy a döntő összes résztvevője a vizesárok gerendájáról erőteljesen rugaszkodott el és az ellentétes lábával ért talajra, illetve a vizesárokba, a végétől számítva mintegy 50-70 cm-re. A vizesárok előtt semmiféle jellet nem használtak, bemelegítéskor nem próbálták meg a vizesárok vételét.

/Itt jegyzem meg, hogy a 3000 m-es akadályfutásban, a vizesárok elhelyezése miatt, részeredményeket nem tudtam feljegyezni, ugyanis a résztávok helyei nem egyeztek meg a szokásos 400-as körpálya adataival. Rómában egy kör kb. 410-415 m lehetett./

Alkalmam volt megfigyelni a 20 és 50 km-es gyaloglók technikáját. Technikailag kiemelkedett a 20 km-es bajnok Golubnyicsij, aki lendítő lábával szinte súrolta a talajt, igen alacsony a vízsi előre talajfogáshoz, ami nagy energia-takarékossággal jár. /1960-ban Rómában már nyert olimpiai bajnokságot./

Nagyon elegánsan, gördülékenyen, igen intenzív karmunkával gyalogolt az NDK-s Hühne és az NSZK-s 1972. évi olimpiai bajnok Kannenberg. Testtartás vonatkozásában általánosítható, hogy a lépéshossz növelése érdekében a versenyzők testtartása függőleges, vagy kis mértékben inkább előre döntött.

Végezetül speciálisan a közép-hosszútávfutás, gyaloglás, akadályfutás nemzetközi erőviszonyainak felmérésre készítettem egy táblázatot az 1-3. helyezés alapján.

6 sz. táblázat

1. Férfi-női Összesen:	2. Nők:	3. Férfi gyaloglás nélkül:	4. Gyaloglás:
1. NDK 77	1. Szovjetunió 24	1. NDK 38	1. Szovjetunió 26
2. Szovjetunió 63	2. NDK 19	2. Anglia 37	2. NDK 18
3. Anglia 53	3. Bulgária 16	3. NSZK 18	3. NSZK 18
4. Olaszország 30	4. Románia 11	4. Finnország 17	4. Olaszország 10
5. NSZK 29	5. Finnország 9	5. Olaszország 16	5. Anglia 7
6. Finnország 26	6. Anglia 9	6. Lengyelország 14	6. Lengyelország 3
7. Lengyelország 22	7. Norvégia 6	7. Szovjetunió 13	
8. Románia 18	8. Franciaország 5	8. Hollandia 10	
9. Bulgária 16	9. Lengyelország 5	9. Belgium 10	
10. Norvégia 12	10. Olaszország 4	10. Jugoszlávia 9	
11. Hollandia 10	11. Spanyolország 2	11. Svédország 7	
12. Belgium 10	12. NSZK 1	12. Dánia 7	
13. Jugoszlávia 9		13. Románia 7	
14. Svédország 7		14. Norvégia 6	
15. Dánia 7		15. Svájc 5	
16. Franciaország 6		16. Magyarország 3	
17. Svájc 5		17. Szlovákia 2	
18. Magyarország 3		18. Spanyolország 1	
19. Spanyolország 3		19. Franciaország 1	
20. Csehszlovákia 2		20. Írország 1	

Az első oszlop a közép- és hosszútávfutásban és gyaloglásban a férfi-női pontversenyt tartalmazza. Miután a gyaloglás nem lesz olimpiai versenyszám, ezért arra külön oszlopot készítettem.

A jelenlegi helyzetet legreálisabban tükrözi a 2-3. oszlop, amely csak az olimpiai versenyszámokat tartalmazza /+ a női 3000 m-t is/, külön a férfi és a női számokban.

Összefoglalás

A római EB tehát igen sokrétű, gazdag szakmai tapasztalatot hozott.

Vázlatosan talán úgy foglalhatnánk össze az EB szakmai anyagát: az élvonalban szereplő atléták nagyon sokoldalú és változatos felkészülési időszak után az egész versenydínyen /júniustól szeptember végéig/ igen magas szintű formában vannak és ezen belül az egyes időszakokban bizonyára intenzíven edzenek is a megszerzett fizikai képességek állandósítására és ebből az állapotból kerülnek a "maximális" formába, amelyhez egyúttal megfelelő pszichikai-taktikai, versenyméleti, orvosi felkészülés is párosul, s ily módon valóban szuper-teljesítmények elérésére képesek atléták láthatók a világversenyeken.

Ennek ellenére összességében a Római EB, az előző világversenyeket figyelembe véve, színvonal, részvétel, versenyrendezés és bizonyos fokig az eredmények terén, nem mindenben felelt meg az előzetes várakozásnak.

A speciálisan megfigyelt területemen arra az általános következtetésre jutottam, hogy közép-hosszútávfutásban az irammenés egyre ritkább, a versenyek mozgalmasságát erősítő elemek /beleerősítés, váltogatott tempó, váltott vezetés, hajrá, stb./ kerültek előtérbe, amelyek egyre inkább a nagy terjedelem mellett, intenzív edzőmunkát követelnek.

Molnár Sándor

Gondolatok az élversenyzők „beérésével” kapcsolatban

A versenyzők felkészítésének módszerei általában ismertek. Programokban, szakeik-ekben mindenki olvashatta, hogy széles bázisú, sokoldalú, perspektivikus, fokozatosan növekvő terheléssel, mennyiségi munkáról minőségire való áttéréssel, ciklusbeosztással, súlypontozással, stb., el lehet jutni a jó eredményekhez. Az az edző, akinek fantáziája van, aki "alkotni" akar és aki hivatástudattal rendelkezik, kidolgozhatja magának a megfelelő módszereket és ha megfelelő partnert talál tanítványaiban, sikeres edző lehet.

A jelenleg ismeretes módszerekkel valóban el lehet jutni a jó eredményekhez, de kiemelkedő, klasszis versenyző kineveléséhez ennél sokkal több kell. Ugy is lehet fogalmaz-

ni, hogy türelem, de önmagában ez nem fejezi ki a dolog lényegét. Türelemre szükség van a versenyző, a vezető részéről, de az edző ezzel nem elégedhet meg.

Mire gondolok? Minden versenyzőnek különböző tulajdonságai vannak: jók, rosszak vegyesen. Ez vonatkozik alkati sajátosságaira, fizikai képességeire, de pszichikai tulajdonságaira is. Igazán nagy dolgokat csak "érett" egyéniségtől lehet tartósan elvárni. A nagy teljesítményekhez szükség van az egyén "össz-értékeire", amiben benne van minden, amelyeket korábban felsoroltam és azok is, amelyek kimaradtak, mert talán el sem lehet sorolni valamennyit.

A versenyző kialakítása nagyon hosszú folyamat. Az indulásnál számolni kell mindazokkal a tulajdonságokkal, amelyek a jelöltet jellemzik és tudni kell azokat, amelyek birtokában - hosszú út megtétele után - eredményes versenyzővé válhat. Az út megtervezése csodálatos és izgalmas feladat - "alkotás". Képzelőerő, perspektivikus látásmód és nagy-nagy önmérséklet szükséges az edző részéről. Bízalom, hit, együttműködésre való forró vágy jellemezze a tanítványt és mindkettő részéről a siker vágyának, a tökéletesedés felé haladás magas igényének, valamint kicsit a közös ügynek, az együttműködésnek tökéletes összhangja is elengedhetetlenül jelen kell, hogy legyen.

Az edző-tanítvány ilyen távlati, hosszú időn keresztül való együttműködése szinte vágyálom, pedig e nélkül komoly eredmény elképzelhetetlen. Azért vágyálom, mert vagy az edző nem rendelkezik az elmondott tulajdonságok valamelyikével, vagy a versenyző lendülete törik meg éppen olyankor, amikor próbára van téve akaratereje, amikor bebizonyíthatná, hogy alkalmas lesz nagy dolgok véghezvitelére, amikor rájön, hogy a hosszú út, amelynek végére szeretne érni, tele van buktatókkal, nehézségekkel és az emberi tulajdonságai lépten-nyomon kipróbálásra kerülnek.

Mindezeket azért irtam le ilyen hosszan, mert az utóbbi időben egyre többet hallani arról, hogy korán kell elindulni a nagy eredményekhez vezető úton, korábban kell specializálódni és így az eredmények is hamarabb jelentkeznek. Igen ám, de milyen eredmények?

Olyanok, amelyek általában jelenlegi atlétáinkat jellemzik, vagy olyanok, amelyeket elérnek a valóban klasszisok, akik talán valamit - a hosszú út során - másképpen csinálnak!

Erre a kérdésre szeretnék választ találni és felvetni néhány gondolatot és a valóság leszűrését már nyugodtan az Olvasóra bízatom.

Jó néhány éve olvastam két cikket is, amelyek azzal a kérdéssel foglalkoztak, hogy mi lett a serdülő bajnokokból? Statisztikailag kimutatták a cikkek, hogy a serdülő "menőknek" csak igen kicsi százaléka lett a későbbiek során is jó versenyző.

A cikk igaz volt, a következtetések helyesek - de a nézőpont, legalábbis nem helyes. Miért?

Ha azon a vonaton, amely keresztül megy Győrön, megkérdezzük az utasokat: hová tartanak, nagyon sokan nem akarnak Bécsig utazni. Eleve nem akarnak, nem az az úticéljuk. A serdülő bajnokokat, ha megkérdezzük: mi az életcéljuk, nagyon sokan eleve nem akarnak bajnokok lenni később is, hanem sokan orvosok, mérnökök, testnevelők, stb.

A serdülők versenyzésének nem is az a legfontosabb célja, hogy mindenki bajnok legyen. De számoljunk csak! Ha tíz éven keresztül összeadjuk a bajnokok számát, tíz év múlva, ha valamennyi élversenyző akarna lenni és ehhez megfelelő képességekkel is rendelkeznek, lenne-e annyi hely a dobogón a felnőtteknél? Tudok versenyzőkről, akik tíz éven keresztül nem adták alább a bajnokságon - és akkor mi jut a felnövő fiataloknak - még ha olyan nagyon tehetségesek is?

A nézőpont tehát nem volt helyes, ami a cikk - ilyen irányú - felvetését sugallta. Talán sokkal többet mond egy olyan felmérés, amelyben azt vizsgáljuk meg, hogy a jelenlegi bajnokok és élversenyzők hogyan kerültek a sportba, ki révén? A már befutott versenyzők multja többet mond és az út megvizsgálása nagyobb haszonnal járhat olyan szempontból, hogy esetleg annak követése valóban odavezet, ahová mi szeretnénk.

Vannak lelkes vezetők, szurkolók, akik önzetlenül irányítják a versenyzőt a pályákra és vannak lelkes, hozzáértő nevelők, edzők, akik a kezükben lévő fiataloknak megmutatják a követendő utat, függetlenül attól, hogy azon végigvezetik-e kézenfogva, vagy rábizzák a sorsra, a vak szerencsére, majd csak boldogul valahogy, ha már az indítékot megadták és az erős is valóban.

A Honvéd sportiskolának volt korábban egy főfoglalkozású edzője, aki vállalta azt, hogy Kispesten összeszedi a fiatalokat és megszeretteti velük az atlétikát. Két évig dolgozott az egyesületnél, azután felmondtak neki, mert amikor meglátogatták edzésen, "csak hét versenyzővel foglalkozott".

Tanítványaimmal minden év őszén kitöltetek egy kérdőívet. A különböző kérdések között szerepel egy ilyen: ki volt első edzője, ki révén került az atlétikába? Jelenlegi csoportomban három olyan versenyző van, aki az előbb említett edző nevét írta be. Mindhárman jelenleg országos bajnokok. Az egyik eddig ötször volt korcsoportjának bajnoka /ebből kettőt serdülő "B" kategóriás korában az említett edző kezei alatt/. Még 1975-ben is ifjúsági - és válogatott már. A másik eddig egy serdülő és egy ifjúsági bajnokságot nyert és még két évig ifjúsági, a harmadik ugyancsak egy serdülő és egy ifjúsági bajnokságot nyert, az IBV-n hatodik volt, ugyancsak ifjúsági válogatott, pedig még két évig ifjúsági korú. Mindhárman természetesen már az ifjúsági "A" minősítéssel rendelkeznek.

Annak az edzőnek, akivel korábban nem voltak tehát megelégedve, három tanítványa eddig 9 országos bajnokságot nyert! Ha ez az edző semmi mást nem csinált volna, ez az eredmény önmagáért beszél és még nincs vége, mert a versenyzők tehetségesek. Az első pl. a legnagyobb szeretettel beszél akkori edzőjéről, aki köcsijával gyakran megállt a házuk

előtt és a nem túl szorgalmas fiút magával vitte az edzésre. Még annyit teszek hozzá, hogy az illető edző nem rendelkezett dobó speciális képzéssel, de - úgy látszik - értette annak a korosztálynak nyelvét, amellyikkel foglalkozott. Szerintem, ez többet ér ezen a szinten a szakértelemnél is. Sajnálom, hogy három tanítványom országos bajnokságakor nem volt módomban megszorítani az első edző kezét, megköszönve monaszt, amit a magyar atlétikáért tett.

A Der Leichtathletik és a Leichtathletik közölni szokta a kiváló versenyzők adatait, eredményfejlődését. Ezek böngészése közben határoztam el, hogy megírom ezt a cikket és ami az alapötletet adta, az benne van az alábbi felsorolásban.

FAINA MELNYIK világcsúcstartó, olimpiai- és európa bajnok.

Született 1945. VII.9-én Bokotában. Testmagassága 172, súlya 85 kg.

Eredményfejlődése diszkoszvetésben - évenként:

1965.	20 éves	49.30	1970.	25 éves	61.80
1966.	21 éves	48.10	1971.	26 éves	64.88 világcs.
1967.	22 éves	48.34	1972.	27 éves	66.76 világcs.
1968.	23 éves	50.72	1973.	28 éves	69.48 világcs.
1969.	24 éves	54.76	1974.	29 éves	69.90 világcs.

Serdülő és ifjúsági korában tehát nem is dobott diszkoszt. Fejlődése később sem volt ugrásszerű. Öt évet dolgozott, amikor még "senkinek nem hívták", azután 25 éves korában egyszerre "beérett".

RUTH FUCHS gerelyhajító világcsúcstartó, olimpiai- és európa bajnok.

Született 1946. XII.14-én, Testmagassága 169, súlya 67 kg.

1961.	15 éves	35.67	1968.	22 éves	57.72
1962.	16 éves	36.65	1969.	23 éves	55.66
1963.	17 éves	43.24	1970.	24 éves	60.60
1964.	18 éves	46.51	1971.	25 éves	60.56
1965.	19 éves	51.77	1972.	26 éves	65.06
1966.	20 éves	56.08	1973.	27 éves	66.10
			1974.	28 éves	67.22

Tizenkilenc éves korában "törte át" az 50 méteres határt, majd utána még három évig közepes szinten volt - és még vissza is esett az eredménye. 24 éves korában ugrott ki, de azután még két év kellett, hogy kiemelkedő nemzetközi klasszis lehessen. Biztosan van valami tudatosság abban, hogy 1966-tól mindig a páros években ugrottak ki az eredményei.

PENTTI KAHMA diszkoszvető európa bajnok.

1943. XII.3-án született Finnországban.

1962.	19 éves	40.45	1969.	26 éves	61.18
1963.	20 éves	44.52	1970.	27 éves	62.28
1964.	21 éves	50.27	1971.	28 éves	63.50
1965.	22 éves	53.90	1972.	29 éves	63.40
1966.	23 éves	56.02	1973.	30 éves	66.30
1967.	24 éves	55.88	1974.	31 éves	66.52
1968.	25 éves	56.52			

Azt hiszem, ez nem is szorul magyarázatra. Huszonöt éves koráig nálunk már az utánpótlás keretnek sem lehetett volna tagja és akkor hirtelen 60 m fölé került. Az európa bajnoki aranyért azonban még további hat évet kellett várnia.

NAGYESDA CSIZSOVA olimpiai és európa bajnok.

Született 1945. IX-29-én. Magassága 174, súlya 90 kg.

1962.	18 éves	15.08	1969.	24 éves	20.43
1963.	19 éves	16.60	1970.	25 éves	19.69
1964.	20 éves	17.56	1971.	26 éves	20.43
1966.	21 éves	17.33	1972.	27 éves	21.03
1967.	22 éves	18.34	1973.	28 éves	21.45
1968.	23 éves	18.67	1974.	29 éves	21.22

Csizsova persze más. Ő "már 21 éves korában" 17.33-nál tart. A 68-as olimpiai csatlódást hamar kiheverte. 69-ben és 71-ben két EB-t nyert világcsúcsokkal, majd ezt megismételte Münchenben is.

Nála is zavart okozott azonban a "ciklusváltás", nehezen állt vissza a páros évekre. A súlypontozásnak nagyon nagy szerepe van és ez ellen csak az követhet el merényletet, aki nagyon kiemelkedő klasszis. Eddig Csizsova az volt, de most már akadt méltó ellenfele - mert korától még vigan végezhetné tovább. 1969. óta "beérett" versenyző.

G. HINZMANN NDK - EB III. helyezett, diszkoszvető

Született 1947-ben. Magassága 178 cm.

1964.	17 éves	45.92	1970.	23 éves	61.26
1965.	18 éves	47.79	1971.	24 éves	56.86
1966.	19 éves	51.26	1972.	25 éves	61.50
1967.	20 éves	52.86	1973.	26 éves	67.02
1968.	21 éves	55.78	1974.	27 éves	66.70
1969.	22 éves	59.04			

Junior éveiben nem sokat fejlődött, igazi "érett dobóvá" csak 25 éves korában fejlődött ki.

M. LANGE NDK súlylökő, 1968-ban olimpiai II. helyezett.

1959.	16 éves	9.85	1967.	24 éves	17.35
1960.	17 éves	12.98	1968.	25 éves	18.78 <u>világcs</u>
1961.	18 éves	13.47	1969.	26 éves	18.56
1962.	19 éves	14.89	1970.	27 éves	18.08
1963.	20 éves	15.72	1971.	28 éves	19.25
1964.	21 éves	15.92	1972.	29 éves	19.25
1965.	22 éves	16.92	1973.	30 éves	19.33
1966.	23 éves	17.11	1974.	31 éves	19.19

Nem "siette el" a dolgot. Szép nyugodtan fejlődött. Az utóbbi években már csak a nagy versenyekre készült /főleg, amióta Gummel abtahagyta és "szükség volt rá" az NDK-ban/.

A dobók után most nézzünk néhány más versenyzőt.

G. HOFFMEISTER, az NDK EB 1500 méteres aranyérmese.

1964.	20 éves	2:19.1		1970.	26 éves	2:01.8	4:15.8
1965.	21 éves	2:14.8		1971.	27 éves	2:00.8	4:10.3
1966.	22 éves	2:12.1		1972.	28 éves	1:59.2	4:02.8
1967.	23 éves	2:09.5	4:34.0	1973.	29 éves	1:58.9	4:10.8
1968.	24 éves	2:06.0	4:30.6	1974.	30 éves	1:58.8	4:02.8
1969.	25 éves	2:05.8	4:18.0				

Amit 25 éves koráig csinált, azt nálunk is sokan megtették már. A további évek azonban azt mutatják, hogy nem fontos korán kezdeni.

A. ERHARDT európa bajnok gátfutónő, NDK.

Testmagassága 166 cm, súlya 58 kg. 12 éve sportol.

1967.	17 éves	80 gát:	11.1	100 m:	12.5
1968.	18 éves	"	11.0	"	12.4
1969.	19 éves	100 gát	14.0	"	12.3
1970.	20 éves	"	12.9	"	11.9
1971.	21 éves	"	12.7	"	11.7
1972.	22 éves	"	12.59	"	---
1973.	23 éves	"	12.3	"	11.3
1974.	24 éves	"	12.4	"	11.5

P. SALIN finn 400-as európa bajnok.

1969.	19 éves	25.6	57.8	1972.	22 éves	24.8	55.2
1970.	20 éves	25.0	55.5	1973.	23 éves	24.3	53.94
1971.	21 éves	24.6	55.7	1974.	24 éves	22.8	50.14

XXXXXXXXXX
N. HOLMEN

N. HOLMEN finn 3000 méteres európa bajnok.

1970.	19 éves	4:39.3	1973.	22 éves	4:14.1	9:00.6
1971.	20 éves	4:32.2	1974.	23 éves	4:11.6	8:55.2
1972.	21 éves	4:17.8	9:29.2			

L. SUSANJ jugoszláv 800-as európa bajnok.

1968.	20 éves	48.5	1972.	24 éves	45.8	1:48.2
1969.	21 éves	47.7	1973.	25 éves	45.93	1:47.12
1970.	22 éves	-	1974.	26 éves	-	1:44.1
1971.	23 éves	46.8				

BRENDA FOSTER angol 5000 m-es európa bajnok.

1966.	18 éves	4:15.8	1971.	23 éves	3:39.2	
1967.	19 éves	4:07.0	1972.	24 éves	3:38.2	
1968.	20 éves	-	1973.	25 éves	3:38.45	13:23.8
1969.	21 éves	3:47.4	1974.	26 éves	3:37.6	13:14.6
1970.	22 éves	3:40.6				

J. TÖRING magasugró európa bajnok

1967.	20 éves	185	1971.	24 éves	200
1968.	21 éves	185	1972.	25 éves	213
1969.	22 éves	195	1973.	26 éves	215
1970.	23 éves	201	1974.	27 éves	225

Végül álljon itt három NDK-s sprinter fejlődése:

H.J. BOMBACH

M. KOKOT

S. SCHENKE

1964.				16 éves	11.8	21 éves	11.1	21.8
1965.	20 éves	11.1	22.9	17 éves	11.3	22 éves	10.8	21.8
1966.	21 éves	10.6	21.4	18 éves	11.1	23 éves	10.8	21.4
1967.	22 éves	10.4	21.2	19 éves	11.0	24 éves	10.5	-
1968.	23 éves	10.2	20.9	20 éves	11.1	25 éves	10.5	-
1969.	24 éves	10.3	20.8	21 éves	10.6	26 éves	10.5	-
1970.	25 éves	10.3	20.8	22 éves	10.5	27 éves	10.1	-

1971. 26 éves	10.2	20.7	23 éves	10.0	28 éves	10.2	-
1972. 27 éves	10.1	20.8	24 éves	10.1	29 éves	10.1	-
1973. 28 éves	10.0	20.2	25 éves	10.1	30 éves	10.0	20.2
1974. 29 éves	-	-	26 éves	10.2			

Példákat lehetne még sorolni - és talán érdemes is lenne - kiegészíteni magyar anyaggal, de célom nem ez. Csak be szerettem volna mutatni - világklasszikusokon keresztül - azt, hogy nem fontos gyorsan haladni, nem fontos korán kezdeni. A kiemelkedő eredményekhez idő kell.

El lehet gondolkozni azon, hogy miért akadnak stagnálások, sőt visszaesések, vagy hirtelen kiugrások. Nehéz elképzelni, hogy nem egy-egy komolyabb rákészülés legyen az ok, vagy valamiféle új elgondolás akár technikában, akár módszerben.

Ezt az időszakot nevezném a "beérés" szakaszának.

Ugy érzem, ebben az időszakban az edzők megpróbálkoznak valami újjal. A hagyományos módszerek ugyanis csak arra jók, hogy utolérjük az előtünk járókat. Aki nem kezdeményez, az egy lépéssel mindig elmarad másoktól. Amit leírunk, az már egyben elavult is lehet. A kezdeményező edző alkot igazán. Utjának vannak buktatói, esetleg kitérői, de az újítás öröme ezért bőven kárpótolja és övé a lépéselőny is, mert mire "lemásolják", addigra ő már ismét léphet egy újabbat. Az ilyen edzőt esetleg bírálhatják, de csak azért, mert nem ismerik azt, amivel ő többletként rendelkezik másokkal szemben.

Itt szükséges versenyző-edző korábban említett kapcsolata, hogy legyen idő és lehetőség az új beérésére.

Nálunk korábban sok újítás volt és akkor az élen voltunk az eredményekben is. Ma is lenne erre lehetőség. Dobóink pl. olyan szegényes edzésmunka-repertoárral rendelkeznek - tisztelet a kivételnek - hogy ebből nagy eredmények nem születhetnek. Miből áll ez? Technikai munka, erősítés, nehézsúlydobás és játékok, esetleg némi futás és ugrás. Az edzőtáborban? Képességfejlesztés folyik. Csak az a baj, hogy ezen nem pontosan azt értik, amit jelentenie kellene. A képességfejlesztés ugyanis felölel minden területet. Azt a képességünket is, aminek birtokában a technikát jól el tudjuk sajátítani, de azt is, amely révén minden akadályt legyőzhetünk és jó versenyzők lehetünk.

Jobb kifejezés az általános képzés - ezt egyfolytában súlypontozva mindig kell alkalmazni. A képességfejlesztés szóhasználatunkban nem terjed ki olyan feladatokra, aminek később éppen a nagy eredményeket köszönhetnénk.

A végső cél: jó versenyzőnek lenni. Ehhez csak képességfejlesztéssel soha nem lehet eljutni. Ennél sokkal több kell. Ki kell fejleszteni mindazon tulajdonságokat, amelyek adott körülmények között az ellenfél adottságainak túlszárnyalására tesznek alkalmassá.

A technika elsajátítása pl. csak akkor sikerül, ha olyan koordinált mozgásra vagyunk képesek, amely az izomfeszülések, lazítások, erő kifejtések megfelelő ritmusában való alkalmazását lehetővé teszi.

Aki pedig csak a fent felsorolt gyakorlatokat végzi, az úgy jár, mint az, aki folyékonyan akar beszélni egy nyelvet, de csak szavakat tanul, nyelvtant és mondatfűzést nem.

Csupán képességfejlesztéssel lehet esetleg gyorsan viszonylag jó eredményt elérni, de utána jön a barrier, a plató, a stagnálás. A továbbfejlődéshez kell ez a többlet, amelyet a fent ismertetett versenyzők elsajátítottak és alkalmaztak és több-kevesebb évet ráfordítottak erre.

Ugy tűnik, hogy ez megérte - az eredmények legalábbis ezt bizonyítják.

Süjtör József
mesteredző

Európai atlétaedzők VIII. kongresszusa

Megtisztelő és fontos feladatot oldott meg a Magyar Atlétikai Szövetség vezetősége, amikor az 1975-ös év első napjaiban megrendezhette az Európai Atlétaedzők VIII. Kongresszusát.

Megtisztelő volt a feladat, hiszen Európában sok, nálunk nagyobb atléta-nemzet található. Fontos feladatot oldott meg, mert ki kellett elégíteni a 23 európai országból ideérkező szakemberek igényeit, biztosítani kellett a kongresszus résztvevőinek kényelmes elszállásolását, a pontos vezetést és az előre jóváhagyott tervek végrehajtását.

Mint a Népsport és a többi napilapok is közölték, több, mint 100 külföldi jelent meg a hivatalos vezetőkön kívül. Ugyanakkor lehetőséget biztosítottak az ország 150-170 atléta edzőjének, hogy személyesen is részt vehessenek rajta, lássák a külföldi szakembereket, megismerhessék

azok munkáját, véleményét, tanulhassanak és az elhangzottak alapján jobba tegyék saját munkájukat.

Nos, mindezt a Szövetség vezetősége megtette.

Nem volna helyes, ha itt nevek felsorolásával emlékeznénk meg az előkészítő és lebonyolító munkában oroszánrészt vállaló vezetőkről. Ez szövetségi belügy. Legfeljebb általános véleményt akarok nyilvánítani, hiszen ilyen alkalom nem mindig adódik a szakmában fejlődni kívánók részére. A résztvevők, az előadásokat hallgatók, a tanulni vágyók szemszögéből néztem, hallgattam és bíráltam a kongresszust. "Bírálni" akarom, hiszen a dicséret is bírálat!

Már a nyomtatott műsor kézhezvételekor meg kellett állapítani, hogy a program egy részében érdekelték vagyunk

az előadók személyében. És éppen azon előadásokban, ahol a magyar atlétika az utóbbi években jobb eredményeket tudott felmutatni: a /női/ távolugrásban és a gerelyhajításban.

FEJES ZOLTÁN vezetőedző, KOLTAI JENŐ a TF főigazgatója és KULCSAR GERGELY neve nemcsak itthon ismert, szaktekintélyük külföldön is elismert. Tudományos alapokra épült előadásuk mindenki előtt tisztán megmutatta, hogy az egyszerű edzői munka mögött bizony sokat kell kutatni, olvasni, tanulni, adatokat gyűjteni, tervezni, mert csak így lehet a rohamos fejlődéssel lépést tartani, csak így lehet atlétikánk színvonalát ismét az európai élvonalhoz közel hozni.

A harmadik napi előadások, hozzászólások, kérdések és válaszok viszont meggyőzték bennünket, hogy a közép- és hosszútávfutásban való lemaradásunknak vannak okai, munkánkban lesznek megoldandó feladatok, olyanok, amelyek a legjobb eredményeket elérő országokban már sikerre vezettek.

Különösen sok kérdést intéztek a hallgatók SINKKONEN finn futóedzőhöz, akinek előadása bebizonyította, hogy az edzés-vezetés sok tervezést, kimutatás készítést, grafikonos ábrázolást igényel. Bebizonyosodott, hogy egyes országok természet-adta lehetőségeit is be kell építeni a felkészülés menetébe, de - ahogy egyik felszólalásban külön is figyelmeztettek bennünket - ezeket mindig az illető nemzet körülményeit figyelembe véve és módosítva szabad csak alkalmazni.

A harmadik nap délutánjának sok kérdést tárgyaló vitájából kiderült, hogy egy-egy résztema is nagy érdeklődést válthat ki és ha lett volna még idő, valószínűleg hosszabban hallgathattuk volna a kérdéseket és a rá kapott válaszokat.

Tudomásom szerint, az előadásokról, a kérdésekről és a válaszokról felvétel készült. Ezeket a Szövetség három hónapon belül könyvben teszi közzé és eljuttatja kongresszuson résztvevők kezeihez. Biztosra veszem, hogy a magyar szakemberek, sőt a jobb versenyzők is nagy érdeklődéssel fogják tanulmányozni az egyes előadásokat, az azt követő szakvitákat. Remélhető, hogy hatását érezni fogjuk majd a javuló eredményekben.

Éppen azért, mert a szakanyag külön még fog jelenni és mert a szaksajtó is közölt részleteket, nem foglalkozom a

szakmai kérdések további boncolgatásával.

Sokkal inkább szívügyemnek tekintem, hogy mint külső szemlélő, röviden beszámoljak a rendezésről, a körülmények megteremtéséről és a külföldi szakemberektől kapott általános véleményekről.

Mint már említettem, a bírálathoz tartozik a dícséret is!

Lehet, hogy voltak kisebb zökkenők, utolsó pillanatban megoldásra váró feladatok, vagy kisebb hiányosságok, ezeket azonban mi, külső szemlélők nem igen fedezhettük fel. A vendégek kalauzsolása, fogadtatása, elszállásolása, helyeik biztosítása igen jó volt. Ezt a kongresszus külföldi vezetői és a vendék szakemberek közül többen is hangoztatták. A program időrendi határait szigorúan betartották, bár egyes, a programban előre jelzett előadások elmaradtak, helyettük azonban mások tartottak beszámolót.

A konferencia színhelye az Ország-ház melletti új Kereskedelmi épületben volt, ahol a megjelentek fejhallgatón keresztül hallgathatták a 4 nyelvű tolmácsolást, így mindenki azonnal megkapta az előadás anyagát szóban és követhette a vitát minden nehézség nélkül. Ennek eredményeként a magyar edzők nagy része szorgalmasan jegyzetelt, gyors vázlatos grafikonokat készített és megérthette a magyarázatokat, indítékokat, bírálatokat.

Nagyon érdekes volt a vetített anyag. Közelről és legtöbbször megfelelő szögből láthattuk Európa legjobbjait versenyzés közben és összehasonlítást tehetünk közöttük, következtetéseket vonhatunk le.

Mindezek után nem volt meglepő, hogy a kongresszus vezetősége az elismerés hangjai után úgy nyilatkozott, hogy ez volt az eddig megrendezett kongresszusok közül a legjobb, legeredményesebb.

Örülünk és büszkéek is lehetünk erre.

Most már rajtunk a sor, hogy kellően hasznosítsuk az itt tapasztaltakat, eredményesen alkalmazzuk a közép- és hosszútávfutás edzésének elveit, behozzuk a sok éves lemaradásunkat és ismét legyenek magyar közép- és hosszútávfutók Európa legjobbjai között.

E kongresszusra abban az évben került sor, amikor Hazánk felszabadulásának 30. évfordulóját ünnepeljük és amikor a magyar atlétika éppen 100 éves multra tekinthet vissza!

Farkas Pál

Gondolatok a magyar rúdugrásról

A rúdugrás mindig olyan számok közé tartozott Magyarországon, ahol a nemzetek közötti versenyeken a pontverseny mindig az ellenfélnek kedvezett és kifejezetten nemzetközi szintű eredményt nem értünk el. /Ezen a képen az sem változtat, hogy 1974-ben az ifjúsági és utánpótlás válogatott három viadalát 24:10 arányú rúdugró-pontszerzéssel segítette./ Az élvonalat tekintve megállapíthatjuk, hogy ilyen messze talán még sohasem volt a magyar rúdugrás a világtól, mint most. Erre okot keresni és találni nem nehéz, lehet arra hivatkozni, hogy klubjaink legtöbbszörben nincsenek meg a feltételek arra, hogy magas szinten rúdugrást lehessen gyakorolni. Rúdugró kiválasztásunk nincs és kevés szakember vállalja a rúdugrók edzésének vezetését. Most nem ezeket a problémákat akarom fészegetni, olyasmire szeretnék kitérni, ami nem igényel pénzt, kiadást, hanem a magyar rúdugrásban elterjedt néhány helytelen, felfogásbeli témával kapcsolatos.

Magyarországra az első műanyag rúd 1963-ban érkezett. Én 1964-ben nyertem országos bajnokságot, tehát joggal elmondhatom, hogy egyik részese voltam a nagy rúdugró-forradalomnak, amelyet a hajló rudak elterjedése jelentett a rúdugrásban. Az első időszakban a "homály" tökéletes volt, senkinek sem volt fogalma a hajló rudak használatának módjáról, mindenki csak próbálkozott, kísérletezett. Az előrehaladásnak ez a módja sokkal lassabb volt, mint az, amelyet jó néhány más országban próbáltak: ugrókat, vagy egy-két edzőt olyan országba küldtek ki, amelyben ezen a téren sokkal előrébb jártak. Igen sok olyan hiba van jelenleg most is rúdugrásunkban, amelyeknek kiindulópontja erre az időre tehető. Állítom, hogy elméleti vonatkozásban is évekkel, talán több mint egy évtizeddel el vagyunk maradva a nemzetközi szinttől. Minthogy azonban arra okvetlenül törekedni kell, hogy - legalább elvi vonatkozásban - felzárkózzunk, ezen írással bővíteni szeretném azoknak a szakmai hozzáállásoknak számát, amelyek a rúdugrással foglalkoznak. Szeretnék kiemelni néhány olyan problémát, amelyekben igen sok a tennivaló, amelyeket alapvetően tisztázni kell.

A fogásmagasságról

Tény, hogy nagy eredményt csak nagy fogással lehet ugrani, de a fogásmagasság emelésnek igen sok nehezítő feltétele van, veszély nélkül nem lehet ott fogni a rudat, ahol akarjuk. A fogásnak mindig ésszerűen magasnak kell lennie, lehet a rudat olyan magasan is fogni, hogy az bár beáll, a beállásnak olyan feltételei vannak, hogy azok kizárják a jó eredmény elérését. Legjobb példa erre Franke László esete, aki 3 hét leforgása alatt a következőt tette: első versenyén 460-on /!!!/ fogta a rudját, eredménye 440 cm volt. Később 440-es fogással 480-at ért el. Leszögezem: helyes törekvés emelni a fogás magasságát, de itt mindenkor az ésszerűség szabjon határt. /Egyike azon területeknek, ahol az egyéni szubjektivitás miatt az edző a legtöbbet segíthet./

Ha valaki túl magas fogással ugrik, ilyenkor a beállásra való törekvés miatt testét annyira kénytelen lelassítani, hogy kis sebességgel érkezik a lécc fölé és annak kikerülése igen nagy problémát jelent.

Javaslom: ezzel a témával csak az foglalkozzon, akinek a felugrása teljesen stabil és az előző mozzanatok alapvetően helyesek. /Nekifutás-vég, felugrás./ Magas fogással az elkövetett hibák sokkal súlyosabban hatnak, sérüléssel is járhatnak. A fogásmagasság emelését meg kell hogy előzze néhány olyan edzés, ahol maximális figyelmet fordítunk arra, hogy az ugró leggyorsabban lerohanja az utolsó lépéseket, a legmagasabbra tűzze fel a rudat, a legnyújtottabb kézzel és a legfeszesebb testtel.

Ezek gyakorlati szempontból mindig nagyon fontosak, de olyankor, amikor a magasabb fogás majdnem mindig rúdcserét is igényel, nem árt, ha még jobban hangsúlyt kapnak.

Szabványhibák: lassuló nekifutás,
túlsgősán nagy lépések a nekifutás végén,
hátradőlés,
hátrahöklölés a felugrás előtt.

A magyar rúdugrás talán legjellemzőbb "gyermekbetegsége" az, hogy egyesek azt hiszik, hogy a rúd csak akkor fog megfelelően hajlani, ha a felugrás után az alul fogó kézzel feszítik a rudat, megrövidítik azt eltől maguktól. Ennek a felfogásnak helytelenségét - azt hiszem - eléggé igazolja az a tény, hogy nagy eredményeket értek el úgy, hogy az alul fogó kézzel felcsúszttattak /én is így ugrottam/, ami kizárta teszi az alsó kéz aktiv feszítését.

Milyen következményei vannak annak, ha valaki az alul fogó kezével feszíti a rudat? Nem vitás, hogy a feszítés energiát is szolgáltat, de ez elenyészik a nekifutás és a felugrás által szerzett mennyiségtől. Nagy hátrányt jelent viszont az, hogy az az inga, amelyet a test képez és felfüggesztési pontja a felül fogó kéz, megrövidül, felfüggesztési pontja áttevődik a bal vállra, az alsótest elcsapódik, a lábak olyan messze előre mennek, hogy azt már képtelenség helyes pályára vezetni.

Az ugrónak az energia átadása után testét a lefüggés helyzetébe kell hozni. /Ez a legkedvezőbb helyzet a visszatérülő energia felhasználásához./ De az energia átadása után a test még nagyon messze van ettől a helyzettől. Minél lassabb ennek a helyzetnek elfoglalása, annál nagyobb az energiavesztés, annál jobban kiegyenesedik a rúd anélkül, hogy hasznos munkát végezne. /Emellett a lábfejrántás minél aktívabb, annál inkább konzerválja a rúd hajlását./ A magyar rúdugrók nagy része úgy emeli a lábát, mint a borsófalon hátsó függésben. Így a lábak olyan pályára kerülnek, amely a hosszú inga miatt időben is hosszú lesz, nagy teherkarija miatt pedig nagy erőt igényel. A helyes törekvés ilyenkor az ingát úgy lerövidíteni, hogy lábainkat igyekszünk a test alá berántani. Ugróim sikerrel alkalmazzák azt a gyakorlatot, hogy bedőlésnél /ugrás merev rúddal, kis fogással és kis nekifutással/ a lábfelevitelt úgy fejezik be, hogy hátraszálltatóval jönnek le a rúdról. Ez kényszerít a megrövidülésre.

Sokan azt hiszik, hogy ezek után elég a lábat függőlegesen "felszúrni". Ha megfigyeljük a rúd felső szakaszát a kiegyenesedés alatt, megfigyelhetjük azt, a felső fogás közelében egyre több a beállítás pillanata körül a vízszintes komponens, ami a függőleges felszúrászt erősen lerontja. Ekkor tehát az ugrónak semmi dolga nincs azzal, hogy a lécc felett átkerüljön, ezt a rúd megteszi. A magasabb rüppálya nyérése érdekében arra kell törekedni, hogy a begömbülés után a lábszúrászt a rúd mögé kell végezni. A problémát ilyenkor az jelenti, hogy ez a mozzanat meglehetősen távol esik a mozgás elejétől, nehéz az előző megoldandók miatt erre koncentrálni. Zavaró az is, hogy az ugrónak egyre természetellenesebb helyzetbe kell törekednie, ami nem mentes gátlásoktól és félelmektől. Be-

dőléssel ezt nem lehet gyakorolni, mert a merev rúd egészen máshogy viselkedik, egyáltalán nem kelti azt az érzést, amit keresünk.

Nem volt célom, hogy az egész ugrásfolyamatot jellemezzem, csupán néhány jellemző - hibás felfogásból fakadó - hibára szerettem volna felhívni a figyelmet. Az sem célom, hogy látatlanban hibákat orvosoljak, vagy okosabbnak tűnjek bárkinél, de ha azt elérem, hogy egyesek gondolkodóba esnek és revidiálják szemléletüket /vagy éppen az enyém helytelensége felől győződnek meg/, máris célhoz értem és bizhatom abban, hogy mélyebbre nem süllyedhetünk rúdugrásban.

Gagyai Endre
szakédzó

ÉRTESÍTJÜK T. OLVASÓINKAT

Az ATLÉTIKA 1974. évi 11. számában közöltük az 1974. évi bajnoki pontverseny vég-eredményét. Kértük egyben az egyesületeket, hogy esetleges észrevételeiket tegyék meg.

A beérkezett észrevételek alapján a női pontversenyekben változás nincs. A férfiaknál mindössze négy kisebb módosítás történik:

1. Serdülőknél a Székesfehérvári MÁV-nak 16 pont helyett csak 7 pontja van, a 9 pontot a Videoton Székesfehérvári SI kapja.

2-3. Ifjúságiaknál az SZVS-nek és a Ganz Mávnak a gyalogló csapat miatt még 9-9 pont jár. Így az SZVS-e pontja 155 helyett 164, a Ganz Máva-g-é pedig 8 helyett 17 pont.

4. Felnőtteknél a 34. helyezett Tapolca 15 és a 64-ik Mereszjev SE 1 pontjait össze kell adni. Így a Tapolcai Mereszjev SE pontjainak száma együttesen 16.

A pontmódosítások következtében a helyezések ennek alapján módosultak.

dr. Istenes Vilmos

KEDVES ELŐFIZETŐNK!

A MASZ szakvezetése arra az elhatározásra jutott, hogy sportágunk népszerűsítése, szélesebb tömegek bekapcsolása miatt helyes lenne, ha serdülő és ifjúsági nem bajnoki versenyek eredményeit /amelyek nem számítanak a rangsorolást jelentő bajnoki pontversenybe/ az ATLÉTIKA ismertetné - országos viszonylatban is.

Ez azt jelenti, hogy a rendező egyesületek és szervek a megtartott versenyek jegyzőkönyveit egy példányban elküldnék szerkesztőségünknek, melyből legalább a helyezettéket közölnénk a versenyt ismertető adatokon kívül.

A szerkesztőség elgondolása szerint, jegyzőkönyvet várunk minden olyan ifjúsági és serdülő versenyről, amely nem országos bajnoki jellegű, nem háziverseny és melyen más sportkörök szakosztályainak versenyzői is indultak. A lap terjedelme korlátozott, de igyekeznünk fogunk megfelelő részt biztosítani az eredményeknek.

Az OTSH 1974-ben kiadott "... állásfoglalása az atlétikai sportágról" II. 3. bekezdése nyíltan utal a hírközlő szervek e téren fontos munkájára, amikor a hírközlő szervek felé ezt írja: "...tekintsék fontos feladatnak és saját eszközeikkel segítsék elő az állásfoglalásban meghatározottak végrehajtását... Keltsek fel a figyelmet az atlétikai események iránt; cikkekkel, tájékoztatókkal, ismertetésekkel és közvetítésekkel hangsúlyozzák a sportág szerepét és fontosságát..."

A fenti idézet alapján kíváncsiaknak látszik, hogy a szakosztályok, azok vezetői, edzői nyilvánosságra hozzák a határozat megjelenése óta eltelt idő eredményeit, intézkedéseit, legyenek ezek példák a másutt dolgozók számára, mert csak közös erővel, széles körű tapasztalatok gyűjtésével alakulhat ki a fejlesztés összehangolt gyakorlati munkája.

Célunk közös és adott!

Sportágunkban nagy gyakorlattal rendelkezező vezetők és edzők dolgoznak hosszú évtizede, akiknek olyan tapasztalataik vannak, amelyeket közre adni közérdek. Ne zárkózzanak tehát el, hozzák nyilvánosságra sikereik útját, a továbbfejlődés lehetőségeiben való elgondolásukat.

Sportágunk érdekében igen sorsdöntő időszakot élünk. Csak akkor lesz eredményes és sikeres munkánk, ha a legjobb utat választjuk, a legjobb megoldásokat alkalmazzuk és közösen segítjük egymást a feladatok megoldásában.

Várjuk tehát az eredményeket, a beszámolókat, a jó tanácsokat!

Kérem, hogy az ilyen tárgyú postájukat vagy a MASZ címére küldjék, vagy közvetlenül lakásomra / Farkas Pál, 1092 Budapest, Ferenc krt 38/.

Farkas Pál

A budapesti középiskolák fedettpályás atlétikai versenyeiről

Visszatérő hagyománya a budapesti atlétikai programnak: a középfokú iskolák versenyek megrendezése. Ezek közé tartozik a fedettpályás versenysorozat is, melyen csapat és egyéni számok szerepelnek serdülő és ifjúsági szinten.

Természetesen az Olimpiai Csarnok használhatósága igen kibővítette a lehetőségeket, módot adott nagyobb tömegek bekacsolására, ezen belül pedig a tehetségesebb és magasabb szintű eredményt elérő versenyzők érvényesülésére.

Az idei versenysorozat 1974. november 30 - december 1-én indult 4 fős ügyességi csapatversenyekkel, majd folytatódott december 7 - 8-án és 14 - 15-én.

A rendezést nagy feladat elé állította az elég sűrű program. De mindent időben, kellő gyorsasággal, jó rendezésben sikerült megoldani, mely a budapesti versenybírók tagjainak jó munkáját dicséri.

A csapatversenyeket az egyéni számok követik, melyekre 1975. január első heteiben kerül sor.

A középfokú iskolások egy-egy korcsoportja két nagy csoportra oszlik: középiskolásokra és szakmunkásképző csoportra. Így minden korcsoportban összesen 4 / középiskolás serdülő fiú, serdülő lány, szakmunkásképző serdülő fiú és serdülő lány/ csoport indul.

A verseny egyszerű megtekintése igen kedvező benyomást keltett. Végre, nagy tömegeket láthattunk egyszerre versenyezni abból a korcsoportból, amelyből fejlődhetnek majd ki a magyar utánpótlás legjobbjai, később a magyar atlétika élcsapata.

De ha közelebbről megvizsgáljuk a számokat, összehasonlítjuk őket, egy kissé elgondolkodtató, hogy nagy Budapesten "csak" ennyi fiatal atlétizál, csak ez jelenti az alapokat? Pedig a már ismert felsőbb hatósági és az atlétikára vonatkozó rendelkezések eredményeként nagyobb létszámra kellene jutni, több fiatalt kellene az atlétikai alapképzésbe bekapcsolni és ezen az iskolai szinten versenyeztetni. Talán - a közeljövő meghozza a tömegesítés sikereit!

Mit mutatnak a számok? Első pillanatra itt is nagynak látszik az eredmény!

A két típusú iskolafajtából összesen csak 95 iskola nevével találkozunk az alábbi részletezés szerint:

középiskolás lány	36 iskola
középiskolás fiú	35 iskola
szakmunkás lány	8 iskola
szakmunkás fiú	16 iskola
összesen:	95 iskola

Ha ezt a számot is alaposabban megvizsgáljuk, akkor nem is egy iskola szerepel a fiúknál és a lányoknál egyaránt. Három szakmunkásképző és 17 középiskola szerepelt mindkét neműek pontversenyében, tehát a 95 máris 20-szal csökken, marad tehát 75 iskola. Ez pedig Budapest viszonylatában - és az új rendelkezés szellemében - nagyon kevés!

Mint már említettem, első látásra nagy tömeget tapasztaltunk. Igen, az volt! Az előbb említett 75 iskola összesen 393 csapattal szerepelt, melyekben legalább 4 főnek kellett indulnia. A pontos induló létszámot nehéz lenne összeolvasni, hiszen legtöbbször két, esetleg 3 számban is indultak, a négyszer 396-os eredményt ismét le kell szűkítenünk legalább 450-500 főre. Ez pedig egy budapesti nagy versenyen kevésnek mondható!

Egyről azonban nem szabad megfélemedezni! A rendelkezés még nem olyan régi, hogy annak komoly hatását érezni lehetne, erre várni kell egy-két évet. Oda kell hatni, hogy az iskolák vezetői, testnevelő tanárai is belássák az atlétikai képzés fontosságát, szükségességét, egy kissé többet foglalkozzanak ifjúságuk atlétikus felkészítésével, versenyeztetésével.

Sok és nehéz megoldandó feladat előtt áll a Budapesti Atlétikai Szövetség. Társadalmi munkásainak sokat kell még vállalniuk, hogy az elkövetkező években a várható fejlődés hatására több, nagyobb, népesebb versenyeket kell megtervezni, kiírni és lebonyolítani, de gondolni kell arra is, hogy megfelelő segítséget és támogatást nyújtson a kerületi sportvezetésnek, a rászoruló iskoláknak, a hozzájuk forduló testnevelő tanároknak, iskolai sportköri vezetőknek.

Éberren figyelni és örködni kell ezen a téren! Kapcsolatot kell kiépíteni az iskolai hatóságokkal, megadni nekik minden szakmai segítséget, támogatást, mert csak így fejlődhet egységes irányítás mellett az iskolai atlétikai élet, így rakhatjuk le minőségi sportunk alapjait.

Mint a lapunk más helyén található "KEDVES ELŐFIZETŐINK" cím alatt megjelent cikkben kértük a versenyeredményeket, mi máris közöljük a budapesti fedettpályás középfokú iskolák fedettpályás csapatversenyének eredményeit az alábbiakban.

Középiskolás fiú serdülők csapatversenyei:

M a g a s u g r á s: 1. Zalka Máté szk. 177.6 cm, 2. Közlekedési szk. 168.6, 3. Vasutgépészeti szk. 168.3, 4. Petőfi gimn. 168.3, 5. Könyves K.gimn. 168.3, 6. I.István gimn. 166.6, 7. Than K.szk. 161.6, 8. I.László gimn. 161.6 /összesen 22 csapatnak volt eredménye/

T á v o l u g r á s: 1. I.László gimn. 586., 2. Szinyei gimn. 577.3, 3. Faipari szk. 572, 4. Zalka Máté szk. 568.6, 5. Közlekedési szk. 562.6, 6. Petőfi gimn. 560.3, 7. Kilián gimn. 559, 8. I.István gimn. 558.6 /27 csapatnak volt eredménye/.

S ú l y l ö k é s: 1. Építőipari szk. 12.70.6, 2. Budai Nagy Antal gimn. 11.61, 3. I. László gimn. 11.45, 4. Zalka Máté szk. 11.35.3, 5. Közlekedési szk. 11.02, 6. Szinyei gimn. 11.02, 7. Egressy szk. 10.60, 8. Faipari szk. 10.49 /29 csapat/

Középiskolás férfi ifjúsági csapatversenyei:

Magasugrás: 1. Petőfi gimn. 186, 2. Kaffka gimn. 178, 3. Budai Nagy Antal gimn. 175, 4. ELTE Apáczai gimn. 173.3, 5. Egressy szk. 170, 6. Poldy gimn. 169, 7. Bajáki F. szk. 165, 8. Teleki B. gimn. 161.6 /24 csapat/.

Távolugrás: 1. Petőfi gimn. 626, 2. Egressy szk. 602, 3. Vasútgépészeti szk. 593.3, 4. Kilián Gy. gimn. 589.6, 5. ELTE Apáczai gimn. 576.3, 6. Széchenyi gimn. 573.3, 7. Kaffka gimn. 573, 8. Szinyei gimn. 560.6 /23 csapat/.

Súlylökés: 1. Thán szk. 11.53.3, 2. Kölcsey gimn. 11.39.3, 3. Kaffka gimn. 11.05.6, 4. Zalka szk. 10.70.3, 5. Vasútgépészeti szk. 10.65.6, 6. Egressy szk. 10.45, 7. Fáy szk. 10.40.3, 8. Petőfi gimn. 10.32.6 /25 csapat/.

Középiskolás leány serdülők csapatversenyei:

Magasugrás: 1. ELTE Apáczai gimn. 154.6, 2. Petőfi gimn. 149.3, 3. Kállai szk. 147.6, 4. I. László gimn. 146.3, 5. II. Rákóczi gimn. 141.6, 6. Kossuth gimn. 138.3, 7. Jedlik gimn. 138.3, 8. Kilián szk. 136.6 /22 csapat/

Távolugrás: 1. Jedlik gimn. 513.3, 2. I. István gimn. 493, 3. Kilián gimn. 488.6, 4. Fürst S. gimn. 487, 5. Kállai szk. 484, 6. I. László gimn. 475.6, 7. ELTE Apáczai gimn. 470.6, 8. Dózsa gimn. 461.3 /29 csapat/

Súlylökés: 1. Bem J. szk. 9.76.3, 2. Petőfi gimn. 9.42.3, 3. Jedlik gimn. 8.60, 4. I. István szk. 8.54, 5. Dózsa gimn. 8.37.6, 6. I. László gimn. 8.18, 7. Zrínyi gimn. 8.11.3, 8. ELTE Apáczai gimn. 7.88 /27 csapat/

Középiskolás női ifjúságiak csapatversenyei:

Magasugrás: 1. Petőfi gimn. 152.6, 2. Teleki B. gimn. 148.3, 3. Toldy gimn. 135, 4. Árpád gimn. 133.3, 5. Fürst gimn. 131.6, 6. Dózsa gimn. 131.6, 7. Berzsenyi gimn. 131.6, 8. I. László gimn. 130. /18 csapat/

Távolugrás: 1. Budai Nagy Antal 478.6, 2. Petőfi gimn. 474.3, 3. Teleki B. gimn. 466, 4. Toldy gimn. 451, 5. Fürst gimn. 450.6, 6. Kállai szk. 449.6, 7. Hámán szk. 448, 8. Thán szk. 443 /22 csapat/

Súlylökés: 1. Teleki B. gimn. 9.29.6, 2. Petőfi gimn. 8.54.3, 3. Irinyi szk. 7.92.3, 4. Fürst gimn. 7.88.3, 5. Zrínyi gimn. 7.75.3, 6. Budai Nagy Antal gimn. 7.69, 7. Toldy gimn. 7.64.6, 8. Dózsa gimn. 7.62 /22 csapat/

Szaktanulmányi fiú serdülők csapatversenyei:

Magasugrás: 1. 13.sz.MÜM 170.6, 2. 30.sz.MÜM 165, 3. 9.sz.MÜM 163.3, 4. 26.sz.MÜM 160, 5. 2.sz.MÜM 148.3, 6. Békés Glass 148.3, 7. 24.sz.MÜM 138.3, 8. 1.sz.MÜM 135 /8 csapat/

Távolugrás: 1. 13.sz.MÜM 556, 2. 1.sz.MÜM 550.6, 3. 30.sz.MÜM 547.6, 4. 9.sz.MÜM 545.6, 5. Mezőgazdasági 541.3, 6. 17.sz.MÜM 535.3, 7. 26.sz.MÜM 523.3, 8. 24.sz.MÜM 520.3 /16 csapat/

Súlylökés: 1. 9.sz.MÜM 11.23.6, 2. 13.sz.MÜM 11.17, 3. 1.sz.MÜM 10.60.6, 4. 27.sz.MÜM 10.28, 5. 24.sz.MÜM 10.03.3, 6. 31.sz.MÜM 9.95.3, 7. 8.sz.MÜM 9.78.6, 8. 36.sz.MÜM 9.67 /15 csapat/

Szaktanulmányi férfi ifjúságiak csapatversenyei:

Magasugrás: 1. 9.sz.MÜM 171.6, 2. 14.sz.MÜM 162.6, 3. 13.sz.MÜM 161.6, 4. 30.sz.MÜM 160, 5. 27.sz.MÜM 158.3, 6. 1.sz.MÜM 156.6, 7. 8.sz.MÜM 156.6, 8. 2.sz.MÜM 143.3 /10 csapat/

Távolugrás: 1. 1.sz.MÜM 565.3, 2. 9.sz.MÜM 555.3, 3. 13.sz.MÜM 554.6, 4. Békés Glass 536.6, 5. 27.sz.MÜM 530.6, 6. 30.sz.MÜM 529, 7. 14.sz.MÜM 523.6, 8. 24.sz.MÜM 523.6 /14 csapat/

Súlylökés: 1. 35.sz.MÜM 12.02, 2. 2.sz.MÜM 11.35.3, 3. 9.sz.MÜM 10.47.6, 4. 27.sz.MÜM 10.41, 5. 8.sz.MÜM 10.17.6, 6. 17.sz.MÜM 9.72.3, 7. 1.sz.MÜM 9.69.6, 8. Békés Glass 9.32.6, /14 csapat/

Szaktanulmányi leány serdülők csapatversenyei:

Magasugrás: 1. Békés Glass 132, 2. 12.sz.MÜM 129.3, 3. 6.sz.MÜM 128, 4. Szász Ferenc 121.6, 5. 5.sz.MÜM 113.3 /5 csapat/

Távolugrás: 1. 12.sz.MÜM 450.3, 2. 6.sz.MÜM 433, 3. Békés Glass 398.3, 4. Mezőgazdasági 381.3, 5. Szász Ferenc 379.6, 6. 14.sz.MÜM 359.6, 7. 30.sz.MÜM 349 /7 csapat/

Súlylökés: 1. 12.sz.MÜM 8.09.3, 2. 6.sz.MÜM 7.83, 3. Békés Glass 7.27, 4. Szász Ferenc 7.05, 5. Mezőgazdasági 6.82, 6. 14.sz.MÜM 6.31, 7. 30.sz.MÜM 5.91 /7 csapat/

Szaktanulmányi női ifjúságiak csapatversenyei:

Magasugrás: 1. 6.sz.MÜM 129.6, 2. 12.sz.MÜM 123.3, 3. Békés Glass 123.3, /3 csapat/

Távolugrás: 1. 6.sz.MÜM 413.3, 2. Szász Ferenc 395.6, 3. 14.sz.MÜM 391.3, 4. Békés Glass 354.3 /4 csapat/

Súlylökés: 1. Békés Glass 7.27.3, 2. 14.sz.MÜM 7.23.6, 3. 6.sz.MÜM 7.10.6, 4. Szász Ferenc 7.00 /4 csapat/.

A pontverseny végeredménye a csapatversenyek után:

Középiskolás fiúk:

1. Petőfi gimn.	122 pont	19. Széchenyi gimn.	32 pont
2. Zalka szakk.	106 "	20. Fáy szk.	30 "
3. Egressy szk.	102 "	21. Könyves gimn.	22 "
4. Közl.vasutg.	90 "	22. Radnóti gimn.	20 "
5. I.László gimn.	84 "	23. Ságvári gimn.	20 "
6. Közl.gép.	72 "	24. Toldy gimn.	18 "
7. Szinyei gimn.	68 "	25. Teleki gimn.	16 "
8. Than szk.	66 "	26. Árpád gimn.	12 "
9. Kaffka gimn.	66 "	27. Ihász szk.	12 "
10. Kölcsey gimn.	60 pont	28. Irinyi szk.	12 "
11. Budai Nagy A.gimn	58 "	29. Jedlik gimn.	12 "
12. Apáczai gimn.	58 "	30. Berzsenyi gimn.	8 "
13. Kilián gimn.	50 "	31. Kossuth gimn.	6 "
14. Faipari sz.	38 "	32. Közlekedési szk.	4 "
15. Bajáki szk.	36 "	33. Táncsics gimn.	4 "
16. I.István gimn.	34 "	34. Leővey gimn.	4 "
17. Asztalos szk.	34 "	35. Bolyai szk.	2 "
18. Eritőip.szk.	32 "		

Középiskolás lányok:

1. Petőfi gimn.	142 pont	19. Thán szk.	24 pont
2. I.László gimn.	94 "	20. Hámán szk.	24 "
3. Fürst gimn.	92 "	21. Kossuth gimn.	22 "
4. Toldy gimn.	84 "	22. Berzsenyi gimn.	20 "
5. Teleki szk.	82 "	23. Szilágyi gimn.	20 "
6. Dózsa gimn.	78 "	24. dr.Pólya szk.	18 "
7. Apáczai gimn.	76 "	25. Kölcsey gimn.	16 "
8. Jedlik gimn.	70 "	26. Teleki gimn.	12 "
9. Kállai szk.	70 "	27. Szerb A.gimn.	10 "
10. Kilián gimn.	56 "	28. Leővey gimn.	10 "
11. Budai Nagy Antal gimn.	50 "	29. Leővey szk.	10 "
12. Zrínyi gimn.	49 "	30. Széchenyi gimn.	8 "
13. I.István szk.	48 "	31. Eötvös gimn.	8 "
14. II.Rákóczi gimn.	41 "	32. Rudas szk.	6 "
15. Árpád gimn.	32 "	33. Cipőipari szk.	4 "
16. Irinyi szk.	32 "	34. Könyves gimn.	4 "
17. Bem szk.	30 "	35. Közlekedési szk.	2 "
18. Szinyei	28 "	26. ELTE Ságvári szk.	2 "

Szaktanuló fiúk:

1. 9.sz.MÜM	156 pont	9. 8.sz.MÜM	68 pont
2. 13.sz.MÜM	136 "	10. 17.sz.MÜM	60 "
3. 1.sz.MÜM	128 "	11. 35.sz.MÜM	48 "
4. 30.sz.MÜM	108 "	12. 14.sz.MÜM	46 "
5. 27.sz.MÜM	92 "	13. 26.sz.MÜM	46 "
6. 24.sz.MÜM	88 "	14. 34.sz.MÜM	32 "
7. 2.sz.MÜM	74 "	15. 36.sz.MÜM	30 "
8. Békés Glass	74 "	16. Mezőgazdasági	22 "

Szaktanuló lányok:

1. 6.sz.MÜM	160 pont	5. 14.sz.MÜM	86 pont
2. Békés Glass	156 "	6. 30.sz.MÜM	50 "
3. Szász Ferenc	112 "	7. Mezőgazdasági	42 "
4. 12.sz.MÜM	110 "	8. 5.sz.MÜM	20 "

VERSENYEREDMÉNYEK:

Farkas Pál

A DASE által 1974. november 24-én megrendezett dr.Rajkai Tibor erdei futó-émlékverseny eredményei:

1. Női felnőtt, ifjúsági és serdülő összevont kategória, kb 2500 m.

1. Horváth Janka	Sz.Haladás	8:32.8
2. Lipcsei Irén	DMTE	8:39.6
3. Babinyecz Józsefné	Csepel	8:39.8
4. László Zsuzsa	TFSE	8:42.0
5. Lázár Magdolna	DEAC	9:08.0
6. Szűcs Kornélia	DMTE	9:50.0
7.Utri DVTK, 8.Ujhelyi DASE, 9.Osgyáni DVTK, 10.Szojka DVTK, 11.Nyakó DMTE-SI, 12.Szűcs DASE, 13.Brutóczy BKV Előre, 14.Kovács M. DMTE-SI, 15.Kolláth DMTE-SI, 16.Domokos DMTE-SI, 17.Győri DMTE-SI, 18.Botkó DVTK, 19.Kiss I. DASE, 20.Pálfi DASE, 21.Boros DEAC, 22. Podor DEAC, 23.Varga DASE, 24.Molnár DMTE-SI, 25.Czeplédi DEAC, 26.Bebök DMTE-SI, 27. Kovács DEAC, 28.Szentkirályi DEAC, 29.Kárai DEAC, 30.Békési DEAC.		

A csapatversenyben:

- DMTE-SI "A"
- DVTK

3. DASE
4. DMTE-SI "B"
5. DEAC "A"
6. DMTE-SI "C"
7. DEAC "B"

2. Férfi felnőtt, ifjúsági és serdülő összevont kategória, kb.6300 m.

1. Báthori Gábor	MAFC	18:33.6
2. Babinyecz József	Csepel	18:38.2
3. Siető Dániel	Kazincbarcika	18:46.4
4. Kárai Kázmér	Csepel	18:47.2
5. Mester János	DASE	18:50.2
6. Szekeres Ferenc	Csepel	18:55.8
7. Németh Gyula	U.Dózsa	19:03.2
8. Fancsali András	U.Dózsa	19:10.4
9. Máthé Sándor	U.Dózsa	19:13.0
10. Barnaki Ferenc	MAFC	19:15.0
11. Kerékgyártó U.Dózsa, 12. Tóth B. MTK, 13. Kiss J. NYVSC, 14. Rózsa Vasas, 15. Sári Debr. Agráregy., 16. Juhász MVSC, 17. Golács BKV Előre, 18. Vincze DVTK, 19. Bárány DVTK, 20. Tarnóczy U.Dózsa, 21. Szilágyi DMTE, 22. Drahos DMTE, 23. Vanek Vasas, 24. Tóth Csepel, 25. Ruzicska BKV Előre, 26. Csoma MAFC, 27. Hers Oroszl. Bány., 28. Kónya Csepel, 29. Zsinka U. Dózsa, 30. Andó Kazincbarcika, 31. Tóth MAFC, 32. Borsos MTK, 33. Molnár Kazincbarcika, 34. Szálas Bp. Honvéd, 35. Illés Bp. Honvéd, 36. Péley PVSK, 37. Papp Váci Hirad., 38. Zemen U. Dózsa, 39. Burján U.Dózsa, 40. Kasparic Sz. Haladás, 41. Karászi Vasas, 42. Pohl Csepel, 43. Tóth F. DVTK, 44. Fülöp MAFC, 45. Pokrovenszki U.Dózsa, 46. Madaras Csepel, 47. Ványi L. DMTE-SI, 48. Forgács Váci Hir., 49. Bódis DASE, 50. Megyeri DEAC, 51. Molnár Bp. Póstás, 52. 53. Csillik K. Vegyész, 54. Tóth B. K. Vegyész, 55. Joó MAFC, 56. Pesti BKV Előre, 57. Vasyi K. Vegyész, 58. Kiss J. Csepel, 59. Biró F. BKV Előre, 60. Cseke DMTE, 61. Németh BKV Előre, 62. Oláh Sz. Haladás, 63. Smudla MAFC, 64. Szabó A. Vasas, 65. Sebestyén Váci Hir., 66. Békési NYVSC, 67. Pózna BKV Előre, 68. Góti MAFC, 69. Mózes K. Vegyész, 70. Balogh Vasas, 71. Zabin U.Dózsa, 72. Takserer Váci Hir., 73. Kerepesi BKV Előre, 74. Sári L. DMTE, 75. Deák DMTE-SI, 76. Tolnai KKFSE, 77. Novák DEAC, 78. Kiss I. KKFSE, 79. Kelemen KKFSE, 80. Nagy T. DMTE, 81. Kolonics Sz. Haladás, 82. Kővári Vasas, 83. Merkukszki NYVSC, 84. Makovecz Vasas, 85. Csizmadia MAFC, 86. Kereszturi DASE, 87. Nagy T. DMTE, 88. Policza Bp. Honvéd, 89. Moraszki NYVSC, 90. Lőrincz NYVSC, 91. Sahmater NYVSC, 92. Madar Csepel, 93. Farkas DMTE, 94. Ember DMTE, 95. Horváth MAFC, 96. Keszthelyi Vasas, 97. Horváth Bp. Honvéd, 98. Unger Bp. Honvéd, 99. Urbán Bp. Honvéd, 100. Balogh DEAC, 101. Szentiványi Vasas, 102. Gőz J. DMTE, 103. Jurth DMTE-SI, 104. Laki DMTE-SI, 105. Boncsér Debr. ref. gimn., 106. Fekete Hajdúbossz. Bocskai, 107. Czifrák DEAC, 108. Szabó DEAC, 109. Artner DEAC, 110. Tölgyesi DEAC, 111. Szilágyi DEAC, 112. Farkas Debr. ref. gimn., 113. Kun DEAC, 114. Nagy Cs. DEAC.		

Csapatversenyben:

1. Csepel
2. U.Dózsa "A"
3. MAFC "A"
4. U.Dózsa "B"
5. Kazincbarcikai Vegyész
6. DASE
7. Vasas
8. DVTK

A Komárom megyei Atlétikai Szövetség és a Tat. Bányász által 1974. december 15-én Tatán tartott országos mezői verseny eredményei.

Férfi felnőtt: /12.125 m./

1. Homoki Vince	Koml. Bányász	37:59.0
2. Török János	SZEOL	38:09.6
3. Máté Sándor	U.Dózsa	38:13.6
4. Kispál László	Koml. Bányász	38:23.0
5. Golács Miklós	BKV Előre	38:29.8
6. Kerékgyártó István	U.Dózsa	38:43.0
7. Mózes TBSC, 8. Kiss J. NYVSC, 9. Kárai Csepel, 10. Tóth B. MTK, 11. Szekeres Csepel, 12. Mayer Péti MTM, 13. Főrián KVSE, 14. Rózsa Vasas, 15. Babinyecz Csepel, 16. Játékos TBSC, 17. Zsinka U.Dózsa, 18. Siető Kazincb. Vegy., 19. Hersch OBSK, 20. Borsos MTK, 21. Németh U. Dózsa, 22. Vanek Vasas, 23. Molnár Kazincb. Vegy., 24. Szilágyi PMTE, 25. Csoma MAFC, 26. Karászi Vasas, 27. Zemen U.Dózsa, 28. Pápai Bp. Honvéd, 29. Tarnóczy U.Dózsa, 30. Kovács F. BEAC, 31. Fábán BEAC, 32. Németh L. BKV Előre, 33. Molnár TBSC, 34. Burján U.Dózsa, 35. Tóth L. MAFC, 36. Szentiványi Vasas, 37. Kővágó BEAC, 38. Pokrovenszki U.Dózsa, 39. Toka U.Dózsa, 40. Bodó Páp. Textil, 41. Szabó Páp. Textil		

Férfi ifjúsági: /8075 m/

1. Ruzicska Gyula	BKV Előre	26:33.0
2. Laposi Ferenc	TBSC	26:33.0
3. Varga János	SKSE	26:33.6
4. Illés Antal	Bp. Honvéd	26:33.6
5. Drahos József	DMTE	26:54.2
6. Andó Ferenc	KVSE	27:02.4
7. Rác SZVSE, 8. Csáka BSK, 9. Tóth B. Kazincbarcika, 10. Mátyás TBSC, 11. Tóth I. Páp. Textil, 12. Szabó Vasas, 13. Pesti BKV Előre, 14. Vaszy KVSE, 15. Joó MAFC, 16. Cseke DMTE, 17. Géri		

MAFC, 18.Sári DMTE, 19.Weigert Péti MTE, 20.Tóth L.U.Dózsa, 21.Mózes KVSE, 22.Biró BKV Előre, 23.Kiss Páp.Textil, 24.Járfás TBSC, 25.Mezei Vasas, 26.Csilling KVSE, 27.Keszelyi Vasas, 28.Horváth MAFC, 29.Szőke Kap.Dózsa, 30.Szalai Páp.Textil, 31.Herter Péti MTE, 32.Jakab Péti MTE

Fiú serdülő "A": /5050 m/

1. Kis-Király Ernő	Koml.Bányász	16:48.2
2. Riba Lajos	Fonyódi gimn.	17:02.8
3. Szatyina Géza	TBSI	17:03.4
4. Arnóczki Ferenc	TBSI	17:13.8
5. Ványi Lajos	Debr.SI	17:46.4
6. Török József	TBSI	18:00.2
7.Szatados TBSI, 8.Kovács I OBSK, 9.Pozsgai TBSI, 10.Gyulai TBSI, 11.Hatrapál TBSC, 12.Hegedűs TBSI, 13.Kerpel Páp.Textil, 14.Zsédely TBSI, 15.Magyar TBSI, 16.Kovács G.TBSI, 17.Turbók Páp.Textil, 18.Jakab OBSK, 19.Tóth A.U.Dózsa, 20.Fekete Kazinb.Vegy., 21.Major Páp.Textil, 22.Bondor TBSI, 23.Horváth TBSI, 24.Nagy TBSI		

Fiú serdülő "B": /2000 m/

1. Munkácsi Mihály	TBSI	6:58.4
2. Papp Gábor	Pápai Textil	7:02.8
3. Janus Attila	Pápai Textil	7:05.6
4. Liczul János	TBSI	7:11.0
5. Trifárkos Rudolf	TBSI	7:15.4
5. Deák Lajos	TBSI	7:16.4
7.Kristóf TBSI, 8.Nyári TAC, 9.Mészáros TBSI, 10.Tólos Páp.Textil, 11.Cövek Oroszl.SI, 12.Farkas TBSI, 13.Kiss J.TBSI, 14.Salamon TBSI, 15.Czina Tata Vaszary, 16.Kiss K.TBSI, 17.Fodor OBSI, 18.Török Páp.Textil, 19.Kristóf Tat.Vaszary, 20.Oláh TBSI, 21.Bellwallner TBSI, 22.Fodor OBSI, 23.Jobbágy OBSI, 24.Bolvári Tata Vaszary, 25.Schäffer TBSI, 26.Bunghardt TBSI, 27.Krempf Tata Vaszary, 28.Gál OBSI, 29.Kercsmann TBSC, 30.Bodány TBSI, 31.Bereznai Tata Vaszary, 32.Piti TBSI, 33.Szilágyi TBSI, 34.Fekete TBSI, 35.Izing TBSI, 36.Hargittai TBSI, 37.Huzsvár TBSI, 38.Kóber TBSI, 39.Lengyel Tata Vaszary, 40.Szalai TBSI, 41.Deák TBSI, 42.Rábai Tata Vaszary, 43.Képes TBSI, 44.Zelenyák TBSI, 45.Pápai TBSI, 46.Böde OBSK, 47.Kovács Tata Vaszary, 48.Vámos TBSI, 49.Bolváry TBSI, 50.Varga Á. TBSI, 51.Meyer TBSI, 52.Magyari TBSI		

Női felnőtt: /4025 m/

1. Zsilák Ilona	Bcs.Előre	14:38.6
2. Pásztor Zsuzsa	Szoln.MÁV	14:48.6
3. Hudi Rudolfné	Ganz Mávag	14:58.4
4. Horváth Janka	Szh.Haladás	15:01.4
5. Lipcsei Irén	Debr.MTE	15:09.4
6. László Zsuzsa	TFSE	15:17.2
7.Kovács PMSC, 8.Farkas Bak.Vegyész, 9.Sipka BEAC, 10.Lombos Bp.Spartac., 11.Ácsné Kap.Dózsa, 12.Völgyesi PMSC		

Női ifjúsági: /3025 m/

1. Jankó Ilona	Bak.Vegyész	11:34.4
2. Barcza Zsuzsanna	Bak.Vegyész	11:39.6
3. Brutóczki Judit	BKV Előre	11:39.8
4. Stang Mária	BSK	11:56.4
5. Óri Zsuzsa	Koml.Bányász	12:58.8
6. Peltsárszky Liliann	Bcs.Előre	13:06.6

Leány serdülő "A": /2000 m/

1. Major Zsuzsanna	Koml.Bányász	7:33.0
2. Laposá Mária	TBSI	8:23.0
3. Bányik Ildikó	U.Dózsa	8:27.6
4. Kanizsa Zsuzsa	U.Dózsa	8:29.4

Leány serdülő "B": /1000 m/

1. Szemes Márta	OSI	4:19.0
2. Vass Zsuzsa	OSI	4:22.4
3. Kocsis Éva	Páp. Textil	4:25.8
4. Farkas Erika	TBSI	4:29.0
5. Ruzicska Hilda	TBSI	4:31.0
6. Berecz Erzsébet	TBSI	4:31.2
7.Lázár Páp.Textil, 8.Kránicz TBSI, 9.Csáki OBSI, 10.Tihanyi TBSI, 11.Kelemen OBSI, 12.Fábián Páp.Textil, 13.Kertész Páp.Textil, 14.Stell TBSI, 15.Tóth M.TBSI, 16.Andics TBSI, 17.Surányi TBSI, 18.Varga Páp.Textil, 19.Simon OBSI, 20.Horváth OBSI, 21.Illés TBSI, 22.Lakatos TBSI, 23.Kori TBSI, 24.Sógorka TBSI.		

A Ganz Mávag által 1975. január 12-én rendezett mezei verseny eredményei:

Férfi ifjúsági és serdülő "A" : /6000 m/

1. Laposá Ferenc /56/	Tat.Bányász	18:26.8
2. Andó Ferenc /57/	Kazinb.Vagy.	18:33.6
3. Illés Antal /56/	BHSE	18:35.2
4. Drahos József /56/	DMTE	19:00.6
5. Ruzicska Gyula /57/	BKV Előre	19:07.0
6. Ványi Lajos /58/	DMTE	19:07.2

7.Kis-Király /58/ Koml.Bány. 19:08.2, 8.Nagy /56/ BEAC 19:27.6, 9.H.Szabó /56/ KSC 19:30.4, 10.Biró /57/ PMSC 19:33.8, 11.Kiss /56/MTK 19:50.4, 12.Paróczai /56/ Szoln.MÁV 19:58.2, 13.Fekete /58/ Kazincb.Vegy., 14.Csillik /57/ Kazincb.Vegy., 15.Vaszi /57/ Kazincb.Vegy., 16.Somorjai /58/ Mohácsi TE, 17.Tóth L./56/ U.Dózsa, 18.Szálas /56/ BHSE, 19.Pácsi /58/ KSI, 20.Hollósi /58/ PMSC, 21.Vér /57/ SZVSE, 22.Gulyás /57/ Lehel SC, 23.Weigert /57/ Péti MTE, 24.Nyul /59/ Pécsi Spartac., 25.Srp /57/ PMSC, 26.Ötvös /57/ Dunagöldvár, 27.Gajdos /59/ Bp.Spartac., 28.Fenyő /56/ KSI, 29.Kristóf /57/ PMSC, 30.Balázs /56/ Koml.Bányász, 31.Sebők /59/ Pécsi SI, 32.Vörös /58/ Bp.Építők, 33.Mózes /56/ Kazincb.Vegy., 34.Nemes /57/ BEAC, 35.Gellai /58/ PMSC, 36.Tóth /58/ Ganz Mávag, 37.Dira /56/ BEAC, 38.Farkas /57/ SZVSE, 39.Bene /57/ Dunakeszi, 40.Mezeti /56/ Koml. Bányász, 41.Czmórek /58/ KSI, 42.Kiszéjov /59/ Pécsi SI, 43.Csaszai /57/ KSI, 44.Kalmár /59/ Kazincb.Vegy., 45.Smeló /59/ BHSE, 46.Domján /58/ PMSC, 47.Babai /58/ Bp.Építők, 48.Kovári /58/ Vasas, 49.Márton /56/ Ganz Mávag, 50.Szajkó /59/ Kazincb.Vegy., 51.Zentai /59/ KSI, 52.Berta /58/ Ganz Mávag, 53.Sajmár /60/ Pécsi SI, 54.Csabai /59/ Bp.Spartac., 55.Ábel /60/ Pécsi SI, 56.Czmórek /60/ KSI, 57.Tóth /58/ U.Dózsa, 58.Balla /56/ Ganz Mávag, 59.Szabadkai /56/ Törekvés, 60.Giltán /60/ KSI, 61.Katkó /58/ Bp.Építők, 62.Kovács /61/ Bp.Építők, 63.Illés /58/ Bp.Spartac., 64.Pittner /59/ KSI.

Női ifjúsági és serdülő "A" : /1800 m/

1. Jankó Ilona /57/	BVTC	6:36.4
2. Péley Bernadett /57/	PMSC	6:42.6
3. Ujhelyi Mária /59/	DASE	6:44.2
4. Molnár Gizella /58/	BHSE	6:44.8
5. Pólya Éva /58/	FTC	6:47.8
6. Nyakó Katalin	DMTE	6:48.0

7.Bodrogi /59/ Ganz Mávag 6:48.2, 8.Barcsa /57/ BVTC 6:53.8, 9.Csósz /59/ Mohácsi TE 7:04.6, 10.Vedres /58/ Bp.Építők 7:07.2, 11.Szücs /59/ DASE 7:13.2, 12.Brutóczy /57/ BKV Előre 7:22.0, 13.Madai /58/ DMTE, 14.Mérei /60/ PMSC, 15.Hajdú /60/ Bp.Spartac., 16.Schmidt /59/ SZVSE, 17.Cedai /59/ SZVSE, 18.Horczel /58/ DMTE, 19.Husárik /59/ KSI, 20.Esztergomi /58/ MTK, 21.Talamér /59/ KSI, 22.Sári /58/ Ganz Mávag, 23.Lőrinczi /59/ Pécsi SI, 24.Gáspár /59/ Bp.Építők, 25.Hertai /56/ III.TTVE, 26.Böcskei /58/ Ganz Mávag, 27.Szabó /58/ KSI, 28.Ördögh /58/ MTK, 29.Böcskei A./58/ Ganz Mávag, 30.Záborszki /57/ III.TTVE.

Férfi felnőttek:/12.000 m/

1. Babinyecz József	Csepel	35:52.2
2. Kárai Kázmér	Csepel	36:24.8
3. Török János	SZEOL	36:30.0
4. Homoki Vince	Koml.Bányász	36:30.6
5. Mester János	DASE	36:38.6
6. Fancsali András	U.Dózsa	36:39.4

7.Szekeres BHSE 37:02.0, 8.Tóth B. MTK 37:03.0, 9.Mayer Péti MTE 37:13.2, 10.Siető Kazincb.Vegy. 37:48.6, 11.Kerékgyártó U.Dózsa 37:50.0, 12.Máté U.Dózsa 37:57.2, 13.Németh U.Dózsa, 14.Kiss NYVSC, 15.Sári DASE, 16.Szilágyi DMTE, 17.Czinkovszki MTK, 18.Sztankovics BEAC, 19.Szatmári FTC, 20.Kleckner FTC, 21.Molnár Kazincb.Vegy., 22.Mohácsi MTK, 23.Barnaki MAFC, 24.Szigeti PMSC, 25.Tóth L.Csepel, 26.Molnár Vasas, 27.Fülöp Bp.Spartac., 28.Tóth B.Kazincb.Vegy., 29.Tóth L.MAFC, 30.Golács BKV Előre, 31.Vanasz DVTK, 32.Zsoldos KSC, 33.Szálas BHSE, 34.Fábián BEAC, 35.Patai Bp.Építők, 36.Tabajdi Bp.Spartac., 37.Csoma MAFC, 38.Kovács A.DASE, 39.Pesti BKV Előre, 40.Németh BKV Előre, 41.Juhász Bp.Spartac., 42.Albert U.Dózsa, 43.Kovács A.MAFC, 44.Csizmadia MAFC, 45.Pálfi Törekvés, 46.Gösy MAFC, 47.Kiss J.Csepel, 48.Kovács F.BEAC, 49.Kóvágy BEAC, 50.Kéri Ganz Mávag, 51.Szász KSI, 52.Szablár U.Dózsa, 53.Megyeri DEAC, 54.Tolnai Kossuth KFSE, 55.Szabó I.FTC, 56.Kovács Cs. Kossuth KFSE, 57.Siklósi SZVSE, 58.Iovass Csepel.

Női felnőtt:/2500 m/

1. Csipán Borbála	BHSE	8:21.4
2. Babinyecz Józsefné	Csepel	8:23.8
3. Horváth Janka	Haladás	8:25.6
4. Hudi Rudolfné	Ganz Mávag	8:44.8
5. Lipcsei Irén	DMTE	8:54.8
6. Pásztor Zsuzsa	Szoln.MÁV	8:58.8

7.Hoffmann Mohácsi TE 9:03.8, 8.Lázár DEAC 9:04.0, 9.Sipka BEAC 9:30.2, 10.Laczó Bcs. Előre 9:37.0, 11.Turbucz Ganz Mávag 9:53.4, 12.Domokos DMTE 10:12.0, 13.Szávozdi MTK, 14.Mercz Ganz Mávag, 15.Németh FTC.

ATLÉTIKA a Magyar Atlétikai Szövetség hivatalos lapja. Megjelenik havonta. Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős és szakszerkesztő: Farkas Pál. Szerkesztőség: 1146 Budapest, Dózsa György u.1-3. Telefon: 340-785. Kiadja: Sportpropaganda Vállalat 1143 Budapest, Dózsa György u.1-3. 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., postacím: 1900 Budapest/ közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámára. Előfizetési díj egy évre: 48,- Ft. Egyes szám ára: 4,50 Ft. Számonként kapható még: Sportpropaganda, 1051. Budapest. Bajcsy Zsilinszky ut 36-38.

Index szám: 26.035

Ára: 4,50 Ft