

ATLÉTIKA

1981 SEP 1



OLYASÓTEREM

TARTALOM:

A gerelyhajítás technikai problémái

XVII. Nyári Uttörő Olimpia

Steve Scott

III. Világ Kupa

21 éveseké a világ

Sebastien Coe

Országos Egyetemi és Főiskolai Bajnokság

A "csodagyerek"

Serdülőkorú lányok gátfutó edzése

Megjegyzések a MASZ évkönyvhöz

Bucsu Farkas Mátyástól

Ifjúsági senior verseny

Egy óra különbség

Mindenféle

1981/8

Megjelent a Sportpropaganda újdonsága!

Telefoninterjú Alan Jones-szal

Legérdekesebb sztoriját megírta Ferjancz Attila

AUTÓS SPORTPARÁDÉ

Rallye, túra és hegyi versenyekről

AUTÓS SPORTPARÁDÉ

Hogyan lehet önből autóversenyző? Hogyan lett Alan Jones autóversenyző? Kik voltak eddig a Forma-1. világbajnokai? Mit tartalmaz az idei nemzetközi autós versenynaptár?

Ezekre és ezekhez hasonló érdekes kérdésekre kaphat választ a Sportpropaganda most megjelent Autós Sportparádé című kiadványában.

Jól választott a Sportpropaganda, amikor szerzőnek a két „öreg motorost” Petress Istvánt és Szűcs Lászlót választotta ki, akik nemcsak a sportág egyik legjobb hazai ismerői, hanem remek írók is. Ezt bizonyítják a sorozat eddig megjelent füzetei. Ilyenek voltak: a Sportturmix Autósoknak, az Autós Sportlexikon és az Autós Sportrevü.



Kiadványunk megvásárolható minden újságárusnál és vállalatunk terjesztési osztályán (Bp. VI., Népköztársaság útja 6.).



ATLÉTIKA

XXV. ÉVF. 8. szám

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

1981. AUGUSZTUS

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. augusztus

Koltai Jenő

A GERELYHAJÍTÁS TECHNIKAI PROBLÉMÁI

Elhangzott az
Atlétaedzők Nemzetközi Szövetségének /ITFCA/
8. Világkongresszusán
(Olympia.1981. május 24–30.)

Nem túlzás azt állítani, hogy a moszkvai olimpia egyik legnagyobb meglepetését a magyar gerelyhajítók gyenge szereplése okozta. Formáján alul teljesített Németh Miklós, s ez számunkra nagy csalódást okozott. Az pedig egyenesen megdöbbentett bennünket, hogy Paragi Ferenc éppen az olimpián, mintegy 17,5 %-kal maradt el 96,72 m-es világcsúcsától.

A kudarc okát magyarázó találgatások között két alapmotívum szerepelt:

- rossz volt a formaidőzítés;
- rossz versenyzők, nem bírják elviselni a nagy versenyek idegi megterhelését.

Mindkét megállapítás olyan általánosítás, amely elmondható mindazon világcsúcstartóra, akit a verseny előtt a világ szakmai közvéleménye jogosan bajnok- vagy éremesélyesnek kiált ki, de a versenyen kirívóan csődöt mond. /Moszkvában a magyarokon kívül így járt még az NDK két kiváló dobója, a gerelyhajító R.Fuchs és a diszkoszvető W.Schmidt is./

Az ilyen általánosításnak csak akkor van értelme, ha egyrészt az egyénre is bizonyító erejű tényeken alapul, másrészt hasznos tanulságokkal szolgál. Azt ugyanis statisztikai adatokkal bizonyítani lehet, hogy a gerelyhajítás és a diszkoszvetés a nagy tétre menő versenyeknek szinte mindenkor meglepetésszáma volt. Az objektív tények felfedésével a "miért"-re is feleletet lehet adni. Amikor viszont az atlétára rásütjük a "rossz versenyző" bélyegét, rendszerint nem felelünk a "miért"-re, elmarad az okozati tényezők feltárása és a tanulságok levonása.

Esetünkben is elfogadhatatlan leegyszerűsítés lenne gerelyhajítóink gyenge szereplését csak a pszichikai tényezőkre fogni. Az ilyen eljárás nem visz előre, sőt súlyos pedagógiai baklövés. Minél többször "magyarázzuk" versenyzőnk rossz szereplését pszichikai állapotával, annál inkább megerősítjük benne a nagy tétért menő versenyektől való félelmet. Elhitetjük vele, hogy idegileg alkalmatlan a nagy versenyeken való helytállásra. Ehelyett "okosabb", mondhatni egyedül célravezető, ha megkíséreljük felfedni azokat az /életmódbeli, felkészülésbeli, versenyzésbeli stb./ objektív okokat, amelyek segítik előidézni atlétánk versenyeken tapasztalható bizonytalanságát. A néha jelentéktelennek látszó tanulságok levonása, kis hibák kiküszöbölése lehetővé teszi a még jobb felkészülést, növeli a versenyző önbizalmát, versenybiztonságát, segít a jó versenyzői képesség kialakításában.

Ennek érdekében erősíteni kell a versenyzőnek azt a meggyőződését, hogy a versenyen lényegesen nagyobb tud dobni, mint az edzéseken /ideértve a versenyszerű edzéseket is/. Könnyebben tehetjük ezt, olyan versenyzők esetében, akiknél tárgyyszerű adatokkal tudjuk bizonyítani, hogy a versenyeredményük méterekkel jobb mint az edzéseken, felmérésekkor elért legjobb eredményük. Németh Miklós és Paragi Ferenc ilyen versenyzők. Edzésben – még versenyszerű edzésben sem – soha, egyik sem érte el a 90 m-t. Németh legjobb edzéseredménye 88 m, Paragié 87 m. Ezeket az eredményeket mindkét atlétánk sokszor túlszárnyalta a versenyeken. Ilyen alapon azt mondhatjuk, hogy Németh és Paragi nem rossz versenyzők. /Németh ezenkívül az olimpián is bizonyított, még hozzá világcsúccsal./

Más képet kapunk viszont, ha azt vizsgáljuk, hogy élete valamennyi dobását figyelembe véve, ki, hány-szor volt képes a 90 m-t tud dobni. Némethnek ez nyolcszor, Paraginak kilencszer sikerült. /Paragi eddig sem olimpián, sem Európa-bajnokságon nem tudott bizonyítani./ Ezen az alapon tehát dicsekedni sem lehet a "jó versenyzői képességgel". Mi lehet az oka a versenyeredmények ekkora labilitásának?

A gerelyhajító versenyteljesítménye lényegében négy alaptényezőtől függ:

1. A fizikai képességek színvonala; alkati tulajdonságok; a kondíció állapota.
2. A pszichikai tulajdonságok színvonala.
3. A technikai készség színvonala.
4. Külső körülmények - különösen az aerodinamikai áramlások - befolyásoló hatása.

Az 1-4. pontokban felsoroltak adott esetben együttesen, kölcsönhatásban határozzák meg a versenyteljesítményt.

Előadásom időkerete nem ad lehetőséget arra, hogy a négy alaptényezőt, akár csak nagy vonalakban is felvázoljam. Mondanivalómat ezért elsősorban a versenyző által változó körülmények között is uralt hajító technikai készség magas színvonalának szükségessége köré csoportosítom. A másik három tényezővel, csak a technikai készséggel összefüggésben, utalásszerűen foglalkozom.

Az "aerodinamikai áramlások" szerepének fontosságát elegendő megvilágítanom azzal a nézők által is jól látható gyakorlati tapasztalattal, miszerint egyetlen dobószámban sem fordul elő /még ugyanazon verseny keretében sem/ akkora szórás /mintegy 15-20 %-os eredményeltérés/ egyazon versenyző 6 dobása között, mint a gerelyhajításnál. A diszkoszvetésnél 8-12 %-os szórás található. A súlylökésnél és a kalapácsvetésnél viszont -ahol a dobószere az aerodinamikai áramlások csak kis mértékben hatnak- néhány százaléknál nagyobb szórás, csak durván elrontott dobás esetében fordulhat elő.

A szakemberek előtt az is közismert, hogy a gerelyhajító mozgással golyóval, versenyszerűen végrehajított 6 dobás között az eredményeltérés ritkán haladja meg az 5 %-ot. A gerelyhajításnál /és a diszkoszvetésnél is/ tapasztalható nagy szóródás tehát, elsősorban nem a hajítás folyamatában elvégzett gyorsító munkából adódik, hanem a szer repülése közben a levegő áramlására rendkívül érzékeny gerelyek sajátosságaiból. Ezt a tényt pusztán logikusan végiggondolva is elfogadhatjuk. De alátámasztják, tudományosan igazolják azok a megbízható sebességmérő eljárások, amelyekkel ma már a versenydobások repülési kezdősebességét mérni tudjuk. Ezek a mérések igazolják, hogy nem egy esetben az egyforma kirepülési szöggel, ugyanakkora vagy nagyobb kezdősebességgel kidobott gerelyek lényegesen kisebb távolságra repülnek. Ilyenkor az eredménycsökkenés legfőbb oka a gerely hibás "vezetése", a karral-kézzel gyorsítás folyamatában; vagyis a gyorsító erő nem a gerely hossz-tengelyének irányában hat. Evvel a témával már számos értékes tanulmány és előadás is foglalkozott. Ezek sorából most csak Terands, J. előadását emelném ki példaként, amely az Atlétaedzők Nemzetközi Szövetségének /ITFCA/ az indiai Patialában tartott kongresszusán hangzott el.

Hazánkban Horváth Márton hét élvonalbeli gerelyhajító, összesen 43 dobását elemezte, s tanulmányát az Atlétika 1978/12. számában közölt tanulmányában adta közre. Ezek közül Paragi Ferenc 11 dobásának és Németh Miklós 6 dobásának néhány /átlagolt/ paraméterét emelem ki:

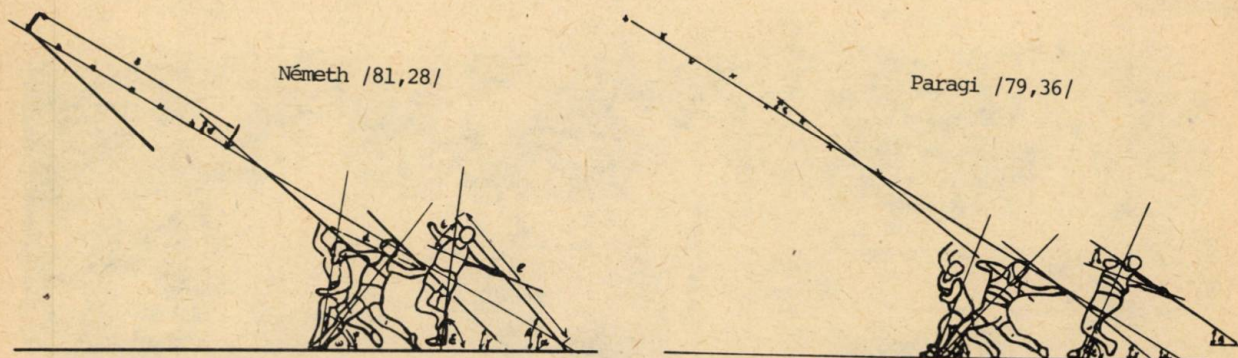
	Paragi F.	Németh M.
Kidobási végsebesség /v m/s/	32,41	33,28
A gerelysúlypont kirepülési kezdőszöge /fok/	32,80	30,17
A gerely hossz-tengelyének eltérése a súlypont utjától /fok/	5,80	10,50
Dobáseredmény /m/	83,04	81,16

Külön figyelmet érdemel Németh Miklós dobásainál tapasztalható rendkívüli nagy átlag szögeltérés /10,50/ a gerelysúlypont kirepülési szöge és a gerely hossz-tengelyének a vízszintessel bezárt szöge között. Ez az élvversenyzők gyakorlatában szokatlanul nagy eltérés idézi elő azt, hogy a 33,28 m/s kidobási sebesség ellenére, csak 81 m-re repült a gerely.

Paragi Ferenc dobásai között is található olyan 32 m/s feletti kezdősebességű dobás, amelynél a gerely súlypontja optimális szögben repült ki, de a gerely hossz-tengelye felfelé és jobbra jelentősen eltért a súlypont utjától. Így az elméletileg "kihozható" kb. 105 m helyett, a gerely mindössze 79 m-re repült. A gerely felgyorsításában résztvevő izmok erő kifejtésének összehangolása, a hajító mechanizmus tehát kitűnően

működött. A technikai kivitelezés az un. lényeges részében, a gerely gyorsításában kifogástalan volt. "Csupán" a gerely vonalban vezetése nem sikerült. Emiatt tulajdonképpen a hallatlanul nagy erő kifejtés kárvessző, hiszen a 79 m-es dobáshoz elegendő a 28 m/s kezdősebesség is. /1. ábra/

Azért is választottam előadásom fő témájául ezt a problémát, mert úgy ítélem meg, hogy a gerelyhajítók felkészítésében a türelmes technikai iskolázás, a technikai edzésen belül pedig a legfinomabb koordinációt kívánó gerelyvezetés iskolázása háttérbe került. Ez is erősen közrejátszik abban, hogy egy-egy "el-talált" dobással esetenként rendkívül nagyot dobó versenyzők más versenyeken, gyakran a nagy világversenyeken, elképesztően kicsit dobnak.



1. ábra

Vizsgáljuk meg, hogy a gerely milyen saját mozgásokkal rendelkezhet a dobó kezéből való kirepülése pillanatában. Továbbá, milyen hatással lehetnek ezek a "saját" mozgások a dobások távolságára. Alapvetően a következő mozgásokat végezheti:

- adott sebességgel, adott irányba halad;
- hossz tengelye körül forog;
- kereszt tengelye körül elfordul;
- alakváltozást végez, hosszában meghajlik, rezeg.

A gerelynek ezeket a mozgásait a versenyző erőközlései hozzák létre. Amint a gerely elhagyta a dobó kezét, teljesen a versenyzőtől független külső erők hatása alá kerül. A külső erők közül egyértelműen csökkenti a dobás távolságát:

- a nehézségi gyorsulás;
- a levegő-ellenállás;
- a hossz tengelye körül forgó gerelyt pályájáról eltérítő Magnus effektus /jóllehet ez utóbbi csak jelentéktelen mértékben hat/.

Jó gerelyfekvés esetében növelheti a dobástávolságot a "navigálást" elősegítő felhajtóerő.

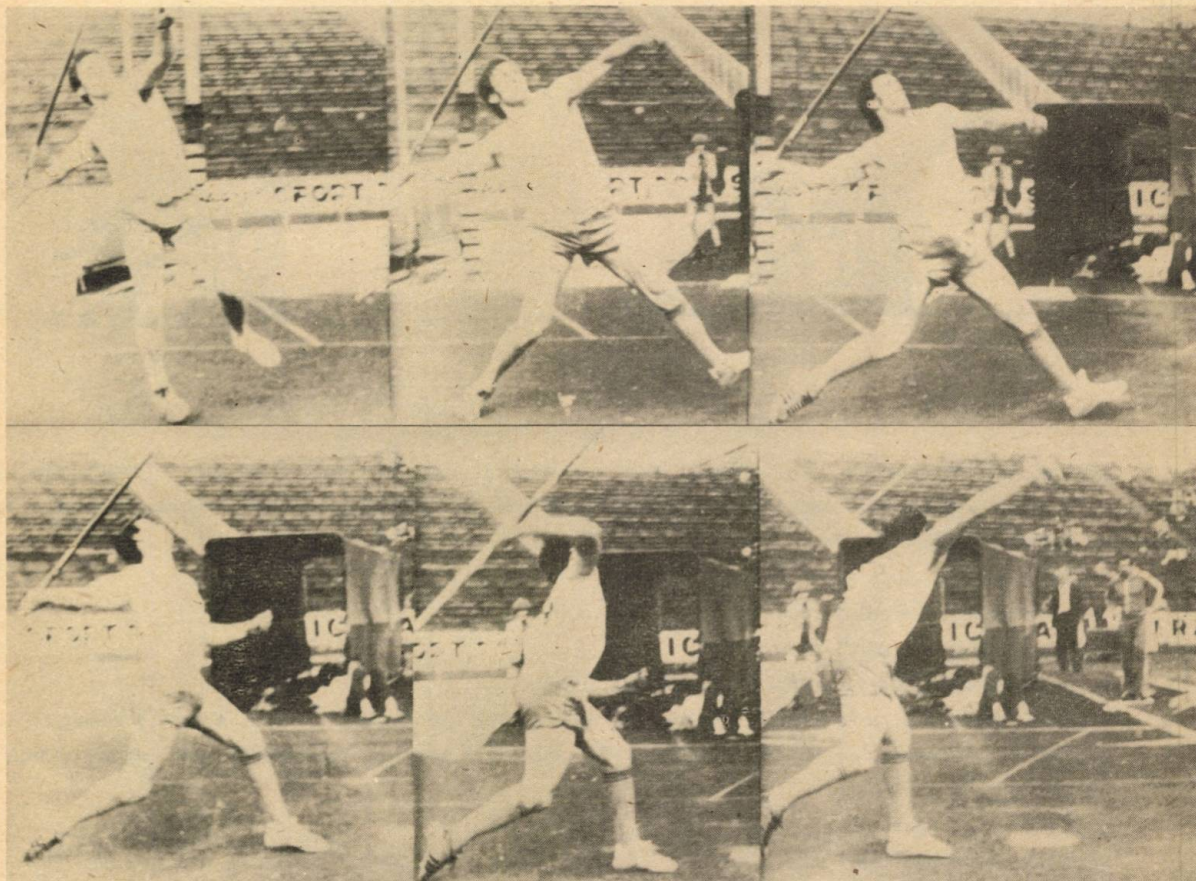
A versenyző által létrehozott gerelymozgások közül - a ferdehajítás közismert összefüggései alapján - egyértelműen hasznos: a mínél nagyobb repülési kezdősebesség /"v"/ és az ehhez tartozó optimális kirepülési szög /"α"/.

A hossz tengely körüli forgás - ha a többi tényező optimális - csak igen kis mértékben rontja az eredményt. A jelenleg használatos gerelyfogás következtében elkerülhetetlenül létrejön ez a forgás. Ugyanis a gerely végső kicsapásakor a szert még gyorsító, a gerelyről leváló középső és mutató ujjak elkerülhetetlenül megforgatják a gerelyt /jobbkezes dobónál az óramutató járásának megfelelően jobbra, a balkezeseknél balra/. Lehetőleg kerülni kell a gerely túlzott megforgatását. Az a helyes, ha a dobó az ujjával kevés energiát fordít a gerely forgatására, viszont annál többet a dobásirányú gyorsítására. Ennek érdekében ügyeljen arra, hogy a kéz előre és kissé kifelé néző tenyérrel /pronált helyzetben/ fejezze be a gerely végső kicsapását. Ugyanis akkora nagy sebességű forgást ugysem lehet adni a gerelynek ami a röppályáján végig "stabilizálná".

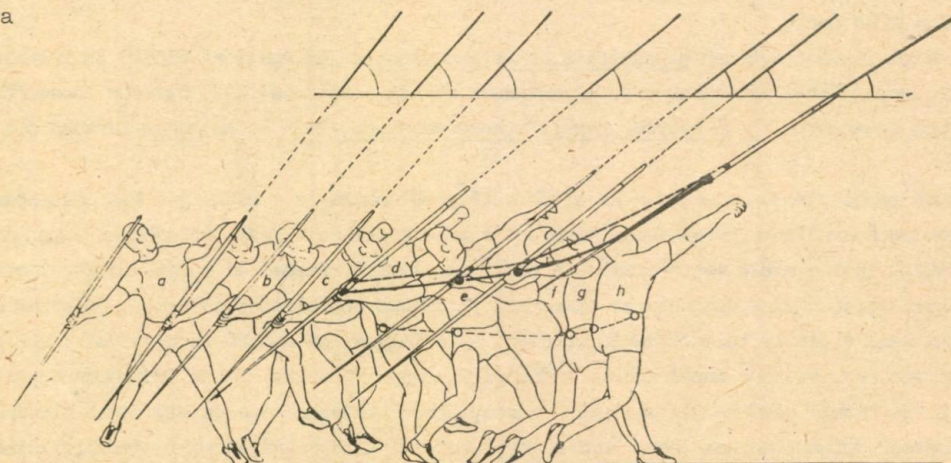
Egyértelműen káros a gerely kereszt tengely körüli elfordulása. A sok lehetséges változat közül leggyakoribb a gerely hegyének eltávolodása a dobó arcától, fejtől felfelé és kifelé; a gerely farkának a talajhoz közeledése, nem egy esetben a talajhoz ütdőése. A hiba oka rendszerint a gerelyt fogó kéz csuklóban történő

hátrafesztése. A gerely "vonalból" történő kimozdulása a gerelyhajítás teljes folyamatában előfordulhat. Ez a hiba a dobóhelyzetbe való érkezés utolsó lépéséig még aránylag könnyen korrigálható.

A hibát - élvonalbeli gerelyhajítók is - leggyakrabban az ún. "ívfeszítés" kezdeti szakaszában követik el. /2. ábra/ Ennek kijavitása már nagyon nehéz, de még megoldható. /3. ábra/ Helyrehozhatatlan a hiba, ha a gerely karral-kézzel történő gyorsítása közben követi el a dobó. Javításra egyszerűen nincs idő. Ugyanis a karral csapás uthossza élvonalbeli férfi dobóknál kb. 1,25 m és mindössze 0,05 s-ig tart amíg a gerely súlypontja ezt az utat megteszi. Bármennyire gyors is a mozgásérzékelő proprioceptorok vezetőpályáinak, idegrostjainak ingervezetése, a rendelkezésre álló rövid idő legfeljebb a hiba érzékelésére elég, korrigálására semmiképpen nem.



2. ábra



3. ábra

Különösen kritikus szakasza a kidobásnak a gerely kézzel, ujjakkal történő gyorsítása, kicsapása. Ha ennek az erő kifejtésnek az iránya nem a gerely hossz tengelye irányába hat, akkor a gerely - az erő eltérés nagyságától, a gyorsítóerő mértékétől és a gerely hajlékonyságától függően - különböző mértékben meghajlik /rezeg, illetve hullámszik/ -. Ez jól látható, különösen a szer levegőbe kerülése pillanatától. Jellegzetes, a gerely hossz tengely körüli forgásából és meghajlásából összetevődő kettős mozgás ez /kupos ingás, precesszió/. Az ilyen /forgó, rezgő, hullámszó/ mozgással repülő gerely nem siklik gazdaságosan, hanem tetemesen megnövelt felülettel surlódik, szinte ütközik a levegővel, s ez károsan fékezi a repülés sebességét.

/Folytatjuk/

IRÁNY AMERIKA

Az új-zélandi John Walker már nyolc éve a világ nagy középtávfutói közé tartozik. 1976-ban olimpiai bajnokságot nyert 1500 méteren. Egymérföldes világ-rekordja (3:49,4 perc) négy évig állt, és később is csak tizedeket javított rajta a két brit csodafutó, Coe (3:49,0) és Ovett (3:48,8). Walker 29 évesen még mindig a legmagasabb színvonalon üzi ezt a sportágat. Mit tart legnagyobb eredményének? "Azt, hogy még mindig futok" - nyilatkozta nemrégiben - "azok után, ami a jobb lábammal történt. Szerencsére, négy évi szenvedés után újra tökéletes a lábam".

Le is kopogta gyorsan ... 1976-ban, nem sokkal az olimpia előtt úgy elkezdett fájni a jobb lábszára edzés közben, hogy pihennie kellett. Bár az olimpián győzött 1500-on, sportkarrierje veszélybe került.

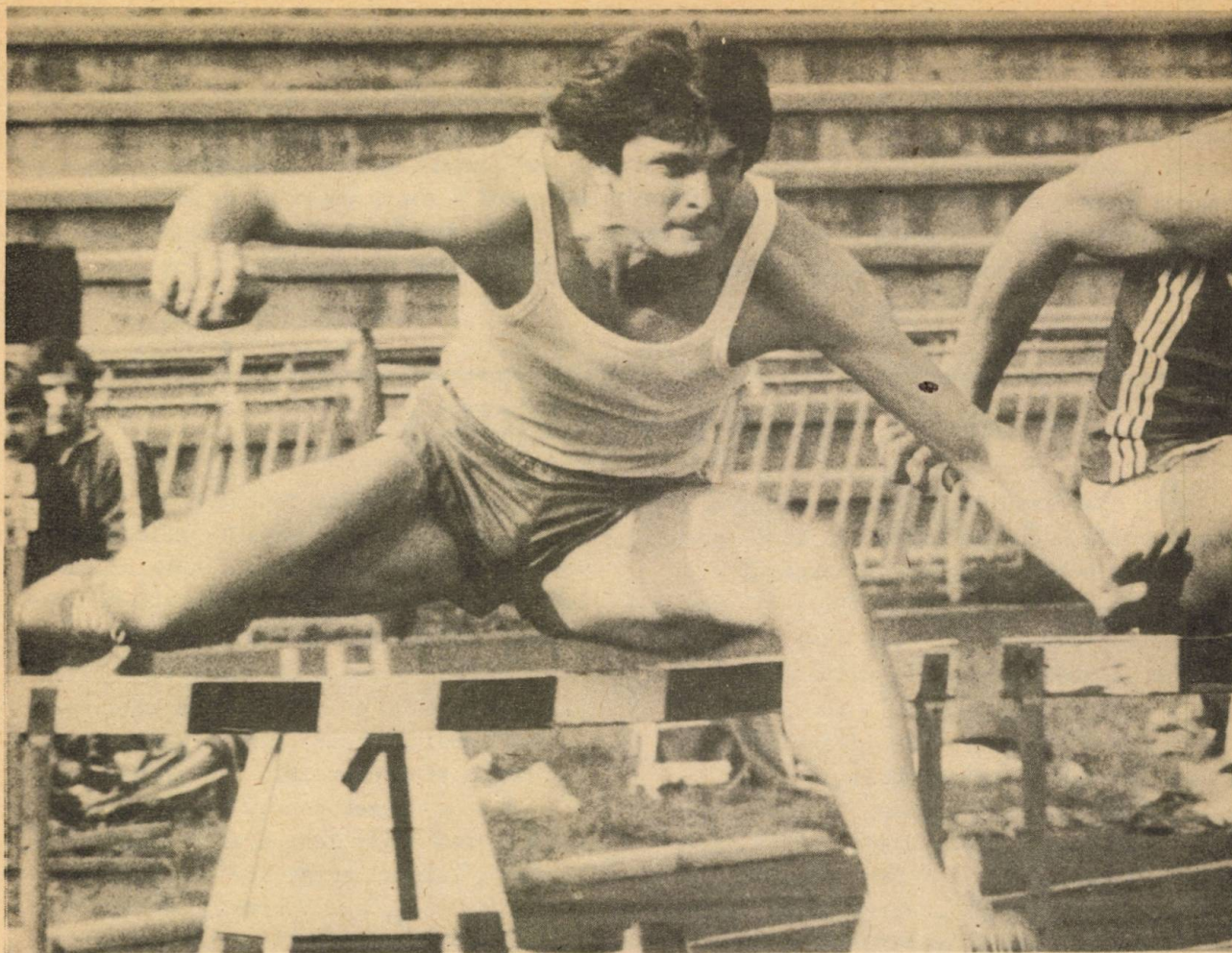
"Képtelen voltam 20 percnél tovább futni egyfolytában. Minden szakorvost felkerestem. Azt hitték, hogy a jobb lábamban egy izom túl feszes, kétszer meg is operáltak, de kiderült, hogy nem ez a bajom. Végül rájöttek, hogy egy artéria szinte teljesen elzáródott a lábamban, s alig kapott vért az izom. Már-már a visszavonulás gondolatával foglalkoztam, amint láttam, hogy 140 kilós kocogók akár egy óra hosszat is tudnak futni, én meg néhány perc után kénytelen vagyok megállni. Tavaly szeptemberben, mintegy varázsütésre, a fájdalom elmúlt. Olyan váratlanul, mint ahogy jött. Mostanában heti 90 mérföldet futok, ami bőven elég, ha közben versenyez is az ember. Egy éve álmodni sem mertem volna a világcsúcsról. Ma már bizom benne, hogy visszaszerzem".

Az elmúlt télen fedettpályán 3:52,6-ot futott az Egyesült Államokban, március 19-én hazai pályán, Aucklandban pedig minden idők hatodik legjobb mérföldes eredményét produkálta, 3:50,56-tal. "Idén nyáron jól akarok szerepelni Európában - ez a fő célom. Ha erős ellenfelekkel kerülök szembe, ismét képesnek tartom magam 3:50-en belüli idő elérésére.

Biztos vagyok benne, hogy a szezon végére 3:46 alatt lesz a világcsúcs. Hogy ki fogja lefutni ennyi idő alatt az egy mérföldet? Coe, aki gyorsabb Ovett-nél. Senki sem legyőzhetetlen. Ezt már én is bebizonyítottam, és mások is bebizonyították azzal, hogy legyőztek engem".

Ami Walkert illeti, nyugodt, kiegyensúlyozott és feltűnően őszinte. 183 centi magas, 74 kg, hosszú szőke haja van. Feleségét Helennek hívják, gyermekük 20 hónapos.

Sok élvonalbeli atlétának nincs állandó foglalkozása, Walkernek több állása is van. Egy új-zélandi rádiótársaság reklámképviselője, a TV-ben is gyakran szerepel, emellett saját üzletét is vezeti. "Sokáig napi 15 órát dolgoztam a hét minden napján. Belefáradtam, ezért elhatároztam, hogy két évig csak a sportnak élek. El is költöztem a családommal az Egyesült Államokba. Sokkal nagyobbak a lehetőségek Amerikában. Ráadásul csak ötórás repülőút Európáig, míg Új-Zélandból 36 órát kellett utaznom. Változást akarok az életemben." - mondotta Walker. ●



Bakos György 13,77 !

Steve Scott

Jóllehet Steve Scott már öt éve Amerika első számú egymérföldes és ezerötszázas futója, igazi kiugrása még várat magára, mindig akad valaki, aki elhomályosítja érdemeit.

Az amerikai atlétika két legrégebbi rekordját még 1967-ben, Jim Ryun állította fel; egy mérföldön 3:51,1 perccel, 1500 méteren pedig 3:33,1-gyel. És bár Scott mindkét csúcst már erősen megközelítette - 3:51,11 és 3:33,33 - a nagy előd időeredményei még állják a próbát. Ráadásul Scott mindkétszer a vert mezőnyben végzett, amikor ezeket az időket futotta, az angol Coe volt a győztes.

Scott futotta minden idők második leggyorsabb egymérföldjét fedett pályán - 3:51,8-cal az elmúlt télen -, de ezzel megint csak a második helyen áll a fedettpályás világcsúcst tartó ir Coghlan /3:50,6/ mögött.

A 25 éves Scott a sacramento-i amerikai bajnokságot megelőzően mind a négy idei versenyét imponáló módon nyerte, de egyszer sem tudott a nap fénypontja lenni. Amikor ugyanis a Drake Relays elnevezésű versenyen 3:58,34-gyel lett első egy mérföldön, senki sem figyelt rá, hiszen az Oklahoma egyetem váltója világrekordot futott. Az UCLA versenyén 3:52,50-nel maga mögé utasította többek között az új-zélandi Walkert és honfitársát, Maree-t. Balszerencséjére, Carl Lewis 863 cm-es eredménye érdekelt jobban mindenkit. A Cal Relays versenyen ismét legyőzte Walkert /3:55,2/, ekkor azonban Plucknett diszkoszvető világrekordja volt a szenzáció. Május 30-án, az Elliott emlékversenyen Maree-t verte meg egy mérföldön 3:52,26-tal, de ezuttal James Robinson 800 m-es remek ideje állt az érdeklődés középpontjában.

Scott pályafutása során 49 alkalommal teljesítette 4 percen belül az egy mérföldet, többször, mint Walkert kivéve akárki a világon. Ennek ellenére korántsem elégedett, ahogy a sacramento-i 93.

amerikai bajnokság előtt kifejtette: "Egyáltalán nem tölt el elégedettséggel eddigi karrierem. Le akarom győzni Ovettet, Coghlant. Tudom, hogy képes vagyok az amerikai csucskok megdöntésére, és 3.50-en belül akarom futni az egy mérföldet. Minden azon mulik, hogy mikor jön ki a lépés."

- Sorrendben először a 14 éves amerikai rekordokat akarom megjavítani, aszutan celom a világcsucok. Ugy látom, ott születnek csucskok, ahol Coe és Ovett jár. Ezért nyáron mindenhol követni akarom őket.

Célja elérése érdekében Scott hajrásebességét növelte az utóbbi időben. Utolsó három versenyén 52,8-ra, 53,4-re és 52,7-re futotta a befejező kört.

Scott csodálja Coe-t, aki a közelmúltban javította 1:41,72-re a 800 méteres síkfutás világcsucját, Ovett azonban ellenszenves számára, a sajtóval és a közönséggel szemben tanusított magatartása miatt.

- Steve nagy futó, de számos cselekedetét nem tudom helyeselni. Nem tetszik, hogy a célvonalon való átfutás pillanatában integet a nézőknek, utána pedig nem hajlandó nyilatkozni a sajtónak. Mi azon munkálkodunk, hogy segítsük az atlétikát, és az ilyen megnyilvánulások csak ártanak a sportágnak.

Az igazság az, hogy Scott maga sem volt mindig szívélyes, bár sokat fejlődött az utóbbi időben. Amikor 1976-ban Montrealban hetedik helyen végzett 1500 on, szemmel láthatólag csalódott volt és viselkedése is ezt tükrözte.

- Régebben mindig zaklatott voltam, ha nem sikerült a verseny, de végül meggyőztem magam arról, hogy ha nem élvezem a futást, csak az időmet pocékolom. A legfontosabb dolog a nyugodtság és a lazaság. Ha nagyon komolyan veszi az ember a futást, akkor nem élvezi, és ez hátráltatja a jobb eredmények elérésében. Persze azért még mindig kicsit izgatott vagyok a verseny előtt, de már nem idegesitem magam tulzottan. Egyszerűen nem éri meg.

A „CSODAGYEREK”

A szakemberek az utóbbi évek legnagyobb amerikai tehetségének kiáltották ki, s a nagyközönség "csodagyereknek" hívja Carl Lewist, aki az elmúlt hónapban 7 nap leforgása alatt minden idők második legjobb távolugró /2,02-os hátszélben 863 cm/ és harmadik legjobb 100 m-es eredményét /10,00 mp - tengerszinten/ érte el.

★

A "csodagyerek" 1961. június 1-én született Birminghamban /Alabama/ és a New Jersey-beli Willingboroban nőtt fel. Édesanyja Evelyn, aki 1950-ben a Pánamerikai Játékokon (akkor még lánynevén: Lawler)

az amerikai csapat tagja volt gátfutásban. Férjével, aki eredetileg edzője is volt, Willingboroban egy atlétikai szakosztályt hoztak létre és Carl már 7 éves korában rendszeresen edzett. Hamarosan csatlakozott hozzá testvére, Carol, aki most alig 18 évesen már egyike Amerika legjobb távolugróinak.

Carl (aki egyébként 188 cm magas és 75 kg) akkor vált híressé, amikor 1980-ban Houstonba ment, s ott Tom Tellez kemény iskolájába került. "Carl kezdettől fogva nagyon nagy tehetség benyomását keltette" - nyilatkozta nemrég Tellez - "és mi egész évben azon fáradoztunk, hogy a nekifutás és az elugrás összhangba kerüljön. Ez csak kb, háromszor sikerült ideálisan, de most már Carl ott tart, hogy mindig sikerül." Tellez éppugy mint maga Carl, azon a véleményen van, hogy a távolugrás áll az első helyen és a sprint csak a lazítást szolgálja.

Lewis egy ízben már duplázott, március közepén Detroitban a főiskolás fedettpályás bajnokságon, ahol a távolugrásban az utolsó ugrás előtt már nem állt kellő idő rendelkezésre, mivel közeledett a sprintelőfutal időpontja. "Az utolsó előtti ugrásomnál már 848 cm-t értem el, ami csak egy cm-rel volt kevesebb saját fedettpályás világcsucsomnál" - mesélte később Lewis - "de gondolataim már a 60 yardnál jártak. és így indultam neki az utolsó kísérletnek. Az új rekord helyett csak 830 cm-t értem el." Ezt követőleg rajthoz állt 60 yardon, és 6,16-tal győzött, ami a körülményeket figyelembe véve, jó időnek mondható.

A kettős győzelmek Lewis számára június 1-én, 20. születésnapján folytatódtak, miközben semmi érdemleges nem történt: a területi főiskolás bajnokságon (Dallas) 100 m-en 10,00 mp-et futott, ami tengerszinten az addigi legjobb idő volt, majd távolugrásban 825 cm-rel győzött.

Texasban, az amerikai futball őshazájában, ahol a játékosügynökök sokasága keresi a magas, jó felépítésű, izmos színes bőrű atlétákat, már többen felfigyeltek rá. Carl azonban nyomatékosan kijelentette: "Először befejezem tanulmányaimat - és ezek 1983. közepéig tartanak."

Addig azonban - az eddigi eredményeire igen büszke, de még mindig szerény Lewis - tul akarja szárnyalni Bob Beamon 1968-ban Mexico Cityben elért, megdönthetetlennek kikiáltott 890-es világcsucját. Ugyanakkor nem tartja kizártnak, hogy ez más atlétának is sikerülhet: "Rajtam kívül két atléta van, aki ilyen távolra képes ugrani, Larry Myricks és az olimpiai bajnok Dombrowski. Egy szép napon valaki közülünk hajszálpontosan "találkozik" az elugrógerendával és 890 cm fölé fog repülni." A hírek szerint több egyéni meghívásnak is eleget tesz a nyári

versenyidényben, s a római Világ Kupán is rajthoz áll. Így elég lehetősége lesz arra, hogy az európai közönségnek is bemutassa kivételes tehetségét. "A formámat állandósítani, mindig jó eredményt elérni" - így határozta meg Lewis célját, de ezt a célt nem szűkíti el egyetlen versenyszámra, a sprintre és a távolugrásra egyaránt érti.

Fordította: Havas Judit

Országos Egyetemi és Főiskolai Bajnokság

(Bp. 1981. V. 16-17.)

A férfiak eredményeit előző havi számunkban közöltük !

NŐK

100 m SIKFUTÁS

I. időfutam: 1. Hrács Piroska 12,5, 2. Zombori Erzsébet 12,5, 3. Szabó Judit 12,7, 4. Kovács Ágnes 12,8, 5. Papp Ildikó 13,2,

II. időfutam: 1. Kelemen Rita 12,6, 2. Pollák Éva 12,9, 3. Szűk Beáta 13,0, 4. Perényi Gabriella 13,2,

Bajnok:	Hrács Piroska	Nyházi TK	12,2
	2. Szabó Judit	Pécsi TK	12,4
	3. Zombori Erzsébet	Szegedi TK	12,5
	4. Kelemen Rita	Egri TK	12,6
	5. Kovács Ágnes	Egri TK	13,0
	6. Pollák Éva	SOTE	13,1

200 m SIKFUTÁS

Bajnok:	Hrács Piroska	Nyházi TK	24,2
	2. Petrika Ibolya	Nyházi TK	24,6
	3. Szabó Judit	Pécsi TK	25,0
	4. Zombori Erzsébet	Szegedi TK	25,2
	5. Kelemen Rita	Egri TK	25,5
	6. Kovács Ágnes	Egri TK	26,0

7. Szepesi Éva 26,8,

400 m SIKFUTÁS /két időfutam alapján/

Bajnok:	Petrika Ibolya	Nyházi TK	54,4
	2. Kósa Erika	Szegedi TK	56,2
	3. Szepesi Éva	Nyházi TK	60,1
	4. Török Erzsébet	TF	61,1
	5. Henye Margit	TF	62,0
	6. Vida Adrienn	Pécsi TK	62,1

7. Tamás Aranka 63,1, 8. Csősz Edit 65,5.

800 m SIKFUTÁS

Bajnok:	Ujhelyi Mária	KLTE	2:11,4
	2. Jankó Ilona	Szégyi TK	2:13,0
	3. Kósa Erika	Szegedi TK	2:14,6
	4. Csamangó Juszina	Szegedi TK	2:19,8
	5. Érsek-Kiss Erzsébet	Bp. TK	2:21,4
	6. Pólya Éva	Bp. TK	2:23,8

7. Bányik Ildikó 2:24,7, 8. Kocsis Márta 2:26,7, 9. Csősz Edit 2:27,2, 10. Lázár Ilona 2:27,5, 11. Vass Márta 2:40,2.

1500 m SIKFUTÁS

Bajnok:	Jankó Ilona	Szhelyi TK	4:24,6
	2. Ujhelyi Mária	KLTE	4:26,6
	3. Csamangó Juszti	Szegedi TK	4:54,1
	4. Kocsis Márta	Pécsi TK	5:00,3
	5. Bányik Ildikó	Kertészeti Egyetem	5:03,9
	6. Pólya Éva	Bp. TK	5:09,0
	7. Vass Márta		5:34,6.

100 m GÁTFUTÁS

Bajnok:	Baranyai Ildikó	SOTE	13,7
	2. Tóth Veronika	Bp. TK	15,3
	3. Csüri Zsuzsa	TF	15,6

4x100 m VÁLTÓ

Bajnok:	Nyiregyházi Tanárképző Főiskola	48,4
	/Szepesi, Petrika, Fazekas, Hrács/	
	2. Testnevelési Főiskola	49,7
	3. Szegedi Tanárképző Főiskola	50,0
	4. Egri Tanárképző Főiskola	50,2
	5. Budapesti Tanítóképző Főiskola	51,1
	6. Pécsi Tanárképző Főiskola	51,6

MAGASUGRÁS

Bajnok:	Juha Olga		1,78
	2. Mikola Irén	Nyházi TK	1,74
	3. Stefanik Györgyi	OTKI	1,65
	4. Bekecs Ildikó	TF	1,65
	5. Horváth Beáta	TF	1,60
	6. Tóth Vera	Bp. TK	1,60

7. Pagonyi Zsuzsa 160, 8-lo. Lak Erzsébet, Budai Eszter, Kovács Andrea 150, 11. Rácz Zsuzsa 150,

TÁVOLUGRÁS

Bajnok:	Fazekas Beáta	TF	6,27
	2. Vanyek Zsuzsa	TF	6,18
	3. Tóth Vera	Bp. TK	6,11
	4. Szabó Andrea	JATE	5,90
	5. Walkó Éva	Szegedi TK	5,49
	6. Salakta Judit	Szhelyi TK	5,39

7. Nagy Katalin 5,23, 8. Henter Ágnes 5,12, 9. Tejes Edit 4,88, 10. Kubicsko Zsuzsanna 4,70.

SÚLYLÖKÉS

Bajnok:	Szabó Katalin	Szhelyi TK	13,63
	2. Oroszi Zsuzsa	Nyházi TK	12,70
	3. Vanyek Zsuzsa	TF	12,08
	4. Kuzbelt Hilda	Egri TK	11,28
	5. Lóczy Judit	Bp. TK	11,11
	6. Nagy Erika	Kecskeméti Kert.Egy.	11,07

7. Hammer Mária 10,00, 8. Molnár Edit 9,70.

DISZKOSZVETÉS

Bajnok:	Szabó Katalin	Szhelyi TK	46,42	
	2. Tuskán Zsuzsanna	Miskolci NME	43,82	
	3. Sinka Judit	Egri TK	43,44	
	4. Borbály Erzsébet	Egri TK	43,32	
	5. Kuzbelt Hilda	Egri TK	39,06	
	6. Csók Zsuzsa	Pécsi TK	35,90	
7. Hammer Mária 32,40, 8. Molnár, Edit 31,32.				

GERELYHAJÍTÁS

Bajnok:	Kispál Mariann	TF	51,06	
	2. Ferenczi Zsuzsa	Bp. TK	48,62	
	3. Lukács Emőke	TF	45,90	
	4. Kajári Tünde	Szegedi TK	45,48	
	5. Kárpádi Ágnes	Jászberényi TK	42,26	
	6. Kecskés Mária	TF	40,42	
7. Vanyek Zsuzsa 38,80, 8. Kalapos Erzsébet 35,16, 9. Török Judit 34,62, 10. Németh Timea 33,96, 11. Szekeres Julia 33,90, 12. Lóczi Judit 33,74.				

HÉTPRÓBA

Bajnok:	Lajer Klára	TF	5473	
	/15,6; 11,64; 1,74; 26,3; 623; 33,26; 2:22,0 /			
	2. Zsámbóki Anna	TF	4898	
	/16,8; 11,12; 1,64; 27,2; 5,45; 33,96; 2:30,0/			
	3. Kovács Katalin	Nyházi TK	4746	
	/16,2; 11,94; 1,60; 27,6; 5,42; 25,50; 2:33,0/			
	4. Magó Andrea	Szegedi TK	4628	
	/16,3; 10,27; 1,64; 28,1; 5,04; 31,24; 2:35,2/			
	5. Demecs Mária	Szegedi TK	4269	
	/17,3; 8,52; 1,50; 27,8; 4,78; 29,02; 2:27,6/			
	6. Bali Timea	MKKE	3817	

Összeállította: FARKAS PÁL

MEGJEGYZÉSEK A MASZ ÉVKÖNYVHÖZ

Május első napjaiban - a szokásosnál is később - jelent meg a MASZ 1981. évi kézi- és 1980. évi évkönyve. A szerkesztőbizottság nagy munkát végzett és nem teljesen rajta mulott, hogy bizony a könyv hiányos lett és jócskán csusztak be hibák, elgépelések. Kétségtelenül nehezítette a munkát az egyesületek nemtörődomsége, hiszen többszöri sürgetés ellenére sem küldték be időben a jegyzőkönyveket (már amelyiket egyáltalán beküldték). Így aztán nagyon sok eredmény kimaradt. Ráadásul az év végi eredménylistákon hemzsegetek a valótlan eredmények. Mint ismeretes, a ranglistákra esélyes versenyzők eredményeit pontos dátum és hely megjelölésével kellett beküldeni. Sok esetben azonban a megadott dátumok alapján, az eredeti jegyzőkönyvekben nyoma sem volt az eredményeknek! Vagy a versenyszám nem szerepelt, vagy a versenyző nem indult!!! És még sorolhatnám....

A ranglisták összeállítóinak tehát komoly feladattal kellett megküzdeniük. Sok esetben következetlenek voltak: számos olyan eredmény is listára került végül, amelyről sohasem érkezett jegyzőkönyv, másokat viszont mellőztek, mondván, hogy nincs jegyzőkönyv.

Nézegetve a ranglistákat - minden teljesség nélkül a következő hiányosságokat találtam:

FÉRFIAK

100 m Szalma 10,4-es ideje /Vichy, VII. 3./ a L'Equipe című ujság szerint hátszeles /+2,6/.
Heinrich 10,53-as ideje kimaradt a hátszeles eredmények közül.

200 m Kimaradt Kiss F. 20,98-as ideje /Bp.V.25./.
Fóris ideje 21,71 és nem 21,70!
Fetter 22,3-at futott hitelesen és nem 22,2-öt. Ez utóbbi hátszeles.

400 m Fóris 47,97-es ideje helyesen: 47,96.

100 m gát A PMSC versenyzői közül 14,7-tel Király /Pécs, IV.29/ és Krasznai /Pécs, IX.14./; 15,4-gyel Kocsis Zoltán /Pécs, IV.29/ nem szerepel a listán!

Magas Tari /Salg.TC/ 2,00 m-es eredménye helyesen 2,01 /Bp.X.4./.

Távol Gáti /ZTE/ 7,16-tal kétszer szerepel! A 7,16-os ugrása hátszeles, hitelesen 7,01-es ért el /Szeged, VI.28./.

Hármas Molnár János /BVTC/ 14,56-tal szerepel a listán, egyesülete szerint 14,81-et ugrott!!

Súly/6 kg/ Bokros Gábor /TBSC/ 14,08 helyett 14,14 /Tatabánya, IX.14./.

Kalapács /6 kg/ Vida eredménye 68,64 és nem 68,84!

NŐK

100 m Kissné, Petrika I. ideje 12,47 helyett 12,49!
Biacsics /U.Dózsa/ 12,55-ös és Tóth Zsuzsa /Kisvárdá/ 12,56-os ideje /Bp. VIII.24./ a hátszeles eredményeknél van felsorolva, holott az eredeti jegyzőkönyv szerint itt a hátszél csak + 1,5 m/s volt!

Magas Molnár Katalin /KSC/ kétszer szerepel a listán: 1,72-vel és 1,65-tel, jól lehet az 1,72 a helyes /Szeged, VI.28./.
Kesztyűs Ágnes /PMSC/ 1,65-tel szerepel a listán holott 1,70-et ugrott és győzött a Pannonia Kupán /Pécs, IX.14./!

Távol Domonkos Györgyi /GYUSE/ 5,58-cal szerepel, holott hitelesen 5,62-t ugrott /Gyula, IX.28/.
Sile Nóra /TBSC/ 5,70-et ugrott/Tatabánya, X.4./ az Uttörő Olimpián.
Könczöl Emőke /S.VOSE/ 5,96-ot /!!!/ ugrott /Gödöllő, V.22./ szintén az Uttörő Olimpián. Egyik versenyről sem kapott a szövetség jegyzőkönyvet!!!

Súly Ugyanakkor Hatlaczky Zsuzsa /KSC/ 13,61-es eredményét listára vették, de jegyzőkönyv itt sem volt!
Turóczi Katalin /Postás/ 12,82-es eredménye nem került a listára!

Diszkosz Berky Katalin /U.Dózsa/ 47,74-helyett 47,68-at dobott!

Gerely Zsigmond Kinga /MAFC/ 47,78 helyett 46,52-öt dobott! Lippl Zsuzsa 41,14 helyett 41,12-öt!

Ötpróba Bartha Angéla /MTK-VM/ 3.755 pont helyett 3.735; Balatoni Anna /BEAC/ pontszáma 3.958 helyett, 3.955!

Néhány pontatlanság a születési évek terén:

3000 m akad.	Mester I.	/1952/	és nem 1954!
Rúd	Molnár G.	/1964/	és nem 1965!
Kalapács	Tánczi T.	/1958/	és nem 1959!
Gerely	Temesi A.	/1950/	és nem 1940!!

Az országos csucskok listájáról kimaradt az ifjúsági Ötvös Imre 1.000 m-en elért 2:21,9-es eredménye /1976.VII.6. Budapest/.

A női ötpróbázók legjobb lo eredményének felsorolásakor kimaradtak a versenyek színhelyei!

A tizpróbázó Sággy nem Budapesten, hanem Hatvanban érte el 7.126 pontos eredményét. A szintén többpróbázó Bányai kézi méréssel 7.022 pontot ért el /Gyula,V.27-28./.

Nem folytatom a sort... A további aprólékos vizsgálódás bizonyára még találna pontatlanságokat, hiányokat. A kiadvány ára 47 Ft. Ezért bizony illene gondosabb munkát kiadni a szerkesztőknek!

SZABÓ GÁBOR

Ifjúsági senior verseny

Valamikor tavasszal áttanulmányozva a Budapesti Atlétikai Szövetség 1981. évi évkönyvét, a boszszantó pontatlanságok és hiányosságok egész sorát fedeztem fel, s azt fontolgattam, hogy papírra vettem rosszcálló észrevételeimet. Aztán elálltam szándékomtól, hiszen végső soron használható volt a kiadvány /alig vártuk már, hogy kézhez kapjuk a bontott versenynaptárt!/. S különben is csak a legszűkebb szakmai körökben használták, ahol senki sem gondolta komolyan, hogy például a fővárosi területi serdülő "B" egyéni bajnokságon nem lesznek futószámok /84. old./, vagy mindenki tisztában volt azzal, hogy Krammer Mihály /72. old./, Kramer Mihály /78. old./ és Krémer Mihály /100. old./ egy és ugyanazon személy, s gondolom az sem kavarta fel különösképp az olvasók kedélyét, hogy a "Bp.Épitők"-nek titulált egyesületet /66.old/ már jóideje "Épitők SC"-nek nevezik... stb., stb.

A közelmúltban azonban egy olyan kiadvány láttott napvilágot a Budapesti Atlétikai Szövetség gondozásában, amelyet semmiképp sem lehet szó nélkül hagyni. A július 25-i budapesti nemzetközi ifjúsági versenyre kiadott műsorfüzetről van szó!. Az egyébként szép kiállítású, nyomdailag rendkívül igényes, magyar és angol nyelven megjelent füzet, összeállítójának vagy szerkesztőjének /a neve nincs feltüntetve! / elképesztő hozzá nem értéséről tanuszkodik! Néhány elrettentő példa:

- A verseny résztvevőit, a "sportok királynőjének" ifju hódolót köszöntő BTSH elnököt az angol nyelvű változat a "Budapesti Torna és Sport Klub" elnökének titulálja /Chairman of the Budapest Gymnastics and Sports Club /.

- A verseny védnökeit felsoroló részben, dr. Sir József mint a Nemzetközi Atlétikai Klub tagja szerepel /Member of the International Athletics' Club/.

- A 3. oldalon a verseny színhelyének, a Népstadion atlétikai küzdőterének sematikus rajzát láthatjuk. A diszkoszvető szektor kissé torzra sikerült ábrázolása mellett, az a legérdekesebb, hogy - az ábra tanúsága szerint - a gerelyhajítást ez alkalommal körből fogják végezni a versenyzők!

- A verseny időrendjét közlő rész magyar nyelvű változatában 16 órakor 110 m-es, míg az angol nyelvű részben ugyanakkor 100 m-es gátfutásra kerül sor.

Itt egyébként olyan hiba is előfordul, amelyre a fordító nyilvánvaló sportszakmai hozzá nem értése sem lehet magyarázat, hiszen az egyes futószámok távjait jelölő számok /100, 200, 300 stb./ után a helyes "meters" helyett mindvégig a "metre" /?!/ szó áll.

- Két neves versenyzőnk, Mátay Andrea és Paróczai András fényképét is közli a műsorfüzet. A bökkenő csak ott van, hogy a fedettpályás világcscsustartó ugrónknak nevét "i"-vel irták, míg a legutóbbi fedettpályás EB-n ezüstérmét szerzett 800-as futónk nevének végén pedig "y" diszeleg, holott éppen fordítva a helyes!

- Amikor a következő oldalon megpillantottam a MASZ elnökének a képét, szinte biztosra vettem, hogy a nevének helyes írásával probléma lesz. Sajnos várakozásom beigazolódott! A fénykép azt a pillanatot ábrázolja amikor dr. Békesi László díjat ad át a Budapest Nagydíjon. A képhez mellékelte szövegben megint csak hiba van, hiszen a dobogó tetején álló versenyző nem Edwin Mozes, hanem Edwin Moses, s a verseny neve Budapest Nagydíj, nem pedig Budapesti Nagydíj.

- S végül a műsorfüzet címlapján a "Nemzetközi ifjúsági atlétikai verseny" felirat alatt viritó leg-súlyosabb elírás: "International senior /!!!/ meeting in athletics".

Ismétlem, ezek csak kiragadott példák! Amikor

lapunk jelen száma nyomdába kerül, még nem tudom, hogy a műsorfüzet egyáltalán terjesztésre kerül-e. /Most még él bennem a remény, hogy az illetékesek állnak ettől a tervüktől./ Egy azonban bizonyos: bármi képp is alakulnak a dolgok, arra nincs semmiféle mentség, hogy ez a kiadvány elhagyhatta a nyomdát!

K.F.

Vanyek Zsuzsa



5734
5860
6010!

EGY ÓRA KÜLÖNBSÉG

1981. május 6-án új világcsúcst je-gyezték fel a női atlétika legújabb ver-senyszámában, a hétpróbában. Nagyezsda Vinogradova neve került fel a dicsőség-listára, s mellé a 6212 pontos eredmény. Az új csúcst a hónap végét sem élte meg, jött a 22 esztendőst drezdai Ramona Neubert, s 409 ponttal /!/ túlszárnyalta szovjet kolléganőjét. Erre a világcsucs-javításra Halléban, az NDK bajnokságán került sor, a jelentések szerint ideális körülmények között. Amit a tavalyi olim-piai játékok ötpróba-versenyeinek negye-dik helyezettje 24 órával sportpályafu-tása legszebb napja után tudott meg: u-gyancsak június 24-én, Hallétól nem is olyan messze, az ausztriai Götzisben a 29 esztendőst amerikai Jane Frederick is jobb eredményt ért el Vinogradovánál, neve mégsem kerülhetett föl a világcsucs-javitók közé, mert a götzisi verseny egy órával a hallei után fejeződött be...

A különleges véletlentől függetle-nül érdekes összehasonlítást lehet ten-ni az új világcsucstartó és a "majdnem" rekorder között.

Ime Neubert és Frederick május 24-i soro-zata:

	Neubert	Frederick
100 m gát	13.58 mp	13.92 mp
súly	14.75 m	14.33 m
magas	1.80 m	1.83 m
200 m	23.70 mp	24.39 mp
távol	6.82 m	6.03 m
gerely	40.98 m	47.20 m
800 m	2:07,55 p	2:14,61 p

A táblázatból kiderül, hogy Neubert remek távolugró, lényegesen jobb amerikai vetélytársnőjénél. A 6.82 méteres eredmény egyébként "önmagában" is csúcseredmény, az idei év legjobb női távolugró teljesítmé-nye. Frederick a gerelyhajításban mulja felül ellenfelét, a 800 méter viszont is-mét Neubert fölényét bizonyítja.

SERDÜLŐKORÚ LÁNYOK GÁTFUTÓ EDZÉSE

A kezdő atléták már az első napokban megismerkednek a gáttal, amikor lemennek az atlétikai pályára. Mivel a serdülő B-sek összetett versenyében szerepel, sőt központi helyet foglal el, minden olyan edzőnek foglalkoznia kell vele, aki ilyen koru versenyzőt készít fel.

Nagyon sokan rosszul fogtunk hozzá fiatal, tehetséges gátfutó lányaink neveléséhez. Amit kezdetben elrontottunk, azt csak nagy keservek árán lehet kijavítani. Szakirodalom hiányában a llo m-es gátfutás technikájából indultunk ki és az ott megismert technikát próbáltuk a női gátfutásnál alkalmazni. Ennek sok hátrányát még most is lehet látni a fiatalkorúak versenyein, sőt az ifjúsági válogatott keretbe került versenyzők mozgásán is.

A tehetséges lányoknál nem okozott problémát a gáttávolság, így kezdetben mindig a versenytávolságon gyakoroltattuk őket, sőt gondolva a jövőre, nyújtottuk a távolságot és büszkék voltunk, hogy már serdülő korukban megfutják a 8,25-ös, sőt a 8,50-es gáttávolságot, s könnyen megbirkóznak a nagyobb gátmagassággal. Büszkélkedésünk következménye az lett, hogy tanítványunk "nyult a gátért", rádőlt a lendítő lábára, legtöbbször lábfejjel indította a lendítést, s hosszan "utazott" a gát fölött, Sulypontja ezáltal mélyen maradt, a csipője sem került optimális helyzetbe a gát fölött, s a gátról való lelépése hosszú volt.

Írásommal a technika tanításához, a hibák feltárásához s azok kiküszöböléséhez szeretnék segítséget adni. Csak azokkal a hibákkal foglalkozom, amelyeket általánosnak érzek és amelyek kijavítását alapvetően fontosnak tartom. Saját véleményemet, tapasztalatomat írom le, amelyet a serdülő B és A, valamint az ifjúsági korosztály "végigjárása" során szereztem.

- A gátfutás, a rajttól a célig, egy egységes egésznek alkot. Oktatása során mindig ebből az alapelvből kell kiindulnunk. Véleményem szerint nagy hibát követünk el, amikor az oktatást a gáttechnika kisebb részeinek gyakoroltatásával, parciális módszerrel kezdjük. Nevezetesen azzal, hogy külön-külön megmutatjuk a térítő láb, a lendítő láb mozgását és azt külön-külön, a gát két oldalán gyakoroltatjuk. Minden esetben olyan gátközőkkel, -távolságokkal kezdjük az oktatást, ami nem okoz problémát, nem kelt félelemérzetet a gyerekekben. A lényeg a futáson legyen, tanítványunk "rohanja le" a gátakat. A mozgástanulás kezdetén célszerű tanulókat, s egyéb segédeszközöket igénybe venni. A tanulókat, illetve a segédeszközök fölött úgy futtassuk át tanítványainkat, hogy ne bólogassanak, ne dőljenek rá vállal. A "gátak" fölött a testtartásuk egyezzen meg a sikfutás testhelyzetével, s tekintetük mindig a következő gáton legyen.

- Véleményem szerint, a gátvételnél elkövethető legfőbb hiba az, amikor nem támadják meg a gátat lendítésnél a versenyzők, vagyis az elrugaszkodó láb erőteljes tolása, tőből való kinyulása elmarad. A legtöbb hiba forrását itt kell keresni, ugyanis a tolással kifejtett energia nem a sulypontra hat, a csipő nem kerül a gát fölé. Az ebből adódó mély sulyponti helyzet két okra vezethető vissza:

- vagy nem elég erős versenyzőnk lába a tolás végrehajtásához;
- vagy gyorsan akarja végrehajtani a térítést és a megfelelő tolás helyett, még hajlított térdhelyzetben kikapja a toló lábát.

Ennek következménye a nyújtott lábu lendítés, s a gát utáni távoli talajfogás. A térítő lábnál gyakori ilyenkor, hogy a mozgás megtörik, vagyis két ütemben kerül át a gát fö-

lött. Ez főleg azoknál a versenyzőknél fordul elő, akik kicsit félnek a gáttól, s nem merik azt megtámadni. Gyakran együtt jár evvel a felsőtest hátradőlése is (tehát a váll a csipő fölött, vagy amögött van a lendítés pillanatában). Ezt a hibát elsősorban a rövidebb gáttávolságú és kisebb gátmagasságú ritmusfutásokkal próbáljuk kiküszöbölni, de a váltott lábu szökdelés gyakorlása is sokat segíthet. (A világ élvonalába tartozó gátfutónők 14 m fölött tudnak ötösugrásban.)

- Sokszor lehet látni, olyan gátgyakorlást, amikor a futó a versenytávolságon "ötlépésezik" térítő lábbal (jó esetben lendítő lábbal is) néhányszor, majd közepén is fut egy párat és ezzel be is fejezte az illető a gátédzést. A gát melletti térítő lábazás sokszori és monoton végrehajtása azzal a vellyel jár, hogy elrontja a lendítést. Ugyanis amikor versenyzőnk a gyakorlás során odakerül a gát oldalához, a gát melletti ellépése majdnem nyújtott lábbal történik, ami pedig megalapozza a lendítőláb lábfejjel történő indítását. Sok esetben kis ugrással hajtják végre ezt a mozgást, amelyhez többnyire a sok ismétlésszám és a lassu végrehajtás is hozzátartozik. Nem azért vetem ezt fel, mert a térítőláb gyakorlására a későbbiek során nincs szükség, hanem azért mert sok esetben szinte csak ez az egy gyakorlat alkotja a gátédzést. Hozzá kell még tennem, hogy a gyerekek gyorsan megtanulják ezt a mozgást és úgy gondolják, hogy e kiragadott mozdulat sokszori gyakorlásával közel jutnak a valóságos gátvételhez. A lendítőláb külön iskolázása már nehezebb feladatot jelent, így azt ritkábban gyakorolják, pedig a gátvétel jó végrehatásához mindkét láb iskolájára szükség van. Az ötlépéses gátvételek sokszori gyakorlása oda vezet, hogy visszafogottan, kicsit kitámasztva, teli talpról lendít a gátra versenyzőnk. Ez megalapozza azt is, hogy nem tolja optimális helyzetbe csipőjét az elrugaszkodó lábbal.



ROSTÁS MÓNICA /1960/
női utánpótlásunk egyik legte-
hetségesebb versenyzője. Leg-
jobb eredménye 100 m gáton:

13,98 mp

- Gyakori hiba, hogy az alacsonyabb gátmagasságu futásoknál a gáttávolságok esetlegesen, sokszor nem azonosak a gátközök, az egyik gát messzebb, a másik közelebb van felállítva. Edzéseken a gáttávolság és -magasság helyes megválasztása súlyponti kérdés, s mindig az edzés céljának kell meghatároznia azt. Hiába állítom fel a versenytávolságot, ha gyerek nem tudja megfutni. Ezzel csak azt érem el, hogy szökdelni, s nem futni fog a gátak között. A gátvételek ugrásszerűek lesznek, a gátvétel után nem hozza be sikba a térítő lábat, hanem jól kilép vele, azt remélve, hogy így közelebb kerül a következő gáthoz. Amíg tanítványunk nem tudja megfutni a versenytávolságot, rövidebb, illetve optimális távolságon kell gyakoroltatni. Amikor már biztonságosan fut a versenyeken is, az edzéseken akkor is a rövidebb gáttávolságnak kell dominálnia. Egyrészt azért, mert ki kell alakítani a gátközötti futás ritmusát, másrészt fejleszteni kell a ritmus- állóképességet. (Ez utóbbi már speciális jellegű munka.) Igen lényeges a gát előtti rövidebb lépés, ami meghatározó a gyors gátvétel szempontjából. Ezt is csak rövidebb gátközökkel tudjuk kialakítani. (A lengyel gátfutónők is szinte minden esetben rövidebb gáttávolságon végzik edzéseiket. Majdnem minden futásnál állítják a gáttávolságot. Versenytávolságot csak az ellenőrző futásoknál alkalmaznak.)

- Gyakori hiba a kezdő versenyzőknél, hogy a 4-5. gát után már nem tudnak dinamikusabban futni, csak "sodródni" a mezőnnyel, "elutazzák" a második 5 gátat. Ez ilyenkor nemcsak a gyorsasági állóképesség, hanem a ritmus-állóképesség hiányát is mutatja. Ilyen esetben nagyon jó a növekvő gáttávolságok alkalmazása. Feladatuk kell kitűzni versenyzőnknek, hogy mivel a gáttávolságokat arányosan növekedve állítottuk fel, minden gát után dinamikusabban kell futnia, mert a 8-9-10. esetleg 11-12. gátat már nem fogja elérni. Bátran alkalmazzunk több gátat is a ritmus-állóképesség fejlesztése céljából.

- Az edzés felépítésében a gyorsasági, illetve a rövidebb távu futómunka mindig előzze meg a gátfutás gyakorlását.

- Arra is fordítsunk gondot, hogy mindkét lábra tanítsuk meg a gátvétel technikáját tanítványainknak. Ennek egyrészt az a haszna, hogy sokkal bátrabb lesz versenyzőnk, másrészt a "rosszabb" láb iskolázásával a transzfer hatás következtében sokszor ugrásszerű javulás következik be a "jó" láb technikájában.

- Minden esetben az a cél, hogy versenyzőnk a gátvételt minél rövidebb idő alatt hajtja végre, minél gyorsabban kerüljön át a gáton. Minden edzésszükségletre erre kell irányulnia. Itt újból megemlítek egy rossz módszert, ami a gyors gátvételre próbálna irányulni. A felállított versenytávolságu gátak között öt, illetve hét lépésben gyors szkippelést végez a versenyző, azzal a céllal, hogy ezt a frekvenciát és magasan lévő térdet tartsa meg a gátvételnél. Ezt azonban nem tudja végrehajtani. A gyors frekvenciájú szkippelés után egy lassu gátvétel következik, amelynél a lendítés lapos, legtöbbször kis ugrással hajtják végre a mozgást. Véleményem szerint éppen a fordított szituációt kell alkalmazni, vagyis lassítsuk le a gátközötti futás ritmusát és abból villámgyors gátvételt végeztessünk versenyzőnkkel. Érezze a nagy kontrasztot a lassu mozgás és a gyors gátvétel között.

- Mivel a gátfutás, elsősorban a térítő láb munkája miatt, természetellenes mozgásnak nevezhető, nagyon óvatosan és alapos gonddal kell edzéseinket megtervezni. Sajnos a legtöbb helyen a serdülő csoportok nagy létszáma miatt erre nincs sok lehetőség, mert az edzők, akiknél 25-30 fős csoport van, általában körkörös rendszerben vezetik az edzést, sokszor nem is látják a gátakon gyakorló versenyzőket, hisz a csoport másik része más számokat gyakorol, s ezek oktatásánál is ott kell lenni. Sokszor csak megmondják, mit kell elvégezniük gáton és az edzők a csoport másik részénél maradnak. Pedig a technika állandó javítása, a pillanatnyi és főleg a későbbi sérülések elkerülése miatt, komoly jelentőséggel bír. Gátedzésen kevés munkát, de koncentrált figyelemmel végeztessünk. Ez főleg olyan mozgásokra vonatkozik, amelyben a térítő láb is részt vesz. Minden esetben tervezzük meg a gátvételek számát egy-egy edzésre, s az elkövetett hibákat állandóan javítsuk.

- A serdülő B korosztályban meglehetősen ritka a sérülés. Itt szinte akármit csinál-tathatunk tanítványainkkal, nem sérülnek meg. Gondolok itt a bemelegítés hiányára, az al-kalmazott rossz edzésszerekre stb. Ez azonban csak a látszat, a sérüléseknek csak a kül-ső jeleit nem látjuk. Véleményem szerint ebben a korosztályban sérülnek meg a legin-kább versenyzőjelöltjeink, de ez egyelőre rejtve marad bennük. A 15-16 éves koru gye-rekeknél már egyre sűrűbben jelentkeznek a sérülések. Természetesen ezek a sérülé-sek, - amelyek nagy része a mi hibánkból fakad - a sérülés nagyságától függően, egész versenyzői pályafutása során végigkísérik a versenyzőt. Ezt a véleményemet sajnos nem tudom kellőképp alátámasztani. Ugy gondolom, hogy roppant hasznos lenne e tekintetben valamiféle kutatást végezni, s orvosilag is rámutatni azokra az edzésszerekre, gya-korlatokra, módszerekre, terhelési mennyiségekre, amelyek a későbbiekre vonatkozó-an komoly sérülésveszélyt hordoznak magukban.

VARGA ISTVÁN

Búcsú Farkas Mátyástól

Az összetett versenyszámok minden korszakban a legsokoldalubb, legkeményebb s egyben legügyesebb at-léták terrénuma volt. Az ókori hellén idők klasszikus pentatlonjából kifejlődött dekatlon - magyarán tiz-próba - nálunk is a fenti tulajdonságokkal megáldott atlétákat gyűjtötte egybe.

E sokoldalú, valóban nagyszerű versenyszám hazai uttörői - később érthetően kiváló edzői - a legutóbbi időben sajnos rendre itthagytak bennünket. Az idő homokóráján az utolsó szemcsék is leszaladtak, s a rég-múlt idők megcsodált bajnokai Somfay Elemér, Farkas Mátyás és Bácsalmási Péter ez idő szerint már az "eli-ziumi mezőben" tevékenykedik.



Ebben a nézőpontban Farkas Mátyástól a tizpróba első magyar bajnokától és rekorde-rétől búcsúzunk, aki 56 esztendővel ezelőtt 1925-ben állhatott volna fel eredményhírde-téskor a dobogó legmagasabb fokára, ha ilyesmi akkor létezett volna.

Farkas Mátyás várbeli polihisztor volt, hiszen nemcsak az atlétikában /távol- és hármasugrásban, 200 m-es gátfutásban és tizpróbában nyert országos bajnokságot/ hanem a jégkorongozásban, gyeplabdázásban is kiváló volt, a középiskolai válogatott labdarugó csapatban bekkekt, sikerrel száguldozott a motorkerékpáros Grand Prix-n a Svábhegy éles kanyarjaiban, egykori nagy teniszbajnokunk Kehrling Béla pedig azt javasolta számára, hogy álljon komoly tenisz edzésbe, s legyen majd a párosban partnere.

Atlétikában 5, gyeplabdázásban 6, jégkorongozásban 18 alkalommal öltötte magára a címeres mezt. Remek játékával egyik fő részese volt annak, hogy 1934-ben Milánóban a ma-gyar csapat a jégkorong Európa-bajnokságon bronzérmét szerzett.

Mérnökfi tanulmányokat folytatott, de azután inkább az atlétikát választotta hivatá-sul. 1932-ben vette át a Magyar Athlétikai Club versenyzőinek oktatását. A mintegy 120 atlétával segítőtársak nélkül, egyedül foglalkozott, s hogy milyen eredményekkel azt a felnevelt bajnokok és csúcstartók sokasága igazolta. A sok munka hive volt, s kemény kéz-zel követelte meg védenceitől az engedelmességet. Akik kitartottak mellette azok számára

bőségesen beérték a sikerek.

A felszabadulás után Romániában hosszabb időn át foglalkozott a legjobbakkal, mégpedig kiváló eredményekkel. Hazatérve az MTK vezető edzője lett. Működése idején a kétféleképpen a magyar atlétika élvonalának élére kerültek.

A munkaidő fogalmát nem ismerte. Minden nap elsőként jelent meg a pályán, s utolsóként hagyta el azt. Télen-nyáron, hóban-kánikulában mindenhol ott volt, ahová hivatása szólította. Akadtak haragosai is, mert mindenkor szókimondó volt, ami a szívében az a száján. De mindezt csak azért tette, hogy előbbre vigye az általa nem szeretett, hanem imádott atlétikát. Eredményes munkáját kormány és egyéb kitüntetésekkel jutalmazták. Az csak természetes, hogy versenybíróként is kimagasló volt. Eleinte a legjobb indítóként, később az időmérők vezetőjeként működött, itt is elismerést aratva.

Nagyszerű szeme volt. Rőgtön látta, kiből lehet valaki a szöges cipő birodalmában. "Matyi bácsi" szeme nem csalt, mint ahogyan hosszú sportműködése során egyéb területen sem.

Sok mindenhez értett. Remekül rajzolt, csodálatos atlétikai grafikonokat készített, s a mókacsinálás mestere volt a társaságokban, miközben az ördög bibliáját is mesterként forgatta. Az akkor elterjedő jazz-zongorázásnak virtuóza, s tánversenyeket is nyert. Dekatlonista volt tehát nemcsak a salakpályán, hanem az élet sok más területén is. Igazi bohém, színes egyéniség, felejthetetlen jó barát.

Mindezt - ahogyan ma mondják - emberközelségből láttam, hiszen éveken át versenyeztünk hétről-hétre a Margitszigeten. Nagy hármassugró csatákat vívtunk, miközben a 14 méter feletti első eredményt Somfay Elemér, a 15 méteres akkori álomhatárt pedig Somló Lajos érte el. De kitűnő hármassugró volt a MAC versenyzők közül még Zsuffka Viktor, Molnár Ferenc s később Dusnoki Géza is.

Fájó szívvel bucsuzom e sorokkal régi igaz barátomtól, akinek 78 éves korában bekövetkezett halálával a magyar atlétika egyik jellegzetes alakját veszítette el.

KÉPESSY JÓZSEF

XVII. NYÁRI ÚTTÖRŐ OLIMPIA

Összeállította: Lévai György

TESTNEVELÉS TAGOZATOS ISKOLÁK	60 m	Távol	Súly	Kislabda	600 m	PONTSZÁM
FIUK						
1. Debreceni Bocskai Ált. Iskola						1.523
Ötvös Gyula	7.7	558	1044	6242	1:36.1	339
Varga István	7.8	563	11.94	6296	1:48.2	335
Szilágyi Tamás	8.6	529	760	6958	1:42.6	299
Gökler Lajos	7.8	458	780	5054	1:36.7	282
Takács Imre	8.5	487	912	5918	1:46.3	268
2. Szombathelyi Derkovits Gyula Ált. Iskola						1.430
Kirchmájer János	7.7	503	914	6646	1:33.9	322
Takács Gábor	8.4	497	1046	5608	1:42.4	287
Simon Péter	8.5	500	964	5626	1:36.7	286
Nagy József	8.3	490	842	5442	1:43.0	268
Bodonci Tamás	8.4	468	964	5626	1:36.7	267

3. Dunaujvárosi Vasvári Pál Ált. Iskola						1.400
Csimál Csaba	7.8	530	1020	6694	1:44.1	321
Dolezsál Károly	8.5	492	900	6704	1:41.4	287
Szarka István	8.0	509	740	4978	1:39.3	275
Kovács András	8.1	466	852	5086	1:42.2	266
Kozma András	8.5	464	870	4828	1:43.4	251

4. Budapesti Váci Mihály Ált. Iskola						1.398
5. Budapesti Ilku Pál Ált. Iskola						1.384
6. Budapesti XXI. ker. Szárcsa u.-i Ált. Iskola						1.368

LÁNYOK

1. Debreceni Bocskai Ált. Iskola						1.742
Fekete Ildikó	7.9	526	971	5040	1:48.2	401
Ladányi Andrea	8.7	480	979	5120	1:58.0	350
Németh Beatrix	8.6	453	987	5068	1:52.5	349
Megyeri Emőke	8.8	460	929	4838	1:50.9	337
Erdeti Gabriella	8.7	478	707	3764	1:51.8	305

2. Dunaujvárosi Vasvári Pál Ált. Iskola						1.569
Antal Mária	8.5	528	947	4204	1:53.6	358
Szalai Lilla	8.2	462	847	3234	1:52.8	320
Bartalos Erika	9.1	432	834	5292	1:51.8	317
Czigler Anna	9.0	401	782	4370	1:53.8	288
Hódosi Ágnes	8.9	423	729	4254	1:56.7	286

3. Szombathelyi Derkovits Gyula Ált. Iskola						1.534
Gerencsér Anita	8.4	443	941	4516	1:57.3	332
Molnár Katalin	8.7	446	920	4524	1:56.0	322
Horváth Piroška	9.1	425	888	4376	1:53.9	301
Bejczy Edit	8.9	439	831	4014	1:52.4	301
Lakics Judit	9.2	376	748	4960	1:58.6	278

4. Budapesti XXI. Szárcsa u.-i Ált. Iskola						1.523
5. Budapesti Ilku Pál Ált. Iskola						1.489
6. Budapesti Váci Mihály Ált. Iskola						1.468

*

NEM TAGOZATOS ISKOLÁK	60 m	Távolság	Súly	Kislabda	600 m	PONTSZÁM
-----------------------	------	----------	------	----------	-------	----------

FIUK

1. Zalaegerszegi Kilián György Ének-zene tag. Iskola						1.692
Varga Attila	8.0	579	1165	8542	1:35.5	381
Szekeres Péter	7.6	595	1086	6590	1:37.9	359
Dér Gyula	7.9	568	1091	6628	1:36.1	346
Kerkai Attila	8.2	530	1095	5304	1:32.2	315
Bornyák Miklós	8.3	522	864	6060	1:40.1	291

2. Dunaujvárosi Béke-városrészi Ált. Iskola						1.661
Mitli Attila	7.5	547	1270	7302	1:36.9	376
Horváth Attila	7.9	581	1163	6880	1:33.5	361
Ambrus Attila	7.6	575	924	5162	1:31.9	330
Ivanics Zoltán	8.3	539	994	6212	1:43.3	301
Molnár Gábor	8.4	516	846	5970	1:33.1	293
3. Kiskunfélegyházi József Attila Ált. Iskola						1.629
Fekete Róbert	8.2	532	934	5756	1:40.4	396
Vasvári Attila	8.1	512	1155	7100	1:41.1	337
Nádasdi László	7.8	561	1040	5934	1:35.3	333
Oláh István	7.8	536	1154	5682	1:36.2	332
Hatvani József	7.6	527	1041	6268	1:38.0	331
4. Gávavencsellői Ált. Iskola						1565
5. Egri 6. sz. Ált. Iskola						1564
6. Nyiregyházi 5. sz. Ált. Iskola						1558
LÁNYOK						
1. Szolnoki Mátyás király u. Ált. Iskola						1.753
Szekeres Judit	8.0	541	936	4854	1:38.3	406
Sándor Rozália	8.3	514	928	3928	1:46.4	360
Bak Gabriella	8.5	507	974	4280	1:56.2	352
Paczali Márta	8.3	475	790	4160	1:54.9	327
Enyedi Andrea	8.4	471	670	3476	1:47.2	308
2. Kistelki 2. sz. Ált. Iskola						1.689
Kovács Jutka	8.4	468	964	5602	1:43.5	378
Olajos Mária	8.6	473	976	5186	1:54.7	354
Pignicki Erzsébet	8.2	439	972	3778	1:49.0	337
Sisák Erika	8.8	443	932	4582	2:00.2	317
Pignicki Teréz	9.3	402	932	5040	1:56.6	303
3. Balkányi Ált. Iskola						1.688
Rehócsin Mária	8.2	468	967	4654	1:45.4	365
Nyitrai Katalin	8.6	429	826	6458	1:55.1	348
Károlyi Noémi	9.2	452	973	5774	1:52.5	344
Kiss Erzsébet	9.0	469	776	4784	1:54.6	314
Langár Judit	8.4	392	780	3998	1:51.3	297
4. Budapesti Baranyai u.-i Ált. Iskola						1.648
5. Tiszalöki Ált. Iskola						1.629
6. Kiskunhalasi Alsóvárosi Ált. Iskola						1.627

S. COE **S. COE** **S. COE** s. coe **S. COE** s. coe

EREDMÉNYEINEK FEJLŐDÉSE

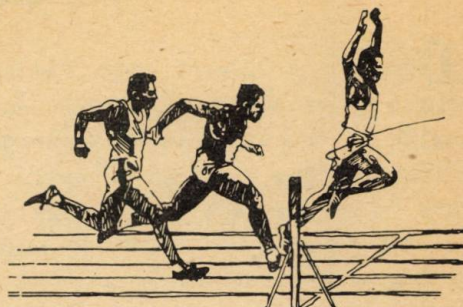
A FÉRFI 800 M-ES VILÁGCSUCSOK FEJLŐDÉSE

	800 m	1500 m	1 mérföld			
1972	1:59,9	4:05,9	-	1:46,6	Harbig (NÉM)	1939
1973	1:56,0	3:55,0	-	1:45,7	Moens (BEL)	1955
1974	-	-	-	1:44,3	Snell (UZÉ)	1962
1975	1:53,8	3:45,2	-	-	Doubell (AUS)	1968
1976	1:47,7	3:42,7	3:58,4	1:43,7	Wottle (EÁ)	1972
1977	1:45,0	-	3:57,4	1:43,5	Fiasconaro (OL)	1973
1978	1:44,0	-	-	1:43,44	Juantorena (KUB)	1976
1979	1:42,4	3:32,1	3:49,0	1:42,33	Juantorena (KUB)	1977
1980	1:44,7	3:32,2	-	1:41,72	Coe (NBR)	1979
1981	1:41,72	-	-	-	Coe (NBR)	1981

III. VILÁG KUPA

atletica/roma 81

coppa del mondo



Szeptember 4-6 között Róma lesz a színhelye az immár harmadik Világ Kupának. A Nemzetközi Atlétikai Szövetség javaslata alapján indult utjára ez a verseny, s az olimpia után a legrangosabb nemzetközi találkozónak vált. Mivel ez a verseny nemcsak országok, hanem földrészek küzdelme is, az összecsapásokon színre lép a világ atlétikájának színe-java. Nehéz lenne felsorolni azokat a versenyzőket akik eddigi szereplésükkel bizonyították tehetségüket. Ezuttal is olimpiai bajnokok és a különböző kontinensek legjobbjainak gálája lesz az "örök" városban.

A második Világ Kupán kilenc számban ismételték meg a győztesek két évvel korábbi sikereiket. Minden elfogultság nélkül az etióp "csodafutó" Yifter szereplése kíváncsít az élre, hiszen a hosszútávokon /hasonlóan az 1980. évi moszkvai olimpiához/ mindkét alkalommal legyőzhetetlennek bizonyult. Két győzelmet aratott az amerikai Moses, Tully, az NDK-beli Slupianek, Fuchs, Beyer és Schmidt, valamint a lengyel Rabsztyn és a brazil Oliviera is. A váltószámokban csupán Európa női 4x100 m-es váltója tudott ismételni.

Az I. és a II. Világ Kupa győztesei a következők voltak:

	1977			1979		
FÉRFIAK						
100 m	10,13	Williams	(EÁ)	10,17	Sanford	(EÁ)
200 m	20,17	Edwards	(EÁ)	20,34	Leonard	(KUB)
400 m	1:45,36	Juantorena	(KUB)	45,39	El Kashief	(SUD)
800 m	1:44,00	Juantorena	(KUB)	1:47,70	Maina	(KEN)
1500 m	3:34,50	Ovett	(NBR)	3:46,00	Wessinghage	(NSZK)
5000 m	13:13,80	Yifter	(ETH)	13:35,9	Yifter	(ETH)
10.000 m	28:32,30	Yifter	(ETH)	27:53,10	Yifter	(ETH)
4x100 m	38,03	Egyesült Államok		38,70	Egyesült Államok	
4x400 m	3:01,30	NSZK		3:00,70	Egyesült Államok	
110 m gát	13,41	Munkelt	(NDK)	13,39	Nehemiah	(EÁ)
400 m gát	47,58	Moses	(EÁ)	47,53	Moses	(EÁ)
3000 m akad.	8:21,60	Karst	(NSZK)	8:26,00	Ronó	(KEN)
Magas	230	Beilschmidt	(NDK)	227	Jacobs	(EÁ)
Rúd	560	Tully	(EÁ)	545	Tully	(EÁ)
Távol	819	Robinson	(EÁ)	852	Myricks	(EÁ)
Hármas	1668	Oliviera	(BRA)	1702	Oliviera	(BRA)
Súly	2174	Beyer	(NDK)	2045	Beyer	(NDK)
Diszkosz	6714	Schmidt	(NDK)	6602	Schmidt	(NDK)
Gerely	8746	Wessing	(NSZK)	8648	Hanisch	(NDK)
Kalapács	7564	Riehm	(NSZK)	7870	Litvinov	(SZU)

NŐK

100 m	11,16	Ölsner	(NDK)	11,06	Ashford	(EÁ)
200 m	22,72	Szewinska	(LEN)	21,83	Ashford	(EÁ)
400 m	49,52	Szewinska	(LEN)	48,97	Koch	(NDK)
800 m	1:59,20	Petrova	(BUL)	2:00,60	Stereva	(BUL)
1500 m	4:12,70	Kazankina	(SZU)	4:06,90	Wartenberg	(NDK)
3000 m	8:43,50	Waitz	(NOR)	8:36,40	Ulmaszova	(SZU)
4x100 m	42,51	Európa		42,19	Európa	
4x400 m	3:24,00	NDK		3:20,40	NDK	
100 m gát	12,70	Rabsztyn	(LEN)	12,67	Rabsztyn	(LEN)
400 m gát	---	---		55,83	Klepp	(NDK)
Magas	198	Ackermann	(NDK)	196	Brill	(KAN)
Távol	654	Jacenko	(AUS)	664	Stukane	(SZU)
Súly	2093	Slupianek	(NDK)	2098	Slupianek	(NDK)
Diszkosz	6810	Melnyik	(SZU)	6518	Jahl	(NDK)
Gerely	6236	Fuchs	(NDK)	6610	Fuchs	(NDK)

21 ÉVESEKÉ A VILÁG

Úgy szól a sláger, hogy "Nemcsak a huszéveseké a világ", s ez a rudugrásban úgy igaz, hogy a 21 éveseké... Junius 20-án, a franciaországi Maconban az olimpián - 20 évesen - csalódott francia Thierry Vigneron elvette a moszkvai győztes lengyel Kozakiewicz-től a világrekordot, elsőként átrepülve az 5.80-as magasságon. "Királysága" egy hétig sem tartott, mert jött a szovjet Vlagyimir Poljakov, aki a Tbiliszi-ben megrendezett Szovjetunió-NDK "szuper-viadalon" egy centiméterrel még Vigneronnál is magasabbra jutott, 5.81-gyel javított világcsúcsot. A volt és a jelenlegi rekorder között az a szembetűnő azonosság, hogy mindketten 21 esztendősek, mi-több, mindketten tavasszal születtek, Vigneron 1960. március 9-én, míg Poljakov 1960. április 7-én. Alkatuk lényegesen eltérő: a francia fiú 1.80 méter magasra nőtt és 74 kiló, míg a szovjet 1.90 magas, és mindössze 78 kilogramm. Vigneron eddigi legrangosabb teljesítménye az idei fedettpályás Európa-bajnokságon kivívott arany, Poljakové pedig az 1979-ben kiharcolt junior Európa-bajnoki cím. A két 5.80 fölött járó ugró 1975-től a táblázatban található eredményekkel büszkélkedhet.

	Vigneron	Poljakov
1975:	4.20 m	3.90 m
1976:	4.80	4.50
1977:	5.10	4.90
1978:	5.30	5.00
1979:	5.61	5.40
1980:	5.75	5.60
1981:	5.80	5.81

Ehhez még csak annyit, hogy Poljakov mögött a szovjet ranglistán második, illetve harmadik Volkov és Krupszkij is 21 éves.



Sterk Kati 190 cm!

A RUDUGRÓ VILÁGCSÚCSOK FEJLŐDÉSE (1972-től)

5,51	Isaksson	(SVÉ)	1972
5,54	Isaksson		1972
5,59	Seagren	(EÁ)	1972
	Isaksson		1972
5,63	Seagren		1972
5,65	Roberts	(EÁ)	1975
5,67	Bell	(EÁ)	1976
5,70	Roberts		1976
5,71	Tully	(EÁ)	1978
5,72	Kozakiewicz	(LEN)	1980
5,75	Vigneron	(FRA)	1980
5,77	Houvion	(FRA)	1980
5,78	Kozakiewicz		1980
5,80	Vigneron		1981
5,81	Poljakov	(SZU)	1981

Szül.: 1961 szeptember 30.
Testmagasság: 178 cm
Testsúly: 62 kg

Egyesület: Tatabányai Bányász SC

Edzők: Kovács Nimród /1975-től/

Henyecz László /1978-től/

Tihanyi József /1981 febr.-től/

Eredményeinek alakulása:

1975:	163 cm
1976:	174 cm
1977:	175 cm
1978:	178 cm
1979:	181 cm
1980:	187 cm

historia

Evvel a címmel régi események, kuriózumok, felejtethetetlen győzelmek, a már a mult feledő ködébe vesző örökbecsű, színes sztorik számára rovatot nyitunk abban a reményben, hogy ezzel feltárjuk e klasszikus sportág multjával kapcsolatos személyi és tárgyi emlékek olyan részét, melyek a maiak előtt alig ismertek. A nosztalgia napjainkban amugyis divat.

A mult feltárása nélkül aligha lehet kellő áttekintésünk a sportok királynőjéről, az atlétikáról sem. A régmúlt idők, évtizedek, sőt évszázadok anyagában akad majd ebben a rovatban bizonyára olyasmi is, ami mosolygásra késztet. De az elröppenő könnyed mosoly mögött bőven lesznek majd tanulságok, nem egyszer olyasmi is, ami korszerű csomagolásban a mi időnkben is hasznosítható. Ugy véljük egy-egy ilyen első látásra csodabogárnak tűnő valami akár közkinccsé is válhat.

Szakfolyóiratunk egyik célja a lap és az olvasók tábora közötti hidverés. Bizonyára sokaknak, elsősorban az idősebbeknek lesz közölnivalója e rovat számára. Legyen az egy érdekes régi fénykép, plakát, misorfüzet, belépőjegy vagy egy régi szakkönyvből vett idézet, jelvény, érem stb., avagy néhány sorban papírra vett tanulság vagy érdekesség.

Arra kérjük tehát olvasóinkat, hogy, a tárgyi emlékeket fényképezés /reprózás/ céljából legteljesebb szavatosságunk mellett kis időre kölcsönözzék szerkesztőségünk számára, s ezeket a kis történetekkel együtt bocsájtsák rendelkezésünkre. Bizunk abban, hogy e felkérésünk megértésre talál, s ebben a tarka-barka rovatban számonként olyan anyagot sikerül összegyűjtenünk, amelyet szívesen böngésznek majd az olvasók.

*

Igen szép szokás volt, hogy a Magyar Athletikai Szövetség az országos rekordot elért versenyzőket a tiszteletdíjon és érdemdíjazáson kívül mindenkor oklevéllel is jutalmazta.

Rajz Ferenc az MTK versenyzője 1913 július 6-án az 500 méteres síkfutásban 1 perc 7 3/5 mp-cel nemcsak országos rekordot ért el, hanem mint az az oklevél alsó sarkában olvasható: Világrekordnak hitelesítettetett! A magyar atlétika történetének ez volt az első világcsucs eredménye.

Az oklevél aláírói komoly pozíciókat betöltő, közismert emberek voltak. A MASZ elnöke dr. Bárczy István Budapest polgármestere, fővárosunk építészeti jellegű világvárosi megteremtője, fiatal jogász korában még Sacher István névvel a MAC kitűnő gyorsfutójaként atlétizált.

A titkár dr. Mártonffy Miklós később több éven át a Magyar Olimpiai Bizottság főtitkáráként tevékenykedett.

Vajon nem lenne célszerű nekünk is maradandó oklevelekkel jutalmazni az országos csúcsoakat?

K-y

MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG

A MAGYAR ATHLETIKAI SZÖVETSÉG bizonyítja, hogy 1914 évi január hó 9-én tartott tanácsülésén a következő eredmény, amelyet

Rajz Ferenc
úr, a f. MTK tagja Budapesten
1913 évi július hó 6-án ért el,

országos rekordnak

elismeretett:

500 méteres síkfutás
1 p 7 3/5 mp
Budapest, 1914. január 14-én

Mártonffy
titkár.

Bárczy
elnök.



Világrekordnak
hitelesítettetett

Mindenféle

Kölnben nemzetközi szimpozionot tartottak a dopingvizsgálatok terén végzett vizsgálatok kérdéséről. Merode herceg, a NOB un. dopping bizottságának elnöke megállapította, hogy új készítmények jelentek meg, amelyek eddig még nem szerepeltek a tiltott szerek listáján.

Számos sportoló hónapokkal a nagy versenyek előtt használja az anabolikus szereket, majd áttér a testosteron szedésére. A testosteron természetes férfi hormon, amelyet az emberi szervezet termel. Ezidáig nem találtak meg azokat a módszereket, amelyek alkalmasak ennek a minden versenyző, de különösképp a nők számára veszélyes szernek a kimutatására.

Manfred Donicke professzor, Beckett professzor utóda, azon a véleményen volt, hogy a legutóbbi olimpia számos érmese testoszteront használt. Az elvégzett vizsgálatok alapján arra lehetett következtetni, hogy a sportolók mintegy 10-20 százaléka vette igénybe ezt az eszközt a nyári olimpiai játékok alkalmával.

A szimpozionon az is elhangzott, hogy jelenleg olyan vizsgálatok, kutatások folynak, amelyek rövidesen szenzációs eredményeket ígérnek.

A zürichi Sport tudósítása szerint Larry Myricks egy egyesült államokbeli versenyen (Ack) C. Lewisnál is jobban megközelítette Beamon "álmvilágcsúcsát". Myrick egy érvénytelen kísérletét (kb. 1 cm-t belépett) lemérték a versenybírók, s a mérőszalag 876 cm-t (!) mutatott.

Amerika roppant büszke technikai ujitásaira és alkotásaira. Mégis megtörtént, hogy a technikai csodák felmondták a szolgálatot és vissza kellett térni a legősibb, természetes eszközökhöz és megoldásokhoz. Ilyen eset volt, amikor a pápa látogatást tett New Yorkban, s olyan tömegek töltötték meg az utcákat és tereket, hogy járművekkel nem lehetett célba jutni. Egy New York-i napilap szeretett volna színes fényképet közölni a pápáról. A stadiontól a lap szerkesztőségéig, azaz a pápától a lapig 35 perc alatt lehetett volna eljuttatni a felvételeket. Ez azonban a tömeg miatt képtelenség lett volna autóval. A szerkesztőség ezért gondolt egy merészet és érintkezésbe lépett a New York-i utcai futók klubjával. Fred Lebow elnök villámgyorsan kihuzta a kartotékjaiból a legmegfelelőbb nevet, Hugh Sweeny futóét, aki két előnyt egyesített magában: jól futott, s még jobban ismerte az utcákat. Száz dollárért vállalta, hogy át-töri magát a számtalan utkereszteződésen és időben eljuttatja a képanyagot a laphoz. A titkosrendőrség ugyan már a futása kezdetén feltartóztatta és magyarázkodnia kellett, de a feladatát végül is sikerrel megoldotta.

Brian Lloyd, angol tudományos kutató kidolgozott egy speciális formulát, amellyel prognózisokat lehet készíteni a futószámokban. Eszerint 2000-ben a következőképp alakulnak a világrekordok:

FÉRFIAK	NŐK
100 m 9,82;	100 m 10,67;
200 m 19,63;	200 m 21,35;
400 m 42,60;	400 m 45,49;
800 m 1:38,80;	800 m 1:44,50;
1.500 m 3:25,90;	1.500 m 3:42,13;
5.000 m 12:36,90;	5.000 m 13:52,80;
10.000 m 26:03,80;	10.000 m 28:46,30;
maraton 2:02:21.	maraton 2:12:37.

Molnár Sándor ez év júniusában sikeresen megvédte testnevelés doktori értekezését. Disszertációjának címe: A távfutás és a gyaloglás néhány edzés mód-szerének és mérési eljárásának élettani háttere. A mintegy 100 oldalas munka minden érdeklődő rendelkezésére áll a Testnevelési Főiskola könyvtárában.

"Minden idők" legjobb eredményei a 400 m-es gátfutásban

47,13	Moses	Mailand 1980
47,17	Moses	Berlin 1980
47,45	Moses	Westwood 1977
47,52	Moses	Montreal 1979
47,58	Moses	Düsseldorf 1977
47,59	Moses	Sacramento 1981
47,63	Moses	Montreal 1976
47,67	Moses	Oslo 1979
47,69	Moses	Durham 1979
47,81	Moses	Zürich 1980
47,82	Akii-Bua	München 1972
47,86	Schmid	Torino 1979

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

„SPORTOLJ VELÜNK”

A cím már jól ismert, de csak a cím!

Hiszen ez már az új

„SPORTOLJ VELÜNK”

Új tartalommal – új formátummal!

júliustól már kapható A/4-es méretben,

színes borítóval, 32 + 4 oldalon!

A Sportolj velünk című testedzési

tanácsadó folyóirat ára: 10.- Ft.

Megvásárolható a hírlapárusoknál.

Előfizethető a postahivatalokban és a

Posta Központi Hírlap Irodánál

(Bp. V., József nádor tér I. – 1900)

A SPORTPROPAGANDA VÁLLALAT

harmadik évtizede a testnevelés 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

- **VÍVÓFELSZERELÉSEK ÉS SZABADIDŐ-RUHÁZATI CIKKEK**

Budapest, V., Bajcsy-Zs. út 36. szám alatti sportruházati szakboltban

110-052

- **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.

- **NYITVATARTÁS:**

Hétköznapi: 8.30–16.30

Szombaton: 8.30–12.30 (Páros héten szabadszombat!)