

ATLÉTIKA

OLVASOTEREM



A TARTALOMBÓL :

A 14 - 21 évesek atlétikai teljesítményének
változása néhány versenyszámban

A "Magyar Atlétikáért" díszplakett
kitüntetései

Új-Zélandban jártunk ...

Így edz Mátay Andrea

Fiatalok atlétikájának helyzete az európai
ranglisták tükrében

Középfokú oktatási intézmények országos
bajnokai 1922 - 1977 (folyt.)

A bajnoki pontverseny állása

Atlétabarátok között ...

telitalálat= nagy nyeremény



ATLÉTIKA

XXIII. ÉVF. 5. SZÁM

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

1979. MÁJUS

Szerkesztette: FARKAS PÁL

Kiadja a Sportpropaganda Vállalat. – Felelős kiadó: Szebeni István igazgató. – Készült a Sportpropaganda V. Sokszorosító Üzemében, 1143 Budapest, Dózsa György út 1-3. Műszaki vezető: Tihanyi Sándor. – Az előállítás ideje: 1979. máj. – Terjeszti a Magyar Posta.

A 14-21 évesek atlétikai teljesítményének változása néhány versenyszámban

Az edzők és versenyzők számára egyaránt fontos kérdés, hogy a teljesítmények évenkénti változása megfelelő ütemű-e? Ennek tisztázása lehetőséget nyújt arra, hogy az edzés hatást a versenyteljesítmény viszonyában pontosabban megítélhessük.

I. Kérdésfeltevés

A probléma jobb megvilágosítása érdekében az alábbi kérdésekre kerestünk választ:

- Az atlétika néhány versenyszámban, a 14-21. életévek között, milyen mértékű a teljesítmény változása?
- Milyen mértékű az edzhetőség foka?
- Egyik évről a másikra milyen mértékben változik a teljesítmény?

II. Irodalmi áttekintés

Bakonyi /1/ 40.599 magyar 7-8 éves edzetlen személy bevonásával az atlétika versenyszámaiban nyújtott teljesítmény alapján is vizsgálta a gyorsaság /vágta/, az állóképesség és a ruganyosság fejlődését. Összefoglalta a kérdéscsoport szakirodalmát. Csak az állóképesség terén talált eltérést. A 10-14 éveseket állóképesebbnek találta az idősebbeknél.

E problémával döntően élsportolókat vizsgálva, Fejes /2/, Nádori /8/ és Harsányi /3/ foglalkozott. A vizsgálatok nyomán fény derült arra, hogy a 19-21. életévek között általában stagnálás tapasztalható és nincs követésre méltó eredményprofil.

III. A vizsgált minta jellemzői

A vizsgált mintát az 1974., 1975., 1976. és 1977. évi magyar serdülő, ifjúsági és junior ranglistákon szereplők közül választottuk ki. Azok kerültek vizsgálat alá, akik e négy év során a legjobb 30 fő közé kerülhettek eredményükkel. Ettől akkor kellett eltérni, ha négy év alatt azonos életkorban nem találtunk 30 atlétát. A versenyzők az ország valamennyi részét képviselik. Teljesítményjellemzőiket az 1-11. táblázaton mutatjuk be.

IV. Módszer

Kiszámítottuk természetes egységben és %-ban az eredmények egyik évről a másikra való változást. Ezt összehasonlítottuk Bakonyi /1/ edzetleneknél talált eredményeivel.

Csak olyan versenyszámokat vizsgáltunk, amelyek üzése 14 vagy 15 évtől azonos feltételek mellett történik és edzetlenekkel összehasonlítható adatok is rendelkezésre állnak.

Az eredményátlagokat grafikonon ábrázoltuk.

V. Az eredmények értékelése

100 m-es síkfutás

Férfiaknál az edzetek 14-16 éves kor között rendkívül erősen, 21 éves korig mérsékelten, összesen 0.84 mp-et fejlődnek. Az edzetlenek 16 éves korukban visszaesnek, amit feltehetően a hosszanti növekedés okoz. Ezt a felkészülés során végzett munka az edzeteknél kiegyenlíti. Az edzetlenek teljesítményjavulása 17-18 éves korban igen erőteljes, utána visszaesnek. Összes javulásuk 0.51 mp. A két teljesítménygörbe összevetése azt is jelzi, hogy 18 éves koron túl már csak igen ritka esetben érdemes vágtaedzésbe kezdeni /1. ábra/.

Az edzetek 15-19 éves koruk között átlagban 20.62 %-kal jobb teljesítményre képesek az edzetleneknél. Az átlagtól való eltérés sem túl nagy mértékű /2. ábra és 7. táblázat/. A többi vizsgált versenyszámhoz viszonyítva a vágta teljesítmény a legkevésbé növelhető az edzetlenekhez viszonyítva, itt a korlátokat mind a frekvencia, mind az izomkontrakció-gyorsaság genetikailag igen erősen determinált volta jelentheti.

Az edzett és edzetlen személyek teljesítményátlagainak grafikonja - a 16 éves edzetlenek már említett kivételével - azt is jelzik, hogy a biológiai fejlődés határt szab a teljesítmény alakulásának, hiszen a két görbe 19 éves korig, tartós irányzatát nézve, nem tér el jelentősen egymástól.

Az edzetek 14-21 éves koruk közt évenként átlagban 0.16 mp-et /1.14 %-ot/ javulnak. A legerőteljesebb a 14-15 év közötti 0.32 mp-es javulás. A visszaesés - 19-20 év között - jelentéktelen.

Az edzettlenek 16-17. élet éveik között javulnak a legerőteljesebben /0.44 mp/. Valószínű, hogy az edzettek végzett munkájukkal korábban érnek el képességeikben javulást /az edzettlenek csak 2 évvel később, a biológiai fejlődés során érik el ezt a szintet/. Az edzettlenek 18-19 év között nagymértékű visszaesését /0.43 mp/ az okozza, hogy a biológiai fejlődés befejeződik és azt edzésingerek sem helyettesítik.

Nőknél az edzettek 14-17. élet éveik között - 16 éves korban kismértékű visszaeséssel - fokozatosan, összesen 0.43 mp-et javulnak, majd 21 éves korukig lassú visszaesés tapasztalható. Az edzettlenek 16 éves korukban rendkívüli módon visszaesnek, majd 19 életévükig stagnálnak. Összes visszaesésük: 0.78 mp. A gyakorlati tapasztalat azt is mutatja, hogy a 13-14 éves korban jó vágtaeredményt elérő lányok igen nagy része 16 éves korára jelentősen visszaesik. Ezt a megfelelő /fejlesztő hatású/ felkészülés elmaradásán túl a biológiai érés eredményeként megváltozott neurohormonális szabályozás eredményeként felszaporodó testsúly- és alkati változások /szélesedő csípő stb/ eredményeként megváltozott erőkar-viszonyok okozhatják. Ez azt is jelenti, hogy a lányok vágtaeredménye 17. életévük után csak igen elenyésző értékkel javulhat, azaz eddigre - megfelelő felkészülés mellett - felnőtt élvonalbeli eredményeket várhatunk el /1. ábra/.

Az edzettek a 14-21 életév között az edzettlenekhez viszonyítva átlagban 4.45 mp-cel /26.48 %-kal/ magasabb teljesítményt nyújtanak. Az átlagtól való eltérés nem jelentős /3. ábra és 7. táblázat/.

A többi versenyszámban tapasztalható többszörösen jobb edzhetőség elmaradásának oka azonos lehet a férfiakéval. A különbség 5.86 % a nők javára.

Igen nagy jelentősége van a célszerű felkészülésnek a 15-16. életév között. Feltehető, hogy csak ezzel akadályozható meg az edzettlenekre jellemző nagymértékű visszaesés.

Az edzettek a 14-21. életév között évente átlagban 0.08 mp-et /0.14 %/ javulnak. A legerőteljesebb teljesítménynövekedés /0.26 mp/ 14-15 év között tapasztalható. Az edzettlenek 15 éves koruktól kezdve visszaesnek. Ennek valószínű okait már említettük. Itt a biológiai érés szükségszerűen korábban jelentkezik, mint a férfiaknál /13. táblázat/.

800 m-es síkfutás

Férfiaknál az edzettek 20 éves korukig növelik teljesítményüket, összesen 9.17 mp-cel. A 20-21. életév között mérsékelt visszaesés jelentkezik. Az edzettlenek eredményei 18 éves korig nőnek, majd visszaesés következik. A tartós irányzat szempontjából azonos lefutású görbék azt jelzik, hogy a biológiai fejlődés rendszeres edzőmunkával sem léphető túl a jelentős anaerob követelményeknél /4. ábra/.

Az edzettek 15-19 éves kor között átlagban évenként 1:00.23 perccel /34.44 %/ előzik meg a hasonló korú edzetteket. Az évenkénti átlagostól való eltérések nem haladják meg az elhanyagolható 3 %-ot. A 800-asok a 100 m-es síkfutáshoz viszonyítva 13.82 %-kal jobban edzhetők. Az a közutadatban élő különbségnél jelentősen kevesebb /2. ábra és 8. táblázat/.

Az edzettek 15-19 éves kor között évente átlagosan 2.33 mp-et /1.86 %/ javulnak. A legerősebb javulás /3.65 mp/ 16-17 éves kor között következik be /3.05 %/. Ezt elsősorban az okozhatja, hogy az anaerob erő kifejtések biológiai alapjai eddigre termelődnek meg. Az edzettlenek 14-15 éves korban olyan erőteljesen javulnak, hogy ezt a további 4 év során összesen elért fejlődés alig haladja meg. Ennek oka alapvetően pszichés eredetű lehet, a fizikai teljesítés serdülő korra jellemző nagy megbecsülésében rejlik /14. táblázat/.

Nőknél az edzett atléták 18 éves korukig /legerőteljesebben 14-16 éves korban/ összesen 9.52 mp-et javulnak. Ezt 2 éven át visszaesés, majd mérsékelt teljesítményjavulás követi. A visszaesés időszaka alatt feltehetően a további munkára nem alkalmas személyek abbahagyják a rendszeres sportolást. Az edzettlenek 15 éves korban visszaesnek, majd 17 éves korukig fejlődnek és eljutnak a csúcra. Ezután visszaesés következik be. Az edzettleneknél a 15, az edzettekénél a 21 éves kort kivéve, a kétféle teljesítménygörbe azonos tendenciája arra figyelmeztet, hogy itt is a biológiai fejlődés hatásai közt kell maradnunk. Akik 18 éves korukig nem javulnak fokozatosan, azoknál a teljesítőképesség vagy az adottságok tekintetében pótolhatatlan hiányok mutatkoznak /4. ábra/.

Az edzettek 13-21 év között évente átlagosan 1:28.86 perccel /41.31 %/ nyújtanak jobb teljesítményt az edzettleneknél. Ez a vágtaző nőknél 14.83 %-kal jobb edzéslehetőségi fokot jelez. Ennek értéke is alacsonyabb, mint amit eddig felfogásunkban megszoktunk.

Az évenkénti átlag körüli ingadozás itt is igen alacsony, 4 %-os határon belül mozog /3. ábra és 8. táblázat/.

Az edzettek 14-21 életév között éves átlagban 0.49 mp-et /0.86 %/ javulnak. A 14-17. évek között igen erőteljes a fejlődés, majd a 18-20. évek között visszaesés következik be. Itt is a megfelelő összerterhelés hiányára gondolhatunk /14. táblázat/.

Magasugrás

Edzett férfiak 14-20 éves koruk között /14-18 éves korban nagyon erőteljesen/, összesen 25.13 cm-t fejlődnek, majd a 21. életévükben visszaesnek. Az edzettlenek 14-15. életévükig fokozatosan, összesen 20.15 cm-t fejlődnek. A két teljesítménygörbe vonala egybeesik. Ez azt is jelzi, hogy a teljesítmények növelését nem lehet a biológiai fejlettségi fokokat megelőzve erőltetni /5. ábra/.

A 14-21 éves magasugrók évi átlagos fejlődése az edzést nem végzőkkel szemben: 66.89 cm /53.36 %/. Az átlagtól való eltérés csak a 14-15. években jelentős /3-5 %/. A szisztematikus edzőmunka ekkor teremt lehetőséget a gyorsabb fejlődésre. Ezt az edzettlenek csak 17 éves korukban tudják "behozni". Az évenkénti átlagos fejlesztési lehetőség a vágtazőkkel szemben 32.74, a középtávfutókkal szemben 18.92 %-os. Ez elsősorban a 14-15 éves középtáv-futókkal szemben int nagyobb türelemre edzőt, versenyzőt egyaránt /2. ábra és 9. táblázat/.

Az edzettek 14-21. életéveik között éves átlagban 1.77 %-os javulást érnek el /3.41 cm/. Ez a 14-15. évek között a legerőteljesebb /10.38 cm/. Az edzetlenek a 15.-ről a 16. életévükre javulnak legtöbbet /6.84 cm/. Ez arra utal, hogy ebben az életkorban dől el végleg a versenyszámra való alkalmasság /15. táblázat/.

Edzett n ő k n é l 14-16 éves korig hirtelen javul a teljesítmény. A 17, 19 és 21 éves korban visszaesés, a páros években fejlődés /összesen 8.47 cm/ tapasztalható a 8 év alatt.

Az edzetlenek 14-18 éves korukig folyamatosan /összesen 3.66 cm-t/ javulnak, 19 éves korukban visszaesnek. Az edzettek és edzetlenek teljesítménygörbéi közötti jelentős különbség arra utal, hogy a 16 éven túli magasugrónők felkészítése nem felel meg a fejlesztési lehetőségeknek. Ennek tartalmi okainak megállapítására e vizsgálat adatai nem nyújtanak le-
legtőséget /5. ábra/.

Az edzettek 14-21. életéveik között éves átlagban 54.38 cm-rel /62.68 %/ érnek el jobb eredményeket az edzést nem folytatóknál. Az átlagtól való évenkénti eltérés a 15-16. években erős /3-5 %-os/, a többi években elhanyagolható. Az erős eltéréseket az ebben az időszakban meggyorsult biológiai érés okozhatja az ennek megfelelő edzésmunkával együtt. Ez utóbbi valószínűleg küszöb alatti szinten marad. A magasugrónők edzhetősége 36.20 %-kal magasabb fokú a 100 m-es síkfutókénál, de 21.37 %-kal meghaladja a 800-asokét. E többlet nagyobb része a 15-16 éves korban adódik /3. ábra és 9. táblázat/.

Az edzettek 14-21 éves koruk között éves átlagban 0.81 cm-t fejlődnek /évente 3.09 %/. A legerőteljesebb a 14-15 éves kor közötti javulás: 5.33 cm /3.29 %/. Ezzel szemben az edzetlenek 15-16 éves kor közt javulnak legtöbbet /2.44 cm/.

Távolugrás

F é r f i a k n á l a távolugrók 14-19 éves kor között jelentősen javulnak, majd 19-21 év között visszaesés, illetve stagnálás következik be. Az összes fejlődés 100.94 cm. A 20-21. évek visszaesésének okát a nem megfelelő felkészülésben kell keresnünk. Az edzetle-
nek 14-18 éves kor között folyamatosan, összesen 89.13 cm-t javulnak.

Az edzettek 14-21 éves korukban évente átlagban 213.96 cm-rel /61.44 %/ jobb eredményeket érnek el az edzetleneknél. Az átlagtól való eltérés évente 4-11 % közötti, igen ma-
gas /legnagyobb mértékben a 14-16 évek között jelentkezik/. Ennek valószínűleg az az oka, hogy a testsúly háromszorosának megfelelő erő rendkívül rövid idő /0.12 - 0.16 mp/ alatti kifejtése az ilyen korú edzetlenek részre természetellenes, de lehet, hogy hiányzik az összhang a vágta - és erő kifejtő képesség között /2. ábra és 10. táblázat/. A legjobb ha-
tásfokkal a távolugrók edzhetők a már vizsgált versenyszámok üzőihez viszonyítva. Ezt az alábbiakban mutatjuk be:

	Az edzhetőség foka az edzetlenekéhez viszonyítva	Különbség		
		800 m	magas	távol
100 m	20.62	13.82	33.74	40.82
800 m	34.44	-	28.92	27.00
magasugrás	53.36	-	-	8.08
távolugrás	61.44	-	-	-

A távolugrók ilyen magas fokú edzhetőségének az az oka, hogy a többi versenyszámhoz viszonyítva relatíve a legtermészetesebb követelményt állítja az ember elé a mozgásszerke-
zetet és képességeket tekintve egyaránt.

A távolugrók - egyik évről a másikra - a vizsgált évek alatt átlagban 15.13 cm-t /2.20 %/ javulnak. Az évenkénti eltérés a 14-15 évek között a legerőteljesebb /7.99 %/, amely az átlagosnak közel négyszerese. Ennek oka a relatív erő magas értékében kereshető, amely a későbbi években az erőteljes testsúlygyarapodás miatt kisebb mértékűvé válik /16. táblázat/.

N ő k n é l az edzettek 15 éves korukban rohamosan, a következő évtől 18 éves korukig lassúbb ütemben fejlődnek, majd 19 éves korukban visszaesnek, melyet teljesítményjavulás és 21 éves korukban újabb visszaesés követ. Az összes fejlődés 48.50 cm. Az edzetlenek 18 éves korukig összesen 22.58 cm-t javulnak, majd 19 éves korukban visszaesnek. A két egybeeső görbe azt jelzi, hogy a 18 éves nőknek fel kell venniük a versenyt a felnőtt élvonalbeli-
ekkel /1. ábra/.

A távolugrók az edzetlenekhez viszonyítva, 14-19 éves koruk közt átlagban 229.51 cm-rel /71.13 %/ jobb teljesítményre képesek. Az átlagostól 16 éves korban lép fel a legerő-
teljesebb eltérés /3. ábra és 10. táblázat/.

Legeredményesebben távolugrásban juthatunk előbbre az edzetlenekkel szemben. Ezt a többi versenyszám viszonylatában az alábbiakban mutatjuk be:

	Az edzhetőség foka az edzetlenekéhez viszonyítva	800 m	súly	magas	távol
100 m	26.48	14.83	22.58	36.20	44.65
800 m	41.31	-	6.75	21.37	29.82
súlylökés	48.06	-	-	6.75	23.07
magasugrás	62.68	-	-	-	8.45
távolugrás	71.13	-	-	-	-

A távolugrónők 14-21 év között az egyik évről a másikra átlagban 5.23 cm-t /0.94 %/ javulnak. Igen erőteljes, 4.22 %-os a teljesítménynövekedés a 14-15. évek között. Ennek oka

az lehet, mint a férfiaknál, azzal a különbséggel, hogy a nőknél a testsúly gyarapodása korábban következik be /16. táblázat/.

Súlylökés

N ő k n é l az edzetten 15-17 éves korban - az eddig vizsgált versenyszámokhoz viszonyítva is - érik el a legnagyobb mértékű eredményjavulást. A javulás 18 éves korban mérseklődik, majd 19 éves korban ismét ugrásszerű. A fejlődés a 20-21. évben lelassul /összesen 1.75 m-rel/.

Meg kell azonban jegyezni, hogy - feltehetően a nem megfelelő testmagasság és testsúly miatt - a nemzetközi ifjúsági szinvonaltól itt a legnagyobb az elmaradás.

Az edzettlenek 15-17 éves korban alig, 18 évesen pedig rendkívül sokat fejlődnek. A két görbét összevetve /7. ábra/ arra következtethetünk, hogy 15-17 éves korban az edzetteneknél a mozgástechnikai képzés javítja igen erősen a teljesítményt.

Az edzettenek 15-18 éves korukban évenként átlagban 5.63 m-rel /48.06 %/ jobb teljesítményt képesek nyújtani az edzettleneknél. Az átlagtól való eltérés 17 éves korban a legmagasabb. A súlylökőkön jobban edzhetők a 100 és 800 m-es síkfutóknál és gyengébben a magas és távolugróknál.

Az edzettenek az egyik évről a másikra átlagosan 0.28 m-t /2.49 %/ javulnak. A legerőteljesebb javulás 0.75 m-rel 16-17 éves kor között következik be /6.55 %/. Az edzettlenek 14-15 éves korban 0.81 m-t /15.94 %/ javulnak. Ez az edzettenekkel - a szersúly eltérése miatt - nem hasonlítható össze. Korábban is ilyen oka volt az összehasonlítás esetenkénti elmaradásának /17. táblázat/.

Gerelyhajítás

A gerelyhajítók teljesítményeit adatok hiányában nem tudtuk összehasonlítani.

F é r f i a k n á l 15-20 év között állandó, kezdetben erős, majd csökkenő, 21 éves korban ismét jelentősebb, összesen 14.87 cm-es teljesítményjavulást találunk. Ezt kezdetben a képességek erőteljes fejlődése, később a sajátos mozgáskészség finom alkalmazása indokolja /8. ábra/.

Egyik évről a másikra 15-21 éves korban évente átlagban 2.41 cm /4.26 %/ a fejlődés. A legerőteljesebb fejlődés /9.70 %/ 15-16 éves kor között tapasztalható /12. táblázat/.

N ő k n é l 14-18 éves kor között folyamatos /összesen 10.67 m/ a fejlődés, amit 2 éven át visszaesés, majd mérsékelt fejlődés követ.

Az évenkénti javulás 14-21 éves kor között átlagosan évi 1.52 m /2.96 %/. A legnagyobb fokú javulás 14-15 éves kor között tapasztalható /10.55 %/. A 18-20 év közötti visszaesés valószínűleg a munka intenzitásának stagnálása váltja ki.

VI. Összefoglalás

Az atlétikai teljesítmények a 14 éves kortól mind az edzett, mind az edzettlen személyeknél kezdetben rohamosan, majd 21 éves korig lassú ütemben /18-20 éves kor között a legtöbb vizsgált versenyszámban visszaeséssel/ fejlődnek. A visszaesés okait versenyszámonként és egyénenként célszerű vizsgálni. Az edzettlenek 16-18 év közötti, edzetteneknél erőteljesebb javulása arra figyelmeztet, hogy a biológiai fejlődés adta lehetőségeket nem mindig használjuk ki.

Az edzett és edzettlen személyek átlagai között férfiak vonatkozásában 42.46 %-kal, nőknél 49.93 %-kal magasabb teljesítmények várhatók az edzettenek javára. Ez jelzi az edzhetőség fokát.

A teljesítmények a vizsgált versenyszámok átlagában egyik évről a másikra, edzett férfiaknál a 14.-től a 20. évig fokozatosan csökkennek, majd a 21. évben növekednek. Az edzettleneknél ezt a tendenciát a 16-17. év között erőteljes javulás szakítja meg, ami arra int, hogy a munka növelésére ebben az életkorban kiaknáztatlan tartalékokkal rendelkezünk /9. ábra/. A nőknél ugyanez a tendencia úgy jelentkezik, hogy az edzettenek 16-17 éves kor között javultak, a 18-20. évek között visszaesnek, majd a 20-21. év között ismét kis mértékben javulnak. Az edzettlenek javulása 17-18 év között erőteljesebb az edzetteneknél. Itt ismét tartalékokkal rendelkezünk, amit nem használtunk ki az utóbbi években.

A versenyszámonkénti átlagok edzett és edzettlen személyek vonatkozásában az edzés hatás vizsgálatánál összehasonlítási alapot jelenthet az utánpótlás felkészítésében.

Az edzhetőség foka, eddigi ismeretinktől eltérően, nem az állóképességi, hanem a gyorsasági versenyszámokban a legmagasabb.

Irodalom:

1. Bakonyi F.: A gyorsaság, az állóképesség, a rugalmasság fejlődése 7-18 éves iskolai tanulókban. /A testnevelés tanítása, 1973. 4.sz. 102-11.p./
2. Fejes Z.: Élvtanulmányok versenyzők felkészítése a nagy világversenyekre. Módszertani tájékoztató. MTS OT Bp. 1969. 64.p.
3. Harsányi L.: Magasugróknak teljesítményének fejlődése. /Atlétika, 1976. 10.sz. 6-12 p./
4. A Magyar Atlétikai Szövetség évkönyve. 1974. 140 p.
5. A Magyar Atlétikai Szövetség 1975. évi évkönyve és 1976. évi évkönyve. Bp. 1976. 187.p.
6. A Magyar Atlétikai Szövetség 1977. évi évkönyve és 1976. évi évkönyve. Bp. 1977. 186.p.

7. A Magyar Atlétikai Szövetség 1978. évi kézikönyve és 1977. évi évkönyve.
Bp. 1978. 179. p.
8. Nádori L.: Életkor és teljesítmény. /TF Közleményei, 1966. 131-132.p./

1. táblázat

A vizsgált minta általános jellemzői a 100 m-es síkfutóknál

	Életkor /év/							
	14	15	16	17	18	19	20	21
Férfiak								
A vizsgált személyek száma	29	15	30	24	30	30	30	30
Legjobb eredmény /mp/	11.2	11.1	10.8	10.3	10.5	10.3	10.2	10.5
Legrosszabb eredmény /mp/	11.9	11.4	11.4	11.1	11.1	11.1	11.1	11.1
Átlag	11.67	11.35	11.15	10.96	10.91	10.83	10.87	10.83
Nők								
A vizsgált személyek száma	30	30	30	30	30	30	30	30
Legjobb eredmény /mp/	12.5	12.2	11.8	11.8	11.7	11.4	11.6	11.5
Legrosszabb eredmény	12.9	12.6	12.6	12.5	12.6	13.2	12.8	12.8
Átlag	12.71	12.45	12.40	12.28	12.28	12.31	12.38	12.39

A vizsgált minta általános jellemzői a 100 m-es férfi síkfutóknál

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		29	15	30	24	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	11.2	11.1	10.8	10.3	10.5	10.3	10.2	10.5
	Legrosszabb	11.9	11.4	11.4	11.1	11.1	11.1	11.1	11.1
	Átlag	11.67	11.35	11.15	10.96	10.91	10.83	10.87	10.83

A vizsgált minta általános jellemzői a 100 m-es női síkfutóknál

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		30	30	30	30	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	12.5	12.2	11.8	11.8	11.7	11.4	11.6	11.5
	Legrosszabb	12.9	12.6	12.6	12.5	12.6	13.2	12.8	12.8
	Átlag	12.71	12.45	12.40	12.28	12.28	12.31	12.38	12.39

2. táblázat

A vizsgált minta általános jellemzői a férfi 800 m-es síkfutásban

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		-	17	30	27	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	-	1:58.1	1:53.7	1:53.2	1:50.0	1:49.1	1:41.3	1:48.6
	Legrosszabb	-	2:06.1	2:01.9	1:58.0	1:57.1	1:55.4	1:55.7	1:56.8
	Átlag	-	2:02.15	1:59.56	1:55.91	1:55.02	1:53.26	1:52.98	1:53.85

A vizsgált minta általános jellemzői a női 800 m-es síkfutásban

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		13	25	30	30	30	30	30	27
Tel- je- sit- mény	Legjobb	2:20.3	2:13.9	2:12.3	2:11.5	2:09.6	2:05.4	2:05.5	2:02.5
	Legrosszabb	2:26.3	2:24.2	2:21.5	2:19.6	2:18.6	2:22.6	2:24.7	2:31.9
	Átlag	2:23.74	2:19.95	2:17.29	2:15.08	2:14.22	2:16.03	2:16.33	2:15.21

3. táblázat

A vizsgált minta általános jellemzői a férfi magasugróknál

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		30	28	30	30	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	183	200	200	205	210	213	217	210
	Legrosszabb	173	185	188	193	196	196	196	191
	Átlag	176.90	187.28	191.93	196.66	200.53	202.03	202.23	200.80

A vizsgált minta általános jellemzői a női magasugróknál

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		30	30	30	30	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	171	175	180	180	178	180	186	187
	Legrosszabb	157	161	165	163	163	160	158	155
	Átlag	161.63	166.96	169.30	168.16	168.86	167.83	170.10	166.56

4. táblázat

A vizsgált minta általános jellemzői a férfi távolugróknál

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		30	13	30	30	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	641	692	709	722	728	781	797	738
	Legrosszabb	584	629	648	663	678	676	674	669
	Átlag	600.36	648.38	666.46	683.00	696.33	701.30	697.40	698.00

A vizsgált minta általános jellemzői a női távolugróknál

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		30	30	30	30	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	568	580	589	616	616	659	666	666
	Legrosszabb	505	531	547	550	547	528	527	512
	Átlag	529.60	552.00	563.23	565.93	568.10	563.40	568.03	566.23

5. táblázat

A vizsgált minta általános jellemzői a női súlyököknél

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		-	30	30	30	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	-	12.64	13.18	14.29	14.94	14.74	15.32	17.00
	Legrosszabb	-	10.30	10.75	11.23	11.29	11.36	11.44	11.27
	Átlag	-	10.94	11.44	12.19	12.27	12.73	12.69	12.67

6. táblázat

A vizsgált minta általános jellemzői a férfi gerelyhajítóknál

Megnevezés		É l e t k o r						
		15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		23	30	29	30	30	30	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	55.72	77.08	67.30	70.26	71.00	73.32	82.02
	Legrosszabb	48.16	52.00	54.28	56.84	58.16	57.98	57.78
	Átlag	51.34	56.32	59.20	61.65	62.37	62.90	65.81

A vizsgált minta általános jellemzői a női gerelyhajítókánál

Megnevezés		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
A vizsgált személyek száma		30	27	30	30	30	30	25	30
Tel- je- sit- mény	Legjobb	39.40	42.34	49.30	50.60	55.54	58.88	56.50	57.68
	Legrosszabb	28.48	34.62	38.34	39.12	39.08	37.08	32.12	35.02
	Átlag	33.84	37.41	29.44	43.07	44.51	43.03	41.62	43.81

7. táblázat

Edzett és edzettlen 100 m-es síkfutók teljesítményátlagai közötti különbségek

		É l e t k o r /év/							
		14	15	16	17	18	19	20	21
Férfiak									
Edzettlenek /Bakonyi, 1973/		-	14.08	14.17	13.73	13.57	14.00	-	-
Edzettek		11.67	11.35	11.15	10.96	10.91	10.83	10.87	10.83
Különbség	mp	-	2.73	3.02	2.77	2.66	3.17	-	-
	%	-	19.38	21.31	20.17	19.60	22.64	-	-
Nők									
Edzettlenek /Bakonyi, 1973/		-	16.21	16.90	16.99	16.91	16.98	-	-
Edzettek		12.71	12.45	12.40	12.88	12.28	12.31	12.38	12.39
Különbség	mp.	-	3.76	4.50	4.71	4.63	4.67	-	-
	%	-	23.19	26.62	27.72	27.38	27.50	-	-

8. táblázat

Edzett és edzettlen 800 m-es síkfutók teljesítményátlagai közötti különbségek

		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
Férfiak									
Edzettlenek /Bakonyi/		-	3:03.30	3:01.68	2:58.14	2:54.24	2:56.34	-	-
Edzettek		-	2:02.15	1:59.56	1:55.91	1:55.02	1:53.26	1:52.98	1:53.85
Különbség	mp.	-	1:01.15	1:02.12	1:02.23	0:59.22	1:03.08	-	-
	%	-	33.36	34.19	34.93	33.98	35.77	-	-
Nők									
Edzettlenek		3:53.04	3:57.30	3:54.30	3:51.96	3:54.36	3:57.24	-	-
Edzettek		2:23.74	2:19.95	2:17.29	2:15.08	2:14.22	2:16.03	2:16.33	2:15.21
Különbség	mp.	1:29.30	1:37.35	1:37.01	1:37.88	1:40.14	1:41.21	-	-
	%	38.31	41.02	41.40	41.76	42.73	42.66	-	-

9. táblázat

Edzett és edzettlen magasugrók teljesítményátlagai közötti különbségek évente

		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
Férfiak									
Edzettlenek		113.40	118.68	125.52	129.53	133.31	133.55	-	-
Edzettek		176.90	187.28	191.93	196.66	200.53	202.03	202.23	200.80
Különbség	cm	63.50	68.60	66.41	67.13	67.22	68.48	-	-
	%	55.99	57.80	52.90	51.82	50.42	51.27	-	-
Nők									
Edzettlenek		100.09	100.45	102.89	104.42	104.75	103.83	-	-
Edzettek		161.63	166.96	169.30	168.16	168.86	167.83	170.10	166.56
Különbség	cm	61.54	66.51	66.41	63.74	64.11	64.00	-	-
	%	61.48	66.21	64.54	61.04	61.20	61.63	-	-

10. táblázat

A távolugrók teljesítményátlagai életévenként edzettleneknél és edzetteknel

		É l e t k o r							
		14	15	16	17	18	19	20	21
Férfiak									
Edzettlenek		359.54	382.70	410.95	436.94	448.67	442.22	-	-
Edzettek		600.36	648.38	666.46	683.00	696.33	701.30	697.40	698.00
Különbség	cm.	240.82	265.68	255.51	246.06	247.66	259.08	-	-
	%	66.98	69.42	62.17	56.31	55.19	58.58	-	-
Nők									
Edzettlenek		309.86	313.21	321.31	329.84	332.44	328.48	-	-
Edzettek		539.60	552.00	563.23	565.93	568.10	563.40	568.03	566.23
Különbség	cm	219.74	208.79	241.92	236.09	235.66	234.92	-	-
	%	70.91	66.66	75.29	71.57	70.88	71.51	-	-

11. táblázat

Női súlylökők teljesítményátlagai életévenként edzettleneknél és edzetteknel

		É l e t k o r							
		-	15	16	17	18	19	20	21
Edzettlenek		-	5.89	5.85	5.95	6.62	-	-	-
Edzettek		-	10.94	11.44	12.19	12.27	12.73	12.69	12.67
Különbség	m.	-	5.05	5.59	6.24	5.65	-	-	-
	%	-	46.16	48.86	51.19	46.04	-	-	-

12. táblázat

Gerelyhajítók átlagteljesítménye közötti különbségek egyik évről a másikra

		É l e t k o r						
		14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21
Férfiak								
Edzettek	cm	-	498	288	245	72	53	291
	%	-	9.70	5.11	4.13	1.16	0.85	4.62
Nők								
Edzettek	cm.	357	203	363	144	-148	-141	219
	%	10.55	5.42	9.20	1.74	-1.16	-3.27	5.26



40. 8:18.7		
50. 8:22.3	Markó Gábor	60 HUN
	K.Szabó Gábor	62 HUN
	/legjobb 1962-es/	
8:20.6	legjobb 1961-es	
<u>5000 m</u>		
1. 13:42.2	Künze Hans-Jörg	59 DDR
2. 13:54.0	Schildhauer Werner	59 DDR
3. 13:54.2	Morton Michael	59 GBR
10. 14:05.8		
20. 14:15.8		
30. 14:21.7		
34. 14:23.1	Fekete Tibor	59 HUN
40. 14:26.0		
50. 14:33.7		
	14:04.0 legjobb 1960-as	
	14:24.2 legjobb 1961-es	
	14:40.5 K.Szabó Gábor a legjobb 1962-es	

10 km gyaloglás

1. 42:11.6	Meisch Dietmar	59 DDR
2. 42:21.9	Müller Stefan	59 DDR
3. 42:29.9	Weigel Ronald	59 DDR
10. 43:47.0		
20. 44:38.4		
30. 45:02.0		
	43:00.0 legjobb 1960-as	
	43:17.4 legjobb 1961-es	
	46:45.8 legjobb magyar eredmény	

110 m gát

1. 13.77	Prokofjev Andrej	59 SOV
2. 14.12	Habanov Georgij	60 SOV
3. 14.13	Pannicke Axel	59 DDR
5. 14.27	Bodó Béla	59 HUN
10. 14.2		
20. 14.59		
30. 14.71		
40. 14.6		
44. 14.87	Krasznai Antal	59 HUN
50. 14.7		
	14.62 legjobb 1961-es	

400 m gát

1. 50.01	Kopitar Rok	59 YUG
2. 50.83	Gullstrand Christer	59 SWI
3. 51.2	Pont Hugo	59
10. 52.06		
20. 52.5		
30. 53.06		
33. 53.0	Takács István	59 HUN
40. 53.23		
50. 53.44		
	51.52 legjobb 1960-as	
	53.0 legjobb 1961-es	

2000 m akadály

1. 5:31.1	Melzer Hagen	59 DDR
2. 5:32.6	Raitz Colin	60 GBR
3. 5:34.5	Langler Michael	60 GER
10. 5:41.2		
20. 5:45.5		
21. 5:46.1	Markó Gábor	60 HUN
23. 5:46.6	Ádám István	59 HUN
30. 5:47.6		
40. 5:49.0		
50. 5:50.5	Fekete Tibor	59 HUN
	5:41.2 legjobb 1961-es	

Magasugrás

1. 2.34	Jascsenko Vlagyimir	59 SOV
2. 2.23	Mögenburg Dietmar	61 GER
3. 2.21	Cerri Roberto	61 ITA
10. 2.16		
20. 2.14		
30. 2.12		
40. 2.11		
50. 2.10		
	2.16 legjobb 1960-as	

Távolugrás

1. 8.05	Corgos Antonio	60 ESP
2. 7.76	Laouski Andris	59 SOV
3. 7.73	Spiegelhoff Matthias	61 GER
10. 7.65		
20. 7.49		
30. 7.41		
32. 7.40	Sári Kálmán	60 HUN
40. 7.37		
50. 7.35		
	7.36 legjobb 1962-es	

Hármasugrás

1. 16.30	Aethinos Ioannis	59 GRE
2. 16.26	Geraszimenja Viktor	60 SOV
	Roganyin Alekszej	59 SOV
10. 16.00		
20. 15.59		
21. 15.58	Matkó György	59 HUN
27. 15.36	Sári Kálmán	60 HUN
30. 15.30		
40. 15.11		
50. 15.00		
	15.57 legjobb 1961-es	

Rúdugrás

1. 5.36	Kulibaba Szergej	59 SOV
2. 5.35	Volkov Konsztantyin	60 SOV
3. 5.30	Szpaszov Viktor	59 SOV
10. 5.20		
20. 5.00		
30. 4.90		
39. 4.87	Salbert Ferenc	60 HUN
40. 4.86		
50. 4.70		
	5.12 legjobb 1961-es	
	4.90 legjobb 1962-es	

Súlylökés

1. 18.08	Mortag Detlef	59 DDR
2. 17.94	Gavriuskin Szergej	59 SOV
3. 17.66	Hartmann Werner	59 GER
10. 16.72		
20. 16.32		
30. 16.04		
40. 15.77		
50. 15.43		
	17.46 legjobb 1960-as	
	16.57 legjobb 1961-es	
	16.24 legjobb 1962-es	
	15.29 legjobb magyar eredmény	

Diszkoszvetés

1. 63.64	Hartmann Werner	59 GER
2. 59.96	Zincsenko Vlagyimir	59 SOV
3. 56.20	Fischer Bernhard	59 GER
10. 54.08		
15. 52.50	Németh László	60 HUN
20. 51.72		
30. 50.50		
40. 49.56		
50. 48.16		
	55.24 legjobb 1960-as	
	52.04 legjobb 1961-es	

Gerelyhajítás

1. 85.70	Härkönnen Arto	59 FIN
2. 82.24	Oszipov Alekszandr	59 SOV
3. 80.40	Koula Dajnisz	59 SOV
9. 75.32	Szkubenics György	59 HUN
10. 75.00		
13. 74.60	Egei Sándor	60 HUN
18. 73.32	Kovács László	59 HUN
20. 73.06		
30. 71.48		
32. 71.00	Herédi István	59 HUN
40. 69.82		
50. 68.66		
	77.42 legjobb 1960-as	

73.54 legjobb 1961-es
72.76 legjobb 1962-es

Kalapácsvetés

1.	78.14	Steuk Roland	59	DDR
2.	71.60	Nyikulin Igor	60	SOV
3.	69.80	Stopat Tobias	59	DDR
10.	64.44			
20.	61.64			
30.	60.12			
37.	59.32	Nikolausz Csaba	59	HUN
40.	58.82			
50.	57.82			
	67.66	legjobb 1961-es		
	63.12	legjobb 1962-es		

Tízpróba

1.	7540	Wentz Siegrfried	60	GER
2.	7493	Grummt Stefen	59	DDR
3.	7312	Freimuth Uwe	61	DDR
10.	7141			
20.	6949			
30.	6851			
33.	6840	Kovács József	59	HUN
40.	6642			
50.	6512			

L e á n y o k:

100 m

1.	11.53	Rabe Birgit	60	DDR
2.	11.62	Bocsina Natalia	62	SOV
3.	11.62	Naigre Raymonda	60	FRA
10.	11.73			
20.	11.6			
30.	11.7			
40.	11.8			
50.	12.06			
	11.4	legjobb 1961-es		
	11.5	legjobb 1962-es		
	11.9	legjobb magyar eredmény		

200 m

1.	22.99	Smallwood Kathryn	60	GBR
2.	23.42	Bunn Deborah	62	GBR
3.	23.57	Stalmach Jolanta	60	POL
10.	23.7			
20.	24.23			
30.	24.41			
40.	24.52			
43.	24.56	Petróczi Ágnes	62	HUN
50.	24.63			
	23.70	legjobb 1961-es		
	24.05	legjobb 1964-es /!!!!/		

400 m

1.	52.98	Williams Karen	60	GBR
2.	53.54	Ivanova Marina	62	SOV
3.	53.59	MacGregor Janine	60	GBR
10.	53.8			
20.	54.6			
24.	54.82	Palanek Éva /legjobb 1963-as/	63	HUN
30.	55.09			
40.	55.38			
50.	55.85			
	54.15	legjobb 1961-es		

800 m

1.	2:02.6	Klinger Margit	60	GER
2.	2:03.6	Agletyina Ravilja	60	SOV
3.	2:04.8	Szydłowsky Ewa	60	POL
10.	2:06.2			
20.	2:07.5			
30.	2:08.0			
40.	2:08.6			
50.	2:09.1			
	2:05.0	legjobb 1961-es		
	2:05.6	legjobb 1962-es		
	2:05.8	legjobb 1963-as		
	2:10.2	legjobb magyar eredmény		

1500 m

1.	4:06.0	Friedmann Birgit	60	GER
2.	4:14.0	Renties Veronique	60	GER
3.	4:14.6	Smeeth Ruth	60	GBR
10.	4:17.0			
20.	4:23.0			
24.	4:24.7	Schusztar Mária	60	HUN
30.	4:25.1			
40.	4:27.6			
50.	4:28.6			
	4:15.6	legjobb 1962-es		
	4:16.4	legjobb 1961-es		
	4:20.9	legjobb 1963-as		

100 m gát

1.	13.41	Oker Edit	61	GER
2.	13.55	Oja Silva	61	SOV
3.	13.61	Lis Elzbieta	60	POL
10.	13.84			
20.	14.12			
30.	14.0			
40.	14.1			
41.	14.35	Biró Ilona	62	HUN
44.	14.37	Vanyek Zsuzsa	60	HUN
50.	14.43			
	13.89	legjobb 1962-es		
	14.23	legjobb 1963-as		

Magasugrás

1.	1.89	Kielan Urszula	60	POL
	1.89	Szerkova Mariana	61	SOV
3.	1.86	Sulek Cornelia	60	GER
10.	1.84			
20.	1.82			
30.	1.80	Csörsz Magdolna	60	HUN
40.	1.80			
50.	1.78	Sterk Katalin	61	HUN
	1.84	legjobb 1962-es		
	1.84	legjobb 1963-as		

Távolugrás

1.	6.50	Krüger Tamara	61	DDR
2.	6.41	Oker Edit	61	GER
	6.41	Beiersdorf Asrid	61	GER
10.	6.30			
20.	6.19			
30.	6.13	Szabó Éva	60	HUN
40.	6.08			
50.	6.04			
	6.35	legjobb 1962-es		
	6.06	legjobb 1963-as		

Súlylökés

1.	19.22	Michel Simone	60	DDR
2.	17.52	Schimmel Birgit	60	DDR
3.	17.10	Opitz Martina	60	DDR
10.	15.64			
20.	14.60			
30.	14.14			
40.	13.75			
45.	13.66	Szabó Katalin	62	HUN
50.	13.55			
	16.93	legjobb 1961-es		
	15.44	legjobb 1962-es		
	13.93	legjobb 1963-as		

Diszkoszvetés

1.	57.82	Opitz Martina	60	DDR
2.	56.52	Kugajevszki Olga	60	SOV
3.	56.78	Michel Simone	60	DDR
10.	52.06			
16.	50.82	Kripli Márta	60	HUN
20.	49.76			
29.	48.70	Szűcs Éva	61	HUN
30.	48.68			
40.	46.86			
50.	45.22			
	53.22	legjobb 1961-es		
	51.74	legjobb 1962-es		
	48.40	legjobb 1963-as		

Gerelyhajítás

1. 61.66	Repser Heidi	60 GER
2. 56.96	Adametz Heide	62 GER
3. 56.44	Bakunova Natalja	61 SOV
10. 53.18		
20. 50.80		
28. 49.34	Kispál Mariann	60 HUN
30. 49.26		
40. 48.10		
50. 47.36		
49.66	legjobb 1963-as	

Ötpróba

1. 4366	Everts Sabine	61 GER
2. 4343	Oja Silva	61 SOV
3. 4336	Sulek Cornelia	60 GER
10. 4122		
20. 4001	Vanyek Zsuzsa	60 HUN
24. 3970	Zarnóczai Klára	60 HUN
30. 3907		
40. 3786		
48. 3730	Tarapcsák Judit	62 HUN
50. 3722	Gyovai Gertrud	62 HUN
3966	legjobb 1962-es	

Sebő Attila
MASZ szakfelügyelője

Középfokú oktatási intézmények országos atlétikai bajnokai 1922 - 1977.

/folytatás/

1500 m síkfutás:

1922.	Wynnalek Ottó	Bpesti Egyetemi kir.kat.gimnázium	4:31.4	perc
1923.	Leimetter László	Budapest Szent László gimnázium	4:32.5	perc
1924.	Domgitz Gyula	Budapest Fáy András reálgimnázium	4:29.4	perc
1925.	Villányi Károly	Budapest Márvány u felsőker.	4:35.2	perc
1926.	Piros István	Szolnoki felsőkereskedelmi	4:31.2	perc
1942.	Vaskó	Sárospataki ref.tanítóképző	4:19.4	perc
1943.	Tullner Mátyás	Győri tanítóképző	4:19.4	perc
1947.	Szemző Mátyás	Gyulai rk.gimnázium	4:22.8	perc
1948.	Béres Ernő	Ujpesti Könyves K.gimnázium	4:09.4	perc
1949.	Tóth Gyula	Pécsi Nagy Lajos gimnázium	4:17.6	perc
1952.	Beleznai János	Szegedi építőipari technikum	4:13.4	perc
1953.	Főző István	Soproni Széchenyi gimnázium	4:07.8	perc
1954.	Pál László	Budapesti 3.sz. gépip.technikum	4:14.6	perc
1955.	Kovács Lajos	Székesfehérvári József A.gimnázium	4:04.2	perc
1956.	Szekeres Béla	Soproni gépipari technikum	4:14.6	perc
1957.	Simon Attila	Budapesti Fáy A. gimnázium	3:59.7	perc
1958.	Szentiványi Gergely	Budapesti Petőfi S.gimnázium	4:11.8	perc
1959.	Farkas János	Budapesti II.Rákóczi F.gimnázium	4:08.3	perc
1960.	Ligetkúti Ákos	Budapesti villamosenergia ip.techn.	4:22.4	perc
1961.	Logetkúti Ákos	Budapesti villamosenergia ip.techn.	4:10.7	perc
1962.	Stoll Lóránt	Miskolci Földes F.gimnázium	4:11.7	perc
1963.	Bokrosi József	Veszprémi Lovassy gimnázium	4:19.1	perc
1964.	Török János	Budapesti Szinyei Merse gimnázium	4:09.4	perc
1968.	Sári Elek	Debreceni Zóth A.gimnázium	4:03.0	perc
1969.	Sári Elek	Debreceni Tóth Á.gimnázium	3:56.8	perc
1970.	Hegedűs Sándor	Győri építőipari technikum	4:05.6	perc
1971.	Hluchányi András	Győri Czuczor G.gimnázium	4:02.5	perc
1972.	Golács Miklós	Budapesti 30.sz. szakmunkásképző	3:58.7	perc
1973.	Deák Nagy Imre	Szegedi gépipari technikum	3:55.2	perc
1974.	Deák Nagy Imre	Szegedi gépipari technikum	3:56.7	perc
1975.	Vér László	Szegedi gépipari technikum	3:56.8	perc
1976.	Zöld László	Keszthelyi mezőgazd.szakközépiskola	3:59.2	perc
1977.	Pekete Tibor	Ceglédi Kossuth gimnázium	3:57.2	perc

3000 m síkfutás:

1966.	Varga Sándor	Pécsi vegyipari technikum	8:47.8	perc
1968.	Bátori Gábor	Budapesti Kölcsey F.gimnázium	8:56.2	perc
1969.	Kormos László	Budaörsi gimnázium	8:46.6	perc
1970.	Kocsis László	Bajai 609.sz.szakmunkásképző	8:40.6	perc
1971.	Mester János	Debreceni mezőgazd.technikum	8:41.8	perc
1972.	Golács Miklós	Budapesti 30.sz.szakmunkásképző	8:38.0	perc
1973.	Horváth Béla	Győri Pattantyus szakközépiskola	8:28.6	perc
1974.	Ruzicska Gyula	Budapesti erőszakú szakközépiskola	8:39.2	perc
1975.	Vér László	Szegedi Déry gépip. szakközépiskola	8:37.4	perc
1976.	Czuczor László	Budapesti közlekedési szakközépiskola	8:45.4	perc
1977.	Pekete Tibor	Ceglédi Kossuth gimnázium	8:31.8	perc

110 m gátfutás:

/1922-től 1943-ig és 1953-tól 1973-ig 91 cm, 1947-től 1952-ig 106 cm, 1974-től 99 cm./

1922.	Farkas Mátyás	Budapesti Kölcsey gimnázium	17.6	mp
1923.	Füstös Miklós	Budapesti Vörösmarty gimnázium	17.7	mp
1924.	Füstös Miklós	Budapesti Vörösmarty gimnázium	17.6	mp
1925.	Füstös Miklós	Budapesti Vörösmarty gimnázium	17.2	mp
1926.	Lechner László	Budapest II.Bocskay reálgimn.	18.8	mp

1927.	Arany Mihály	Pápai ref.kollégium	16.4	mp
1929.	Nagy Géza	Budapesti Széchenyi szakközépiskola	16.2	mp
1930.	Weisz József	Debreceni izr.reálgimnázium	16.2	mp
1931.	Dvoracsek Sándor	Budapesti Szt.István reálgimnázium	15.8	mp
1932.	Dvoracsek Sándor	Budapesti Szt.István reálgimnázium	15.6	mp
1933.	Dvoracsek Sándor	Budapesti Szt.István reálgimnázium	15.6	mp
1934.	Sereghy Pál	Nagykállói reálgimn.	17.3	mp
1935.	Pallavichini György	Gödöllői premontrei reálgimnázium	16.0	mp
1936.	Kovács Géza	Miskolci ev.tanítóképző	17.0	mp
1937.	Demeter Vilmos	Székesfehérvári Szt.István gimn.	16.7	mp
1938.	Demeter Vilmos	Székesfehérvári Szt.István gimn.	15.7	mp
1939.	Novák István	Miskolci ev.tanítóképző	15.4	mp
1940.	Kadarász György	Pécsi Zrínyi főreál.	15.7	mp
1941.	Bécsi Zoltán	Nyiregyházi áll.tanítóképző	15.9	mp
1942.	Kiss István	Gyulai rk.gimnázium	15.4	mp
1943.	Nemes Zoltán	Budapesti Vörösmarty gimnázium	16.5	mp
1947.	Pócz Béla	Pestújhelyi ker.	19.0	mp
1948.	Gárdon István	Gyulai rk.gimnázium	18.7	mp
1949.	Csenger Zalán Attila	Budapesti Szt.Imre gimnázium	17.1	mp
1952.	Czeplédi Sándor	Budapesti Vörösmarty gimnázium	17.9	mp
1953.	Perity Pál	Kaposvári közgazd.technikum	16.3	mp
1954.	Perity Pál	Kaposvári közgazd.technikum	15.5	mp
1955.	Szücs Gábor	Budapesti Kandó gépip.technikum	15.6	mp
1956.	Kovács Dezső	Budapesti Kölcsey gimnázium	15.6	mp
1957.	Szőke Gábor	Budapesti Petőfi gimnázium	14.7	mp
1958.	Kovács Zoltán	Budapesti Petőfi gimnázium	15.0	mp
1959.	Csányi Zoltán	Budapesti Petőfi gimnázium	14.8	mp
1960.	Varga László	Szegedi Radnóti gimnázium	16.9	mp
1961.	Darvas Tamás	Szegedi építőip.technikum	15.9	mp
1962.	Zimonyi László	Budapesti Széchenyi gimnázium	15.8	mp
1963.	Pánczél István	Budapesti Petőfi gimnázium	16.1	mp
1964.	Ringhoffer Zsolt	Soproni Széchenyi gimnázium	14.9	mp
1966.	Báthori Viktor	Budapesti Thán technikum	15.0	mp
1968.	Dóczi Ferenc	Nagykanizsai Landler gimnázium	14.9	mp
1969.	Dóczi Ferenc	Nagykanizsai Landler gimnázium	14.2	mp
1970.	Fülöp Péter	Budapesti Kvassay gimnázium	15.0	mp
1971.	Perlaki József	Kaposvári Táncsics gimnázium	14.7	mp
1972.	Ács Zoltán	Esztergomi bányagépipari technikum	14.3	mp
1973.	Tölgyesi Ferenc	Dunakeszi gimnázium	14.3	mp
1974.	Pödör Pál	Csornai Hunyadi gimnázium	14.3	mp
1975.	Krekó Imre	Győri Révai gimnázium	14.8	mp
1976.	Szalma László	Budapesti Petőfi gimnázium	14.5	mp
1977.	Bodó Béla	Debreceni Kossuth gimnázium	14.7	mp

400 m gátfutás:

1964.	Ringhoffer Zsolt	Soproni Széchenyi gimnázium	58.2	mp.
-------	------------------	-----------------------------	------	-----

Magasugrás:

1922.	Orbán Ferenc	Hódmezővásárhelyi ref.gimnázium	166	cm
1923.	Zádor István	Budapesti gyakorló gimnázium	160	cm
1924.	Gaál Tibor	Hódmezővásárhelyi ref.gimnázium	165	cm
1925.	Lechner László	Budapesti II.Bocskai reálgimnázium	170	cm
1926.	Wenninger Károly	Budapesti Vörösmarty gimnázium	172	cm
1927.	Stumpf György	Szegedi Klauzál G.reálgimnázium	175	cm
1929.	Schopp Imre	Budapesti II.Rákóczi F.Fk.	176	cm
1930.	N.Gergelyffy László	Budapesti II.Bocskai reálgimnázium	183	cm
1931.	Rovó István	Budapesti Zrínyi gimnázium	178	cm
1932.	Rovó István	Budapesti Zrínyi gimnázium	178	cm
1933.	Dvoracsek Sándor	Budapesti Szt.István reálgimnázium	178	cm
1934.	Balassa Iván	Debreceni ref.gimnázium	168	cm
1935.	Cserna János	Békéscsabai felsőmezőgazd.	180	cm
1936.	Cserna János	Békéscsabai felsőmezőgazd.	186	cm
1937.	Cserna János	Békéscsabai felsőmezőgazd.	182	cm
1938.	Kottán György	Gyulai rk.gimnázium	171	cm
1939.	Gáspár József	Budapesti Madách gimnázium	175	cm
1940.	Gáspár József	Budapesti Madách gimnázium	180	cm
1941.	Gröller György	Kaposvári áll.gimnázium	176	cm
1942.	Szántó József	Szegedi rk.tanítóképző	178	cm
1943.	Gröller György	Kaposvári áll.gimnázium	184	cm
1947.	Lehoczky Sándor	Budapesti Szt.István fk.	182	cm
1948.	Földessy Ödön	Gyönki ref.kollégium	176	cm
1949.	Retezár Antal	Budapesti Szt.Imre gimnázium	170	cm
1952.	Hagya István	Budapesti IV.ker.gépip.technikum	180	cm
1953.	Balogh Béla	Kisvárdai Bessenyei gimnázium	184	cm
1954.	Gulyás Mihály	Szarvasi Vajda gimnázium	181	cm
1955.	Medovarszky János	Gyulai áll.tanítóképző	181	cm
1956.	Medovarszky János	Gyulai áll.tanítóképző	183	cm
1957.	Noszály Sándor	Budapesti II.Rákóczi kat.k.	183	cm
1958.	Noszály Sándor	Budapesti II.Rákóczi kat.k.	190	cm

1959.	Krasovecz Ferenc	Budapesti Kölcsey gimnázium	188 cm
1960.	Maxim Mátyás	Budapesti mezőgazd.technikum	178 cm
1961.	Mezősi Károly	Kiskunfélegyházi Petőfi gimn.	185 cm
1963.	Tihanyi József	Soproni Széchenyi gimnázium	198 cm
1962.	Weglartz Bálint	Budapesti Fazekas gimnázium	188 cm
1964.	Tihanyi József	Soproni Széchenyi gimnázium	194 cm
1966.	Stefáni Béla	Nyíregyházi Vasvári gimnázium	181 cm
1968.	Sidó Csaba	Budapesti vendéglátóip.technikum	182 cm
1969.	Dóczi Ferenc	Nagykanizsai dr.Mező gimnázium	194 cm
1970.	Katona Gábor	Budapesti Könyves gimnázium	194 cm
1971.	Gábori Lajos	Debreceni Fazekas gimnázium	195 cm
1972.	Lantos Zoltán	Pécsi Komarov gimnázium	195 cm
1973.	Lantos Zoltán	Pécsi Komarov gimnázium	200 cm
1974.	Györke László	Budapesti Kaffka gimnázium	205 cm
1975.	Józsa János	Győri Révai gimnázium	200 cm
1976.	Kiss József	Dunaujvárosi Bánki szakközépiskola	202 cm
1977.	Kovács Gyula	Miskolci Kilián gimnázium	206 cm

Távolugrás:

1922.	Mohrberger Alajos	Budapesti Vörösmarty gimnázium	622 cm
1923.	Tary József	Budapesti érseki kat.gimn.	612 cm
1924.	Tary József	Budapesti érseki kat.gimn.	628 cm
1925.	Kovács László	Budapesti Izabella u.fk.	622 cm
1926.	Nemky Ernő	Miskolci Fráter kir.kat.gimn.	625 cm
1927.	Dankó Ödön	Budapesti Thököly u.fk.	630 cm
1929.	Noszek Ferenc	Budapesti II.Bocskai reál	645 cm
1930.	Koller Henrik	Budapesti I.ker.tanítóképző	666 cm
1931.	Koller Henrik	Budapesti I.ker.tanítóképző	715 cm
1932.	Dvoracsek Sándor	Budapesti Szent István gimn.	697 cm
1933.	Dvoracsek Sándor	Budapesti Szent István gimn.	664 cm
1934.	Horváth Vilmos	Pécsi rk.tanítóképző	610 cm
1935.	Vadas István	Székesfehérvári felsőkereskedelmi	673 cm
1936.	Becsy Károly	Gyulai rk. gimnázium	671 cm
1937.	Simonyi Gábor	Budapesti Szent László gimn.	660 cm
1938.	Zechmeister Tibor	Szeghalmi ref.gimn.	723 cm
1939.	Zajki Tibor	Szeghalmi ref.gimn.	664 cm
1940.	Bakky Sándor	Egri rk.tanítóképző	690 cm
1941.	Lipovszki Imre	Szekszárdi Garay gimn.	642 cm
1942.	Kiss István	Gyulai rk.gimnázium	665 cm
1943.	Farkas István	Szombathelyi áll.ker.	680 cm
1947.	Bősze László	Pápai ref.koll.	609 cm
1948.	Bősze László	Pápai ref.koll.	607 cm
1949.	Szurgyi István	Szarvasi tanítóképző	644 cm
1952.	Magna Sándor	Orosházi Táncsics gimn.	689 cm
1953.	Beszédes Dezső	Budapesti Dózsa gimn.	649 cm
1954.	Németh Róbert	Budapesti Steinmetz gimn.	669 cm
1955.	Kovács Zoltán	Budapesti I.László gimn	684 cm
1956.	Mihályfi László	Egri Dobó I.gimnázium	661 cm
1957.	Török István	Budapesti Kölcsey gimn.	697 cm
1958.	Mihályfi László	Egri Dobó I.gimn.	682 cm
1959.	Raáb Tibor	Szegedi textilip.techn.	687 cm
1960.	Pap István	Szentesi Horváth M.gimn.	660 cm
1961.	Darvas Tamás	Szegedi építőip.techn.	678 cm
1962.	Pap István	Szentesi Horváth M.gimn.	655 cm
1963.	Lukács László	Budapesti Petőfi gimn.	680 cm
1964.	Dékány Lajos	Budapesti Petrik vegyip.techn.	722 cm
1966.	Pajor Ferenc	Váci Löwey K.gépip.techn.	700 cm
1968.	Kandár Tibor	Nagykanizsai Landler gimn.	669 cm
1969.	Katona Gábor	Budapesti Könyves K.gimn.	706 cm
1970.	Katona Gábor	Budapesti Könyves K.gimn.	722 cm
1971.	Kliszsek Antal	Gyulai Erkel gimn.	707 cm
1972.	Fodor Zoltán	Szegedi tiszaparti gimn.	700 cm
1973.	Parti Tibor	Nagykanizsai dr.Mező gimn.	721 cm
1974.	Pintér József	Miskolci Földes gimn.	727 cm
1975.	Skultéti László	Gyulai Erkel gimn.	690 cm
1976.	Szalma László	Budapesti Petőfi gimn.	750 cm
1977.	Molnár Ferenc	Dunaujvárosi dr.Münnich F.gimn.	700 cm

Hármasugrás:

1922.	Mohrberger Alajos	Budapesti Vörösmarty gimn.	12.98 m
1923.	Steiner Dezső	Budapesti Zrínyi gimn.	11.95 m
1924.	Képesy József	Budapesti gyakorló gimn.	12.80 m
1926.	Boross József	Szegedi Klauzál G.reálgimn.	12.68 m
1952.	Tóth Lajos	Miskolci Kilián gimn.	13.37 m
1953.	Szűcs Miklós	Szekszárdi Garay gimn.	13.16 m
1954.	Németh Róbert	Budapesti Steinmetz gimn.	13.16 m
1955.	Berzi Károly	Miskolci Földes gimn.	13.19 m
1956.	Berzi Károly	Miskolci Földes gimn.	13.91 m
1957.	Török István	Budapesti Kölcsey F.gimn.	13.78 m

1958.	Kercsik Iván	Budapesti Könyves K. gimnázium	13.27 m
1959.	Balassy Péter	Szolnoki Verseghy gimn.	13.61 m
1960.	Szöke Lajos	Szegedi Ságvári gimn.	12.96 m
1961.	Margitics Béla	Váci Sztáron S.gimn.	13.78 m
1962.	Magyar Mihály	Debreceni Fazekas M.gimn.	13.08 m
1963.	Biró Attila	Soproni Széchenyi gimn.	13.98 m
1964.	Lugosi Károly	Budapesti Thán vegyip.techn.	14.24 m
1966.	Tungl József	Balatonfüredi Lóczy L.gimnázium	14.01 m
1968.	Andor László	Budapesti Rákóczi F.gimn.	14.34 m
1969.	Katona Gábor	Budapesti Könyves K.gimn.	14.93 m
1970.	Katona Gábor	Budapesti Könyves K.gimn.	14.86 m
1971.	Kliszek Antal	Gyulai Erkel F.gimnázium	13.99 m
1972.	Uri József	Budapesti építőip.szakközépisk.	14.82 m
1973.	Kepes József	Budapesti Toldi F.gimnázium	14.42 m
1974.	Kiss Tibor	Budapesti Zalka M. gimn.	15.21 m
1975.	Bakosi Béla	Nyíregyházi Kossuth gimn.	15.01 m
1976.	Rádi Ferenc	Kecskeméti Katona J.gimn.	13.75 m
1977.	Bene Csaba	Nagykanizsai Landler J.gimn.	14.34 m

Rúdugrás:

1922.	Kuhn János	Budapesti Egyetemi kir.kat.gimn.	305 cm
1923.	Andor László	Budapesti Egyetemi kir.kat.gimn.	275 cm
1924.	Hausz Frigyes	Budapesti Ag.H.ev.gimn.	285 cm
1925.	Hausz Frigyes	Budapesti Ag.H.ev.gimn.	332 cm
1926.	Hausz Frigyes	Budapesti Ag.H.ev.gimn.	318 cm
1927.	Herédy György	Szentesi Horváth Mihály gimn.	300 cm
1928.	Halász Sándor	Debreceni ref.gimn.	310 cm
1930.	Mischung Béla	Budapesti Szt.István fk.	336 cm
1931.	Tölgyes László	Budapesti Toldi F.reál.	310 cm
1932.	Zwick József	Budapesti Szt.István felsőker.	315 cm
1933.	Szapponos András	Budapesti Fazekas Mihály gimn.	320 cm
1934.	Váry Árpád	Csongrádi áll.rg.	310 cm
1935.	Zsedényi Ferenc	Budapesti Rákóczi fk.	320 cm
1936.	Zeley László	Karcagi ref.gimn.	300 cm
1937.	Tölgyesi Dezső	Nagykállói Szabolcs vez.gimn.	320 cm
1938.	Bánffy István	Budapesti Keresk.Akadémia	343 cm
1939.	Bánffy István	Budapesti Hunfalvi fk.	360 cm
1940.	Szinyéri György	Sárospataki ref.gimn.	365 cm

/folytatás következik/

A bajnoki pontverseny állása

Az országos mezei bajnokság volt a premierje a Magyar Atlétikai Szövetség új rangsorlási rendszerének. Az 1979 elejétől érvényben lévő új rangsorlási rendszer szabályai első ízben érvényesültek. Az ATLETIKA 3. száma közölte részletesen az új pontozási rendszert. A mezei bajnokságon tehát a felnőtt egyéni bajnokságon a helyezettek sem kaptak több pontot, mint a fiatalok kategóriájában befutó első nyolc versenyző. A serdülő B kategória egyéni versenyei az idén sem számítottak be a bajnoki pontversenybe. A csapatbajnokságok pontozása is megváltozott, mert a felnőttéknél csak az első három, a fiatalabb kategóriákban - beleértve a serdülő B-t is - az első hat helyezett csapat szerzett pontot. Természetesen az új rangsorlási rendszer szerint nincs külön férfi és női pontverseny és az értékelés csak két kategóriában, felnőtt és utánpótlás versenyben történik.

A mezei bajnokság pontversenyének alakulását részletesen a következő táblázatok mutatják:

Felnőttek pontversenye:

Hely	Egyesület	F é r f i a k				N ő k		Összpont
		12 km		6 km		egyéni	csapat	
		egyéni	csapat	egyéni	csapat			
1.	Építők	-	-	14	9	-	-	23
2.	Komlói Bányász	11	9	-	-	-	-	20
3.	Csepel	6	-	-	-	5	7	18
4.	U.Dózsa	7	-	4	6	-	-	17
	S.VOSE	-	-	-	-	8	9	17
6.	FTC	-	-	4	7	2	-	13
7.	PMSC	-	-	2	-	3	6	11
8.	Bp.Honvéd	4	-	-	-	6	-	10
9.	SZEOL AK	3	6	-	-	-	-	9
	Haladás VSE	-	-	-	-	9	-	9
11.	DVTK	-	7	-	-	-	-	7
	NYVSSC	-	-	7	-	-	-	7
13.	DMTE	-	-	6	-	-	-	6
14.	KVSE	5	-	-	-	-	-	5
15.	BVTC	-	-	-	-	4	-	4
16.	TBSC	1	-	-	-	-	-	1

Utánpótlás pontverseny:

Hely	Egyesület	Ifjúságiak				Serdülő A				Serdülő B				Össz-pont
		Férfiak		Nők		Fiúk		Lányok		Fiúk		Lányok		
		egy.	csap.	egy.	csap.	egy.	csap.	egy.	csap.	14 év	13 év	14 év	13 év	
1.	Vasas	-	-	14	7	-	3	-	-	-	-	7	4	35
2.	NYVSSC	-	-	-	2	-	-	14	7	7	4	-	-	34
3.	DVTK	2	5	2	5	-	4	-	5	-	-	4	-	27
4.	Kap.Dózsa	-	-	-	-	13	5	4	1	-	-	-	-	23
5.	PMSC	7	1	-	-	-	-	-	-	-	2	3	7	20
6.	TBSC	-	4	-	-	-	-	-	-	-	8	-	5	17
7.	Szeksz.Dózsa	6	-	-	-	-	1	7	-	-	-	-	-	14
8.	Bp.Honvéd	-	-	-	-	6	-	7	-	-	-	-	-	13
9.	STC	5	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12
10.	Csepel	-	-	7	-	-	-	3	-	1	-	-	-	11
11.	Videoton	-	-	-	1	-	-	6	3	-	-	-	-	10
12.	Hajdú Vasas	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9
	SZVSE	-	-	6	3	-	-	-	-	-	-	-	-	9
14.	KSC	-	-	4	-	-	-	1	-	-	-	2	-	7
	MTK-VM	-	-	-	-	7	-	-	-	-	-	-	-	7
16.	MVSC	4	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
	Bcs.Előre Sp.	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-	-	2	6
18.	ZTE	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	5
	DKSE	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	5
	Kazincb.Vegy.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	5
21.	Kun B.SE	-	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-	-	4
	Haladás VSE	1	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4
	MAFC	-	-	-	-	2	-	-	-	2	-	-	-	4
24.	Bajai SK	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3
	Ganz Mávag	-	-	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3
	Kincsesbánya	-	-	-	-	3	-	-	-	-	-	-	-	3
	Bolyi SE	-	-	-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	3
	Győri Dózsa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	-	-	3
	Bors.Bány.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	3
30.	Rába ETO	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	2
	PVSK	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	2
	Bocskai BSE	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	2
33.	Nagymányók	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	1
	Mohácsi TE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1

Több oldalról felmerült az az igény, hogy a szakosztályok kapjanak tájékoztatást a mezei bajnokságon szereplő Munka Vándordíj pontozási rendszeréről. Tájékoztatásul közöljük a Munka Vándordíj jelenleg érvényben lévő pontozását:

A "Munka Vándordíj" pontozása

	Egyéni								Csapat							
	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
felnőtt	25	22	20	18	16	14	12	10	40	30	28	26	24	22	18	14
ifjúsági	12	10	9	8	7	6	4	2	20	16	14	12	11	10	7	4
serdülő	10	8	7	6	5	4	2	1	16	14	12	10	9	8	6	3

Az 1979. évi mezei OB-n a Munka Vándordíj pontversenye a következőképpen alakult:
1. DVTK 154, 2. PMSC /a Pécsi SI-vel együtt/ 144, 3. NYVSSC 125, 4. Vasas 119, 5. Tatai Bányász 116, 6. Csepel 115, 7. FTC 110, 8. Építők 107 pont. /Összesen 54 szakosztály ért el helyezést, ebből 41 vidéki és 13 fővárosi./

Dr. Isténes Vilmos

Atlétabarátok között...

Március végén az MTK-VM látta vendégül az atlétabarátokat a Lenin körúti klubhelyiségben. Már a hivatalos program előtt sok "új" arcot fedezhettünk fel. Hosszú távollét után találkozhattunk - többek között - Kurunczy Lajossal és Dobronyi Józseffel is.

A zsűfoglalásig megtelt társalkodóban több mint hetven érdeklődő foglalt helyet.

Először Grónás Béla, a vendéglátó klub elnökhelyettese emelkedett szólásra. Rövid bevezetőjében kitért a régi nagy sikerekre és a felszabadulás utáni eredményekre. Természetesen a legtöbb időt a jelen atlétikájának szentelte. Ez után Lencsés István, a klub atlétikai szakosztályvezetője tartott beszámolót az MTK-VM atlétikai szakosztályáról. Beszámolójában elmondta, hogy a szakosztályon belül még nem tisztázódtak az edzők közötti munkamegosztás problémái. Egyelőre nincs dobóedző, ami jelentősen befolyásolja a dobó szakág szakmai és eredményességi mutatóit.

Az 1980-ra tervezett A kategória elérését - reálisan felmérve - jelenlegi helyzetükben nem tudják elérni.

Az ideai feladatok közül az alábbiakat emelte ki:

- a legfontosabb cél: tartani az előző évi szintet,
- edzőtáborok és felszerelés juttatása a legtehetségesebb versenyzőknek,
- biztosítani az edzők szakmai fejlődését,
- előrébb jutni egzisztenciális kérdésekben,
- javítani a kapcsolatot a Magyar Atlétikai Szövetséggel és a BTSH-val, valamint a klubokkal,
- az ütemtervben leírtak ellenőrzése.

Az MTK-VM atlétikájával kapcsolatos beszámoló után került sor az est első előadására, amelyet Képesy József szakíró tartott "Magyarok az olimpiai atlétikai versenyeken" címmel.

Az előadás bevezetőjeként szóba került az ókori olimpiai versenyek kezdete és annak kialakulása egészen az újkori olimpiai versenyek utolsó állomásáig, Montrealign.

Az érdeklődők - akik közül többen is érdekeltek voltak - nagy figyelemmel hallgatták a sztorikkal fűszerezett előadást. Ismét gazdagodhattunk egy pár érdekes adattal, amelyeket az előadó ismertetett. Így többek között arról, hogy az újkori olimpiai versenyek 1-es rajtszámú versenyzője Szokoly Alajos volt, aki később a döntőben a harmadik helyet szerezte meg.

Az újkori olimpiai versenyek a legnagyobb görög ünnepen, április 6-án kezdődtek.

Vagy: szomorább eseményt említve, az 1914-es magyar-svéd válogatott atlétikai viadalon "szócsővön" értesítették a közönséget Ferdinánd herceg meggyilkolásáról.

Persze közben szó esett a magyarok szerepléséről, amelyen sikerek-bukások váltogatták egymást. Talán eredeti célkitűzéseinket csak két olimpián sikerült megvalósítanunk: a Helsinkiben és a Mexikóban megtartott olimpián. A többi - sajnos - csupa keserű tanulság volt. Az előadó megemlítette a női atlétika magyarországi beindulásának nehézségeit, amelyre a nyomos választ tulajdonképpen Csák Ibolya nagyszerű berlini győzelme adta meg. Végezetül ismertette, hogy atlétáink az eddigi újkori olimpiákon 8 arany-, 11 ezüst- és 17 bronz-érmet, 14 negyedik, 16 ötödik és 10 hatodik helyezést szereztek. Legeredményesebben a gerelyhajítókunk versenyeztek 2 aranyéremmel /Németh Angéla és Németh Miklós/ és több helyezéssel /Várszegi, Kulcsár, Antal/.

Az est második részében Farkas Mátyás mesteredző számolt be a veteránok világ bajnokságáról. Mint ismeretes, a mesteredző részt vett az 1977-ben megrendezett svédországi VB-n /ahol sérülése miatt helyezést nem tudott szerezni/. Beszámolt arról a nagy tömegről, amely évről-évre részt vesz ezen a nagy sikerű világversenyen. Az 1977-es eseményen 44 ország több mint 3200 versenyzője indult a különböző kategóriákban.

Az előadó példaképpen elmondotta, hogy Kanadában a veteránok klubjában 40.000-nél is többen üzik az atlétikát!

Javaslatként megemlítette - hiszen nagyon közeleg az ideai veterán VB - hogy hazánkban is létre kellene hozni egy ilyen jellegű klubot. Itt nemcsak a versenyzésről van szó, hanem az egészségi állapot megővéséről is. Nem utolsósorban úgy látja, hogy ez jó segítséget adna a magyar atlétikának is, hiszen a már kiöregedett versenyzők még jó tanácsokat adhatnak a fiatal versenyzőknek.

A hallgatóság nagy figyelemmel hallgatta a részvétellel kapcsolatos feltételeket. Az ideai hannoveri VB-n már talán több magyar versenyző is indul, hiszen - mint később kiderült - többen edzésbe álltak. Reméljük - folytatta Farkas Mátyás - hogy az illetékesek támogatni fogják kérésünket és akkor a magyar veteránok indulásával kapcsolatban minden akadály elhárul.

Felhívta a figyelmet arra is, hogy ha valaki jelentkezni akar a veteránok klubjába, jelentkezzenek a Magyar Atlétikai Szövetség címén. A borítékra írják rá: "Veterán Klub".

A mesteredző egy-két példával illusztrált eseményt említett meg a két évvel ezelőtti versenyről. Ezek közül is csodálatra méltó, hogy egy 83 éves bácsi 160 cm-t ugrott rúddal, vagy egy 65 éves vak ember 100 m-en 12.5 mp-et és 200 m-en pedig 26.0 mp-et futott. Sokan nem tudják, hogy a veterán "kor" a férfiaknál 40, a nőknél 35 évnél kezdődik.

Ezek után következtek a hozzászólások, amelyek közül Bajor Nagy Ernő, a neves újságíró szavaiból idézünk:

- "ámulatot keltett bennem a veteránokról hallottak,
- úgy látszik, a tizenévesek helyett a veteránok kezdik megszeretni az atlétikát,
- a mai fiatalok nem vállalják a sportággal kapcsolatos nehézségeket".

Óriási érdeklődés alakult ki a veteránok közelgő VB-je iránt.

Az öreg atléták baráti körének felejthetetlenül szép estét hozott a két előadó beszámolója. Az érdeklődők szép emlékekkel távoztak.

Lévai György

Megjelenik havonta. - 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. Postacím: 1900 Budapest) közvetlenül v. postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámára. - Egyes szám ára 6,- Ft. előfizetési ára egy évre 72 Ft. Számonként kapható a Sportpropaganda V. Terj. Oszt. 1061 Bp. Népköztársaság útja 6. ISSN 0571-799X INDEX SZ.: 26-035

A SPORTPROPAGANDA VÁLLALAT

harmadik évtizede a testnevelési és sportmozgalom szolgálatában

● SPORT KIADVÁNYOK, NYOMTATVÁNYOK, ZÁSZLÓK

Budapest, VI. Népköztársaság u. 6. sz. alatt.

124-234

123-974

● IMPORT SPORTFELSZERELÉSEK

Budapest, V. Kecskeméti u. 11. szám alatti boltban

186-931

● ÉRMEK, JELVÉNYEK

Budapest, VI. Népköztársaság u. 38. sz. alatti üzletben

325-530

325-738

● SPORTFILMEK KÉSZÍTÉSE ÉS KÖLCSÖNZÉSE

Budapest, XIII. Margitsziget, Hajós Alfréd sétány

319-951

mindezt a Sportpropaganda Vállalattól, a testnevelési és sportmozgalom célkitűzéseinek elősegítése és népszerűsítése érdekében.

KÖNYV

Fejes Zoltán : Korszerű edzés az atlétikában	1978	69, -
A magyar sport évkönyve 1977	1978	22, 50
Sportolók minősítési szabályzata OTSH	1978	7, 50
Dr. Szécsényi - Molnár : Edzéstervezés OTSH	1979	19, -
Tervezési és gazdálkodási utmutató OTSH	1978	21, -
TF. Válogatott cikkek : Az erő fejlesztése	1977	9, -
TF. Válogatott cikkek : Rekreáció, szabadidő- sport	1977	14, 50

JELVÉNY , EMBLÉMA

MASz jelvény, MASz jubileumi jelvény	10, -
MASz embléma	8, -



Megrendelhetők és megvásárolhatók :

Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Iroda és Bolt

1061 Budapest, Népköztársaság utja 6.

Levélcim: Budapest, Postafiók 66.

1366



ATLÉTIKA

OLVASOTEREM

A TARTALOMBÓL :

Az 1978. évi prágai EB tapasztalatai és
a közép-, hosszútávfutásban és
a gyaloglásban

Gondolatok a serdülő B korosztályról

Mit kell tudni az erőről ?

Az aerob és anaerob képességek meghatározása
laboratóriumban és pályán

Minden idők 10 legjobb eredménye

Középfoku oktatási intézmények országos
atlétikai bajnokai 1922 - 1977.

A képmagnó, mint modern edzés módszertani
eszköz

1979/6

**telitalálat=
nagy
nyeremény**



ATLÉTIKA

XXIII. ÉVF. 6.SZÁM

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

1979. JÚNIUS

Szerkesztette: FARKAS PÁL

Kiadja a Sportpropaganda Vállalat. – Felelős kiadó: Szebeni István igazgató. – Készült a Sportpropaganda V. Sokszorosító Üzemében, 1143 Budapest, Dózsa György út 1–3. Műszaki vezető: Tihanyi Sándor. – Az előállítás ideje: 1979. jún. – Terjeszti a Magyar Posta.

Az 1978. évi prágai EB tapasztalatai

a közép-, hosszútávfutásban és a gyaloglásban

I. Általános tapasztalatok

Több kollégámmal együtt a Testnevelési Főiskola megbízásából vettünk részt az EB-n. Munkánkat szakok szerint megosztottuk. Jómagam a közép-, hosszútávfutást és a gyalogló versenyszámokat figyeltem meg részletesebben, illetve elemeztem a tapasztalatokat. Szervezési nehézségek miatt csak a versenyek kezdetére érkeztem a helyszínre és így a versenyzők verseny előtti edzőmunkáját nem láthattam.

Abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy az 1974-es római EB-t is megtekinthettem és így alkalmam nyílt összehasonlításokra, az időközben bekövetkezett változások, tendenciák elemzésére.

A versenyeket a Rosiczky stadionban rendezték, amelyet erre az alkalomra a legkorszerűbb berendezésekkel látták el. Igen gondosan és szakszerűen jelölték ki a gyalogló és maratoni versenypályát. A tájékoztatás, az eredményközlés tökéletes, a rendezés kiváló és szakszerű volt, az országúti versenyszámokat is figyelembe véve.

Az időjárás – két naptól eltekintve – hűvös, szeles volt, ami a közép-, hosszútávfutók és gyaloglók számára inkább előnynek, mint hátránynak volt tekinthető. A versenyzőkkel és a hivatalosan kiküldött edzőkkel nehezen lehetett kapcsolatot teremteni, csak a nézőtérren volt szabadabb mozgási lehetőség. Az edzéslehetőségek jók voltak. A szálláshely, az edző- és versenypálya szinte egy helyen volt.

Az EB általános színvonala, a kedvezőtlen időjárás ellenére, igen magas volt. Az európai atlétika tartja vezető helyét a világban.

Az olimpiász félidejében, az EB-n is, látható volt, hogy egyes országok, amelyek eddig kevésbé "figyeltek oda" az atlétikára, komoly erőfeszítéseket tesznek, minden lehetőséget kihasználnak, hogy fejlődőképes versenyzőik számára versenylehetőséget biztosítsanak. Bebizonyosodott az is, hogy a nagy atléta nemzetek és a középmezőny között tovább csökkennek a távolságok.

A versenyprogram és az időrend összeállítása sokkal szerencsésebben sikerült, mint Rómában.

II. Formaidőzítés

Igen sok versenyző az EB-n érte el legjobb teljesítményét, tehát formaidőzítése jól sikerült. Összehasonlítottam az egyes országokat abból a szempontból is, hogy hány versenyzőjük érte el az EB-n eddigi, vagy ez évi legjobb eredményét az 1–8. helyezettek közül.

Az 1. táblázatban versenyszámonként és országonként láthatjuk az egyéni csúcstól elért versenyzők számát.

Ezen összesítés alapján elmondható, hogy a formaidőzítést figyelembe véve, a távfutó és gyalogló versenyszámokban a Szovjetunió, Olaszország és Románia tűnt ki. A nagy futónemzetek közül az NDK, Anglia kissé visszaesett, feltűnő a finnek és a svédek gyengébb formaidőzítése.

III. Az erőviszonyok alakulása

Az 2. táblázatban láthatjuk, hogyan változtak az erőviszonyok. A jobb megítélés érdekében az 1–8. helyezések számát vettem figyelembe az összehasonlításnál. A táblázatban feltüntettem a római és a prágai EB-n elért pontszámokat és dobogós helyezéseket, továbbá azt, hogy az egyes országok hány versenyzővel vettek részt.

A Szovjetunió Prágában visszaszerezte Rómában elvesztett hegemoniáját, s bajnokságainak száma jelentősen emelkedett. Pontjainak száma majdnem kétszeresére nőtt. A versenyzői létszám tekintetében is első helyen áll, de ez a szám kevésnek mondható, ugyanis elfogadható követelménynek tekinthetjük azt, ha egy főre 3 szerzett pontot számítunk /VI. hely átlagban/.

1. táblázat

Egyéni csúcstól elért 1-8. helyezett versenyzők száma országoként

	800 m	1500 m	5000 m	10000 m	3000 m ak./sik	maratoni	20 km gyal.	50 km gyal.	Összesen
Férfiak									
Anglia	1			1					2
Szovjetunió	2		1	1		2			6
Finnország			1		1				2
Spanyolország							1	1	2
Olaszország				1		1	2	2	6
Irország		1							1
Franciaország		1							1
Hollandia				1					1
Románia				1	1	1			3
Norvégia				1					1
NDK	1					2	1	1	5
NSZK					2				2
Nők									
Szovjetunió	3	2			1				6
Románia	1	1			1				3
Svájc		1			1				2
Anglia					1				1
Bulgária	1	1							2
NDK	1								1
Olaszország		1							1

2. táblázat

Az országok sorrendje közép- és hosszútávfutásban,
valamint gyaloglásban az 1-8. helyezés alapján

	Prága				Róma			
	Versenyzők száma	Sorrend	Pont	1. 2. 3. helyezés	Pont	1. 2. 3. helyezés		
Szovjetunió	27	1.	123.5	4 4 4	63	1 2 1		
NDK	18	2.	45	2	77	4 4 1		
Anglia	25	3.	41	1 1 2	53	2 2 1		
Románia	9	4.	37	- 2 -	18	- - 1		
Olaszország	10	5.	21	1 1 -	30	- - 1		
Finnország	8	6.	22	1 - 1	26	1 - 2		
NSZK	15	7.	18	- - -	29	- 1 1		
Lengyelország	7	8.	15	1 - -	22	1 - -		
Spanyolország	7	9.	13	1 - -	3	- - -		
Irország	8	10.	12	- 1 -	1	- - -		
Bulgária X	3	11.	11	- - 1	16	1 1 -		
Norvégia	8	12.	11	- - 1	12	- - 1		
Svájc	5	13.	10.5	- - 1	5	- - -		
Belgium	11	14.	6	- - 1	10	- - 1		
Franciaország	13	15.	4	- - -	6	- - -		
Hollandia	9	16.	3	- - -	10	- - -		
Jugoszlávia	2	17.	2	- - -	9	1 - -		
Csehszlovákia	3	18.	2	- - -	2	- - -		

X = Bulgária eggyel több 4. helyezéssel előzi meg Norvégiát

MEGJEGYZÉS: Prágában 18, Rómában 21 ország szerzett pontot. Svédország, Dánia és Magyarország Rómában szerzett pontot, Prágában nem. A prágai EB-n részt vett még:

Luxemburg	/5 fő/	Lichtenstein	/2 fő/
Görögország	/4 fő/	Ausztria	/2 fő/
Törökország	/4 fő/	Izland	/1 fő/
Portugália	/4 fő/	Gibraltár	/1 fő/

Az NDK erősen visszaesett /a pontok és az érmek számában egyaránt kevesebbet ért el/. A versenyzők száma szintén alacsonynak tekinthető.

Anglia az EB-ken mindig jól szerepelt /jobban, mint egyéb világversenyeken/. Nagylétszámmal /25 fő/ vettek részt Prágában, de közép-, hosszútávfutásban és gyaloglásban kevesebb pontot szereztek, mint az előző EB-n.

Jól szerepelt Románia, bár bajnokságot nem nyert, de mind női, mind pedig férfi vonalon sok helyezést értek el. Olaszország is kevés versenyzővel vett részt, s nagyot lépett

előre az értékesebb teljesítményekben. Finnország tartja teljesítményét. Az NSZK erősen visszaesett, ugyisintén Lengyelország is. Spanyolország különösen gyaloglásban sokat fejlődött.

Feltűnő volt, hogy Svédország nem szerzett pontot. /Azóta 30 svéd távfutó edz a világ különféle országaiban, hogy megfelelő éghajlati viszonyok között készüljön az idényre./

A mezőnyök általában kicserélődtek, csak kevés olyan versenyző volt, aki Rómában, az olimpián és Prágában is szerepelt. Az idősebb versenyzők mellett egészen fiatal, szinte "ismeretlen" atléták is indultak és kiváló csúcsokat futottak.

Kik voltak azok a versenyzők, akik már a római EB-n és az olimpián is az 1-8. helyezettek között szerepeltek?

A sor elején talán a brit Ovetet említhetjük, aki Rómában 2., az olimpián 5., Prágában 2. volt 800 m-en és 1500 m-en igen magabiztosan győzött.

1500 m-en Wessinghage, Gysin és Coghlan neve szerepelt ismét a döntőben.

5000 m-en Floroiu szerepelt ismét jól. A 3000 m-es akadályfutásban Karst, Bartos és nem utolsósorban Malinowszki, aki Rómában és Prágában is győzött. A közép-, hosszútávfutó versenyszámok római győztesei közül egyedül neki sikerült ismételnie /érdekes módon szinte azonos idővel/.

Az 5000 m-es síkfutás kivételével, Prágában jobb időket értek el a győztesek, mint Rómában. Az olimpiához viszonyítva is elég nagy a fejlődés. Prágában csak a férfi és női 800 m-en, a 3000 m-es akadályfutásban, illetve a maratoni futásban lehetett gyengébb eredménnyel bajnokságot nyerni, mint Montrealban.

Különösen sokat lépett előre a gyaloglás. A nehéz terep ellenére 20 és 50 km-en is nagyot javult a mezőny. Ha a mezőnyök fejlődésének megítélésére kiragadottan a 8. helyezett eredményét vizsgáljuk, akkor is hallatlan az előrelépés.

Majdnem minden versenyszámban jobb időt értek el a prágai döntősök. Kivétel az 5000 m és a férfi 800 m, bár ez utóbbi távon a 7. helyezett eredménye lényegesen jobb, mint Rómában. Az olimpiához viszonyítva is hasonló a helyzet. Prágában a 8. helyezettek is gyorsabban futottak, mint Montrealban.

Az egyes versenyszámokban indulók, illetve a befutók száma is növekedett általában /csak 10.000 m-en álltak rajthoz kevesebben, mint Rómában/. A résztvevők nagy számát az egyre fokozódó érdeklődés mellett talán az is magyarázza, hogy a Csehszlovák főváros földrajzilag minden ország számára könnyen elérhető.

IV. Technika és taktika

1. Közép-, hosszútávfutás

Technikai téren nem volt észrevehető, számottevő változás a kontinens legjobb futóinál. 1500 m-től felfelé a gazdaságos, lágy mozgás, a lépések tudatos rövidítése volt megfigyelhető. A hajrában azonban kiszélesedtek a mozgáshatárok és a mozgások egyre inkább a vágtafutáshoz hasonlítottak. A ma legjobb futói képesek mind a hirtelen, mind a fokozatos iramváltásra, elbírják az egyenetlen tempót, tudnak egyéni leggyorsabb sebességükhöz közeli iramban hajrázni. Ez elsősorban speciális felkészültségüknek köszönhető.

Technikai téren két stílusú futóval találkozhattunk. Voltak, akik a talajfogáskor a térd függőleges vetülete előtt fogtak talajt, legtöbbször sarokkal, vagy teljes talppal és később gördültek rá egész testükkel a lábukra. Az elrugaszkodás igen könnyed volt, s csak a hajrában vált erőteljesebbé. A sarok táv közben nem csapódott fel túl magasra /Ortis, Vainó, Owett, Marasescu/.

Többen kissé eltérő, látszólag rövid lépéssel futottak, térdüket magasra emelték, a talajfogás a térd függőleges vetülete körül vagy mögötte történt, lábfejük a talajraérkezés előtt "pipált", s így az alszár izmai előfeszültek. Az utóbbi típusú versenyzők a talajfogáskor térdízületben kevésbé engedtek utána /Floroiu, Fedotkin, Fleschen, Waitz/.

Az előző típusú versenyzők általában hosszabbakat léptek, lazább mozgásúak voltak /alszár izmaik hosszabb ideig voltak ellazult állapotban/. Az utóbbi típusú versenyzők rövidebbet léptek, mozgásuk dinamikusabbnak látszott. Mindkét technikával értek el már kiváló eredményeket.

Taktikai téren az irammenők egyre kisebb eséllyel vehetik fel a harcot a hajrázókkal. A távfutó versenyszámokban /a gyaloglásban is/ az alapvető taktikai változatok a következők voltak:

- Lendületes kezdés után viszonylag egyenletes tempó, de váltott vezetés, helyezkedés, hosszú, fokozatosan erősödő hajrá /10.000 m/.

- Lendületes kezdés, egyenletes kemény iram /"kis mozgás" az élbolyban/, hosszú, fokozatosan erősödő hajrá /női 3000 m/.

- Talán a leggyakoribb forma: lendületes kezdés, fokozatosan erősödő tempó, a hajrá megkezdése előtt kissé csökkentett iram, majd hosszú, fokozatosan erősödő, később ritmusváltásos hajrá /5000 m, férfi 800 m, 1500 m/.

- Egyenletes tempó a táv nagy részében, vezetésre vállalkozás és elfutás a mezőnytől. Ez ma már egyre ritkább versenyzési mód /Malinowszki, 3000 m akadályfutás; Llopart, 50 km gyaloglás/.

Technikai téren újat nemigen láttunk, hacsak azt nem, hogy a mozgás jelentősen felgyorsult. Kiváló időket értek el a győztesek és a helyezettek, amely annak is köszönhető,

hogy a gyaloglásra igen alkalmas idő volt és változatos, nehéz, de mégis gyors pályát jellemltek ki a rendezők.

A szabálytalankodókat szigorúan kiállították /20 km-en például a befutás után diszkvalifikáltak versenyzőt, mert a hajrában szabálytalankodott/. A bíráskodás "korszerű" és igazságos volt.

Mindkét távon az jellemezte a taktikát, hogy az élboly kemény tempóban haladt, majd egyre többen leszakadtak a vezető csoportból, nem bírták az iramot és az utolsó szakaszban az élen lévők döntötték el a jobb helyezések sorsát.

A gyalogló versenyszámokat figyelembe véve készítettem egy országok közötti rangsort és összehasonlítottam a római EB eredményeivel /3. táblázat/.

3. táblázat

A gyaloglás pontversenye az 1-8. helyezések alapján

	Prága					Róma				
	Sorrend	Pont	1.	2.	3.	Pont	1.	2.	3.	
			helyezés				helyezés			
Szovjetunió	1.	34	-	2	1	26	1	1	1	
Spanyolország	2.	13	1	-	-	-	-	-	-	
NDK	3.	12	1	-	-	18	1	-	1	
Olaszország	4.	9	-	-	-	10	-	-	-	
Lengyelország	5.	6	-	-	1	3	-	-	-	

Megjegyzés: A Rómában pontszerzők közül Anglia /7 pont/ és NSZK /10 pont/ nem szerzett pontot Prágában. Spanyolország Prágában lépett a pontszerzők közé.

A Szovjetunió tartja vezető helyét, bár bajnokságot nem nyert, de érmei száma azonos az 1974. évével.

Szinte a semmiből lépett az előkelő 2. helyre Spanyolország, megelőzve a komoly hagyományokkal rendelkező NDK-t. Olaszország és Lengyelország tartja helyét az élbolyban. A Rómában pontszerző Anglia /7 pont/ és NSZK /10 pont/ most nem szerzett pontot.

Spanyolország Prágában lépett a pontszerzők közé. Spanyolországnak 1975-ben még csak egy számottévo gyaloglója volt, a Lugano Kupa elődöntőjéből simán kiesett. A spanyol atlétika sokat áldoz a versenyzők felkészítésére, versenyeztetésére és ennek már meg is látszik az eredménye. Két éve rendszeresen meghívják hazai versenyeikre a világ legjobb gyaloglóit, a mexikóiak heteken keresztül edzőtáboroztak és versenyeztek országukban.

Végül Stankovics és Sátor szereplésével szeretnék foglalkozni. Az eredményeket figyelembe véve, közel hasonlóan szerepeltek. Mindkét versenyzőnek volt mentsége a rosszabb formára, azonban igen gyáván versenyeztek, meg se kísérelték az élbolyban maradást, a rajt után nem sokkal, szinte reménytelen helyzetbe kerültek.

Sok külföldi versenyző - élükön Lloparttal - véleményem szerint elsősorban nagy akaraterejének köszönhető jó teljesítményét, s talán nem is számítottak ilyen időeredményre. Gyaloglásban is érvényes szabály, aki győzni szeretne, vagy jó helyezést akar elérni, annak az élbolyban kell maradnia, később felzárkózni szinte lehetetlen, különösen a 20 km-es távon.

Végül egy grafikont mutatok be, amelyen a győztes, a II. és III. helyezett, valamint a magyar versenyzők tempóját személtetem 20 és 50 km-en.

A garfikonon a felfogásbeli differencia, illetve a tendencia világosan látható.

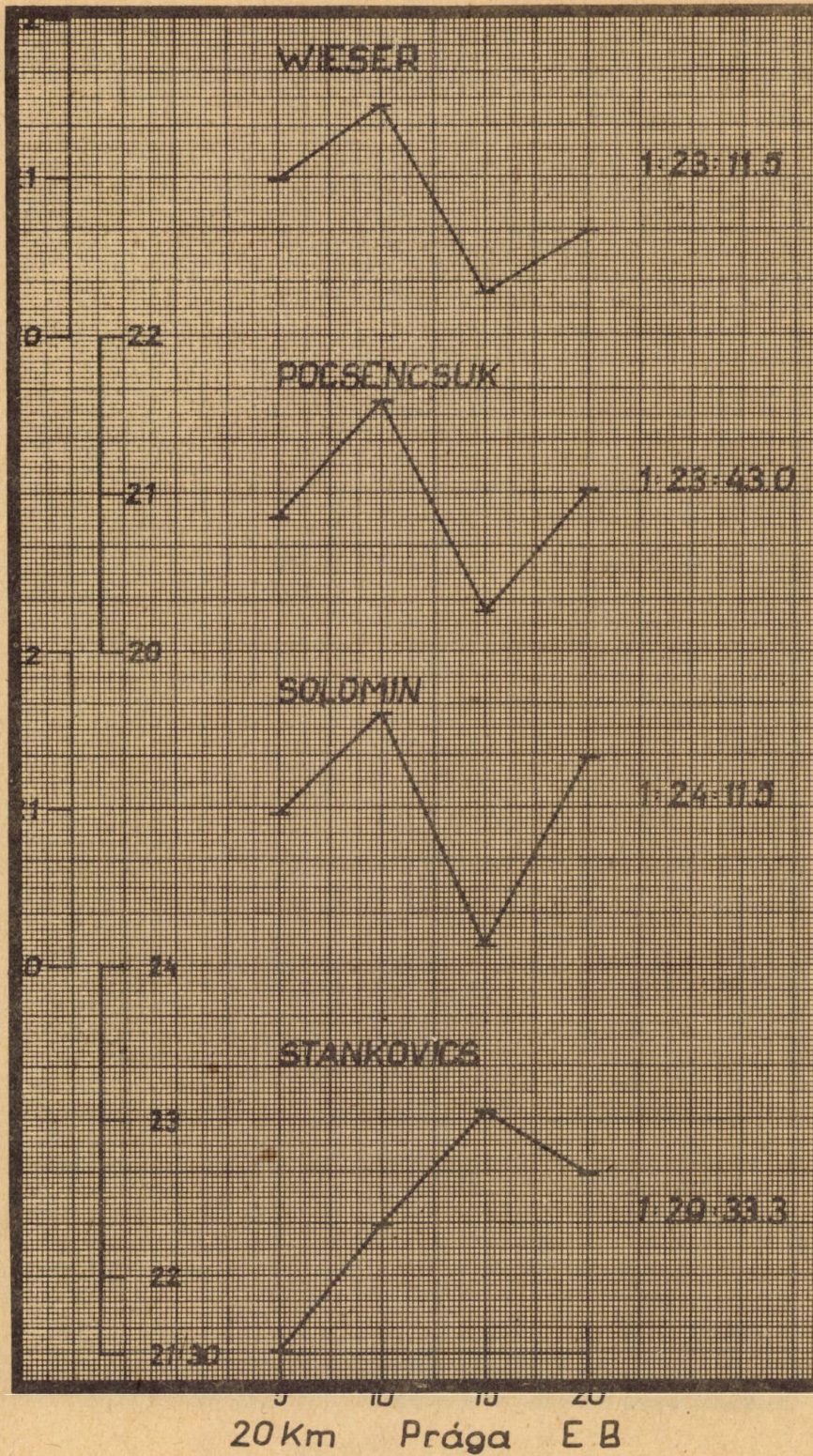
V. Összefoglalás

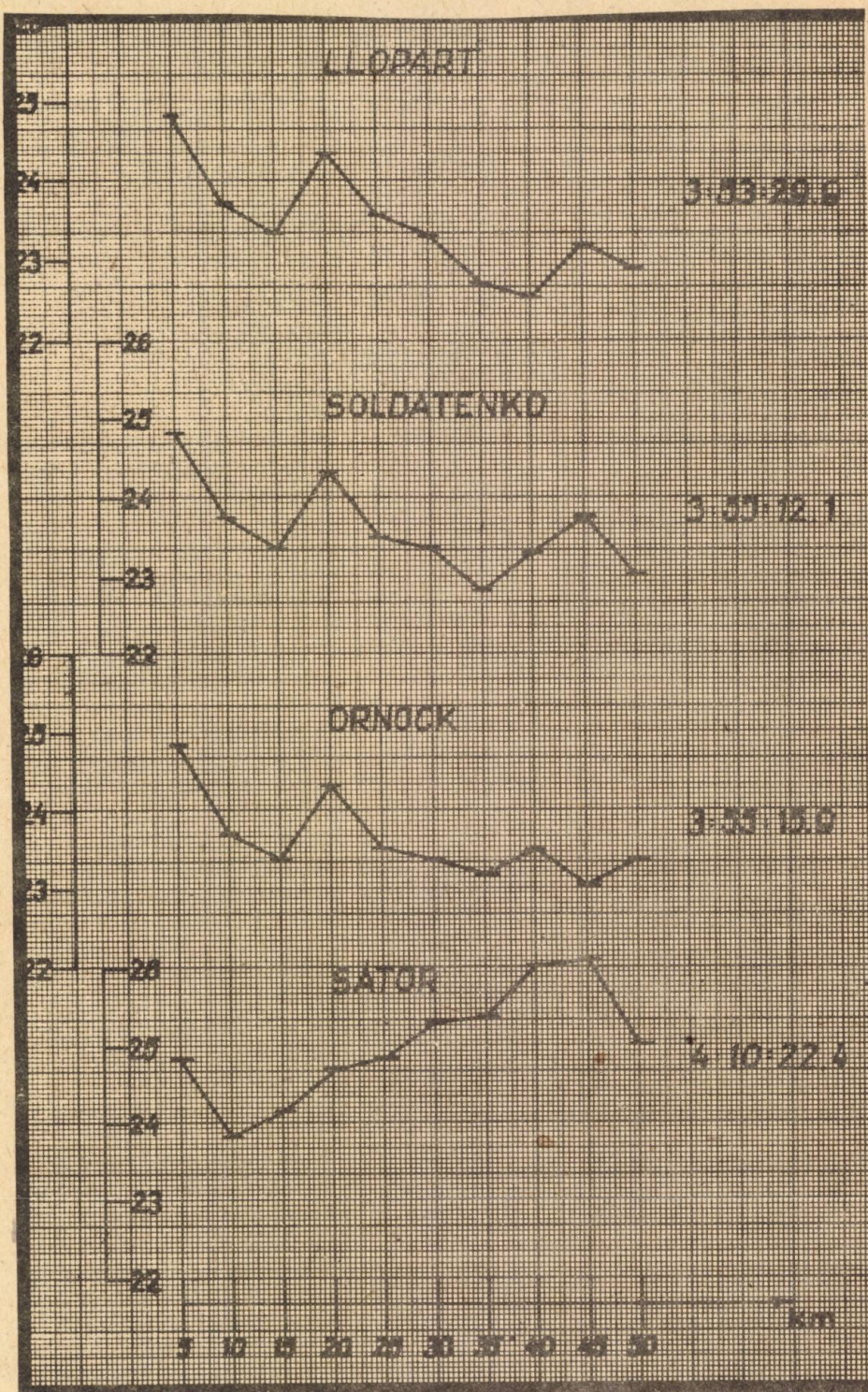
Az EB színvonala, az eredményeket és a rendezést figyelembe véve, felülmúlta az eddigi világversenyekeket.

Közép-, hosszútávfutásban, de a gyalogló versenyszámokban is nagy a konkurrencia, szinte ismeretlen versenyzők tűntek fel és új országok jelentkeznek. Ezekben a versenyszámokban is egyre jobban kiegyenlítődnek az erőviszonyok. Talán csak a Szovjetunió és az NDK tartja vezető szerepét, a többi ország szinte hasonló esélyekkel lép fel a nagy versenyeken, egyszer több, máskor kevesebb sikerrel.

A versenyek taktikája finomodik, csak a legritkább esetben nem a hajrában dőlnek el a helyezések, az agresszív kemény versenyzés a jellemző. A döntősök átlaga is egyre javul. Nincs megtorpanás ezekben a versenyszámokban.

Lemaradásunk igen jelentős, szinte behozhatatlan. Gyaloglásban bátrabb versenyzéssel, még tudatosabb felkészüléssel talán behozható a lemaradás.





50 Km Prága E B

Molnár Sándor