

ATLÉTIKA



A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA ÁRA: 50,-Ft 35. ÉVF. 12. SZÁM 1991. DECEMBER



R-COMP



HUNGÁRIA
BIZTOSÍTÓ RT.



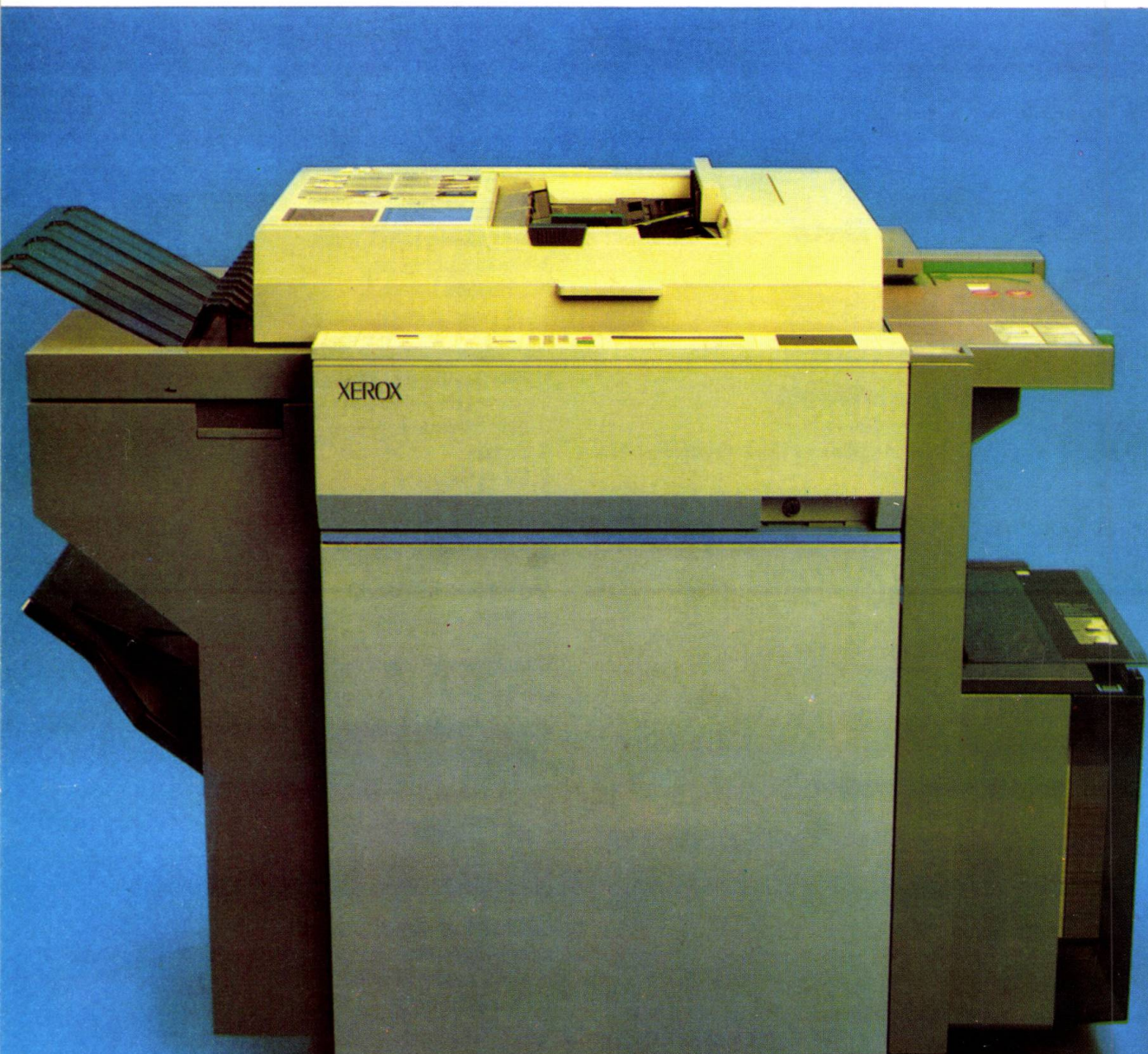
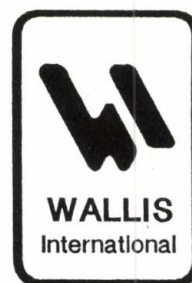
RANK XEROX

WALLIS INTERNATIONAL

BUDAPEST, 1025 KONDORKERT U. 1-3

TEL: 176-7354, 176-7554

FAX: 135-1193.



Tartalom

AZ ÉV ATLÉTÁI

Carl Lewis és Katrin Krabbe	1
Az 1991. évi 50-es ranglista	2
Az ugrásokat előkészítő és ugróiskola gyakorlatok	14
Velünk elő sporttörténelem	22
„Arany -Mary” visszatérése	25
A futás történetéből Küldöncök és vadászok a természeti népeknél..	27
Fuss és érezd jól magad A futás, mint terápia	28
A sportolók igazolási, átigazolási szabályzata	29
1992. évi fedettpályás csúcseredmények.....	36
Versenykiírások	39

Trejeszti a Magyar Posta.

Előfizethető a hírlapkézbesítő postahivataloknál, a kézbesítőknél, a posta hírlapüzleteiben és a Hírlap-előfizetési és Lapellátási Irodánál (HELIR)

1900 Budapest XIII., Lehel utca 10/a közvetlenül, vagy postautalványon, valamint átutalással a HELIR Postabank Rt. 219-98636-021-02799 jelzőszámra.

A lap a MASZ-ben is megrendelhető

Előfizetési díj: egy évre 600,-Ft

Címlapfotó: Carl Lewis az év férfi atlétája

ATLÉTIKA

35. évfolyam 12. szám 1991. december

A Magyar Atlétikai Szövetség lapja
Szerkesztőség: Magyar Atlétikai Szövetség
1143 Budapest, Dózsa György út 1-3.

Szerkesztő: Krasovec Ferenc
Felelős kiadó: Schulek Ágoston
ISSN 0571-799

Készült: Copy Kft. Budapest

Az év atlétái: Carl Lewis és Katrin Krabbe

Idén már hatodik alkalommal rendezték meg Monte-Carlóban az évváró atlétikai gálát. Az ünnepség megrendezését az 1986-ban létrehozott Nemzetközi Atlétikai Alapítványból (IAF) finanszírozták, melynek elnöke dr. Primo Nebiolo - aki egyben a nemzetközi szövetség elnöke is-, tiszteletbeli elnöke pedig Albert, monacói herceg. Az alapítvány egyebek között előadássorozatokkal, továbbképzésekkel, kiadványokkal támogatja az atlétikát.

Az évváró bankettre tokiói világ bajnokokat, a Grand-Prix győzteseket, az idén új világcúscot elérő atlétákat, valamint újságírókat, versenyrendezőket és szponzorokat hívtak meg. Minden évben ezen az estén hozzák nyilvánosságra az év atlétája szavazás végeredményét. Idén 1800 szavazat összesítése alapján e megtisztelő címet a férfiak közül Carl Lewis nyerte el. Lewis Tokióban 8.86 mp-re javította a 100 m-es síkfutás világcúscát, 891 cm-rel második lett távolban és tagja volt az idén háromszor világrekordot futó 4X100 m-es amerikai váltónak. A második helyre 57 pontnyi különbséggel Szergej Bubka került. A szovjet rúdugró négyszer javította meg a fedettpályás és négyszer a szabadtéri világrekordot, s így összesen már a 28. csúcsánál tart. Harmadik az idei szenzációt szállító, Bob Beamon 23 éves legjobbját megdöntő Mike Powell lett.

A nőknél a tavalyi két első helyezett helyet cserélt. A világ bajnokságon 100 m-en és 200 m-en diadalmaszkodó Katrin Krabbe nagy fölényrel végzett az élen, s sokak meglepetésére, a magasugró Heike Henkelt Merlene Ottey is megelőzte. Ottey egyébként választ adott a sokakat izgató kérdésre:

- Nem a nagy pszichés teher miatt kaptam ki Tokióban Krabbétól. Egyszerűen elrontottam a rajtomat. Azt hittem hamarabb indítanak és éppen visszafogtam magam, amikor eldőrdült a rajtpisztoly. A rajtom egyébként is csapnivaló, úgyhogy a következő évet ennek kijavítására szánom.

Persze Krabbe is készül a következő idényre, s ő úgy nyilatkozott, győzelmét jó formaidőzítésének köszönheti.

Az év atlétája. /1000 pontnál többet kaptak:

Férfiak: Carl Lewis (amerikai) 3701, 2. Szergej Bubka (szovjet) 3642, 3. Mike Powell (amerikai) 3427, 4. M. Johnson (amerikai) 2358, 5. Morceli (algériai) 2012, 6. Burrell (amerikai) 16169, 7. O'Brien (amerikai) 1474, 8. Matete (zambiai) 1294, 9. Foster (amerikai) 1244.

Nők: Katrin Krabbe (német) 3959, 2. Merlene Ottey (jamaicai) 3201, 3. Heike Henkel (német) 2334, 4. Joyner-Kersey (amerikai) 2317, 5. Boulmerka (algériai) 1894, 6. Perec (francia) 1767, 7. Panfil (lengyel) 1400, 8. McColgan (brit) 1388, 9. Narozsilenko (szovjet) 1294.

AZ 1991. ÉVI 50-ES RANGLISTA FÉRFIAK

A legutóbbi években (1990-ig bezárólag) a ranglistákat Kalovits István készítette el. Ebben a munkájában Subert Zoltánon kívül - aki elsősorban a „legjobb 10-et” egyeztetette vele - csak néhány ember segítségére számíthatott, de lényegében mindent egymaga és manuálisan végzett. Energiája nagy részét felemésztette az a sokszor szinte hiábavaló munka, amit a késve vagy sokszor egyáltalán be sem érkező jegyzőkönyvek utáni hajsza okozott. Nem csoda tehát, ha eleve nem várhattuk el a hibátlan munkát. Nem beszélve ugyanakkor a jegyzőkönyvekben szereplő pontatlanságokról; nevek, keresztnév, születési évek és a szerek méretei elmaradásáról vagy pontatlanságairól. Bizony sokszor igen nagy nyomozómunkára volt szükség felderíteni egy-egy fontosabb eredmény hitelességét.

Ettől az évtől kezdve elhunyt barátunk örökébe lépve megpróbáljuk ezt az eljárást gépesítve végezni. Tisztában vagyunk a kezdeti nehézségekkel, amit a programok kezdetlegessége, vagy váratlan technikai nehézségei az első időkben okoznak. Számítunk azonban a szakemberek alkotó együttműködésére és - főleg az első időkben - az atlétatársadalom türelmére is, mert az ilyenforma munkával kapcsolatban semmiféle gyakorlattal nem rendelkezünk.

Azért beszélek többes számban, mert ezt a munkát hárman végezzük. A programokat Szlovák Gábor készíti (aki a korábbiakról nem rendelkezett semmiféle sportágbeli ismerettel és ezért mindezekkel menetközben kényszerült megismerkedni), az adatok számítógépbe történő bevitele az én feladatom és ugyancsak én rendezem el a beérkező jegyzőkönyveket is és havonta egy-egy dossziéba „irattározva” (amit egy tárgymutató révén mindenki megtalálhat), végül Nyíró Gyuri bácsi önként ajánlotta fel, hogy a rögzítendő eredményeket az elmúlt évi adatokat figyelembe véve „limitálja”, vagyis megjelöli azokat, hogy csak a szükséges eredmények kerüljenek a gépbe. Összesen tízezerkétszáz adat kerül véglegesen rögzítésre, s ez azt jelenti, hogy a rangsor végleges kialakulásáig ennek többszörösét kell rögzíteni. A felhasználás érdekében a kerettagoknak valamennyi eredménye szerepel a listán és ez is többletmunkát jelent, de segítség a kapitányoknak legjobbjaink formájának megítélésében.

Minden jegyzőkönyv kódszámot kap mielőtt a dossziéba kerülne és ez annyit jelent, hogy november közepén már 572-nél tartottunk. A végleges eredménylista kialakítása előtt azonban még Nyíró György - a szakosztályoktól megkapott listák alapján - ellenőrzi az eredményeket, mielőtt a végleges lista kialakulna.

A gépesítés adta lehetőség birtokában, bevezettünk néhány változtatást is, ami a listák szakszerűségét, pontosságát és a szakemberek részéről történő jobb használhatóságát is elősegítik.

Ezek a következők:

- 1 A jegyzőkönyvben feltüntetett szélviszonyok ezentúl a listákon is szerepelni fognak a 100 és a 200 m-nél, a rövid gátszámoknál, valamint a távol- és hármasugrásoknál.
- 2 A váltóknál szerepelnek a különböző korosztályok válogatott csapatainak eredménye is. Úgy gondoljuk, így a listák teljesebb képet mutatnak és minden olyan eredmény szerepelni fog, amiben akár csak egy-egy versenyző neve is megváltozik. A lényeg csupán annyi, hogy nem szerepel két egyforma összetételű váltó a listákon.
- 3 Új versenyszámként szerepel ettől az évtől a női hármasugrás - mivel fölkerült a bajnoki műsorba -, valamint a kalapácsvetés, utóbbi egyelőre csak a felnőttéknél, de minden eredményt felölelve.
- 4 Fontolgatjuk a többpróba eredmények számonkénti részletezését - a jelenleg csupán felnőtt listákon szereplőkhöz hasonlóan - az alacsonyabb korosztályoknál is a következő évtől. (Ez csupán megfelelő program kidolgozásán múlik, ugyanakkor nagyon sok hasznos információt jelent az edzőknek, szakembereknek egyaránt.)

A folyamatosan közlésre kerülő listákkal kapcsolatban kérjük az olvasók, szakemberek türelmét, elnézését az esetleges kezdeti „gyermekbetegségek” miatt, s szívesen vesszük konstruktív javaslataikat, észrevételeiket, ami közös munkánkat elősegíti, finomítja, tehát szakszerűbbé, használhatóbbá teszi.

Söjtör József

100 m

Kovács Attila	60	UTE	10.30	1.20
Karaffa László	64	Bp Honvéd	10.45	1.20
Zajovics Csaba	69	Gy. Dózsa	10.53	0.80
Rezák Pál	66	UTE	10.58	
Dobos György	70	UTE	10.64	
Maklár Szabolcs	74	Hungalu	10.67	
Sámi István	70	DMTE	10.68	
Molnár Tamás	68	NYVSC	10.68	1.20
Kiss László	73	DVTK	10.71	1.10
Juhász István	66	UTE	10.72	0.80

Fetter György	63	Spartacus	10.73	
Alexa Szabolcs	69	Szeged	10.74	0.80
Hasszán Ferenc	73	Testvériség	10.76	
Menczer Gusztáv	59	UTE	10.83	
Bakos György	60	UTE	10.91	-1.90
Asztalos Csaba	74	DVTK	10.92	-0.50
Kovács Viktor	73	Gyöngyös	10.93	0.50
Czebei Zsolt	74	Bp Honvéd	10.94	
Bedenek László	72	Kap. Építők	10.95	-0.50
Nagy István	59	UTE	10.96	-0.50

Rozmán Zoltán	70	SKSE	10.96	0.80
Utasi Sándor	67	SKSE	10.97	
Bédi Tibor	74	Csepel	11.01	
Darago László	66	BEAC-MAFC	11.02	-1.30
Nagy Tibor	74	DSI	11.03	
Tóth József	72	Dunaujváros	11.04	-0.40
Szabó Dezső	67	UTE	11.05	0.20
Lakatos István	72	TFSE	11.06	-2.90
Bágyi Róbert	67	Építők	11.06	0.20
Fenyves Csaba	73	Bp. Honvéd	11.06	

Hajdu Sándor	66	Vaker SE	11.10	0.20
Lisztoczi János	72	Szeged	11.10	
Kovács Dusan	71	BHVSE	11.10	
Orosz Zoltán	74	Bp Honvéd	11.11	
Urbán Ernő	73	BÁZIS	11.12	
Kozma László	75	SKSE	11.13	
Munkácsi Sándor	69	UTE	11.13	0.20
Lipcei József	72	NYVSC	11.14	-0.40
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	11.14	0.20
Németh Roland	74	Sopron	11.15	

Kiricsi Olivér	71	Haladás VSE	11.17	0.40
Pintér Bertalan	73	Bp Honvéd	11.18	
Debreceni Antal	73	Gyula	11.19	-0.40
Vida János	70	Szeged	11.19	0.80
Schreiber Ottó	70	UTE	11.20	
Gyulai Miklós	70	Bp Honvéd	11.23	0.20
Nagy Péter	69	DMTE	11.23	0.40
Fábián Csaba	67	UTE	11.24	-1.00
Gardiner Vernon	66	BEAC-MAFC	11.24	
Tamásovics Zoltán	69	BEAC-MAFC	11.2	

Megengedettnél erősebb hátszéllel

Kovács Attila	60	UTE	10.23	4.10
Zajovics Csaba	69	Gy. Dózsa	10.47	2.90
Rezák Pál	66	UTE	10.53	2.90
Fetter György	63	Spartacus	10.59	2.90
Kiss László	73	OVTK	10.68	2.90
Alexa Szabolcs	69	Szeged	10.70	2.90
Menczer Gusztáv	59	UTE	10.77	2.40
Utasi Sándor	67	SKSE	10.86	2.90
Nagy István	59	UTE	10.93	2.90
Fábián Csaba	67	UTE	11.04	2.90

200 m

Kovács Attila	60	UTE	20.80	1.40
Karaffa László	64	Bp Honvéd	20.98	1.40
Molnár Tamás	68	NYVSC	21.04	1.40
Rezák Pál	66	UTE	21.13	1.40

Fetter György	63	Spartacus	21.29	1.40
Zajovics Csaba	69	Gy. Dózsa	21.32	-0.50
Kiss László	73	DVTK	21.35	-0.90
Menczer Gusztáv	59	UTE	21.40	
Alexa Szabolcs	69	Szeged	21.53	-0.50
Sámi István	70	DMTE	21.68	-0.50

Dobos György	70	UTE	21.80	1.20
Maklár Szabolcs	74	Hungalu	21.96	-1.00
Rozmán Zoltán	70	SKSE	21.97	1.60
Hasszán Ferenc	73	Testvériség	22.06	
Bédi Tibor	74	Csepel	22.09	
Urbán Ernő	73	BÁZIS	22.15	
Szabó Dezső	67	UTE	22.17	
Hajdu Sándor	66	Vaker SE	22.21	
Széll Tibor	74	Békéscs. Előre-Sp.	22.23	0.60
Lakatos István	72	TFSE	22.27	

Gyulai Miklós	70	Bp Honvéd	22.29	
Vida János	70	Szeged	22.30	-0.50
Czebei Zsolt	74	Bp Honvéd	22.44	-0.70
Kiricsi Olivér	71	Haladás VSE	22.53	
Nagy Tibor	74	DSI	22.54	
Debreceni Antal	73	Gyula	22.54	0.60
Aklan László	67	Bp Honvéd	22.54	
Utasi Sándor	67	SKSE	22.55	
Hegedüs Géza	69	BEAC-MAFC	22.56	1.20
Lisztoczi János	72	Szeged	22.57	

Asztalos Csaba	74	DVTK	22.62	
Kovács Viktor	73	Gyöngyös	22.64	0.60
Lipcei József	72	NYVSC	22.66	
Pintér János	74	Haladás VSE	22.67	
Varga Tamás	71	TFSE	22.70	1.20
Rácz Ferenc	72	Békéscs. Előre-Sp.	22.71	0.40
Sipos Attila	74	ZTE	22.72	
Papp Ferenc	73	VIDEOTON	22.73	
Németh Attila	72	Haladás VSE	22.73	
Együd Zoltán	71	TFSE	22.77	1.60

Török Zsolt	71	Gy. Dózsa	22.82	-0.10
Nyilas Péter	72	UTE	22.85	-1.00
Török Ferenc	69	BEAC-MAFC	22.86	
Rencz Ákos	71	Bp Honvéd	22.89	
Nagy Péter	69	DMTE	22.93	1.60
Bódi László	70	TFSE	22.94	1.60
Seres György	73	Bp Honvéd	22.95	1.80
Várkonyi György	75	Vasas	22.95	-0.70
Dremák András	74	Gy. Dózsa	22.98	
Mester László	72	SKSE	23.00	

Megengedettnél erősebb hátszéllel

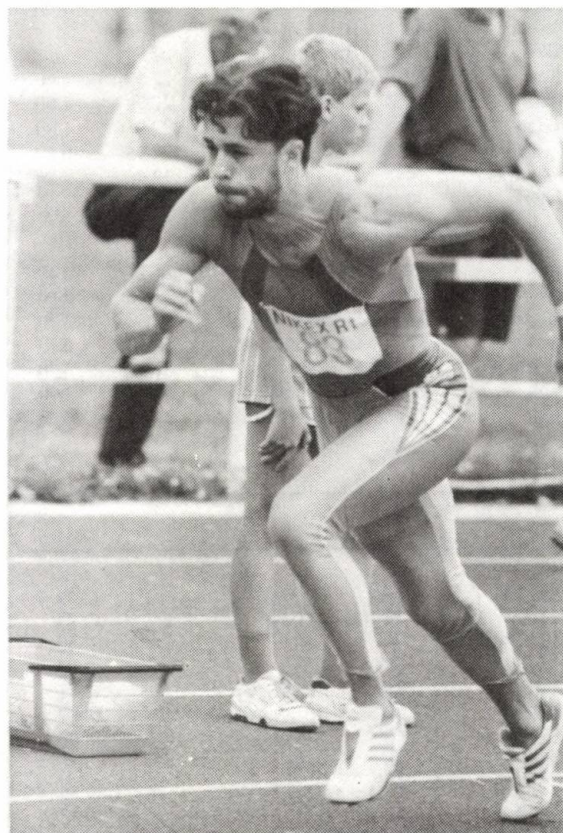
Kiss László	73	DVTK	21.21	2.40
Vida János	70	Szeged	22.12	2.90
Kiricsi Olivér	71	Haladás VSE	22.32	2.90
Aklan László	67	Bp. Honvéd	22.40	2.70
Lisztoczi János	72	Szeged	22.41	2.70
Török Zsolt	71	Gy. Dózsa	22.44	2.90
Rácz Ferenc	72	Békéscs. Előre-Sp.	22.69	2.30

400 m

Molnár Tamás	68	NYVSC	45.78	
Kovács Dusan	71	BHVSE	47.33	
Menczer Gusztáv	59	UTE	47.42	
Katona Ervin	65	UTE	47.62	
Martina Tibor	68	BÁZIS	47.71	
Gyulai Miklós	70	Bp Honvéd	47.87	
Hasszán Ferenc	73	Testvériség	48.00	
Hajdu Sándor	66	Vaker SE	48.10	
Munkácsi Sándor	69	UTE	48.14	
Árpási Miklós	72	KSI	48.15	

Somfai Dávid	69	BEAC-MAFC	48.31	
Szabó Dezső	67	UTE	48.42	
Széll Tibor	74	Békéscs. Előre-Sp.	48.57	

Papp Ferenc	73	VIDEOTON	48.59
Szilágyi Tamás	74	DSI	48.66
Együd Zoltán	71	TFSE	48.68
Török Zsombor	72	KSI	48.74
Bágyi Róbert	67	Építők	48.82
Kiss Gábor	70	Sz. MÁV-MTE	48.83
Hegedüs Géza	69	BEAC-MAFC	48.9
Török Zsolt	71	Gy. Dózsa	49.04
Tamásovics Zoltán	71	BEAC-MAFC	49.16
Együd László	71	TFSE	49.25
Varga Tamás	71	TFSE	49.30
Gyimes Zsolt	69	TFSE	49.46
Rozmán Zoltán	70	SKSE	49.49
Nyilas Péter	72	UTE	49.55
Bédi Tibor	74	Csepel	49.56
Sámi István	70	DMTE	49.5
Cseresznyés Zsolt	72	Sz. MÁV-MTE	49.67
Vasas Zsolt	69	Ikarus	49.69
Simon Balázs	71	Gy. Dózsa	49.85
Akian László	67	Bp Honvéd	49.91
Marik Balázs	69	Szeged	50.16
Both Vilmos	71	ZTE	50.19
Tóth Zoltán	70	DMTE	50.1
Tóth Sándor	70	DMTE	50.1
Idrányi Zoltán	72	ZTE	50.24
Csillag Csaba	69	BEAC-MAFC	50.25
Borszéki Péter	75	NYVSC	50.29
Sipos Attila	74	ZTE-Építők	50.36
Fekete János	70	Bp Honvéd	50.36
Tóth László	74	KSC	50.38
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	50.41
Nagy Mihály	74	DSI	50.30
Széles Imre	73	NYVSC	50.50
Török Gábor	69	BEAC-MAFC	50.4
Nevezi Tibor	67	DMTE	50.59
Metzner Zsolt	72	NYVSC	50.61
Várkonyi György	75	Vasas	50.64



Molnár Tamás

800 m

Banai Róbert	67	UTE	1:47.29
Vörös László	70	UTE	1:49.57
Martina Tibor	68	Bázis	1:50.28
Gyimes Zsolt	69	TFSE	1:50.32
Árpási Moklós	72	KSI	1:51.17
Benedek Zsolt	69	BVSC	1:51.32
Czakó Péter	66	BVSC	1:51.46
Tölgyesi Balázs	73	VIDEOTON	1:51.52
Bogár Attila	73	UTE	1:51.54
Kováts Ferenc	69	SzVSE	1:51.93
Balázs Dénes	71	SKSE	1:51.99
Horváth Csaba	70	VEDAC	1:52.25
Lipták Attila	70	NYVSC	1:52.66
Majoros Kolos	69	BEAC-MAFC	1:52.78
Sári Zoltán	67	SzVSE	1:53.14
Povázsai László	72	Spartacus	1:53.18
Györkös Imre	72	Bp. Honvéd	1:53.43
Vörös Roland	71	VEDAC	1:53.50
Major Imre	70	DMTE	1:53.73
Nágel Csaba	73	Pápa	1:54.20
Fekete János	70	Bp Honvéd	1:54.27
Szabó Gábor	72	DMTE	1:54.43
Tóth Szabolcs	73	NYVSC	1:54.46
Pénzes Gábor	74	BÁZIS	1:54.96
Hegedüs Géza	69	BEAC-MAFC	1:55.31
Czene Miklós	73	PVEK	1:55.20
Bierling István	72	VEDAC	1:55.51
Keller András	71	BEAC-MAFC	1:55.67
Nyilas Péter	72	UTE	1:55.78
Tőreki András	74	Pápa	1:56.02
Brünn Attila	71	Bp Honvéd	1:56.33
Mihalovics Gábor	74	Szim Vasas	1:56.33
Jánosi Zoltán	71	Bp Honvéd	1:56.38
Horváth Attila	73	Haladás VSE	1:56.42
Király Tamás	74	BÁZIS	1:56.64
Csala Attila	71	SKSE	1:56.77
Varga Zsolt	73	BEAC-MAFC	1:57.30
Tuska György	75	BEAC-MAFC	1:57.33
Füredi Péter	74	KSI	1:57.35
Brodi Péter	74	KSI	1:57.37
Gyenizse Zoltán	74	KBSK	1:57.3
Benkó Zsolt	73	SKSE	1:57.3
Szabó Gergely	70	BEAC-MAFC	1:57.73
Cseresznyés Zsolt	72	Sz. MÁV-MTE	1:57.87
Illyés Árpád	68	DMTE	1:58.00
Babinyecz József	74	DVTK	1:58.01
Paksi Bence	74	BEAC-MAFC	1:58.14
Szilágyi Tamás	74	DSI	1:58.38
Tóth László	55	Bp Honvéd	1:58.50
Szántó Sándor	73	BÁZIS	1:58.54

1500 m

Banai Róbert	67	UTE	3:41.06
Kazsimer Attila	66	DVTK	3:41.88
Vörös László	70	UTE	3:43.20
Reichnach Ferenc	64	BVSC	3:44.96
Gonda Tibor	58	Bp Honvéd	3:45.50
Káldy Zoltán	69	UTE	3:46.14
Berkovics Imre	66	VEDAC	3:46.20
Tölgyesi Balázs	73	VIDEOTON	3:46.54
Balázs Dénes	71	SKSE	3:46.86
Benedek Zsolt	69	BVSC	3:46.94
Kadlot Zoltán	62	SKSE	3:49.32
Janovecz Tamás	68	Spartacus	3:49.60
Povázsai László	72	Spartacus	3:50.85
Molnár Tamás	62	BVSC	3:50.92

Majoros Kolos	69	BEAC-MAFC	3:50.98
Pécsi Zoltán	66	BVSC	3:53.35
Csala Attila	71	SKSE	3:53.60
Hajnal Zoltán	68	Kap. Építők	3:53.73
Major Imre	70	DMTE	3:54.18
Szemán János	69	VEDAC	3:55.31
Sári Zoltán	67	SzVSE	3:55.68
Susányi Tamás	63	SzVSE	3:56.08
Bereczki Jozsef	62	DVTK	3:56.48
Illyés Árpád	68	DMTE	3:58.10
Lipták Attila	70	NYVSC	3:58.52
Adamis Iván	70	MTK-VM	3:58.64
Kliszek Tamás	70	UTE	3:58.84
Nágel Csaba	73	Pápa	3:58.88
Györkös Imre	72	Bp Honvéd	3:59.11
Tóth László	55	Bp Honvéd	3:59.25
Oláh Roland	74	VIDEOTON	4:01.95
Bohus János	74	Békéscs. Előre-Sp.	4:01.99
Pintér István	70	UTE	4:02.09
Kövári Mária	74	Dombóvár	4:02.64
Tóth Szabolcs	73	NYVSC	4:02.84
Pocsa Zoltán	72	GEAC	4:03.0
Asztalos Sándor	72	Kiskunhalas	4:03.21
Keller András	71	BEAC-MAFC	4:03.24
Horváth Csaba	70	VEDAC	4:03.85
Balogh Jenő	74	Dombóvár	4:03.87
Ferenczi Ferenc	67	SzVSE	4:04.12
Bogár Attila	73	UTE	4:04.38
Kardos István	64	PVSK	4:04.5
Horváth Gábor	73	BÁZIS	4:04.70
Baksa Márk	73	VIDEOTON	4:04.7
Bierling István	72	VEDAC	4:05.0
Antok Balázs	69	KMF	4:05.20
Bibok Tamás	71	DMTE	4:05.41
Lenhardt Zoltán	74	Bp Honvéd	4:05.46
Bohus Roland	74	Békéscs. Előre-Sp.	4:05.49

5000 m

Berkovics Imre	66	VEDAC	13:47.58
Káldy Zoltán	69	UTE	13:48.83
Kadlot Zoltán	62	SKSE	14:00.77
Markocsán Sándor	65	MICRO	14:08.00
Markó Gábor	60	MICRO	14:11.09
Holba Zoltán	68	UTE	14:12.20
Janovecz Tamás	68	Spartacus	14:14.17
Sági Ferenc	69	Sz. MÁV-MTE	14:18.17
Jäger Péter	66	UTE	14:18.62
Baier Tibor	66	UTE	14:19.68
Kozma Attila	60	BVSC	14:19.82
Kliszek Tamás	70	UTE	14:20.00
Vajkovics Károly	68	Szupermaratoni FC.	14:20.94
Pécsi Zoltán	66	BVSC	14:21.28
Pintér István	70	UTE	14:21.28
Kardos István	64	PVSK	14:23.43
Szemán János	69	VEDAC	14:25.94
Gergely Zoltán	68	Kap. Építők	14:34.99
Molnár Tamás	62	BVSC	14:45.24
Hoffer István	72	Sz. MÁV-MTE	14:48.32
Antal Péter	66	Spartacus	14:48.48
Fekete Tibor	59	Szupermaratoni FC.	14:48.98
Benedek Zsolt	69	BVSC	14:49.5
Szabó Zoltán	62	Szupermaratoni FC.	14:50.24
Kikilai Zoltán	68	Szupermaratoni FC.	14:51.34
Adamis Iván	70	MTK-VM	14:52.45
Balázs Dénes	71	SKSE	14:53.91
Lajtos Márton	66	Sz. MÁV-MTE	14:54.62
Markovics Péter	60	Péti MTE	15:01.77
Balogh Gyula	62	SKSE	15:02.78
Bibok Tamás	71	DMTE	15:03.08
Ubaldo Langane	64	SzVSE	15:09.29
Lantos Zoltán	63	BEAC-MAFC	15:11.8
Csala Attila	71	SKSE	15:12.92
Laczi Endre	69	UTE	15:13.97
Mayer Miklós	48	Péti MTE	15:17.91
Lezák Csaba	61	MVSC	15:18.5
Medvegy Sándor	64	MICRO	15:19.0
Szerencsés András	66	MICRO	15:19.88
Szabó István	58	GEAC	15:20.42
Molnár Tibor	74	Törekvés	15:24.14
Kollár Csaba	74	Sz. MÁV-MTE	15:26.04
Lisztoczki Attila	70	MVSC	15:29.49
Pocsa Zoltán	72	GEAC	15:30.14
Sági József	0	HM	15:32.80
Kindl Gábor	69	VEDAC	15:33.6
Pápa László	65	Bp.Honvéd	15:33.89
Balassa Levente	71	SzVSE	15:34.69
Tóth József	65	Kap. Építők	15:35.47
Asztalos Sándor	72	Kiskunhalas	15:36.36



Banai Róbert



10 000 m

Káldy Zoltán	69	UTE	28:01.88
Serfőző Sándor	60	DVTK	29:22.46
Kadlot Zoltán	62	SKSE	29:23.56
Janovecz Tamás	68	Spartacus	29:23.7
Baier Tibor	66	UTE	29:27.73
Jáger Péter	66	UTE	29:31.62
Kliszek Tamás	70	UTE	29:31.7
Holba Zoltán	68	UTE	29:34.28
Pintér István	70	UTE	29:39.76
Markocsán Sándor	65	MICRO	29:45.7
Sági Ferenc	69	Sz. MÁV-MTE	29:51.6
Szemán János	69	VEDAC	30:26.4
Vörös László	70	UTE	30:30.9
Benedek Zsolt	69	BVSC	30:31.8
Kardos István	64	PVSK	30:32.00
Fekete Tibor	59	Szupermaratoni FC	30:34.91
Balázs Dénes	71	SKSE	30:36.3
Adamis Iván	70	MTK-VM	30:38.3
Gergely Zoltán	68	Kap. Építők	30:39.68
Tóth József	65	Kap. Építők	30:40.0
Molnár Tamás	62	BVSC	30:42.8
Jordán Péter	65	MVSC	30:45.57
Bok László	64	Kap. Építők	30:46.42
Antal Péter	66	Spartacus	30:54.18
Lajtos Márton	66	Sz. MÁV-MTE	30:54.25
Markovics Péter	60	Péti MTE	31:15.48
Hoffer István	72	Sz. MÁV-MTE	31:21.3
Szaczker Csaba	63	BVSC	31:29.63
Lezák Csaba	61	MVSC	31:31.7
Csala Attila	71	SKSE	31:33.4
Bibok Tamás	71	DMTE	31:34.8
Tóth Géza	72	Postás	31:38.2
Bárdos Tibor	66	MICRO	31:40.65
Pocsai Zoltán	72	GEAC	31:44.9
Talabér Attila	71	BVSC	31:46.4
Asztalos Sándor	72	Kiskunhalas	32:10.4
Balogh Gyula	62	SKSE	32:18.03
Ubaldo Langane	64	SzVSE	32:21.10
Fejérvári Géza	72	SKSE	32:33.3
Bartha István	63	Sz. MÁV-MTE	32:44.85
Gulyás József	66	Haladás VSE	32:46.6
Horváth Gábor	73	BÁZIS	32:49.9
Baksa Márk	73	VIDEOTON	33:05.6
Mayer Miklós	48	Péti MTE	33:12.06
Jakab Zsolt	73	VIDEOTON	33:19.7
Vass Ferenc	72	UTE	33:33.9
Tama Imre	72	LATEX	33:38.9
Vámos János	69	Csepel	33:57.3
Makár László	73	NYVSC	34:00.2
Magyar Bálint	69	Csepel	34:04.4

Maratoni

Szűcs Csaba	65	BVSC	2,14:24
Markó György	60	DVTK	2,15:49
Kőszegi Zoltán	63	BVSC	2,16:05
Holba Zoltán	68	UTE	2,16:08
Farkas Géza	64	Csepel	2,17:20
Borka Gyula	59	BVSC	2,17:32
Papp János	59	MICRO	2,18:51
Gergely Zoltán	68	Kap. Építők	2,18:58
Szabó Zoltán	62	Szupermaratoni FC	2,19:25
Markovics Péter	60	Péti MTE	2,20:04
Nalesnyik Zoltán	57	BVSC	2,20:36
Szűcs Antal	66	Szupermaratoni FC	2,22:14
Bok László	64	Kap. Építők	2,23:20
Tóth József	65	Kap. Építők	2,23:24
Lantos Zoltán	63	BEAC-MAFC	2,23:41
Laczi Imre	69	UTE	2,24:53

Szaczker Csaba	63	BVSC	2,24:53
Lajtos Márton	66	Sz. MÁV-MTE	2,25:18
Nemes Nagy Tibor	64	SZVSE	2,25:33
Aranyossy Zoltán	65	Amatőr	2,25:59
Makra Zsiga	66	MEDOSZ	2,26:04
Szakács Tibor	69	Szupermaratoni FC	2,26:23
Szabó Gábor	57	PVSK	2,26:55
Talabér Attila	71	BVSC	2,26:58
Zajcz László	56	Amatőr	2,27:36
Szekeres Ferenc	47	MICRO	2,27:39
Szabó István	58	GEAC	2,27:53
Bárdos Tibor	66	MICRO	2,27:54
Jordán Péter	65	MVSC	2,27:57
Mayer Miklós	48	Péti MTE	2,28:32
Hihilai Zoltán	66	Szupermaratoni FC	2,28:56
Kovács Attila	66	Kap. Építők	2,29:30
Kropkó Péter	63	TRIKE	2,30:14
Antal Péter	63	Szupermaratoni FC	2,30:54
Barcza Sándor	67	DVTK	2,31:28
Törő Lajos	68	GEAC	2,33:31
Gulyás József	66	Haladás VSE	2,34:16
Orosz Sándor	63	Gyöngyös	2,34:58
Pulai József	61	Haladás VSE	2,35:21
Balassa Levente	71	SzVSE3	2,35:24
Szepesi Imre	64	Tempo Hajdub.	2,35:49
Bogár János	64	Békéscs. Előre-Sp.	2,35:59
Kindl Gábor	69	VEDAC	2,36:17
Lenti Zsolt	62	OXIGÉN KLUB	2,36:21
Szilágyi Károly	67	GEAC	2,36:40
Telek Zoltán	71	MEAFK	2,37:08
Barka Csaba	66	Szekszárd	2,37:34
Váncsa Dénes	64	Szekszárd	2,37:34
Nyikos Attila	62	BVSC	2,37:49
Barta István	63	Sz. MÁV-MTE	2,37:55

110 m gát

Bakos György	60	UTE	13.91	-0.50
Tamásovics Zoltán	69	BEAC-MAFC	14.07	1.90
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	14.21	-0.50
Fatér Zoltán	65	ZTE-Építők	14.27	-0.50
Varga Zoltán	65	MTK-VM	14.33	-0.50
Darago László	66	BEAC-MAFC	14.37	-1.90
Bédi Tibor	74	Csepel	14.43	0.90
Munkácsi Sándor	69	UTE	14.46	
Szűcs Béla	69	Csepel	14.58	
Szabó Dezső	67	UTE	14.68	-0.50
Fábián Csaba	67	UTE	14.68	-0.90
Kovács Dusan	71	BHVSE	14.75	
Csillag Levente	73	VEDAC	14.79	0.40
Téglási József	71	NYVSC	14.85	-1.90
Magda Szilárd	72	TBSC	14.87	
Bágyi Róbert	67	Építők	14.93	-1.50
Roth Zoltán	69	TFSE	14.94	0.50
Sipőcz József	71	VEDAC	15.05	
Nemes Gábor	71	BEAC-MAFC	15.06	-0.40
Lados Péter	64	Gy. Dózsa	15.06	-0.40
Antal Miklós	70	DVTK	15.07	-0.40
Vasas Zsolt	69	Ikarus	15.31	-0.40
Maróti László	70	Szeged	15.38	-2.10
Zsombor Zsolt	72	Bp Honvéd	15.43	
Harnos Zoltán	70	Spartacus	15.45	1.20
Borosta Róbert	68	VEDAC	15.47	-0.90
Bánszky Attila	68	TFSE	15.57	1.50
Makszin Áron	69	TFSE	15.62	1.20
Látó Péter	72	KSI	15.81	0.90
Vaszi Lajos	58	BEAC-MAFC	15.82	1.40
Domokos Zoltán	70	MTK-VM	15.87	-2.10
Szabó Csaba	72	Bp Honvéd	15.87	
Vismeg István	69	TFSE	15.90	
Székel László	70	Szeged	16.00	-0.60

Pápa Lajos	72	Békéscs. Előre-Sp.	16.00	
Marik Balázs	69	Szeged	16.06	
Balla Csaba	70	BEAC-MAFC	16.09	1.20
Mészáros Róbert	70	TFSE	16.18	
Bors Balázs	73	BÁZIS	16.20	0.40
Petrozsányi János	69	DMTE	16.28	1.20
Molnár Gábor	73	FTC	16.39	
Kürtösi Zsolt	71	KkfH Honvéd	16.42	
Gömböcz Endre	69	Haladás VSE	16.50	-2.10
Heszberger László	73	Spartacus	16.61	-0.60
Roth Miklós	75	KSI	16.62	1.00
Kovács Zsolt	68	JGYTK	16.72	1.50
Földi Attila	66	BEAC-MAFC	16.83	
Komár Zsolt	70	BEAC-MAFC	16.87	
Belkovics Attila	69	TFSE	16.95	
Buzás Norbert	73	Törökszentmiklós	17.08	

Megengedettnél erősebb hátszéllel

Tamásovics Zoltán	71	BEAC-MAFC	14.03	2.70
Varga Zoltán	65	MTK-VM	14.15	2.90
Daragó László	66	BEAC-MAFC	14.30	2.90
Lados Péter	64	Gy. Dózsa	14.91	2.90
Antal Miklós	70	DVTK	14.93	2.90
Sipőcz József	71	VEDAC	14.97	2.90
Róth Zoltán	69	TFSE	15.20	15.00
Komár Zsolt	70	BEAC-MAFC	16.87	2.90

400 m gát

Bágyi Róbert	67	Építők	50.77
Kovács Dusan	71	BHVSE	50.79
Munkácsi Sándor	69	UTE	51.42
Vasas Zsolt	69	Ikarus	51.72
Szücs Béla	69	Csepel	51.73
Török Zsombor	72	KSI	52.00
Tamásovics Zoltán	69	BEAC-MAFC	52.03
Borsos Károly	70	MTK-VM	52.29
Nagy Mihály	74	DSI	52.72
Kiss Gábor	70	Sz. MÁV-MTE	54.08
Bors Balázs	73	BÁZIS	54.22
Kelemen Sándor	73	Csepel	54.40
Winter Zoltán	73	BMTE LAMPART	54.91
Gömböcz Endre	69	Haladás VSE	55.12
Tóth Sándor	70	DMTE	55.43
Spiegl Gábor	72	KSI	55.56
Kiss Pál	70	DMTE	55.68
Zsombor Zsolt	72	Bp Honvéd	55.87
Cseh Attila	74	KSI	55.97
Harnos Zoltán	70	Spartacus	56.12
Ács Zoltán	69	TFSE	56.64
Széles Imre	73	NYVSC	56.72
Téglási József	71	NYVSC	56.76
Németh Attila	71	Kap. Építők	56.80
Rácz István	67	KSC	57.18
Varga Antal	73	HÓDIÁK	57.36
Borszéki Péter	75	NYVSC	57.58
Juhász Péter	73	Csepel	57.65
Csillag Levente	73	VEDAC	57.67
Szávai Zoltán	73	Szeged	57.98
Csiszár Zsolt	72	BÁZIS	58.64
Nemes Gábor	71	BEAC-MAFC	59.05
Bródi Péter	74	KSI	59.42
Sipőcz Zoltán	73	VEDAC	59.98
Herczegh Zsolt	75	VIDEOTON	59.98
Kecskés Ferenc	0	HM	60.25
Molnár Péter	73	DSI	60.73
Prohászka Zsolt	69	JGYTK	60.99
Heszberger László	73	Spartacus	61.14
Szantman Román	72	FTC	61.19
Tonhauser Tamás	73	Ikarusz	61.40
Fileroth Huba	72	USC	61.89

Kelemen Donát	75	Érd	62.00
Monostori Ákos	75	UTE	62.22
Nyikon Csaba	72	BHVSE	62.52



Bágyi Róbert

3000 m akadály

Markó Gábor	60	MICRO	8:19.96
Vágó Béla	63	MTK-VM	8:25.61
Janovecz Tamás	68	Spartacus	8:42.22
Serfőző Sándor	60	DVTK	8:52.52
Molnár Tamás	62	BVSC	9:00.04
Csala Attila	71	SKSE	9:00.56
Kardos István	64	PVSK	9:00.93
Holba Zoltán	68	UTE	9:02.96
Kikilai Zoltán	68	Szupermaratoni FC.	9:06.29
Bibok Tamás	71	DMTE	9:10.68
Szemán János	69	VEDAC	9:13.35
Fejérvári Géza	72	SKSE	9:15.57
Loczi Miklós	57	HM	9:31.94
Markovics Péter	60	Péti MTE	9:34.90
Szemes Gábor	70	Postás	9:52.25
Pintér Attila	0	HM	9:58.57
Györi Lajos	0	HM	9:58.95
Bence Mátyás	73	DSI	10:01.93
Baumgartner Tamás	70	Haladás VSE	10:03.24
Ráczkevy Miklós	69	JGYTK	10:03.30
Tóth Zoltán	0	HM	10:06.23
Kovács András	68	TFSE	10:10.66

Szilágyi László	71	ELFO	10:14.69
Kobl Zsolt	0	HM	10:15.59
Varga Tibor	0	HM	10:15.63
Balogh Péter	0	HM	10:16.02
Mile Lajos	68	TFSE	10:17.02
Válint Sándor	72	SZIM Vasas	10:25.14
Prohászka Zsolt	69	JGYTK	10:29.90
Kopasz Mihály	0	HM	10:33.31
Kiss Norbert	0	HM	10:38.07
Leczki Miklós	0	HM	10:38.59
Kovács Gábor	0	HM	10:38.84
Jankovics Attila	70	SZTK	10:41.58
Gáspár Péter	0	HM	10:47.10
Polgár Sándor	69	SZTK	10:59.31
Ostoroczky Ferenc	0	HM	11:00.16
Tábi Tibor	0	HM	11:07.37
Veres Sándor	0	HM	11:07.43
Gelencsér László	70	Bolyai János KMF	11:19.38
Szilvágyi Tibor	71	Bolyai János KMF	11:35.35
Nagy Tibor	0	HM	11:43.97

20 km gyaloglás

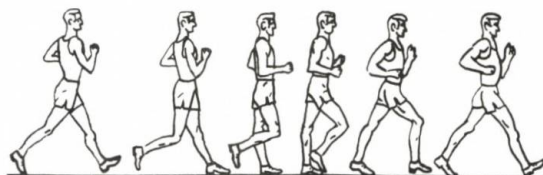
Urbanik Sándor	64	TBSC	1,21:05
Dudás Gyula	66	SzVSE	1,21:16
Szilágyi Zsolt	65	TBSC	1,25:43
Kirszt Károly	69	KBSK	1,26:00
Andrásfai Endre	44	Postás	1,26:14
Czukur Zoltán	62	BÁZIS	1,26:51
Kovalcsik László	64	SzVSE	1,27:38
Sátor László	53	Bp Honvéd	1,27:43
Szép János	70	BÁZIS	1,28:17
Faragó Károly	61	Testvériség	1,28:48
Kánya Sándor	61	DVTK	1,29:34
Tamics István	71	Haladás VSE	1,30:05
Leczki Ervin	69	Békéscs. Előre-Sp.	1,30:26
Veréb Rudolf	61	DVTK	1,30:46
Forró Ferenc	68	Békéscs. Előre-Sp.	1,32:02
Gergely Zoltán	71	BEAC-MAFC	1,32:10
Tóth Zoltán	73	Postás	1,33:29
Ozsváth Gábor	73	SzVSE	1,34:12
Draskoczi Gábor	72	DVTK	1,34:21
Breznai Béla	73	DVTK	1,34:22
Domján Miklós	54	Haladás VSE	1,34:43
Bor József	66	BEAC-MAFC	1,36:51
Csaba István	59	Bp Honvéd	1,38:01
Csobán László	73	SzVSE	1,38:19
Bagi Béla	70	Bp Honvéd	1,39:08
Buzai Zsolt	67	GEAC	1,39:35
Vároczai Zsolt	73	DVTK	1,40:27
Márton Attila	71	DVTK	1,41:20
Kovács Károly	50	Békéscs. Előre-Sp.	1,41:26
Fekete Zsolt	70	GEAC	1,42:15
Börösök Zoltán	71	SzVSE	1,43:36
Nagy István	69	Békéscs. Előre-Sp.	1,43:46
Demeter Zsolt	73	KBSK	1,44:20
Germán Tibor	64	Békéscs. Előre-Sp.	1,45:01
Török Csaba	73	GEAC	1,45:21
Horváth Tibor	69	SZIM Vasas	1,45:23
Kovács Zsolt	71	BÁZIS	1,45:43
Kiss György	74	GEAC	1,48:44
Kolonits László	56	Haladás VSE	1,50:34
Kárpáti Tibor	73	KBSK	1,51:16
Annus Gábor	69	Testvériség	1,51:30
Szarvas József	70	KBSK	1,51:39
Káta Balázs	74	Bp Honvéd	1,52:30
Kozák László	69	BEAC-MAFC	1,58:31
Tarcsi Géza	69	Bp Honvéd	1,59:23
Tóth Zsolt	70	DVTK	2,03:47
Bán Imre	70	DVTK	2,13:49



Urbanik Sándor

50 km gyaloglás

Dudás Gyula	66	SzVSE	3,53:47
Sátor László	53	Bp Honvéd	3,58:15
Czukur Zoltán	62	BÁZIS	3,59:56
Kovalcsik László	64	SzVSE	4,03:17
Veréb Rudolf	61	DVTK	4,15:36
Kánya Sándor	61	DVTK	4,18:25
Csaba István	59	Bp Honvéd	4,23:40
Faragó Károly	61	Testvériség	4,25:28
Leczki Ervin	69	Békéscs. Előre-Sp.	4,36:29
Ozsváth Gábor	73	SzVSE	4,46:45
Nagy István	69	Békéscs. Előre-Sp.	4,53:58
Csobán László	73	SzVSE	4,57:00
Sipos István	59	SzVSE	4,59:30
Kovács Károly	50	Békéscs. Előre-Sp.	5,04:22
Annus Gábor	69	Testvériség	5,35:00



Magasugrás

Somogyi János	71	UTE	2.20	
Tresch András	68	Csepel	2.20	
Deutsch Péter	68	Építők	2.18	
Szórád Rajmund	72	Csepel	2.17	
Kovács István	73	Sz. MÁV-MTE	2.17	
Czinger Zsolt	71	UTE	2.15	
Bese Benő	66	Csepel	2.15	
Bakler Zoltán	71	Bp Honvéd	2.14	
Ecseri Norbert	71	Csepel	2.10	
Juhász Zsolt	71	SzVSE	2.10	
Lantos Tibor	64	Sz. MÁV-MTE	2.05	
Rappai Róbert	73	Bp Honvéd	2.05	
Rajter Edward	73	Sz. MÁV-MTE	2.05	
Kulcsár Tamás	74	VIDEOTON	2.05	
Szabó Dezső	67	UTE	2.04	
Kovács Dusan	71	BHVSE	2.04	
Hossala Tamás	71	Csepel	2.03	
Nagy Márton	75	Békéscs. Előre-Sp.	2.03	
Urvai Dezső	72	Törökszentmiklós	2.02	
Béres Gábor	74	Békéscs. Előre-Sp.	2.02	
Kürtösi Zsolt	71	KkfH Honvéd	2.00	
Gáspár Gábor	72	BÁZIS	2.00	
Somogyvári Tamás	63	Bp.Honvéd	2.00	
Szalai Attila	74	Érd	2.00	
Vass Imre	69	Bp Honvéd	2.00	
Zelena Gergely	69	TFSE	2.00	
Munkácsi Sándor	69	UTE	1.99	
Marik Balázs	69	Szeged	1.98	
Makó György	73	DSI	1.98	
Bálint József	74	KSI	1.98	
Szabó Csaba	72	Bp Honvéd	1.98	
Schmidt Géza	71	SKSE	1.98	
Szilágyi Gábor	73	BÁZIS	1.98	
Horváth Ádám	71	TFSE	1.98	
Szabó István	74	BÁZIS	1.97	
Cieleszky Péter	74	UTE	1.97	
Farkas Zoltán	70	Bp Honvéd	1.96	
Ferenczi Imre	59	BÁZIS	1.96	
Gelencsér András	61	BÁZIS	1.96	
Ordina Tibor	71	UTE	1.96	
Pontyos István	74	Tapolca	1.96	
Kádár Kálmán	74	Sz. MÁV-MTE	1.96	
Lisztoczi János	72	Szeged	1.96	
Harrer Ákos	73	UTE	1.96	
Uzsoki János	72	VIDEOTON	1.96	
Frikker Márton	68	Törökszentmiklós	1.95	
Kordé Zsolt	68	BÁZIS	1.95	
Moder Tamás	71	Csepel	1.95	
Brecska Csaba	77	Mohács	1.95	
Ihász Zsolt	74	Fonyódi gimn.	1.95	

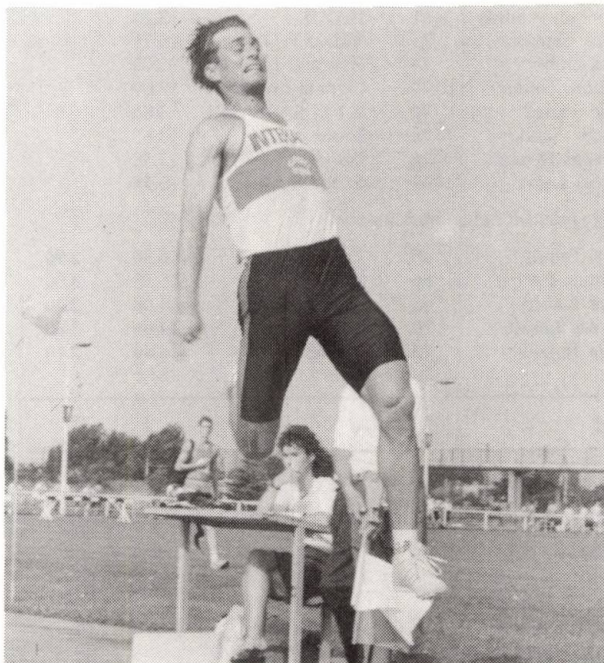
Távolugrás

Almási Csaba	66	UTE	8.04	
Szalma László	57	Vasas	8.00	
Ordina Tibor	71	UTE	7.78	
Szabó Zsolt	64	Bp Honvéd	7.77	1.80
Marik Balázs	69	Szeged	7.66	
Pálóczi Gyula	62	TBSC	7.60	1.60
Makó György	73	DSI	7.57	
Kovács Dusan	71	BHVSE	7.44	
Uzsoki János	72	VIDEOTON	7.42	2.00
Szabó Dezső	67	UTE	7.35	
Olasz Tamás	65	Testvériség	7.27	
Fábián Csaba	67	UTE	7.20	
Hegedüs András	74	KSI	7.18	0.20
Stverteczky Zsolt	74	UTE	7.18	1.00
Boldis István	68	UTE	7.18	

Ébert Zoltán	69	TFSE	7.16	
Deményi Norbert	73	DVTK	7.15	
Béres Sándor	70	TFSE	7.14	-0.40
Otterbrein István	73	BÁZIS	7.11	
Munkácsi Sándor	69	UTE	7.07	
Szenczy László	59	TBSC	7.06	2.00
Czinger Zsolt	71	UTE	7.02	
Hargitai Pál	67	DVTK	7.02	
Janovszki Zoltán	66	DVSE	6.98	
Mészáros Róbert	70	TFSE	6.97	
Brandt Tamás	64	Nagykörös	6.94	
Mékli Attila	73	UTE	6.93	1.80
Jánosi László	74	Csongrád	6.92	1.80
Dömötör Balázs	75	TBSC	6.91	
Kozma László	75	SKSE	6.91	
Pinner János	74	UTE	6.91	
Németh Attila	72	Haladás VSE	6.90	
Doroghy Róbert	72	Szekszárd	6.89	
Kulcsár Tamás	74	VIDEOTON	6.89	
Ekler József	70	Haladás VSE	6.87	
Alexin Tamás	76	LATEX	6.84	
Hallgató Csaba	73	Sz. MÁV-MTE	6.84	
Holicza Zsolt	75	UTE	6.83	
Geist József	70	TFSE	6.83	
Tóth Zoltán	73	Bp Honvéd	6.82	
Rappai Róbert	73	Bp Honvéd	6.81	-0.70
Kovács István	73	Sz. MÁV-MTE	6.80	
Makszin Áron	69	TFSE	6.79	
Karsai István	53	BÁZIS	6.76	
Goldschmidt Zoltán	69	BÁZIS	6.76	1.60
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	6.75	
Horváth András	72	TFSE	6.75	
Donko Tamás	75	UTE	6.74	
Tigyi József	71	Egri TK	6.74	
Kurucz Gábor	74	Dunaújváros	6.72	

Megengedettnél erősebb hátszéllel

Szabó Zsolt	64	Bp Honvéd	7.84	4.00
Pálóczi Gyula	62	TBSC	7.78	4.00
Marik Balázs	69	Szeged	7.71	2.50
Béres Sándor	70	TFSE	7.33	2.90
Szenczy László	59	TBSC	7.33	2.10
Otterbrein István	73	Bázis	7.20	2.10
Pinner János	74	UTE	7.01	3.50
Czeber Zsolt	74	Bp Honvéd	6.72	2.10



Almási Csaba

Hármasugrás

Olasz Tamás	65	Testvériség	16.24	
Czinger Zsolt	71	UTE	16.20	1.80
Pálóczi Gyula	62	TBSC	16.20	1.60
Boros Csaba	68	UTE	15.74	
Ordina Tibor	71	UTE	15.71	1.30
Kárpáti Péter	68	BÁZIS	15.55	1.60
Janovszki Zoltán	66	DVSE	15.45	1.70
Uzsoki János	72	VIDEOTON	15.30	
Boldis István	68	UTE	15.28	
Marik Balázs	69	Szeged	15.20	1.70
Hegedüs Zoltán	72	Vasas	15.20	0.90
Vácz János	70	Vasas	15.11	-1.40
Földessy Csaba	66	UTE	15.07	1.80
Kulcsár Tamás	74	VIDEOTON	14.94	
Kovács István	67	Gyula	14.94	1.50
Ritter Gábor	68	BÁZIS	14.88	
Iglódi Ervin	70	Mezőtur	14.74	0.60
Kurdi Péter	70	DVSE	14.60	0.90
Tarr Péter	73	VIDEOTON	14.60	
Krekács László	70	DVSE	14.49	1.00
Kiss László	73	NYVSC	14.46	
Fekete Róbert	69	Szeged	14.44	1.20
Varga Béla	73	DVSE	14.44	
Szabó Zsolt	72	Pápa	14.39	
Mékli Attila	73	UTE	14.30	
Tiba Lajos	71	BME	14.30	1.00
Makó György	73	DSI	14.28	
Sári Kálmán	60	VEDAC	14.27	
Pinner János	74	UTE	14.27	
Ekler József	70	Haladás VSE	14.18	1.80
Almádi Antal	68	Békéscs. Előre-Sp.	14.17	
Brandt Tamás	64	Nagykörös	14.16	
Szilágyi Ferenc	74	UTE	14.16	
Hargitai Pál	67	DVTK	14.15	
Langmár Zsolt	73	VIDEOTON	14.12	
Békési Mihály	72	Békéscs. Előre-Sp.	14.08	
Wilfing Zoltán	74	Sopron	14.02	
Verebélyi József	74	Jászberény	13.99	
Fosztó Dénes	72	Szeged	13.93	
Winkler András	72	DVSE	13.80	
Sipőcz Zoltán	73	VEDAC	13.77	
Szilágyi Gábor	73	BÁZIS	13.77	
Gelencsér András	61	BÁZIS	13.74	
Benkő Tamás	75	VIDEOTON	13.71	
Béres Gábor	74	Békéscs. Előre-Sp.	13.70	
Apáczai Zoltán	74	Dunaujváros	13.69	
Jankó József	72	Z.E.G SÁGVÁRI	13.66	
Noszály Sándor	72	Vasas	13.65	
Szeredás Bence	74	Bp Honvéd	13.58	
Sárközi Lajos	67	Sz.MÁV-MTE	13.58	

Megengedettnél erősebb hátszéllel

Olasz Tamás	65	Testvériség	16.30	2.90
Földessy Csaba	66	UTE	15.38	3.60
Ritter Gábor	68	Bázis	14.98	2.20
Krekács László	70	TFSE	14.66	3.60
Varga Béla	73	DVSE	14.49	2.10

Rúd

Bagyula István	69	Csepel	5.92
Farkas Zoltán	70	Bp Honvéd	5.40
Szabó Dezső	67	UTE	5.30
Rohánszky Pál	70	Csepel	5.30
Balogh László	67	UTE	5.20
Bujtor Zoltán	71	UTE	5.20
Burger Béla	67	Csepel	5.10
Molnár Gábor	64	Bp Honvéd	5.00
Jobbágy András	75	UTE	4.90
Domonkos László	69	UTE	4.90

Kovács Ákos	75	Csepel	4.80
Glodi Csaba	72	UTE	4.70
Munkácsi Sándor	69	UTE	4.70
Rappai Róbert	73	Bp Honvéd	4.60
Erdei Sándor	70	TFSE	4.60
Veisz János	47	Phoenix	4.60
Maróti Gábor	71	UTE	4.50
Janecko Balázs	74	BEAC-MAFC	4.50
Homola Szabolcs	72	BEAC-MAFC	4.50
Tóth Ferenc	66	UTE	4.40
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	4.20
Földi Attila	66	BEAC-MAFC	4.20
Vékony Zoltán	74	UTE	4.20
Schumann Tamás	73	Bp Honvéd	4.20
Contreras Juan	74	BEAC-MAFC	4.20
Putsay Zoltán	74	UTE	4.20
Schlaffer László	74	UTE	4.20
Vismeg István	69	TFSE	4.20
Mezei László	70	TFSE	4.20
Klinko Attila	69	TFSE	4.20
Felcsuti Norbert	69	TFSE	4.20
Szeredás Bence	74	Bp Honvéd	4.10
Zelenka János	74	Bp Honvéd	4.10
Kovács Dusan	71	BHVSE	4.00
Kálmán Zsolt	72	UTE	4.00
Jenisz Gábor	76	UTE	4.00
Benedek István	75	Bp Honvéd	4.00
Milasin Ákos	74	Bp. Honvéd	4.00
Jánki Tamás	74	Bp Honvéd	4.00
Bana Imre	73	Törökszentmiklós	4.00
Nyeső István	71	Törökszentmiklós	3.90
Sághy Antal	54	Hatvan	3.90
Szabo Csaba	72	Bp Honvéd	3.80
Moldvai Ferenc	39	Bp Honvéd	3.80
Zsombor Zsolt	72	Bp Honvéd	3.80
Bérczi István	75	Bp Honvéd	3.80
László Ferenc	77	Csepel	3.80
Csillag Levente	73	VEDAC	3.80
Szilágyi Ferenc	74	UTE	3.80
Somodi Ádám	73	Bp. Honvéd	3.80

Súly

Kóczián Jenő	67	DVTK	18.08
Ficsor József	65	NYVSC	17.42
Horváth Attila	73	Haladás VSE	17.34
Rajniczer Lajos	58	Szeged	16.79
Konyi Árpád	71	GEAC	16.65
Veres Róbert	69	MTK-VM	16.34
Nagy Csaba	72	Csepel	16.18
Mig György	70	Kiskunhalas	16.16
Nagy Ákos	68	TFSE	16.14
Polák István	71	OBSK	16.11
Fábián Zoltán	69	Haladás VSE	15.90
Dörner Richárd	72	OBSK	15.42
Mészáros Róbert	70	TFSE	15.36
Németh Zsolt	71	Haladás VSE	15.26
Pernecker József	66	BÁZIS	15.25
Bodnár Imre	73	DSI	15.06
Vida József	63	Haladás VSE	15.05
Zudor Sándor	70	DVTK	14.85
Balogh Tamás	72	Haladás VSE	14.77
Varga Zsolt	72	PVSK	14.75
Tóth Attila	74	Tamási	14.74
Joó László	72	VEDAC	14.70
Bogáthy Tamás	74	BÁZIS	14.51
Dr Bácsalmási Antal	66	Kiskunhalas	14.43
Kerekes László	64	NYVSC	14.32
Koczo József	72	Spartacus	14.32
Annus Adrián	73	Haladás VSE	14.17
Hoffer József	56	TBSC	14.11
Dr Nagy György	42	BEAC-MAFC	14.08
Szöllőskei Szabolcs	71	VEDAC	13.80

Predács Gorán	70	Mohács	13.72
Gyenes Sándor	71	Testvériség	13.63
Odor Lajos	0	HM	13.52
Földi Attila	66	BEAC-MAFC	13.42
Papp Attila	74	VEDAC	13.31
Gécsek Tibor	64	Haladás VSE	13.27
Gurin Attila	60	Csepel	13.22
Fehér Lajos	53	BÁZIS	13.20
Ács László	72	Csepel	13.16
Bognár Szabolcs	70	Haladás VSE	13.15
Kuris Nándor	59	Csepel	13.14
Tégla Ferenc	47	UTE	13.14
Mező Imre	69	Egri TK	13.08
Benczenleitner Ottó	66	Haladás VSE	13.06
Halász Tamás	60	Kiskunhalas	12.99
Vismeg István	69	TFSE	12.98
Pénzes Tamás	70	Vasas	12.98
Horváth Zoltán	70	Dunaujváros	12.97
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	12.96
Békefi Barnabás	73	ZTE -Építők	12.96

Diszkosz

Horváth Attila	73	Haladás VSE	67.06
Ficsor József	65	NYVSC	64.92
Kerekes László	64	NYVSC	57.96
Benczenleitner Ottó	66	TFSE	56.82
Pénzes Tamás	70	Testvériség	54.96
Nagy Ákos	68	TFSE	54.96
Vida József	63	Haladás VSE	52.16
Szegletes Ferenc	48	Építők	52.02
Zudor Sándor	70	DVTK	50.94
Gyenes Sándor	71	Testvériség	50.64
Tégla Ferenc	47	UTE	49.28
Szitás Imre	61	Haladás VSE	48.40
Fábián Zoltán	69	Haladás VSE	48.28
Konyi Árpád	71	GEAC	48.02
Csiky Gábor	73	Szentes	47.66
Hegyi Tivadar	72	Testvériség	47.38
Papp István	71	VEDAC	46.84
Mészáros Róbert	70	TFSE	46.76
Odor Lajos	0	HM	46.76
Mig György	70	Kiskunhalas	46.76
Szöllőskei Szabolcs	71	VEDAC	46.48
Annus Adrián	73	Haladás VSE	46.28
Németh Zsolt	71	Haladás VSE	46.08
Dr Bácsalmási Antal	66	Kiskunhalas	45.86
Anda Zsolt	73	TBSC	44.86
Kátai László	72	Vasas	44.84
Németh László	70	Haladás VSE	44.22
Gécsek Tibor	64	Haladás VSE	44.22
Szabó Dezső	67	UTE	43.74
Kovács Gyula	56	DVTK	43.54
Munkácsi Sándor	69	UTE	43.50
Horváth Zoltán	70	Dunaujváros	43.20
Nacsa István	65	JATE	43.16
Bognár Szabolcs	70	Haladás VSE	42.18
Varga Zsolt	72	PVSK	42.06
Takács Norbert	72	TFSE	41.80
Fábián Csaba	67	UTE	41.70
Rédei László	70	Haladás VSE	41.68
Soltész Kálmán	63	Békéscs. Előre-Sp.	41.34
Papp László	0	HM	41.24
Hajgato Lajos	0	HM	40.72
Présel János	72	Sz. MÁV-MTE	40.60
Fabulya Attila	71	Békéscs. Előre-Sp.	40.32
Koller Zoltán	66	TFSE	40.16
Kiss Balázs I	72	VEDAC	39.72
Sághy István	54	Hatvan	39.58
Csata Imre	75	DSI	39.50
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	39.44
Halász Tamás	60	Kiskunhalas	39.40
Palotai János	61	Nagykörös	38.40

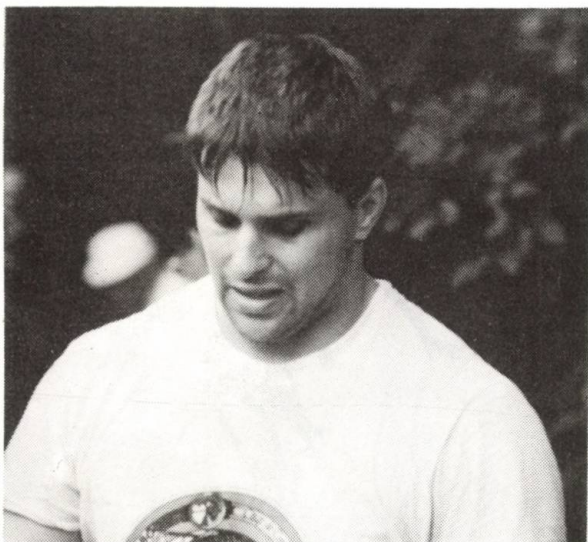
Gerely

Bellák József	58	UTE	75.06
Palotai László	64	Testvériség	73.98
Paragi Ferenc	53	Csepel	73.24
Lévai Csaba	73	Bp Honvéd	72.24
Bareith Attila	62	BEAC-MAFC	72.18
Varga Lajos	70	Szeged	72.14
Knausz Ferenc	64	Gy. Dózsa	70.90
Skubenics György	59	UTE	69.76
Gonda András	69	DMTE	68.12
Sáfrány Csaba	70	KVSE	67.90
Gábor István	69	Testvériség	67.86
Szabó Károly	74	Nagykörös	67.50
Öz Tamás	70	BEAC-MAFC	65.40
Bánszky Gábor	70	TFSE	65.36
Beör József	70	UTE	65.32
Valkusz Tamás	56	NYVSC	64.80
Honti Gábor	65	Csepel	64.74
Szabó Pál Péter	71	UTE	64.08
Kiss Pál	60	HÓDIÁK	63.84
Fejér Zoltán	71	Bp Honvéd	63.50
Szedlák Róbert	69	Testvériség	63.40
Földi Attila	66	BEAC-MAFC	63.20
Sudniczka Levente	71	NYVSC	63.14
Szabó Dezső	67	UTE	62.48
Szabó József	71	NYVSC	62.40
Knipfer Zoltán	69	UTE	62.18
Erdei Zoltán	73	DSI	62.02
Lajter Sándor	70	UTE	61.28
Szerdahelyi Róbert	74	DVSE	61.14
Posta Endre	73	Szekszárd	60.66
Nagy Sándor	53	DMTE	60.56
Prumek Zoltán	73	Sz. MÁV-MTE	60.08
Rácz Levente	70	TFSE	60.04
Takács Csaba	73	Békéscs. Előre-Sp.	59.80
Borbély Norbert	76	KSC	59.52
Ádám László	71	NYVSC	59.46
Köhler Péter	68	JGYTK	59.44
Bendo Csaba	73	Sz. MÁV-MTE	59.42
Tóth Zoltán	72	UTE	59.14
Belényesi Imre	74	DSI	58.92
Gerencsér Szabolcs	75	ZTE	58.84
Fodor Zsolt	74	Törökszentmiklós	58.60
Takács Norbert	72	TFSE	58.58
Kurucz Gábor	74	Dunaujváros	58.48
Otterbrein István	73	BÁZIS	58.08
Jermedi Attila	75	Vasas	57.94
Frikker Márton	68	Törökszentmiklós	57.38
Fejér István	71	Bp Honvéd	57.14
Kovács Károly	64	SKSE	57.10
Németh Zsolt	71	Haladás VSE	56.80



Kalapács

Gécsek Tibor	64	Haladás VSE	80.72
Szitás Imre	61	Haladás VSE	77.02
Sinka Albert	62	Testvériség	76.62
Vida József	63	Haladás VSE	76.04
Vörös Sándor	56	Testvériség	75.36
Fábián Zoltán	69	Haladás VSE	72.98
Kiss Balázs I	72	VEDAC	70.66
Rédei László	70	Haladás VSE	68.40
Németh Zsolt	71	Haladás VSE	68.32
Füzesi Sándor	59	Építők	63.36
Horváth Norbert	75	Haladás VSE	61.78
Lezsák Balázs	65	Haladás VSE	61.44
Horváth Attila	73	Haladás VSE	57.80
Annus Adrián	73	Haladás VSE	57.42
Nagy Péter	73	VEDAC	55.86
Szabó Zoltán	70	Építők	55.16
Kajdi János	74	VEDAC	54.64
Zrínyi Árpád	69	Haladás VSE	52.06
Németh Szabolcs	69	Haladás VSE	51.12
Breznayánszky Tamás	69	Haladás VSE	51.00
Renko József	70	VEDAC	50.28
Bozsa Lajos	52	VOSE	50.20
Ferenczi Zsolt	73	VEDAC	49.18
Csiki Gábor	73	Szentes	49.00
Benczenleitner Ottó	66	Haladás VSE	48.90
Gyenes Sándor	71	Testvériség	47.06
Keresztes László	73	VEDAC	46.46
Nagy Attila	75	Haladás VSE	44.86
Németh László	70	Haladás VSE	42.98
Fazekas Róbert	75	Haladás VSE	42.78
Kiss Balázs II	69	VEDAC	42.60
Kaposi László	73	BÁZIS	42.12
Soltész Kálmán	63	Békéscs. Előre-Sp.	41.60
Nacsa István	65	JATE	41.56
Várhegyi László	47	VIDEOTON	40.92
Fabulya Attila	71	Békéscs. Előre-Sp.	39.00
Küllös Péter	76	Haladás VSE	38.72
Világi Károly	76	Haladás VSE	38.00
Hegedüs Árpád	76	Haladás VSE	37.80
Nagy Ákos	68	TFSE	37.58
Hegyí Richárd	78	Haladás VSE	36.32
Varga Csaba	38	TFSE	35.98
Milicsics Tamás	77	Haladás VSE	34.70
Pénzes Tamás	70	Testvériség	32.06



Gécsek Tibor

4x100 m

Válogatott	Fetter, Karaffa, Rezák, Kovács	39.87
Válogatott	Zajovics, Karaffa, Rezák, Kovács	39.89
UTE	Bakos, Nagy, Menczer, Kovács	40.30
Ifjúsági válogatott	Széll, Asztalos, Czebei, Kiss	41.03
Ifjúsági válogatott	Czebei, Kiss, Asztalos, Maklári	41.48
SZEGED SC	Fekete, Vida, Marik, Alexa	41.92
SZEGED SC	Igor, Pucsko, Simon, Rátz	41.94
UTE	Dobos, Somogyi, Scheiber, Gaszner	42.07
DMTE	Czeplédi, Nagy I, Nagy P, Sári	42.49
Serdülő válogatott	Hegedüs, Czebei, Bédi, Nagy	42.51
Bp Honvéd	Czebei, Szeredás, Gáspár, Blatnyá	42.89
TFSE	Bedő, Ébert, Lakatos, Bodi	42.92
BEAC-MAFC	Török, Balla, Csillag, Darago	42.99
NYVSC	Virányi, Széles, Katona, Lipcsei	43.03
NYVSC	Virányi, Széles, Kovács, Lipcsei	43.07
BEAC-MAFC	Török, Tamásovics, Csillag, Balla	43.08
Kaposvári Építők	Kovács, Benedek, Török, Szalai	43.19
TFSE	Roth, Együd, Varga, Bolyi	43.28
Haladás VSE	Sáros, Németh, Pintér, Kapui	43.30
SZ. MÁV-MTE	Sárközi, Kiss, Asztalos, Maklári	43.31

4x200 m

UTE	Dobos, Rezák, Katona, Bakos	1:26.09
SZEGED SC	Fekete, Vida, Alexa, Marik	1:28.86
DMTE-DSI	Czeplédi, Nevezi, Nagy, Sári	1:29.41
BEAC-MAFC	Török, Darago, Csillag, Hegedüs	1:29.94
Szeged SC	Fábián, Kormányos, Szávai, Liszto	1:30.79
NYVSC	Kovács, Lipcsei, Széles, Metzner	1:30.83
ZTE-Építők	Hangya, Idrányi, Bajnóczi, Simán	1:30.96
Haladás VSE	Kapui, Pintér, Sipos, Németh	1:31.04
DVTK	Asztalos, Tóth, Prokátör, Prokai	1:31.09
DVTK	Kiss, Deményi, Tóth, Rode	1:31.23
BÁZIS	Urbán, Butor, Otterbrein, Bors	1:31.54
DMTE-DSI	Ujvári, Ujvári, Nagy M, Nagy T	1:31.61
Bp Honvéd	Gáspár, Nyilasi, Szeredás, Czebei	1:31.62
Bp Honvéd	Antal, Fügedi, Rappai, Seres	1:31.93
KSC	Szabó, Sebő, Tóth, Vörös	1:32.85
SZEGED SC	Nagy Z, Nagy E, Horváth, Maroti	1:33.07
SKSE	Kiss, Mester, Kozma, Toth	1:33.17
NYVSC	Hegedüs, Nagy, Csaba, Borszéki	1:33.22
UTE	Donko, Szilágyi, Holicza, Fekete	1:33.39
Békéscsaba	Békési, Kovács, Rác, Unyatszki	1:33.40

4x400 m

UTE	Rezák, Munkácsi, Menczer, Katona	3:11.00
Válogatott	Martina, Menczer, Gyulai, Bágyi	3:11.00
UTE	Munkácsi, Katona, Szabó, Menczer	3:12.51
Ifjúsági válogatott	Szilágyi, Papp, Török, Árpási	3:13.17
TFSE	Együd, Varga, Ács, Gyimes	3:15.44
Györi Dózsa	Zajovics, Török, Soós, Simon	3:15.74
Serdülő válogatott	Szilágyi, Széll, Nagy, Tóth	3:16.60
BEAC-MAFC	Tamásovics, Török, Csillag, Heged	3:16.82
NYVSC	Lipcsei, Mentzer, Széles, Molnár	3:17.65
KSI	Cseh, Spiegl, Török, Árpási	3:20.31
Szeged SC	Vida, Marik, Alexa, Nagy	3:21.16
NYVSC	Virányi, Széles, Katona, Lipcsei	3:21.55
DMTE-DSI	Katy, Nagy T, Nagy M, Szilágyi	3:22.24
BEAC-MAFC	Török, Csillag, Keller, Hegedüs	3:22.35
SZ. MÁV-MTE	Sárközi, Kiss, Cseresznyés, Sikó	3:22.82
Haladás VSE	Németh, Gömböcz, Horváth, Kiricsi	3:23.53
DMTE-DSI	Fülep, Bagosi, Nagy, Szilágyi	3:24.84
UTE	Bogár, Baranyi, Holicza, Nyilasi	3:25.36
Vasvári Gimn. Nyir.	Virányi, Széles, Katona, Lipcsei	3:26.14
Serdülő válogatott	Nagy, Tóth, Kiss, Papp	3:26.34

4x800 m

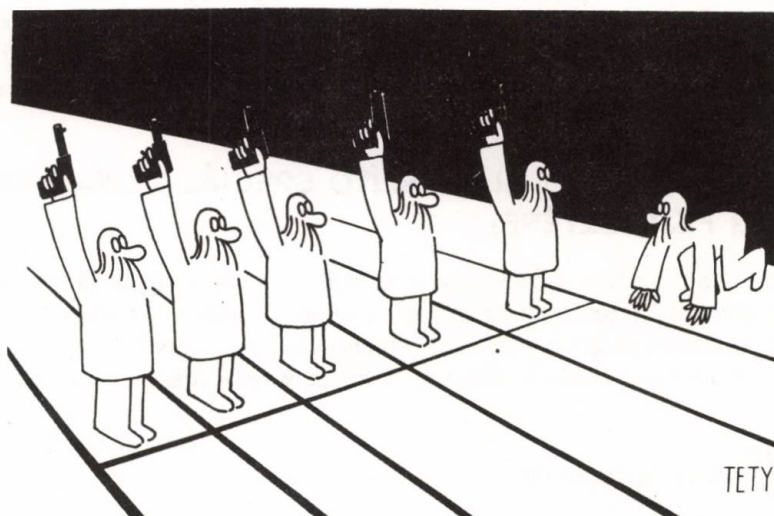
BVSC	Pécsi, Benedek, Molnár, Reichnach	7:41.50
DMTE-DSI	Tóth, Illés, Nevezi, Major	7:43.56
BEAC-MAFC	Keller, Antalóczy, Szabó, Majoros	7:44.16
VEDAC	Bierling, Vörös, Szemán, Horváth	7:44.73
Szegedi VSE	Kováts, Surányi I és T, Sári	7:48.06
VIDEOTON	Tölgyesi, Pap, Baksa, Oláh	7:50.05
KSI	Kovács, Cseh, Árpási, Török	7:50.57
DVTK	Markó, Kazsimer, Kulcsár, Serfőző	7:51.26
SPARTACUS	Czinege, Povázsai, Simon, Janovec	7:53.43
UTE	Bogár, Dvorcsák, Vass, Nyilasi	7:54.69
DMTE-DSI	Petko, Bencze, Füle, Szabó	7:57.20
KSI	Roth, Tkalcsec, Brádi, Füredi	8:00.65
DMTE-DSI	Fodor, Kathy, Smidth, Szilágyi	8:02.79
BÁZIS	Simara, Bors, Szántó, Horváth	8:03.07
VEDAC	Kecskés, Ángyán, Surbek, Angyal	8:04.65
DOMBOVÁR	Németh, Kövári, Szigeti, Balogh	8:05.01
SKSE	Fejérvári, Benkő, Csala, Balázs	8:06.77
NYVSC	Tóth, Fekete, Kalakai, Gyöngyi	8:07.78
BEAC-MAFC	Tringer, Leinhardt, Paksi, Tuska	8:08.15
BÁZIS	Magyar, Király, Péntes, Szabó	8:09.30

4x1500 m

BVSC	Molnár, Pécsi, Benedek, Reichnach	15:53.05
Szegedi VSE	Kováts, Surányi I és T, Sári	15:58.76
SKSE	Fehérvári, Balázs, Csala, Kadlot	15:59.04
VEDAC	Szemán, Berkovics, Kindl, Horváth	15:59.75
UTE	Jäger, Holba, Kiss, Pintér	16:09.05
PVSK	Szabó T és G, Freier, Kardos	16:10.46
Spartacus	Antal, Povázsai, Simon, Janovec	16:11.64
Kaposvári Építők	Hajnal, Bok, Rumi, Toth	16:19.12
DVTK	Sárosi, Markó, Kazsimer, Serfőző	16:19.87
BEAC-MAFC	Halmosi, Antok, Keller, Majoros	16:32.38
VIDEOTON	Tölgyesi, Baksa, Oláh, Jakab	16:34.32
UTE	Hevesi, Vass, Bojár, Nyilasi	16:38.72
Dombóvár	Kövári, Szigeti, Balogh, Németh	16:44.60
PVSK	Szemejác, Sárics, Mancel, Czene	16:51.57
BÁZIS	Studinger, Simara, Szántó, Horvát	16:55.90
Kiskunhalasi AC	Asztalos, Aszódi, Maczko, Rada	17:03.73
GEAC	Pocsai, Török, Magyar, Szabó	17:04.40
VEDAC	Angyal, Kecskés, Eső, Szirbek	17:06.23
Vasas SC	Hemle Zs és P, Füleky, Rosta	17:06.53
VEDAC	Pierling, Vörös, Kasza, Vízahányó	17:06.56

Tízpróba

Szabó Dezső	67	UTE	8.141
11.05 6.99 12.84 2.04 48.48	14.68 41.42 5.30 56.66	4:18.30	
Munkácsi Sándor	69	UTE	7.720
11.31 6.82 12.83 1.95 49.20	14.88 41.28 4.70 50.96	4:18.51	
Kovács Dusan	71	BHVSE	7.546
11.20 7.33 12.53 2.04 47.93	14.75 35.26 0 46.84	4:23.24	
Sárközi Lajos	67	Sz. MÁV-MTE	7.283
11.14 6.75 12.96 1.92 50.41	14.22 38.52 4.20 56.38	4:58.55	
Mészáros Róbert	70	TFSE	6.734
11.78 6.78 13.82 1.92 53.42	16.18 40.62 3.50 51.04	4:52.12	
Földi Attila	66	BEAC-MAFC	6.732
11.58 6.42 13.40 1.75 52.72	16.83 35.42 4.20 63.38	4:41.58	
Vismeg István	69	TFSE	6.683
12.22 6.27 12.57 1.86 53.31	15.90 39.30 4.20 55.98	4:37.50	
Marik Balázs	69	Szeged	6.489
11.55 7.39 10.93 1.98 57.21	17.94 35.02 2.60 60.16	5:55.13	
Kürtösi Zsolt	71	KkfH Honvéd	6.322
11.73 6.46 12.17 1.98 54.68	16.42 33.98 3.20 56.20	4:53.43	
Szabó Csaba	72	Bp Honvéd	6.274
12.20 6.47 10.32 1.92 53.39	15.87 32.04 3.60 53.00	4:40.66	
Sághy Antal	54	Hatvan	6.214
11.70 6.40 12.50 1.84 55.20	17.10 39.40 3.90 50.82	5:13.90	
Belkovics Attila	69	TFSE	5.958
12.35 6.09 11.82 1.76 53.58	17.27 31.14 3.40 40.66	5:22.64	
Makszin Áron	69	TFSE	5.955
11.89 6.66 11.14 1.86 53.67	15.90 32.40 0 49.10	5:14.69	
Rappai Róbert	73	Bp Honvéd	5.900
11.87 6.80 12.20 1.94 54.81	16.31 31.62 3.50 41.26	5:41.22	
Buzás Norbert	73	Törökszentmiklós	5.693
12.32 6.20 10.36 1.83 54.58	17.08 32.84 3.10 42.06	4:35.71	
Varga Lajos	70	Szeged	5.395
11.85 6.12 11.12 1.83 57.21	17.94 35.02 2.60 60.16	5:55.13	
Oroszázi József	59	Hatvan	5.235
11.90 5.87 9.32 1.65 55.3	17.5 32.30 3.00 36.66	4:47.3	
Vass Imre	69	Bp Honvéd	5.111
12.20 6.04 9.68 1.98 55.85	17.36 25.06 2.90 28.66	5:06.98	
Mucsi János	71	Hatvan	4.344
12.5 5.24 9.26 1.55 59.0	20.0 26.14 3.10 42.02	5:19.3	



AZ UGRÁSOKAT ELŐKÉSZÍTŐ ÉS UGRÓISKOLA GYAKORLATOK

Az atlétika mindegyik versenyszágának edzésszervezői között megtaláljuk a különféle szökdeléseket, ugrásokat. A láb gyorserejének fejlesztéséhez nélkülözhetetlenek ezek a gyakorlatok, amelyeket a kezdőktől az élversenyzőkig, kondicionálás céljából, az ugrószakágban pedig adott versenyszám koordinációjának javítása miatt is alkalmaznak.

A gyakorlatok nagy száma, sokszínűsége ösztönzött arra, hogy kísérletet tegyünk valamilyen rendszerezésre, figyelemmel a fokozatosságra, az egymásra épülésre és az oktatásmódszertan elveire.

Kiindulásként szeretnénk tisztázni, hogy különbséget kell tenni a szökdelés és az ugrás között.

Szökdeléskor a talp elülső része (ujjpárna) éri a talajt (esetleg ezt követően lenyomódhat a sarok is), főleg „bokából” oldja meg a feladatot az atléta (a triceps surae működik jelentősen, a comb- és csípőizmok antagonistaként funkcionálnak). Igen erőteljes és gyors a karlendítés. A feladattól függetlenül (fel-, le-, rá-, átszökdelés stb.) a mozgás kiterjedése kisebb mint a hasonló jellegű ugrásé. (1/a ábra).

Ugrás esetében teljes talppal fog talajt az atléta (vagy sarkon keresztül gördülve az egész talp érintkezik a talajjal). Az izomműködés jelentős része a nagy farizmokra (gluteus maximus) és a négyfejű combizomra (quadriceps femoris). A mozgás végső szakasza (a talajtól való elszakadás előtt közvetlenül) megegyezik a hasonló karakterű szökdeléssel. Csípőben, térdben, bokában azonban fokozottabb a hajlítás az elrugaszkodás kiindulóhelyzetében (1/b ábra).

Összegezve: a szökdeléseket - az ugrásokhoz viszonyítva - kisebb kiterjedésű (amplitudójú) mozgáshatár, de szaporább ismétlés (frekvencia) jellemzi akár páros, akár egy lábbal oldja meg a feladatot az atléta. A szökdelések tehát csak speciális előkészítő gyakorlatai lehetnek az ugrásoknak. Nem sorolhatók az ugróiskola gyakorlatai közé, mert csak formailag mutatnak hasonlóságot, dinamikailag eltérőek. A magasba vagy távolba végzett szökdelés teljesítményben elmarad a hasonló ugrásétól.

Mielőtt a konkrét ugróiskolai gyakorlatokat ismertetnénk - táblázatban - összefoglaljuk az általános előkészítő és az atlétikai ugrásokat speciálisan előkészítő (szökdelő, ugró) gyakorlatokat. Szükséges, hogy a szakember és tanítvány egyaránt tisztán lássák, az egyes gyakorlatok és végrehajtásuk közötti különbséget valamint a mozgások egymásra épülését, logikai kapcsolatát az ugróiskola gyakorlatokkal.

I. ÁLTALÁNOS ELŐKÉSZÍTŐ GYAKORLATOK

Ezekkel a gyakorlatokkal sok szakkönyv foglalkozik, az egyik legátfogóbb kiadvány Kerecsi Endre Torna III. műve. A gyakorlatokat, legyen szó kezdő, vagy haladó versenyzőről, egész évben be kell építeni a felkészülésbe. A gyakorlatok összeállításakor különös tekintettel kell lenni a láb, a törzs és a kar izmainak (izüleeteinek) nyújtására, lazítására, erősítésére. Jelentős gyakorlatcsoportot képviselnek a nem atlétikai jellegű futások (pl. szlalom futás), ugrások (sportjátékokban), dobások (különbféle célba). Ezekkel főleg az iskolai testnevelésben vagy a sportjátékok felkészítésében találkozunk. Végrehajtásuk a társ (ellenfél) helyezkedésétől, a labda helyzetétől függ.

A testnevelési játékok, sor- és sorkerülő, váltóversenyek - ugrások és szökdelések felhasználásával - főleg az iskolai testnevelésben és a kezdő atléták általános alapozó időszakában (10-12 évesek) fontos, az ugrás (szökdelés) általános mozgásmintájának kialakítása érdekében. (Pl. páros és egy lábon ugrással vagy szökdeléssel haladás.) Miután ezek a feladatok rendszerint versengések, a szökdelés vagy ugrás végrehajtási formáját ne határozzuk meg.

II. AZ ATLÉTIKAI UGRÁSOKAT ELŐKÉSZÍTŐ SPECIÁLIS GYAKORLATOK (UGRÓKÉPESSÉG FEJLESZTÉSE)

Ebbe a csoportba főleg a páros lábon végzett szökdelések és ugrások tartoznak (az egy lábon végzett szökdeléseket is ide soroljuk). Ezek a mozgások helyben és haladással is végrehajthatók. Miután az atlétikai ugrások versenyszabályában részt vevő izmokat a technika végrehajtásához hasonlóan veszik igénybe, főleg kondicionális szempontból hasznosak. Koordinációs hatásuk csak részben hasznosítható, mert:

- páros lábon,
- helyben vagy
- nem teljes talpon történik a végrehajtás.

I. ÁLTALÁNOS ELŐKÉSZÍTŐ GYAKORLATOK

Szabad-, társasgyakorlatok

Kéziszergyakorlatok (kézisúlyzó, gumikötél, medicinlabda, homokzsák)

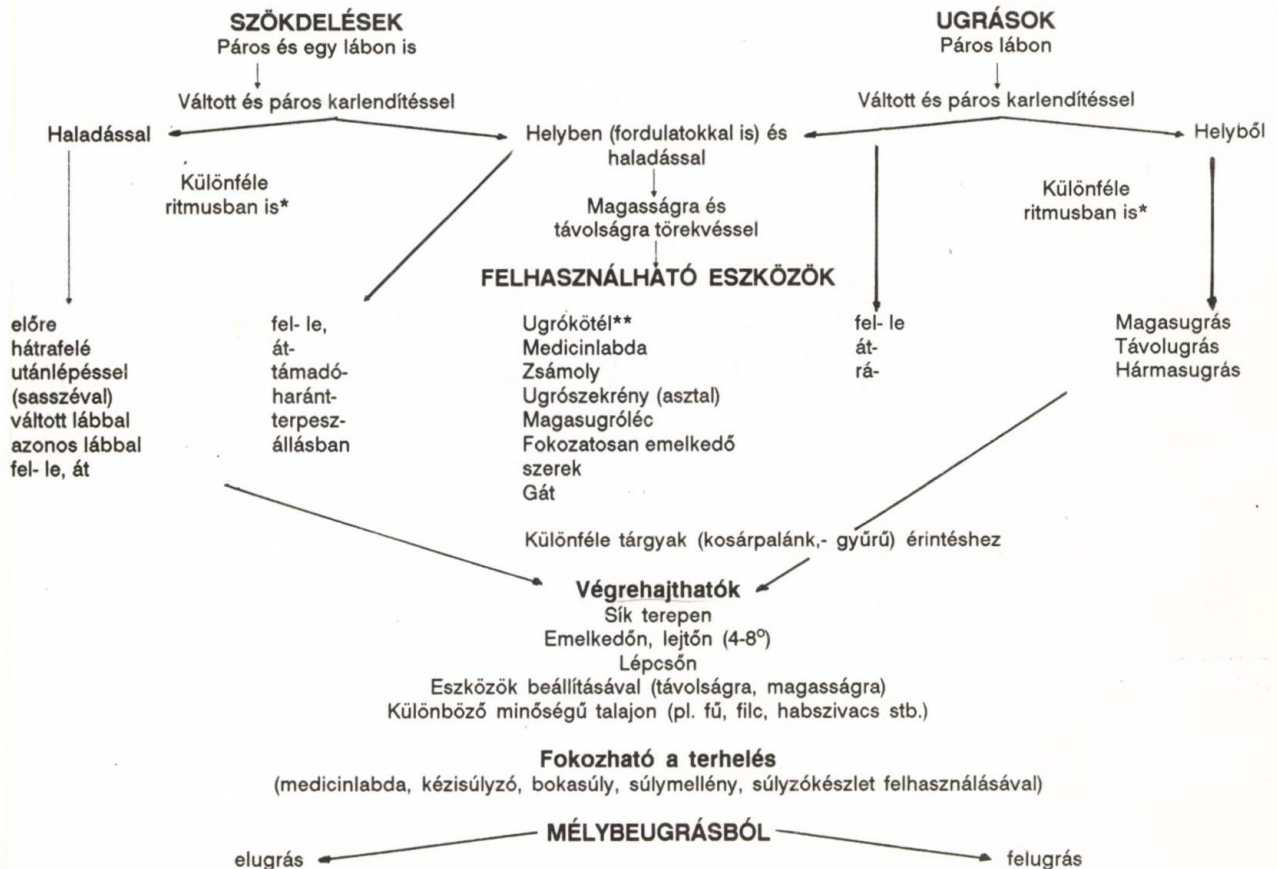
Padgyakorlatok bordásfalgyakorlatok

Futások, ugrások (szökdelések), dobások

Emelések, hordások, mászások, függeszkedések stb.

Testnevelési játékok, sor-, sorkerülő és váltóversenyek ugrások és szökdelések felhasználásával

II. AZ ATLÉTIKAI UGRÁSOKAT ELŐKÉSZÍTŐ SPECIÁLIS GYAKORLATOK



III. UGRÓISKOLA GYAKORLATOK***

ELUGRÁSOK egy lábról

Váltott (páros) karú lendítés

Futás közben jelre elugrás

Indiánszökdelés

„Sántító” indiánszökdelés

- lendítőlábra érkezéssel

- váltott lábbal

- azonos lábon

- variációi (pl. J-J-B-B)

- 2-3 részes szekrényre

- habzivacsra egy vagy páros lábra

LENDÜLETBŐL

járásból

futólépés közbeiktatásával

nekifutásból

EGYES ÉS SOROZATUGRÁSOK

(helyből indulva is)

FÉLUGRÁSOK egy lábról

Páros (váltott) karú lendítés

Futás közben jelre felugrás

Indiánszökdelés

„Akasztófázás” vagy tárgyérintés

- ugrólábra érkezéssel

- szemből****

- részsútos nekifutásból****

- íven nekifutásból (köríven is fordulattal)****

- fellépés 10-15 cm „dobogóra” onnan lelépéssel

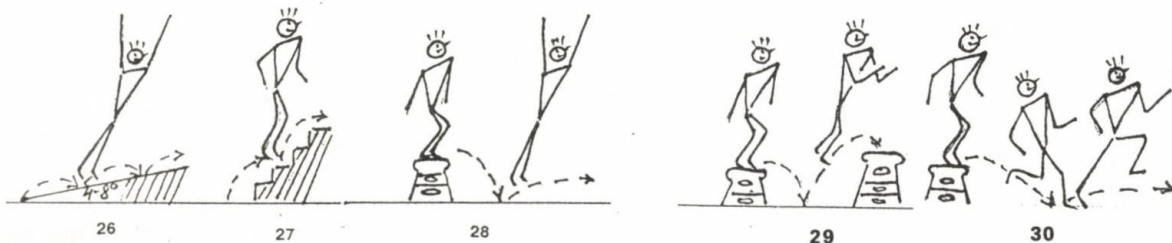
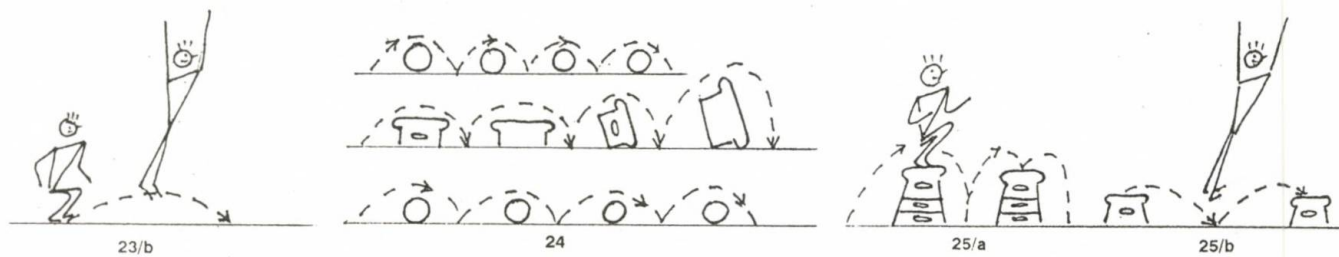
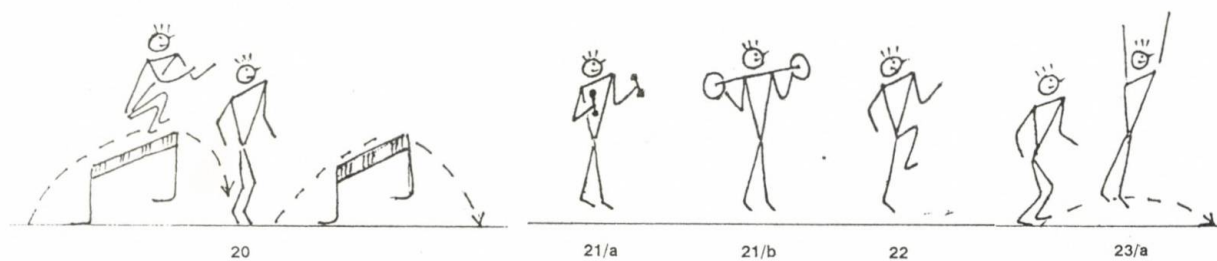
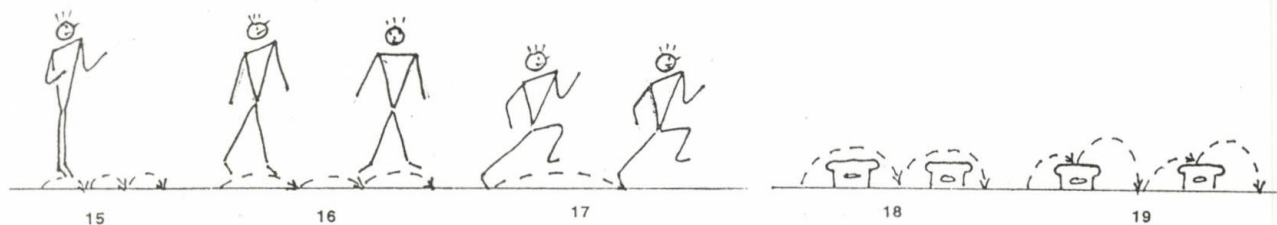
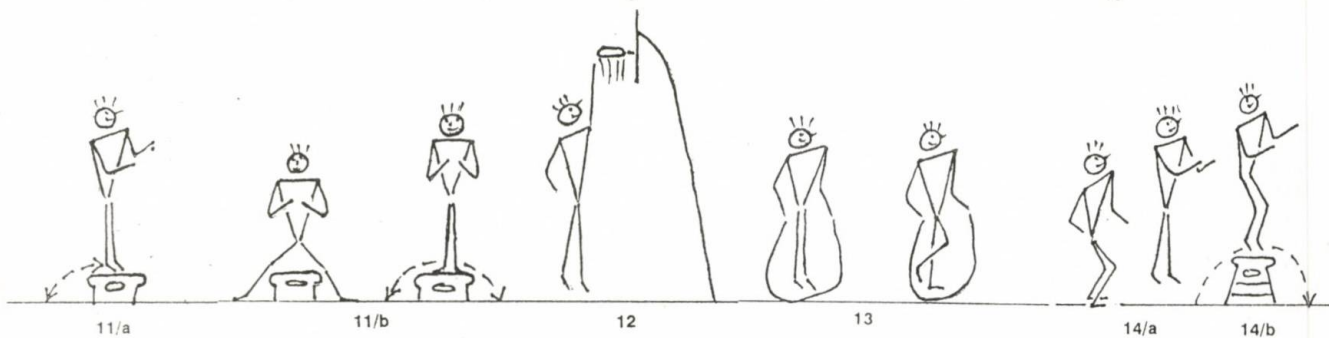
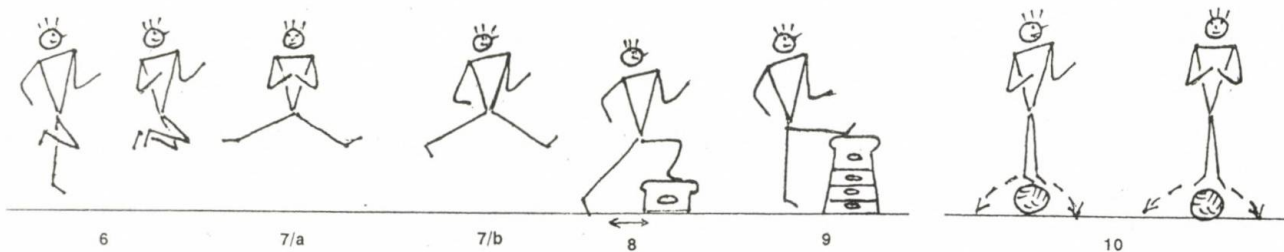
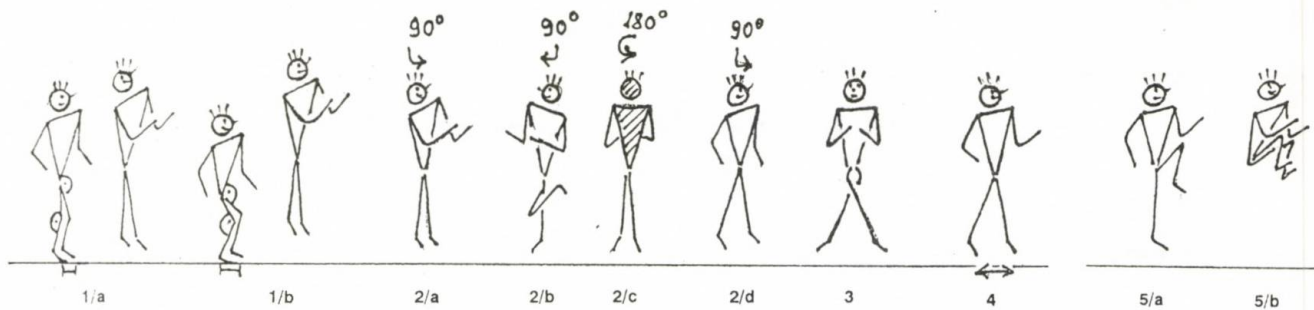
Megjegyzés:

* duplázások, sorozatugrások

** főleg szökdeléseket végzünk ugrókötéllel

*** végezhető különböző talajon (salak, fű, műanyag, filc stb.)

**** habzivacsba



SZÖKDELÉSEK HALADÁSSAL

Szökdelések páros lábbal

Sík terepen (különféle minőségű talajon) :

1. **Előre, páros karú lendítéssel** ("feszes" törzzsel) csak „bokából”. A lábfej és a kar lendítő munkájának összehangolását, mint alapvető koordinációs feladatot segít megoldani a gyakorlat (15. ábra). A végrehajtás ritmusa változhat a szökdelés magasságától vagy távolságától függően.

2. Hátra, a végrehajtás szűkebb kiterjedéssel hasonló, mint az előre haladáskor (a bokából végzett elrugaszkodás még intenzívebb).

Utánlépéssel (sasszéval), váltott, nyújtott karú lendítéssel. Lehet kétszer a bal láb elől, kétszer a jobb stb. variációkkal végrehajtani (16. ábra), illetve oldalt haladással is. A felsorolt gyakorlatok végezhetők :

- emelkedőn fel- és le,
- 1. gyakorlat lépcsőn fel és le.

Szökdelés váltott lábon

Főleg sprinterek alkalmazzák. A gyors, „pattogó” lábváltások jellemzik a mozgást, nem a tértölelő lépések (17. ábra). A végrehajtást a lábbal ellentétes váltott karú lendítés segíti (szakzsargonnal „futó-ugró” lépésnek is nevezik). Végezhető emelkedőn fel és le.

Egy lábon szökdelések kifejezett kondicionális jelleggel (emelkedőn, lépcsőn fel- le).

A páros és egy lábon végzett szökdelések végezhetők még

- alacsonyabb akadályon, zsámolyon át (18. ábra) vagy
- zsámolyokra felszökkenés és onnan továbbhaladás (19. ábra),
- gát felett (térdfeleléréssel) páros lábon (20. ábra),
- kézisúlyzóval vagy egyéb terheléssel nehezítve (21/a, b, ábra).

Páros lábon szökdelés közben egyik térd feleléréste (lehet azonos, váltakozó térdfelelérés) haladással előre (22. ábra), váltott karú lendítéssel.

UGRÁSOK HALADÁSSAL

Ugrások páros lábbal

A páros lábbal (távolba vagy magasságra törekvéssel) végzett ugrásokat egész talpon talajfogással, páros karú lendítéssel kell végrehajtani. Jelentősebb (135-140 fokos) a térdhajlítás, mélyebbről indul a súlypont mint a szökdelés megindításánál (23/a ábra). Szélsőséges esetben mélyguggolásig lemehet a versenyző (23/b ábra).

Az ugrások lassúbbak a szökdelésnél, mert a mozgás térben kiterjedtebb. Ennek megfelelően növekszik a karlendítés amplitudója (23. ábra).

A páros lábú ugrások változatai hasonlóak a szökdelésnél felsoroltakéhoz (fel- le, valamint át, valamire rá).

Sík terepen (különféle minőségű talajon):

1. Előre, páros karú lendítéssel (mérsékelt térdhajlításból), csípőből, térdből, bokából teljes kinyúlásra törekvéssel (23/a ábra).
2. Tárgyak átugrásával (azonos magasságú vagy fokozatosan növekvő, illetve különféle távolságban elhelyezett szereken át) (24. ábra).
3. Tárgyakra felugrás és leugrás (25. ábra) folyamatos haladással (magasságra : 25/a, vagy távolságra törekvéssel : 25/b ábra).
4. Terheléssel végzett folyamatos ugrások (21. ábra). Az 1. gyakorlat emelkedőn (26. ábra) fel- és le lépcsőn (27. ábra) fel és le is végezhető és eszközökkel tovább fokozható a terhelés (21/a,b ábra).

MÉLYBEUGRÁSOK

40-80 cm magasból leugrás :

páros lábra és páros lábról elugrás (28. ábra), illetve felugrás (29. ábra). Képzettebbek részére leugrás egy lábra :

- és egy lábról elugrás (távolságra) (30. ábra),
- és egy lábról felugrás (tárgy érintéssel),
- és arról ugrás a másik lábra, arról pedig távolságra.

A mélybeugrás mértékétől függően (alacsonyabbról) koordinációs vagy (magasabbról) kondicionáló jellegű a gyakorlat. (Itt hívjuk fel a figyelmet Zarándi L. - Schulek Á. : Fiatalok ugróiskolája című 1987-ben megjelent szakkönyvre).

III. UGRÓISKOLA GYAKORLATOK

Az atlétikai ugrások versenytchnikáját jellemzi, hogy :

- lendületszerzésből,
- egy lábról,
- teljes talpról (vagy sarkon keresztül gördülve) el- vagy felugorva történik a végrehajtás.

A felsorolt feltételek meghatározzák az ugróiskola gyakorlatok körét is.

Az ugróiskola gyakorlatok csoportjába tartoznak az el- vagy felugrások rávezető gyakorlatai, azok a versenytchnikánál egyszerűbb mozgások, amelyek a technikát jellemző mozdulatsor egyikét tartalmazzák. Alapvető szempont, hogy a mozgás szerkezetéből kiemelt elem végrehajtásának dinamikája azonos, de legalább hasonló legyen. Ezért ezek, az ugróatléták felkészítésében, mint koordinációs gyakorlatok szerepelnek első sorban.

Kondicionálásra szinte mindegyik szakág felhasználja. Az ugróiskola gyakorlatok akkor hatásosak, ha a végrehajtásuk pontos, megfelel a tér- és időbeli követelményeknek (ezért a rávezető gyakorlatokat is oktatni kell).

ELUGRÁSOK - egy lábról

Ide tartoznak a távol- és hármassugrást előkészítő rávezető gyakorlatok.

A futás közben jelre elugrás gyakorlatnak több funkciója van :

- segít az elugró láb kiválasztásában,
- érzékeltethető a rövid, gyors ugrás előtti utolsó lépés (ha megköveteljük a jel után az azonnali elugrást), az egy lábra leérkezés és továbbfutás miatt fontos a gyakorlás talajának minősége.

Az indiánszökdelés úgynevezett haladó változatát főleg a lendítés gyakorlása érdekében végeztetjük. Ez az egyetlen „szökdelés”, amit teljes talpon végzett elrugaszkodással kell végrehajtani. Követeljük meg a lendítő láb combjának vízszintesig történő emelését. Az ellentétes oldali kar pedig fejmagasságig lendüljön „megfoggott” végrehajtással (31. ábra).

Az indiánszökdelés változatai :

- folyamatos,
- „sántító”, egy sasszél lépés közbeiktatásával (31/b ábra),
- 2, 4, 6 lépés közbeiktatása után, mindig az ugró lábról elugrás. A lendületvétel növekedésével egyre nehezebb a végrehajtás (főleg az „előre forgás” miatt) (31/c ábra).

Az elugrás lendítő lábra érkezés gyakorlat a távolugrás mozdulatsorának vezető művelete (vezető mozdulata). Végrehajtása 1, 3, 5 stb. lépés közbeiktatásával (mindig az ugró lábról elugrással) közsímet (32. ábra).

Az elugrás egy lépés közbeiktatásával gyakorlat - viszonylag egyszerű végrehajtása - segít a rövid, gyors utolsó lépés ritmusának kialakításához. A 3., 5. lépés utáni elugrások már közelítik a távolugrás technikáját. A nagyobb vízszintes sebesség miatt az elugrás hiányosságai egyre inkább érzékelhetővé válnak (pl. előre forgás). Végezhető sorozatban és homokgödörbe érkezéssel és továbbfutással. A mozgást váltott karú lendítéssel végezzük.

Váltott lábbal ugrás a hármassugrás előkészítésének fontos gyakorlata (talajfogás teljes talppal!). Mindig távolságra törekvés jellemezze a mozgást ! Kondicionálás jelleggel mindegyik atlétikai szakág alkalmazza sík terepen és emelkedőn is. Főleg váltott karú lendítést alkalmaznak (hármassugrók páros karral is lendítenek) (33. ábra).

Azonos lábbal ugrás folyamatosan távolságra törekvéssel (egész talpon talajfogással). Hármassugrók kivételével kondicionáló jelleggel végzik az atléták a legnehezebb egy lábás sorozatugrást. Az ugró láb megemlése az aktív talajfogás érdekében fontos (34. ábra).

Kondicionáló jelleggel még ismert ugrásmódok egy lábon :

- lejtőn fel, le,
- lépcsőn fel- le,
- tárgyra (pl. zsámoly, szekrény) fel és le, sorozatban (emelkedő magasságú tárgyakra is),
- tárgyon át (pl. zsámoly, gát) sorozatban (emelkedő tárgyakon át is).

A karmunka váltott és páros karú lehet. Futók távolságra és időre egyaránt végezhetik.

Az egy lábbal végzett ugrásvariációk elsősorban a hármassugrók koordinációs gyakorlatai. Mind az azonos lábon, mind a másik lábra átugrás (váltás) tértölelő végrehajtása követelmény. Például : jobb (J) - jobb (J) - bal (B) - bal (B). A páros karú lendítés és az aktív talajfogás igen fontos (35. ábra).

Ismertebb variációk :

J-J-B-B, B-B-J-J, J-J-J-B
 ,J-B-B-J, B-J-J-B, B-B-B-J,
 J-B-J-J, B-J-B-B stb.

Elugrások „emelt” leérkezőhelyre egy lábra továbblépéssel vagy páros lábra rövid lendületszerzésből. A gyakorlat a távolugrás elugrásának megfelelő szöge (70-80 fok) kialakítását segíti elő (36/a ábra).

A rúdugráshoz a hármassugrás rávezető gyakorlatai használhatók fel. A rúddal végzett speciális rávezető gyakorlatokat most nem ismertetjük.

FELUGRÁSOK - egy lábról

Ide tartoznak a magasugrást előkészítő rávezető gyakorlatok.

Futás közben jelre felugrás gyakorlat segíti :

- a felugró láb kiválasztását,
- a jó ritmusú utolsó ugrás előtti lépés kialakítását.

A karmunka váltott (esetleg páros) karú, az ugrás utáni leérkezés tetszés szerinti.

Indiánszökdelés felfelé törekvéssel, a ledítő láb combja vízszintesig, az ellentétes kar az arc előttig lendül (ott kell „megfogni”).

Indiánszökdelés 2,4,6 lépés közbeiktatásával, mindig az ugró lábról. A lépésszámok növekedésével ügyelni kell, hogy a „kitámasztáskor” a törzs egyenes, esetleg kissé visszadöntött legyen (37. ábra).

Rövid nekifutás után **felugrás és tárgy érintése** fejjel, vállal, térdel stb. ("akasztófázás") (38. ábra) A lendítés felugrás iskolázását segítő gyakorlat. (ellentétes és páros karú lendítéssel). Helyettesíthető az „akasztófa” magasugró léccel és arra felakasztott trikóval is (előnye, hogy a gyakorlók képességéhez igazítható!) (39. ábra). Kosárlabda palánk (gyűrű, háló) is felhasználható a gyakorláshoz.

Felugrás ugró lábra érkezés gyakorlat egyenes, köríves pályán végezhető. Főleg a láblendítés (hajlított, nyújtottabb) iskolázását szolgálja (páros karú lendítéssel).

Gátsor mellett folyamatos átugrás, a gátak között azonos lépésszámmal (40. ábra).

Szemből felugrás magasugró lécen keresztül homokba vagy habszivacsba, egy vagy páros lábra érkezéssel. Főleg a kitámasztás - felugrás gyakorlására alkalmas (41. ábra).

Rézsutos nekifutásból felugrás a léctől távolabbi lábról lécen keresztül homokba vagy habszivacsba érkezéssel (42/a ábra). A kitámasztás, nyújtott lábbal lendítés és felugrás iskolázására alkalmas feladat. Gátak felett is gyakorolható (42/b ábra).

Iven nekifutásból felugrás, habszivacsra érkezéssel is (pl. magasított habszivacsba fekvéssel) (43. ábra). Körben futás és az ugrólábról felugrás a kör közepe felé fordulással (jobb lábask az óra járásával azonos irányban futnak) (44. ábra). Felugrás után páros lábra érkezés és az íven továbbfutás. Karlendítés tetszés szerint.

Fellépés 10-15 cm dobogóra az ugró lábbal, majd lelépés a lendítőre és onnan az ugró láb gyors lehelyezésével felugrás (szabadon, tárgyérintéssel, lécen át) (45. ábra).

Említést kell tenni a lendületszerzés kialakításáról, ha szorosan nem is tartozik az ugróiskola gyakorlataihoz. A távolba vagy magasba egy lábról végzett egyes ugrások megfelelő ritmusú lendületszerzésre nagyon fontos. Ennek oktatásához a dzsoggolás- szkipelés- fokozófutás futóiskolai gyakorlatsor javasolható. A magasba ugrások utolsó három lépésének szerkezetét a váltott lábú szökdelés-futás mozgáskapcsolatból lehet jól kialakítani.

A szerző ezúton mond köszönetet segítőkész bírálataért volt tanárának, dr.Zarándi Lászlónak és hasznos észrevételeiért fiatal kollégájának, Vágó Bélának.

Dr.Takács László

VELÜNK ÉLŐ SPORTTÖRTÉNELEM

Horváth Attila, aki az első világbajnoki érmét nyerte a magyar atlétikának



- Attila, tudod, hogy sporttörténeti személyiség vagy? Te szerezted az első világbajnoki érmét Magyarországnak atlétikában. E „fő érdemed” mellett többszörös magyar bajnok vagy, nyertél ifi Eb-t, kétszer IBV-t, mégis keveset tudunk rólad. Mi lehet ennek az oka?

- „Történelmi szerepemre” büszke vagyok és arra is, hogy az első magyar atlétikai olimpiai aranyérmet is diszkoszvető nyerte 1900-ban, Bauer Rudolf. Hogy kevésbé vagyok ismert, mint más magyar atléta, aki az utóbbi időben eredményesen szerepelt világversenyen, az igaz, de különösebben nem zavar. Bár, lehet, hogy jobb lenne, mert így talán egyéni szponzorom is lehetne. Lehet, hogy furcsa, vb-bronz ide, vb-bronz oda, de a mai napig sincs egyéni támogatóm. Viszonylagos ismeretlenségem oka, azért egyben örvendetes is. Ma már hál’ Istennek nem én vagyok az egyedüli menő a magyar atlétikában. Splitben az Eb-n és idén Tokióban, a világbajnokságon szépen szerepeltek a magyar atléták. Így én csak egyike vagyok az ismerteknek. Néhány éve Szalma László vagy Gécsek Tibor egyedül fémjelezte hazánk atlétikáját. Remélem egyre több magyar név fog ismerősen csengeni a világ atlétarajongói körében.

- Én is remélem... Légy szíves segíts nekünk, hogy jobban megismerjük Horváth Attilát. Mikor és hogyan kezdél el atlétizálni?

- 1980-ban 13 évesen ismerkedtem meg a sportággal Kőszegen, mert odaválósí vagyok. Odonics István testnevelő tanárom irányításával heti két alkalommal edzettem, elsősorban súlylökésben és többpróbában /ha jól emlékszem a „C” változatban/ versenyeztem.

- Ezek szerint nem a szombathelyi dobóiskola felfedezettje vagy. Hogy kerültél Vas megye fővárosába, a ma már méltán világhírű dobóiskolába?

- A világhírűségről majd még szeretnék egy-két szót szólni...

1981-ben, a serdülő „B” bajnokságon találkoztam Pópával /Németh Pál mesteredző. A szerk./, a Haladás dobói hívták fel rám a figyelmemet, beszélgettünk és ennek eredményeként középiskolai tanulmányaimat Szombathelyen, a Savaria Szakközépiskolában kezdtem el és edzéseimet a Haladásban folytattam. Pali bácsival 1988-ig edzettem, ő ekkor nyugdíjba ment, mert nem tudta elviselni az egyesület vezetőinek közömbösségét. Ezt követően előbb Simon Gyulával, majd Szegletes Ferencsel dolgoztam. Ferivel két évig edzettem és nagyon sokat köszönhetek neki. Elsősorban technikailag fejlődtem sokat az ő irányításával.

- Miért váltottál újra edzőt, hiszen megint Németh Pállal dolgozol?

- Az egész ügy azt hiszem megérdemelne egy önálló riportot. Elsősorban tanulságként, hogy milyen állapotok jellemzők a magyar élsportra. Röviden összefoglalva, Budapesten egyetlen egyesület sem volt hajlandó fogadni engem, Szombathelyen pedig fegyelmet helyeztek kilátásba, ha nem megyek vissza. Magyarul zsaroltak. Nem tudtam mit választani, sem edzőm, sem munkahelyem, sem lakásom nem volt. Visszamentem és edzettem tovább, Budapest túl messze van, Szegletes Ferencsel „levelező tagozaton” nem tudtam edzeni. Szerencsére Pópa újra elkezdett edzősködni, így folytattuk a megkezdett munkát, úgy gondolom nem is rossz eredménnyel.

- Fejlődésed elég egyértelműnek látszik...

- Valóban, de az ifi korból az átmenet a felnőttbe nehéz volt. Vissza is estem és nagy csalódás volt számomra, hogy 21 évesen, bár néhány centivel elmaradtam a kiküldetési szinttől /65 m/, nem vittek ki a szülői olimpiára.

- **Attila, megfog-e valami a diszkoszvetésben? Szerinted van-e ennek a számnak „filozófiája”?**

- Én úgy érzem van és engem nagyon megfog a diszkoszvetés mozgása. A technikája bonyolult, összetett mozgássorozat, amiben a gyorsaság és az erő dominál. Gyönyörű ahogyan száll a diszkosz a levegőben. És még egy, ami nagyon fontos a számomra. Ennek a versenyszámnak tradíciói vannak. Az ókori olimpiák egyik fő versenyszáma volt, és nemcsak az atlétikát, hanem gyakran a sportot is a diszkoszvetővel szimbolizálják.

- **Edzeni szeretsz?**

- Igen, szeretek és néha túlzásba is viszem. Elsősorban az erőfejlesztés terén esem át a ló túloldalára és ilyenkor kisebb sérülések jelentkeznek. Sajnos idén is többször fáj a térdem, Tokió előtt sem tudtam rendesen dolgozni. Úgy tűnik, hogy a rossz mandulám az oka a sérüléseimnek. Most ki fogják venni, remélem a jövőben többet és intenzívebben tudok edzeni és a szervezetem el is fogja ezt viselni.

- **Kiegészítő sportot űzol-e?**

- Súlylökésben szoktam elindulni és szeretek teniszezni. Korábban rendszeresen elindultunk a városi kispályás labdarúgó bajnokságban, de a sok sérülés miatt mostanában csak egymás között focizunk. Mondanom sem kell, hogy a sérülések száma nem nagyon csökkent.

- **Mérei László vezető edző szerint nagyon jó versenyző típus vagy. Képes vagy dobásról dobásra javítani és ez nagy erény. Tudatosan is készülsz erre?**

- Én is úgy érzem, hogy jó versenyző vagyok. Ha fejben és testileg is laza tudok maradni, akkor jól megy a dobás. Próbálok nem görcsösen dobni, ezt az edzéseken is gyakorlom. Próbálok nem erőből dobni.

- **A tokiói vb-ről mit tudsz mondani?**

- Ragyogó körülményeket teremtettek a rendezők. Japán egyszerűen fantasztikus. Sajnos a vb előtt is fáj a lábam és ez kihatott a technikámra. A próbaversenyen csak 64,70-t értem el, pedig többet tudtam ennél. Ez nagyon zavart és ezért görcsösen versenyeztem.

- **Példakép?**

- Wolfgang Schmidt volt sokáig a példaképem és furcsa érzés volt amikor először legyőztem.

- **No és Al Oerter?**

- Oerter nagyon nagy diszkoszvető volt, de szememben nem a legnagyobb. Ő mindig négyévente volt jó, igaz akkor nagyon. Jay Silvestert többre tartom, ő nagyon sok újítást vezetett be technikailag és az edzés módszerekben egyaránt.

- **Kikerülhetetlen kérdés a dopping, a ma élsportjának a rákfenéje. Mielőtt elmondanád a véleményedet, egy dolgot szeretnék tisztázni. Én is**

elítélem minden fajta tiltott szer használatát, de engem nagyon zavar, hogy az újságírók vagy sportvezetők úgy beszélnek egy megbukott sportolóról, mint egy bűnözőről. Nem beszélve arról, hogy egyedül kevesen doppingolnak, ahhoz ma már egy csapat kell, de soha senki sem mondja azt ki, hogy a testépítő szerek a sportolót a többletmunkához segítik hozzá.

- Vártam már ezt a kérdést. Amit mondtál, azzal én is egyetértek. Küzdeni kell ellene, de az ellenőrzés jelenleg nem igazán megoldott. Többször és többeket kellene vizsgálni, de tudom, hogy ennek bizonyos jogi akadályai is vannak és mérhetetlen sok pénzbe kerül. Biztos, hogy tisztábbá kellene tenni az élsportot.

- **Külföldi ellenfeleid orvosilag jobban el vannak látva, mint te. Nem zavar ez téged?**

- Elismerem, hogy ellenfeleim jobb és hatékonyabb orvosi háttérrel rendelkeznek mint én. De ez inkább feldob, csak azért is megmutatom nekik, hogy ilyen feltételek mellett is el lehet érni világklasszis eredményeket. Ez a téma is anyagi kérdés, megítélésem szerint a magyar orvosok is jók, csak az elátottságuk mostohább.

- **Lassan legendássá válik a szombathelyi dobóiskola. Mondj néhány szót róla?**

- Legendás és világhírű, de inkább kalapácsvet iskolának mondanám. Németh Pali bácsi nagyon jó szervező, nagyon egybe tudja tartani a csapatot. Fantasztikusan összetartók vagyunk, ha valamelyikünk gödörbe kerül, a többi segítségével hamar kiálalhat a bajból.

Említettem, hogy a világhírű dobóiskolához lenne néhány hozzátűznivalóm. A helyi sportvezetőinket ez nem túlzottan érdekli. Képzeld, - hogy csak egy példát mondjak - még nem rendeztek dobóversenyt a Haladás stadionban...

- **Bocsánat, hogy közbeszólok, de az eredmények alapján nektek kellene bent edzeni és a labdarúgóknak kint...**

- Ez azért túlzás, jól megvagyunk a focistákkal, de mindenképpen több törődést érdemelnénk. Nem elsősorban mi, hanem a sportág, az atlétika. Vezetőink nem gondolnak arra, hogy népszerűségünk révén a jövőnek is dolgozzanak. Tíz év múlva is egy ilyen eredményes szakosztálynak kellene lennie a városnak.

- **Sajnos ez nemcsak szombathelyi jelenség, máshol is ezekkel a gondokkal küzd a sportág... No de „lapozzunk”. Magánéletedről hallhatnánk valamit?**

- Szeretek olvasni, zenét hallgatni. Kedvenc együttesem a Guns 'n' Roses. Szívesen vagyok együtt barátaimmal, szeretem a jó társaságot. Érdekel a politika is, de az egyéni torzsalkodások zavarnak. Ezek nem az ország javát szolgálják.

HORVÁTH ATTILA

Született: 1967. július 28. Kőszeg.

Magassága: 194 cm.

Versenysúlya: 118 kg.

Edzője: Németh Pál
(korábban Simon Gyula
és Szegletes Ferenc)

Eredményei:

1991. világbajnokság: 3. hely.

Ifi Eb: 1. hely.

IBV: kétszer 1. hely.

Háromszoros felnőtt magyar bajnok.

Grand Prix: 3. hely.

Fekvenyomás: 170 kg.

Guggolás: 200 kg.

Szakítás: 115 kg.

Felvétel: 155 kg.

Eredményeinek alakulása (2 kg-os szerrel):

31.30 14 éves.

44.06 15 éves.

52.44 16 éves.

56.26 17 éves.

61.84 18 éves.

60.76 19 éves (katonaság).

62.94 20 éves.

64.18 21 éves.

63.44 22 éves.

65.46 23 éves.

67.06 24 éves.

- Készülsz-e a „civil” életre? Gondoltál-e arra, hogy mit fogsz csinálni, ha abbahagyod a sportolást?

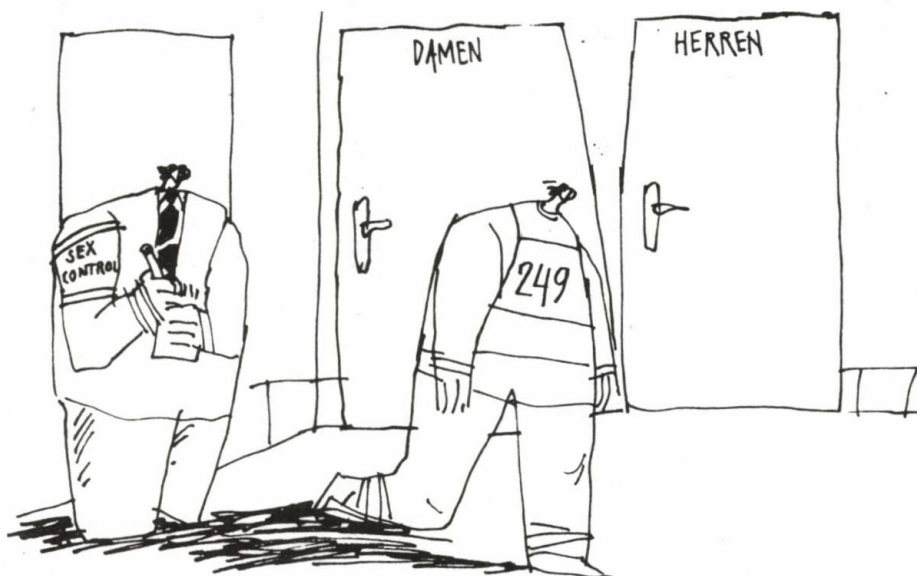
- Úgy gondolom, hogy hat-nyolc évig még elversenyezem, majd valamilyen vállalkozásba kezdek. Vendéglátó szakközépiskolai végzettségem van, a sportolás útján keresett összeget félrerakom. Majd meglátjuk...

- Végezetül egy banális kérdés. Mit vársz Barcelonától?

- Amennyiben egészséges leszek és jól fel tudok készülni 65-66 m körüli eredményt várok magamtól. Ha 66 fölé tudok kerülni, az éremre biztos, hogy elég lesz.

- Köszönöm a beszélgetést, sikeres mandulaműtétet kívánok neked, amiért nem irigyellek és további eredményes sportpályafutást, hogy még ismertebb legyél.

Pignitzky Péter



„Arany-Mary” visszatérése

Volt világ bajnok, futott világrekordokat, de az olimpián mindig pechje volt. Barcelonában Mary Slaney-Decker megegyeszer meg akarja próbálni, hogy megkíséreljen egy olimpián érmet nyerni. Az amerikai futónő visszatért a pályára...

Ő volt a 70-es és 80-as évek egyik legkedveltebb és legszimpatikusabb futónője a nagy atlétikai rendezvényeken. Kilenc amerikai és három világrekord volt a gyümölcses eredményes pályafutásának. Szöul után, 1988-ban Istenhozzádot mondott az élsportnak. De hol, ha nem a sportban lenne érvényes a mondas:” sohasem szabad azt mondani, hogy soha többé „. Mély benyomást keltett, amikor San Joseban, május 25-én a világ idej legjobb idejével tért vissza, a futóvilágba, 4:04,92 perc 1500 m-en, légy üdvözölve Barcelonai Mary Decker-Slaney megegyeszer megakarja próbálni. Összes eredménye és címe oldalakat töltene meg, ha valaki fel akarná sorolni. De egy valamit eddig még nem sikerült elérnie: egy érem az olimpiai játékokról. Tizennégy évesen, véletlenül került kapcsolatba a futással.

„Akkoriban Kaliforniában, Huntington Beachben laktam, ahol óriási parkok és nyaraló övezetek vannak. Egy hétfvégén unalomból részt vettem a barátnőmmel egy mezei futóversenyen. Ez a 3/4 mérföldes futás döntő volt sportjövőm szempontjából”, emlékszik vissza a ma 32 éves Mary Decker-Slaney.

Ez egy példa nélkül álló karrier kezdete volt. Tizennégy évesen állította fel első amerikai rekordját. Azután 800 m-től 10.000 m-ig új mércét állított az Egyesült Államokban. De az olimpiával mindig balszerencséje volt: 1976-ban, Montreálban sípcsontsérülése miatt nem tudott részt venni a játékokon, 1980-ban, Moszkvában a politika miatt ment füstbe az áhított érem. Pont

abban az évben futotta az 1500 m-es fedettpályás világrekordját (4:00,80), ami még ma is, Doina Melinte (4:00,27) mögött a második helyet jelenti számára az örökranglistán.

A legerősebb éve az 1983-as esztendő volt. Felejtethetetlen az fölény, amivel az 1500 és 3000 m-t megnyerte Helsinkiben a világbajnokságon. S nem csak a látványos siker volt az oka, hogy 1983-ban az év sportolónőjének választották. De mint az életben oly gyakran, egyszer fenn, máskor lenn. 1984-ben, Los Angelesben az olimpián Mary Decker-Slaney a játékok tragikus alakja lett. 1300 m-rel a cél előtt, (miután Zola Budd - a mezítlábas futónő - meglokte) megbotlott,

elesett és megsérült a csípőjén. Egész Amerika együtt sírt a csalódott atlétanővel. De 1985-ben - egy évvel a Zola Budd-dal való ütközes után - ismét a pályán volt. Új amerikai rekorddal 800, 1000, 2000, 3000 m-en és világrekorddal egy mérföldön (4:16,71) impozánsan tért vissza. Ezt a három hónap alatt elért csúcsteljesítményt a következő szavakkal kommentálta: „ Nem rossz, de valami hiányzik.” Az idő közben az an-



MARY DECKER-SLANEY

Szül.: 1958.08.04. 1,68 m; 49 kg

Világ bajnokságok

Aranyérem 1500 m, Helsinki 1983

Aranyérem 3000 m, Helsinki 1983

Világcsúcsok

1500 m (fedettpályás), 4:00,80 (New York, 1980)

2000 m (fedettpályás), 5:34,52 (Los Angeles, 1985)

1 mérföld 4:16,71 (Zürich, 1985)

Amerikai rekordok

800 m 1:56,90 (Bern, 1985)

1000 m 2:23,80 (Eugene, 1985)

1500 m 3:57,12 (Stockholm, 1983)

2000 m 5:32,70 (Los Angeles, 1985)

3000 m 8:25,03 (Róma, 1985)

10.000 m 31:35,30 (Eugene, 1982)

Amerikai rekordok (fedettpályán)

800 m 1:58,80 (San Diego, 1980.)

1000 m 2:37,60 (Portland, 1989.)

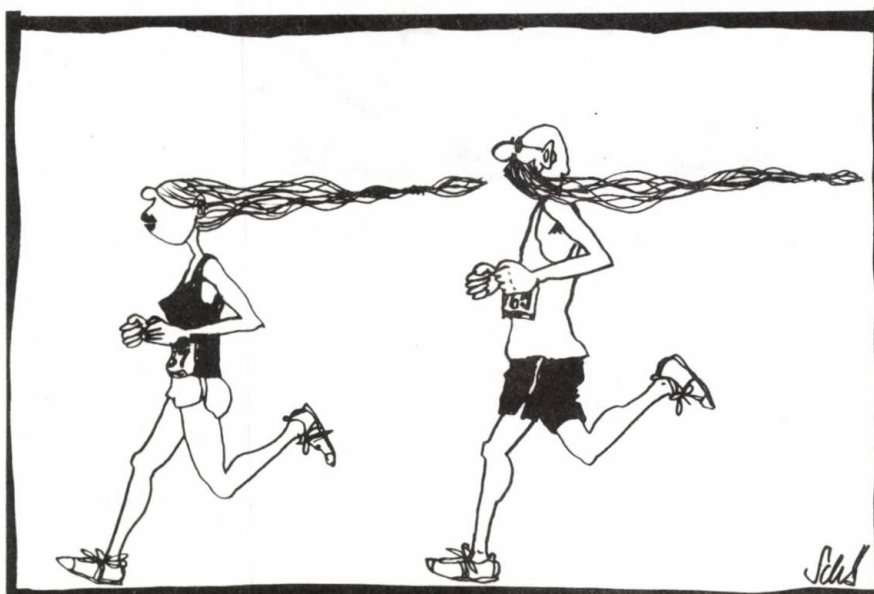
1 mérföld 4:20,50 (San Diego, 1982.)

gol diszkoszvető csúcstartóval, Richard Slaneyvel összeházasodott Mary, ezt az úrt lánya, Ashley Linn születésével töltötte ki 1986-ban.

Szülőiben az olimpiai játékokon ugyan rajthoz állt 1500 és 3000 m-en, de az anyyira áhított érem most sem sikerült. A nyolcadik hely 1500 m-en (4:02,49) volt a legjobb helyezése. Az utolsó kísérletet, hogy az egy évtizede remélt olimpiai érmet megszerezze, Barcelonában szeretné megtenni. Ezért kell, hogy legfőbb vágya, egy második gyerek, még egy kicsit várjon.

„A részvétel az 1992-es olimpiai játékokon, ami valószínű az utolsó aktív pályafutásomon, nagyon sokat jelent számomra, de nem mindezt. Még sok más fontos dolog van az életemben. Nagyon sok örömet jelent nekem anyának és feleségnek lenni. De 1992-ben még egyszer meg akarom próbálni. Nagyon

jó formában vagyok”, mondta a szimpatikus amerikai futónő egy sajtókonferencián, melyet az új felszerelését adó BROOKS céggel való szerződés aláírásakor adtak. De, hogy Barcelona sem kell hogy mindennek a végét jelentse, arról legújabb nyilatkozatai tanúskodnak: „Azt hiszem, hogy már a következő nyolc évben komoly konkurenciát jelenthetek a többiek számára a hosszútávokon.” Nagyszerű kilátás a női maratoni futás számára. Micsoda mezőny, Rosa Mota, Ingrid Kristiansen, Grete Waitz és Mary Decker-Slaney. Minden rendező örülne, ha csak egyet is ezek közül a nők közül rajthoz állíthatna.” De először Barcelonára és a második gyerekekre koncentrálok. Minden más majd kialakul.” Már az is csodálatra méltó, ahogyan ez a nő a családot és az élsportot össze tudja egyeztetni.



A futás történetéből

Küldöncök és vadászok a természeti népeknél

A jó állóképességi teljesítmény a természeti népeknél elengedhetetlen volt a túléléshez. Néhány törzsnél ez máig is így maradt. A futás volt az egyetlen elmozdulási lehetőség, mindenekelőtt a vadászok és a gyűjtögetők számára, mint például a dél-afrikai Kalaháriban a busmanoknál még ma is.

Minden törzsi csoport vízlelőhely közelében él. A kb. 400 km²-es élettér kör alakban helyezkedik el ekörül az oázis körül. Bogyókat gyűjtve és kisállatokra vadászva legfeljebb 20 km-re távolodnak el a víztől, hogy kunyhóikat estig ismét elérhessék. Így napközben 40 km-t is megtesznek. Egy kutató rokonságot vél felfedezni a maratoni futással: "Ez a táv az emberi szervezet számára olyan, mint egy természetes maximálérték" -írta. A busmanokról ismert, hogy ők a kérődzők vadászatára specializálták magukat. Megpróbálnak egy állatot eltávolítani a csordától, s azt olyan sokáig űzik, amíg az állat emésztő traktusa begyullad - a kérődzőnek nyugalomra van szüksége az emésztéshez - és kifárad, ezután elejtik. Ehhez egy "tüske" fajtát fejlesztettek ki, hogy a homokban jobban tudjanak előre haladni, egy kis bőrsarut csőr alaku orral.

A "Leichtathlet" című folyóirat 1928-ban olyan dél-nyugat afrikai busmanokról tudósított, akik állítólag négy nap alatt 460 km-es távot tettek meg. A hosszú futás a szeri-indiánoknál, akik a Kaliforniai öbölben lévő Tiboron szigetén éltek, az áruk és élelmiszerek szállítására szolgált. A szeri-asszonyok 15 liter vízzel töltött agyagedénnyel a fejükön 50 km-t is megtettek.

Az áruszállítás ezen formája az etiópoknál még ma is megszokott. A kábitó anyagot tartalmazó kat-cserje 10 óra alatt megromló leveleit, amilyen gyorsan csak lehet az ország belsejéből a 80 km-re fekvő partra, a piacra kell vinni. A küldöncök a célban csupán egy kevés teát isznak, eladják a kat-levelet és a rákövetkező harmadik napon hazafutnak, hogy újból elinduljanak. Ezáltal az éves teljesítményük a 18000 km-t is elérheti. 1985. április 14-én, Hirosimában a maratoni Világ Kupán a Dzsibutiból jött futók szerezték meg az első, és a hetedik helyet. Ezek a futók a kat-levelek területéről származtak.

A chimu inkáknál a futás a hírek továbbítását szolgálta. Hatalmas birodalmukban, amely északról délig 4000 km volt és csak két út szelte át, jól működő közlekedést építettek ki az egymást váltó futók révén. A futóknak Cuzcotól a tengerig-350 km (légvonalban) és 3500 m szintkülömböség- két napra, a Cuzcotól Quitoig tartó 1600 km -hez (légvonalban) egy hétre volt szükség. A futók a kifejezetten számukra épített szállásokon válthatták egymást, úgy hogy a szakaszok hossza 400 m és 5 km között változott, a szakaszok nehézségétől függően. A korai chimu kultúra (Észak Peru) vázafestészetét összefüggésbe hozták a futárokkal, a "chasqui"-kkal. Ezek a futók a bal kezükben egy láma babbal töltött herezacskóját tartják. Csak az lehetett ugyanis futár, aki egy lámát puszta kézzel meg tudott fogni, vagyis elég kitartó volt. A babtermés a termékenységet jelentette, amit a vázán ábrázolt versenyfutás célja, a templom-piramis bizonyít. Ma erre emlékeztet az úgynevezett "chasqui-relay", egy váltó a Rocky Mountains-ben Jaspertől Banffig, 170 mérföldön (272 km), ami alatt minden futó 10 mérföldet tesz meg, az egykori futárrendszer szerint.

Kultikus jellegű versenyfutás volt az egykori indiánoknál az úgynevezett tuskóverseny. Az 5-től 12 km-ig tartó verseny ideje alatt a résztvevőknek "krovát" kellett tartania, ami egy a végén kivájt fatuskó volt. Ez különböző nagyságú volt és 200 fontnyi is lehetett. A versenyeket a falu két fele, két szertartási csoport vagy két különböző korosztály között rendezték. A futás alatt, amelynek célja a falu közepén volt, a két csapat tuskóvivője volt elől. Ha elfáradtak, akkor a vállukon vitt terhet futás közben átadták a következő csapattársnak. A szinte naponta rendezett tuskóversenyek egyértelmű versenykaraktert mutattak. A győztest és a győztes csapatot megünnepelték. Azt, hogy ez kultikus eredetű, bizonyítják a versenyekhez kötődő rituálék és mítoszok. A tuskók a halottak lelkét jelentették. Amikor még nem volt ember, a nap és a hold a vadászat és a munka után tuskóversenyt vívott egymással. A monda kihangsúlyozza, hogy az égitestek milyen egyedül voltak. A célbaérést követő rövid pihenő után következik a tánc, egy hálaima a naphoz és a holdhoz és egy "tiszteletkör" a falu körül. Rendkívüli tuskóversenyeket, az azt követő ceremóniális ünnepségekkel, nagy vadászatok utáni ifjúavatási ünnepen és más falvak vagy nemzetségek meglátogatásakor rendeztek.

A nők csak a jelentéktelen napokon futottak a maguk kedvére. Voltak olyan versenyek is, ahol a nők férfi csapat ellen vették fel a küzdelmet.

(A Leichtathletik cikke nyomán)

Fuss és jól érzed magad

A futás mint terápia

Számos kutatási eredmény erősíti meg, hogy a kocogás jelentősen javítja a hangulatot és a közérzetet. De a jó közérzet több annál, mint a bajok és betegségek hiánya. Hozzá tartozik a testi és lelki egyensúly is. A kocogók a jobb közérzetről nemcsak a futás ideje alatt beszélnek. Máskor is, a munka során, barátok között stb. elégedettebbek a futók.

A nők számára, akik félnek, hogy a futás során elvesztik nőiességüket, különösen jelentős Cole(1980) kutatása. Cole úgy találta, hogy azok a nők, akik futottak, oldottabbak és önmagukkal elégedettebbek, mint azok, akik nem futottak. Ezenkívül önmagukat attraktívabbnak és femininebbnek találták, mióta futottak.

Az idősebb embereknél is nagymértékben járul hozzá a kocogás a jó közérzethez. Az étellel szemben jelentősen nagyobb megelégedettséget éreznek, mint nem aktív kortársaik. Aki részt vett már egy jól szervezett futótalálkozón, tudja milyen barátságosan vidám a viszony a különböző korosztályok között.

Ápolószemélyzetén végzett vizsgálatok eredményei azt bizonyították, hogy a futócsoportok tagjainak közérzete javult. Természetesen ez csak akkor van így, ha előtte nem volt kielégítő, azoknál, akik már előtte is jól érezték magukat, a javulás jelentősen kisebb mértékben mutatható ki. A jó közérzet mindenesetre nem olyan, amit egyszer az ember megszerez és utána automatikusan örökre megmarad. Aki nem fut többet, az elveszti ezt a megszerzett jó közérzetet, kivéve, ha valami más lehetőséget talál magának, hogy jó hangulatba hozza magát.

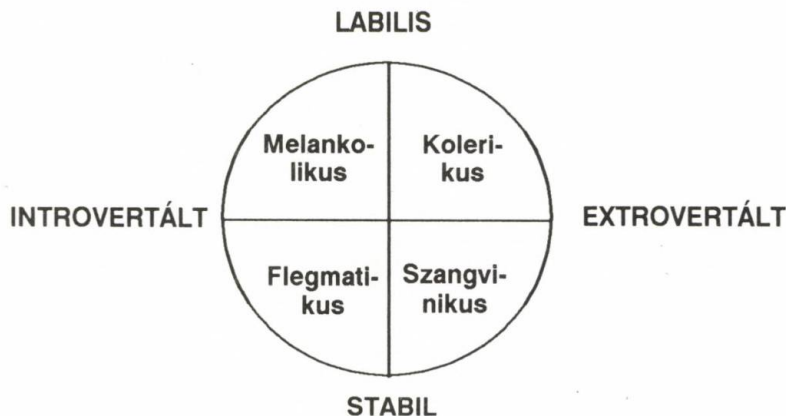
Ez a tapasztalat jól illeszkedik ahhoz az eredményhez, amit az Eysenck-féle személyiség modell alapján a kocogóknál kimutattak. Eysenck (1964) az embereket az extroverzió-introverzió alapján különbözteti meg. Mit értünk ez alatt a fogalom alatt? Leegyszerűsítve így lehet leírni:

Tipikusan extrovertált az az ember, aki barátságos, szereti a társaságot és általában szüksége van valakire, hogy beszélgessen, hajlamos a gondtalanságra és optimizmusra.

Ezzel szemben a tipikusan introvertált ember nyugodt, zárkózott és befelé forduló. Visszafogott, rendszerint ura érzéseinek, pesszimizmusra hajlamos.

Ez a jellemzés természetesen idealizált, a valóságban ilyen tiszta típusok ritkán fordulnak elő. Sokkal inkább elképzelhető ez a két „típus”, mint egy skála szélső értékei, amelyek között egy személy bármilyen helyet elfoglalhat.

Az Eysenck-féle személyiség modell:



A koordináta-rendszer segítségével bárkit be lehet sorolni a megfelelő helyre. Ebbe a rendszerbe a klaszszikus négy temperamentumot is be lehet illeszteni.

Számos vizsgálat azt mutatta, hogy a kocogás több extroverzióhoz és kisebb neuroticizmushoz (pszichikai labilitáshoz) vezet. Ez azt jelenti, hogy a kocogó ember a személyiségét tendenciózusan a szangvinikus felé változtatja. Ezzel a futás egy lehetőségét jelenti annak, amit az új pszichoterápiai kutatások „euthym kezelési stratégiaként” jelölnek. Ez azt jelenti, hogy a paciens „magatartás- és élményvilágát úgy kell kiegyenlíteni, hogy az számára jó legyen, ellenállássá erősítse”. (Lutz, 1983) Aki a maga számára - talán éppen kocogás által - a jó közérzetet biztosítani tudja, könnyebben oldja meg a problémákat is.

„People who run feel better” (akik futnak, azoknak jobb), hangzik a pregnáns vélemény, amire az amerikai Rand futókkal végzett vizsgálata során jutott (1986). Ez a megfogalmazás nyilvánvalóan fején találta a szöveget.

(A Leichtathletik cikke nyomán)

A Magyar Atlétikai Szövetség elnöksége 1991. december 10-én megtárgyalta és elfogadta a „Sportolók igazolási és átigazolási szabályzatát”. A dokumentum elfogadásával egyidejűleg a MASZ Szervezeti és Működési Szabályzatának 46. paragrafusa az alábbiak szerint módosult:

46. §

A sportolók igazolási, átigazolási szabályzata

A Magyar Atlétikai Szövetség (továbbiakban: szövetség) a szövetséggel tagsági viszonyban álló sportegyesület, valamint sporttevékenységet folytató egyéb sportszervezet (továbbiakban: sportegyesület) az atlétikában versenyző, sporttevékenységet folytató tagjának, ill. alkalmazottjának (továbbiakban: sportoló) igazolásával (nyilvántartásba vételével), átigazolásával, esetleges külön versenyzési engedély megadásával összefüggésben a következő szabályzatot hozza:

/1/

A szövetség, vagy tagszervezete által rendezett, vagy jóváhagyott versenyen - ha a szövetség vagy a versenykiírás másrészt nem rendelkezik - csak igazolt sportoló vehet részt.

/2/

- I. Az igazolás a sportegyesület és a vele tagsági viszonyban álló sportoló együttes kérelmére a sportoló nyilvántartásba vétele és a versenyzési engedély megadása. Tizenhárom évesnél fiatalabb sportolót nem kell igazolni.
- II. Az átigazolás a már igazolt sportolónak más sportegyesületben történő versenyzési jogosultságának a szövetség által történt jóváhagyása.
- III. A szövetség a nyilvántartással, igazolással és átigazolással kapcsolatos költségek fedezésére eljárási díjat állapíthat meg. A díjat a szövetség elnöksége hagyja jóvá. Az eljárási díjat az igazolást, átigazolást kezdeményező sportegyesületnek kell megfizetni.

A sportoló igazolása

/3/

Az igazolási kérelmet a sportoló sportegyesületének kell benyújtania a MASZ e célra rendszeresített nyomtatványán 2 példányban.

- I. A kérelmen feltüntetett adatok hitelességét a sportoló aláírásával, a sportegyesület aláírásával és bélyegzőjével igazolja.
- II. Ha az igazolási kérelmet a sportegyesület tévesen, vagy hiányosan állította ki, a szövetség jogosult a nyilvántartásba vételt megtagadni, a hiány pótlásáig.
- III. Az igazolási kérelmet meg kell tagadni, ha a sportolót az atlétika sportágban más sportegyesületnél már nyilvántartásba vették és ott sportolói jogviszonya nem változott meg.
- V. Az igazolást a szövetségnek be kell jegyeznie és aláírással és bélyegzővel hitelesítenie a sportoló tagsági könyvében.
- VI. Az igazolással kapcsolatos szövetségi döntések ellen a sportegyesület írásban 8 napon belül a MASZ Elnökségéhez fellebezhet. A döntésről a MASZ 30 napon belül köteles a sportegyesületet írásban értesíteni.

/4/

- I. A nyilvántartásból törölni kell az igazolt sportolót, ha

- a.) tartósan külföldre távozott;
 - b.) versenyzésének befejezésére vonatkozóan sportegyesületével megállapodott és a bejelentés óta nem vett részt versenynaptárban szereplő versenyen;
 - c.) meghalt.
- II. Az I. bekezdés a.) és b.) pontjában meghatározott esetekben a sportoló nevét a törlésre okot adó körülmény bekövetkezésekor a MASZ-nál jelezni kell.
A sportolót egy évvel a bejelentés után törölni kell a nyilvántartásból.
- III. A törlést a szövetség hivatalból, vagy bejelentés alapján hajtja végre. A törlésről értesíti a sportegyesületet.

/5/

Ha több sportegyesület közösen tart fenn atlétikai szakosztályt, a sportegyesületek írásbeli megállapodásában kell szabályozni, hogy a sportolót melyik sportegyesületben kell nyilvántartani.

A sportoló átigazolása

/6/

- I. A sportoló - a /7/ fejezetben meghatározott kivételekkel - sportegyesülete hozzájárulása nélkül jogosult átigazolni egy másik sportegyesületbe.
- II. A sportoló átigazolása - az átigazolási eljárás keretében - a sportoló és az átvevő sportegyesület együttes kérelmére történik, a szövetség által rendszeresített átigazolási lapon, amelyet 2 pld-ban kell benyújtani.
- III. Az átigazolási lapon a sportolónak nyilatkoznia kell a tekintetben, van-e érvényes sportolói szerződése régi sportegyesületével az átigazolási kérelem benyújtásakor.
- IV. A sportoló átigazolására vonatkozóan egyidejűleg csak egy kérelem nyújtható be. Ha egyidejűleg több kérelmet is benyújtottak, a sportoló az utolsó átigazolási kérelem beérkezésétől számított fél évig nem igazolható át.

/7/

- I. Nem lehet átigazolni azt a sportolót - a II. bekezdésben foglaltak kivételével - akinek a sportegyesületével a sporttevékenység folytatására érvényes szerződése van ("Szerződéses sportoló") és a szerződés idő előtti megszüntetéséhez a sportegyesülete nem járult hozzá.
- II. Az I. bekezdésben foglalt tilalom ellenére átigazolható - térítés nélkül - a szerződéses sportoló, ha a sportegyesület a szerződésben vállalt kötelezettségét nem teljesítette, amennyiben azt jogerősen megállapították.
- III. Ha a szerződéses sportoló a sportegyesülettel kötött szerződést jogellenesen megszüntette, a szerződésben meghatározott idő elteltétől számított további egy évig nem igazolható át.
- IV. A III. bekezdésben foglaltakat kell alkalmazni akkor is, ha a sportoló az átigazolását megelőzően az átvevő sportegyesülettel a sporttevékenység folytatására szerződést kötött, de az átigazolási kérelmét annak elintézése előtt visszavonja.

/8/

- I. Ha a szerződéses sportoló és a sportegyesület között vitás, hogy a sportegyesület a szerződésben vállalt kötelezettségét megszegte, illetőleg, hogy a szerződéses sportoló vagy a sportegyesület a szerződést jogellenesen szüntette meg, a jogvita eldöntéséig az átigazolás nem hajtható végre. Ez időszakban a versenyzési jog megítélésében a MASZ Fegyelmi Bizottsága illetékes.
- II. Az I. bekezdés szerinti jogvita eldöntésére a polgári bíróság az illetékes.

Különleges átigazolások

/9/

- I. Felsőoktatási intézmény nappali tagozatára felvett, vagy sorkatonai szolgálatra bevonult sportoló a /6/ fejezet I. bekezdés szerint igazolható át, illetve igazolható el a tanulmányok befejezése, vagy a leszerelés után.
- II. Szerződéses sportolók az I. bekezdésben meghatározott esetekben hozzájárulás és átigazolási díj nélkül igazolhatók tanulmányaik vagy katonai szolgálatuk idejére, de sportolói szerződésük - eltérő megállapodás hiányában - erre az időre szünetel.
A tanulmányok befejezése vagy a leszerelés után a szerződésük szerinti sportegyesületbe kell őket visszaigazolni.
- III. Amennyiben a felsőfokú oktatási intézménynek, illetve a honvédségnek atlétikai szakosztálya nincsen, és a szerződötetett sportoló sportegyesülete más helységben van, úgy a II. bekezdés szerint igazolható a felsőfokú oktatási intézmény, illetve a honvédség székhelyén lévő más sportegyesületbe.

/10/

- I. Sportegyesület, vagy egyesületi atlétikai szakosztály megszűnése esetén, valamennyi sportolójuk szabadon, térítés nélkül átigazolható.
- II. A sportegyesületek közötti megállapodás alapján egyik sportegyesület által a másik sportegyesület részére átadott szakosztály sportolóit - az átvevő sportegyesülettel kötött eltérő megállapodás hiányában - a szakosztály átadásának időpontjától a sportoló kérésére át kell igazolni az átvevő sportegyesületbe.
- III. Sportegyesületek, vagy sportegyesületi szakosztályok egyesülése esetén az egyesülő sportegyesületek, szakosztályok sportolóit - eltérő megállapodás hiányában - az egyesüléssel létrejövő, illetőleg az /5/ fejezet szerinti sportegyesületbe a sportoló kérésére át kell igazolni, az egyesülésnek az időpontjával.
- IV. A sportoló - a szerződéses sportoló kivételével - a szakosztály átadásának, illetve egyesülésének időpontjáig nyilatkozhat más sportegyesületbe történő átigazolásáról.

/11/

- I. Magyar atléta versenyzése külföldi egyesületben.

A MASZ a sportoló egyesülete kérésére meghatározott időre szóló rajtengedélyt ad külföldi egyesület színeiben történő indulásra. Válogatott kerettag esetében a MASZ fenntartja a jogot a válogatottban való szerepeltetésre. Az egyesület kikötheti a versenyzőinek a bajnoki versenyeken való részvételt. Végleges átigazolás esetén a magyar átigazolás szabályai érvényesek. Visszaigazolni is csak az említett szabályzat szerint lehet.

- II. Külföldi atléta versenyzése magyar egyesületben.

A versenyzőnek a MASZ-tól ideiglenes rajtengedélyt kell kapni. Ehhez szükséges az elengedő ország írásos engedélye és a befogadó egyesület kérése. Külföldi állampolgár egyéni bajnokságon nem vehet részt. Csapatbajnokságok során (ügyességi CSB, ifj. CSB) egy egyesület legfeljebb 3 külföldi állampolgárt szerepeltethet max. 5 versenyszámban. Váltóbajnokságon (kivéve: 4x100 és 4x400) váltóként 1-1 külföldi versenyző szerepeltetése engedhető meg. Hivatalos menekült státusszal Magyarországon élő versenyző számára, eredeti országos szövetségének engedélye nem szükséges. Ilyen versenyző a bajnoki versenyeken a magyar állampolgárokkal azonos jogokkal indulhat.

Ideiglenes tartózkodási engedéllyel Magyarországon élő versenyző a tartózkodási engedély kiadásától számított 6 hónap múlva nyeri el ugyanazon jogokat, mint a hivatalos menekült státusszal rendelkező versenyző. A hat hónapos türelmi időn belül csak olyan feltételekkel versenyezhet, mint az, aki ideiglenes rajtengedélyt kapott.

Az átigazolás pénzügyi feltételei

/12/

- I. Szerződéses sportoló a szerződés lejáratát után ugyanúgy átigazolható, mint a szerződés nélküli, kivéve azt az esetet, ha a szerződésben átigazolási díj van kikötve.

- II. Átigazolási díjat kell fizetni egy sportolóért akkor is, ha annak az átadó egyesülettel szerződése van és az átigazolás a szerződés idején belül történik. A díj nagyságát a szerződésben kell rögzíteni. A díjat az átvevő egyesületnek kell fizetni az átigazolás időpontjától számított egy hónapon belül. Ha a díj átutalása a határidőig nem történik meg, az átadó egyesület kérésére a MASZ érvényteleníti az átigazolást.
- III. A MASZ az átigazolási díjból nem részesül.
- IV. Az új igazolási, átigazolási szabályzat életbe léptetésével a korábbi nevelési költségtérítés rendszere megszűnik. A sportegyesületben eltöltött idő, valamint az elért sportteljesítmény függvényében a felmerülő nevelési költség kárpótlását a szerződésben kikötött esetleges átigazolási díj tartalmazhatja.

Egyéb rendelkezések

/13/

- I. Jelen szabály a MASZ Elnökségének jóváhagyásával, 1991. december 15-én lép életbe.
- II. A szabályzat alkalmazására a hatálybalépéssel egyidőben a MASZ ügyrendi tájékoztatót ad ki.
- III. A szabályzat hatálybalépésekor szerződésesnek minősülő sportoló szerződésének lejártakor vagy előbb csak közös megegyezéssel esetleg átigazolási díj ellenében igazolható más egyesületbe. Az átigazolási kérelem beadása után az átvevő és az átadó egyesületnek 15 napon belül meg kell egyezni az átigazolási díj nagyságában. Nézetkülönbség esetén a díjat a MASZ kijelölt bizottsága állapítja meg. Amennyiben ezt a döntést a tárgyaló felek nem fogadják el, a versenyző a szerződés lejártá után 6 hónappal szabadon átigazolható.
- IV. Tizenhárom évesnél fiatalabb sportoló sportegyesületi tagsági könyvvel és 6 hónappal nem régebbi orvosi engedéllyel a korosztályának megfelelő versenyeken igazolás nélkül indulhat.

Ügyrendi tájékoztató a 46. §-hoz

Az atléták igazolását és megyén belüli átigazolását általában az illetékes megyei tagszövetség, az igazolást/átigazolást tárgyi okokból elvégezni nem tudó tagszövetség esetében a MASZ végzi. A megyén/Budapesten kívüli átigazolásokat minden esetben a MASZ központilag adminisztrálja.

Igazolás (Nyilvántartásba vétel)

- (1) Az igazoláshoz 2 példányban kitöltött igazoló karton és Minősítési könyv szükséges. Az igazolás (nyilvántartásba vétel) a kartonok átvételével, a versenyzési jogosultságnak a Minősítési könyvbe történő bejegyzésével (pecsét, dátum) történik.
- (2) A kartonok egy példányát az igazolást végző megyei szövetség helyezze el az irattárba, a másik példányát a MASZ-nak küldje el a központi nyilvántartás céljából. Amennyiben a MASZ végzi az igazolást, a kartonok egyik példányát a központi nyilvántartásba helyezi el, a másik példányát elküldi az igazolást kérő egyesület megyei szövetségének.
- (3) Az igazolás időpontja a könyvbe beírt dátumtól érvényes.
- (4) Az igazoláshoz szükséges egységes kartonok előállításáról a MASZ gondoskodik. A megyei/budapesti szövetségek, illetve egyesületek ezeket a MASZ irodától vásárolhatják meg.
- (5) A teljes központi nyilvántartás érdekében a régi igazolásokat is meg kell újítani. A megújítási kérelem esetén az eljárás azonos az új igazolási kérelemnél követeltekkel.

A megújítás végző határideje: 1992. április 30.

1991. december 15. és 1992. április 30. között végrehajtott átigazolásoknál, az átvevő egyesületnek egyidejűleg az igazoló (nyilvántartó) kartont is ki kell állítani és a kettőt együtt kell az illetékes igazolást végző szövetséghez eljuttatni.

- (6) Az új igazolási eljárás a diák sportkörökre is vonatkozik. 1992. április 30. után diák sportolók MASZ által rendezett versenyeken csak atléta igazolással vehetnek részt.
- (7) Az igazolással kapcsolatos eljárási díjat vagy illetéket a feladatot ellátó megyei szövetség saját maga állapíthat meg.

(8) A MASZ azoktól a megyéktől (Budapesttől), akik az igazolás feltételeit nem tudják megteremteni, kérésre átvállalja az igazolás feladatát.

A MASZ-nál végzett igazolásokért az egyesületek eljárási díjat kötelesek fizetni:

- új igazolás eljárási díja 70,-Ft
- megújított igazolás eljárási díja 50,-Ft
- új igazolás eljárási díja diáksportköröknél 20,-Ft

A díj befizetése csekken történik. A igazoló szelvényt az igazolási kérelemhez bemutatás céljából mellékelni kell.

Átigazolás

- (1) Megyék/Budapest közötti átigazolás esetén a kitöltött átigazolási kartont két példányban a sportoló Minősítési könyvével együtt a MASZ-hoz kell küldeni jóváhagyásra. A MASZ csak olyan versenyző átigazolását hagyja jóvá, aki a központi nyilvántartásban mint igazolt versenyző szerepel.
- (2) A kartonok egy példányát a MASZ irattározza, a másik példányát elküldi az átvevő egyesület megyei szövetségének. Az átigazolás tényét a Minősítési könyvbe történő bejegyzéssel (pecsét, dátum) hitelesítik.
- (3) Az átigazolás időpontja a könyvbe beírt dátumtól érvényes. A felsőfokú intézmény nappali tagozatára felvett sportolónál az átigazolás legkorábbi időpontja a beiratkozás napja, katonáknál a bevonulás napja lehet.
- (4) Az átigazoláshoz szükséges egységes kartonok előállításáról a MASZ gondoskodik. A megyei/budapesti szövetségek ezeket a MASZ irodától vásárolhatják meg.
- (5) A MASZ a nyilvántartással összefüggő tevékenységekért, a költségek fedezésére átigazolási eljárási díjat állapít meg.

Ezek - első esetben 300,-Ft

- ugyanebben az évben második esetben 3 000,-Ft*
- az adott éven belül további átigazolások esetében 5 000-5 000,-Ft
- diák sportkörből diák sportkörbe 30,-Ft
- diák sportkörből egyesületbe 300,-Ft

* A (9) és (10) fejezetek alapján történő átigazolás eljárási díja 300,-Ft és nem érinti az évenként egy alkalommal igénybe vehető 300,-Ft-os átigazolást.

A díj befizetési csekken történik. Az igazoló szelvényt az átigazolási kérelemhez bemutatás céljából mellékelni kell.

- (6) Megyei hatáskörben végzett átigazolásoknál az eljárási díjat a megyei szövetség állapítja meg és ennek összege teljes egészében a megyei szövetséget illeti. A megyéknél végzett átigazolások második kartonját 15 napon belül a MASZ-hoz kell elküldeni.

Egyebek

A kartonokon az igazolás/átigazolás jóváhagyása sorába a következőket kell bejegyezni:

Dátum/nyilvántartási szám/aláírás/a szövetség pecsétja

A nyilvántartási számozás rendszere: *előszám-sorszám*

<i>Előszám:</i>		Heves megye	11
A MASZ-nál végzett igazolások/átigazolások:	1	Jász-Nagykun-Szolnok megye	12
Budapest	2	Komárom-Esztergom megye	13
Baranya megye	3	Nógrád megye	14
Bács-Kiskun megye	4	Pest megye	15
Békés megye	5	Somogy megye	16
Borsod-Abaúj-Zemplén megye	6	Szabolcs-Szatmár-Bereg megye	17
Csongrád megye	7	Tolna megye	18
Fejér megye	8	Vas megye	19
Győr-Moson-Sopron megye	9	Veszprém megye	20
Hajdú-Bihar megye	10	Zala megye	21

Sorszám:

Az igazolást végző szövetség 1-től növekvő sorszáma.

Pl. Csongrád megyében a 25.-nek beérkező igazolási kérelem nyilvántartási száma: 7-25.

idő: pont	Verseny neve rendezője, helyszíne	60 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	3000 m	váltó	gyalog- lás	60 m gát	magas	távol
FÉRFI VERSENYSZÁMOK												
jan. 7.	Csepel ugrósorozat OCS											
11.	KSI Ifjúsági és serdülő versenye OCS	X	X		X		X			IFJ.	X	
14.	Csepel ugrósorozat OCS											
15.	Bp. Honvéd-MASZ ugrósorozat OCS										X	
18	Pest m.felnőtt és ifjúsági nyílt v. PmASZ OCS	X			X		X					X
18	Téli serdülő „B” nyílt atlétikai játékok DUNAÚJVÁROS											
22	Bp. Honvéd-MASZ ugrósorozat OCS											
25- 26	Bp. serdülő „A” bajnokság BpASZ OCS	B	B	B	B	B	B	4x1kör B		B	B	B
26	UTE felnőtt és ifjúsági v. OCS	X	X	X		X				X	X	
febr. 1-2	Bp. felnőtt és ifjúsági bajn. BpASZ OCS	B B	B B	B B	B B	B B	B B	4x1 4x1		B B	B B	B B
5	Bp. Honvéd-MASZ ugrósorozat OCS											
8	Országos ifj. fedettp. bajn. MASZ OCS	B	B	B	B	B	B	B		B	B	B
8	FTC serdülő „B” verseny FTC futófolyosó	80 100								X		X
8	Téli serd.„B” nyílt atlétikai játékok. A versenykiírás szerint											
11- 12	Országos felnőtt fedettp. b. és TRICOTEX K. BS	B (T)	B	B (T)	B (T)	B	B (T)	4X400 B	B	B	B	B (T)
14	AUT – HUN fp. válogatott felnőtt rúddal Bécs	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X
18	Bp. Honvéd felnőtt verseny OCS	X		X		X						
22	Pestmegyei nyílt bajn. PmASZ OCS											
22	FTC serdülő „B” fedett verseny FTC futófolyosó	80 100								X		X
28 - márc. 1	Fedett Eb GENOVA	X	X	X	X	X	X	(+7pr)	X	X	X	X
7	Téli serdülő „B” nyílt atlétikai játékok Dunaújváros	80=13 100=14,15	300 m =13 é	15 é		1000				X	X	X

ályás versenynaptár

hármás	rúd	súly	60 m	200 m	4000 m	800 m	1500 m	3000 m	váltó	gyalog- lás	60 m gát	magas	távol	hármás	súly
NŐI VERSENYSZÁMOK															
	X														
X		SERD. 5 KG	X		X		X						X		X
	X														
	X														
			X	X		X		X			X	X		X	X

A versenykiírás szerint

	X											X			
B	B	B	B	B	B	B	B	B	4x1 kör B		B	B	B	B	B
X	X	X	X		X		X						X		
B B	B B	B B	B B	B B	B B	B B	B B	B B	4x1 4x1		B B	B B	B B	B B	B B
	X											X			
B	B	B	B	B	B	B	B	B	B		B	B	B	B	B
			80 100								X		X		

A versenykiírás szerint

B	B (T)	B	B (T)	B	B (T)	B	B (T)	B	4x400 B	B (T)	B	B (T)	B (T)	B	B
X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X
	X		X		X		X				X	X			

A versenykiírás szerint

			80 100								X		X		
X	X	X	X	X	X	X	X	X	(+5pr)	X	X	X	X	X	X
		X		300= 13,14	15 é		1000				X	X	X		X

FEDETTPÁLYÁS CSÚCSEREDMÉNYEK

Lezárva: 1991. március 31.

FELNŐTT

FÉRFIAK

60 m	6,65	Kovács Attila	Újpesti Dózsa	1984.
		Kovács Attila	Újpesti Dózsa	1985.
		Tatár István	Bp.Honvéd	1986.
200 m	20,84	Nagy István	Újpesti Dózsa	1985.
400 m	46,37	Molnár Tamás	NYVSC	1990.
800 m	1:46,79	Bereczki József	DVTK	1982.
1000 m	2:20,30	Banai Róbert	Újpesti Dózsa	1990.
1500 m	3:39,25	Knipl István	Bp.Honvéd	1985.
2000 m	5:02,98	Banai Róbert	Újpesti Dózsa	1990.
3000 m	7:48,81	K. Szabó Gábor	Bp.Honvéd	1986.
60 m gát	7,60	Bakos György	Újpesti Dózsa	1985.
magasugrás	227	Deutsch Péter	Építők	1990.
távolugrás	824	Szalma László	Vasas	1986.
rúdugrás	581	Bagyula István	Csepel	1991.
hármassugrás	17,25	Bakosi Béla	NYVSC	1988.
súlylökés	19,98	Dr. Ladányi Zsigmond	SZEOL	1988.
5 km gyaloglás	18:34,77	Urbanik Sándor	TBSC	1989.
hétpróba	6130 p.	Szabó Dezső	Újpesti Dózsa	1990.
4 x 400 m	3:20,13	BEAC-MAFC		1991.
		(Hegedűs,Végh,Rozgonyi, Somfay)		

NŐK

60 m	7,37	E.-né Juhász Erzsébet	Sz. MÁV-MTE	1988.
200 m	23,61	Orosz Irén	Újpesti Dózsa	1982.
400 m	52,29	Forgács Judit	TBSC	1987.
800 m	2:03,37	Szabó Erzsébet	Szeged	1989.
1500 m	4:07,88	Rác Katalin	Újpesti Dózsa	1988.
3000 m	8:55,99	Ágoston Zita	Bp.Honvéd	1988.
60 m gát	8,00	Siska Xénia	Vasas	1985.
magasugrás	199	Sterk Katalin	TBSC	1982.
távolugrás	665	Vanyek Zsuzsa	Építők	1986.
hármassugrás	13,06	Vanyek Zsuzsa	Építők	1990.
súlylökés	19,20	Horváth Viktória	BVSC	1989.
3 km gyaloglás	12:19,08	Ilyés Ildikó	Békéscsaba	1991.
ötpróba	4453 p.	Ináncsi Rita	Bp.Honvéd	1990.
4 x 180 m	1:29,0	MTK-VM		1991.
		(Bátori,Mátrai,Drommer,Fodor)		
4 x 200 m	1:39,38	MTK-VM		1991.
		(Fodor,Drommer,Bátori,Mátrai)		
4 x 400 m	3:53,91	MTK-VM		1991.
		(Drommer,Fodor,Mátrai,Bátori)		

IFJÚSÁGI

FÉRFIAK

60 m	6,76	Havas Endre	KSC	1983.
		Havas Endre	KSC	1984.
200 m	21,26	Havas Endre	KSC	1984.
400 m	47,61	Szalai József	Sz.MÁV-MTE	1980.
800 m	1:51,35	Czakó Péter	Bp.Honvéd	1985.
1500	3:44,3	Bereczki Zoltán	DVTK	1981.
3000 m	8:00,35	Káldy Zoltán	Újpesti Dózsa	1988.
60 m gát (99 cm)	7,98	Bágyi Róbert	GEAC	1985.
magasugrás	221	Társi Zoltán	TBSC	1980.
rúdugrás	540	Bagyula István	Csepel	1987.
		Bagyula István	Csepel	1988.
távolugrás	745	Makó György	DSI	1991.
hármassugrás	15,82	Czinger Zsolt	Újpesti Dózsa	1990.
súlylökés (6 kg)	18,14	Kóczyán Jenő	BEAC-MAFC	1985.
súlylökés (7,25 kg)	17,81	Kóczyán Jenő	BEAC-MAFC	1986.
5 km gyaloglás	20:07,00	Kirszt Károly	KBSK	1988.
4 x 400 m	3:22,30	NYVSC		1991.

(Kovács,Lipcsei,Metzner,Széles)

NŐK

60 m	7,58	Faragó Emese	Bp.Honvéd	1977.
200 m	24,70	Antók Zsófia	Bp.Honvéd	1988.
400 m	53,88	Bátori Noémi	KSI	1988.
800 m	2:04,76	Bálint Mónika	V.Ikarus	1988.
1500 m	4:22,06	Ágoston Zita	DKSE	1983.
3000 m	9:35,9	Javos Anikó	VIDEOTON	1990.
60 m gát	8,35	Csehi Andrea	RÁBA-ETO	1983.
magasugrás	186	Kovács Judit	DMTE	1987.
távolugrás	639	Ináncsi Rita	Bp.Honvéd	1990.
hármassugrás	12,32	Németh Réka	Soproni SE	1991.
súlylökés	15,17	Stefanovits Mónika	Gyula	1988.
3 km gyaloglás	13:24,2	Szászi Beáta	SZVSE	1991.
ötpróba	4453 p.	Ináncsi Rita	Bp. Honvéd	1990.



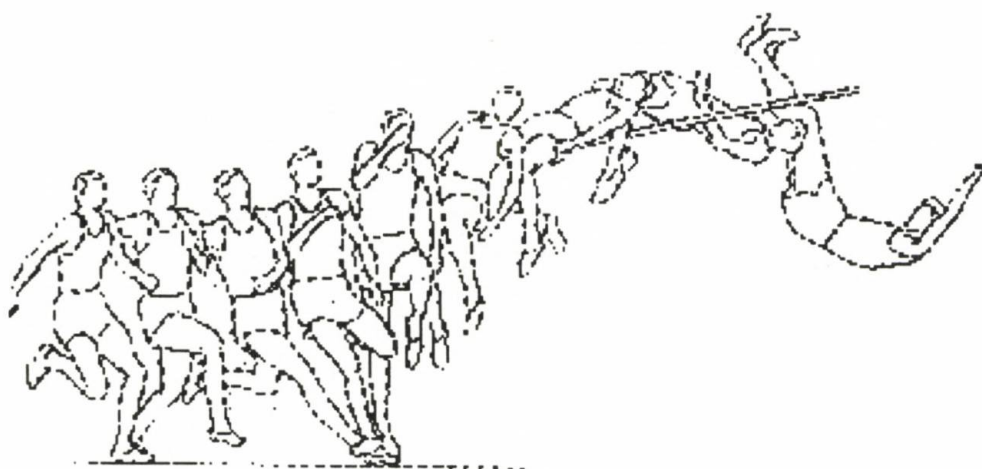
SERDÜLŐ

FIÚK

60 m	6,76	Havas Endre	66	KSC	1983.
200 m	21,72	Havas Endre	66	KSC	1982.
400 m	49,14	Kiss László	73	DVTK	1990.
800 m	1:55,6	Nagy Béla	66	Gyula	1983.
1500	3:53,2	Hegedűs József	63	KASI	1980.
3000 m	8:29,7	Hegedűs József	63	KASI	1980.
5 km gyaloglás	21:44,0	Vozár Attila	74	Békéscsaba	1991.
60 m gát (99 cm)	8,33	Téglási József	71	NYVSC	1988.
magasugrás	212	Kovács István	73	Sz.MÁV-MTE	1990.
rúdugrás	530	Bagyula István	69	Csepel	1986.
távolugrás	709	Gáspár László	71	Vasas	1988.
		Makó György	73	DMTE	1990.
hármassugrás	15,20	Czinger Zsolt	71	KSI	1988.
súlylökés (5 kg)	17,16	Bodnár Imre	73	DSI	1990.

NŐK

60 m	7,58	Faragó Emese	60	Bp.Honvéd	1977.
200 m	24,9	Gazdag Zsuzsa	64	MTK-VM	1981.
400 m	55,58	Bátori Noémi	70	KSI	1987.
800 m	2:07,76	Bálint Mónika	70	Ikarus	1987.
1500 m	4:27,50	Javos Anikó	71	DKSE	1988.
3000 m	9:53,1	Javos Anikó	71	DKSE	1988.
3 km gyaloglás	13:56,48	Szabó Andrea	72	Békéscsaba	1989.
60 m gát (76 cm)	8,61	Bartha Angéla	59	SKSE	1976.
magasugrás	181	Rácz Ágnes	74	Sz.MÁV-MTE	1991.
távolugrás	616	Ináncsi Rita	71	KSI	1988.
hármassugrás	12,32	Német Réka	75	Soproni SE	1991.
súlylökés	14,93	Takács Mária	66	FTC	1983.



VERSENYKIÍRÁSOK

A Magyar Köztársaság 1992. évi ifjúsági fedettpályás bajnoksága

1. A bajnokság célja:

A bajnoki címek eldöntése, a téli felkészülés felmérése

2. Időpont és helyszín:

1992. február 8. (szombat) Olimpiai Csarnok

3. Versenybíróóság:

elnök: Giczei Csaba,
helyettes: Simonyi Tibor,
technikai helyettes: Petrillák Gábor,
titkár: Jeszenszky Lászlóné,
Rózsa Istvánné

4. Résztvevők:

A bajnokságon a sportegyesületek előzetesen benevezett ifjúsági (1973-74), és serdülő „A” (1975-76) versenyzői vehetnek részt.

5. Nevezési határidő:

1992. január 31.

6. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a „Magyar Köztársaság 1992. évi országos ifjúsági fedettpályás bajnoka” címet. Az I-III. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.

7. Egyéb:

A versenyzők csak egy közép- v. hosszútávfutószámban indulhatnak.

IDŐREND

10,00	60 m gát fiú ef., súlylökés leány, hármassugrás fiú, rúdugrás
10,15	60 m gát leány ef.
10,30	60 m gát fiú ef.
10,50	60 m leány ef., súlylökés fiú
11,20	60 m gát fiú döntő
11,30	60 m gát leány döntő
11,40	60 m fiú döntő, magasugrás fiú
11,50	60 m leány döntő
12,00	400 m fiú if., távolugrás leány
12,20	400 m leány if.
12,40	800 m fiú if.
12,55	800 m leány if.
13,10	200 m ffi ief.
13,35	200 m női ief., távolugrás fiú
14,00	1500 m fiú if.
14,20	1500 m leány if.
14,30	magasugrás leány
14,40	200 m fiú A-B döntő
14,50	200 m leány A-B döntő
15,00	3000 m fiú if.
15,20	hármassugrás leány
15,30	3000 m leány if.
15,50	4x1 körös váltó fiú
16,10	4x1 körös váltó leány

A Magyar Köztársaság 1992. évi felnőtt téli dobóbajnoksága

1. A bajnokság célja:

A téli dobó bajnoki címek eldöntése

2. Időpont és helyszín:

1991. február 11. (kedd), Népstadion dobópálya

3. Versenybíróóság:

elnök: Gál László
helyettes: Petrillák Gábor
technikai helyettes: Rózsa István
titkárok: Verseczy Zoltán, Baráth Béla

4. Nevezés:

A versenyszám kezdete előtt legkésőbb 30 perccel a helyszínen.

5. Díjazás:

Az első helyezettek elnyerik a „Magyar Köztársaság 1992. évi felnőtt téli dobóbajnoka” címet. Az I-III. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.

Eredményhirdetés 1992. február 11-én délután a fedett OB keretében, a Budapest Sportcsarnokban.

6. Egyéb:

- Öltözési lehetőség az Olimpiai Csarnok öltözőjében
- A bajnokságért a fedettpályás felnőtt bajnokságra megállapított pontokat kapják a szakosztályok.
- A fiatalok a rájuk vonatkozó versenyzési szabályok szerint indulhatnak.

IDŐREND

11,00	diszkoszvetés női
	gerelyhajítás férfi
22,00	diszkoszvetés férfi
12,30	gerelyhajítás női
13,30	kalapácsvetés

A Magyar Köztársaság 1992. évi felnőtt fedettpályás bajnoksága

1. A bajnokság célja:

A bajnoki címek eldöntése, és válogató verseny a fedettpályás Európa-bajnokságra.

2. Időpont és helyszín:

1992. február 11-12. (kedd-szerda), Budapest Sportcsarnok

3. Versenybíróság:

elnök vers. ig.: Gál László
helyettes: Petrillák Gábor
technikai helyettes: Rózsa István
titkárok: Verseczy Zoltán, Baráth Béla

4. Nevezési határidő:

1992. február 7. péntek

5. Versenyszámok:

férfiak: 60 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 4x400 m, 60 m gát, magasugrás, távolugrás, hármasugrás, rúdugrás, súlylökés, 5 km gyaloglás

nők: 60 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 4x400 m, 60 m gát, magasugrás, távolugrás, hármasugrás, súlylökés, 3 km gyaloglás

A verseny második napja egyúttal a TRICOTEX Kupa versenye is.

6. Díjazás:

A bajnokság győztese elnyeri a „Magyar Köztársaság 1992. évi fedettpályás bajnoka” címet. Az I-III. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.

7. Egyebek:

A versenyen - mivel külföldiek indulása is várható -, a magyar bajnoki cím és sorrend (1-6.) eldöntése érdekében - a versenyszabályok adta lehetőségeken belül - „A” és „B” (esetleg „C”) döntőket, időfutamokat rendezünk. Távolugrásban nagy létszámú nevezés, ill. jelentkezés esetén „B” versenyt rendezünk. Mindkét távolugró számra (ffi-női) a jelentkezési határidő február 12-én 14,00 óra! Szükség esetén a „B” csapat versenye 15,15-kor kezdődik. Erről a döntés a jelentkezés lezárása után történik. A versenyzők besorolása az „A”, ill. „B” csoportba az addigi fedett ranglista alapján történik. Gyaloglásban a felnőtt és ifjúsági bajnokság együtt kerül megrendezésre. Meghívásra kerül a nyári ranglista alapján a legjobb 12 felnőtt és legjobb 12 fiatalok férfi-női versenyző. A jelentkezés lezárása mindkét nap 90 perccel az 1. if. előtt. A futamok beosztása a határidő lezárása után történik.

* * *

Jelentkezési határidő:

- a versenyszámok kezdete előtt 90 perccel.
- kivétel tehát:

férfi-női távol:	febr. 12.	14,00
férfi gyaloglás:	febr. 11.	13,30
női gyaloglás:	febr. 12.	14,30

Magasságemelések:

férfi magas: 190-195-200-210-214-218+3 cm
női magas: 165-170-175-180-184-187-190+2 cm
rúdugrás: 450-470-490 + 10 cm

IDŐREND

1. nap OB

15,00	5 km ffi gyaloglás 1. if. súlylökés női (Olimpiai Csarnok)
16,00	60 m gát női if. hármasugrás ffi súlylökés ffi (Olimpiai Csarnok)
16,15	60 m gát ffi if.
16,30	5 km ffi gyaloglás 2. if.
17,00	60 m gát női döntő
17,10	60 m gát ffi döntő
17,20	800 m női if. magasugrás ffi
17,30	hármasugrás női
17,40	200 m női if.
17,55	200 m ffi if.
18,10	3000 m női if.
18,25	1500 m ffi if.
18,40	200 m női döntő
18,50	200 m ffi döntő

2. nap, OB-TRICOTEX Kupa

16,00	3 km gyaloglás női 1. if.
16,45	Ünnepélyes megnyitó
17,00	60 m női if. rúdugrás távolugrás női
17,15	60 m ffi if.
17,30	3 km gyaloglás női 2. if.
18,00	60 m női döntő
18,10	60 m ffi döntő
18,20	magasugrás női
18,30	800 m ffi if. távolugrás ffi
18,45	400 m ffi if.
19,00	400 m női if.
19,15	1500 m női if.
19,30	3000 m ffi if.
19,50	4x400 m ffi if.
20,05	4x400 m női if.
20,15	A TRICOTEX Kupák átadása



R-COMP KERESKEDELMI KFT
BUDAPEST, 1022 BIMBÓ UT 15
TEL: 135-9194, 115-1294, 115-8494, 135-9705
FAX: 136-2250

LaserJet IIIp



I WANT



I CAN



adidas
TORSION

Önnek megvan az ereje, a kondíciója és maga el akarja érni a legjobbat. Az ADIDAS Önnek dolgozta ki legújabb sportcipőjét, az ADIDAS Torsiont. A cipő, ami a lábbal együtt mozog, védi és tartja a lábat, tehermentesíti és segíti annak mozgását, energiát takarít meg Önnek és ezáltal eredményesebbé teszi a teljesítményt. Ez az ADIDAS Torsion.

