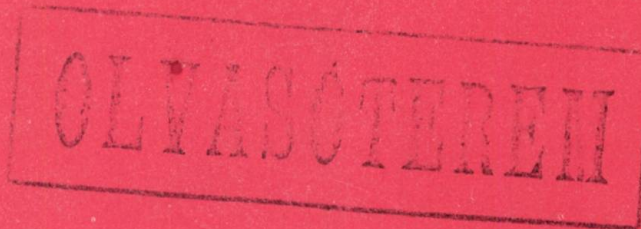




ATLÉTIKA



A TARTALOMBÓL :

Egy NDK-ban tett tanulmányút tapasztalata

A megyék atlétikai életéből

Shigeru Soh maratoni futó betörése a
világ élvonalába

Adatok, tapasztalatok a távolbaugrók
felmérési eredményei alapján

Az 1978. évi legjobb fedettpályás
eredmények

A budapesti középfoku iskolák
fedettpályás bajnokságai /folyt./

Az elektronikus és a kézi időmérés
tapasztalatairól

1978/4

ATLÉTIKA

XXII. ÉVF. 4. SZÁM

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

1978. ÁPRILIS

Szerkesztette: FARKAS PÁL

Kiadja a Sportpropaganda Vállalat. — Felelős kiadó: Szabó István igazgató. — Készült a Sportpropaganda Vállalat Sokszorosító Üzemében.
Műszaki vezető: Tihanyi Sándor. — Az előállítás helye: 1143 Budapest, Dózsa György út 1-3. Ideje: 1978. ápr. — Terjeszti a Magyar Posta.

Egy NDK-ban tett tanulmányút néhány tapasztalata

Szakmai körünkben ismert, hogy az NDK sportiskolai rendszere, sportiskolai szervezete sokkal inkább alkalmas az élsport utánpótlásának nevelésére, mint a hazai.

A bentlakás, az iskolai tanulmányi elfoglaltságnak az edzőmunkához való adaptálása /és nem fordítva!/, a létesítmény és sportszer, valamint felszerelés ellátottsága, az élelmezés körülményei, nem utolsósorban a jól felkészült szakember gárda /a magasán kvalifikált segédedzőket is hozzászámítva/, mind egy-egy biztosítéka a kiemelkedő teljesítményre képes sportolók nevelésének.

A mi anyagi lehetőségeink sokkal szerényebb keretek közé szorítják az utánpótlásnevelést, mint amilyenek az NDK-ban adóttak, mégis úgy érzem, hogy a közelmúltban az NDK-ban tett tanulmányutam tapasztalataiból érdemes feleleveníteni néhányat, amelyek széles körű megvalósítására talán nálunk is megvannak a feltételek.

Az általam meglátogatott kluboknál az utánpótláskorúak 5:1-es ritmusban dolgoznak, vagyis 5 nagyobb megterhelésű hetet egy könnyebb megterhelésű hét követett. Ezen a könnyebb terhelésű héten felméréseket végeztek a fizikai képességek változásainak megállapítására. A felmérő gyakorlatok az általános- és a versenyspecifikus képességek mérésére szolgáló egyszerű gyakorlatok voltak. Például a gerelyhajítók képesség-felmérésére a következőket végezték:

- 30 m-es síkfutás állórajttal;
- 30 m-es síkfutás repülőrajttal;
- "nekilépéssel" három ugrás egy lábon, jobb és bal lábbal külön;
- 4 kg-os súlygolyóval dobás helyből, két kézzel a fej fölött előre és hátra;
- 0.8, 1.0, 1.3 kg-os golyóval dobás helyből gerelyhajításszerűen;
- fekvő nyomás, szakítás, felvétel, guggolás /ülőmagasságig/ súlyzóval;
- 9 állomásos felmérő gyakorlat /20" terhelés maximális gyorsaságra törekedve, 20" pihenő/:
- 30 cm magas emelvényre fel-, majd leugrás, jobb és bal lábbal külön-külön;
- fekvőtámaszban karhajlítás és nyújtás;
- rögzített lábbal felülés hanyattfekvésből;
- hanyattfekvésből lábemelés a fej mögé, talajérintéssel;
- alapállásból ereszkedés guggolótámaszba, ebből fekvőtámaszba lendülés, vissza guggolótámaszba, majd felállás alapállásba;
- ülésben, faltól 2 m-re medicinlabda dobás a falhoz, kétkezes mellső dobással;
- tornapad átugrása páros lábbal jobbra, balra;
- kézzel a falhoz támaszkodva, enyhe dőléssel, váltogatott térdfelrántás.

A 9 állomásos gyakorlat után pulzusszámot is mértek.

A felmérések nálunk is egyre inkább bevezetésre kerülnek ugyan, de elsősorban szövetségi szintű ellenőrzési jelleggel, felkészülési időszakhoz kötötten, évente csupán néhány alkalommal.

Az NDK-ban a felmérések rendszeresek és szerves részét alkotják a fizikai képzésnek. A felmérések eredményei ugyanis igen sokféleképpen hasznosíthatók. Például:

- tájékoztatnak a felmérést megelőző edzésszakasz munkájának hatékonyságáról;
- kiindulási alapul szolgálhatnak a tudatos, a valós képességszinthez szabott edzés-tervezéshez;
- támpontot adnak a képességfejlesztés folyamatos korrekciójához;
- megmutatják az egyén fejlődésének tendenciáit, megkönnyítve esetleg a sportági alkalmasság eldöntésének kérdését is;
- lehetőséget teremtenek elvi- és gyakorlati jelentőségű, általánosítható tapasztalatok szerzésére.

A felmérési aktus, mint teljesítményhelyzet, a versenyző számára túlnő a pusztá ellenőrzésen, vagy önellenőrzésen és jelentős motiváló tényezőként lép elő.

Az edzéstervet nemcsak a fő versenydínyre vonatkozóan tartalmaznak célkitűzéseket /a fő versenyszámban/, hanem felmérésről-felmérésre, tehát makrociklusként tűznek célokat

a versenyzők elé a különböző képességek terén. Így nemcsak távolabbi, hanem közeli konkrét céljaik is vannak, amelyek aktivizáló hatása a távoli céloknál sokkal erősebbek.

Az ösztönzést illetően szeretném megemlíteni, hogy információim szerint, a tehetségek felkutatása, érdeklődésük felkeltése és fenntartása a sport iránt az NDK-ban sem könnyű feladat annak ellenére, hogy a különböző intézmények, társadalmi szervezetek már évek óta jelentős erőfeszítéseket tesznek a testkultúra kiterjesztésére és a versenysport érdekében.

A klubok vezetői és edzői sokrétű tevékenységet folytatnak a sportolás számára kedvező egyéni beállítódás kialakítására. Az említett hosszabb és rövidebb célkitűzéseken kívül igyekeznek az edzést vonzóvá, hangulatossá tenni, lehetővé teszik, hogy a fiatalok olykor élvonalbeli versenyzőkkel dolgozhassanak együtt, nagyszabású versenyeket /nemzetközi, nemzetek közötti versenyeket is/ rendeznek számukra, stb.

Az edzők állandó kapcsolatot tartanak a szülőkkel és az iskolai pedagógusokkal. Sikerküldt elérniök, hogy a gyerekeket olyan egységes /szülői, iskolai, edzői/ hatások ériék, amelyek a sport iránti vonzalmukat erősítik, hogy ne legyenek kitéve a különböző felfogások ütközése okozta konfliktusoknak.

A tanárok figyelemmel kísérik tanítványaik sportbeli fejlődését is, gyakran érdeklődnek tőlük, dicsérik, biztatják őket.

A tehetségekkel nagy körültekintéssel bántak, vigyáznak rájuk, igyekeznek - a sport és a magánélet terén egyaránt - fejlődésükhöz minél kedvezőbb feltételeket biztosítani. Ez azonban nem azt jelenti, hogy elkényeztetik őket, negatív emberi tulajdonságok kialakulását segítik, hogy "sztárokat" nevelnek belőlük. Tudatában vannak annak, hogy egy-egy klasszis versenyző kinevelése milyen nagy anyagi áldozattal, mennyi munkával jár együtt, hogy a versenyzők teljesítményei egész apparátusuk munkáját félmjelzik.

Az edzői munka lényeges jellemzője az egységes elvek érvényesülése. Az edzői tevékenység szabadsága nem jelent szabadságot, nem jelenti az esetleg egymásnak ellentmondó felfogások okatlan csapongását. Egységes elvek szerint dolgoznak a fizikai felkészítésben és a technikai képzésben egyaránt. Ezt az egyöntetűséget az egy, vagy több hetes, központilag szervezett továbbképzések, a helyi szervezésű szakmai megbeszélések, a rendszeres szakirodalmi tájékoztatás, stb. révén biztosítják.

Például: az edzők minden olimpiai ciklusban hat hetes kötelező továbbképzésen vesznek részt, de ezen kívül a szövetség minden évben több egyhetes tanfolyamot szervez.

A lipcsei tudományos központ havonta jelenteti meg az "Edzőtájékoztató"-t, amely új tudományos eredményeket, gyakorlati tapasztalatokat, aktuális értékeléseket, szakmailag fontos információkat tartalmaz - szelektáltan! Tehát az edzőknek nem szükséges többszörös időráfordítással a könyvtárakat "bújni" ahhoz, hogy megfelelően tájékozódjanak.

Mindannyian tudjuk, hogy a technikai képzés mennyire fontos része a felkészítésnek, mégis nálunk a legtöbb helyen, a legtöbb versenyszámban - a dobószámok egyik-másikában - a technikai munka az edzésszakasz és az időjárás függvénye, s általában kevés a technikai intencióra fordított idő is.

Az NDK dobóatlétái pl. az időjárástól függetlenül egész évben dobznak. Ha a szabadban nem lehet, akkor teremben ponyvába, vagy hálóba. Több helyen a parkettás tornatermeket is úgy alakították ki, hogy az egyik végükben homokba ugorhassanak, vagy pl. súlygolyót, fűlesúlyt dobhassanak a versenyzők.

Gyakran alkalmazott edzésszervezők a technikai imitációk, amelyeket rendszerint tükörfal előtt végeznek a fokozottabb önellenőrzés érdekében.

Az önellenőrzés, a mozgáselemzés sok irányú lehetőségét teremti meg a képmagnó és a film.

A kalapácsvetők részére például hetenként egyszer-kétszer képmagnó felvétellel összekapcsolt dobóedzés van, kéthetenként egyszer pedig filmre veszik dobásaikat. Mindezen kívül általában negyedévenként egyszer "háromdimenziós" filmfelvételeket készítenek /előlről, oldalról, felülről/, amelyeket a lipcsei TF-en kiértékelnek és a szükséges paramétereket /a golyó kezdősebessége, a kidobási szög, az egy és két láb támaszos helyzetének aránya, stb./ megküldik az edzőknek.

Apróságnak tűnik, de úgy vélem, mégsem érdektelen megemlíteni, hogy az edzőtermekben, vagy az edzőtermek közelében állandóan rendelkezésre áll forró tea, tej, vagy valamilyen üdítő ital, sok helyen gyümölcs, szendvics, sőt sütemény is.

A nevelőmunka egyik igen fontos tényezője az edzés gyakorisága

Általában heti 8-9, a felkészülés bizonyos szakaszaiban heti 11 edzésük van. Ezt a magyar, a hazai gyakorlattól lényegesen eltérő edzésszámot a bentlakás és az iskolai tanítás sajátos rendje teszi lehetővé.

A délelőtti edzések többnyire 1/2 8 és 10 óra között vannak. A versenyzők ezt követően mennek a körzeti iskolába. Az osztályok létszáma egy-egy évfolyamban nem nagy, a tanárok alaposabb munkát tudnak végezni, s így a gyerekek már az órákon szinte teljesen elsajátítják a tananyagot. Megjegyzem, hogy tanulmányi eredményeik általában jók, gyenge előmenetelű alig akad köztük.

A délutáni edzések a tanítás befejezése után, 4 óra körül kezdődnek. Az első pillanatban talán zsúfoltnak tűnő napi program a gyerekek számára nem jelent túlterhelést, elegendő idejük marad az egyéni tanulásra, a kikapcsolódásra is.

Az NDK növekvő sikereit tapasztalva, sokakban ébred gyanú az iránt, hogy itt valamilyen különleges, mások számára teljesen ismeretlen beavatkozás eredményeiről van szó.

Meggyőződésem, hogy sikereik titka nem csodaszerekben rejlik, hanem az ésszerűen támogatott, jól szervezett sportmozgalmukban, a körültekintő, lelkiismeretes munkájukban és a szorgalmukban.

Eckschmiedt Sándor

A megyék atlétikai életéből

Minden naptári év végén értékelik az illetékes szövetségek a területükön folyó atlétikai munkát, eredményeket. Ugyanakkor megemlítik mindazokat a nehézségeket, amelyek akadályozták az elmúlt időszakra tervezett célkitűzések végrehajtását. E két tényező helyes egymásmellé állítása, elbírálása és az ezekből levonható következtetések megállapítása adhatja meg a következő évre szóló célkitűzések, tervek kijelölését.

Csakis ilyen formában reális egy megyei, vagy területi szövetség működése, melynek alapelvét az atlétikára hozott állásfoglalás rögzítette már évekkel ezelőtt.

Nos, két megye évi jelentése fekszik előttem. Az egyik, a borsodi. Mint ahogyan az eredmények és kimutatások bizonyítják, jól dolgozott és a megyék között az első helyen végzett. A másik, a nógrádi, már nem számolhat be ilyen jó eredményekről, hiszen a megyék közötti versenyben elég hátul végzett. De igen érdekesen térnek rá a hibákra, mutatnak rá a végzendő munkára és a nehézségek leküzdésének módjára.

A két megye beszámolója egymás mellett jó segítséget jelenthet mindenkinek további munkájához, célkitűzéseikhez, vélemény alkotásához és legfőbbképpen - a szakmai munka komoly elbírálásához.

Ezért hozom e két jelentésből kivett részleteket egymásután - minden különösebb megjegyzés nélkül !

Részletek a Borsod megyei Atlétikai Szövetség 1977. évi beszámoló jelentéséből

Móré József elnök az alábbiakat írta le:

"Megyénk sportéletét fémjelzi az atlétika ! Jelentős, bár korántsem problémamentes a megyei szakszövetség, az egyesületi szakosztályok, az iskolák atlétikai tevékenysége. Megkezdődött a járáások, városok felzárkózása, számottevő a társadalmi aktívák hálózata és munkája.

Most arról szeretnénk röviden reális képet nyújtani, beszámolni, milyen tevékenység folyt ebben az évben az atlétika fejlesztése érdekében, milyen eredmények születtek, milyen hiányosságok mutatkoztak a szakszövetség, az egyesületek, az iskolák, a sportfelügyelőségek munkájában.

Szakszövetségünk ebben az évben nem volt könnyű helyzetben. A nagy szakértelmű és különleges irányítókészséggel rendelkező elnökünk elvesztése következtében előállott új helyzet, a munka, a koncepciók lehetőleg minél zökkenőmentesebb továbbvitele, az előző évek eredményeinek, sikereinek megtartása, fokozása, nagyon komoly, szinte erőnket meghaladó feladatot jelentett.

Mindezeknek megfelelően 1977. évi fő célkitűzésünk a következő volt: az eddig nagyon eredményes Borsod megyei atlétika, a színvonalas szervező és irányító munka szintentartása, s ha lehetséges, szerény előrelépés !

Megyénk atlétikai életét szakszövetségünk, s annak 13 tagú elnöksége irányítja. Ez év elején a megyei TSH elnöke Móré Józsefet bízta meg az elnöki teendők ellátásával és Weigert Ilonát, a DVTK atlétikai szakosztálya technikai vezetőjét az elnökség tagjává nevezte ki.

Elnökségünk összetétele: elnök: Móré József, elnökhelyettes: Veres Lajos, főtitkár: Dombovári Károly, titkár: Márai Attila, szakfelügyelő: Madarász János. Az elnökség tagjai: Daru Mihály, Galát János, Majoros István, Novák Pál, Szentgyörgyi János, Virág Antal, Ablonczy Bertalan, Weifert Ilona.

Elnökségünk éves munka- és ülésterv alapján végezte munkáját. Az év folyamán hat elnökségi ülést tartottunk, melyek főbb témái a következők voltak:

Az új versenyrendszer, versenynaptár. A versenybíróképzés, a versenyrendezés tapasztalatai. Az atlétikai állásfoglalás időarányos végrehajtása. Hat szakosztály beszámoltatása, munkájuknak ellenőrzése, stb.

Valamennyi elnökségi ülésünk határozatképes volt. Szépséghiba, hogy nem minden esetben volt teljes a létszám.

Az elnökségi ülések között az operatív és adminisztratív munkát az Intéző Bizottság végezte. Ezen belül is elsősorban Dombovári Károly főtitkár, Márai Attila titkár és Madarász János szakfelügyelő lelkes ügyszertő tevékenységüket kell kiemelni, melyért ezúton is hálás köszönetünket mondjuk.

Az 1977. évi tevékenységünket ezeken kívül még a következők jelzik:

- Megrendeztük az éves versenynaptár szerinti versenyünket, közreműködtünk az egyesületek, a középiskolák, az Uttörő Olimpia, a SzMTÉ, a szakmai szakszervezetek versenyein, bajnokságain, a falusi dolgozók szpartakiadjának megyei döntőjén, az "Edzett Ifjúság"-ért tömegsportmozgalmunk rendezvényein. A jegyzőkönyvek tanúsága szerint, 83 versenyt rendeztünk, közel 20 ezer indulóval.
- A versenybírók részére február és március hónapban Miskolcon, Ózdon, Kazincbarcikán, Léninvárosban és Sárospatakon továbbképzést tartottunk országos és I. osztályú versenybírók vezetésével. Kár, hogy a versenybírók egy része nem tartotta szükségesnek az ezeken való részvételt.

- Az elméleti vizsgákon országos minősítést szerzett öt fő. Az öt alapfokú versenybírói tanfolyamon 110 fő szerzett versenybírói minősítést. Elkészült a versenybírók új nyilvántartása, mely szerint megyénkben 24 országos, 47 I. osztályú minősítésű versenybíró működik /ebből 32 vidéken/. Az alsóbb minősítésű versenybírók száma mintegy 260 fő.
- Az edzők részére szakfelügyelőnk neves budapesti előadókval két továbbképzést szervezett, amire - sajnos - a működő edzők nagy része nem jött el!
- Szakosztályok látogatása, szakmai és szervezeti ellenőrzése elsősorban a szakfelügyelő részéről.
- Ifjúsági válogatottunk részt vett és jól helyt is állt az országos ifj. egyéni csapatbajnokságon, valamint a Kassa-Borsod nemzetközi versenyen.
- Minősítések összesítése és jóváhagyása. Az 1977-ben minősítési szintet elért versenyzők száma 686.
- Megyei rangsor és csúcsnyilvántartás elkészítése. 1977. évben versenyzőink 35 csúcsot javítottak meg.
- Megyei versenynaptár és költségvetés elkészítése. Szakszövetségünk 167 ezer forint nagyságrendű költségvetéssel gazdálkodott.
- A MASZ kérésére elkészítettük a DSK atlétikai szakosztályokról szóló jelentést, valamint az 1977. évi adatszolgáltató kimutatást.
- A megyei TSH évkönyve részére összeállítottuk a kért adatokat.
- Szakszövetségünk elnöksége elvégezte - az 1977. évi teljesítmények alapján - hagyományos értékelését. Legeredményesebb versenyzők: Jadán Ilona OKSE, Kispál Mariann MVSC, Mikola Irén MVSC, Kovács Gyula DVTK, Lindák László MVSC, Lazrisz Vangelisz DVTK. Legeredményesebb edzők: Tóth Gyula OKSE, Hatvani Béla KVSE, Kispál Jánosné MVSC, Farkas Ferenc DVTK. Legeredményesebb DSK edző: Majoros István Miskolc, Kohóp. szakközépiskola és Horváth Márton Szikszó, Szepsi Cs.gimnázium."

Ezek után ismertetik az országos bajnokságot nyerők neveit és eredményeit, az 1977-ben magyar válogatottban szereplőket, az év megyei csúcsait.

Részletesen értékeli a szakosztályok munkáját, majd a következőkkel fejezik be jelentésüket:

"Az atlétikai állásfoglalás megyei intézkedései tervének időarányos végrehajtásában volt némi előrelépés. A hatékonyabb végrehajtást gátolják a következők:

- még mindig nem kellő mértékű a szemléletváltozás;
- minden fórum és illetékes helyesli, szóban és írásban fontosnak tartja a végrehajtást, de valójában nem foglalkoznak vele jelentőségéhez mérten, a szükséges és lehetséges mértékben;
- örülünk elért eredményeinknek és különösen annak, hogy sorrendben immár harmadszor is sikerült elnyerni a MASZ vándorserlegét és megőrizni a "Legeredményesebb megye" címet. Köszönet érte mindazoknak, - köztük a megyei TSH-nak is - akik segítettek bennünket e szép eredmény elérésben.

Mindezek mellett tudatában vagyunk hiányosságainknak is, amelyek egyben megszabják a jövő feladatait:

- Elnökség munkájának kollektívabbnak, határozottabbnak, dinamikusabbnak, összehangoltabbnak kell lennie a jövőben;
- nagyot esett versenyrendezésünk színvonala. Elnökségünknek, versenybíró bizottságunknak és az egyesületeknek is határozott intézkedéseket kell hozni ennek megjavítása érdekében;
- nem tudtuk végrehajtani szakszövetségünk követelmény-, irányítási- és ellenőrzési rendszerében előírt feladatokat;
- szakosztályaink zömében még nem valósult meg a sokoldalú felkészítés, az edzői szakosítás. Még mindig nem működik minden szakosztály élén akcióképes szakosztályi vezetőség;
- járási-városi szövetségeink szervezettsége, tartalmi munkája - néhány kivételtől eltekintve - még nem felel meg az elvárásoknak. Segítésük, ellenőrzésük - a sportfelügyelőség részéről is - döntő feladat;
- az atlétikai állásfoglalás megyei intézkedési tervének végrehajtásáért tegye meg minden illetékes a magáét konkrét tettekben is."

Ime egy megyei atlétikai szövetség így látja egy évi saját munkáját. Borsod megye a legerősebb atlétikai megye. Ennek ellenére sok javítanivalót találunk még, melyeket igyekeznek a jövőben jobban elvégezni, pótolni, szükség esetén megfelelő intézkedésekkel közbe lépni.

A siker, az eredményesség nem homályosította el a hibákat. Örülnek a jónak, de észreveszik a továbbfejlődést még gátló tényezőket és mindent meg is fognak tenni, hogy azokat megszüntessék.

Ehhez sok sikert kíván az ATLÉTIKA szerkesztősége is.

Részletek a Nógrád megyei Atlétikai Szövetség 1978. évi I. sz. Híradójából

A megyei szövetség 1978. évi I. számú Híradója az első oldalakon közli az évi versenynaptárt, majd röviden ismerteti: a serdülő "A" korcsoportúak hogyan szerezhettek arany-, vagy ezüstjelvényt, mert ennek nem ismerése miatt négy ezüstjelvényes szintet teljesítő fiatal nem kaphatta azt meg!

Ezek után Kmetti Ferenc elnök beszámolója következik: "Az 1977-es esztendőről..." címmel.

"Az atlétika fejlesztésével kapcsolatos Állásfoglalás megszületése óta immár három év telt el. Így szükségsszerűvé válik, hogy számvetést tegyünk az eltelt időről: mi történt megyénkben, hogyan oldottuk meg azokat a feladatokat, amelyeket az Intézkedési Tervben megfogalmaztunk, merre tartunk, mit várhatunk reális körülmények között a következő években.

Az Állásfoglalás az atlétikát, mint minden mozgásos sport alapját, kívánja kora gyermekkortól fejleszteni, tudatosan nevelni fiatalságunkat az egészséges mozgásigény kialakítására. Ehhez az atlétikai sportág vezetőit, szervezőit kívánja mozgósítani, de nem kis mértékben szélesebb alapokat biztosítani a különböző egyéb szervek részéről is. Iskoláinknak, gazdasági szervezeteknek, társadalmi intézményeknek, stb. elsőrendű érdeke, hogy dolgozói mozogjanak, fizikailag edzettek legyenek. De az atlétikán kívül a labdarúgók, kosarasok, stb. is szükségük van arra, hogy atlétikusan jól felépített és fejlett fiatalok álljanak rendelkezésükre. Így feladatunk túlnő az atlétika berkein. Ezért vetődött fel alapvetően a szemléletváltozás szükségessége, mint egyike a legfontosabbnak.

Mit állapíthatunk meg három év tükrében? Előbbre léptünk! Nem vitatható, hiszen mind több iskolában futó gyerekeket látunk, a testnevelési órákon és sportfoglalkozásokon sok eleven, mozgó gyerekkel találkozunk. Szerveink szívesen veszik, ha a felelősök futó-kocogó tehetségkutató versenyt szerveznek, vagy társszervekkel közösen eredményesen bonyolítanak le ilyeneket.

Ugy vélem azonban, ez még nem jelenti a meggyőződésből eredő tevékenységet, hanem... "mert van a bizonyos Állásfoglalás, hát valamit tenni kell" - elven alapul mindez. Talán durva fogalmazás, de ez a valóság! A példák 1977-ből ezt igazolják. Bizonyítja ezt az is, hogy legtöbbször csupán a forma megvalósulásáig jutnak el és a tartalmi rész kissé elsikkad.

Mit értek ez alatt? Azt, hogy egy-egy megmozduláson nagy létszám megjelenését szorgalmazzuk, de utána légüres tér következik, vagy a résztvevők úgy-ahogy lefutják a távot, nem érdekes, hogy sétálva, rövidebb idő alatt tennék meg, vagy egyéb mozgásoknál a legelemibb mozgáskövetelmény is hiányzik, stb. Mindez a tartalmi igény elhanyagolását mutatja. Nem elég egy attrakciós felvonulás. Folyamatos mozgásra kell szoktatni az embereket. Nem elég iskolásoknak végigsétálni a távot, hanem valami teljesítmény is kell. Igényeket kell támasztani, mert fejlődni másként nem lehet. Nem elég megszervezni a rendezvényeket, arra fel is kell készülni, gyakorolni kell és figyelemmel kell kísérni a további fejlődést. És ha valaki tehetséges, akkor nem szabad megállni. Ebben a tekintetben kell a szemléletnek még tovább alakulnia.

Az Állásfoglalás értelmében szélesíteniünk kellett a területre ható tevékenységünket. Próbálkozásunk sok fáradtsággal járt, de csak kis eredményt hozott. Pozitív, hogy az STC /pontosabban jogelődje az SKSE/ magasabb kategóriába került: átgondolt, következetes, jól szervezett munkájuk nyomán az OTSH a "B" kategóriába sorolta, míg a BgySE a "C" kategóriában kötött ki. E két helyen jól haladt a munka, s nem rajtuk múlt, hogy megyénk a MASZ rangsorában tisztes eredménnyel ugyan, de csak 18-ik lett, csupán 6 ponttal előz meg bennünket az előttünk álló megye. Tudomásul kell vennünk, hogy megyénkben főként a tehetségek feltárása és nevelése folyik, s ha többre képes a versenyző, nem álljuk útját. Így minden évben néhány versenyzőnk feljebb lépett és elkerült városunkból.

Nem sikerült előbbre lépni a kisebb szakosztályokat illetően: Bercel megszüntette működését, Érsekvadkert, Nógrádmegyer, Palotás nem nyújtottak érdemleges eredményt. Nem megnyugtató Nagybatony, Pásztó teljesítménye. Igényszerűség a jellemző és több benne az ötletszerűség, mint a tervszerűség. Igéretken kívül vajmi keveset tettek. Előbbrelépést láttunk viszont Szécsényben, örvendetesen a vezetés érdeklődése terén is és sokat várunk a Bagyinszki Jenő vezetődöző irányításával dolgozó kollektívától.

Ebben az évben más úton kívánunk haladni, mert az eredményesség csak így látszik biztosítotttnak. A kis szakosztályokat a nagyobbakhoz kívánjuk kapcsolni - patronálás formájában. A létesítmények is erre kényszerítenek, mert ahol nincs pálya, ott megfellelő eredményt nagyon nehéz elérni. Baj az is, hogy ha egy pálya rendbejön, elrongyolódik a másik és így mindig gondjaink vannak. Nem megnyugtató a gondozottság és a létesítményekkel való törődés sem.

Szövetségünket átalakítottuk. Elvünk volt, hogy időben kevésbé terhelte sporttársak vegyenek részt a munkában, akik vállalják is azt. Ugy véljük, ebben az összetételben aktívabb lesz az elnökség. Sajnos, a járási-városi szövetségek csak papíron léteznek - az egy Balassagyarmat kivételével, ahol meglehetősen jól működik. Így sok feladat áttevődik a megyére.

Minden évben szerveztünk versenybíróképzést csakúgy, mint továbbképzést. Ez a járá-sokban már nem történt meg. 1977-ben 25 versenybíró szerzett képesítést. Továbbképzéseinken 25-30 fő vesz részt. Ugy látjuk, hogy a természetes kiválások mellett sikeresen folyik a fiatalítás. Az új szabályokat majd Híradónkban közöljük és a továbbképzéseken mind részletesen megtárgyaljuk.

Ezek után a Híradó a továbbiakat közli:

"Év elején a Sportfelügyelőségeken keresztül, a MPTSH Módszertani Csoportjának jóváhagyásával, minden szakosztály megkapta a céltámogatás ellenében támasztott elvárásokat. Ennek a rendszernek a bevezetésével a MASZ itt járt vezetői messzemenően egyértéktettek. A szakosztályoknak tehát munkájukat ennek függvényében kell végezniük. Sajnos, nagyon kevés helyen vették figyelembe, szinte csak a két kiemelt szakosztállynál folyt megfelelő, céltudatos munka /eredményeik nem is maradtak el/. A legtöbbnél a legalapvetőbb előírásokat sem tartották be. Így pl. nem vezettek edzésnaplót /jelenléti ívet/, nem dolgoztak edzésterv szerint, egyszóval: amolyan "készülgetés" folyt, nagyon kevés rendszerességgel és folyamatos-sággal".

Ezek után következnek az egyes szakosztályok ismertetései, munkájuk elemzései, majd a különböző táblázatok, melyek a megye területén folyó munkát, annak adatait ismertetik.

Mint a rövid idézetekből is látható, a megye területén működő szakosztályok munkájában igen sok a javítanivaló. Nem osodálható tehát, ha eredményeik elmaradnak a sokkal jobb szakmai munkát végző más megyéktől. Feltétlenül oda kell hatni, hogy a megyei szövetség intézkedéseinek legyen hatása, fokozatosan ki kell építeni a követelményeket az edzői munka jobbátétele érdekében és nem utolsó sorban az ellenőrzések során feltárt hibák kijavítására megfelelő lehetőségek álljanak a szövetség rendelkezésére.

Hisszük és reméljük, hogy a kezdeti nehézségek folyamatosan megszűnnek, a jól felkészített és beszervezett fiatalok száma fokozatosan nőni fog, mely maga után vonja majd a kellő minőségű versenyzők kinevelését is.

Ehhez a munkához kívánjuk a megyei szövetség jó vezetését és fáradhatatlan munkaerőket.

Farkas Pál

Shigeru Soh maratoni futó betörése a világ élvonalába

A 25 éves Shigeru Soh 2:09:05.6 óra alatt futotta le a maratoni távot Beppuban, ahol a japán maratoni futók ez évi első versenyét rendezték. Ezzel az idővel Soh az örökranglista második helyére került és mindenképpen szerepelni fog az 1978-as év nemzetközi klasszisú eredményei között. A nem hivatalos világcúscot az ausztrál Derek Clayton tartja 2:08:33.6-tal, amelyet 1969-ben Antwerpenben futott.

Shigeru Soh fantasztikus idejével több mint három perccel előzte meg a versenyben második helyezett Takashi Soh-t /2:12:48.6/. Kinimutsu Ito /2:13:24.8/ és Tashiaki Kamata /2:14:24.4/ a két további japán távfutó is a 2:15-ös határon belül futott.

Shigeru Soh-nak 40 km-ig még jelentős előnye volt Derek Clayton fent említett idejével szemben. Ezt mutatják a részidők is:

	Soh 1978	Clayton 1969
5 km	14:51.0	15:00.0
10 km	29:47.0 /14:56/	30:06.0 /15:06/
15 km	44:36.0 /14:49/	45:17.0 /15:11/
20 km	59:29.0 /14:53/	1:00:30.0 /15:13/
25 km	1:14:19.0 /14:50/	1:15:41.0 /15:11/
30 km	1:29:30.0 /15:11/	1:30:56.0 /15:15/
35 km	1:45:11.0 /15:41/	1:46:14.0 /15:18/
40 km	2:01:15.0 /16:04/	2:01:55.0 /15:41/
	2:09:05.6	2:08:33.6

Az utolsó 2195 m döntött. Shigeru Soh-nak 7:50.6 percre volt szüksége ennek a távnak lefutására. Ezzel szemben Clayton 6:38.6 perc alatt tette meg az utolsó szakaszt.

Mindezek ellenére a 178 cm magas és 59 kg súlyú japán távfutó /szül.: 1953. I.9./ teljesítménye óriási szenzáció. Az 1977-es éve gyengén sikerült, azonban 1976-ban megnyerte a kassai maratont 2:18:42.4-es idővel. Ugyanabban az évben Fukuokában negyedik lett, eredménye 2:14:59.0 volt.

Montrealban az olimpián a 19. helyen végzett /2:18:26.0/.

Fejlődése:

1973: /20/ 2:17:28.6	1975: /22/ 2:15:50.0	1977: /24/ 2:37:45.0
1974: /21/ 2:18:33.0	1976: /23/ 2:14:59.0	1978: /25/ 2:09:05.6

A japán maratoni futók hegemoniáját bizonyította a Beppuban lefolyt verseny eredménye, mégis az idején elején ilyen időkre senki sem számított. Hosszú idő után újra számolnunk kell a japán maratónisták jó szereplésével.

A verseny eredménye: 1. Shigeru Soh 2:09:05.6, 2. Takeshi Soh 2:12:48.6, 3. Kunimitsu Ito 2:13:24.8, 4. T. Kamata 2:14:24.4, 5. H. Kita 2:15:01.8, 6. T. Ueyama 2:16:14.6 /Beppu, 1978. II.5./

A legjobb maratoni eredmények:

2:08:33.6	Derek Clayton	/Ausztrália/	1942. Antwerpen, 1969.V.30.
2:09:05.6	Shigeru Soh	/Japán/	1953. Beppu, 1978. II.5.
2:09:12.2	Jan Thompson	/Anglia/	1949. Christchurch, 1974. I.31.
2:09:28.0	Ron Hill	/Anglia/	1938. Edinburg, 1970.VII.23.
2:09:36.4	D. Clayton		Fukuoka, 1967.XII.3.
2:09:55.0	Bill Rodgers	/USA/	1947. Boston, 1975.IV.21.
2:09:55.0	W. Cierpinski	/NDK/	1950. Montreal, 1976.VII.31.
2:10:08.4	J. Dryton	/Kanada/	1945. Fukuoka, 1975.XII.7.
2:10:09.6	B. Rodgers		New York, 1976.X.24.
2:10:20.0	D. Chettle	/Ausztrália/	1951. Fukuoka, 1975.XII.7.
2:10:30.0	R. Hill		Boston, 1970.IV.20.
2:10:30.0	F. Shorter	/USA/	1947. Fukuoka, 1972.XII.3.
2:10:37.8	A. Usami	/Japán/	1943. Fukuoka, 1970.XII.6.
2:10:45.8	F. Shorter		Montreal, 1976.VII.31.
2:10:47.8	B. Adcocks	/Anglia/	1941. Fukuoka, 1968.XII.8.
2:10:55.3	B. Rodgers		Fukuoka, 1977.XII.4.

A Leichtathletik alapján összeállította: Pignitzky Péter

SZAKSZÖVETSÉGI BESZÁMOLÓ SZEGEDEN

Január 21-én tartotta meg a Csongrád megyei Atlétikai Szövetség év végi nyilvános beszámoló értekezletét Szegeden a versenyzők, edzők, versenybírák és az érdeklődők részvételével.

Dr. Reigl Endre szövetségi elnök megnyitójában részletes tájékoztatást adott az elnökség munkájáról, szervezeti változásairól, a versenybírák munkájáról, a következő versenynaptár jelentőségéről, a vidéki bázisok meglátogatásáról, az ott tapasztaltakról, az MTSH-val és a Tanácsokkal való kapcsolatáról, az atlétikai állásfoglalás végrehajtásáról, továbbá a szakosztályok helyzetéről.

Dr. Monostori Tibor sajtóreferens részletesen beszélt a megye 1977. évi atlétikájának keresztmetszetéről, az elért sikerekről és hiányosságokról. A megye atlétikája egy keveset javult. Ezen belül a férfiak némileg visszaestek, a nők feljavultak és így a 19 megye versenyében az 1976. évihez hasonlóan biztosan tartották negyedik helyüket.

Bak István szakfelügyelő a válogatott és utánpótlás keretekről, azok tagjainak neveléséről, az iskolai atlétikáról és a szakfelügyelői munkáról tájékoztatta az egybegyűlteket.

A jutalmazások során Beke Róbert főtitkár osztotta ki a szép kivitelű emléklapetteket a versenyzők között: Bognár László, Fekete Gábor, Fóris László, Grandpierre Csaba, Gyimesi Beáta, Herédi István, Kárai Márta, Keresztes Sándor, Kincses Annamária, Petróczi Ágnes, Török János, Tóth József, az edző közül: Antal Andor, Bandur László, Fejér Ferenc, Kelemen Béla, Kertész Ferenc Kovács László, Lovas Ferenc, Sós József, dr. Trényi Imre, Zsedényi István, a versenybírák közül: Gémes Sándor, dr. Monostori Tibor, Rakonczai László, Varga Margit, továbbá Kakuszi Ferenc, a versenyek szervezője részére.

A váltófutást és súlylökést oktató szakfilm vetítése után az értekezlet uzsonnával ért véget.

M.T.



Adatok, tapasztalatok a távolbaugrók felmérési eredményei alapján

A távol-hármasugró szakmai albizottság ez évben is folytatta a MASZ által előírt felmérő-ellenőrző vizsgálatait. Az 1978-as versenyyidényre való felkészülés során eddig két központi felmérés volt. Az első 1977. december 5-6-án, a második 1978. január 16-17-én.

Mivel birtokomban vannak az elmúlt versenyévre való felkészülés hasonló időszakában /1976. december 4-5-én és 1977. január 16-17-én/ mért adatok is, ezért elhatároztam, hogy egyénenkénti összehasonlító elemzést végzek. Sajnos, ettől a gondolatomtól el kellett térnem, hisz igen kevés azon versenyzők száma, akik mind a négy alkalommal részt vettek a központi felméréseken. Így az egyénenkénti összehasonlító elemzés helyett, a négy felmérés összadatát /790 db/ vettem vizsgálat tárgyává és ezekből - különböző táblázatok segítségével - vontam le a tanulságokat.

Nézzük meg először, hogy kik és mennyi alkalommal vettek részt a felméréseken:

1. Erdélyiné Szabó Ildikó	4	alkalommal	11. Zarnóczy Klára	2	alkalommal
2. Kósa Erika	4	"	12. Szabó Éva	2	"
3. Szalma László	4	"	13. Fejős Mihály	2	"
4. Németh Gyula	4	"	14. Bakosi Béla	2	"
5. Horváth Zsolt	4	"	15. Uri József	2	"
6. Katona Gábor	4	"	16. Varga Pálma	1	"
7. Lajer Klára	3	"	17. Cserjés Mária	1	"
8. Kövesi Tibor	3	"	18. Party Tibor	1	"
9. Szenczi László	3	"	19. Sárközi András	1	"
10. Fazekas Beáta	2	"			

Ugy vélem, az ismertett névsor azt tükrözi vissza, hogy a központi felméréseken igyekeztünk mindig a legjobb eredményt elérő versenyzőket felmérni. Az már más kérdés, - s ennek okát nem boncolgatom - hogy a névsorból hiányzik jó néhány versenyző, akit meghívtunk, de különböző indokokra hivatkozva, sohasem jelentek meg.

Mit mutatnak az adatok ? /A legjobb és legrosszabb eredményeket csak tájékoztató jelleggel közlöktem./

Férfi versenyzőknél egy szám kivételével, javulás tapasztalható a két decemberi átlagadat összehasonlításánál, ami azt jelenti, hogy egy évvel később, tehát 1977. decemberében magasabb szintről kezdték el a felkészülésüket.

A decemberi ellenőrző gyakorlatok eredményei:

Férfia k:

Ellenőrzési gyakorlatok		átlag eredmények	legjobb eredmények	legrosszabb eredmények
40 m-es síkfutás	1976	4.89 mp	4.73 mp	5.06 mp
	1977	4.67 mp	4.61 mp	4.76 mp
40 m közben a két utolsó 5 m ideje	1976	52.25-50.75	49-49	55-54
	1977	nem volt	fotocellás	felmérés
5x150 m	1976	18.68 mp	17.35 mp	20.17 mp
	1977	18.21 mp	17.37 mp	20.10 mp
4x5' futás alatt megtett m	1976	1243 m	1345 m	1170 m
	1977	1314 m	1375 m	1240 m
12 m-es ráfutásból ötösugrás váltott lábbal	1976	20.17 m	22.00 m	18.80 m
	1977	20.33 m	21.70 m	19.25 m
helyből tizesugrás váltott lábbal	1976	32.51 m	33.90 m	30.50 m
	1977	33.39 m	35.67 m	31.90 m

Nő k:

40 m-es síkfutás	1976	5.45 mp	5.17 mp	5.61 mp
	1977	5.16 mp	5.07 mp	5.30 mp
40 m közben a két utolsó 5 m ideje	1976	58.6-59.2	56-53	63-64
	1977	nem volt	fotocellás	felmérés
5x150 m	1976	21.57 mp	19.67 mp	23.12 mp
	1977	20.21 mp	19.20 mp	23.70 mp
4x5' futás alatt megtett m	1976	1065 m	1180 m	1000 m
	1977	1204 m	1350 m	1020 m
12 m-es ráfutásból ötösugrás váltott lábbal	1976	16.42 m	17.50 m	15.50 m
	1977	16.54 m	18.00 m	14.90 m
helyből tizesugrás váltott lábbal	1976	26.57 m	29.00 m	24.30 m
	1977	26.31 m	28.70 m	24.40 m

4x5'-es futás: a közel 100 m-es átlagjavulás ellenére is, itt még további előrelépés szükséges. Ugyanis az a helyzet, hogy az első és utolsó 5' alatt megtett méterszámok között elég nagyok az eltérések. A cél pedig az lenne, hogy mindegyik 5' alatt teljesíteni tudják ugróink az 1350-1400 m közötti méterszámot. A kétségtelen fejlődés ellenére változatlanul az a szubjektív benyomásom, hogy versenyzőink még mindig nem érzik fontosnak ezt a követelményt, holott ezzel az általános állóképesség növelésén túl, nagy mértékben lehet biztosítani az igen fontos hajszálér-hálózat növelését is.

Helyből tizesugrás: ezen ugróállóképességi tesztben bekövetkezett fejlődés arra enged következtetni, hogy egy-két ugró kivételével, a továbbiakban már csak a szinttartás a feladat.

A női versenyzőknél is csak egy számban nem mutatkozott javulás.

5x150 m: női ugróinknál sokkal jobbak az "inger" arányok, mint a férfiaknál. Itt is egyénekenként kell meghatározni a további fejlődés nagyságát.

4x5': közel 200 m-es fejlődés tapasztalható, ami azt jelenti, hogy női versenyzőink itt is szorgalmasabbak voltak.

Helyből tizesugrás: a visszaesés oka a "személyi cseréken" túl az is, hogy a "rossz szökdelési technika" kiküszöbölése változatlanul nem történt meg. A jobb technika végrehajtásával a már meglévő erőszintek több centiméteres javulást mutatnának, de így igen sok erő "feleslegesen" használdik el.

A januári ellenőrző gyakorlatok az utóbbiakat mutatják: A januári felmérések adatait vizsgálva, vegyes képet kapunk. Ugyanis a férfiaknál az 1978. évi adatok - egy kivétellel - gyengébbek, mint az előző évben voltak. A női versenyzőknél a hét ellenőrzési gyakorlatból négyben gyengébb, háromban pedig jobb eredmények születtek. Összességében /férfiak-nők egyült/ rosszabbak az 1978. évi mutatók. Ez - ha csak a számszerű adatokat nézzük - nem valami biztató. Ezzel szemben szubjektív benyomásaim /és feljegyzéseim/ alapján mégis kedvezőbbnek ítélem meg az 1978-as felmérési eredményeket. Ugyanis 1977-ben azt jegyeztem fel, hogy túl frissek a versenyzők és félő, hogy a felmérések előtt nem végeztek megfelelő munkát. Mig most ez év januárjában azt jegyeztem fel, hogy a frissesség, a robbanékonyság hiányzik, de érezhető az intenzív munka.

Arra a kérdésemre, hogy ezen szubjektív benyomásaim helyesek voltak-e, csak a februári fedettpályás eredmények adnak választ. Remélem, a múlt évinél jobb eredmények feltervéseim helyességét támasztják majd alá.

rében magasabb szintről kezdtek el a felkészülésüket.

Mivel több ellenőrző számot még később összefoglalóan elemzek, itt azért csak azokat a számokat boncolgatom, amelyeket később már nem vizsgállok. Így:

5x150 m: A versenyzők öt perces pihenőkkel teszik meg a távokat. A cél kettős: egyrészt ne legyen az egyes 150 m-ek ideje között túl nagy eltérés, másrészt az egyes 150 m-ek megfelelő "ingert" is biztosítsanak.

Az adatok tanulsága szerint, az átlagok javulásán túl, előrelépés mutatkozik abban is, hogy 1977-ben zömmel csak az ötödik 150 m idejénél mutatkoztak nagyobb idődifferenciák, tehát 4 db 150 métert már közel azonos szinten képesek ugróink lefutni.

A probléma inkább ott van, hogy az egyénekenkénti adatok a legtöbb esetben alatta vannak az ingernek, - de úgy is mondhatom, hogy az egyes 150 m-es utazósebessége kisebb, mint ami célszerű lenne. Az egyénekenkénti utazósebességek mp-einek meghatározására kiválóan alkalmas az Oros-Molnár tanulmánya, mely az Atlétika 1977. évi 3. számában jelent meg./

Most pedig nézzük meg egy-két mutató konkrét tapasztalatait:

2x150 m: 15 perces pihenőkkel. A táblázatokban közölt adatok mind a férfiaknál, mind a nőknél összesített adatok. Így ebből nem lehet - és nem is szabad - az egyéni terhelés mértékére következtetni.

Tehát itt ismét úgy kell meghatározni a 150 m-ek idejét, hogy azok egyenlőként biztosítsák a legoptimálisabb terhelést. Mindenesetre, ha az Orosz-féle táblázatra gondolunk, akkor ugróink zöménél jelentősebb előrelépés szükséges.

Helyből ötösugrás az ugrólábon: mind a férfiaknál, mind a nőknél összehasonlítási alapok az átlagok szémszögéből nézve egyrészt a hazai legjobb eredmények, másrészt a nemzetközi irodalmakból merített adatok. S ettől mind a férfi, mind a női mezőny elmaradt. Azaz, ezen gyorsasági-mutató fejlesztésével a jövőben is céltudatosabban kell foglalkozni minden edzőnek és versenyzőnek.

Mélybeugrásból távolugrás: itt is érvényesek az előző pontban leírtak, azaz csak a legjobbak adatai felelnek meg a nemzetközi élvonalba tartozó ugrók adataihoz viszonyítva. A többieknél jelentős elmaradás tapasztalható. Szubjektív benyomásom, hogy ezt a gyakorlatot edzőink és versenyzőink nem építik be változatlanul, tudatosan edzések műsorába. Ezen benyomást nemcsak a gyengébb eredmények támasztják alá, sokkal inkább az a tény, hogy a központi felméréseken résztvevők között többen nem tudták a leugrás magasságát és távolságát sem /cm-ekben/ s így természetesen a technikai végrehajtásuk is hibás volt s ez szintén károsan befolyásolta az eredmények nagyságát.

A gyorsasági mutatók közül érdemes megtekinteni az összesítő táblázatban a 12 m-es ráfutásból végrehajtott ötösugrás adatait is.

12 m-es ráfutásból ötösugrás

	f é r f i a k			n ő k		
	átlag	legjobb	legrosszabb	átlag	legjobb	legrosszabb
1976.dec.hó.	20.71 m	22.00 m	18.80 m	16.42 m	17.50 m	15.50 m
1977.jan.hó.	20.27 m	21.80 m	18.50 m	16.71 m	18.10 m	15.70 m
1977.dec.hó.	20.33 m	21.70 m	19.25 m	16.54 m	18.00 m	14.90 m
1978.jan.hó.	20.04 m	21.86 m	18.00 m	16.83 m	17.40 m	15.75 m

A férfiak adatait vizsgálva, nem valami rózsás képet kapunk. Elvileg ugyanis az lenne a jó, ha - a táblázat sorrendjét követve:

- az 1977. januári adat jobb lenne az 1976. decemberinél,
- az 1978. januári adat jobb lenne az 1977. decemberinél,
- az 1977. decemberi adat jobb lenne az 1976. decemberinél,
- az 1978. januári adat jobb lenne az 1977. januárinál.

Ugyanis így tükröződne vissza az edzőmunka helyessége abban, hogy:

- a januári adatfelvételek alkalmával jobb a versenyzők gyorsasági szintje, mint decemberben /decemberre még a mennyiségi munkát visszatükröző tízesugrásokban kellene jónak lennie/,
- az előző év decemberéhez, illetve januárjához viszonyítva jobb az utolsó decemberi, illetve januári adat. /Ez az éves viszonylatban jelentkező fejlődést tükröznél vissza/.

Ezzel szemben a táblázat adatai szinte az ellenkezőjét bizonyítják s ezért alakult ki az a benyomásom, hogy a gyorsasági szintjének fejlesztését, avagy a terhelés szabályozását nem a legcélszerűbben végzik edzőink és versenyzőink.

F é r f i a k :

Ellenőrzési gyakorlatok		átlag eredmények	legjobb eredmények	legrosszabb eredmények
40 m-es síkfutás	1977	4.81 mp	4.73 mp	4.92 mp
	1978	4.86 mp	4.70 mp	5.06 mp
40 m közben a két utolsó 5 m ideje	1977	50.78-50.78	48-48	55-54
	1978	51.93-50.75	47-47	57-54
nekifutás közben a két utolsó 5 m ideje	1977	52.57-53.07	50-51	56-57
	1978	52.76-54.19	48-49	57-57
2x150 m	1977	16.98 mp	16.10 mp	17.80 mp
	1978	17.03 mp	16.42 mp	17.60 mp
helyből ötösugrás az ugrólábon	1977	15.47 m	16.40 m	14.70 m
	1978	15.63 m	16.60 m	14.40
12 m-es ráfutásból ötösugrás váltott lábbal	1977	20.27 m	21.80 m	18.50 m
	1978	20.04 m	21.86 m	18.00 m
mélybeugrásból távolugrás	1977	348 cm	380 cm	330 cm
	1978	343 cm	389 cm	330 cm

N ő k :

40 m-es síkfutás	1977	5.27 mp	5.05 mp	5.46 mp
	1978	5.35 mp	5.16 mp	5.57 mp
40 m közben a két utolsó 5 m ideje	1977	56.75-57.50	54-53	60-62
	1978	58.25-57.87	54-54	64-63
nekifutás közben a két utolsó 5 m ideje	1977	59.62-61.25	56-56	66-65
	1978	60.33-61.91	57-59	66-65
2x150 m	1977	19.02 mp	17.70 mp	20.00 mp
	1978	18.78 mp	17.90 mp	19.95 mp
helyből ötösugrás az ugrólábon	1977	12.91 m	14.30 m	12.15 m
	1978	12.70 m	13.75 m	11.55 m
12 m-es ráfutásból ötösugrás váltott lábbal	1977	16.71 m	18.10 m	15.70 m
	1978	16.83 m	17.40 m	15.75 m
mélybeugrásból távolugrás	1977	292 cm	330 cm	275 cm
	1978	296 cm	326 cm	250 cm

Női távolugróknál már sokkal jobban követhető az előzőek során felrajzolt logikai sorrend.

Mindenesetre az lenne a jó - s célom is ez -, ha edzőink a közölt adatok és észrevételeim szem előtt tartásával megvizsgálnák versenyzőik felkészülési menetét, avagy magyarázatot tudnának adni arra, hogy miért mutatnak mást a mért adatok, mint amit a logika helyesnek vél.

Befejezésként egy nem kevésbé tanulságos táblázatot összegezek:

Férfiak:

	40 m			40 m közben a két utolsó 5 m ideje			nekifutás közben a két utolsó 5 m ideje		
	átlag	legjobb	legrosszabb	átlag	legjobb	legrosszabb	átlag	legjobb	legrosszabb
1976.dec.hó	4.89	4.73	5.06	52.25- 50.75	49- 49	55- 54	/	/	/
1977.jan.hó	4.81	4.73	4.92	50.78- 50.78	48- 48	55- 54	52.57- 53.07	50- 51	56- 57
1977.dec.hó	4.67	4.61	4.76	/	/	/	/	/	/
1978.jan.hó	4.86	4.70	5.06	51.93- 50.75	47- 47	57- 54	52.76- 54.19	48- 49	57- 57

Nők:

1976.dec.hó	5.45	5.17	5.61	58.6- 59.2	56- 53	63- 64	/	/	/
1977.jan.hó	5.27	5.05	5.46	56.75- 57.50	54- 53	60- 62	59.62- 61.25	56- 56	66- 65
1977.dec.hó	5.16	5.07	5.30	/	/	/	/	/	/
1978.jan.hó	5.35	5.16	5.57	58.25- 57.87	54- 54	64- 63	60.33- 61.91	57- 59	66- 65

A közölt és a birtokomban lévő adatokból az alábbi tanulságokat vontam le:

- 1./ mind a férfi, mind a női 40 m-es időadatok gyengék, tehát ugróink ezen a távon nem elég gyorsak;
- 2./ mindkét nem felgyorsuló készsége javításra szorul, hiszen a
 - férfiaknál a legjobb eredményél elért m/sec sebesség = 8.67,
 - nőknél ugyanez = 7.92,
- 3./ ugróink még a felmérések során /avagy csak ott/ sem hajtják végre helyesen a táv lefutását, azaz nem tesznek eleget annak a követelménynek, hogy úgy fussák le a távot minél rövidebb idő alatt, hogy sebességük a rajttól a táv végéig fokozódjék. Ezen megállapításomat az alábbiakkal támasztom alá:

a./ a birtokomban lévő adatok szerint, néhányan már 30 m-nél elérik legnagyobb sebességüket s ez a továbbiakban csökken.

b./ igen sokan az első 30 m-t lazábban futják, így ez az idejük gyengébb is, és az utolsó 10 m-t "meghajtják", mert tudják, hogy ott mérjük a két 5 m idejét. Ezen utóbbiaknál két variáció van:

- 30 és 40 m között ugrásszerűen felgyorsulnak és az első 5 m-en érik el a legjobb sebességet, majd az utolsó 5 m-en stagnál, avagy csökken a sebességük,
- 30 és 40 m között ugrásszerűen, de fokozatosan gyorsulnak s így az utolsó 5 m ideje lesz a legjobb.

Azt hiszem, a felsorolt variációk közül egyiket sem célszerű követni, hanem az a helyes, ha a 3. pontban aláhúzással kiemelt módon futják le a távot, hiszen távolugrásnál is folyamatosan kell növelni a sebességet az elugrógerendáig.

4./ A táblázat adatai szerint, 40 m közben az utolsó 5 m átlageredményei a 10 m/sec. sebesség alatt maradnak /a férfi legjobb átlag 9.85 m/sec., míg a női 8.81 m/sec./.

Ugyanekkor a legjobbak adatai szerint, a férfiak 10.63 m/sec, a nők 9.43 m/sec elérésére voltak képesek. Ezen adatok azt tükrözik vissza, hogy a./ férfi legjobb ugróink azzal a sebességértékkel rendelkeznek, mely a nagy ugrásokhoz kell /10.5 - 10.6 m/sec./, b./ a női ugróink viszont elmaradnak - még a legjobb is - ettől /9.8 - 10.0 m/sec./.

5./A 40 m közben mért két utolsó 5 méteren rögzített sebességalakulások a következők:

- a./ a férfiaknál felvett 38 adatból
 - 24 adat esetén gyorsabb az utolsó 5 m,
 - 10 adat esetén lassúbb az utolsó 5 m,
 - 4 adat esetén megegyezik a két 5 m ideje.
- b./ a nőknél felvett 21 adatból
 - 10 adat esetén gyorsabb az utolsó 5 m,
 - 10 adat esetén lassúbb az utolsó 5 m,
 - 1 adat esetén megegyezik a két 5 m ideje.

Az előzőek során leírtakból már kiderül, hogy az a jó, amikor az utolsó 5 m a gyorsabb.

6./ A nekifutás - melyet elugrással egybekötve kellett végrehajtani, s az ugrás nagyságát is rögzítettük - alatt mért utolsó két 5 m ideje hasonló, de egy árnyalattal rosszabb képet mutat, mint a 40 m közben mért 5-5 méterek adatai. Ugyanis

- a./ a férfiagnál
 - a legjobb adat 10.41 m/sec,
 - a legjobb átlagadat 9.51 m/sec volt,
 b./ a nőknél
 - a legjobb adat 8.92 m/sec,
 - a legjobb átlagadat 8.38 m/sec volt.

Tehát a 40 m közben elért sebességadatokhoz viszonyítva, visszaesés mutatkozott, azaz ugróink nekifutás és elugrás közben még a meglévő sebességüket sem használják fel. Tehát a nekifutás gyorsasága csak a legjobb férfiagnál elégséges a jobb eredmények eléréséhez.

A nekifutás közbeni két utolsó 5 m idejének egymáshoz viszonyított arányai az alábbiak szerint alakultak:

- a./ a férfiagnál felvett 35 adatból:
 - 10 adat esetén jobb volt az utolsó 5 m,
 - 20 adat esetén lassúbb volt az utolsó 5 m,
 - 5 adat esetén megegyezett a két 5 m ideje
 b./ a nőknél felvett 20 adatból:
 - 5 adat esetén jobb volt az utolsó 5 m,
 - 12 adat esetén lassúbb volt az utolsó 5 m,
 - 3 adat esetén megegyezett a két 5 m ideje.

Ha ezen pont alatti adatokat összehasonlítjuk az 5-ös pont adataival, akkor még szembevetőbb a visszaesés. Ugyanis nemcsak a legjobbak és a legjobb átlageredmények mutatnak visszaesést, hanem lényeges, sőt kifejezetten nagy a visszaesés a két 5 m helyes sebességének arányában is.

A felmérési adatok összegezését a fentiekkel befejeztem.

Az egyes mutatóknál kapott adatokhoz észrevételeket is fűztem. Ehhez még annyit teszek hozzá, hogy a fizikai mutatók külön-külön is jelzik, hogy távolbaugróink hol érik el a megfelelő szintet, avagy hol vannak lemaradva, tehát hol kell javulni.

A fizikai mutatók azonban önmagukban még nem elégségesek. Ezeket realizálni is kell az elugrások során s hozzá kell adni ehhez még a pozitív versenyzői tulajdonságokat is. Csak ezek együttes érvényrejtetése biztosíthatja a jó eredményeket.

Befejezésként ismertetem a vizsgált négy felmérés során elért legjobb eredményeket:

	n ő k :	f é r f i a k :
40 m	: 5.05 mp Erdélyiné	4.61 mp Szalma L.
2x150 m átlag	: 17.70 mp Erdélyiné	16.25 mp Németh Gy.
5x150 m átlag	: 19.52 mp Zarnóczay K.	17.92 mp Szalma L.
4x5'	: 1285 m Kósa E.	1332 m Horváth Zs.
h. tízesugrás	: 29.00 m Erdélyiné	35.67 m Szalma L.
h. ötösugrás	: 14.30 m Erdélyiné	16.60 m Uri J.
12 m-ről ötösugrás	: 18.10 m Erdélyiné	22.00 m Katona G.
mélybeugrásból távolugrás	: 330 cm Erdélyiné	389 cm Katona G.

Zarándi László
 mesteredző

a szakmai albizottság vezetője

Az 1978. évi legjobb fedettpályás eredmények

Az immár ötödik alkalommal közzétett fedettpályás eredményeket tartalmazó ranglisták még az előző évinél is jelentősebb változásokat mutatnak. Legjelentősebb, hogy január második felétől már az Olimpiai Csarnokban is működik az elektromos időmérés - egyelőre ugyan csak a rövidtávú versenyeken. Ez annyit jelent, hogy - miután eddig is rendeztek versenyeket és utána is volt olyan viadal, amelyiken nem használták - a 60 m-es sík- és gátversenyeknél elektromos és kézi méréssel is regisztrálták az eredményeket. Ehhez kellett alkalmazkodni a ranglisták készítésénél is, tehát a kézi méréssel mért eredményeket - amelyek nagyjából azonos szinten mozogtak a 24 százados leszámítással az elektromossal - szintén rangsoroltuk.

Az ideai eredményeknek az előző évekkel történő esetleges összehasonlítása téves következtetésekre adhat alkalmat. Nyilvánvaló, hogy nem mindenki használja fel a fedettpályán való indulás lehetőségét és az sem mindegy, hogy az élversenyzők közül ki és hányszor indul. Viszont az is igaz, hogy az elért eredmények regisztrálására is szükség van, ha másért nem, annak megállapításáért, hogy egyesek hol tartanak felkészülésükben.

Kérjük, hogy ranglistáinkat a fentiek figyelembe vételével olvassák.

F É R F I A K :

60 m síkfutás:

Országos csúcs: 6.4 Gresa Lajos 1976
 Elektronikus csúcs: 6.68 Gresa Lajos 1974
 1977.évi rangelső: 6.5 Gresa Lajos, Lépolc
 Endre, Tatár István
 6.87 Gresa Lajos FTC
 6,96 Lukács László Rába ETO

6.97 Kiss Ferenc
 7.02 Korona László
 7.05 Lépolc Endre
 7.07 Németh Gyula
 Pintér József
 7.08 Mészáros László
 7.10 Telegdy Gyula

Csepel
 Bp.Spart.
 Pécsi MSC
 Bak.Vegy.
 Debr.EAC
 MAFC
 Bp.Spart.

7.15 Bagyura József BHSE
 7.17 Fehér Tamás U.Dózsa
 Nagy István Kossuth DSK
 7.19 Vass László NYVSSC
 7.20 Novák István NYVSSC
 7.21 Darázs Ferenc S.VOSE
 Madák Róbert SZVSE
 7.24 Erdélyi Péter BEAC
 Petőházi Tibor Alum.SE
 7.25 Lindák László H.Kun Béla
 7.26 Bodnár Gábor Bak.Vegy.
Kézi mérés:

6.7 Lépolc Endre Pécsi MSC
 Lukács László Rába ETO
 6.8 Gressa Lajos FTC
 Mészáros László MAFC
 Pintér József Debr.EAC
 Szalma László TFSE

200 m síkfutás:

Országos csúcs: 21.8 Bátor István 1974
 1977.évi rangelső: 22.0 Lépolc Endre

22.0 Hornyacsek Nándor U.Dózsa
 22.1 Pintér József Debr.EAC
 22.2 Korona László Bp.Spart.
 Telegdy Gyula Bp.Spart.
 22.4 Aradi János BVSC
 Lukács László Rába ETO
 22.5 Magyar Gyula BHSE
 22.6 Bagyura József BHSE
 Deák Géza NYVSSC
 Petőházi Tibor Alum.SE
 22.7 Kiss Árpád U.Dózsa
 Süveges Lajos BEAC
 Takács József Vasas
 Vass László NYVSSC
 22.8 Bakos György ZTE
 Rusznák Sándor U.Dózsa
 Varga János Pécsi MSC
 22.9 Erdélyi Péter BEAC
 Farkas Béla TFSE
 23.0 Fehér Tamás U.Dózsa
 Gyarmati Menyhért S.VOSE

Elektronikus mérés:

22.39 Hornyacsek Nándor U.Dózsa
 23.06 Arva István U.Dózsa

400 m síkfutás:

Országos csúcs: 47.62 Hornyacsek Nándor 1978
 1977.évi rangelső: 48.3 Magyar Gyula

47.62 Hornyacsek Nándor U.Dózsa
 48.9 Magyar Gyula BHSE
 49.3 Afonyi László Misk.VSC
 Aradi János BVSC
 49.4 Takács József Vasas
 49.6 Nagy Tibor Debr.MTE
 Takács István U.Dózsa
 49.8 Deák Géza NYVSSC
 49.9 Kövesdi István Debr.MTE
 Egerszegi Zoltán BHSE
 50.0 Süveges Lajos BEAC
 50.1 Jakab Lajos Pécsi MSC
 50.2 Gyarmati Menyhért S.VOSE
 50.4 Arva István U.Dózsa
 Habony László BHSE
 Laklár Pál TFSE
 50.5 Balás István ZTE
 Gergely Béla Bak.Vegy.
 50.59 Vass László NYVSSC
 50.72 Novák István NYVSSC

800 m síkfutás:

Országos csúcs: 1:48.0 Zsinka András 1974
 1977.évi rangelső: 1:50.0 Zsinka András

1:49.0 Hrenek János FTC
 1:49.8 Zsinka András U.Dózsa
 1:50.8 Gergely Béla Bak.Vegy.
 1:52.8 Paróczai András Szoln.MAV

1:53.6 Kiss János U.Dózsa
 Nagy Tibor Debr.MTE
 1:55.0 Bocska Imre BVSC
 1:55.5 Farkas József S.VOSE
 1:56.8 Kövesdi István Debr.MTE
 1:57.2 Markó Gábor BHSE
 Szvoboda János FTC
 1:57.3 Farkas László I. Ózdi Koh.
 1:57.7 Hegedűs Attila Tat.Bány.
 1:57.9 Minár Gyula BEAC
 1:58.0 Bottlik Béla U.Dózsa
 1:58.1 Pulay Balázs VM Közért
 1:58.2 Liczul János Tat.Bány.
 1:54.8 Nagy Zoltán SZEOL-AK
 Potsay Csaba Egri TK
 Zsedely László Tat.Bány

1500 m síkfutás:

Országos csúcs: 3:40.7 Szántó Tamás 1978.
 1977.évi rangelső: 3:42.8 Zemen János

3:40.7 Szántó Tamás Debr.MTE
 3:42.2 Zemen János U.Dózsa
 3:43.8 Zsinka András U.Dózsa
 3:50.9 Török János SZEOL-AK
 3:51.4 Bene János MAFC
 3:51.5 dr.Tóth Mihály Kecskem.SC
 3:51.6 Mester János Debr.MTE
 3:52.1 Paróczai András Szoln.MAV
 3:52.7 Czinkovszky Pál MTK-VM
 3:54.0 Markó Gábor BHSE
 3:54.3 Bocska Imre BVSC
 3:54.4 Mohácsi Péter MTK-VM
 3:56.0 Tóth István MAFC
 3:56.7 Szénégető István Kazincb.V.
 3:57.5 Gajdos Tamás Bp.Spart.
 3:57.8 Fábrián Gyula BEAC
 3:58.0 Sári Elek Debr.MTE
 3:58.9 Beszta László Csepel
 3:59.2 Csoma Ferenc MAFC
 3:59.4 H.Szabó Sándor SZVSE

3000 m síkfutás:

Országos csúcs: 7:59.6 Zemen János 1977
 1977.évi rangelső: 7:59.6 Zemen János

8:03.3 Török János SZEOL-AK
 8:09.1 Mohácsi Péter MTK-VM
 8:10.7 Szántó Tamás Debr.MTE
 8:11.7 dr.Tóth Mihály Kecskem.SC
 8:13.8 Szénégető István Kazincb.V.
 8:18.4 Mester János Debr.MTE
 8:26.0 Bene János MAFC
 8:29.6 Keszler József Bak.Vegy.
 8:33.8 Tóth István MAFC
 8:34.2 Sári Elek Debr.MTE
 8:34.8 Gajdos Tamás Bp.Spart.
 8:36.0 Markó Gábor BHSE
 8:36.2 Góczán István ZTE
 8:37.4 H.Szabó Sándor SZVSE
 8:38.4 Tóth Lajos MAFC
 8:41.7 Szabolcs Mihály Kincsesb.
 8:41.9 Csoma Ferenc MAFC
 8:43.6 Barnaki Ferenc Dunaujv.K.
 8:43.7 Ádám István Debr.MTE
 8:45.4 Szeleczky József DVTK

60 m gátfutás:

Országos csúcs: 7.7 Milassin Lóránd 1974
 Elektronikus csúcs: 7.96 Bognár László 1978
 1977.évi rangelső: 7.8 Bognár László, Bodó Béla, Milassin Lóránd

7.96 Bognár László SZEOL-AK
 8.23 Bartha Attila BEAC
 8.24 Milassin Lóránd BHSE
 8.32 Kövesdi István Debr.MTE
 8.33 Szűcs András BEAC
 8.35 Árvai István U.Dózsa
 8.40 Bercsényi Miklós BEAC
 8.41 Kiss Árpád U.Dózsa

8.46 Dóczi Ferenc
8.55 Király László
8.57 Deák Géza
8.58 Sepsy András
8.60 Krasznai Antal
8.62 Takács Ferenc
8.66 Simon Balla István
8.73 Szétag László
8.83 Sax Róbert
8.90 Stiller Tibor
8.91 Adamik Zoltán
8.92 Hoffer József
Kézi méréssel:

8.1 Bodó Béla Debr.MTE

Magasugrás:

Országos csúcs: 224 Major István 1972.
1977.évi rangelső: 218 Kelemen Endre,
Major István

2.18 Major István	BHSE
2.17 Gerstenbrein Tibor	Csepel
Jámbor József	TFSE
Kelemen Endre	U.Dózsa
2.14 Gibicsár István	Egri TK
2.10 Széles István	BHSE
2.05 Jámbor Péter	TFSE
2.04 Bálint Béla	Váci Hir.
Varró Gábor	TFSE
2.00 Dóczi Ferenc	Olajbány.
Kiss Árpád	U.Dózsa
Kiss József	Pécsi MSC
Molnár Ferenc	Dunaujv.K.
Németh Gyula	Kossuth DSK
Sidó Csaba	Vasas
1.98 Mateicska József	Hódmező-VSE
1.96 Feczesin István	MTK-VM
Várhalmi Attila	BHSE
1.95 Ember Attila	Bp.Spart
Hédi Csaba	NYVSSC
Kasperkiewicz Gábor	BVSC
Laduver Ferenc	TFSE
Lantos Zoltán	Pécsi VSK
Takács József	TFSE
Varga Imre	TFSE

Rúdugrás:

Országos csúcs: 5.12 Steinhacker Róbert 1972.
1977.évi rangelső: 5.10 Franke László

5.00 Franke László	BHSE
Makó Ernő	Bp.Spart.
Veisz János	BHSE
4.90 Novobaczky József	TFSE
4.60 Pfeiffer László	U.Dózsa
Steinhacker Róbert	MTK-VM
4.50 Nagy László	KSI
4.40 Damm József	Csepel
Lévai József	U.Dózsa
Mezei István	Bp.Építők
Szerdahelyi János	Vasas
4.30 Tarjányi Gyula	Csepel
4.20 Hoffer József	TFSE
Kalló Dezső	BEAC
3.80 Vancsisin Zoltán	Csepel
3.50 Vágó Béla	DVTK
3.40 Márton Lajos	Székhács
Veréb József	Vasas
3.30 Gál Péter	Csepel
Pintér Árpád	Csepel

Távolugrás:

Országos csúcs: 8.00 Szalma László 1978.
1977.évi rangelső: 7.81 Szalma László

8.00 Szalma László	TFSE
7.59 Kövesi Tibor	Csepel
7.49 Németh Gyula	Bak.Vegy.
7.36 Fejős Mihály	S.VOSE
7.33 Sárközi András	FTC
7.31 Katona Gábor	BHSE
7.26 Henyecz László	Tat.Bány.
7.21 Szenczi László	H.Kun Béla
7.17 Kiss Árpád	U.Dózsa
Uri József	BEAC
7.16 Pálincás János	TFSE
Sári Kálmán	Bak.Vegy.
7.12 Simon Gábor	Vasas
7.10 Matkó György	BHSE
7.06 Csitos László	MOGAAC
7.05 Sarudi Károly	H.Kun Béla
7.03 Koszta Antal	KSI
6.98 Molnár Ferenc	Dunaujv.K.
Veleczki János	DVTK
6.92 Mátraházi Imre	BKV Előre

Hármasugrás:

Országos csúcs: 16.47 Cziffra Zoltán 1970
1977.évi rangelső: 16.06 Katona Gábor

16.25 Katona Gábor	BHSE
15.92 Cziffra Zoltán	BHSE
15.51 Uri József	BEAC
15.34 Matkó György	BHSE
15.25 Kiss Tibor	TFSE
15.17 Paál László	MAFC
15.05 Kiss László	S.VOSE
14.92 Gábossy Lajos	TFSE
14.84 Verbai Gyula	Vasas
14.74 Sári Kálmán	Bak.Vegy.
14.70 Simon Gábor	Vasas
14.61 Tatai Károly	BVSC
14.55 Lengyák György	Olajbány.
14.45 Gábossy Árpád	H.Kun Béla
14.18 Kovács Csaba	TFSE
14.11 Kristóf László	TFSE
14.09 Novák Gyula	Salgt.TC
14.01 Veleczki János	DVTK
14.00 Nagy Péter	U.Dózsa
Stabissevszki Gábor	KSI

Súlylökés:

Országos csúcs: 19.51 Varjú Vilmos 1972.
1977.évi rangelső: 17.35 Gajdán László,
Szabó László

17.71 Kácsor István	Göd.EAC
17.45 Szabó László	Videoton
17.36 Varga Mihály	TFSE
17.14 Fehér Lajos	Pécsi MSC
16.91 Lendvai Pál	Göd.EAC
16.03 Téglá Ferenc	U.Dózsa
15.78 Jáka Károly	Vasas
15.72 Csere Jenő	BHSE
14.82 Kiss Árpád	U.Dózsa
14.78 Fábrián Imre	SZEOL-AK
14.68 Tóth István	Sz.Dózsa
14.25 Csizsár Ferenc	Göd.EAC
13.52 Molnár Miklós	Vasas
12.77 Horváth Lajos	MTK-VM
12.46 Farkas Attila	BKV Előre
12.04 Simara János	Barcsi SC

Férfi ifjúságiak:

60 m síkfutás:

Országos csúcs: 6.5 Léopold Endre 1974
Tatár István 1977
1977.évi rangelső: 6.5 Tatár István

7.15 Bagyura József	59 BHSE
7.17 Nagy István	61 Kossuth DSK
7.21 Darázs Ferenc	60 S.VOSE
7.25 Lindák László	59 H.Kun Béla
7.27 Lengyel István	60 Debr.EAC
7.28 Süveges Lajos	60 BEAC

7.30	Sarudi Károly	59	H.Kun Béla
7.32	Bodó Béla	59	Debr.MTE
	Németh Gábor	60	Csepel
7.39	Bakos Dezső	61	Dunaujv.K.
	Takács Zoltán	60	Kap.Dózsa
<u>Kézi mérés:</u>			
6.9	Bagyura József	59	BHSE
	Lengyel István	60	Debr.EAC
	Süveges Lajos	60	BEAC
7.0	Darázs Ferenc	60	S.VOSE
	Nagy István	61	Kossuth DSK
	Sarudi Károly	59	H.Kun Béla

200 m síkfutás:

Országos csúcs: 22.1 Tatár István 1977
1977.évi rangelső: 22.1 Tatár István

22.6	Bagyura József	59	BHSE
22.7	Süveges Lajos	60	BEAC
22.8	Bakos György	60	ZTE
23.1	Tóth József	59	SZEOL-AK
23.3	Németh Gábor	60	Csepel
	Takács István	59	U.Dózsa
23.5	Vincze Ottó	60	ZTE
23.6	Bálint István	60	Tat.Bány.
	Mezei János	59	U.Dózsa
	Szalai Csaba	61	MTK-VM
	Takács Zoltán	60	Kap.Dózsa

400 m síkfutás:

Országos csúcs: 49.6 Takács István 1978
1977.évi rangelső: 49.8 Fóris László

49.6	Takács István	59	U.Dózsa
50.0	Süveges Lajos	60	BEAC
50.1	Jakab Lajos	59	Pécsi MSC
50.5	Balás István	59	ZTE
50.9	Bakos György	60	ZTE
51.5	Tóth József	59	SZEOL-AK
51.6	Szekeres Sándor	61	Törekvés
51.8	Barkóczi István	59	Kap.Dózsa
52.2	Vörös László	59	BKV Előre
52.3	Bankó Pál	60	SZEOL-AK
	Borbély Gábor	61	Bak.Vegy.

800 m síkfutás:

Országos csúcs: 1:52.2 Ötvös Imre 1976
1977.évi rangelső: 1:56.1 Sándor János

1:57.2	Markó Gábor	60	BHSE
	Szoboda János	59	FTC
1:57.7	Hegedüs Attila	59	Tat.Bány.
1:57.9	Minár Gyula	60	BEAC
1:58.2	Liczul János	61	Tat.Bány.
1:58.4	Nagy Zoltán	60	SZEOL-AK
	Zsedely László	60	Tat.Bány.
1:58.5	Keszler József	59	Bak.Vegy.
1:58.7	Balás István	59	ZTE
1:59.1	Vörös László	59	BKV Előre

1500 m síkfutás:

Országos csúcs: 3:54.0 Markó Gábor 1978
1977.évi rangelső: 3:57.9 Gajdos Tamás

3:54.0	Markó Gábor	60	BHSE
3:58.9	Beszta László	59	Csepel
3:59.8	Keszler József	59	Bak.Vegy.
4:02.5	Nagy Zoltán	60	SZEOL-AK
4:02.8	Góczán István	60	ZTE
4:04.6	Zsedely László	60	Tat.Bány.
4:04.7	Zana Ferenc	59	Keszth.Hal.
4:04.9	Farkas László	60	Ózdi Koh.
4:08.3	Ádám István	59	Debr.MTE
4:08.6	Sándor János	60	BHSE

3000 m síkfutás:

Országos csúcs: 8:26.6 Lapos Ferenc 1975
1977.évi rangelső: 8:37.2 Gajdos Tamás

8:29.6	Keszler József	59	Bak.Vegy.
8:36.0	Markó Gábor	60	BHSE

8:36.2	Góczán István	60	ZTE
8:43.7	Ádám István	59	Debr.MTE
8:45.7	Zana Ferenc	59	Keszth.Hal.
8:52.4	Munkácsi Mihály	61	Tat.Bány.
8:52.9	Sándor János	60	BHSE
9:03.2	Benedek István		Bak.Vegy.
9:12.4	Kristóf Tibor	61	Tat.Bány.
9:13.6	Tóth János	59	BHSE

60 m gátfutás:

Országos csúcs: 7.8 Bartha Attila 1975
1977.évi rangelső: 7.9 Bodó Béla

8.17	Bodó Béla	59	Debr.MTE
8.34	Krasznai Antal	59	Pécsi MSC
8.46	Törőcsik József	61	Szoln.MAV
8.47	Takács István	59	U.Dózsa
8.61	Bósz Imre	60	Bak.Vegy.
	Molnár István		SZVSE
8.63	Varga Péter	60	KSI
8.65	Giczi Zoltán	60	Rába ETO
8.66	Mezei János	59	U.Dózsa
8.68	Papp Zsolt	61	Rába ETO

Kézi mérés:

8.2	Takács István	59	U.Dózsa
8.4	Giczi Zoltán	60	Rába ETO
8.5	Mezei János	59	U.Dózsa
	Varga Péter	60	KSI
8.6	Kovács József	59	MTK-VM

Magasugrás:

Országos csúcs: 2.12 Kujalek Károly 1977
1977.évi rangelső: 2.12 Kujalek Károly

2.04	Bálint Béla	60	Váci Hir.
2.00	Molnár Ferenc	59	Dunaujv.K.
	Németh Gyula	59	Kossuth DSK
1.98	Mateicska József	60	Hmvh.VSE
1.96	Feczesin István	60	MTK-VM
	Várhalmi Attila	59	BHSE
1.95	Ember Attila	61	Bp.Spart.
1.93	Balogh Tamás	60	Dunaujv.K.
	Tóth Zsolt	59	SZVSE
1.91	Nagy László	60	KSI

Rúdugrás:

Országos csúcs: 4.65 Lévai József 1977
1977.évi rangelső: 4.65 Lévai József

4.50	Nagy László	60	KSI
4.30	Tarjányi Gyula	59	Csepel
3.80	Vancsisin Zoltán	61	Csepel
3.40	Márton Lajos	59	Székács
	Veréb József	61	Vasas

Távolugrás:

Országos csúcs: 7.57 Szalma László 1976
1977.évi rangelső: 7.35 Szenczi László

7.21	Szenczi László	59	H.Kun Béla
7.16	Sári Kálmán	60	Bak.Vegy.
7.12	Simon Gábor	60	Vasas
7.10	Matkó György	59	BHSE
7.05	Sarudi Károly	59	H.Kun Béla
7.03	Kozta Antal	60	KSI
6.98	Molnár Ferenc	59	Dunaujv.K.
	Veleczki János	60	DVTK
6.92	Mátraházi Imre	59	BKV Előre
6.84	Bakos Dezső	61	Dunaujv.K.
	Nagy János	60	U.Dózsa

Hármasugrás:

Országos csúcs: 15.34 Matkó György 1978
1977.évi rangelső: 15.19 Paál László

15.34	Matkó György	59	BHSE
14.74	Sári Kálmán	60	Bak.Vegy.
14.70	Simon Gábor	60	Vasas
14.09	Novák Gyula	60	Salg.TC
14.01	Veleczki János	61	DVTK
14.00	Stabissevszki Gábor	60	KSI

13.73 Kántor György 60 Pécsi MŠC
13.70. Sándor Ferenc 59 MAFC
13.60 Bene Csaba 59 Olajbány.
13.49 Farkas Balázs 60 BEAC

Súlylökés - 6 kg.:

Országos csúcs: 17.41 Saskói Alfonz 1976
1977.évi rangelső: 16.41 Saskói Alfonz
16.34 Oláh Imre 59 BEAC

Fiú serdülők:

60 m síkfutás:

1977.évi rangelső: 6.9 Bagyura Nándor
7.43 Greifenstein János 62 U.Dózsa
7.45 Somodi László 63 SZEOL-AK
7.49 Majoros László 62 Debr.SI
7.54 Csizsár Ferenc 63 KSI
7.58 Biczók Bendeguz 62 Csepel

Kézi mérés:

7.2 Csizsár Ferenc 63 KSI
Greifenstein János 62 U.Dózsa
Kalauz Imre 62 Bak.Vegy

400 m síkfutás:

1977.évi rangelső: -
54.0 Onofer János 62 Ganz Mávag
54.3 Hóti József 62 Bak.Vegy
54.6 Salánki Sándor 62 Kecskem.SC
54.7 Németh Zoltán 62 Bajai SK
54.8 Kovács Tamás 62 ZTE

800 m síkfutás:

1977.évi rangelső: -
2:02.7 Vlaszák István 62 BHSE
2:02.9 Szalai István 62 Tat.Bány.
2:04.5 Kapcsos Ádám 63 KSI
2:05.3 K.Szabó Sándor 62 Hajdú Vasas
2:05.5 Saufert Gyula 63 KSI

60 m gátfutás - 91.4 cm.:

1977.évi rangelső: 8.1 Szalai József
8.64 Majoros László 62 Debr.SI
8.93 Greifenstein József 62 U.Dózsa
9.00 Kalauz Imre 63 Bak.Vegy.
9.17 Balogh János 63 Kazincb.V.
9.18 Kabán Béla 62 BHSE

N ő k :

60 m síkfutás:

Országos csúcs: 7.2 Nemesházi Imréné 1966.
Elektronikus csúcs: 7.64 Erdélyiné Szabó Ildikó 1978.
1977. évi rangelső: 7.3 Erdélyiné Szabó I.
7.64 Erdélyiné Szabó Ildikó NYVSSC
7.68 Könye Irma BHSE
7.77 Balatoni Anna BEAC
7.79 Bartha Angéla MTK-VM
7.81 Hidvéginé Lukics Ildikó BHSE
7.86 Grécs Éva Váci Hírad.
7.89 Petróczi Ágnes SZEOL-AK
7.90 Kósa Erika U.Dózsa
7.94 Siska Xénia Vasas
7.97 Balogh Katalin ZTE
Bottyán Katalin Hatv.Kin.
7.98 Palanek Éva KSI
7.99 Zombori Erzsébet SZEOL-AK
8.03 Petrika Ibolya NYVSSC
8.06 Fazekas Ilona NYVSSC
Szűk Beáta Szoln.MÁV
8.07 Barthodeiszky Judit Vasas
8.08 Gócze Andrea Halad.VSE
8.09 Juhász Erzsébet Szoln.MÁV
Szanyi Erzsébet Halad.VSE
Zarnóczai Klára NYVSSC

15.81 Ambrus László 59 ZTE
15.69 Tarsoly Imre 59 Szoln.MÁV
15.40 Szikszai András 59 BHSE
14.96 Bácskai Béla 59 Rába ETO
14.86 Németh László 60 Halad.VSE
14.65 Oláh László 60 MTK-VM
14.55 Ladányi Zsigmond 61 Székács
14.27 Bradanovics Barnabás 60 FTC
14.17 Kovács József 59 MTK-VM

Kézi mérés:

8.7 Csapó Lajos 62 Debr.SI
8.8 Balogh János 63 Kazincb.V.
Kalauz Imre 63 Bak.Vegy.
8.9 Kabán Béla 62 BHSE

Magasugrás:

1977.évi rangelső: 1.96 Társi Zoltán
1.91 Németh Imre 62 Olajbány.
1.90 Papp Miklós 62 Gyöngy.SE
1.86 Csonka László 62 SZEOL-AK
1.85 Nagy László 62 Ganz Mávag
Palotai Gábor 62 Kecskem.SC
Szentgyörgyi László 62 Ganz Mávag

Rúdugrás:

1977.évi rangelső: 3.20 Vancsisin Zoltán
3.50 Vágó Béla 62 DVTK
3.30 Gál Péter 62 Csepel
Pintér Árpád 62 Csepel
2.80 Keszthelyi Csaba 62 Csepel.
Kokas Lajos 62 Ganz Mávag
Lengvári Sándor 62 Csepel

Távolugrás:

1977.évi rangelső: 6.72 Bakos Dezső
6.75 Tari László 62 Salgót.TC
6.42 Németh Imre 62 Olajbány.
6.39 Juhász Tamás 62 MTK-VM
6.36 Czuder Tamás 62 Salgót.TC
6.29 Papp Attila 62 BHSE

Súlylökés - 5 kg.:

1977.évi rangelső: 15.96 Molnár Gábor
14.84 Budavári József 62 Gőd.EAC
14.46 Tóth Gyula 62 Rába ETO
14.33 Póczos Andor 62 KSI
14.20 Bunghardt Csaba 62 Tat.Bány.
13.76 Győri László 62 Jászap.SE

Kézi mérés:

7.4 Könye Irma BHSE
7.5 Balatoni Anna BEAC
7.6 Bartha Angéla MTK-VM
Grécs Éva Váci Hírad.
7.7 Szanyi Erzsébet Halad.VSE
7.8 Barthodeiszky Judit Vasas
Bottyán Katalin Hatv.Kin.
Halmosi Zoltánné Halad.VSE
Kelemen Rita Eger SE
Palanek Éva KSI

200 m síkfutás:

Országos csúcs: 24.3 Könye Irma, 1978
Elektronikus csúcs: 24.57 Könye Irma 1978
1977.évi rangelső: 24.7 Hidvéginé Lukics Ildikó,
Szigetiné Tóth Éva
24.3 Könye Irma BHSE
24.5 Pál Ilona Hatv.Kin.
24.9 Petrika Ibolya NYVSSC
25.1 Halmosi Zoltánné Halad.VSE
25.3 Hidvéginé Lukics Ildikó BHSE
25.6 Bartha Angéla MTK-VM
Forgács Judit BHSE

Kósa Erika	U.Dózsa	4:32.4 Hajnal Erzsébet	Bp.Spartac.
Palanek Éva	KSI	4:32.7 Jadán Ilona	Ózdi Koh.
Siska Xénia	Vasas	4:35.6 Ujhelyi Mária	Debr.ASE
25.7 Baumann Gizella	U.Dózsa	4:38.0 Jakab Erzsébet	BHSE
25.8 Szabó Mária	BEAC	4:46.6 Banykó Erika	Tat.Bány.
26.1 Grécs Éva	Váci Hir.	4:48.1 Krajcsy Gyöngyi	BHSE
Pollák Éva	BEAC	4:51.9 Vati Julianna	NIKE FAK
26.2 Csonka Ildikó	Halad.VSE	4:53.6 Mizsei Ilona	Lehel SC
Szanyi Erzsébet	Halad.VSE	4:54.7 Sebők Mária	Olajbány.
26.4 Faragó Emese	BHSE	4:57.4 Zentai Éva	Csepel
Gyovai Gertrud	U.Dózsa	4:57.6 Wéninger Katalin	Videoton
26.6 Bóka Edit	BHSE		
Gócze Andrea	Halad.VSE		
Elektronikus mérés:		60 m gátfutás:	
24.57 Könye Irma	BHSE	Országos csúcs: 8.1 Bruzsenyák Ilona 1973,	
Pál Ilona	Hatv.Kin.	1974	
25.41 Kósa Erika	U.Dózsa	Elektronikus csúcs: 8.31 Bruzsenyák Ilona	
		1974.	
400 m síkfutás:		1977.évi rangelső: 8.2 Bruzsenyák Ilona	
Országos csúcs: 53.95 Pál Ilona 1978.		8.46 Siska Xénia	Vasas
1977.évi rangelső: 55.2 Pál Ilona		8.70 Bartha Angéla	MTK-VM
53.95 Pál Ilona	Hatv.Kin.	8.73 Balogh Katalin	ZTE
54.99 Petrika Ibolya	NYVSSC	8.91 Baumann Gizella	U.Dózsa
55.5 Halmosi Zoltánné	Halad.VSE	9.03 Balatoni Anna	BEAC
56.2 Palanek Éva	KSI	9.09 Vanyek Zsuzsa	Koml.Bány.
56.4 Forgács Judit	BHSE	9.10 Weisz Erzsébet	BHSE
56.9 Könye Irma	BHSE	9.12 Baranyai Ildikó	BEAC
58.4 Bányai Ilona	Hevesi DSK	9.15 Wissinger Szilvia	BHSE
59.2 Szepesi Éva	Kazincb.V.	9.16 Kovács Erzsébet	KSI
59.3 Czene Zsuzsa	Csepel	Palombi Margit	DVTK
Tarapcsák Judit	U.Dózsa	9.20 Kósa Erika	U.Dózsa
59.4 Boda Teréz	BEAC	9.21 Gyovai Gertrúd	U.Dózsa
59.6 Benes Dorottya	BVSC	9.22 Czene Zsuzsa	Csepel
Jandó Gabriella	Ganz Mávag	9.34 Kirsch Éva	Misk.VSC
59.9 Juhász Hilda	DVTK	9.35 Csüri Zsuzsa	TFSE
60.1 Siska Xénia	Vasas	Kiss Csilla	Váci Hir.
60.2 Baumann Gizella	U.Dózsa	9.40 Fekete Margit	BHSE
60.5 Kerényi Zsuzsa	BKV Előre	9.51 Tarjányi Eszter	BHSE
Kirsch Éva	Misk.VSC	9.58 Anka Éva	TFSE
Szeri Teodóra	TFSE		
60.9 Szabó Mária	BEAC	Kézi mérés:	
800 m síkfutás:		8.2 Siska Xénia	Vasas
Országos csúcs: 2:05.4 Lipcsei Irén 1978.		8.6 Bartha Angéla	MTK-VM
1977.évi rangelső: 2:06.5 Lipcsei Irén		8.7 Balatoni Anna	BEAC
2:05.8 Lipcsei Irén	Debr.MTE	Balogh Katalin	ZTE
2:09.0 Lázár Magdolna	Debr.MTE	8.8 Baumann Gizella	U.Dózsa
2:11.6 Horváth Janka	Halad.VSE		
2:12.1 Ladányiné Schöffner A.	S.VOSE	Magasugrás:	
2:12.8 Palanek Éva	KSI	Országos csúcs: 1.90 Rudolf Erika 1977.	
2:12.9 Jankó Ilona	Bak.Vegy.	1977.évi rangelső: 1.90 Rudolf Erika	
2:13.7 Ujhelyi Mária	Debr.ASE	1.88 Mátay Andrea	MAFC
2:16.4 Zentai Éva	Csepel	1.86 Rudolf Erika	Bp.Spart.
2:16.6 Hajnal Erzsébet	Bp.Spart.	Sámuel Edit	Bp.Spart.
2:17.2 Koleszár Éva	NYVSSC	1.78 Eger Zsuzsa	TFSE
2:17.6 Gyenes Klára	Kecskem.SC	1.76 Ötvös Éva	Pécsi MSC
2:18.7 Jadán Ilona	Ózdi Koh.	1.75 Gubán Gabriella	Pécsi MSC
2:18.9 Jandó Gabriella	Ganz Mávag	Mátyás Éva	Bp.Spart.
2:20.0 Czene Zsuzsa	Csepel	Zolnay Katalin	Csepel
Babai Katalin	KSI	1.72 Lak Erzsébet	KSI
2:20.4 Csősz Edit	Pécsi MSC	1.71 Katona Mária	TFSE
2:20.6 Wéninger Katalin	Videoton	1.70 Gréczi Éva	U.Dózsa
2:21.0 Sági Éva	BHSE	1.69 Mikola Irén	Misk.VSC
2:21.2 Banykó Erika	Tat.Bány.	1.68 Ilovai Zsuzsa	Pécsi MSC
2:21.5 Jakab Erzsébet	BHSE	Kozák Ildikó	Szoln.SI
1500 m síkfutás:		Sterk Katalin	Tat.Bány.
Országos csúcs: 4:13.3 Lipcsei Irén 1978.		1.65 Biró Irén	Gyulai SE
1977.évi rangelső: 4:22.4 Lázár Magdolna		Lantos Ágnes	Pécsi MSC
4:13.3 Lipcsei Irén	Debr.MTE	Veres Anikó	Gyulai SE
4:21.1 Lázár Magdolna	Debr.MTE	1.64 Csüri Zsuzsa	TFSE
4:21.8 Horváth Janka	Halad.VSE	Dávid Zsuzsa	Bp.Építők
4:22.3 Völgyi Zsuzsa	FTC		
4:24.7 Fessler Zsuzsa	FTC	Távolugrás:	
4:25.6 Babinyecz Józsefné	Csepel	Országos csúcs: 6.62 Erdélyiné Szabó I.	
4:27.0 Jankó Ilona	Bak.Vegy.	1976.	
4:28.0 Ladányiné Schöffner A.	S.VOSE	1977.évi rangelső: 6.56 Erdélyiné Szabó I.	
4:32.0 Schusztér Mária	Csepel	6.53 Erdélyiné Szabó Ildikó	NYVSSC
		6.32 Kósa Erika	U.Dózsa
		6.30 Pap Mária	BHSE
		6.09 Zarnóczai Klára	NYVSSC

5.96	Fazekas Beáta	TFSE
5.95	Balatoni Anna	BEAC
5.92	Lájer Klára	TFSE
5.86	Máté Ella	TFSE
	Szabó Éva	Hevesi SE
5.79	Tóth Vera	Hevesi SE
5.71	Keresztes Zsuzsa	KSI
5.69	Baumann Gizella	U.Dózsa
	Petróczi Ágnes	SZEOL-AK
5.59	Csüri Zsuzsa	TFSE
5.54	Szabó Andrea	Dunaujv.K.
5.49	Dobrosi Mária	Misk.VSC
	Donkó Ildikó	Lehel SC
5.47	Kiss Csilla	Váci Hir.
5.45	Czene Zsuzsa	Csepel
5.41	Senczi Erika	NYVSSC

Súlylökés:

Országos csúcs: 17.90 Bognár Judit 1974.
1977.évi rangelső: 16.41 Menyhárt Krisztina

Női ifjúságiak:

60 m síkfutás:

Országos csúcs: 7.4 Károly Zsuzsa 1973
1977.évi rangelső: 7.6 Faragó Emese

7.86	Grécs Éva	60 Váci Hir.
8.03	Szük Beáta	61 Szoln.MÁV
8.06	Fazekas Beáta	60 NYVSSC
8.07	Barthodeiszky Judit	60 Vasas
8.08	Gócze Andrea	61 Hald.VSE
8.09	Zarnóczy Klára	60 NYVSSC
8.11	Pollák Éva	61 BEAC
8.18	Gyovai Gertrúd	61 U.Dózsa
8.23	Wissinger Szilvia	60 BHSE
8.28	Faragó Emese	60 BHSE

Kézi mérés:

7.6	Grécs Éva	60 Váci Hir.
7.8	Barthodeiszky Judit	60 Vasas
7.9	Dobrosi Mária	60 Misk.VSC
	Gyovai Gertrúd	61 U.Dózsa
	Pollák Éva	61 BEAC

200 m síkfutás:

Országos csúcs: 25.6 Forgács Judit 1976.
Palanek Éva 1978.
1977.évi rangelső: 25.7 Forgács Judit

25.6	Palanek Éva	63 KSI
26.1	Grécs Éva	60 Váci Hir.
	Pollák Éva	61 BEAC
26.4	Faragó Emese	60 BHSE
	Gyovai Gertrúd	61 U.Dózsa
26.6	Bóka Edit	60 BHSE
	Gócze Andrea	61 Hal.VSE
26.8	Barthodeiszky Judit	60 Vasas
	Wissinger Szilvia	60 BHSE
26.9	Fazekas Ilona	60 NYVSSC

400 m síkfutás:

Országos csúcs: 56.2 Palanek Éva 1978.
1977.évi rangelső: 58.5 Forgács Judit

59.2	Szepesi Éva	61 Kazincb.V.
59.6	Jandó Gabriella	61 Ganz Mávag
59.9	Juhász Hilda	61 DVTK
60.5	Kirsch Éva	61 Misk.VSC
61.1	Zentai Éva	60 Csepel
61.6	Derhán Rita	61 BHSE
61.8	Jeszenszki Emma	61 Vasas
62.3	Gábris Erika	61 BHSE
	Sági Éva	61 BHSE
63.3	Tamás Aranka	61 NYVSSC

15.89	Armuth Edit	FTC
16.65	Horváth Viktória	Halad.VSE
15.46	Papp Margit	Csepel
14.90	Tiszavölgyi Aranka	BHSE
13.87	Fekete Viktória	U.Dózsa
13.85	Herth Hajnal	U.Dózsa
13.32	Oroszi Zsuzsa	NYVSSC
13.30	Menyhárt Krisztina	BHSE
13.19	Izmini Gizella	Bak.Vegy.
13.06	Kispál Mariann	Misk.VSC
12.82	Kripli Márta	Bak.Vegy.
12.55	Balogh Katalin	ZTE
12.48	Horváth Gabriella	BHSE
12.47	Szabó Katalin	Halad.VSE
12.42	Kuzbelt Hilda	Egri TK
12.32	Balatoni Anna	BEAC
12.20	Eger Zsuzsa	TFSE
11.91	Keresztes Zsuzsa	KSI
11.64	Tankovics Judit	BHSE
11.56	Tóth Erika	MTK-VM

800 m síkfutás:

Országos csúcs: 2:12.8 Palanek Éva 1978.
1977.évi rangelső: 2:15.3 Ujhelyi Mária

2:16.4	Zentai Éva	60 Csepel
2:17.2	Koleszár Éva	60 NYVSSC
2:17.6	Gyenes Klára	61 Kecskem.SC
2:18.9	Jandó Gabriella	61 Ganz Mávag
2:20.6	Wéninger Katalin	61 Videoton
2:21.0	Sági Éva	61 BHSE
2:21.2	Banyakó Erika	61 Tat.Bány.
2:22.2	Ferenczi Mária	60 Ózdi Koh.
2:24.1	Sebők Mária	60 Olajbány.
2:24.4	Jeszenszki Emma	61 Vasas

1500 m síkfutás:

Országos csúcs: 4:32.0 Schusztér Mária 1978
1977.évi rangelső: 4:38.8 Schusztér Mária

4:32.0	Schusztér Mária	60 Csepel
4:46.6	Banyakó Erika	61 Tat.Bány.
4:48.1	Krajcsy Gyöngyi	62 BHSE
4:54.7	Sebők Mária	60 Olajbány.
4:57.4	Zentai Éva	60 Csepel
4:57.6	Wéninger Katalin	61 Videoton
5:03.4	Ferenczi Mária	60 Ózdi Koh.
5:21.4	Moravcsik Katalin	60 Vasas

60 m gátfutás:

Országos csúcs: 8.5 Siska Xénia 1975.

1977.évi rangelső: 8.7 Wissinger Szilvia

9.09	Vanyek Zsuzsa	60 Koml.Bány.
9.15	Wissinger Szilvia	60 BHSE
9.16	Kovács Erzsébet	61 KSI
	Palombi Margit	61 DVTK
9.21	Gyovai Gertrúd	61 U.Dózsa
9.34	Kirsch Éva	61 Misk.VSC
9.35	Kiss Csilla	61 Váci Hir.
9.40	Fekete Margit	60 BHSE
9.51	Tarjány Eszter	62 BHSE
9.62	Mikola Irén	60 Misk.VSC

Kézi mérés:

9.0	Gyovai Gertrúd	61 U.Dózsa
	Wissinger Szilvia	60 BHSE
9.1	Kiss Csilla	61 Váci Hir.
	Kovács Erzsébet	61 KSI
9.2	Keresztes Zsuzsa	61 KSI
	Mikola Irén	60 Miks.VSC

Magasugrás:

Országos csúcs: 185 Mátay Andrea 1973
1977.évi rangelső: 175 Szücs Erzsébet

1.76	Ötvös Éva	60 Pécsi MSC
1.72	Lak Erzsébet	60 KSI
1.69	Mikola Irén	60 Misk.VSC
1.68	Ilovai Zsuzsa	61 Pécsi MSC

	Sterk Katalin	61 Tat.Bány.
1.65	Biró Irén	61 Gyulai SE
	Veres Anikó	61 Gyulai SE
1.60	Bekecs Ildikó	61 U.Dózsa
	Kővári Éva	60 BHSE
1.55	Farkas Erika	61 U.Dózsa
	Forgó Katalin	61 Szoln.MÁV
	Gyovai Gertrúd	61 U.Dózsa
	Kovács Andrea	60 KSI

Távolugrás:

Országos csúcs: 610 Fazekas Beáta 1977.
1977.évi rangelső: 610 Fazekas Beáta

6.09	Zarnóczyai Klára	60 NYVSSC
5.86	Szabó Éva	60 Hevesi SE
5.71	Keresztes Zsuzsa	61 KSI
5.54	Szabó Andrea	61 Dunaujv.K.
5.49	Dobrosi Mária	60 Misk.VCS
5.47	Kiss Csilla	61 Váci Hir.

Leány serdülők:

60 m síkfutás:

1977.évi rangelső: 7.7 Bertha Emőke

7.89	Petróczy Ágnes	62 SZEOL-AK
7.98	Palanek Éva	63 KSI
8.14	Ilisz Mária	62 U.Dózsa
8.20	Berczelly Judit	62 Olajbány.
	Pálmafi Katalin	63 Váci Hir.

Kézi mérés:

7.8	Palanek Éva	63 KSI
7.9	Barna Júlia	62 Szoln.SI
	Farkas Andrea	63 BHSE
	Pálmafi Katalin	63 Váci Hir.
8.0	Berczelly Judit	62 Olajbány.
	Elsmond Beáta	63 ZTE
	Ilisz Mária	62 U.Dózsa
	Pásztor Kinga	62 Rába ETO
	Senczi Erika	62 NYVSSC
	Tóth Mária	62 Haladás

400 m síkfutás:

1977. évi rangelső: 59.3 Vég Júlia

56.2	Palanek Éva	63 KSI
58.4	Bányai Ilona	62 Hevesi DSK
59.3	Tarapcsák Judit	62 U.Dózsa
61.4	Klucsik Éva	62 Vasas
61.7	Erényi Zita	63 KSI
	Ilisz Mária	62 U.Dózsa

800 m síkfutás:

1977.évi rangelső: 2:16.8 Gyenes Klára

2:12.8	Palanek Éva	63 KSI
2:20.0	Babai Katalin	62 KSI
2:21.7	Klucsik Éva	62 Vasas
2:23.7	Krajcsy Gyöngyi	62 BHSE
2:24.7	Maráz Hedvig	62 BHSE

5.40	Juhász Klára	61 U.Dózsa
5.34	Vanyek Zsuzsa	60 Koml.Bány.
5.32	Walkó Éva	61 Szoln.MÁV
5.19	Palombi Margit	61 Misk.VSC

Súlylökés:

Országos csúcs: 14.43 Tiszavölgyi Aranka 1976.

1977.évi rangelső: 13.51 Oroszi Zsuzsa

13.06	Kispál Mariann	60 Misk.VSC
12.82	Kriplí Márta	60 Bak.Vegy.
11.91	Keresztes Zsuzsa	61 KSI
11.56	Tóth Erika	60 MTK-VM
11.44	Király Márta	60 Rába ETO
11.13	Barna Éva	60 Vasas
11.01	Piller Brigitta	61 V.Izzó
10.64	Adamecz Margit	60 KSI
10.23	Kővári Éva	60 BHSE
9.91	Bóta Ágnes	Lehel SC

60 m gátfutás - 76.2 cm:

1977.évi rangelső: 8.8 Biró Ilona

9.21	Tarjány Eszter	62 BHSE
9.63	Németh Ildikó	62 Csepel
9.66	Torda Erzsébet	62 Bgy.SE
9.68	Mócsai Erika	62 BHSE
9.89	Tárnoki Klára	62 BKV Előre
<u>Kézi mérés:</u>		

9.1	Tarjány Eszter	62 BHSE
9.3	Kozák Ildikó	62 Szoln.SI
	Senczi Erika	62 NYVSSC
9.4	Takács Judit	62 Vasas
	Torda Erzsébet	62 Bgy.SE

Magasugrás:

1977.évi rangelső: 1.72 Juha Olga

1.68	Kozák Ildikó	62 Szoln.SI
1.61	Palanek Éva	63 KSI
	Tarnóczyai Éva	63 BEAC
1.58	Juha Olga	62 Vasas
1.54	Egyed Ibolya	62 Csepel

Távolugrás:

1977.évi rangelső: 567 Keresztes Zsuzsa

5.69	Petróczy Ágnes	62 SZEOL-AK
5.49	Donkó Ildikó	63 Lehel SC
5.41	Senczi Erika	62 NYVSSC
5.34	Barna Júlia	62 Szoln.SI
5.20	Nemecs Mária	62 Szoln.SI

Súlylökés:

11.48	Piller Brigitta	
12.47	Szabó Katalin	62 Halad.VSE
11.24	Faragó Ilona	62 Testvéris.
11.07	Gereben Gabriella	62 BKV Előre
10.91	Szöllősi Judit	63 Csepel
10.85	Hartai Katalin	63 Vasas

Kalovits István

A budapesti középiskolák egyéni fedettpályás bajnokságai

/Folytatás/

Szaktanástanuló fiú súlylökés I. korcsoport:

1.	24. sz. Ipari Szaktanástanuló Int.	10.60.0 átlag
	/Bunkóczi 10.94, Tiszai 10.33, Mezőffi 10.53/	
2.	Bajáki F. Szaktanástanuló Int.	10.05.0 "
	/Abrahám 11.01, Tóth 9.59, Farkas 9.55, Tamás 8.72/	
3.	31.sz. Arany J. Szaktanástanuló Int.	9.57.0 "
	/Soós 9.88, Wittheim 10.34, Kocsis 8.49/	
4.	29.sz. Szaktanástanuló Int.	9.56.3 "
	/Kósa 10.07, Sebők 8.98, Pehányi 9.64/	
5.	2.sz. ITSK	9.13.3 "
	/Mózes 9.75, Keller 8.51, Kovács 8.92, Somogyi 8.73/	

6. <u>9.sz. Szakmunkk.Int.</u>	9.06.7 átlag
/Vlajk 9.69, Vágner 8.21, Szűcs 9.30/	
7. <u>14.sz. Szakmunkk.Int.</u>	8.90.0 "
/Szabó 9.28, Hernádi 7.83, Keszthelyi 9.04, Vizi 8.38/	
8. <u>26.sz. Ipari Szakmunkk.Int.</u>	8.85.3 "
/Kovács 9.60, Vona 8.56, Preisz 8.40, Ambrus 7.53/	
9. <u>Békés G. Élelmiszerker.Szk.</u>	8.42.7 "
/Demeter 7.07, Csik 7.42, Monori 8.77, Kiss 9.09/	
10. <u>27.sz. Szakmunkk.Int.</u>	8.29.0 "
/Felméri 8.92, Gáspár 7.50, Cseke 8.37, Takács 7.24/	
11. <u>53.sz. Pamutip.Szakmunkk.Int.</u>	7.70.7 "
/Váradi 7.98, Molnár 7.85, Wittner 7.30/	
12. <u>34.sz. ITSK</u>	7.70.7 "
/Kálóczi 7.56, Kulina 9.26, Pásztor 6.20/	
13. <u>30.sz. Szakmunkk.Int.</u>	7.26.0 "
/Tóth 7.16, Reck 7.27, Szita 7.00, Reck F. 7.35/	
14. <u>26.sz. Szakmunkk.Int.</u>	7.21.7 "
/Tajti 7.85, Márkus 6.90, Kecskés 6.90/	

Szakmunkástanuló fiú súlylökés II. korcsoport:

1. <u>Bajági Szakmunkk.Int.</u>	10.19.0 átlag
/Józsa 10.20, Mondi 10.72, Lakatos 9.65, Vass 8.90/	
2. <u>31.sz.Arany J. Szakmunkk.Int.</u>	10.00.7 "
/Molnár 10.09, Monoki 10.62, Süli 9.31/	
3. <u>2. sz. ITSK</u>	9.92.0 "
/Ullman 10.47, Balogh 9.89, Kovács 9.30, Pencz 9.40/	
4. <u>24.sz. Ipari Szakmunkk.Int.</u>	9.80.0 "
/Tury 7.67, Hényel 9.33, Nemeskéri 10.68, Bohoda 9.39/	
5. <u>26.sz. Ipari Szakmunkk.Int.</u>	9.73.7 "
/Arvai 9.45, Baksi 10.31, Papp 9.45, Melák 8.60/	
6. <u>36.sz. Szakmunkk. Int.</u>	9.56.7 "
/Csaja 10.85, Zsiros 9.61, Kovács 8.24/	
7. <u>9.sz. Szakmunkk.Int.</u>	9.56.7 "
/Sztorjím 12.43, Milbich 9.37, Deme 6.90/	
8. <u>7.sz. Iparitanuló Int.</u>	9.41.3 "
/Zsoldos 7.79, Gizicz 11.56, Gödöllei 8.89/	
9. <u>30.sz. Szakmunkk.Int.</u>	9.02.7 "
/Grób 10.09, Lengyel 8.55, Várkonyi 6.89, Kakó 8.44/	
10. <u>53.sz. Pamutip. Szakmunkk.Int.</u>	8.97.6 "
/Varga 10.58, Sedlos 8.74, Vidinszky 7.61/	
11. <u>29.sz. Szakmunkk.Int.</u>	8.75.3 "
/Dévai 8.32, Dölös 8.24, Pichler 9.70/	
12. <u>Békés G.Élelmiszerker.Szk.Isk.</u>	8.66.3 "
/Szegedi 8.77, Berger 9.06, Demetrovics 8.16, Juhász 8.11/	
13. <u>34.sz. ITSK</u>	8.65.0 "
/Okszer 8.92, Ongai 7.52, Micskey 9.51, Balogh 6.14/	
14. <u>13.sz. Szakmunkk.Int.</u>	8.49.3 "
/Veres 9.37, Balogh 8.10, Horváth 8.01/	
15. <u>27.sz. Szakmunkk.Int.</u>	8.29.7 "
/Bakos 8.66, Molnár 8.24, Goldschmidt 7.99/	

1977. december 3-4.

Középiskolás fiúk 60 m síkfutás I. korcsoport:

1. <u>Építőip. szakközépisk.</u>	7.180 átlag
/Locsmándi 6.99, Szatmári 7.41, Berta 7.35, Tóth 7.29/	
2. <u>Kossuth szakközépisk.</u>	7.195 "
/Patus 7.36, Gémesi 7.32, Bogyó 7.17, Nagy 7.05/	
3. <u>Egressy szakközépisk.</u>	7.489 "
/Mosonyi 7.24, Kis 7.40, Bejári 7.38, Gáspár 7.70/	
4. <u>Landler szakközépisk.</u>	7.522 "
/Fekete 7.42, Györfy 7.42, Kiss 7.57/	
5. <u>I.László gimn.</u>	7.532 "
/Szabó 7.48, Ördög 7.14, Miklós 7.95, Matula 7.87/	
6. <u>ELTE Radnóti gimn.</u>	7.567 "
/Héder 7.35, Vajó 7.49, Tappasztó 7.78, Süle 7.52/	
7. <u>Szinyei gimnázium</u>	7.569 "
/Németh 7.40, Honti 7.67, Bórczi 7.60/	
8. <u>ELTE Apáczai gimnázium</u>	7.637 "
/Házi 7.65, Puskás 7.79, Gáspár 7.56, Fenter 7.72/	
9. <u>Kaffka gimnázium</u>	7.648 "
/Meleg 7.64, Kovács 7.46, Szabó 7.51, Rátkay 7.74/	
10. <u>Közl.gép.szakközépisk.gépjárműt.ág.</u>	7.688 "
/Tóth 7.61, Cseh 7.75, Fülöp 7.66, Eszes 7.64/	
11. <u>Föv.Tan.Ip.Szakk.Isk.Erőssáramú szakk.</u>	7.755 "
/Gele 7.88, Debreczeni 8.28, Jónás 7.73/	
12. <u>Than szakközépiskola</u>	7.788 "
/Hegedüs 7.78, Deme 7.61, Szobotka 8.16, Izsépy 7.84/	

13. <u>ELTE Ságvári gy. iskola</u>	7.790 átlag
/Páger 7.69, Török 7.78, Zichy 7.66, Kutass 7.92/	
14. <u>Thász D. szakközépiskola</u>	7.902 "
/Dobos 7.83, Magyar 7.76, Szili 8.54/	
15. <u>Táncsics gimnázium</u>	8.055 "
/Avanyi 7.81, Matesz 8.34, Szocska 7.80/	
16. <u>Latinca szakközépiskola</u>	8.137 "
/Fejes 8.22, Szántó 8.00, Káté 8.03/	

Középiskolás fiúk 60 m síkfutás II. korcsoport:

1. <u>Egressy szakközépiskola</u>	7.583 átlag
/Makó 7.44, Kelemen 7.70, Pub 7.79, Kis 7.70/	
2. <u>Landler szakközépiskola</u>	7.674 "
/Fölfdi 7.52, Godány 8.20, Barabás 7.78, Hortobágyi 7.70/	
3. <u>Kossuth szakközépiskola</u>	7.709 "
/Zsolyomi 7.66, Monostori 7.51, Tanai 7.90/	
4. <u>Faipari szakközépiskola</u>	7.720 "
/Krucsó 7.44, Ptérb 7.67, Varga 7.81/	
5. <u>Berzsenyi gimnázium</u>	7.740 "
/Berki 8.16, Bánhidi 7.57, Riaja 7.71, Psotta 7.80/	
6. <u>Építőipari szakközépiskola</u>	7.748 "
/Miklós 7.79, Hoffmeister 7.77, Gerencsér 7.67/	
7. <u>ELTE Ságvári gyakorló iskola</u>	7.768 "
/Hoós 7.62, Tóth 7.71, Bogdán 8.14/	
8. <u>ELTE Apáczai gimnázium</u>	7.769 "
/Szóke 7.73, Horváth 7.70, Mészáros 8.09, Gubis 8.00/	
9. <u>Közl.gép. szakk. gépjárműt. ág.</u>	7.787 "
/Müller 7.99, Nagy 7.80, Pálmai 7.68, Schlachta 7.67/	
10. <u>Puskás szakközépiskola</u>	7.950 "
/Márton 7.69, Izmán 7.97, Kocsis 8.37/	
11. <u>Kaffka gimnázium</u>	8.005 "
/Nagy 7.46, Tóth 7.67, Mező 8.11, Doszpot 8.06/	
12. <u>Than szakközépiskola</u>	8.012 "
/Lénárt 7.65, Gábor 8.41, Klein 8.44/	
13. <u>ELTE Radnóti gyak. iskola</u>	8.027 "
/Fehér 7.95, Bogyi 7.99, Herman 8.10/	
14. <u>Táncsics gimnázium</u>	8.097 "
/Kruzslicz 7.80, Erdősi 7.92, Duszlyi 7.88/	
15. <u>Thász szakközépiskola</u>	8.108 "
/Ricz 7.93, Szentirmai 8.02, Fehér 8.40, Tüttő 8.43/	
16. <u>Szinyei gimnázium</u>	8.157 "
/Fekete 8.18, Homonyik 8.27, Tiborc 8.35, Pongrácz 8.13/	
17. <u>Szerb A. gimnázium</u>	8.270 "
/Soós 8.56, Millei 8.24, Boros 8.30, Csizmadia 8.71/	
18. <u>Föv.Tan.Ip.Szakk. isk.Erőszármú szakiskola</u>	8.285 "
/Vass 8.08, Nagy 8.36, Miké 8.30/	
19. <u>Latinca szakközépiskola</u>	8.814 "
/Geiger 9.21, Hirsch 8.76, Pogács 8.43/	

Középiskolás leányok 60 m síkfutás I. korcsoport:

1. <u>Leővey szakközépiskola</u>	8.397 átlag
/Marosvölgyi 8.17, Hegyi 8.62, Korsós 8.60, Csernák 9.14/	
2. <u>Petrik DSK</u>	8.505 "
/Bognár 8.42, Németh 8.40, Schmidtka 8.58, Kondor 8.72/	
3. <u>Lengyel szakközépiskola</u>	8.613 "
/Pári 8.40, Binszki 8.68, Varga 9.10, Szikora 8.79/	
4. <u>ELTE Apáczai gimnázium</u>	8.620 "
/Tóth 8.59, Csete 8.54, Somogyi 8.42, Szentirmai 8.71/	
5. <u>II.Rákóczi gimnázium</u>	8.654 "
/Keményfi 8.61, Vigh 8.60, Csizmadia 8.76, Sármezey 9.12/	
6. <u>Fürst gimnázium</u>	8.680 "
/Zsiknyár 8.66, Szabó 8.86, Gugi 8.42, Devecseri 9.05/	
7. <u>I.László gimnázium</u>	8.710 "
/Koszorús 9.00, Fekete 8.60, Vass 8.96, Palanek 8.41/	
8. <u>Bólyai textilip. szakközépiskola</u>	8.738 "
/Szeri 8.84, Jenei 9.04, Joó 8.79, Hemolddúdea 8.99/	
9. <u>dr.Pólya e.ü.szakközépiskola</u>	8.779 "
/Jámbor 8.66, Matuschek 8.70, Vadinszky 8.92, Tályai 8.97/	
10. <u>Petőfi gimnázium</u>	8.805 "
/Helembai 8.34, Hortobágyi 9.29, Horváth 9.21, Kremszner 9.59/	
11. <u>Toldy gimnázium</u>	8.807 "
/Madocsai 8.95, Szalontai 9.37, Gál 8.72, Jobb 8.91/	
12. <u>Szilágyi gimnázium</u>	8.845 "
/Bódy 8.70, Hegyi 8.96, Márzon 9.47, Tóth 9.00/	
13. <u>Kossuth szakközépiskola</u>	8.934 "
/Légrády 9.15, Farkas 9.03, Longaver 9.01, Nagy 8.62/	
14. <u>Than szakközépiskola</u>	9.013 "
/György 8.57, Medgyesi 8.92m Ország 9.08/	

15. <u>Táncsics gimnázium</u>	9.047 átlag
/Sárik 9.28, Németh 9.35, Kemény 8.87, Varró 9.39/	
16. <u>Hámán szakközépiskola</u>	9.067 "
/Czár 9.10, Visnyiz 9.20, Zubor 9.12/	
17. <u>Kállai É.e.ü.szakközépiskola</u>	9.159 "
/Erdélyi --, Berta 8.84, Baungarbus 9.36, Mészáros 9.57/	
18. <u>Móricz Zs.gimnázium</u>	9.180 "
/Kurucz 9.06, Egry 9.36, Terbócz 9.32, Hampl 9.96/	
19. <u>Szerb A.gimnázium</u>	9.182 "
/Rácz 9.34, Prétyi 9.95, Juhász 8.68, Cseri 9.45/	
20. <u>Ságvári nyomdaip.szakközépiskola</u>	9.297 "
/Feldé --, Szekeres 9.36, Szántó 9.04, Horzus 9.23/	
21. <u>Budai N.A.gimnázium</u>	9.324 "
/Mikus 9.37, Kisfaludy 9.21, Hirting 9.04/	
<u>Középisikolás lányok 60 m síkfutás II. korcsopórt:</u>	
1. <u>Leóvey szakközépiskola</u>	8.503 átlag
/Elek 8.37, Juhász 8.56, Fülöp.8.43, Dörfi 8.74/	
2. <u>Petrik szakkunúásképző Intézet</u>	8.515 "
/Sebők 8.16, Posváncz 8.73, Marck 8.60, Kiss 8.83/	
3. <u>Petőfi gimnázium</u>	8.662 "
/Pállinkás 8.57, Rabonczai 8.66, Turner 8.71/	
4. <u>Hámán szakközépiskola</u>	8.674 "
/Kormos 8.68, Garbera 8.68, Tóth 8.76/	
5. <u>II.Rákóssi gimnázium</u>	8.699 "
/Horváth 8.68, Szebeni 9.01, Lankitz 8.83, László 9.02/	
6. <u>Kállai É.e.ü. szakközépiskola</u>	8.764 "
/Neparáczy 8.58, Marton 8.83, Ujhelyi 8.80/	
7. <u>Szilágyi gimnázium</u>	8.775 "
/Bod 8.80, Kabai 9.17, Csíhváy 9.47, Gergócs 8.55/	
8. <u>ELTE Apáczai gimnázium</u>	8.800 "
/Leiber 9.24, Kadlecsik 8.76, Kápli 8.81, Koconi 8.84/	
9. <u>Szerb A.gimnázium</u>	8.820 "
/Rizmayer 8.98, Obád 8.94, Schetz 8.80, Molnár 9.00/	
10. <u>Építőipari szakközépiskola</u>	8.827 "
/Nagy 8.92, Vigh 8.86, Honti --, Antal 9.20/	
11. <u>Kossuth Zs.szakközépiskola</u>	8.887 "
/Bokros 8.86, Bartha 9.12, Donigold 9.49, Németh 8.84/	
12. <u>Teleki gimnázium</u>	8.895 "
/Kálócsai 8.76, Herczeg 8.97, Kassai 9.07/	
13. <u>Lengyel keresk.szakközépiskola</u>	8.934 "
/Marosvári 9.13, Reicherberg 8.89, Csizmadia 8.90, Varga 8.97/	
14. <u>Szinyei gimnázium</u>	8.492 "
/Hauzer 8.66, Éles 9.37, Nenthy 9.24/	
15. <u>Toldy gimnázium</u>	
/Szabó 9.01, Béres 8.66, Hiesz 9.41, Bártfay 9.23/	8.994 "
16. <u>dr.Pólya e.ü.szakközépiskola</u>	
/Tóth 8.94, Petrov 9.12, Molnár 9.14, Mészáros 9.09/	9.010 "
17. <u>Rudas L.közz.szakközépiskola</u>	
/Myuter 9.15, Branáth 8.68, Balogh 8.80/	9.024 "
18. <u>Táncsics gimnázium</u>	
/Jobbágy 9.40, Hangyál 9.06, Dobó 8.47/	9.050 "
19. <u>Ságvári nyomdaip.szakközépiskola</u>	
/Hegyi 9.13, Hajdú 9.51, Baranyai 8.58, Szpin 8.90/	9.095 "
20. <u>Semmelweiss e.ü.szakközépiskola</u>	
/Komsáti 10.16, Ökner 9.06, Varga 8.78/	9.130 "
21. <u>Than szakközépiskola</u>	
/Imrefi 9.25, Borbély 8.82, Góliás 9.33, Balogh 9.49/	9.146 "
22. <u>Veres P-né gimnázium</u>	
/Bálint 8.99, Vladár 9.10, Kőröshegyi 9.17, Brágye 9.18/	9.175 "
23. <u>Fürost gimnázium</u>	
/Faludi 8.66, Rózsa 9.53, Kovács 9.67, Csorba 9.57/	9.177 "
24. <u>Landler gimnázium</u>	
/Verebes 8.85, Urbán 9.34, Kondor 9.29/	9.199 "
25. <u>Leóvey gimnázium</u>	
/Horváth 9.16, Branovits 9.16, Nagy 9.03/	9.204 "
26. <u>Móricz Zs.gimnázium</u>	
/Rajtó 9.80, Csizmadia 9.68, Illés 8.93/	9.229 "
27. <u>Bólyai textílip. szakközépiskola</u>	
/Horváth 9.20, Szabó 9.24, Lugosi 9.30/	9.473 "
28. <u>Budai N.A.gimnázium</u>	
/Bognár 8.70, Kricsméri 10.97, Mészáros 9.68/	
<u>Szakkunúástánuoló fiúk 60 m síkfutás I. korcsopórt:</u>	
1. <u>24. sz. Szakkunúásk.int.</u>	7.729 átlag
/Méregh 7.60, Hanzi 7.63, Bohoda 7.90/	
2. <u>Bajáki Szakkunúásképző int.</u>	7.770 "
/Tóth 7.69, Csátári 7.82, Sinka 7.70, Szabó 7.98/	
3. <u>29.sz. Szamunúkk. Int.</u>	7.822 "
/Bálint 8.34, Móré 7.75, Békési 7.85, Dzieszky 7.71/	

4. <u>Kölcsy F. Ip. Szak. 8-as MŰM</u>	7.909 átlag
/Metzel 7.40, Pósa 7.55, Keszthelyi 9.10/	
5. <u>31.sz. Arany J. Szakmunkk. Intézet</u>	7.919 "
/Szenics 7.90, Szilma 8.00, Elek 7.98/	
6. <u>36.sz. ITSK</u>	7.935 "
/Tajti 7.74, Kósa 7.86, Piriti 8.07/	
7. <u>26. sz. ITSK</u>	7.998 "
/Gelencsér 7.86, Kiss 8.64, Csonka 7.62, Cseki 8.36/	
8. <u>Bánki D. 9.sz. szk.int.</u>	8.043 "
/Gula 8.26, Bartus 7.89, Hevér 7.83, Csató 8.45/	
9. <u>7. sz. Intézet</u>	8.237 "
/Virág 7.91, Huber 7.66, Tóth 8.65/	
10. <u>34. sz. ITSK</u>	8.810 "
/Dorogi 9.15, Polik 9.46, Molnár 9.04/	

Szakmunkástanuló fiúk 60 m síkfutás II. korcsoport:

1. <u>Bánki D. 9. sz. Szakmunkk. Int.</u>	7.607 átlag
/Patke 7.38, Gáspár 7.60, Nagy 7.56, Répás 7.77/	
2. <u>29.sz. Szakmunkk. Int.</u>	7.782 "
/Batkó 7.64, Papp 7.80, Pánlya 7.76, Éles 8.16/	
3. <u>24. sz. Ipari Szakmunkk. Int.</u>	7.797 "
/Lantos 8.40, Kornéli 7.89, Klement 7.83, Bognár 7.72/	
4. <u>31. sz. Arany J. Szk. Int.</u>	7.927 "
/Juhász 7.84, Kiss 7.90, Szabó 8.14, Szolomayer 8.14/	
5. <u>Bajáki Szakmunkk. Int.</u>	8.030 "
/Mayer 7.96, Kalla 8.21, Juhász 8.21, Urbanovits 8.38/	
6. <u>27.sz. Iparitanuló Intézet</u>	8.118 "
/Balogh 8.79, Leányfalvi 8.17, Szarka 8.28, Kiss 8.89/	
7. <u>36. sz. Szakmunkk. Intézet</u>	8.135 "
/Zoltán 8.04, Györkei 7.82, Zsiros 7.99/	
8. <u>26. sz. ITSK</u>	8.282 "
/Baksi 8.01, Pócsi 8.49, Nagy 8.12, Szabó 8.62/	
9. <u>7. sz. Intézet</u>	8.345 "
/Németh 8.06, Nyul 8.33, Jász 8.97/	
10. <u>34. sz. ITSK</u>	8.527 "
/Óngai 8.60, Fenyvesi 9.71, Dobronyi 8.66, Fritz 8.53/	

Szakmunkástanuló leányok 60 m síkfutás I. korcsoport:

1. <u>Békés G. Élelmszerker. Szk.</u>	9.040 átlag
/Fejes 9.11, Metzger 9.42, Bámfalvi 9.20, Illoczky 8.95/	
2. <u>6. sz. Rózsa F. Szakmunkk. Int.</u>	9.736 "
/Kiss 9.58, Bökn 9.80, Dobsa 9.83/	

Szakmunkástanuló leányok 60 m síkfutás II. korcsoport:

1. <u>6. sz. Szakmunkk. Int.</u>	9.105 átlag
/Widlá 9.02, Bencze 9.04, Schidler 9.12, Galgóczi 9.04/	
2. <u>Szász Ferenc Iparcikk ker.szk.</u>	9.190 "
/Meggyesi 9.00, Zsarnai 8.96, Lengyel 9.69, Gyurcsó 9.68/	

/Szerkesztői megjegyzés: A sokszorosított jegyzőkönyvből irtuk ki az eredményeket, melyben sok hibát lehet találni !/

AZ ELEKTRONIKUS ÉS A KÉZI IDŐMÉRÉS TAPASZTALATAIRÓL

Már régebben is működött különböző típusú célfoto a hazai pályák atlétikai versenyein, de a kornak megfelelő elektronikus időmérő és célfoto csak 1977. május 15-étől kezdett működni a Népstadionban a Vasas által rendezett versenyen.

Innen kezdve 35 versenynapon - kisebb technikai hibáktól eltekintve - igen jól és gyorsan működött a Népstadion technikai dolgozóinak közreműködésével.

Már az első versenyek után meg lehetett állapítani, hogy az időmérők zöme nem mér rosszul a gépi időméréshez viszonyítva. Eleinte kisebb tévedések előfordultak, de a későbbiekben napról-napra javult a kézi időmérés. Ezt a megállapítást közel 40.000 számadat év végi feldolgozásának eredményével lehet alátámasztani.

Az 1977. évben rendezett versenyeken az elektronikus időmérések alkalmával összesen 35 időmérő működött. Az eltéréseknél 18 időmérőt nem lehetett figyelembe venni, mert csak 1-2 alkalommal működtek. További 3 időmérőt azért nem, mert nem volt 100 mérésük, amennyi minimálisan szükséges volt az értékeléshez. Azonban a legtöbbet működő 14 időmérő egyéenkénti méréseinek száma elegendő adatot szolgáltatott működésük elemzéséhez.

A százszázalékos összehasonlítást nehéz megtenni az objektív akadályok miatt /nem pontos órák, tizedes órákkal való mérés, stb./, de az eltérések ismétlődése alapján az előforduló hibákra az alant felsorolt megállapításokat tesszük:

- 1./ A fegyelem hiánya, a nem megfelelő összpontosítás /beszélgetés, más versenyszám nézése, elfoglaltság, helytelen leolvasás, "hallásra" történő bémondás, stb./.
- Tehát nem volt kellő figyelem az indításra, vagy a befutásra. Általában az indításnál történik a nagyobb időkülönbség keletkezése és kisebb arányban a befutásnál.

tásnál. Ezt alátámasztja a félautomata mérési ellenőrzés is, amikor túlnyomórészt 2-8 század eltérés mutatkozott csak.

- 2./ Koruk szerint nézve az időmérőket, nem lehet messzebbmenő következtetéseket levonni. Ugyanis:

- a 70 éven felüli /!/ időmérőknél az átlag eltérés 21-25 század,
- a 60 év körülieknél /56-64 év/ 25-31 század,
- míg a fiatalabb korosztályoknál 18-28 század az átlag.

Bár előfordultak fordított eltérések is, ismételten megállapítható, hogy a legdöntőbb az összpontosítás, továbbá a pszichikai és fizikai adottságok és körülmények. Akit érdekel, a felsorolt adatokat a különböző időpontokban készült feljegyzésekből ellenőrizheti nálunk.

Egyébként igen érdekes, hogy a korcsoportonkénti mérések átlag adatai szinte azonosak:

- az 1972. évi Müncheni Olimpiáról közölt NSZK forrásból származó elemzéssel,
- azonkívül NDK forrásból származó 1976. évben megjelent hasonló vonatkozású elemzéssel.

- 3./ A regisztráló 4126 mérésében a gépi és a kézi időmérés közötti eltérések az alábbiak szerint oszlanak meg:

- 1710 mérésnél 20-29 század között,
- 868 mérésnél 30-39 század között,
- 575 mérésnél minusz és 40 század felett.

Érdekes még, hogy az első befutó mérésénél 19-25 század az átlagos eltérés, míg az utolsó befutónál előfordult 40-60 század /!/ is.

Mielőbbi teendők:

- 1./ Az időmérő képzést haladéktalanul meg kell kezdeni.
- 2./ Az idősebb és tapasztalt időmérők a versenyeken patronálják a fiatalabb időmérőket.
- 3./ Bevezetni a mért idő írásbeli közlését.
- 4./ Gépi időmérés esetén egy időmérő csak egy befutót mérjen.
- 5./ Amikor nincs gépi időmérés a fontosabb versenyeken, elsősorban az elemzés alapján "megbízható" időmérők működjenek.
- 6./ Az időmérőket és a célbírókat nem helyes egymás mellé ültetni. Valamelyik brigád a másik oldalon működjék.
- 7./ Új modern órákat szükséges beszerezni. A meglévő órákat rendszeresen és szakszerűen kell kezelni és karbantartani. Időnként szakszerűen be kell szabályozni.
- 8./ Az órák megóvása céljából az időmérői emelvény fölé műanyagból való levehető tetőt kell készíttetni, melyet eső estén feltehetnek.

Végül: a jó és megbízható időmérési nivó fenntartása céljából 2-3 évenként mindenkinél meg kell ismételni a most alkalmazott módszerű ellenőző értékelést.

Tudnivalók

az "Időmérők működésének értékelése" című táblázat tanulmányozásához.

Több évtizedes együttműködésünk alatt gyakran próbálkoztunk annak objektív alapon való megállapítására, hogy milyen módszerrel lehetne meghatározni, hogy ki a megbízható időmérő. Bármilyen módszert próbáltunk ki, az eredményt nem találtuk reálisnak.

Amikor 1977-ben a Népstadionban működni kezdett az elektronikus időmérő készülék, újra elkezdtük az ilyen irányú próbálkozásainkat. Több módszer kipróbálása után most megtaláltuk azt az objektív módszert, melyet megközelítőleg reálisnak tartunk. A lényegét röviden az alábbiakban ismertetjük.

1./ A módszertan alapelvei

A futószámok rajthelyeinek a mérési helytől való különböző távolsága miatt a mérési teljesítmények sem egyformák, ezért két csoportra osztottuk a mérések értékelését:

- rövid vágtságok /100 m, 200 m, 100 m gát és 110 m gátfutás/,
- hosszabb vágtságok /400 m, 400 m gátfutás/.

Mivel a hosszabb vágtságok rajtja közelebb esik az időmérőkhöz, az időmérési feladat elvégzése valamivel könnyebb. A két feladat alapos elemzése után a hosszabb vágtságoknál eggyel kevesebb pontozható paramétert állapítottunk meg.

A pontozható paraméterek általunk történt megállapítását alátámasztotta:

- a nemzetközi irodalom, amely szerint a rövidebb vágtságokban 24 század, a hosszabbaknál 14 század az átlagos eltérés a kézimérés javára, az elektronikus időméréshez viszonyítva,

- az 1977. évben szerzett tapasztalataink /4126 mérés regisztrálása/ az itthoni méréseknél.

Eltérési paraméterek században:

<u>rövidebb vágtságok</u>	<u>hosszabb vágtságok</u>	<u>vágtságok pontértéke</u>
23 - 24 - 25	14 és 15	8
22 és 23	13 és 16	5
21	12	1

Időmérők működésének értékelése

Az eltérések pontozási paraméterei: a rövid vágatávokon /100 m, 200 m, 100 m gát/: 23-24-25 század = 8 pont, 22 és 26 század = 5 pont, 21 század = 1 pont. A hosszú vágatávokon /400 m, 400 m gát/: 14 és 15 század = 8 pont, 13 és 16 század = 5 pont, 12 század = 1 pont. Viszonyítás az elektromos időmérőhöz.

Vizsgál- tak szá- ma	Mérések száma:		paraméter pontozás:			elért összes pont:	egy mérésre első index /7/3/	index helye- zés:	értékel- hető % /1/3/	érték helye- zés:	Hos- sz m	Hos- sz m
	érté- kelhető	összesen	8x...	5x...	1x...							
1.	43	157	26=208	13=65	4=4	7/4+5+6/	277/157=1.76	5	43/157=27.4	11	12	13
2.	56	217	20=160	27=110	14=14		284/217=1.31	11	56/217=25.8	5	10	10
3.	58	273	24=190	27=135	7=7		334/273=1.22	13	58/273=21.2	7	18	18
4.	90	289	48=384	27=135	15=15		534/289=1.847	3	90/289=31.2	13	26	26
5.	38	139	20=160	9=45	9=9		214/139=1.54	7	38/139=27.3	6	13	13
6.	69	208	28=224	28=140	13=13		377/208=1.81	4	69/208=33.2	2	6	6
7.	50	212	24=192	18=90	8=8		290/212=1.37	9	50/212=23.6	10	19	19
8.	85	348	48=348	23=115	14=14		513/348=1.62	6	85/348=24.4	8	14	14
9.	47	273	27=216	12=60	8=8		284/273=1.04	14	47/273=17.2	10	14	14
10.	44	192	19=152	21=105	4=4		261/192=1.36	10	44/192=22.9	11	21	21
11.	32	131	13=104	10=50	9=9		163/131=1.24	12	32/131=24.4	9	21	11
12.	37	109	16=128	15=75	6=6		209/109=1.92	1	37/109=33.9	12	2	1
13.	48	214	29=232	12=60	7=7		299/214=1.40	8	48/214=22.4	1	20	10
14.	33	109	19=152	9=45	5=5		202/109=1.853	2	33/109=30.3	4	6	4

MEGJEJEGYZÉS: egyenlő pontszám esetén mindig a jobb "értékelhető %" kerül előbbre.
Az értékelésben nem szerepelnek azok, akik leglább 100 mérest nem végeztek.

II./ Az értékelési táblázat egyes rovatáiban lévő mutatók magyarázata

"Egy mérésre eső index". Fajszá-
lyozást jelentő mutató, mert akinek több a
8-as pontszámú mérése, annál magasabb a
kapott index értéke. Tehát precízebb mun-
kát végzett, mint akinek nálánál kisebb
az indexe. A legmagasabb érték az első
helyezés, majd csökkenő értékben követ-
keznek a további helyezések.

"Értékelhető %". Akinek magasabb a
százalékos értéke, az megbízhatóbban mű-
ködött, mint akinek nálánál kisebb a szá-
zalékos értéke. A legmagasabb százalék-
érték az első helyezés, majd csökkenő ér-
tékben következnek a további helyezések.

"Rangsor". A fenti két oszlopban a
helyezési pontok összeadási értéke adja
meg a rangsor helyezését. A legkisebb
pontszámú az első, majd növekvő értékben
következnek a további helyezések.

Sugár István,
Ungur Imre

A Magyar Atlétikai Szövetség igen
jelentősnek tartja a szerzők által közölt
elemzést. Az eddig két Nemzetközi Verseny-
bírói Kongresszuson /Róma, München/, ahol
Nyíró György sporttársával, a Versenybíró
Bizottság vezetőjével vettünk részt, ha-
sonló következtetések, tapasztalatok szü-
lettek. Öröndetes, hogy a vizsgált para-
méterek még objektívebb értékelésre adnak
lehetőséget, mint azt a nemzetközi konfe-
renciákon hallottuk. Jelen esetben sem a
személy szerinti értékelés a döntő, hanem
az ebből levont elvi konzekvencia. Külön
köszönetet kell mondani ezért a szerzőknek.
Egyben a közölt adatok egyértelműen mutatnak
rá, hogy rendkívül szükséges az időmérők
műszeres vizsgálata /reflex tulajdonságok,
stb./, mert ahol nincs elektromos mérés,
ennek igen nagy fontosságot kell tulajdo-
nítani a sportág sajátosságai miatt.

A vizsgálatokat 1978. április 30-ig
a MASZ vezető orvosa irányításával el fog-
juk végezni.

S még egy lényeges dolog: időmérőknél
és célbíróknál alapvető fontosságú, hogy
nem a hír a döntő, hanem a fegyelméletesség,
a feladat fontosságának felismerése, az
abszolút és egyértelmű koncentráció az el-
végzendő feladatra !

A MASZ Versenybíró Bizottsága a ta-
nulmányban közölt feladatok /teendők/ vég-
rehajtására már megtette a szükséges intéz-
kedéseket. A bizottság vezetője nemcsak a
továbbképző előadások keretén belül fordít
kiemelt szerepet a kérdés konzultációjára,
hanem a technikai kérdések megoldásában is
több intézkedést fogantatosított, mely hi-
vatott az objektív bíraskodás végrehajtá-
sára.

Mindszenty János
vezető szakfelügyelő

Az ATLÉTIKA havonta jelenik meg. Szerkesztőség: 1143. Budapest, Dózsa György út 1-3.

Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben, a Posta Központi Hírlap Irodánál (KHI Budapest V, József nádor tér 1. szám.
Postacím: 1900 Budapest) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámára. — Egyes szám ára:
4,50 Ft, Előfizetési ára egy évre: 48,- Ft. Számonként kapható a Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Oszt. 1061 Bp. Népköztársaság útja 6. sz.
ISSN 0571-799X INDEX SZ.: 26.035

ÁRA: 4,50 Ft.