

ATLÉTIKA

1981 NOV 3 01



OLVASÓTEREM

A TARTALOM :

A 400 m-es síkfutók felkészítésének tervezése

A flop technika kinematikája biomechanikai filmelemzés segítségével

Atlétaedzők világfóruma

Edzők arcképcsarnoka

História

Valami hiányzik

A szakosztályok 1981.évi rangsora

Ifjúsági EB eredmények

Országos junior bajnokság

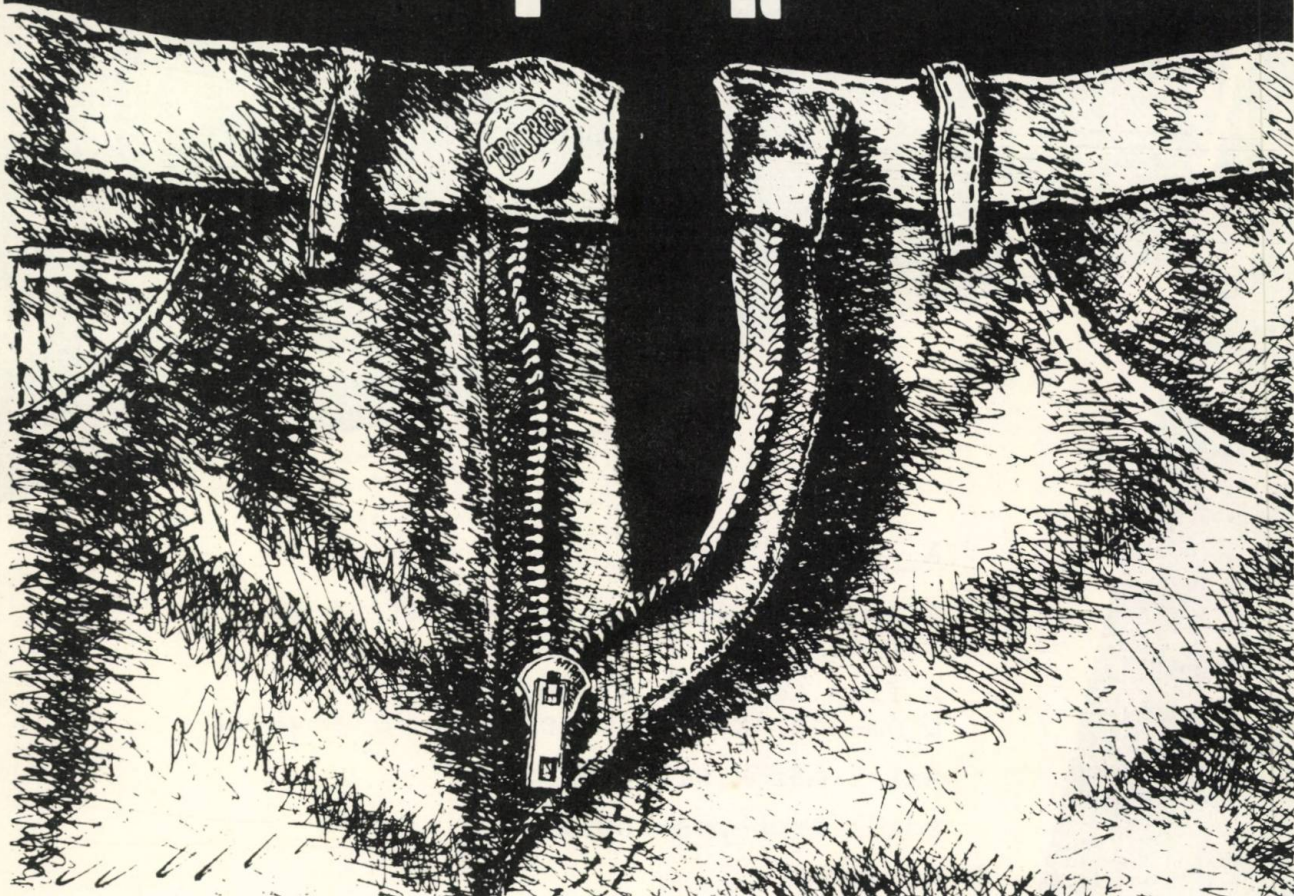
Mindenféle

1981/11

Kapható mintaboltunkban is:
Bp. V. Váci utca 15.

TRAPPER

Gyártja:
Lenfonó és Szövőipari Vállalat

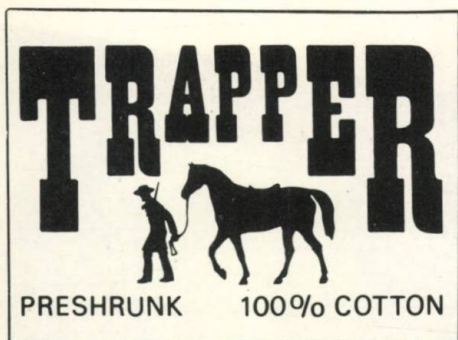


Forgalomba hozza:

FER

SKÁLA

CENTRUM



ATLÉTIKA

XXV. ÉVF. II. szám

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

1981. NOVEMBER

Szerkesztette: KRASOVEC FERENC

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: 1981. november

A 400 m-es síkiutók felkészítésének tervezése*

A versenyzési időszak első, de az egész felkészülés negyedik makrociklusa a formáhozozó vagy versenyzést előkészítő ciklus. Fő feladata a megszerzett edzettségi szint tartása mellett a forma kialakítása a fő versenyekre.

Fontosabb részfeladatok: a versenyritmus kialakítása, a gyorsaság fejlesztése, az erő és az állóképességi szint tartása. Ebben a ciklusban az alkalmazott edzésszerek száma tovább csökken. A gyorsaság fejlesztésére közvetlen fejleszthető hatású ingereket kell adagolni /maximális sebességű rövid résztávok térdelő- és repülőrajtos indulással, az ismétlések közötti kipihenést biztosító szünetekkel/. A versenyritmus kialakítása érdekében a versenytávnál rövidebb távokat /150–350 m/ kell teljesíteni a tervezett versenytempóban, az ismétlések között teljes kipihenést biztosító szünetekkel /15–30 perc/. Minden egyes edzésen és minden edzésszer között megválasztásánál arra kell törekedni, hogy a futómozgás ritmusa, könnyedsége javuljon. Ezt többek között a következőkkel segíthetjük elő:

- A teljesítendő távok hosszának, az egyes edzések terhelésének és a makrociklus terhelési szerkezetének meghatározásakor a versenyző aktuális tudásszintjének alapos elemzése után készítjük el a részletes edzéstervet.

A speciális erőfejlesztő hatásokat csökkentjük /legtöbbször csak a szökdelések maradnak meg/, az erő megtartását általános hatású gyakorlatokkal biztosítjuk.

- A mikrociklusok terhelésének tervezésénél értékeljük az előző két makrociklus terhelését. Azokhoz viszonyítva az összerterhelést 50–60, a speciális terhelést pedig 75–90 %-ban határozzuk meg. A speciális terhelés

meghatározásánál, figyelembe véve az intenzitás növekedését, – az esetek többségében – a terjedelmet jelentősen csökkenteni kell. Ha a jelzett arányokat nem tudjuk betartani /pl. a speciális felkészülésben nagyon alacsony volt a terhelés/, akkor a csucsforma hosszabb időn keresztül fenntartása nem sikerülhet. A ciklus időtartamaként a 6 hét általában elegendő, ha az előzőekben jó volt a munkavégzés. Ebben a ciklusban a rendszeres versenyzés szükséges, de vegyes felkészülési jellegű munka folyik, így a csucsteljesítményre törekvés /azaz fontosabb versenyek beállítása/ megzavarhatja a forma alakulását.

A formáhozozó makrociklus után a fő versenyszakaszk következik. Ekkor a fő feladat a versenyzés, az egyéni csucseredmények jelentős túlszárnyalásával. Ez a szakasz azonban hosszabb annál, mint ameddig a magasabb szintű forma fenntartható. E probléma megoldása érdekében a következő lehetséges változatok ismeretese:

- Egycsucsos forma kialakítása és folyamatos, hosszantartó versenyzés. Ebben az esetben az edzés-munka terhelését folyamatosan kell csökkenteni, a frissesség fenntartása érdekében. A munkában a harmadik naponkénti, főleg szubmaximális intenzitással teljesített nagyobb terhelésű edzések alkalmazása látszik a legeredményesebbnek. Ilyen esetben a forma tartása 7–9 hétig is lehetséges, függően a versenyző egyéni sajátosságaitól és a felkészítés rendszerétől, tartalmától, időtartamától. Az ilyen típusú versenyzés után azonban ugyanabban a versenyzési időszakban szinte lehetetlen még egyszer kialakítani a csucsformát.

- Kétcsucsos forma kialakítása szükséges akkor, ha például júniusban és szeptemberben vannak fő versenyek. Ha a versenyző a formáhozozó ciklus végére elérte a csucsformát, akkor 3–5 hetes magas szintű versenysorozat állítható be. Ekkor az egész edzőmunkát a versenyzésnek kell alárendelni, tehát a ciklusban a nagyobb terhelésű egységeket a versenyek jelentik. Az ilyen rendszerű versenyzési ciklus befejezése után újra hangsúlyozott felkészülési munkának kell következni. A második csucsforma si-

* A tanulmány első része lapunk 1981/9. számában jelent meg /I-4.p./.

keres kialakítása érdekében a felkészülésre egy 6-8 hetes makrociklust kell beállítani. Ebben a ciklusban tiszta és vegyes felkészülést /4+2 vagy 4+4 hét/ kell folytatni úgy, hogy a fejlesztés a speciális felkészülési és a formáhozó ciklusok munkájához közelítsen terhelésben és tartalomban /az általános és speciális erőfejlesztés itt végig hangsúlyos feladat/. A tiszta felkészülési ciklus részben hasznos dolog, ha a résztávós futómunka jelentős részét terepen, erdőben végeztetjük, de a megfelelő intenzitás /85-90 %/ megtartása mellett. A ciklus második részében azután feltétlenül szükséges a formáhozó versenyzés, melyben 2-3 edzés-jellegű versennyel készítjük elő a második versenyszakaszt. Az ilyen rendszerű versenyzetetéshez értékes adalék az a tapasztalat, hogy akkor a legsikerebb a második versenyzési szakasz, ha felkészülési ciklusban úgy alakítjuk a terhelést, hogy a legnagyobb terhelés egy erős mikrociklus esetén 5-6 hét nagyon erős terhelésű ciklus esetén 7 héttel előzze meg a célversenyt. Ugy tűnik ugyanis, hogy a nagyobb terhelésű hetek beiktatása után ennyi idő kell ahhoz, hogy a versenyzéshez szükséges futórítmus újra kialakuljon.

- Vannak olyan esetek, amikor a fontosabb versenyek távol kerülnek egymástól, és több hónapon át kellene folyamatosan, magas szinten versenyezni. Ekkor az egyetlen lehetőség, hogy a versenyidőszak munkáját pontos terhelési hullámzás szerint végeztetjük, lehetőleg végig azonos hullámhosszakkal /pl. 3 hetes mezociklusok/. Ilyenkor az a legszerencsésebb, ha a terhelést úgy alakítjuk, hogy a fontosabb versenyek mindig a könnyű hét végére vagy mindig az első erős hét közepére stb. kerüljenek. Az alkalmazandó ritmus pontosan csak az egyén alapos ismeretével és a terhelések nagyságának figyelembevételével határozható meg. Az ilyen rendszerű edzésnél és versenyzésnél az a legnagyobb probléma, hogy nagyon nehéz a csúcforma kialakítását szabályozni és szinte lehetetlen azt hosszabb időn keresztül tartani. A közepes szinten való rendszeres versenyzést azonban jól lehet biztosítani. Ebben a versenyzési rendszerben a csúcforma irányítására az látszik alkalmasnak, ha a versenyidőszakban a legfontosabb verseny előtt egy 3 hetes /2+1/, hangsúlyosan képességfejlesztő mezociklust állítunk be, de a munka jellege nem tér el lényegesen az adott időszak munkájától. A tapasztalatok szerint, ha ebben a ciklusban nagyon magas az intenzitás és nagy a terhelés, akkor 4-6 héttel, ha pedig közepes az intenzitás és csak viszonylag nagy a terhelés, akkor 1-3 héttel a kiemelt verseny előtt kell ezt a mezociklust befejezni.

A versenyidőszak makrociklusainak megtervezéséhez és a feladatok kijelöléséhez összefoglalásként a következőket tartjuk szükségesnek kiemelni.

- A ciklusok megtervezésénél feltétlenül el kell dönteni, hogy milyen alaptípusú versenyzetési rendszert próbálunk követni, és ezzel összefüggésben kell a fontos versenyeket kijelölni. Ezután versenyzést és munkát rendszerbe foglalva kell dolgozni /alkalmanként 6 hétnél rövidebb makrociklusokra is szükség van/. Ha nem tudunk megfelelően súlypontoszni, akkor hosszabb időn keresztül /4-6 hétnél több/ csak közepeszerű eredményekre számíthatunk.

- A versenyidőszak munkájában az általános hatású edzésszerek köre a legtöbb esetben bővül, de nagyon ritkán alkothatnak ezek fejlesztési célzatu edzésegységeket. A szinttartás /pl. általános erőfejlesztés/ a regenerációt /pl. tartós vagy fartlek futás terepen/ stb. hivatottak elősegíteni.

3. A mezociklusok rendszere és feladata

Azokban az esetekben amikor a versenyző nagy és folyamatosan ismétlődő terheléssel dolgozik /legalább heti négy nagyterhelésű fejlesztő hatású egység/, akkor a végzett munka optimális megtérülésének elősegítése érdekében hosszabb távon is biztosítani kell a terhelés-pihenés egyensúlyát. Ezt a mezociklusokkal lehet rendszerbe foglalni. Így biztosítható, hogy a felhalmozódó fáradtság ne rontsa a munka hatékonyságát. A mezociklusok rendszerének alkalmazására tehát csak azoknál a versenyzőknél és csak akkor van szükség, amikor az egyes edzéseket nem lehet a mikrocikluson belül kipihenni.

A mezociklus a makrociklus részeként - annak alrendszeréeként - általában kettő-öt mikrociklust foglal egységbe. A gyakorlatban legtöbbször a 2+1, 3+1 és az 1+1 hetes időtartamu mezociklusokat alkalmazták. A mezociklus terhelési szerkezetének megválasztását a fejlesztés feladata, a munkavégzés szintje és a versenyző egyéni sajátosságai alapján lehet meghatározni a következő szempontok figyelembevételével:

- Gyorsaság, gyorsasági állóképesség és gyors-erő fejlesztésben amikor az intenzitás magas /85-100 %/ /a terjedelem pedig közepes/, akkor a 2+1 hetes mezociklus beosztás látszik a leghatásosabbnak. A rendkívül magas intenzitással /95-100 %/ végzett határterheléseknél az 1+1 hetes beosztás az ajánlható. A 80-90 %-os intenzitású és nagy terjedelmű munkavégzésben a 3+1 hetes beosztású mezociklus fokozhatja legjobban a felkészülés hatékonyságát.

- A szív és keringési rendszer működésének fejlesztésére fordított munkavégzésben /aerob fejlesztés/ vagy az erőállóképesség fejlesztésében általá-

ban nincs szükség a mezociklusos rendszerű terhelési hullámzásra. Ezekben az esetekben a terhelés-pihenés egyensúlyát teljes egészében a mikrocikluson belül kell kialakítani és a terhelés emelése akkor optimális, ha együtt halad az edzések hatásaként bekövetkező teljesítőképességbeli fejlődéssel.

4. A mikrociklus feladata és szerkezete

A mikrociklus a napi edzéseket foglalja rendszerbe. Időtartama általában egy hét, de egyes esetekben 4-6 napos ciklusokat is alkalmaznak. Az optimális edzéshatások kialakítása érdekében a mikrociklusokban biztosítani kell a terhelés-pihenés arányát, a terhelés hullámzásának szerkezetét. Meg kell határozni a különböző típusú edzőmunkák alkalmazásának számát és sorrendjét, biztosítva ezzel azt, hogy a munkavégzés időpontjában képes legyen a versenyző a tervezett munka megfelelő minőségű végrehajtására. A mikrociklus szerkezetének kialakításánál azt is figyelembe kell venni, hogy az optimális terv elkészítését és a munka elvégzését az segíti legjobban ha egy, vagy több makrocikluson keresztül azonos vagy legalább hasonló heti szerkezetben dolgozik a versenyző. Az elvégzett munkát ugyanis ilyen ismétlődő munkarend mellett lehet a legjobban, legpontosabban kiértékelni és ezáltal a következő ciklustervek elkészítéséhez jól használható szempontokat összegyűjteni.

A 400 m-es síkfutók edzésében a felkészülés speciális szakaszaiban és a versenyzésben a következő feladatok megoldását szinte folyamatosan biztosítani kell: a futótechnika javítása, a gyorsaság /közvetett vagy közvetlen hatásokkal/, a speciális állóképesség és az erő fejlesztése. A feladatok megoldásával kapcsolatban a mikrociklus szerkezetének kialakításához a következő legfontosabb tapasztalatokat lehet kiemelni:

- a gyorsaság fejlesztése csak megfelelően friss, pihent állapotban oldható meg;
- a gyorsaság és erő egy edzésegységben vagy egy napon való fejlesztése általában segíti az edzéshatások optimális szintjének kialakulását;
- a nagy terhelésű speciális állóképesség-fejlesztést szolgáló edzőmunkát az egyik napról a másikra nem tudja kipihenni a versenyző;
- a közepes vagy alacsony terhelésű általános állóképesség-fejlesztő munka /pl. tartós- vagy fartlek futás/ után a - következő napon - általában jók a technikai képzés és a speciális állóképesség-fejlesztés lehetőségei;
- a közepes vagy alacsony terhelésű általános erőfejlesztő munka után - a következő napon -, általában jók a gyorsaságfejlesztés lehetőségei.



ORSZ IRÉN
nagyszerű egyéni csúcst futott
400 m-en (51,88)

A felsorolt tapasztalatok figyelembevételével többféle mikrociklus szerkezetet lehet kialakítani. A legeredményesebb versenyzők munkájában a következő szerkezeti változatok fordulnak elő gyakrabban:

a/ A nagyobb és kisebb terhelésű napok folyamatos váltogatása, különböző jellegű edzőmunkák komplex edzésbe való összefoglalásával. Gyakran előforduló változat az, hogy a ciklus utolsó napján pihenő van és előtte két nagyobb terhelésű edzés követi egymást.

b/ Az első és negyedik napon: technikai képzés, gyorsaság és speciális erőfejlesztés.
A második és ötödik napon: speciális állóképesség-fejlesztés.
A harmadik és hatodik napon általános állóképesség, vagy általános erőfejlesztés.
A hetedik napon pihenő, vagy átmozgatás.
Ennél a változatnál a terhelés alakulása a makrociklus főfeladatától függően többféle lehet. Például:

- A speciális felkészülést előkészítő ciklusban, a második, harmadik, ötödik és hatodik napok terhelése nagy, az első és negyediké alacsony.

- A speciális felkészülés ciklusában, az első - negyedik nap terhelése nagy vagy közepes, a második - ötödiké nagy és a harmadik - hatodiké alacsony.

- A formához ciklusokban az első - negyedik nap terhelése nagy, a második - ötödiké közepes és a harmadik - hatodiké alacsony.

c/ Versenyidőszakban, az a/ pontban vagy a következőkben leírt változat fordul elő gyakrabban: az első napon átmozgatás, a másodikon technikai képzés, gyorsaság és speciális állóképesség-fejlesztés, a harmadikon koordinációs munka és erőfejlesztés.

A következő napokon a heti sorrend ismétlődik a ciklus végén pihenővel. Ekkor a terhelés alakulásában a második - ötödik napok terhelése nagy, a harmadik-hatodiké pedig közepes. Ha ciklus végén verseny van, akkor az ötödik nap programjából a speciális állóképesség, a hatodikéból pedig az erőfejlesztés általában kimarad. Ekkor mindkét nap terhelése alacsony.

III. Az éves terv elkészítése és az elvégzett munka kiértékelése

Az éves tervet az előző év munkájának alapos elemzése után, a szükséges dokumentumok birtokában lehet elkészíteni. A terv egyszerűen és áttekinthetően, tehát a legjobban használható formában, grafikus ábrázolással és szöveges kiegészítéssel készíthető el.

Grafikonon kell ábrázolni a ciklusok beosztását, a terhelés és a forma tervezett alakulását, a versenyeket, az edzőtáborokat és a legfontosabb ellenőrző edzéseket.

A kiegészítésben meg kell határozni a makrociklusok legfontosabb feladatait, az edzésszükségeket, azok heti alkalmazásának arányát és az egyéb fontosabb mutatókat /pl. a teljesítendő intenzív futómunka mennyiségét, a rajtgyakorlatok számát, a résztávok hosszának arányát stb./.

Az így elkészített terv konkrétan tartalmazza a szakmai munka legfontosabb összetevőit, amelyeket az éves terv összeállításánál rögzíteni lehet, tehát valóban irányt mutat a felkészüléshez. Ezt a tervet a munka folyamatában, az egyes mikro- vagy makrociklusok végén értékelni kell. Az így szerzett információk adhatnak megfelelő alapot ahhoz, hogy a munka folytatásában a ciklustervet, a következő évben pedig az éves tervet úgy állíthassuk össze, hogy az feltétlenül nyújtson segítséget a továbbfejlődéshez.

A 400 m-es síkfutók edzésmunkájából a következőket ajánlatos mikro-, de legalább makrociklusonként mennyiségi mutatókkal értékelni:

- Az edzések száma /igényes edzői munka esetén fontos mutató az, ha a nagy és a kis vagy közepes terhelésű edzéseket külön is feltüntetjük/.

- Az intenzív futómunka /85 % intenzitás fölött/ össz mennyisége /igényes edzői munka esetén nagyon fontos, hogy ezt a munkát két csoportban értékeljük:

85-93 % közötti és 93 % fölötti futómunka/.

- A 70-85 %-os intenzitási szintek közötti futómunka össz mennyisége.

- Az összes futómunka /terepfutás, futóiskola és résztáv futás/ mennyisége. /Ennek az értékelése az első két makrociklusban a legfontosabb/.

- Az erőfejlesztő edzések száma /igényes edzői munka esetén ajánlható a megmozgatott súlyok összegzése is/.

- A rajtgyakorlatok száma.

- A szökdelő gyakorlatok összege /távolságban vagy ismétlésszámban/.

- A futóiskola-gyakorlatok össz mennyisége.

- A résztávós futómunka /esetleg csak az intenzív futás/ össz mennyiségének táv hossz csoportonkénti megoszlása. /rövid távok: 0-120, közepes vágatávok: 130-250, hosszú vágatávok: 260-400 és a versenytáv fölött: 410-550 m/.

Az edzésmunka mennyiségi mutatóinak összegzése - annak ellenére, hogy a felkészülés speciális ciklusban és a versenyidőszakban a futómozgás könnyedsége - ritmusa és az intenzitás szintje fontosabb mutató - rendkívül hasznos lehet a ténylegesen végzett munka dokumentálására és elemzése segítségnyújtat a fejlesztés hatásfokának javítására.

IV. ÖSSZEFOGLALÁS

A 400 m-es síkfutók éves felkészülési tervének elkészítéséről és a végzett edzésmunka értékeléséről, összefoglalásként a következők emelhetők ki:

- A tervkészítésben az a legfontosabb, hogy jól áttekinthető és a munka irányítását segítő rendszert kell kialakítani. Erre a legalkalmasabb a ciklusos rendszer, makro-, mezo- és mikro ciklusokkal.

- Feltétlenül arra kell törekedni, hogy a felkészítés folyamatának azokat a legfontosabb összetevőit tervezzük, amelyek a munka irányítását és ezzel a fejlesztést meghatározhatják.

- Az edzéshatásokból a legfontosabb mennyiségi mutatókat feltétlenül összegezni kell, mert csak így lehet a ténylegesen elvégzett munkát elemezni és az elemzésekből kapott eredmények felhasználásával a munka hatásfokát növelő terveket elkészíteni.

OROS FERENC



A flop technika kinematikája biomechanikai filmelemzés segítségével^{*}

A legfontosabb eredményeket a II. táblázat foglalja össze, összehasonlítva a sikeres és sikertelen ugrást.

Néhány adattal kapcsolatos gondolatainkat a következőkben fogalmazzuk meg. A nekifutás utolsó lépésének sebessége v_n a 6,8 és a 7,4 ms^{-1} megegyezik az irodalomból ismert optimális sebességgel, hiszen a flopos versenyzők legjobb ugrásaikat 6 ms^{-1} felett, inkább 7 ms^{-1} -al közelítik meg. Nigg /13/ egy monográfiájában igen alapos felmérés eredményeként ezt a értéket jelzi optimálisnak, míg a hasmánt technikával ugrók legjobbjainak az 5 ms^{-1} -ot tartja optimálisnak. E monográfiában Biber 104 ugrást elemző tanulmánya, melynek fele floppal történt, rengeteg értékes, összehasonlításhoz szolgáló adatot tartalmaz. Nigg 1973-ban ott volt csoportjával Münchenben az NSZK-USA nemzetek közötti atlétikai viadalon is, ahol 60 ugrást filmezett le és értékelt ki. Ekkor ugrotta Stones az akkor csodálatosnak számító 230 cm-es világcsúcsát, melynél a v_n értéke 6,5 ms^{-1} volt. A kontakt idő t_k kérdésében is megnyugodhatunk, hisz Biber adatai szerint a floposok átlaga 0,19 s, a legjobbaké 0,17 s /Fűző mindkét kísérletnél 0,174 s/. Igaz, hogy Stones e verseny során mért értékei 0,135 és 0,166 s között voltak, s a világcsúcs ugrásakor 0,155 s volt. Hay /7/ ugyancsak úgy véli, hogy a jó flop technikával ugrók kontakt ideje 0,17 s, a rosszaké 0,19 felett van. A hasmántos ugrók kontakt ideje fordított, a rosszaké alacsony, a jóké 0,26 körül van. A hosszabb kontakt idő részben a nekifutás sebességének, részben a lendítő láb nyújtott vagy hajlított térdével magyarázható. A hasmántnál a nyújtott térdű lendítő láb megnyújtja az elugrás idejét, míg a flopnál a hajlított térdű lendítő láb, kisebb tehetetlenségi nyomatékkal rendelkezve, nagyobb szögsebességű, ezért a lendítés gyorsabban zajlik le. Ez természetesen a két technika speciális ismerve, önmagában az ugrás eredményességét csak közvetve befolyásolja, hiszen az egész mozgássorozatnak csak egy részét jelenti.

★

A tanulmány első része Lapunk 1981/9. számában jelent meg /I2-I4.p./.

Név	L	A	α	σ_1	σ_2	β_1	β_2	γ_1	γ_2	H_1	H_2	H_3	H_4	$H_{\max}$	ΔH_L	ΔH_Z	t_k	v_0	v_{0z}	v_n
Fűző (flop)	195	14	57°	147°	158°	157°	162°	52°	80°	74	106	132	100	206	11	32	174	5,17	4,33	6,8
	200	34	51°	157°	170°	157°	175°	60°	87°	80	118	120	87	205	5	38	174	5,5	4,24	7,4

A rövidítéseket vö. az 1. táblázatban találhatóakkal!

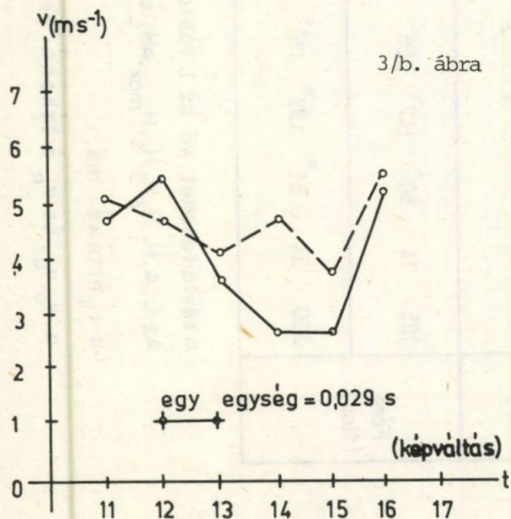
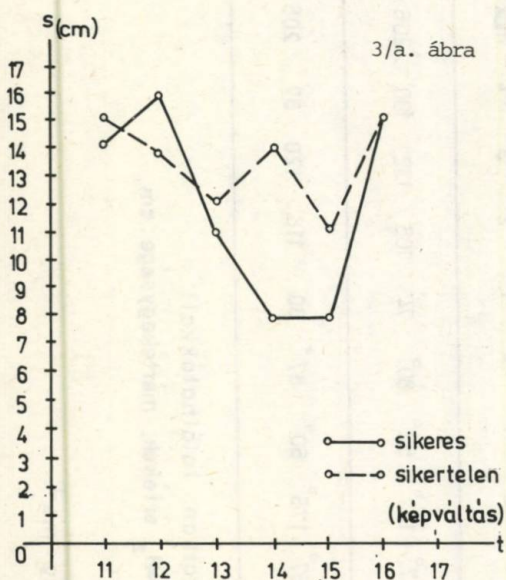
Az L, A, H_1 , H_2 , H_3 , H_4 , $H_{\max}$, ΔH_L és ΔH_Z értékek, mértékegysége: cm,

a t_k értéke: ms,

a v_0 , v_{0z} és v_n értékei pedig: ms^{-1} .

II. TÁBLÁZAT

Nígg többek között megjegyezte azt is, hogy a nekifutás sebességének ingadozása 10 %-on belül az eredményességet különösebben nem befolyásolja egyik technikánál sem. Ez az ingadozás $0,4-0,8 \text{ ms}^{-1}$ értéket jelent. Ha meggondoljuk, hogy még a súlypont vertikális gyorsítási útjának hossza sincs önmagában szoros összefüggésben a sikeres ugrásokkal, akkor elfogadhatjuk azt, hogy a nekifutás, az elugrás és a légmunka komplex optimalizálása a cél. A sok faktor között egymást kompenzáló hatások alakulhatnak ki, ezek természetesen egyéni jegyekként is rögződnek. Tehát egy ugró végső eredményességét, annak okait csak igen gondos, komplex analízáló munkával lehet megközelíteni. Figyelemre méltó, hogy Stones súlypont-pályagörbéjének kirepülési szöge meglepően állandó volt. Szintén állandó volt a kirepülési sebessége is, alig $0,3 \text{ ms}^{-1}$ ingadozással. Főző sikertelen ugrásánál az α kirepülési szög 60° -kal változott, a kirepülési sebesség $0,33 \text{ ms}^{-1}$ -al gyorsabb volt. Több más tényező mel-



lett talán e kettő is elegendő volt ahhoz, hogy a légmunka nem tudta e hatásokat kompenzálni, mondjuk nagyobb törzs ívképzéssel, s leverte a léceket./3. ábra/

Megfontolandó adat, hogy Stones és Wood a legnagyobb $H_{\max}$ távolságot a legkisebb H_1 távolsággal érte el. A nekifutás végén tehát a bedőléssel súllyesztett súlypont jelentősége nagy, ha a többi faktor is optimálisan "bejön".

Név	L	A	α	γ_1	γ_2	H_1	H_2	H_3	H_4	$H_{\max}$	ΔH_L	ΔH_Z	t_k	v_0	v_{0z}	v_n
Tanger (flop)	195	13	52°	67°	92°	90	132	122	80	212	17	42	150	5,03	3,9	5,9
	200	7	51°	67°	93°	90	132	125	83	215	15	42	160	5,19	4,02	5,5

A rövidítéseket vö. az 1. táblázatban találhatóakkal!
 Az $L, A, H_1, H_2, H_3, H_4, H_{\max}, \Delta H_L$ és ΔH_Z értékek mértékegysége: cm,
 a t_k értéke: ms,
 a v_0, v_{0z} és v_n értéke: ms^{-1}

III. TÁBLÁZAT

Hogy ne essünk a nagyzolás hibájába a Stornes-szal való összehasonlítás mellett, Tenger, B. svájci magasugró 195 cm-es magasságon végrehajtott sikeres és 200 cm-en sikertelen ugrását hasonlítjuk össze a III. táblázaton. Az adatok arra utalnak, hogy a nekifutás és a felugrás optimális volt, valószínű, hogy a légmunkában történt valami hiba. /A későbbiekben a flop légmunkájával még részletesebben kívánunk foglalkozni./

A 4. ábrán összefoglalva bemutatjuk a két ugró ugrásainak H viszonyait.

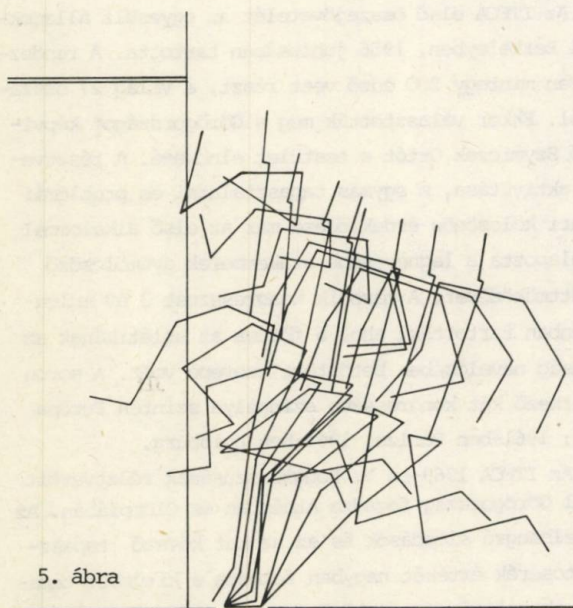
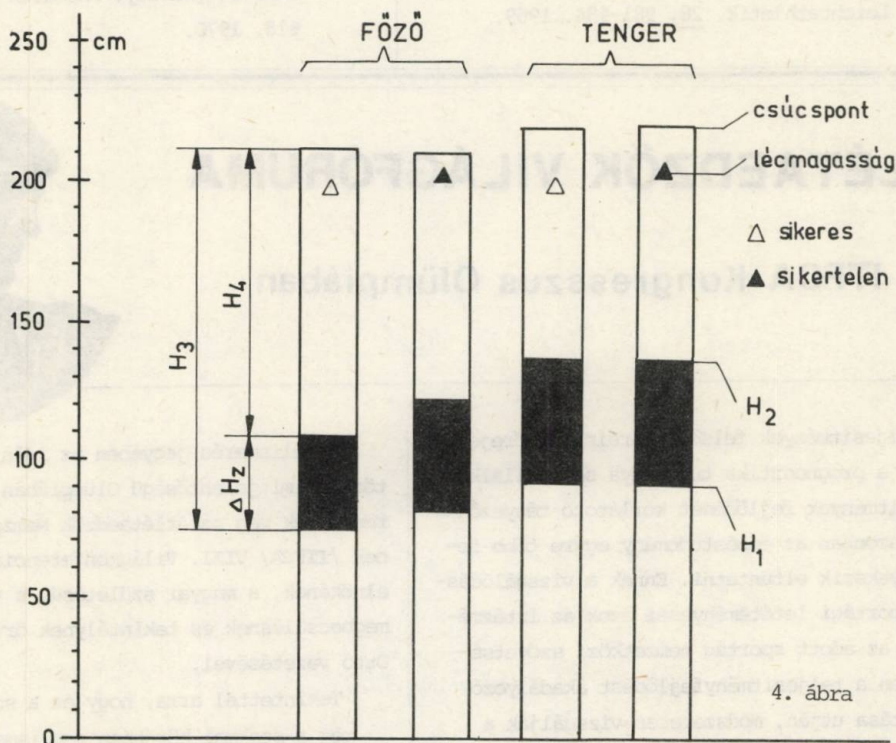
Az 5. ábra a támaszfázis alatti sematizált ki-

negramokat mutatja be.

Összefoglalásképp megállapíthatjuk, hogy a biomechanikai filmelemzés sok hasznos, objektív információt szolgáltat edzőnek, versenyzőnek, kutatónak egyaránt.

Hogy ezeket az információkat hasznosíthassuk, meg kell találni a közös nyelvet, a kutatónak meg kell tanulnia érthetően kérdést felvetni és arra érthető magyarázatot adni, az edzőnek és versenyzőnek érdeke kell, hogy legyen az együttműködés.

A flopra vonatkozóan a nekifutás és a felugrás



optimalizálásán túl - a kirepülés szögének rögzítése, a kirepülési sebesség optimalizálása - a légmunka során a lécc felett olyan gazdaságos átgördülést kell elérni, mely a törzs maximális ívképződésével jár együtt.

Irodalom

1. Barton J.: Biomechanika. Tankönyvkiadó. Budapest. 1974.
2. Biber, T.: Hochsprung, Leistungsbestimmende Parameter. Diplomarbeit am Laboratorium für Biomechanik der ETH Zürich, 1973. /ld. még Nigg /13/
3. Dähne, R.: Theoretische Bestimmung der Körperschwerpunktes durch Vereinigung der Teilschwerpunkte auf graphischem Wege. Theorie und Praxis der Körperkultur. 9, 836, 1966.
4. Dempster, W.T.: Space Requirements of the Seated Operator. Wright-Patterson Air Force Base, Ohio. 1955a. /WADL TR 55 159/

5. Djatschkow, I.: Zur Anlaufgestaltung im Hochsprung. *Der Leichtathletiktrainer*. 2, 29, 1960.
6. Hay, J.G.: *The Biomechanics of Sport Techniques*. Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs, N.J. 1973.
7. Hay, J.G.: *Biomechanical Aspects of Jumping*. Exercise and Sport Sciences Reviews, Vol. 3. Academic Press, Inc. New York. San Francisco. London 1975. 135-161.
8. Heinz, S.: Zum physikalischen Sinn des bogenförmigen Anlaufs beim Fosbury-Flop. *Leichtathletik*. 4, 121-124, 1974.
9. Kerssenbrock, K.: Beiträge zur Analyse des Fosbury-Flops. *Leichtathletik*. 28, 981-984. 1969.
10. Knoll-Egger: ld. Barton /1/. 78 old.
11. Miller, D.I és Nelson, R.C.: *Biomechanics of Sport*. Lea and Febiger. Philadelphia. 1973. 265. old.
12. Nigg, B.: *Biomechanik*. Vorlesungsmanuskript. Labor für Biomechanik. ETH. Zürich. 1974. 182. old.
13. Nigg, B. /szerk./: *Sprung-Springen-Sprünge*. Julius Verlag. Zürich. 1974. 182. old.
14. Tihanyi J.: A felugrás néhány biomechanikai vonatkozása magasugrásnál. *TF Tudományos Közlemények I-II*. 87-101. 1973.
15. Walton, S.: A template for locating segmental centers of gravity. *Research Quarterly*, 4, 615-618. 1970.

ATLÉTAEDZŐK VILÁGFÓRUMA

ITFCA Kongresszus Olümpiában



A sportteljesítmények felső határainak előrejelzésére ma még a prognosztika tudománya sem vállalkozhat. A teljesítmények fejlődését korlátozó tényezők feltárásában azonban az edzéstudomány egyre több fémérseket igyekszik eltüntetni. Ennek a vizsgálódásnak legfőbb sportági letéteményesei azok az intézmények, amelyek az adott sportág nemzetközi szövetségének kebelében a teljesítményfejlődést akadályozó tényezők kutatása útján, módszeresen vizsgálják a terhelhetőségben, a mozgásvégrehajtásban, a motivált-ságban rejlő feltételeket, a sportoló, valamint az őt nevelő és felkészítő edző kapcsolatának összefüggéseit, s főleg a sportban rejlő embernevelési értékeket. Ha emellett még azt is számításba vesszük, hogy korunkban a sikeres edző minősítésre csak az számíthat, aki a működési területének megfelelő sporttudományos ismereteket megbízhatóan elsajátította és azt tanítványainak személyiségére szelektíven lebontottan alkalmazza is, könnyen meggyőződhetünk azon források fontosságáról, amelyek e téren az ismeretszerzés, a tapasztalatgyűjtés és a véleménycsere fejlesztésére nyújtanak alkalmat.

A szakmai tájékozottságot előmozdító intézmények sorában a legjelentősebb fórumok közé tartoznak a sportágak tekintélyes szakembereinek időről-időre találkoztató és véleménycserét biztosító konferenciák, amelyek különösen az olyan alapsportágaknál fontosak, mint például az atlétika.

E felismerés jegyében az idén Görögországban, a történelmi jelentőségű Olümpiában május 24-30 között rendezték meg az Atlétaedzők Nemzetközi Szövetségének /ITFCA/ VIII. Világkonferenciáját, a szervezet elnökének, a magyar születésű, s világszerte nagy megbecsülésnek és tekintélynek örvendő Szymiczek Ottó vezetésével.

Tekintettel arra, hogy ez a szervezet hazánkban még a szakmai körökben sem ismert, az alábbiakban mutatjuk be:

Az ITFCA első összejövetelét az egyesült államokbeli Berkeleyben, 1956 júniusában tartotta. A rendezvényen mintegy 200 edző vett részt, a világ 27 országából. Ekkor választották meg a Görögországot képviselő Szymiczek Ottót a testület elnökévé. A résztvevők aktivitása, s egymás tapasztalatai és problémái iránti kölcsönös érdeklődése már az első alkalommal megalapozta a legnevesebb szakemberek gyűlölcsozó együttműködését. A második kongresszust 3 év múlva Athénban tartották, ahol a főtema az atlétikának az ifjúság nevelésében betöltött szerepe volt. A soron következő két kongresszus színhelye szintén Európa volt: 1961-ben Párizs, 1964-ben Duisburg.

Az ITFCA 1969-es V. Kongresszusának résztvevőit újból Görögország fogadta Athénban és Olümpiában. Az itt elhangzó előadások és az azokat követő tapasztalatcserék értékét nagyban fokozta a kitűzött tematika aktualitása: az előző évi olimpiai játékokról

elhangzott szakmai beszámolók. Az előadók olyan személyiségek köréből kerültek ki, mint például Daniel, A. a francia ugróatléták vezetőedzője, vagy Williamson, W. a görög vágtafutók amerikai edzője. A közép- és hosszútávfutásban végzett megfigyeléseiről a kenyai Mukora, Ch. számolt be, míg a dobószámokat Koltai Jenő elemezte a technikára, az edzés módszerekre, a bemelegítésre és versenyzésre, valamint a pszichológiai összefüggésekre vonatkozó megfigyeléseivel. Az NSZK-beli olimpiai benyomásairól Nett, T. a versenyzők mozgásáról készített oktatófilmjével, Keul, J. pedig az orvosi és biológiai vonatkozású következtéseivel kínált sikeres alkalmat a magas színvonalu tapasztalatcserére.

Az Atlétaedzők Nemzetközi Szövetsége VI. és VII. Világkonferenciájának sikeres megrendezése után, az 1981. évi összejuvetelnek ismét Olümpia, az olimpiai mozgalom és sport hagyományörző szent ligetének tőszomszédságában, a Nemzetközi Olimpiai Akadémia létesítménye adott otthont.

A testület tisztségviselőinek* nevében Szymiczek Ottó elnök a következőképp üdvözölte a meghívottakat:

"A sportpályákon versenyző atléták kapcsolataira igen nagy hatással van a világ szakedzői közötti kölcsönös barátság, ismeretség. Ez ad alapot a szélesebb körű együttműködésre és tapasztalatcserére az információk átadására ... Egy jó edzőnek mindenkor abban a helyzetben kell lennie, hogy vizsgálhassa az edzés, a felkészítés gyakorlati és elméleti kérdéseit. Ha az edző fel tudja használni a tudományok újabb eredményeit a gyakorlatban, kétségeit, bizonytalanságait is el tudja oszlatni a különböző témakörök specialistáinak segítségével. Ekkor mondható, hogy a gyakorlat együtt halad a kutatással, és ez hozza a fejlődést, az eredmények javulását."

* Elnök:	SZYMICZEK, O.	/GÖR/
Alaelnök:	DALES, G.	/EA/
	ODA, M.	/JAP/
Főtákar:	KUZYNECOV, V.V.	/SZU/
Végrehajtó bizottság:	MITROFANIS, M.	/GÖR/
	AWALA, E.	/NIG/
	BALLESTEROS, J.	/SPA/
	BOBIN, R.	/FRA/
	DA CUNHA, E.	/POR/
	JONATH, U.	/NSZK/
	KOLTAI J.	/MA/
	LE MASURIER, J.	/NBR/
	MUTHIAH, C.M.	/IND/
	DE OLIVEIRA, J.	/BRA/
	PADIAL, G.	/ARG/
	PROSS, J.W.	/AUS/
	STRASSER, E.	/AUT/
	WAZNY, Z.	/LEN/
Felügyelő bizottság:	WIGGER, E.	/SVÉ/
	GREEN, A.	/IZR/
	JANKOVIC, B.	/JU/
	ANTAL, Gy.	/GÖR/

Megnyitó beszédét az alábbi szavakkal fejezte be az elnök: "A Kongresszus közel egyhetes programjából látható, hogy sikeres erőfeszítéseket tettünk annak érdekében, hogy napjaink legkiemelkedőbb személyiségeit bevonjuk a munkába, ami kedvező feltételeket nyújt az eredményes tanácskozáshoz."

Az atlétaedzők VIII. világfórumán: közel 20 előadás hangzott el, olyan szaktekintélyek megfogalmazásában, akiknek neve nagyszerű versenyzők, elméleti kutatómunkájuk vagy mindkettő révén a legismertebbek közé tartoznak.

Néhány név és előadáscím:

Houvion, M.: Az élvonalbeli rudugrók edzése.

Ariel, G.: A számítógépes biomechanikai vizsgálatok hozzájárulása az élsportolók teljesítményének növeléséhez.

Dostal, E.: Filmelemző módszerek a technika javítására.

Sir J.: A Nemzetközi Atlétikai Szövetség új versenyszabályai.

Dardik, I.: Az orvostudomány az élsport szolgálatában.

Tomaszewski, R.: Kozakiewicz felkészítése.

Koltai J.: A gerelyhajítás technikai problémái.

Klissouras, B.: A laboratóriumi munka szerepe az élsportolók felkészítésében.

Dales, G.: Az edzők szerepe a pszichológiai felkészítésben.

Antal Gy.: Gondolatok a magas szintű sportteljesítményre való felkészítésről.

E néhány kiemelt téma is érzékelteti a mindig élénk eszmecserét és nézetalkotást elősegítő atlétaedzői világforum jelentőségét.

Dr. NYULÁSZI JÁNOS



Koltai Jenő előadást tart az ITFCA 1969. évi kongresszusán

... Hogy miért piszkáltak örökké, nem tudom. Egész eddigi életem problémákkal, törésekkel volt tele. Ezért is mondom, nagyon jó beszélgető partnert választottál személyemben, mert velem aztán mindig történik valami. Csak kicsit későn jöttél. A legutóbbi "balhém" egy éve zárult. Négy magyar bajnok volt a Fradnál, s mégis megbuktattak. Ellenem szavastatták a fiukat. Persze nem volt nehéz, hiszen keményen bántam velük. Igaz akkor eredményesek is voltak. Amióta kirugtak ... nos, voltak már jobb formában is!

... Isten bizony semmit nem vétettem. Nem csaltam, nem loptam, nem hazudtam, csak dolgoztam. Ez talán baj? Aprópó, meghívhatlak egy italra? Ugy könnyebben megy a beszéd, meg aztán egy ilyen csinos lányt nem is szabad száraz torokkal hagyni.

... Ki mondta, hogy én mindenkinek csapom a szelét? Szeretem a nőket is, az italt is. Na és? De mindkettőben csak a jót.

... Nem iszom soha annyit, amennyi ártana. És ha edzést kell tartanom, ha munkám van, az szent. A futás az első. Előfordult már, hogy hajnali hatig mulattam valahol és hétre kellett mennem edzést tartani. Aludtam egy félórát, aztán pontosan az edzés kezdetére ott voltam, s nem hiszem, hogy bárki bármit észrevett volna. Így hát csak akkor vádoljanak és piszkáljanak, ha valami hiba van a munkámban. A többihez senkinek semmi köze.

... Szeretem a középtávfutást. Egyszerűen a véremben van. Mindent megtettem érte, hogy olimpiát nyerjek: most is mindent megteszek, hogy esetleg valamelyik tanítványom tehesse. Azt hiszem ez a nagy akarás rontott el mindent. Engem vissza kellett volna fogni valakinek. Ehelyett mindig csak azt hajtogatták: még-még! Tuldaztettem magamat. Az 1963-as évben saját erőmből a világ azévi legjobb eredményét futottam 3.000 m-es akaddlyon, aztán közeledett a olimpia és egyre többen kezdtek beleszólni az edzéseimbe. Kértem, hogy hagyjanak, majd én csinálom, úgy ahogy eddig. De nem! Ráadásul, ha 30 km-t szabtak ki, biztosan 40-et futottam, ha 10x800 m-t kellett futnom, biztosan 15 sorozatot csináltam. Volt, hogy eltévedtem a terepen és hét órát futottam térdig érő hóban. Az előlimpiát még megnyertem, de már éreztem, itt baj lesz. Tehát csak

egy hét pihenő kellett volna, ha valaki rá tudott volna akart volna beszélni.

... Igen, nagy törés volt. Aranyérmet vártak, s én semmilyen se hoztam. Egyből ejtettek, dtnéztek rajtam, többen nyíltan szidalmaztak. Miért? Én mindent megtettem, sajnos. Kicsit lógni kellett volna.

... Ma már fordított az ábra, még a tehetséges tanítványaimat is nap mint nap noszogatni kellett. Én még olyan edzésnaplót vezettem, amibe az asnap végzett munka mennyiségén kívül érzéseimet, gondolataimat is lejegyeztem. Ma már sikernek számít, ha rá tudja venni az ember őket, hogy legalább az edzés tartamát felírják.

... Nem mondom, hogy ma nem érhet el egyik srác se az enyémhez hasonló eredményt, de valami mintha hiányozna belőlük. Én dolgoztam, tanultam, futottam egyszerre. Munkaidő kedvezményem, egy perc sem volt. Most meg, ebben a gyöngyéletben, amikor a tehetségeseknek nincs más dolguk, mint a futás, mindig van valami újabb nyafognivaló. Idén a bajnokságon, noha közel husz év telt el, 10 mp-cel rosszabb idővel nyertek.

... Nem vagyok keserű ember, csöppet sem. Főleg most. Az Építők SC befogadott, s mi több, hagy dolgozni. Igaz, a munkakönyvemben más van bejegyezve, de végül is edzőként tevékenykedem. Épp a héten voltam a Steirnetz gimnáziumban, hogy kiválasszak néhány gyereket, akikkel dolgozhatok. Senki se kért rá, mégis megtettem.

... Összegyűjtök egy tehetséges csoportot és elől-ről kezdek velük mindent. Ez éltet. S még valami. Időnyokkal eddig nem foglalkoztam, de most megpróbálom. Egyrészt a mai fiúk szívesebben járnak edzésre, ha ott lányok is vannak, másrészt úgy gondolom, hogy ők hamarabb érő gyümölcsök. Érted? Szeretnék, amint lehet újra bizonyítani. Tudom, hogy edző vagyok. Lehet, hogy kemény munkát végeztek a tanítványaimmal, de bajnokokat nevelek.

... Azt kérde, hogy vannak-e álmaim? Igen, vannak! Egy fiatal, nagyon tehetséges futónak abbahagyta a sportot, leginkább az edzője miatt. A neve egyelőre nem fontos. Nos, őt szeretném visszacsábítani a tartánra. Azt hiszem világklasszist tudnék faragni belőle.

/morvai/

história

1931. augusztus 9. A nap tízes sugarakkal pásztázza Budapestet.

Aki csak tehette ezen a forró napon kirándult a szabadba, evezni ment a Dunára vagy hűsölt egyet a budai hegyek árnyas fái alatt.

De... az atlétika hívei - akik abban az időben igen szép számmal akadtak - fittyet hánytak a turisztikának, s sűrű sorokban gyülekeznek Népszínház utca és körút sarkán a 28-as villamos végállomásánál.

A tömeg egyre nő, pedig nem futball meccsre mennek a Hungária körútra, a kék-fehérek játékában gyönyörköd-

ni, hanem az olasz-magyar válogatott atlétikai viadal megtekintésére készülődnek.

Amikor felvonul a két csapat, zug-zajong a nézőtér, melyen sűrű sorokban foglalnak helyet a nézők, a lelátokon csakugy, mint az állóhelyen. Atlétikánk feljövőben van, amikor tavaly sikerült a szomszédos FTC pályán a finn válogatott ellen győzni, egyszerre megnőtt a magyar atlétika ázsiója. A közönség pedig hálás. Ha értékes produkciót kap, leteszi a pénztárak ablakai előtt obulusait. Így volt ez a mai napon is az MTK pályán.

Izgalmas, nagy versenyekre van kilátás. Mielőtt eldördül a rajtpisztoly, a légy zümmögését is hallani lehetett, olyan feszülten, olyan izgatott csendben figyel a közönség. Nagy verseny következik valóban. A rajthelynél két olasz és két magyar futó gyülekezik. Közülük három igazi klasszis versenyző Szabó Miklós

Barsi László és az olasz Luigi Beccali személyében. A második olasz Gordoni itt aligha "rugthat labdába".

És utnak indulnak a futók. Hamar kiderül, hogy a szeszélyes Szabó Miklósnak ezuttal gyenge napja van. Hamar leszakad, s a másik olasz sem játszik itt ma komoly szerepet, annál inkább Barsi és Beccali. Fej-fej mellett küzdenek, miközben a közönség



Az MTK klubháza előtti kanyarban - ahol ma a maratoni kapu áll - Beccali vezeti a 800-as mezőnyt a szorosan mögötte futó Barsi előtt, akit már leszakadva Gordoni követ. Figyeljük meg a képen, hogy az állóhelynek ezen a részén is sűrű sorokban foglal helyet a közönség

egy emberként Bar-si! Bar-si! kiáltásokkal buzdítja a kiváló budai futót.

A célegyenesbe egy gondolattal Barsi fut be elsőnek. Lépései szemmel láthatóan felgyorsulnak, s szerez vagy 2-3 méter előnyt a nagy olasz futó előtt. Az egyenes közepén - ahogy akkor irták a lapok "a távolugró pályánál" biztosnak látszik a magyar siker. Ám ekkor a pihe könnyedén mozgó olasz futó ujit. Vészesen közeledik a lassan elmerevedő Barsihoz, akinek felső teste a fáradtságtól előbb kiegyenesedik, majd hátralendül.

A közönség tombolva biztatja bajnokunkat. Még három lépés, még kettő... azután Barsi szakítja el győztesként a célszalagot.

A versenyórák 1:53.4-et mutatnak, pontosan annyit, amennyit július 19-én mutattak, mert Barsi hajszálra annyit futott, mint három héttel ezelőtt, ami-

kor kerek 1 másodperccel javította meg az általa 1925 óta tartott 1:54.4-es magyar rekordot.

A magyar atlétika nagy sikerét hozta ez a nap, mert a tavalyi finnek és franciák elleni győzelem után ezuttal az olaszokat sikerült megelőznünk.

Lássuk csak 50 év távlatából kik is nyertek ezen a versenyen a magyar atléták közül. Zsitvai Zoltán 400 m-en, Kelen János 5.000 m-en, Késmárki Kornél a magas-, Zsuffka Viktor pedig a rudgrásban. Dobóink, régi jó magyar szokás szerint, ezuttal is remelkedtek. Súlylökésben Darányi József, diszkoszvetésben Madarász Endre, s gerelyhajításban Szepes Béla bizonyult a legjobbnak.

A pontozás rendszere akkortájt az egyéni számokban 4-3-2-1, a váltóban 8-4 volt. Ennek megfelelően a viadal végeredménye így alakult: 1. Magyarország 78 pont, 2. Olaszország 64 pont. Biztos, fölényes győzelem.

Mint írásunk elején leszögeztük a magyar atlétika ekkor feljövőben volt. Ezt igazolja az a tény, hogy akárcsak tavaly - amikor Finnország és Berlin ellen győzve veretlenek maradtunk - 1931-ben is így

történt, mert az olaszok megelőzésén kívül magyar sikert hozott Budapest-Berlin viadal és a lengyelek és osztrákok ellen is győztesként hagyták el a salakpályát versenyzőink.



Minden idők egyik legizgalmasabb végküzdelmében Barsi pompás győzelmet arat az olasz Beccali ellen, aki a következő évi Los Angeles-i olimpián az 1.500 méteres síkfutásban aranyérmet szerzett

KÉPESSY JÓZSEF

VALAMI HIÁNYZIK

Az ez évi országos atlétaértekezleten tűnt fel, hogy a Vigszínház világot jelentő deszkái felett függő hatalmas MASZ cimereből hiányzik valami. E megállapításhoz, persze nem kellett különösebben jártasnak lenni a heraldikában, hiszen a cimertan behatóbb ismerete nélkül is tudja mindenki, hogy a jellemző kifejeződése és a sajátos megtalálása itt is elsődlegesen fontos.

De mi a jellemző, a sajátos egy országos szövetség cimerében, melynek bemutatása célszerű, sőt elengedhetetlen.

Először is a rövidítés. Megvan!

Másodszor, a nemzeti jelleg kihangsúlyozása. A nemzetiszínű szalag formájában ez is megtalálható!

Harmadszor, az alapítás éve. Nos, ez az ami hiányzik és ez az, ami eligazítaná az érdeklődőt ebben a tradicionális kérdésben.

Hogy mely évszám kerüljön a nemzetiszínű szalag alá?

Erre vonatkozóan két megoldás is kínálkozik:

1. Az első Magyarországon rendezett atlétikai verseny évszáma /1875/, mivel innen számítjuk sportágunk hazai megszületését.

2. Az országos szövetség alapításának éve /1897/. Ez az évszám tényszerűbb, pontosabb, de lehet, hogy egész atlétikánkat illetően, kevésbé fedi a valóságot.

Azt, hogy végül is melyik kerüljön a cimerbe, döntsék el az arra illetékesek. A lényeg az, hogy ez mihamarabb megtörténjék!

T.T.J.

A SZAKOSZTÁLYOK

1981. ÉVI

RANGSORA

A MASZ Elnöksége 1981. évi április 13-i ülésén az atlétikai szakosztályok értékelési és rangsorolási rendszerét - az előző évektől eltérő módon - újból szabályozta. A szakosztályok értékelését, rangsorolását négy fő tényező szerint alakították ki, amelyek a következők:

1. Hazai bajnokságok és csúcseredmények
2. Nemzetközi eredményesség és csúcseredmények
3. Egyesületi CsB
4. Minősítések

A négy fő tényező szerint kialakított új értékelési rend számos olyan elemet tartalmaz, amelyek az előző évben nem kerültek értékelésre, változott az egyes bajnokságokért járó pontérték is, így az összehasonlításra lehetőség nincs a tavalyihoz képest.

Az alábbiakban ismertetjük az atlétikai szakosztályok 1981. évi október hó 10-ig - az egyes tényezőkben - kialakult végeredményét.

1. Hazai bajnokságok és csúcseredmények

1981-ben 16 hazai bajnokságot bonyolítottak le, amelyek közül csak a serdülő B-korcsoporthoz egyéni bajnoksága nem számított a pontversenyben. A 15 - pontozással értékelt - hazai bajnokság a következő volt:

1. Mezei bajnokság.
2. 50 km-es gyalogló bajnokság.
3. Ifjúsági gátfutó és ügyességi CsB.
4. Fiatalok gyalogló CsB.
5. Maratoni bajnokság.
6. Utánpótlás bajnokság.
7. Felnőtt összetett bajnokság.
8. 20 km-es gyalogló bajnokság.
9. Felnőtt OB.
10. Serdülő B-korcsoporthoz összetett bajnoksága.
11. Serdülő A-korcsoporthoz egyéni bajnoksága.
12. Ifjúsági OB.
13. Serdülő A-korcsoporthoz összetett bajnoksága.
14. Változó bajnokság.
15. Kismaratoni bajnokság.

A hazai bajnokságokért járó pontokat a csúcseredményekért járó pontok egészítették ki. /I. táblázat/

A pontértéktáblázat figyelembevételével a hazai bajnokság és csúcseredmények 1981. évi pontversenyét a II. táblázat részletezi. /A függőleges rovatok számai a bajnokságok már közölt sorszámaát jelzik./

Érdekes a csucok rövid áttekintése, amelyekért a bajnoki pontversenyben idén először lehetett pontot szerezni és ez természetesen befolyással volt a végeredményre.

Atlétáink 1981. évben 74 rekordot ért el, amelyeknek a megoszlása a következő:

	Férfiak	Nők	Összesen
Felnőtt	16	9	25
Utánpótlás	17	11	28
Ifjúsági	16	5	21
Összesen:	49	25	74

A csucok felsorolása:

Férfiak

Felnőttek: 100 m: Nagy 10,29, 400 m: Ujhelyi 46,40 és 46,19, 800 m: Paróczai 1:45,91. 30 km: Szekeres F. 1:33,51. 110 m gát: Bakos Gy. 13,93 és 13,77. 4x100 m: Válogatott /Nagy I., Babály, Kovács A., Kiss F./ 39,25. 4x200 m: Válogatott /Nagy I., Kovács A., Babály, Tatár/ 1:22,28. 4x400 m: Válogatott /Nagy M., Paulinyi, Paróczai, Ujhelyi/ 3:07,14 és Válogatott /Nagy I. Bakos Gy., Paróczai, Ujhelyi/ 3:06,80. 20 km gyaloglás: Szálas J. 1:24:00. Rud: Makó 538. Hármassugrás: Bakosi 16,94, 16,97 és 17,13. Utánpótlás: 100 m: Kovács A. 10,43 és 10,41. 400 m: Ujhelyi 47,13, 46,40 és 46,19. 800 m: Bereczki 1:46,17. 2.000 m: Bereczki 5:08,8. 5.000 m: K. Szabó 13:47,04 és 13:42,87. 10.000 m: K. Szabó 28:39,2. 30 km: Kozma 1:38:18. 110 m gát: Bakos Gy. 13,93 és 13,77. 20 km gyaloglás: Farkas 1:27:23. Kalapács: Sztítás 68,24. Povázson 68,34. Sztítás 69,42.

Ifjúságiak: 110 m gát /106 cm/: Megyeri 14,55. 10.000 m: Sajgó 30:55,94. 20 km: Sajgó 1:03:52. 2.000 m akadály: Vágó 5:40,97 és 5:39,74. 3.000 m akadály: Vágó 8:59,92. Rud: Molnár 491. Kalapács /6 kg/: Vida 69,78, 70,68, 72,64 és 73,54. Kalapács /7,25 kg/: Vida 63,16, 63,76, 65,38, 67,14.

Nők

Felnőttek: 100 m: Orosz 11,45. 200 m: Orosz 23,06. 1.500 m: Wéninger 4:08,73 és 4:08,69. 3.000 m: Jakab 8:58,7. Hétpróba: Bebesi 5578, Vanyek 5734, 5860 és 6010 pont. Utánpótlás: 800 m: Wéninger 2:01,69. 1.500 m: Wéninger 4:08,73 és 4:08,69. Magas: Sterk 187 /beállítás/, 190, 192 és 193. Hétpróba: Bebesi 5578, Vanyek 5734, 5860 és 6010 pont. Ifjúságiak: Suly: Elekes 15,04. Hétpróba: Téglási 5162, 5196 és 5416 pont. 4x800 m: Győri Dózsa /Sörös, Nagy J., Biacsics, Papp É./ 9:01,9.

	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	Országos csucs
a/ <u>Serdülő B-korcsoport</u>	7	5	4	3	2	1	-	-	-
- összetett egyéni									
- összetett csapat									
- váltóbajnokság									
- gyaloglócsapat									
- mezei csapat									
b/ <u>Serdülő A-korcsoport</u>									
<u>egyéni:</u>	12	10	8	6	5	4	3	2	-
- pályabajnokság									
- mezei bajnokság									
- kismaraton									
<u>csapat:</u>	6	5	4	3	2	1	-	-	-
- összetett									
- váltó									
- gyalogló									
- mezei									
- kismaraton									
c/ <u>Ifjúsági</u>									
<u>egyéni:</u>	14	12	10	9	8	7	6	5	20
- pályabajnokság									
- mezei bajnokság									
- kismaraton									
<u>csapat:</u>	7	6	5	4	3	2	-	-	10
- gátfutó- és ügyes- ségi CsB									
- összetett									
- váltó									
- gyalogló									
- mezei									
- kismaraton									
d/ <u>Utánpótlás</u>									
<u>egyéni:</u>	20	16	14	12	10	9	8	7	40
- pályabajnokság									
- kismaraton									
<u>csapat:</u>	10	8	7	6	5	4	-	-	20
- váltó									
- kismaraton									
e/ <u>Felnőtt</u>									
<u>egyéni:</u>	30	25	22	20	18	16	14	12	70
- pályabajnokság									
- maraton									
- mezei bajnokság									
- gyalogló bajnokság									
<u>csapat:</u>	15	12	10	9	8	7	6	5	35
- váltó									
- gyalogló									
- mezei									
- maraton									

Megjegyzések

- A 4x100 és 4x400 m-es váltókért az egyéni bajnokságokért járó pontokat kell adni.

- A bajnoki pontok csucsbeállítás esetén is járnak.

Hely	Szakosztály	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	Országos csucs	Összes pont
1.	U.Dózsa	72	-	9	-	22	176	50	-	522.5	29	60.5	88	-	8	20	512.5	1569.5
2.	NYVSSC	130	-	12	-	9	262	12	-	393	9	114	191	-	69	21	280	1502
3.	Haladás VSE	6	25	32	-	-	201	-	31	208.66	-	77	97	-	25	29	260	991.66
4.	Vasas	73	-	35	-	10	124	-	-	357	16	73.33	216	-	33	16	20	973.33
5.	TBSC	44	-	8	10	-	153.5	22	5	163.5	34	34	51	-	47	3	380	955
6.	Bp.Honvéd	41	52	3	-	-	53	-	86	387	5	11.5	94.66	-	38	6	78.75	855.91
7.	Csepel	39	-	13	-	38	110	36	-	363	3	27	76	-	32	-	87.5	824.5
8.	DVTK	86	8	8	5	-	225	20	26	226	7	41	94	-	36	27	-	809
9.	SZEOL AK	27	-	22	-	-	248	-	-	280	5	44	120	10	22	-	-	778
10.	Építők SC	21	49	16	-	49	125	39	7	265	2	7	41	-	27	42	80	770
11.	DMVSC	69	-	32	-	-	72	-	-	163	28	95	61.66	16	36	-	163.75	736.41
12.	Sz.MÁV MIE	-	-	31	-	-	172.5	-	-	125	7	85	44	13	17	-	105	599.5
13.	Szeksz.Dózsa	43	-	-	4	-	98	-	-	74	7	17.5	104	-	38	24	116.25	525.75
14.	DVTC	6	-	36	-	-	145	-	-	92	7	50	94	11	26	-	-	467
15.	TFSE	-	-	-	-	-	83	42	-	105	-	-	-	-	-	-	210	440
16.	PMSC	17	-	23	-	7	126	-	-	140	3	43	31	-	7	24	-	421
17.	Bp. Spartacus	6	12	2	-	-	28	-	-	144.66	5	17	65	2	13	2	90	386.66
18.	Videoton	5	-	4	-	-	132	22	-	36	-	16	21	-	18	-	70	324
19.	FTC	32	-	5	-	14	-	-	-	175.66	1	35	25	18	13	5	-	323.66
20.	BEAC	-	-	7	-	-	86	-	-	97	-	6	78	-	8	2	20	304
21.	MVSC	-	-	-	-	-	31	-	-	52	4	-	78	-	4	14	120	303
22.	Győri Dózsa	21	-	9	-	-	16	-	-	58	-	42	44	-	7	10	80	287
23.	Volán SC	64	-	-	-	69	12	16	-	104	-	-	7	-	-	-	-	272
24.	GEAC	-	-	-	12	-	17	-	-	137	-	21	54	3	-	-	17.5	261.5
25.	KSC	6	-	2	-	-	42	25	-	-	21	28	73	-	-	-	60	257
26.	MAFC	-	-	-	-	-	97	-	-	70	17	4	43.66	-	14	-	-	245.66

27.	MIK-VM	-	-	20	-	-	17	-	-	95	-	33	40	-	2	-	-	207
28.	H.Kun Béla SE	12	-	-	-	-	170	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	206
29.	Hevesi SE	-	-	-	-	-	36	-	-	50	-	-	-	-	-	-	113.75	199.75
30.	SZVSE	18	30	-	6	-	82	-	8	26	3	3	16	-	-	3	-	195
31.	STC	-	-	14	-	-	60	-	-	-	9	34	53	4	-	9	-	183
32.	KBSK	40	-	2	11	-	7	-	-	30	4	40	26	13	-	-	-	173
33.	KVSE	53	-	-	4	-	29	-	-	50	-	6	22	-	-	-	-	164
34.	B.csabai Előre Spartacus	1	9	13	8	6	10	-	18	50	8	12	20	-	-	9	-	164
35.	DKSE	18	-	2	-	-	17	-	-	42	9	36	22	-	6	6	-	158
36.	R.ETO	3	-	12	-	-	15	-	-	-	11	61	42	8	-	-	-	152
37.	ZTE	1	-	-	-	-	24	-	-	22	25	24	50	-	4	-	-	150
38.	K.Rákóczi	31	-	-	-	-	7	-	-	25	-	12	28	10	19	10	-	142
39.	BVSC	-	-	7	-	-	12	-	-	48	7	20	47	-	-	-	-	141
40.	DUSE	20	-	5	-	-	16	-	-	56	-	-	39	-	-	-	-	136
41.	Soproni SE	-	-	18	-	-	20	-	-	-	1	39	25	10	9	-	-	122
42.	Váci Izzó	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	20.5	86	-	-	-	-	116.5
43.	Olajbányász	-	-	6	-	-	9	-	-	-	5	26	31	-	8	-	-	85
44.	Mohács-Véménd	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	37	23	-	12	-	-	82
45.	ÓKSE	-	-	-	-	-	8	-	18	40	-	15	-	-	-	-	-	81
46.	Szombath.TK	22	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	-	-	72
47.	Bp. Postás	-	26	-	-	-	-	-	30	-	-	-	5	-	-	-	-	61
48.	S. VOSE	40	-	-	-	-	-	-	-	16	-	-	5	-	-	-	-	61
49.	Gyulai SE	5	-	-	-	-	-	-	-	-	3	15	36	-	-	-	-	59
50.	Egri TK	-	-	-	-	-	32	-	-	14	-	-	-	-	-	-	-	46
51.	B.gyarmati SE	-	-	-	1	-	22	-	-	12	1	8	-	-	-	-	-	44
52.	K.halasi AC	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	33	-	-	-	-	-	38

53.	BP. TK	5	-	-	-	-	27	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	37
54.	Pápai Textiles	13	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	37
55.	D.keszi VSE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	23	-	36
56.	Hatvani KVSE	-	-	-	4	-	-	16	-	-	4	-	-	8	3	-	-	35
57.	Ganz MÁVAG	-	-	-	-	-	17	12	-	-	4	-	-	-	-	-	-	33
58.	Bajai SK	-	-	-	-	-	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	-	30
59.	MOGAAC	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-	5	-	6	-	-	-	27
60.	Hódm. VSE	-	-	-	3	-	9	-	-	-	-	10	5	-	-	-	-	27
★ Központi Sportiskola		1	-	32	-	-	9	-	-	30	6	41.67	84	10	20	-	-	233.67

61.	Eger SE	26	71.	Lehel SC	14	81.	VM Közért	8	91.	Borsodi Bányász	3
62.	Tőrekvés	25	72.	Ceglédi VSE	13	82.	Tolnai VL	8	92.	III. ker. TTVE	1
63.	Szentesi Vizmű	24	73.	Báthory SC /Nyirbátor/	12	83.	Kisvárdai SE	8	93.	Bólyi Medosz	1
64.	H.Papp J. SE	23	74.	Olefin SC	12	84.	Váci Lőwy Gimn.	8	94.	Orosházi MTK	1
65.	Bocskai SE /H.böszörmény/	23	75.	Keszthelyi Haladás	12	85.	H. Kilián FSE	7	★ A KSI nem lett rangsorolva a pontversenyben.		
66.	Gyöngyösi SE	22	76.	Testvériség	10	86.	Érd	7			
67.	Dombóvári VSE	22	77.	N.körösi Pedagógus	10	87.	BKV Előre	7			
68.	Hajdu VASAS	17	78.	Dunai Kőolaj	10	88.	Székács DSK	5			
69.	Nagykátai VM	14	79.	PVSK	9	89.	Komáromi AC	4			
70.	Zalka KFSE	14	80.	Dorogi AC	9	90.	Tamási Szöv. SE	3			



eredmények

Ifjúsági Európa-bajnokság

Utrecht, 1981. augusztus 20-23.

FÉRFIAK

100 m: 1. Schröder, NDK 10.14, 2. Kistner, NSZK 10.33, 3. Pavoni, OL 10.39, 4. Saaristo, FIN 10.42, 5. Howell, NBR 10.53, 6. Jokl, AUT 10.55

200 m: 1. Schröder, NDK 20.69, 2. Szokolov, SZU 20.79, 3. Saaristo, FIN 20.83, 4. Boussemart, FRA 20.88, 5. Brown, NBR 21.17, 6. Reid, NBR 21.33

400 m: 1. Bennet, NBR 47.18, 2. Carlowitz, NDK 47.40, 3. Vaihinger, NSZK 47.48, 4. Terskin, SZU 47.63, 5. Rjaskot, SZU 47.66, 6. Trylus, NDK 48.17

800 m: BEREZKI JÓZSEF, MA 1:46.17, up. csucs, 2. SZALAI, MA 1:46.94, 3. McGeorge, NBR 1:47.03, 4. Elliott, NBR 1:47.35, 5. Kaliebe, NDK 1:49.15, 6. Ruszkin, SZU 1:50.12



K. SZABÓ GÁBOR

1.500 m: 1. Oehme, NDK 3:44.24, 2. Poirier, FRA 3:44.49, 3. Leguda, SZU 3:44.66, 4. Wijns, BEL 3:45.35, 5. Talor, NBR 3:45.81, 6. Georgiev, BUL 3:45.95

3.000 m: 1. Wachenbrunner, NDK 7:57.18, 2. Heine, NDK 7:59.05, 3. N'Dayisenga, BEL 8:01.30, 4. Mei, OL 8:01.62, 5. Del Sarto, OL 8:06.94, 6. O'Keefe, IR 8:08.52

5.000 m: 1. K. SZABÓ GÁBOR, MA 13:56.42, 2. Antibo, OL 14:03.73, 3. Krippschok, NDK 14:05.02, 4. Hantzogör, GÖR 14:14.31, 5. Anton, SPA 14:18.29, 6. Saino, FIN 14:21.97

4x100 m:

1. NDK /Weller, Bringmann, Oschkenat, Schröder/ 39.88
2. SZU /Poliscsuk, Szokolov, Szivcsenko, Szvjatnyenkó/ 40.21
3. FIN /Pyy, Törönnen, Jauro, Saaristo/ 40.58
4. OL /Ullo, Catalano, Moltrasio, Pavoni/ 40.62
5. BEL /Bianchet, Kerkhofs, Pote, den Dooven/ 41.09

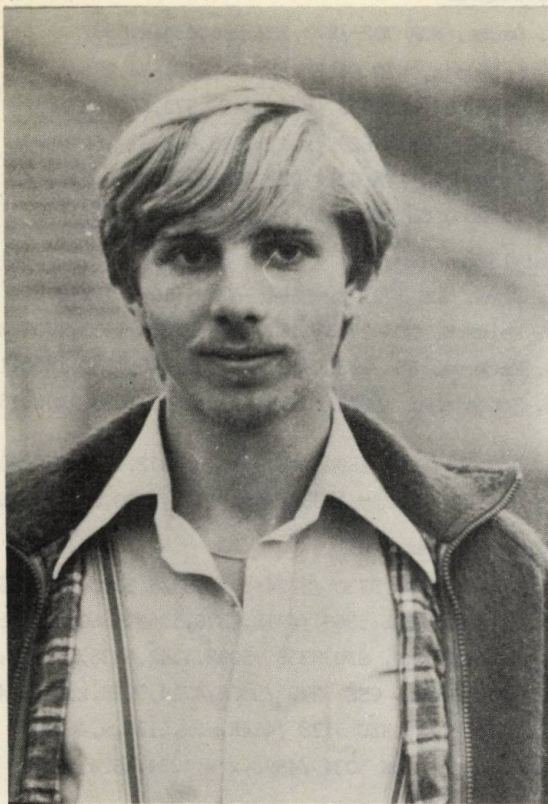
4x400 m:

1. NDK /Preusche, Löper, Trylus, Carlowitz/ 3:04.58
2. NBR /Weston, Gilkes, Dunn, Bennett/ 3:07.49
3. NSZK /Söhngé, Kaulin, Ende, Vaihinger/ 3:07.91
4. SZU /Rjasko, Micsenko, Kornijlov, Terskin/ 3:08.96
5. FRA /Quentrec, Gui, Lebouette, Fevrier/ 3:08.97
6. LEN /Suchocki, Michalski, Marzec, Rytel/ 3:09.01

110 m gát: 1. Pohland, NDK 13.80, 2. Oschkenat, NDK 13.85, 3. Batratcsenkó, SZU 14.10, 4. Giorgian, ROM 14.15, 5. Pliscsuk, SZU 14.18, 6. Schoch, NSZK 14.18

400 m gát: 1. Demirev, BUL 50.45, 2. Gui, FRA 50.63, 3. Ende, NDK 50.75, 4. Szemskov, SZU 50.79, 5. Nicsenko, SZU 50.87, 6. Cosi, OL 51.38

2.000 m akadály: 1. Hale, NBR 5:31.12, 2. Jüchert, NDK 5:38.02, 3. Glinskics, SZU 5:38.61, 4. Miscurnij, SZU 5:38.99, 5. VÁGÓ BÉLA, MA 5:39.74, 6. Hanninen, FIN 5:42.75 /Grassalkovits Tamás az előfutamban 6:06.65-el kiesett/



VÁGÓ BÉLA

10 km gyaloglás: 1. Kowalski, NDK 39:56.23, 2. Potasev, SZU 41:39.35, 3. Moskovics, SZU 41:06.56, 4. Weber, NSZK 42:09.98, 5. Arena, OL 42:49.15, 6. Lenglart, FRA 42:09.39

Magasugrás: 1. Krawczyk, LEN 226, 2. Motti, FRA 219, 3. Azizmuradov, SZU 219, 4. Paklin, SZU 219, 5. Matei, ROM 216, 6. Coche, BEL 216

Rudugrás: 1. Jansa, CSE 535, 2. Quinon, FRA 530, 3. Kasten, NDK 525, 4. Szmoljakov, SZU 520, 5. Peltoniemi, FIN 510, 6. BUL 500

Távolugrás:

1. Reichelt, NDK 776 /775,763,776,765, x, 765/
2. Rodin, SZU 773 /670,756,773,723,759,750/
3. Zwanzig, NDK 770 /734,759,753,743,770,754/
4. Herbert, NBR 764 /763,x,764,743,x,x/
5. Marloye, BEL 762 /762,746,745,728,729,734/
6. PÁLÓCZI GYULA, MA 761 /758,x,742,761,757,524/

Hármassugrás:

1. Acsvlediani, SZU 1676 /1676,x,1645,1590,x,1658/
2. Leonov, SZU 1654 /1587,1618,1644,1637,1617,1654/
3. Makin, NBR 1595 /1595,1573,1555,x,1585,1591/
4. PÁLÓCZI GYULA, MA 1586 /1511,1503,1586,x,x,x/
5. Bran, ROM 1583 /1560,1522,x,1550,1583/
6. Bilik, CSE 1570 /1555,1557,x,1570,x,1340/

Súlylökés:

1. Horn, NDK 1871 /1846,x,1871,x,x,1867/
2. Timmermann, NDK 1845 /1822,x,1750,1827,x,1845/
3. Stolz, NSZK 1777 /1537,1761,x,x,1777,1742/
4. Csernyisev, SZU 1742 /1640,x,1652,1690,1721,1742/
5. Koutsoukis, GÖR 1726 /1690,1726,x,1690,1687,x/
6. Ulleberg, NOR 1719 /1646,1666,1714,1719,1663,1687/

Diszkoszvetés:

1. Kimitrov, BUL 5662 /5108,5512,5462,5452,5662,x/
2. Christel, NDK 5612 /5166,5042,5068,4950,5458,5612/
3. Bruin, NOR 5588 /5434,4996,5554,x,5588,5496/
4. Griscsin, SZU 5498 /5294,5226,4986,4486,5498,5110/
5. Riese, NSZK 5298 /5298,4816,5228,x,5244,5268/
6. Georgakopoulos, GÖR 5252 /5252,x,5250,x,x,x/

Cerelyhajítás:

1. Hohn, NDK 8656 /8656,x,8190,7510,8534,x/
2. Bradstock, NBR 7918 /7218,7492,7236,7196,7918,7192/
3. Michielon, OL 7526 /6952,6462,7112,7274,7526,6686/
4. Jelström, DÁN 7486 /7486,6644,x,x,-,x/
5. Saviniemi, FIN 7456 /x,6508,7456,x,x,x/
6. Smit, HOL 7244 /7244,6786,x,x,6964,x/
7. SZEVEÉNYI KÁLMÁN, MA 7222 /6976,7222,x,6578,x,7124/

Kalapácsvetés:

1. Sahner, NSZK 6892 /6680,x,6892,x,x,6776/
2. Dorozson, SZU 6848 /6322,6670,6480,6758,6848,6674/
3. Korovin, SZU 6836 /6408,6786,x,6506,6682,6836/
4. Haber, NDK 6808 /6146,6808,x,x,6780,6682/
5. Odenthal, NSZK 6738 /6444,6698,6428,6696,6738,6572/
6. Gustafsson, SVÉ 6664 /6584,6638,x,6444,6664,6624/
8. VIDA JÓZSEF, MA 6540 /6540,x,6060,x,6188,6312/
10. SINKA ALBERT, MA 6372 /x,x,6372/

Tízpróba:

1. Romanjuk, SZU /11.26,711,1350,198,49.98,14.72,4294,490,5974,4:30.63/ 7918
2. Voss, NDK /10.89,735,1426,207,48.97,14.50,3666,460,4880,4:31.21/ 7912
3. Reintale, SZU /11.56,702,1208,201,52.03,14.75,3950,470,5902,4:39.08/ 7497
4. Wit, HOL /11.49,665,1169,192,49.98,15.16,3780,440,5390,4:30.60/ 7260
5. Fichtner, NSZK /11.55,689,1350,195,54.17,15.40,4490,440,5574,4:55.92/ 7249
6. Sterrer, AUT /11.40,700,1197,201,51.58,1532,3612,410,5070,4:38.61/ 7157
8. CZUDER ANTAL, MA /11.36,683,1265,180,51.82,16.19,4306,400,5622,4:39.45/ 7076

NÖK

100 m: 1. Böhme, NDK 11.33, 2. Thomas, NBR 11.43, 3. Beuster, NDK 11.50, 4. Loval, FRA 11.63, 5. Dobrev, BUL 11.66, 6. Kovtun, SZU 11.69

200 m: 1. Rieger, NDK 22.91, 2. Bocsina, SZU 23.13, 3. Beuster, NDK 23.31, 4. Griesse, NSZK 23.32, 5. Cazier, FRA 23.53, 6. Thomas, NBR 23.56

400 m: 1. Sztanova, SZU 53.21, 2. Bohne, NDK 53.54, 3. McDonald, NBR 54.24, 4. Bridgeman, NBR 54.74, 5. Andersen, NOR 54.87, 6. Pistrino, OL 55.03

800 m: 1. Vogelsang, NDK 2:02.65, 2. Rybicka, LEN 2:03.83, 3. Kirjukina, SZU 2:04.33, 4. Szavarukina, SZU 2:05.99, 5. Baker, NBR 2:07.39, 6. Krebs, DÁN 2:08.92

1.500 m: 1. Vansteenbroek, BEL 4:15.75, 2. Malukina, SZU 4:17.31, 3. Voldnes, NOR 4:18.72, 4. Gorbatsjuk, SZU 4:20.07, 5. Olafsdottir, IZL 4:21.47, 6. Persoons, HOL 4:23.49

3.000 m: 1. Sudak, SZU 8:58.30, 2. Mauer, NDK 9:20.01, 3. Möckel, NDK 9:22.00, 4. Jennis, BEL 9:28.66, 5. Melicherova, CSE 9:29.31, 6. Murray, NBR 9:35.55

4x100 m:

1. NDK /Gladisch,Rieger,Böhme,Beuster/	43.77
2. FRA /Ponchot,Cazier,Bily,Loval/	44.61
3. NSZK /Niggemann,Griesse,Hannemann,Bersch/	45.11
4. NBR /Kessebeh,Parry,McDonald,Thomas/	45.11
5. SZU /Kovtun,Mamajevskaja,Zujeva,Bocsina/	45.33
6. NOR /Zetterström,Thorsen,Andersen,Indrebo/	46.04

4x400 m:

1. NDK /Feuerbach,Vogelsang,Witzel,Bohne/	3:30.39
2. SZU /Zaharova,Kirjukina,Ponomarjeva,Sztanova/	3:31.41
3. NSZK /Griesse,Nagel,Fuhrken,Kondziella/	3:36.90
4. HOL /Tjepkema,Pouwenhorst,Dorlas,Stoot/	3:42.40
5. JUG /Catina,Colovic,Matakovic,Bozinowska/	3:43.28

100 m gát: 1. Böhme, NDK 13.20, 2. Kovarik, NDK 13.27, 3. Piquerau, FRA 13.76, 4. Lorentzon, SVÉ 13.82, 5. Untonaite, SZU 13.92, 6. Isenschmid, SVÁ 13.92

400 m gát: 1. Kirchner, NDK 56.41, 2. Lauvensteins, SZU 56.93, 3. Ponomarjeva, SZU 57.45, 4. Ludwigs, NDK 57.56, 5. Nagel, NSZK 57.68, 6. Olejniczak, LEN 59.99, 7. PALANEK ÉVA, MA 60.34

Magasugrás: 1. Breder, NSZK 190, 2. Fossati, OL 188, 3. Kosicskina, SZU 186, 4. Grosshennig, NDK 184, 5. Redetzky, NSZK 184, 6. Schröder, NDK 184

Távolugrás:

1. Daute, NDK 702 /670,702,666,634,x,633/
2. Lugovaja, SZU 643 /631,626,643,614,595/
3. Oladapa, NBR 636 /x,636,466,572,620,566/
4. Keller, NSZK 629 /x,471,625,608,617,629/
5. Gigandet, SVÁ 621 /621,436,607,571,x,592/
6. Cafaro, OL 620 /619,620,587,584,x,575/

Súlylökés:

1. Simm, NDK 1721 /x,1664,1678,x,1689,1721/
2. Reinsch, NDK 1703 /1670,1590,1531,1653,1703,1637/
3. Mitkova, BUL 1650 /1573,1503,1546,1530,1650,1606/
4. Schönleber, NSZK 1631 /1550,1631,1585,1492,1587,1557/
5. Petsch, NSZK 1596 /1596,1555,1572,1557,1536,1560/
6. Sajaržina, SZU 1585 /1585,1549,1500,x,1539,1558/

Diszkoszvetés:

1. Sachse, NDK 5730 /5324,5730,5336,5350,5320,5608/
2. Mitkova, BUL 5560 /4918,5376,5366,5560,5214,5296/
3. Mihalczenko, SZU 5338 /5092,4742,5338,x,5332,4368/
4. Lajbnerova, CSE 5228 /5008,4714,5228,x,7486,4912/
5. Kuleskima, SZU 5128 /4846,x,x,5128,x,4806/
6. Reinsch, NDK 5034 /4898,x,x,4284,4624,5034/

Gerelyhajítás:

1. Todorova, BUL 6412 /x,6146,6412,6108,6176,5986/
2. Kempe, NDK 6060 /5952,4790,x,5836,6060,5804/
3. Bergdahl, SVÉ 5840 /5396,5398,5840,x,5286,5744/
4. Stierwald, NDK 5376 /x,5376,4876,5118,5012,x/
5. Solberg, NOR 5340 /5024,4958,5340,5090,x,x/
6. Lakubenko, SZU 5260 /4072,5260,x,5096,x,4874/
7. HARTAI KATALIN, MA 5194 /5074,5032,5194,x,4590/

Hétpróba:

1. Tröger, NDK /14.40,1331,181,25.24,566,4462,2:16.28/ 6032
2. Dietze, NDK /14.75,1327,178,2488,614,3886,2:14.30/ 5991
3. Sztojcsseva, BUL /13.76,1239,155,25.24,589,4162,2:15.79/ 5991
4. Rowe, NBR /14.21,961,184,24.89,576,3310,2:10.91/ 5743
5. Abramova, SZU /14.36,1218,172,25.10,557,4672,2:29.02/ 5703
6. Epee, FRA /14.32,1124,187,25.16,583,3200,2:32.89/ 5568

Megjegyzés: Az ügyességi számoknál az aláhuzott eredmények a reálisak!

Összeállította: LÉVAI GYÖRGY

Országos junior bajnokság

NŐK

Budapest, 1981. június 5-7.

100 m-es síkfutás

Bajnok: Petróczi Ágnes /SZEOL AK/ 12.08, 2. Palócz Ibolya /SZEOL AK/ 12.21, 3. Fazekas Ilona /NYVSSC/ 12.51, 4. Kovács Ágnes /Eger SE/ 12.57, 5. Németh Ilona /DVTIK/ 12.61, 6. Bagó Éva /Haladás VSE/ 12.66, 7. Göcze Andrea /Haladás VSE/ 12.70 /+1.8 m/s/

200 m-es síkfutás

Bajnok: Petróczi Ágnes /SZEOL AK/ 24.37, 2. Palócz Ibolya /SZEOL AK/ 25.08, 3. Fazekas Ilona /NYVSSC/ 25.48, 4. Bagó Éva /Haladás VSE/ 25.53, 5. Sándor Erika /Szolnoki MÁV MTE/ 25.94, 6. Németh Ilona /DVTIK/ 26.05, 7. Kovács Ágnes /Eger SE/ 26.20, 8. Varga Judit /Haladás VSE/ 26.54 /szélcsend/

400 m-es síkfutás

Bajnok: Kósa Erika /SZEOL AK/ 56.15, 2. Zarnóczai Klára /NYVSSC/ 56.78, 3. Bányai Ilona /Hevesi SE/ 57.37, 4. Bagó Éva /Haladás VSE/ 57.94, 5. Szepesi Éva /NYVSSC/ 58.10, 6. Varga Judit /Haladás VSE/ 58.21, 7. Torda Erzsébet /Bgyarmati SE/ 58.74, 8. Göcze Andrea /Haladás VSE/ 60.02

800 m-es síkfutás

Bajnok: Wéninger Katalin /Tbányai Bányász/ 2:10.28, 2. Kósa Erika /SZEOL AK/ 2:11.03, 3. Tóth Mária /NYVSSC/ 2:11.05, 4. Schusztér Mária /Csepel/ 2:13.31, 5. Szalai Éva /Sopron/ 2:14.40, 6. Nyitrai Zsuzsa /DVTIK/ 2:14.47, 7. Jeszenszki Emma /Vasas/ 2:14.49, 8. Csamangó Jusstina /SZEOL AK/ 2:15.45

1.500 m-es síkfutás

Bajnok: Wéninger Katalin /Tbányai Bányász/ 4:30.03, 2. Visnyei Mária /SZVSE/ 4:32.72, 3. Schusztér Mária /Csepel/ 4:32.75, 4. Felsőbüki Klára /Vasas/ 4:32.93, 5. Nyitrai Zsuzsa /DVTIK/ 4:36.87, 6. Szabó Karolin /Csepel/ 4:39.29, 7. Csamangó Jusstina /SZEOL AK/ 4:42.56, 8. Csizmadia Mária /MTK VM/ 4:45.72

3.000 m-es síkfutás

Bajnok: Wéninger Katalin /Tbányai Bányász/ 9:19.8, 2. Felsőbüki Klára /Vasas/ 9:25.2, 3. Visnyei Márta /SZVSE/ 9:28.6, 4. Szabó Karolin /Csepel/ 10:06.0, 5. Csizmadia Mária /MTK VM/ 10:53.2, 6. Oláh Anikó /BEAC/ 10:56.4, 7. Petrik Éva /Vasas/ 10:58.2, 8. Lovas Mariann /DVTIK/ 11:05.8

4x100 m-es váltófutás

Bajnok: SZEOL AK /Kósa Erika, Palócz Ibolya, Petróczi Ágnes, Demecs Mária/ 48.38, 2. NYVSSC /Szepesi Éva, Szenczi Erika, Fazekas Ilona, Zarnóczai Klára/ 49.59, 3. DVTIK /Nyitrai Zsuzsa, Juhász Hilda, Boros Erzsébet, Németh Ilona/ 49.63, 4. Szolnoki MÁV MTE /Töröcsikné Kozik Ilona, Szarvas Márta, Varga Edit, Sándor Erika/ 50.50, 5. MAFC /Papp Éva, Boros Ildikó, Moncz Ildikó, Váczi Éva/ 52.24, 6. Bp-i TK /Érsek Kiss Erzsébet, Szujkó Piroska, Tömör Magdolna, Kovács Andrea/ 55.04

4x400 m-es váltófutás

Bajnok: SZEOL AK /Kósa Erika, Palócz Ibolya, Petróczi Ágnes, Demecs Mária/ 3:50.85, 2. NYVSSC /Tamás Aranka, Szepesi Éva, Tóth Mária, Zarnóczai Klára/ 3:53.45, 3. DVTIK /Nyitrai Zsuzsa, Juhász Hilda, Boros Erzsébet, Németh Ilona/ 4:01.70, 4. Vasas /Csátré Klára, Petrik Éva, Jeszenszki Emma, Felsőbüki Klára/ 4:12.08, 5. Szekszárdi Dózsa /Gombár Judit, Rása Myrtill, Wiedemann Éva, Jéhn Éva/ 4:17.27, 6. Szolnoki MÁV MTE /Sándor Erika, Szarvas Márta, Töröcsikné Kozák Ilona, Varga Edit/ 4:22.68, 7. Bp-i TK /Érsek Kiss Erzsébet, Szujkó Piroska, Tömör Magdolna, Klucsik Éva/ 4:31.88

100 m-es gátfutás

Bajnok: Bebesi Gabriella /Videoton/ 14.06, 2. Vanyek Zsuzsa /TFSE/ 14.24, 3. Garzó Erika /BEAC/ 15.00, 4. Szabó Csilla /Videoton/ 15.14, 5. Varga Judit /Haladás VSE/ 15.78, 6. Töröcsikné Kozik Ilona /Szolnoki MÁV MTE/ 18.50 /+2.0 m/s/

400 m-es gátfutás

Bajnok: Gyovai Gertrud /U.Dózsa/ 59.36, 2. Zarnóczai Klára /NYVSSC/ 60.92, 3. Torda Erzsébet /Bgyarmati SE/ 62.44, 4. Szepesi Éva /NYVSSC/ 63.26, Varga Judit /Haladás VSE/ 63.52, 6. Boros Erzsébet /DVTK/ 63.60, 7. Bányai Ilona /Hevesi SE/ 63.90, 8. Demecs Mária /SZEOL AK/ 64.42

Magasugrás

Bajnok: Juha Olga /Vasas/ 185, 2. Sterk Katalin /Tbányai Bányász/ 185, 3. Csörsz Magdolna /Bp. Spartacus/ 174, 4. Mikola Irén /NYVSSC/ 170, 5. Horváth Beáta /TFSE/ 165, 6. Bekecs Ildikó /TFSE/ 165

Távolugrás

Bajnok: Vanyek Zsuzsa /TFSE/ 640, 2. Bebesi Gabriella /Videoton/ 627, 3. Szabó Éva /Hevesi SE/ 597, 4. Szenczi Erika /NYVSSC/ 597, 5. Szabó Andrea /SZEOL AK/ 590, 6. Dornbach Ildikó /BEAC/ 554, 7. Salakta Judit /Haladás VSE/ 549, 8. Szarvas Márta /Szolnoki MÁV MTE/ 530

Súlylökés

Bajnok: Kripli Márta /Bakony Vegyész/ 14.17, 2. Szabó Katalin /Haladás VSE/ 14.09, 3. Hatlaczkai Zsuzsa /Nagykátai/ 13.53, 4. Soós Ágnes /Videoton/ 12.63, 5. Hunyadvári Mária /NYVSSC/ 11.94, 6. Kovács Katalin /NYVSSC/ 11.46, 7. Nagy Erika /KSC/ 10.92, 8. Hegedűs Sára /KSC/ 10.89

Diszkoszvetés

Bajnok: Kripli Márta /Bakony Vegyész/ 56.36, 2. Szűcs Éva /SZVSE/ 51.78, 3. Berky Katalin /U.Dózsa/ 48.72, 4. Kertész Tekla /SZVSE/ 48.66, 5. Nyers Emma /U.Dózsa/ 48.42, 6. Törő Sándorné /Építők SC/ 46.88, 7. Szabó Katalin /Haladás VSE/ 45.60, 8. Hunyadvári Mária /NYVSSC/ 44.78

Gerelyhajítás

Bajnok: Malovec Zsuzsa /U.Dózsa/ 54.54, 2. Kispál Mariann /TFSE/ 53.80, 3. Gál Judit /Építők SC/ 51.86, 4. Kovács Ágnes /BVSC/ 45.80, 5. Németh Gabriella /BEAC/ 43.02, 6. Varga Anikó /Hmvásárhelyi VSE/ 37.64

Hétpróba

Bajnok: Bebesi Gabriella /Videoton/ 5707 p.
/14.25, 11.55, 168, 25.18, 611, 35.48
2:18.3/

2. Kovács Katalin /NYVSSC/ 5060 p.
/16.00, 11.71, 164, 26.45, 526, 29.12
2:19.8/

3. Töröcsikné Kozik Ilona /Szolnoki MÁV MTE/ 4731 p.
/16.19, 10.20, 168, 27.26, 560, 31.84
2:50.2/

4. Dornbach Ildikó /BEAC/ 4567 p.
/15.90, 9.00, 150, 26.98, 545, 25.88
2:29.4/

5. Józsa Éva /Bcsabai Előre Spartacus/ 4524 p.
/16.70, 9.61, 155, 27.36, 486, 30.76
2:28.3/

6. Zimonyi Zsuzsa /Győri Dózsa/ 4443 p.
/17.55, 8.56, 150, 26.95, 512, 27.90
2:21.2/

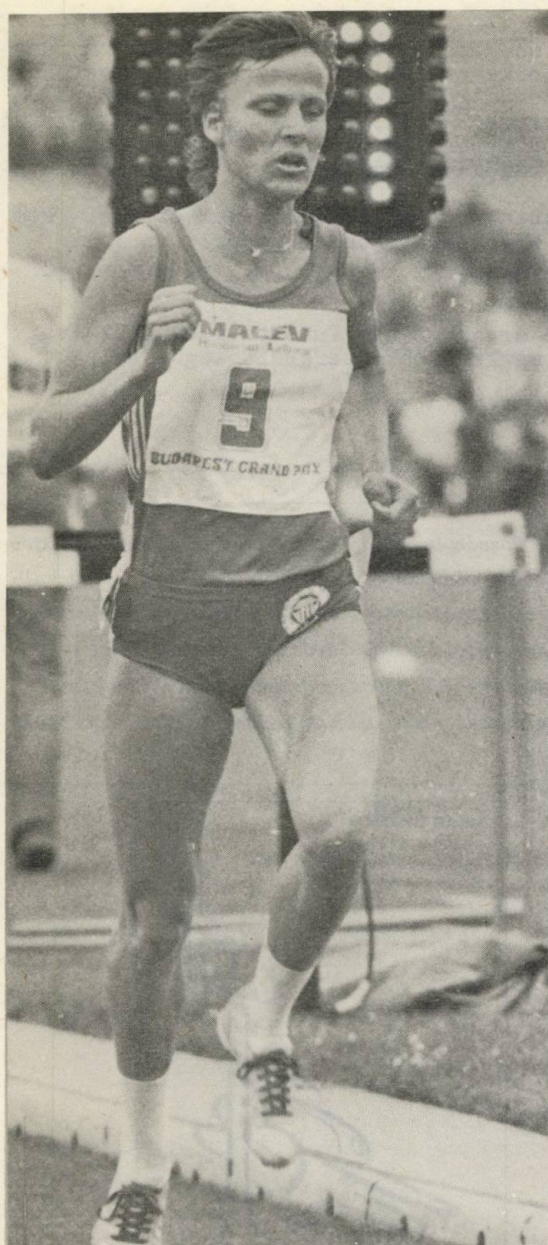
7. Henter Ágnes /BEAC/ 4357 p.
/17.00, 10.56, 155, 28.29, 464, 31.72
2:38.2/

Vanyek Zsuzsa/TFSE/
/14.30, 11.97, 168/ három szám után feladta



Összeállította: LÉVAI GYÖRGY

MindenFéle



Wéninger Katalin

SZÜLETETT: Szfehérvár, 1961. márc.4.

EGYESÜLET: Szfehérvári SI
Videoton SC
Tatabányai Bányász SC

EDZŐK: Pokrovenszki László
Kiss György (1979-)

AZ EREDMÉNYEK ALAKULÁSA:

	800 m	1.500 m
1976	2:18,0	4:54,0
1977	2:15,3	4:45,0
1978	2:12,7	4:33,5
1979	-	-
1980	2:08,3	4:22,5
1981	2:01,69	4:08,69

Az Esti Hírlap tudósítója, többek között a következőket jelentette Rómából, a Világ Kupa ez évi küzdelmeinek színhelyéről (1981. szept.4.):

"Az Olimpiai Stadion futópályáját ... kilencesre bővítették, ezzel együtt megnőtt a kísérleti lehetőségük száma az ügyességi atlétáknak is."

"A kilenc résztvevő földrész Óceánia, Afrika, USA, Európa, NDK, Szovjetunió, Ázsia, Amerika, Olaszország férfi és női csapata vág neki a ma este kezdődő háromnapos küzdelemnek."

A tudósítást elolvasva a következő kérdések merültek fel bennünk:

- Mi köze a futópályák bővítésének az ügyességi versenyzők rendelkezésére álló kísérleti lehetőségek számához?

- Mióta földrész az USA, az NDK, a Szovjetunió vagy a házigazda Olaszország?

Az OTSH folyóiratában, a Sportvezető ez év júliusi számában, Nyerges Mihály tollából "Magasabb követelményekkel" címmel írás jelent meg, amelyben a főtákar elemzi sportágunk helyzetét, fejlesztési lehetőségeit, ismerteti a MASz elnökség eddig végzett munkáját, további terveit, a testület előtt álló megoldandó feladatokat.

Akik az elmúlt évek során rendszeres résztvevői voltak a Balaton Bajnokságnak, tapasztalhatták, hogy mindig barátságos volt a fogadtatás, a versenyek zökkenőmentesen zajlottak, s az arra érdemesek szép tiszteletdíjakat kaptak. Az idén a vendéglátó Veszprém megyeiek minden eddigi szívélyességüket felülmulva, egy újabb szép gesztussal kedveskedtek a résztvevőknek. A megyei atlétikai szövetség kezdeményezésére, a bajnokság legjobb eredményt elérő versenyzőit és azok edzőit /!/ a küzdelmek után egy baráti hangulatu vacsorára invitálták, ahol tiszteletdíjakat nyújtottak át a legjobb eredményt elérő győzteseknek, s a legtöbb pontot összegyűjtő egyesület képviselőjének.

Az összejövételre meghívott vendégek számára nem az elfogyasztott étel vagy ital, de még a tiszteletdíjak sem, hanem elsősorban a vendéglátók kedvessége, s a hivatalos aktust követő baráti beszélgetés hangulata tette emlékezetessé ezt az estét.

Tavasszal tárgyalta a MASz Intéző Bizottság a szövetségi szakbizottságok ez évi munkatervét. Az ülés vége felé az Atlétika ujdonsült szerkesztője is felszólalt, s egyebek között előadta azt a kérését, hogy az egyes szakbizottságok alkalomadtán küldjenek rövid tájékoztató anyagokat végzett munkájukról a lap számára. A bizottságok jelenlévő vezetői részéről kötelező ígéret nem hangzott el ugyan, de a kérést nem is háritotta el senki. Mindez, valamint a szövetség elnökének a felvetést támogató megjegyzései, reményekre jogosították a szerkesztőt.

Nos, közel egy év elmultával, az említett szakbizottságok részéről sem szóban, sem írásban, senki nem kereste meg lapunkat. Ebből az alábbiakat gondolhatjuk:

- Semmi érdemleges, említésre méltó munkát nem végeztek, tehát nincs is miről beszámolni.
- Annyi tennivalójuk volt, hogy ezek közepette arra már nem futotta idejükből (vagy nem tartották fontosnak), hogy a kért módon megkeressék szerkesztőségünket.

Nagyon reméljük, hogy az utóbbi feltevésünk a helytálló.

A debreceni IBV alkalmából a népi demokratikus országok fiatal atlétáinak évente megrendezésre kerülő seregszemléjének 1976 és 1980 közötti eredményeit közreadó kiadványt jelentetett meg a MASz.

A mintegy 200 oldalas magyar és orosz nyelvű könyv - a címlaptól kezdve, a bevezető oldalakon át, az eredményeket részletesen ismertető részekig - hemzseg a nyelvhelyességi hibáktól, az idegen nevek írásának pontatlanságától, a szerkesztői következetlenségektől.

Miután ez nem egyedi eset a Szövetség gondozásában megjelenő kiadványoknál, az elkövetkezendőkben nem ártana több figyelmet szentelni az ilyesfajta dolgokra is!

K.F.

A szeptember 27-i Országos Kismaratoni Bajnokság szervezői egy elég izléses plakátot bocsátottak ki. A kaposváriak kezdeményezése mindenképp üdvözlendő, hiszen jó hírverést csináltak vele a versenynek, s az utvonal feltüntetésével versenyzőnek, érdeklődőnek egyaránt hasznos információt szolgáltatottak. Szépséghibája a dolognak, hogy a plakátot díszítő antik görög vázán vágtázó, s nem pedig stilszerűen, hosszútávfutó alakok láthatók, jóllehet a korabeli vázákon az ilyesfajta ábrázolás sem ritka!

A Pozsonyban megjelenő Start című színes sportlap utolsó oldalán mindig egy neves hazai vagy külföldi versenyzőt mutat be olvasóinak. A július 27-i 30. szám hátoldaláról Paróczai András színes képe mosolyog ránk. A szöveges rész röviden ismerteti 800-as csúcstartónk eddigi pályafutását, s jövőbeli terveit.

MILAN LIPOVSKÝ



Megjelenik havonként. — Szerkesztőség: 1143 Budapest, Dózsa György út 1-3.

Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a kézbesítőknél és a Posta Központi Hírlap Irodánál (Postacím: Budapest V József nádor tér 1. 1900.), személyesen v. postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra.

Számonként kapható a Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Iroda és Nyomtatványboltjában, 1061 Budapest, Népköztársaság útja 6.

ISSN 0571-799x

Előfizetési díj 1 évre 84.- Ft, számonként 7,20 Ft.

INDEX SZ.: 26-035

**Budapest
kommunális épületeinek
építője a**



TRANSPORTBETONT

adunk el:

Vállalatoknak, szövetkezeteknek, társasház
építőknek és a lakosságnak. 10 m³ feletti mennyiség
nél bedolgozást is vállalunk!



INFORMÁCIÓ:

Hoffmann Jenő főművezető 23. ÁÉV.
1108 Budapest, Kozma u. 7. Tel.: 472-396

Sportkönyv

MOST JELENT MEG:

Sportolók igazolási és átigazolási szabályzat	OTSH	5.50
Sportolók minősítési szabályzata	OTSH	20,—

KAPHATÓ SPORTKÖNYVEK:

ATLÉTIKA II. Szerk.: Koltai Jenő	108,—
Az edzés és versenyzés pszichológiája, Szerk.: dr. Nádori	55,—
dr. Péteri—dr. Árky: A sportsebészet alapjai	
TF Válog. cikkek: Atlétikai dobások	10,50
TF Válog. cikkek: Motorikus tesztek	18.50

Megvásárolhatók, illetve megrendelhetők:

SPORTPROPAGANDA VÁLLALAT nyomtatványboltja
1061 Budapest, Népköztársaság útja 6.
Levélcím: 1366 Budapest, Pf. 66.

