

10-515

31

ATLÉTIKA

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA
36. ÉVFOLYAM 1. SZÁM 1992. JANUÁR ÁRA: 50,-Ft



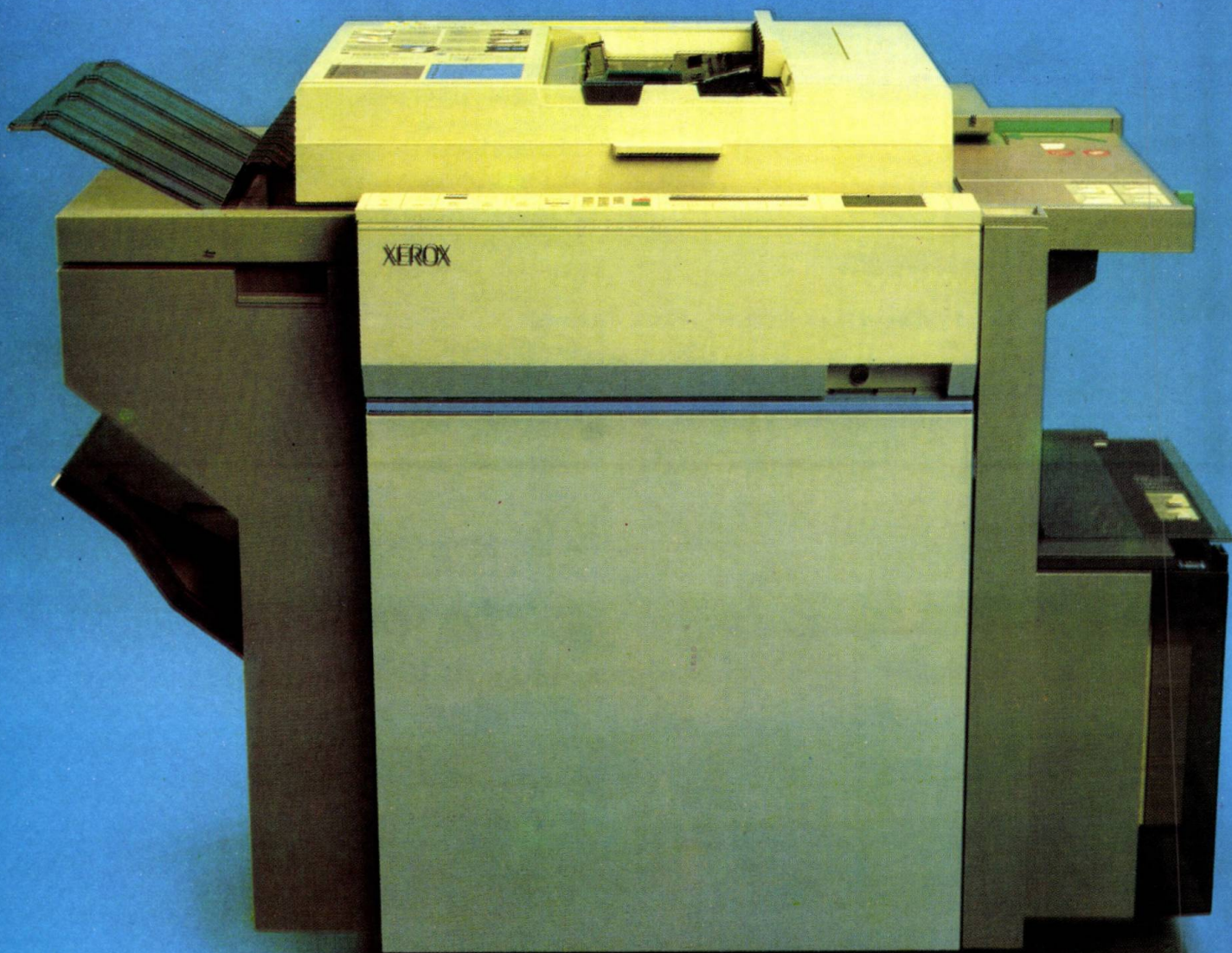
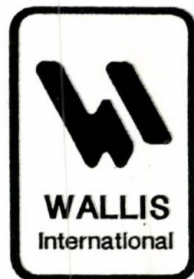
RANK XEROX

WALLIS INTERNATIONAL

BUDAPEST, 1025 KONDORKERT U. 1-3

TEL: 176-7354, 176-7554

FAX: 135-1193.



Tartalom

Új-régi ember a főtítkári székben.....	1
FELNÖTT SZAKMAI PROGRAM az 1992-es év fő feladataihoz	4
AZ 1991. ÉVI 50-ES RANGLISTA Nők	10
Aki beugrott a történelembe	19
Ők mondták.....	22
DOPPING.....	22
Az orvos mondja	24
Magasan szárnyalt a griffmadár	25
Simek Ferenc (1908-1991).....	27
Németh Javelins verseny Kecskeméten	28
Javaslat a gerelyhajítás érvényességének elbírálását előíró szabály kiegészítésére, illetve módosítására	29
Az ózdi gyalogló lányok jubileuma.....	30
A versenygyaloglás rövid története.....	31
Mindenféle.....	33
Szakirodalmi tallózó	35

Címlapfotó: Németh Miklós a Német Javelins verseny legjobbjainak körében.

Terjeszti 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-ban is megrendelhető.

Előfizetési díj: egy évre 600,-Ft.

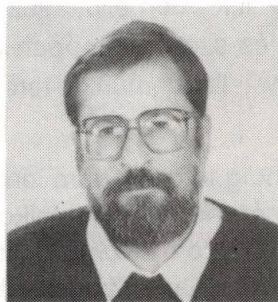
ATLÉTIKA

36. évfolyam 1. szám 1992. január

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

ÚJ-RÉGI EMBER A FŐTITKÁRI SZÉKBEN



Pignitzky Péter. Van aki e nevet nem ismeri? Bizonyára sokan. De ezek nem lehetnek otthonosak sportágunk házatáján. Akik pedig már az atlétika berkein belülinek tartják magukat és mégsem cseng fülükben ismerősen ez a név, azok bizonyára a fiatalabb korosztályt képviselik.

Pignitzky Péter a MASZ új főtítkára, a régi-új szövetségi ember, a versenyrendezői, versenybírói gárda közismert alakja, különböző állásokban és tisztségekben régóta szolgálja atlétikánk ügyét.

Az elmúlt év végefelé leköszönő Facskó István helyébe lépő új főtítkárt eddigi pályafutásáról, terveiről s mindenféle egyébéről faggattuk.

– Többek részéről is elhangzott olyan vélemény, hogy van már egy "szakmai" elnökünk, minek mellé egy "szakmai" főtítkár is. Hasznosabb lett volna, ha egy menedzser típusú ember tölti be ezt a pozíciót.

+ Tökéletesen igazuk van az így vélekedőknek. De azért nem reménytelen a helyzet. Annak ellenére, hogy elsősorban a sportág szakmai belügyeiben, s a szervezés területén érzem magam otthonosan, a marketing munkába, a menedzseri teendőkhöz is igyekszem beletanulni. Máris nekikezdünk egy külső tagokból álló marketing csoport megszervezésébe, amelynek munkáját - mellékállásban - Verb Mihály fogja koordinálni. Máris beszámolhatok egy konkrét eredményről: a Mercury Kft révén a salgótarjáni illetőségű CO-MARK Német-Magyar Vegyesvállalat három millió forinttal támogatja a MASZ-t.

– Jól ismered hivatali elődödet, úgy tudom nagyra tartod őt és elismered itt végzett munkáját. Mégis, mit kívánsz majd másképp csinálni?

+ Valóban elismerésre méltó Facskó Pista főtítkári tevékenysége. Csak írtó pechje volt, mert a lehető legrosszabb időszakban vehette át kinevezését, hiszen pont ekkor zúdult a szövetségre az a nagy önállóság, s Kaszás Ferenc elnök is hamar vette a kalapját. Senki nem rendelkezett kellő tapasztalattal az új szituáció kezelésére. Óriási gondot jelentett, hogy a megszokott rendes évi állami támogatás csökkenésével egyre több pénzt kellett önerőből előteremteni. Aztán egy revizori vizsgálat szá-

kadt a szövetség nyakába, amely egy sor szabálytalanságot állapított meg, de az is kiderült, hogy egyetlen jogtalan fillér sem került "saját zsebbe". Meggyőződésem, hogy a szabálytalanságokat az új helyzet rendezetlensége, s nem utolsó sorban a folyamatos napi munka kényszere szülte.

De nem is ez volt a kérdés. Azt tervezem, hogy a MASz Iroda pontosan, korrekten fog működni, fegyelmezetten betartjuk a határidőket, időben eljuttatjuk a szükséges információkat, egyszerűen megpróbáljuk minden eddiginél jobban és szervezettebben irányítani a sportágot. Szerencsére elég sok tapasztalatom van az adminisztratív jellegű munka terén.

– *Versenyzői múlt?*

+ Amióta az eszemet tudom, mindig futó akartam lenni. Már 12-13 éves koromban megpróbáltam edzésre jelentkezni, de akkoriban még nemigen foglalkoztak ilyen korú gyerekekkel a szakosztályban. Végül is 14 évesen, Balogh Lajos, egykori távolugró bajnok és csúcstartó, családunk régi barátja vitt le a Vasas pályára, ahol Kismartoni Karcsi bácsi vett pártfogásába és - lévén jó hosszú lábaim - mindenáron magasugrót akart faragni belőlem. Ám rövidesen kiderült, ebben a vesényszámban nemhogy a nemzetközi élvonalnak, de a hazai harmadik garnitúrának sincs félnivalója tőlem, s rövidesen Harsányi Gusztáv közép-, hosszútávfutó csoportjában találtam magam. Később Paulinyi Jenő kezei alá kerültem. Jenő bácsi - aki egyébként a testnevelő tanárom is volt - nagy hatást tett rám, azóta is őt tekintem edzői és tanári példaképemnek. A későbbiek során dolgoztam Szabó Jánossal, Juhász Bélával, a TFSE-ben Molnár Sándorral, majd visszatérve a Vasasba, Tóth Bélával. Legtöbbször öt- és tizezren álltam rajthoz, s hétszer a maratont is lefutottam.

– *Jó-jó, de végül is milyen futó voltál?*

+ Jó erős másodosztályú!

– *Vannak olyan sportági szakszövetségek, ahol az elnök a főnök, másutt a vezető edző, a szövetségi kapitány vagy a főtitkár az "erős ember". A MASz-ban milyen "hatalomelosztásra" van kilátás?*

+ Nálunk egyértelműen az elnök tartja kézben az ügyeket. De sietve hozzáteszem, hogy nem autokrata módon, hanem demokratikus módszerekkel igyekszik érvényt szerezni elképzeléseinek. Egyébként az a véleményem, hogy mindenki a saját területén legyen "erős".

– *Mivel foglalkoztál mielőtt elfoglaltad ezt a pozíciót?*

+ Röviden: a TF elvégzése után a Batthyány utcai általános iskolában tanítottam, majd 1977 nyarán Mindszenty János hívására a szövetség utánpótlás szakfelügyelője lettem. Később, két éven át én voltam az általános szakfelügyelő. 1983 végén hirtelen felmondtam és otthagytam a MASz-t.

– *Miért e sietség?*

+ Hogy is mondjam finoman? Szóval, etikai fenntartásaim voltak az akkori utánpótlás vezető edzővel szemben.

– *Hogyan tovább?*

+ Az OTSH Szabadidősport osztályára kerültem, ahol tömegsportversenyek, azon belül is elsősorban futóversenyek szervezése volt a feladat. Testhezálló feladat volt, de túl soknak találtam a bürokratikus ügyintézt, úgyhogy 1985-ben az első hívó szóra elmentem a TF Továbbképző Intézetébe, ahol külsősként már korábban is én foglalkoztam az atlétaedzők középfokú oktatásának szervezésével.

– *A TF-ről jut eszembe: jó párszor megfordultam hivatali szobádban, ahol szétdobált melegítő, törülközők, trikók, nadrágok képe fogadott. Rendetlen ember vagy?*

+ Inkább úgy mondanám, hogy lezser. De a rendet is szeretem. Tehát ellentmondásos ember vagyok e tekintetben. Például most, amikor visszatértem a szövetségbe, első teendőim közé tartozott, hogy felhívtam kollégáim figyelmét: rakjanak rendet szobáikban. Lehet, hogy "főnöki" mi voltom hozta ki belőlem az igazi énemet?

- *A nem fővárosi edzőkkel, versenyzőkkel, szakvezetőkkel beszélgetve, évek óta a "vidék panaszát" hallom. Hogy látod ezt a kérdést?*

+ Nem teljesen alaptalanok ezek a sirámok. De azt is látni kell, hogy ez nem kizárólagosan atléta- vagy sportspecifikus kérdés. Az élet egyéb területein is hasonló a helyzet, a fővároscentrikus szemlélet másutt is érezteti kedvezőtlen hatását. A magam részéről úgy kívánok segíteni a helyzeten - amint azt a pályázatomban leírtam és a személyes meghallgatás során is elmondtam -, hogy országjáró főtitkár szeretnék lenni. Ezt egyébként a munkatársaimtól is el fogom várni, mert csak a gyakori személyes kapcsolatok révén lehet igazán érzékelni a gondokat, csak így tudunk hathatós megoldásokat találni a problémákra. A vidéket már csak azért is megkülönböztetett figyelemmel kell kísérni, mert az utóbbi időben elsősorban ők szolgáltatták a magyar atlétika bázisát.

- *Család?*

+ Facskó Pistával sokat "húztuk" egymást, hogy hogyan lehet valakinek három lánya. Azóta náluk megszületett a negyedik is, mi pedig úgy tűnik megmaradunk már a háromnál. A két nagyobbik gyerek a TFSE-ben atlétizálgat, a kicsi pedig az OSC-ben siel. A feleségem, Lugos Ilona, válogatott gerelyhajító volt. Jelenleg a Vörösmarty gimnáziumban testnevelő tanár, s óraadóként népi táncot oktat a TF-en.

- *Mi a véleményed az Atlétikáról?*

+ Az utóbbi időben a sportág vezetésében bekövetkező zűrés időszak ellenére, mind tartalmában, mind pedig küllemében sokat fejlődött. A legutóbbi elnökségi ülésen felmerült, hogy egy szerkesztőbizottságot kellene életre kelteni a lapkészítés megsegítése érdekében. A legnagyobb problémát ott látom, hogy nem jut el mindenhová, ahol lenne rá igény és érdeklődés. Tehát a terjesztés terén kellene előbbre lépni. Ha lenne kellő számú előfizető, megszűnnének a kiadás anyagi problémái.

- *A közelmúltban a külügy két prominens személyiségét avval az indokkal menesztették, hogy nem tudnak angolul...*

+ Ne is folytasd! Ez nekem is gyenge pontom. Már neki is fogtam, hogy angol nyelvtudásomat megfelelő szintre fejlesszem (mert egy kicsit azért tudok). Be kell látni, hogy a mai világban angoltudás nélkül már nem boldogul az ember. (Az persze más dolog, hogy az említett külügyeseket nem feltétlenül e hiányosságuk miatt mozdították el a helyükről.) Egyébként németül elég jól beszélek.

- *Vannak olyan ambícióid, hogy megkaparints valamilyen funkciót az atlétikai élet valamelyik nemzetközi szervezetében?*

+ Látod, ezen még nem is gondolkodtam. Egyelőre az a gondom, hogy miképp kapcsolódjak be a hazai sportélet vérkeringésébe. A többit majd később meglátjuk...

- *Befejezésül kérek egy sztorit!*

+ Hm... Van egy történetem, amitől senki sem fogja majd a hasát a nevetéstől, de talán érdekes. Hogyan is lettem főtitkár? A lap szerkesztője egyik reggel a TF szaunájában azt ötlötte ki, hogy vállalkaj el egy interjúsorozat elkészítését, mert (csakis őszerinte) elég jó tollam van. Én ráálltam, s közösen úgy döntöttünk, hogy az első "áldozatom" Mátraházi Imre, a szövetség akkori megbízott főtitkára legyen. Szívesen vállalkoztam az anyag elkészítésére, hiszen régi ismeretség és munkakapcsolat fűzött hozzá. A meglehetősen oldott hangulatú beszélgetés során (egy üveg whyskit is felbontottunk), egyszers csak azt kérdi Imre: - Te miért nem adod be? - Mit? -kérdem én. - Hát a főtitkári pályázatot! S ekkor egy hosszú beszélgetés kezdődött, én felsorakoztattam aggályaimat, fenntartásaimat, ő pedig arról győzködött, hogy miért én lennék a jó megoldás.

Szegény Imre, ha ne adj'isten befuccsolnék, mennyi szemrehányásnak kellene elébe néznie...

kapé



FELNÖTT SZAKMAI PROGRAM

az 1992-es év fő feladataihoz*

I. Célkitűzések

- A kijelölt olimpiai csapat és keret felkészülésének, az eredményes szereplés feltételeinek maximális megoldása.
- Az olimpia utáni időszakra beérő fiatalok felkészülésének és versenyeztetésének támogatása.
- Eredményes szereplés az olimpiai játékokon. Célkitűzés: az előző játékokon elért helyezéseknél (pontszámoknál) jobb teljesítmény elérése. Megítélésünk szerint esélyes versenyzőink vannak arra, hogy elérjük (1-8. helyezéssel számolva) a 15-20 pont közötti teljesítményt és optimális esetben éremszerzésre is van esélyünk.
- A fedettpályás Eb-n lehetőséget kell adni az olimpiára készülőknek, hogy ha felkészülésük részeként szükséges, és megfelelő formában vannak, indulhassanak a versenyen. Távlati megfontolásból fiatalok indulását is tervbe vettük. A konkrét elvárásokat a csapatösszeállítás után határozzuk meg.
- Az IAAF által rendezendő szakági vb-ken (távfutások) abban az esetben veszünk részt, ha a költségek nem terhelik a MASZ-t, illetve a részvételre érdemesek a tisztes helytállás reményével állhatnak rajthoz.
- A fiatalok eredményes szereplése a cél a két kiemelkedő eseményen: a junior EK-n a közvetlen felnőtt utánpótlás kap komoly nemzetközi megméretésre, tapasztalatszerzésre lehetőséget, az ifjúsági vb-n pedig a tisztes helytállás célja mellett, az IAAF-kontingens adta lehetőségen belül törekedni kell arra, hogy minél több, távlatban is tehetségesnek tűnő fiatal jusson ki Szóulba.
- A különböző korcsoportú válogatott viadalok fő célja, hogy segítsék a fő versenyekre való felkészülést, illetve lehetőséget nyújtsanak a hazai élvonal részére nemzetközi megméretésre.
- Az 1992-es év céljai között az említetteken kívül fontos helyet kell, hogy kapjon a hazai atlétikai bázisok működése, megmaradása, illetve a versenyzői létszám és minőség csökkenésének

megállítása. E célnak megvalósulása (a megvalósítás megkezdése) az országos és helyi (társadalmi-gazdasági) erők bevonásával képzelhető csak el.

II. Feladatok

- Az olimpiára készülő versenyzők részére biztosítani kell a lehetőségekhez mért optimális feltételeket.
- A szélesebb élvonal (válogatott jelöltek) felkészülését segíteni kell, de ez csak a szakosztályok és a szövetség összefogásával valósítható meg.
- A kontinentális ifjúsági bajnokságokon jól szerepeltek felkészítésének segítésére módot kell találni.
- Az eddigi gyakorlat folytatásaként a szakosztályoknak törekedniük kell arra, hogy válogatott kerettag versenyzőiknek, tehetséges fiataljaiknak megfelelő felkészülési lehetőséget biztosítsanak. Az anyagi erők értelmes koncentrációja érdekében adott esetben szükséges a minőségi szelektálás.
- A kiküldetési szinteket úgy kell megállapítani, hogy azok teljesítése lehetőséget adjon döntős helyezések elérésére, illetve korai csapathirdetés a kijutásra esélyesek részére ne legyen korai csúcsteljesítményre kényszerítő.
- A válogatási elveknek tartalmazniuk kell a válogatott csapatokba kerülés feltételeit. Az olimpiai játékokon való indulásra a szövetségi kapitány előterjesztése alapján a MASZ Elnöksége tesz javaslatot a MOB felé. A fedett Eb-n és az ifjúsági vb-n induló csapatot a két felelős szakmai vezető (szövetségi kapitány, utánpótlás vezető edző) javaslata alapján a MASZ Elnöksége hagyja jóvá. A többi eseményen részt vevők kijelölése a szövetségi kapitány (up. vezető edző) hatáskörébe tartozik.
- Az olimpiai csapat és keret részére biztosítani kell a felkészülés megengedett orvosi feltételeit.
- A doppingellenőrzés eddigi módját ki kell terjeszteni egész évre.
- Az 1992. évi nemzetközi feladatok megoldására csak olyan versenyzők kerülhetnek válo-

* Összeállította: Mérei László szövetségi kapitány. Az anyagot 1991. november 29-én tárgyalta a MASZ Edzőbizottsága. Az elnökség jelen formájában a december 10-i ülésén fogadta el a programot.

gatasra, akik hajlandók a cél- és főfeladatok érdekében esetleges pillanatnyi érdekeiket is alávetve dolgozni.

III. Kiemelt nemzetközi és hazai versenyek

febr.14. Ausztria-Magyarország fedettp.felnőtt válogatott viadal (Bécs)

febr.28 - márc. 1. Fedettpályás Európa-bajnokság (Genova)

márc.21. Mezei világbajnokság (Boston)

ápr.5. Magyaro. – Cseh és Szlovákia SzK – Lengyel-o. – Románia – Nagy-Britannia – Íro. – Ukrajna női (10km) és Magyaro. – Románia – Nagy-Britannia – Íro. férfi (50km) felnőtt válogatott gyalogló viadal (Békéscsaba)

ápr.26. Cseh és Szlovák SzK – Magyaro. – Nagy-Britannia – Svédo. – Görögo. – Norvégia – Lengyel-o. női (10km) és férfi (50km) felnőtt válogatott gyalogló viadal (Dudnice)

máj.9-10. Országúti váltófutó világbajnokság (Madeira)

jún.5. Nagy-Britannia – Olaszó. – Magyaro. felnőtt ugró-dobó válogatott viadal (Sheffield)

jún.13. Magyaro. – Cseh és Szlovák SzK – Wales felnőtt válogatott viadal (???)

júl.18-19. Junior EK ffi:Bulgária – Görögo. – Magyaro. – Portugália – Románia – Svédo. – Cseh és Szlovák SzK – Jugoszlávia (Ville d Asq) női:Spanyolo. – Nagy-Britannia – Németo. – Magyaro. – Olaszó. – Románia – Cseh és Szlovák SzK – Szovjetunió (Gateshead)

júl.21. Cseh és Szlovák SzK – Görögo. – Magyaro. válogatott viadal (17 évesek számára) (Nyitra)

júl.26. Olaszó. – Franciao. – Magyaro. felnőtt válogatott viadal (Szardínia)

júl.26. Magyaro. – Románia válogatott viadal (19 évesek számára) (Nyíregyháza)

júl.31 - aug.9. Olimpiai játékok (atlétika) (Barcelona)

aug.22. Cseh és Szlovák SzK – Görögo. – Spanyolo. – Lengyel-o. – Portugália – Románia – Izland – Oroszo. – Magyaro. felnőtt válogatott dobóviadal (Nyitra)

szept.12. Szlovénia – Cseho. – Szlovákia – Horváto. – Bécs-Budapest felnőtt válogatott viadal (Ljubljana)

szept.15. Ifjúsági világbajnokság (Szöul)

szept.19. Magyaro. – Szlovákia – Románia – Íro. – Ukrajna ifjúsági válogatott gyalogló viadal (Balassagyarmat)

szept.20. Félmaratoni világbajnokság(Tyneside)

Tárgyalás alatt:

aug.9. Olaszó. – Nagy-Britannia – Szovjetunió – Magyaro. válogatott viadal (19 évesek, vagy 22 évesek részére) (Olaszó.)

Hazai bajnokságok:

febr.8. Ifjúsági fedettp.bajnokság MASZ Bp.(OCS)

febr.11-12. Felnőtt fedettp.bajnokság MASZ Bp.(BS)

febr.11. Téli dobó bajnokság MASZ Budapest

márc.14. Maratoni bajnokság MASZ-Szeged Szeged

márc.28. Mezei bajnokság MASZ Dunakeszi

ápr.5. 50 km ffi gyalogló bajnokság és fiataalk. hosszútávú gy. MASZ-Bcs Bcsaba

ápr.25. Félmaratoni bajnokság (feltételes) Hunyadi DSK

máj.10. felnőtt ffi 20 és női 10 km gyalogló bajnokság MASZ – Ózd Ózd

máj.16. Felnőtt, junior és ifj. 10.000 m-es b. MASZ Bp.

máj.16-17. Országos főiskolás bajnokság MDSZ Budapest

máj.24-25. Országos váltóbajnokság MASZ Budapest

máj.30-31. Országos vidékbajnokság MASZ Zalaegerszeg

jún.13-14. Ifjúsági Ügyességi CSB MASZ Budapest

jún.20-21. Junior pályabajnokság MASZ Budapest

júl.3-5. Serdülő „B” többpróbabajnokság MASZ Budapest

júl.4. Junior ffi 20, női 10 km-es gyal.b. MASZ-Szeged

júl.11-12. Ifjúsági és serdülő „A” bajnokság MASZ Budapest

aug.8-9. Ifjúsági és serd „A” többpróba b.MASZ Budapest

aug.14-15. Felnőtt egyéni bajnokság MASZ Budapest

aug.29. Junior 35 km-es gyal.bajn. MASZ-Bcs Bcsaba

aug.29-30. Felnőtt és junior többpróba b. MASZ Budapest

szept.12-13. Serdülő „B” egyéni bajnokság MASZ Budapest

szept.19. Fiataalkorúak gyalogló CSB Balassagyarmat

szept.26-27. Felnőtt ügyességi CSB MASZ Budapest

szept.26-27. Serdülő „B” ügyességi CSB MASZ Budapest

okt.2. NB I-NB II. Csapatbajnokság MASZ Budapest

okt.9. Kismaratoni OB MASZ-Szfvár.

IV. Válogatási elvek, szintek, kerek a nemzetközi eseményekre

1. Fedettpályás válogatott viadal (Bécs)

Versenyszámok ffi: 60, 200, 400, 800, 1500, 3000, 60 gát, távol, magas, hármas, rúd, súly, 5 km gyal.
női: 60, 200, 400, 800, 1500, 3000, 60 gát, távol, hármas, magas, súly, 3 km gyal. Versenyszámonként 2 fő indulhat. A válogatás lezárása a felnőtt OB második napján (febr.12.) történik, az addig lezajlott (!) hazai és nemzetközi versenyeken elért eredmények

alapján. Az olimpiai csapat-, ill. kerettagok a válogatásnál előnyt élveznek. Gyaloglásban az 1991. évi fedettpályás ranglista 1-2. helyezettje válogatott.

2. Fedettpályás Európa-bajnokság

Versenyszámok ffi: 60, 200, 400, 800, 1500, 3000, 60 gát, 5 km gyal., magas, távol, hármas, rúd, súly, hétpróba. **női:** 60, 200, 400, 800, 1500, 3000, 60 gát, 3 km gyal., magas, távol, hármas, súly, ötpróba. Versenyszámonként 3 fő indulhat (többpróbában 2 fő). Szintteljesítési határidő (amennyiben az EAA másként nem rendelkezik): febr.18.

Szintek a fedettpályás Eb-re:

FÉRFI	69-ben vagy később születettek részére*	
60 m	6,68	6,73
200 m	21,20	21,30
400 m	46,90	47,10
800 m	1:48,00	1:49,00
1500 m	3:41,00	3:42,50
3000 m	7:55,00	7:58,00
60 gát	7,70	7,80
5 km gyal.	19,30	19,40
Magas	227	224
Távol	785	770
Hármas	16,60	16,40
Rúd	560	550
Súly	19,50	19,00
Hétpróba	Meghívás alapján	–

NŐI	69-ben vagy később születettek részére*	
60 m	7,30	7,35
200 m	23,60	23,70
400 m	53,40	53,60
800 m	2:02,00	2:03,00
1500 m	4:11,50	4:13,00
3000 m	9:03,00	9:07,00
60 gát	8,10	8,15
3 km gyal.	12,40	12,50
Magas	190	187
Távol	650	640
Hármas	13,20	13,00(E.biz.jav.)
Súly	18,00	17,50
Ötpróba	Meghívás alapján	–

- A kiemelkedő utánpótlás korúakat a távlati „menedzselés” miatt tervezzük a fedett Eb-re kivinni (a szinteknél ismertetett feltételek figyelembevételével).
- Az olimpiai csapattagoknál megfelelő szintű átlagforma esetén a szövetségi kapitány eltekinthet a

szintteljesítéstől és javaslatot tehet az olimpiai csapattag versenyző fedett Eb-n való indulására.

- Az olimpiára készülő gyaloglók indulása nem indokolt a fedett Eb-n.

- A dobogón végző futók és ügyességi versenyzők, illetve a febr.1.-márc.1. között az ugrószámokban az IAAF A olimpiai szintet elérők olimpiai csapattagságot kapnak. (Továbbá az olimpiai szinteknél írottak!)

- A megadott szinteredményeket az 1992-es fedettpályás idényben lehet teljesíteni.

3. Mezei világbajnokság

Versenyszámok ffi: feln.12.000 (6-os csapat) ifj. 8000 (4-es csapat). **női** feln. 6000 (4-es csapat) ifj.4000 (4-es csapat)

A versenyen felnőtt csapatrésztvételt nem tervezünk. Szponzorális teherviselés és szakmai egyeztetés esetén Káldy Zoltán indulása indokolt lehet.

4. Válogatott gyalogló viadal (Békéscsaba)

Versenyszámok ffi: 50 km (3+1 fő) **női** 10 km (3+1 fő)

Válogatás az eseményre: a férfi és női csapatnak válogató nélkül tagja, megfelelő felkészültségi szint és egészségi állapot esetén: Dudás Gyula, Sátor László, Czukor Zoltán, Rosza Mária, Alföldi Andrea, Ilyés Ildikó. A további 1-1 helyre (ill. a készenléti tartaléknak) válogató felmérést rendezünk márc.7-én a következő távokon: ffi: 40 km, női: 10 km.

5. Válogatott gyalogló viadal (Dudnice)

Versenyszámok női: 10 km (2+1 fő) **ffi** 50 km (2+1 fő)

A válogatás az ápr.4-ei békéscsabai válogatott viadal alapján történik

6. Országúti váltófutó világbajnokság

Résztvételünk jelenleg nem tervezett. (A versenykiírás, az anyagi háttér ismerete, a szponzorális költségviselés, szakmai igényegyeztetés képezheti egy esetleges tervezés alapját.)

7. Válogatott ugró-dobó viadal (Sheffield)

Versenyszámok ffi: magas, távol, hármas, rúd, súly, diszkosz, gerely kalapács. **női:** magas, távol, hármas, súly, diszkosz, gerely.

Versenyszámonként 2 fő indulhat. A válogatás lezárása: máj.31. az országos vidékbajnokság után (Zalaegerszeg). Az olimpiai csapat- és kerettagok a válogatásnál előnyt élveznek!

* Az utánpótlás korúak (1969) kiutazásához plusz anyagi fedezet szükséges (szponzorálás, egyesületi segítség). Maximális felnőtt szintteljesítés esetén (3 fő/v. szám), a felnőttek előnyt élveznek. Utánpótlás szinttel való kiutazás az anyagi lehetőségek függvénye.

8. Válogatott viadal (jún.13.)

Versenyszámok ffi: 100, 200, 400, 800, 1500, 5000, 110 gát, 400 gát, 3000 akadály, 4x100, 4x400, magas, távol, hármas, rúd, súly diszkosz, gerely, kalapács.
női: 100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 100 gát, 400 gát, hármas, súly, diszkosz, gerely

Versenyszámonként 2 fő indulhat (Wales 1 fővel vesz részt a versenyen). Az anyagi lehetőségek függvényében tervezett egy fős utánpótlás (1970) válogatott indítása is a viadalon. A válogatás lezárása jún. 9-én, az addig elért eredmények alapján történik. Az olimpiai csapat-, és kerettagok a válogatásnál előnyt élveznek.

9. Válogatott viadal (Szardínia)

Versenyszámok ffi:..... **női:**.....

Versenyszámonként.... fő indulhat. A válogatás lezárása júl.20-án az addig elért eredmények alapján történik. A versenyen az olimpián részt vevő atléták nem indulnak. (Az utazás autóbusszal vagy vonattal történik.) A részletek ismertetésére a versenykiírás ismeretében kerül sor.

10. OLIMPIAI JÁTÉKOK

Versenyszámok ffi: 100, 200, 400, 800, 1500, 5000, 10000, 110 gát, 400 gát 3000 ak., maratoni, 20 km gyal., 50 km gyal., 4x100, 4x400, magas, távol, hármas, rúd, súly diszkosz, gerely, kalapács, tízpróba.
női: 100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 10000, 100 gát, 400 gát, maratoni, 10 km gyal., 4x100, 4x400, magas, távol, súly, diszkosz, gerely, hétpróba

Versenyszámonként (IAAF/A szint esetén) maximum 3 fő indulhat.

Szintek az olimpiai játékokra

FFI		NŐI	
100 m	10,20	100 m	11,20
200 m	20,55	200 m	22,60
400 m	45,50	400 m	51,00
800 m	1:46,00	800 m	1:59,50
1500 m	3:36,00	1500 m	4:06,50
5000 m	13:20,00	3000 m	8:50,00
10.000 m	28:25,00**	10.000 m	32:15,00
110 gát	13,50	100 gát	12,95
400 gát	49,50	400 gát	55,00
3000 ak.	8:23,00	Maratoni	2:33,00
20 km gy.	1:21,15	10 km gy.	44.45
50 km gy.	3:52,00		
Maratoni	2:12,00	4x100	43,80
4x100 m	38,80	4x400 m	a csapat-
4x400 m	3:02,50		tagok megfelelő
Magas	230		átlagformája
Távol	800	Magas	192*
Hármas	16,95	Távol	670
Rúd	560	Súly	19,00

Súly	19,90	Diszkosz	63,50
Diszkosz	65,00*	Gerely	63,50
Gerely	81,00	Hétpróba	május 30-31.
Kalapács	76,50	Götzis	6050 p.*
Tízpróba	május 3-31.		
	Götzis	7900 p.*	

* IAAF/A szint, mivel a jelzett versenyszámban már van egy szintes csapattag

** lásd Megjegyzések 3. pont

Megjegyzések

1. A szintteljesítési határidő a MOB felé: 1992. júl. 1. Szintteljesítési időszak: - pályaszámoknál máj.2. - júl. 1. - országúti számoknál jan. 2. - jún. 1.
2. A szintek csak doppingellenőrzéssel fogadhatók el, a szintteljesítő időszakot megelőző 60 napban doppingellenőrzés javasolt (MOB).
3. Miután a csapathirdetésig nem lesz jelentős 10.000 m-es verseny, Káldy Zoltán (91: 28:01,88) júl. 1-ig 28:25,00 -n belüli idő elérése esetén csapattagságot kap. A megadott szint csak erre az esetre irányadó.
4. A fedettpályás Eb-n futó- és ügyességi számban dobogóra kerülő versenyzők, illetve febr. 1. - márc. 1. között az ugrószámokban IAAF/A szintet teljesítők olimpiai csapattagságot kapnak. (Több szintes, illetve helyezéssel jogosult versenyző esetén az IAAF olimpiai „A” szintje az irányadó.)
5. Az olimpiára készülő gyaloglók indulása a fedettpályás Eb-n nem indokolt.
6. A szint és a szintteljesítési javaslat magában foglalja az 1991. évi vb tapasztalatait, a korai csapathirdetés és néhány versenyszámban várható, kevés szintteljesítésre alkalmas verseny lehetőség tényét (a kiküldetésre esélyes versenyzők érdekében).
7. Optimális szintteljesítő létszám esetén, a MOB csapatlétszámtól függően elképzelhető, hogy az esélyesség elve alapján csapatlétszám-szűkítésre lesz szükség, a szintteljesítés ellenére is! (Adott esetben kérjük a MOB támogatását, hogy ezt a situációt elkerüljük.)
8. Hosszabb ideig sérült versenyző, megfelelő versenykontroll nélkül nem utazhat az olimpiára.
9. A kellően nem tisztázott, vitás szintteljesítések, illetve a szintteljesítési határidőn kívüli (előtti, illetve utáni) szintes eredmények esetében szakmai és szervezési (MOB) konzultációk után a szövetségi kapitány dönt.
10. A szintek júl. 1-e, illetve korábbi teljesíthetőség igényével készültek. Teljesítés után, a további felkészülés és versenyeztetés egyeztetése végett az illetékes edzőnek és a szövetségi kapitánynak konzultálnia kell.

11. Olimpiai csapattagok (eddiggi teljesítményeik alapján):

Bagyula István
Horváth Attila
Gécsek Tibor
Kovács Judit

4x100 m-es női váltó (Molnár Edit, Kozáry Ágnes, Bátori Noémi, Forgács Judit + 1 fő az 1992-es fedettpályás idény után)

Szabó Dezső,
Ináncsi Rita

A csapattagoktól az az elvárás, hogy hosszabb egészségügyi problémáktól mentes felkészülést végezzenek és megbízható, nemzetközi szintű átlagformát mutassanak.

Olimpiai kerettagok

Kovács Attila 100/200 m
Molnár Tamás 400 m
Káldy Zoltán 10.000 m
Markó Gábor 3.000 m ak.
Vágó Béla 3.000 m ak.
Urbanik Sándor 20 km gyal.
Dudás Gyula 50 km gyal.
Szalma László távol
Almási Csaba távol
Ficsor József diszkosz
Sztás Imre kalapács
Munkácsi Sándor tízpróba
Rácz Katalin 1500 m
Ágoston Zita 3000 m / 10000 m
Wéninger Katalin 3000 m
Földingné N. Judit maratoni
Szabó Karolina maratoni
Rosza Mária 10 km gyal.
Alföldi Andrea 10 km gyal.
Hartai Katalin gerely
Zsigmond Kinga gerely
Bölöni Eszter magas

A felkészülés anyagi háttérét a végső költségvetés tisztázza. A feltételek ismeretében rögzíthető a tehervállalások mértéke (kb. 1992. márc.)

A keret felülvizsgálatára a téli idény befejeztével (márc.1.) után kerül sor. A keret nyitott !

12. Válogatott dobóviadal (Nyitra)

Versenyszámok ffi: súly, diszkosz, gerely, kalapács.
női: súly, diszkosz, gerely.

Versenyszámonként 1 fő indulhat. A válogatás a viadalra az országos felnőtt bajnokság alapján történik (aug. 14-15.). A versenyszámok bajnokai kerülnek válogatásra. (Kivételt képezhetnek az olimpián jól szerepelt versenyzők, akik dönthetnek indulási szándékukról.)

13. Válogatott viadal (Ljubljana)

A részletes versenykiírás nem ismert, versenyszámonként 1 fő indulhat. A versenykiírás (és a lebonyolítha-

tóság) ismeretében rögzítjük a válogatási elveket.

14. Félm maratoni világ bajnokság

A versenykiírás az anyagi feltételek és a szakmai igények ismeretében, szponzori költségvállalással kerülhet a későbbiekben tervezésre.

Néhány megjegyzés a nemzetközi programhoz

- Az olimpiai csapathirdetés és a játékok korai időpontja (az egyszeri formához) miatt az olimpiára kerülőknek javasolt a téli versenyzés.

- Az olimpiai csapat- és kerettag versenyzők edzőitől jan.20-ig kérjük a versenyző - vázlatos felkészülési tervét (az edző által legjobbnak tartott megoldásban), - a versenyzési és edzőtáborozási tervét.

- A válogatott kerettagok 1992. évi programját kérjük a szakosztály vezető edzőjének leadni, hogy adott esetben megtekinthető legyen

- A nyári versenyprogramok ismeretében, illetve a tapasztalatok alapján a szövetségi kapitány a versenyzővel, edzőjével konzultálva a fő feladatok érdekében korlátozhatja a versenyeken való indulásokat.

- Elsődlegesen az olimpiai csapat és keret, továbbá az ifjúsági vb-keret és válogatott keretek versenyzői rendelkezésére áll az atlétikai szövetség orvosi csoportja (dr. Ékes Erzsébet, dr. Miltényi Márta, dr. Pikó Károly) és Schmutz István gyűrő.

Az olimpiai csapat és keret orvosi ellenőrzésének megvalósítására egyeztetett terv készül.

A különböző keretekbe tartozó versenyzők sérüléseiről, súlyosabb betegségeiről azonnali értesítést kérünk. (Ennek a kérésnek a teljesítése 1991-ben hagyott kívánni valót maga után.)

A folyamatos doppingellenőrzést szélesíteni kell, a MOB közreműködésével kiterjesztésre kerül a felkészülési időszakra is. A felkészüléshez szükséges megengedhető szereket a MASZ a lehetőségeknek megfelelően a keretek erősorrendjében (olimpiai csapat és keret, ifi vb-keret, válogatott keretek) igyekszik biztosítani.

- A válogatott versenyzők felszerelése az eddigi elvek alapján történik (várhatóan minőségibb adidas ellátmánnyal).

- A szövetségen belüli és kívüli menedzselés kérdését megnyugtatóan rendezni kell.

- A különböző válogatott eseményekre a szakági edzőket a szövetségi kapitány kéri fel.

- A felméréseket az egyes szakágak saját szervezésükben bonyolítják, a MASZ adminisztrációs, technikai háttérének igénybevételével. A házi felmérésekről értesítést kérünk.

V. Feltételek

Tervezett edzőtáborok az olimpiai keretek részére

(A hazai és a külföldi lehetőségek jelenleg tárgyalás alatt vannak - nem visszaigazoltak.)

1991.

dec.1-15. Tata Minden szakágból kb. 30 fő

dec.9-21. Budapest Ugrás, vágta, kb. 10 fő

1992.

jan.6-19. Tata Minden szakágból, kb. 20 fő

jan.6-19. Budapest Ugrás, vágta kb. 10 fő

Spala Vágta, ugrás, többpróba, kb. 15 fő

Tirénia Dobás (távfut.) kb. 10 fő

febr.3-16. Tata Távfutás, gyal.(dobás) kb. 20 fő

febr.17-29. Tirénia Dobás kb. 6 fő

márc.2-15. Tata Minden szakágból kb. 25 fő

márc.16-29. Tata Többpróba kb. 8 fő

márc.16-29. Arló Gyaloglás 12 fő

ápr. 6-19. Tata Minden szakág (+ifj.vb keret) kb. 30 fő

ápr. 27- Formia Ugrás, többpróba (vágta)

máj.10. kb. 15 fő

jún.13. Font Távfutás és gyaloglás

júl.3. Romeu kb. 12 fő

jún.22-

júl 5. Tata Olimpiai céltábor kb. 25 fő

Időpont nélkül ROM 14 nap - 15 fő

Olimpia után:

júl.27.-aug.9 Tata ifj.vb keret, kb. 25 fő

szept.7-12 Tata ifj.vb keret 20 fő

nov. 9-21. Tata vb keret, 20 fő

nov.30-dec.12. Tata vb keret 30 fő

Az olimpiáig elsődleges az olimpiai csapat- illetve kerettagok (+ifj.vb keret) táborozása, a további kerettagok az esetlegesen fennmaradó szabad helyeket tölthetik be.

Az edzőtábori hozzájárulás mértéke, illetve az érintettek köre 1992-ben

Keretek, versenyzők	A szakosztályi hozzájárulás % -os mértéke	
	hazai edző-táboroknál	külföldi edző-táboroknál
Olimpiai csapattag és edzője	0	0
A kerettag és edzője	50	75
Az 1991.évi felnőtt ranglista 1-2. helyezettje (váltó1-4)	75	100
Ifi vb/A kerettag és edzője	0	0
Ifi vb/B kerettag és edzője	50	100
Az 1989-90-91-es ifj.vb ill.Eb döntősei	75	100

- A felnőtt ranglistán elfoglalt helyezés nem ruházható át.

- A külső feltételek nehezedése esetén az edzőtábori helyszíneket, létszámokat (költségeket), a résztvevők körét tekintve szűkítésre kerülhet sor, illetve nagyobb szakosztályi teherviseléssel kell számolni. (Kedvezőbb feltételek esetén a hozzájárulások mértéke csökkenhet.)

A teljes program (ill.a feltételek) megvalósításához szükséges a végső költségvetés összegének ismerete (ez kb. 1992. márciusában várható).

Az év legjelentősebb eseményéig, az olimpiáig több-lépcsős feladatsort kell megoldanunk. Ezek közül az alábbi felkészülési és eredmény-összetevőket emel-nénk ki:

1. Felkészülés

- Hazai edzőtáborozási időpontok, létszámok biztosítása,
- külföldi edzőtáborok biztosítása (az olasz és francia partnerek elvben biztosítják, de államközi szerződésben kell rögzíteni az edzőtábori tervnél felsorolt kéréseket),
- az olimpiai keretek felkészüléséhez anyagi fedezet biztosítása,
- megfelelő sportfelszerelések és szerek biztosítása, biztonsági alap létrehozása váratlan helyzetek megoldására.

2. Versenyzés

- A tervezett nemzetközi program lebonyolítása,
- az olimpiai kerettag versenyzők részvételének biztosítása kiemelt jelentőségű nemzetközi versenyeken,
- a versenyeztetéshez szükséges anyagi fedezet biztosítása,
- az atlétika döntően nyári sportág jellegéből adódó, a sportág érdekeinek megfelelő olimpiai szintteljesítési határidő meghatározása.

3. Egészségügyi ellátás

- A magas szintű, korszerű orvosi ellátás biztosítása,
- a kért , felkészülést segítő és regeneráló szerek időben és a kért mennyiségben való biztosítása,
- a doppingvizsgálatok kiszélesítése (felkészülési időszak), illetve MASZ-tól független ellenőrzés.

4. Olimpia

- A MASZ által olimpiai részvételre javasoltak csapattagsága, közöttük olyan versenyzők indulása is, akik-től főleg az olimpia utáni időszakban várható majd kiemelkedő eredmény,
- kedvezőtlen időjárási körülmények esetén (pl. pá-rás meleg) a kiemelkedő versenyzők megfelelő elhelyezése Barcelonában,
- megfelelő felszerelés, sportszerek biztosítása.

AZ 1991. ÉVI 50-ES RANGLISTA

NŐK

100 m

Molnár Edit	65	UTE	11.71	
Molnár Mónika	75	Sz. MÁV-MTE	11.84	1.70
Barati Éva	68	Bp Honvéd	11.89	1.70
Szabó Gabriella	72	DMTE	11.92	
Molnár Emese	73	Spartacus	11.96	1.70
Mádai Mónika	68	DVTK	12.04	1.50
Kozáry Ágnes	66	ZTE-Építők	12.10	1.80
Szládovics Tünde	73	Olajbányász	12.16	
Bátori Noémi	70	MTK-VM	12.20	-1.20
Bédi Krisztina	75	UTE	12.21	
Fábián Ágnes	72	Gy. Dózsa	12.22	1.00
Geisz Mercédesz	74	Szekszárd	12.23	-0.50
Ács Judit	66	ZTE-Építők	12.23	
Ecsekiné Juhász E.	58	Sz. MÁV-MTE	12.23	
Gyömörei Rita	74	Bercsényi	12.28	1.50
Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	12.28	1.70
Bartha Beáta	74	DSI	12.31	-2.00
Petrezselyem Anita	75	Sz. MÁV-MTE	12.31	
Eisenhoffer Ágnes	72	Spartacus	12.32	
Szála Anett	74	Sopron	12.35	-0.50
Virágh Katalin	76	BMTE-LAMPART	12.38	
Ruzsinszky Valéria	72	NYVSC	12.44	-2.00
Tóth Beatrix	73	DSI	12.47	
Agg Eszter	71	SKSE	12.50	1.70
Szabó Erzsébet	63	Szeged	12.52	-0.30
Komlóssy Zsuzsa	70	Spartacus	12.54	1.70
Mátrai Ágnes	70	MTK-VM	12.56	1.70
Lőrincz Krisztina	76	Bp Honvéd	12.57	1.50
Drommer Helga	67	MTK-VM	12.57	
Bognár Andrea	75	Csepel	12.58	
Sebők Zsuzsa	71	MTK-VM	12.59	-1.20
Antok Zsófia	70	TFSE	12.60	-1.10
Szüts Beáta	73	VIDEOTON	12.60	1.50
Erdős Anita	75	KSC	12.62	
Sörös Viktoria	76	VEDAC	12.64	
Frank Tünde	74	Haladás VSE	12.64	1.50
Fehér Erzsébet	74	KSC	12.64	
Hryck Hedvig	74	Dunaujváros	12.64	
Csikész Ildikó	77	VEDAC	12.64	
Dóczi Orsolya	75	KSI	12.68	
Bolyi Andrea	71	DMTE	12.69	
Nemesházi Anita	75	Bp Honvéd	12.69	
Osváth Enikő	76	DSI	12.70	
Sándor Judit	75	Kisujszállás	12.71	
Balla Réka	72	KSI	12.73	
Kész Melinda	78	Bóly	12.73	
Jenei Ágota	74	Szekszárd	12.74	
Torma Szilvia	74	Bp Honvéd	12.75	
Lábadi Ágnes	70	Bp Honvéd	12.75	1.70
Balázs Beáta	74	Heves	12.77	1.50

Megengedetttnél erősebb hátszéllal

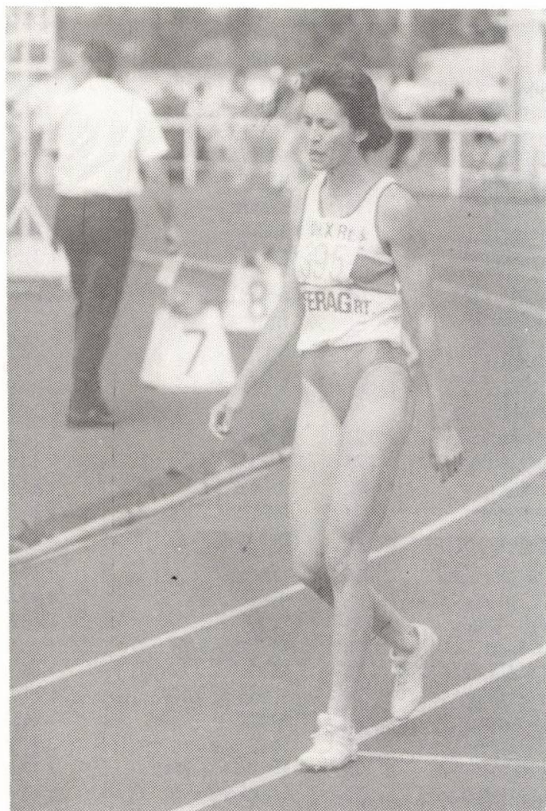
Molnár Edit	65	UTE	11.52	3.50
Kozáry Ágnes	66	ZTE-Építők	11.60	3.50
Barati Éva	68	Bp. Honvéd	11.70	3.50
Szabó Gabriella	72	DMTE	11.75	3.50
Molnár Emese	73	Spartacus	11.77	3.50
Molnár Mónika	75	Sz. MÁV-MTE	11.79	3.50
Mádai Mónika	68	DVTK	11.93	3.50
Bédi Krisztina	75	UTE	12.06	3.40
Geisz Mercedes	74	Szekszárd	12.11	3.40
Petrezselyem Anita	75	Sz. MÁV-MTE	12.25	3.40
Lőrincz Krisztina	76	Bp. Honvéd	12.40	
Endes Györgyi	70	DMTE	12.44	

200 m

Molnár Edit	65	UTE	23.64	
Kozáry Ágnes	66	ZTE-Építők	23.69	1.40
Bátori Noémi	70	MTK-VM	24.10	-0.80
Mádai Mónika	68	DVTK	24.39	1.40
Barati Éva	68	Bp Honvéd	24.44	1.80
Molnár Mónika	75	Sz. MÁV-MTE	24.48	
Szabó Gabriella	72	DMTE	24.53	
Ács Judit	66	ZTE-Építők	24.81	
Molnár Emese	73	Spartacus	24.91	
Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	25.06	0.02
Bálint Zita	71	Csepel	25.11	
Borsos Bernadett	68	ZTE-Építők	25.15	-2.30
Fodor Kinga	72	MTK-VM	25.16	
Eisenhoffer Ágnes	72	Spartacus	25.18	
Ecsekiné Juhász E.	58	Sz. MÁV-MTE	25.25	0.40
Szabadi Mónika	75	GEAC	25.29	
Végh Anett	71	Hungalu	25.29	-0.80
Bartha Beáta	74	DSI	25.31	
Lábadi Ágnes	70	Bp Honvéd	25.33	
Szála Anett	74	Sopron	25.46	
Endes Györgyi	70	DMTE	25.49	
Ruzsinszki Valéria	72	NYVSC	25.55	-0.30
Agg Eszter	71	SKSE	25.55	-0.80
Jassó Anikó	73	Olajbányász	25.59	
Dóczi Orsolya	75	KSI	25.60	
Magyar Kitti	76	Gy. Dózsa	25.60	
Szabó Erzsébet	63	Szeged	25.63	-1.00
Péter Szilvia	72	ZTE-Építők	25.64	
Komlóssy Zsuzsa	70	Spartacus	25.64	-0.80
Gyömörei Rita	74	Bercsényi	25.67	
Bédi Krisztina	75	UTE	25.68	
Mátrai Ágnes	70	MTK-VM	25.69	1.00
Fábián Ágnes	72	Gy. Dózsa	25.73	1.00
Drommer Helga	67	MTK-VM	25.84	1.60
Geisz Mercédesz	74	Szekszárd	25.88	1.80
Virágh Katalin	76	BMTE-LAMPART	25.89	
Kovács Zita	72	DVTK	25.91	-0.10
Vanyek Zsuzsa	60	UTE	25.91	
Petrezselyem Anita	75	Sz. MÁV-MTE	25.97	
Cserépi Stefánia Csilla	71	VEDAC	26.00	0.50
Sándor Judit	75	Kisujszállás	26.03	
Polgár Beáta	74	KSI	26.04	
Frank Tünde	74	Haladás VSE	26.08	-1.30
Lőrincz Krisztina	76	Bp Honvéd	26.12	
Torma Szilvia	74	Bp Honvéd	26.16	-1.30
Fehér Erzsébet	74	KSC	26.17	
Ináncsi Vera	75	KSI	26.19	
Szládovics Tünde	73	Olajbányász	26.25	
Szüts Beáta	73	VIDEOTON	26.28	-0.20
Kósa Klaudia	74	KSC	26.30	

Megengedetttnél erősebb hátszéllal

Ináncsi Rita	71	Bp. Honvéd	24.85
Mádai Mónika	68	DVTK	24.10
Agg Eszter	71	SKSE	25.16
Komlóssy Zsuzsa	70	Spartacus	25.43
Gáspár Katalin	69	TFSE	25.86

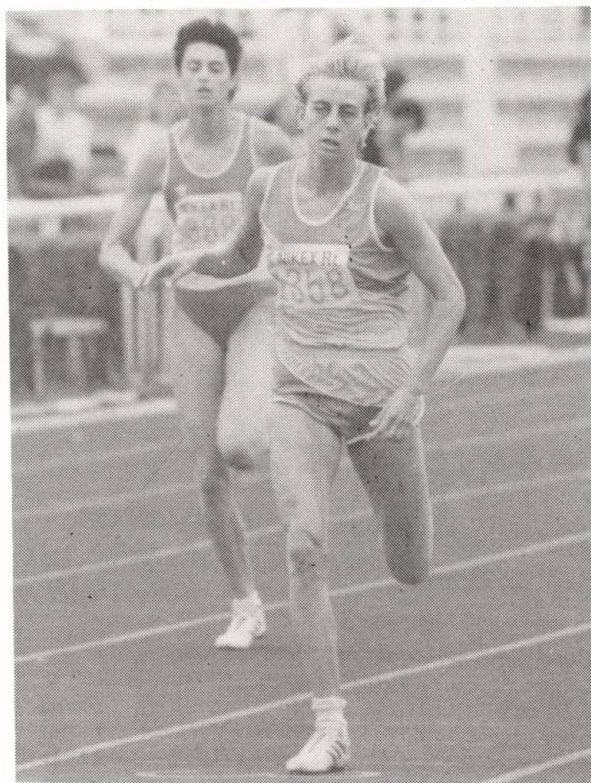


Molnár Edit

400 m

Forgács Judit	59	TBSC	52.43
Kozáry Ágnes	66	ZTE	53.20
Bátori Noémi	70	MTK-VM	53.39
Molnár Edit	65	UTE	53.71
Szabó Erzsébet	63	Szeged	54.08
Löke Andrea	71	Gy. Dózsa	54.63
Szekeres Judit	66	Sz. MÁV-MTE	54.96
Mádai Mónika	68	DVTK	55.50
Fodor Kinga	72	MTK-VM	55.69
Végh Anett	71	Hungalu	55.70
Kovács Zsuzsa	72	DVTK	55.87
Kurucz Andrea I	74	UTE	56.16
Endes Györgyi	70	DMTE	56.39
Albert Judit	74	Hungalu	56.45
Ray Szilvia	73	Bercsényi	56.78
Jassó Anikó	73	Olajbányász	57.02
Urr Anita	72	BEAC-MAFC	57.09
Szabadi Mónika	75	GEAC	57.20
Dóczi Orsolya	75	KSI	57.25
Benes Klára	73	NYVSC	57.73
Kóczyán Judit	69	Testvériség	57.89
Molnár Márta	65	Spartacus	58.11
Szabó Ilona	76	Békéscs. Előre Sp.	58.18
Magyar Kitti	76	Gy. Dózsa	58.21
Bédi Krisztina	75	UTE	58.37
Fogarasi Katalin	71	NYVSC	58.51
Vida Erika	73	NYVSC	58.56
Balázs Ágnes	74	Gyula	58.89
Erdődi Klára	74	KSC	58.93
Mátrai Ágnes	70	MTK-VM	58.94
Bálint Mónika	70	Ikarus	59.06
Rácz Szilvia	75	Szeged	59.12
Sztankovics Katalin	76	Bp Honvéd	59.14
Farkas Gabriella	75	KSC	59.16

Szabó Andrea	67	Bp Honvéd	59.17
Szüts Beáta	73	VIDEOTON	59.19
Skultéti Timea	74	VIDEOTON	59.21
Antók Zsófia	70	TFSE	59.24
Kovács Judit	72	DVTK	59.27
Frank Tünde	74	Haladás VSE	59.31
Huszt Bernadett	72	DMTE	59.33
Bori Annamária	75	Testvériség	59.36
Tüske Tünde	76	KSC	59.47
Bartha Beáta	74	DSI	59.48
Perlaki Mónika	72	BÁZIS	59.49
Szemerédi Eszter	76	Olajbányász	59.4
Számadó Éva	74	DVTK	59.55
Pintér Kitti	74	KSI	59.58
Szilágyi Eszter	69	TFSE	59.62
Szakács Enikő	77	KSI	59.70



Bátori Noémi (358)

800 m

Szabó Erzsébet	63	Szeged	2:04.97
Rácz Katalin	65	UTE	2:07.13
Bartha Viktória	72	DVTK	2:07.65
Urr Anita	72	BEAC-MAFC	2:08.14
Hédai Gizella	68	Építők	2:08.77
Todorán Erzsébet	70	NYVSC	2:09.11
Dóczi Éva	70	VEDAC	2:09.30
Simkó Gabriella	68	DVTK	2:09.90
Bugya Mariann	64	BVSC	2:10.18
Kissné Márkus Edit	65	Testvériség	2:10.23
Huszt Bernadett	72	DMTE	2:10.25
Bálint Mónika	70	Ikarus	2:10.52
Csoboth Klára	67	PVSK	2:10.72
Hegy Judit	66	SKSE	2:10.86
Molnár Rózsa	65	VEDAC	2:11.07
Csizi Réka	70	KBSK	2:11.75
Pintér Kitti	74	KSI	2:11.84
Varga Judit	76	Haladás VSE	2:11.93
Kovács Judit	72	DVTK	2:12.01
Barócsi Heléna	66	Sz. MÁV-MTE	2:12.35



Szabó Erzsébet (365)

Benes Klára	73	NYVSC	2:13.49
Kurucz Andrea I	74	UTE	2:13.58
Dér Andrea	71	PVSK	2:14.40
Tóth Mónika	73	Csepel	2:14.41
Balázs Ágnes	74	Gyula	2:15.04
Albert Judit	74	Hungalu	2:15.53
Reszler Edina	74	UTE	2:15.61
Németh Ágnes	73	Spartacus	2:15.85
Jank Anita	74	VEDAC	2:15.97
Fogarasi Katalin	71	NYVSC	2:15.98
Csendes Ildikó	74	Békéscs. Előre Sp.	2:16.12
Fülöp Renáta	74	VEDAC	2:16.8
Radics Zsuzsa	76	KSI	2:16.8
Tusai Brigitta	77	Csepel	2:16.8
Kovács Ida	75	VEDAC	2:17.2
Kiss Andrea	75	Ikarus	2:17.35
Farkas Gabriella	75	KSC	2:17.39
Kurucz Andrea II	76	Sátoraljaújhely	2:17.4
Balázs Edit	77	Szentes	2:17.4
Stupián Mónika	76	VEDAC	2:17.7
Czene Zsófia	73	PVSK	2:18.04
Forgács Ágnes	72	Gyula	2:18.13
Erdődi Klára	74	KSC	2:18.58
Csoszánsszky Szilvia	75	Csepel	2:18.75
Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	2:18.81
Fazekas Ildikó	77	DVTK	2:18.8
Behan Anikó	73	SKSE	2:19.02
Biri Katalin	70	Gyula	2:19.07
Timer Hajnalka	74	VEDAC	2:19.69
Ekler Mónika	75	KBSK	2:19.73

1500 m

Rácz Katalin	65	UTE	4:08.46
Wéninger Katalin	61	VIDEOTON	4:14.22
Ágoston Zita	65	Bp Honvéd	4:14.32
Javos Anikó	71	VIDEOTON	4:17.70
Dóczi Éva	70	VEDAC	4:17.77
Csoboth Klára	67	PVSK	4:18.17
Csizi Réka	70	KBSK	4:19.08
Hegyi Judit	66	SKSE	4:19.73
Bartha Viktória	72	DVTK	4:21.98
Bugya Mariann	64	BVSC	4:25.0
Hédai Gizella	68	Építők	4:25.81
Bálint Mónika	70	Ikarus	4:26.94
Tóth Mónika	73	Csepel	4:27.00
Molnár Rózsa	65	VEDAC	4:27.79
Csoszánsszky Szilvia	75	Csepel	4:30.51
Dér Andrea	71	PVSK	4:31.42
Czene Zsófia	73	PVSK	4:32.00
Simon Lilla	72	SKSE	4:36.68
Fülöp Renáta	74	VEDAC	4:36.93
Todorán Erzsébet	70	NYVSC	4:37.05
Pásztor Kornélia	73	DMTE	4:37.19
Kissné Márkus Edit	65	Testvériség	4:40.6
Németh Ágnes	73	Spartacus	4:40.80
Varga Judit	76	Haladás VSE	4:40.97
Reszler Edina	74	UTE	4:41.12
Csendes Ildikó	74	Békéscs. Előre Sp.	4:41.32
Behan Anikó	73	SKSE	4:41.43
Tóth Mariann	76	Hungalu	4:41.43
Papp Beáta	75	BEAC-MAFC	4:43.02
Timer Hajnalka	74	VEDAC	4:43.87
Kiss Ágnes	73	SzVSE	4:44.26
Zombori Andrea	74	Dunaujváros	4:44.32
Stupián Mónika	76	VEDAC	4:45.30
Kovács Ida	75	VEDAC	4:45.3
Pintér Kitti	74	KSI	4:45.91
Szabó Zita	75	Sz. MÁV-MTE	4:46.07
Séra Brigitta	74	BEAC-MAFC	4:46.34
Kovács Éva	73	Sopron	4:46.6
Kiss Andrea	75	Ikarus	4:47.39
Csik Mónika	73	PVSK	4:48.11
Torma Angelika	75	Kap. Építők	4:48.2
Harci Kármén	71	PVSK	4:49.53
Farkas Ágota	64	Kap. Építők	4:49.7
Forgács Ágnes	72	Gyula	4:50.31
Káta Mária	75	Csepel	4:50.83
Bujdosó Beáta	75	Dombóvár	4:50.95
Kelemen Judit	73	DMTE	4:51.57
Lacovics Valéria	71	PVSK	4:51.62
Füzesi Andrea	74	KBSK	4:52.30
Kozmits Andrea	74	Ikarus	4:52.61



COMPUTER-MARKETING
Német-Magyar Vegyesvállalat

3100 Salgótarján, Mérleg u. 2.

3000 m

Ágoston Zita	65	Bp Honvéd	9:01.09
Wéninger Katalin	61	VIDEOTON	9:03.06
Barócsi Heléna	66	Sz. MÁV-MTE	9:14.67
Doczi Éva	70	VEDAC	9:15.94
Oláh Katalin	68	MICRO	9:25.87
Visnyei Márta	62	BVSC	9:27.00
Javos Anikó	71	VIDEOTON	9:33.54
Hegyi Judit	66	SKSE	9:34.89
Tóth Mónika	73	Csepel	9:40.45
Pásztor Kornélia	73	DMTE	9:43.48
Bugya Mariann	64	BVSC	9:53.82
Csizi Réka	70	KBSK	9:55.90
Fülöp Renáta	74	VEDAC	9:59.07
Kálovics Anikó	77	BEAC-MAFC	10:00.0
Behan Anikó	73	SKSE	10:00.70
Simon Lilla	72	SKSE	10:02.04
Kissné Márkus Edit	65	Testvériség	10:08.86
Szabó Zita	75	Sz. MÁV-MTE	10:09.19
Csoszánsszky Szilvia	75	Csepel	10:09.69
Papp Beáta	75	BEAC-MAFC	10:11.69
Czene Zsófia	73	PVSK	10:13.72
Hédai Gizella	68	Építők	10:17.71
Farkas Ágota	64	Kap. Építők	10:18.0
Kiss Ágnes	73	SzVSE	10:19.83
Csik Mónika	73	PVSK	10:21.33
Jakab Ágnes	73	BEAC-MAFC	10:23.0
Kovács Éva	73	Sopron	10:23.1
Timer Hajnalka	74	VEDAC	10:27.7
Kovács Ida	75	VEDAC	10:29.0
Pessek Szilvia	73	Bp Honvéd	10:29.67
Stiglich Edit	71	VEDAC	10:30.1
Torma Angelika	75	Kap. Építők	10:30.1
Séra Brigitta	74	BEAC-MAFC	10:30.57
Jankó Ilona	57	Hungalu	10:31.3
Stupián Mónika	76	VEDAC	10:31.6
Gémesi Ildikó	72	Bajza	10:32.3
Pásztor Nikolett	77	BEAC-MAFC	10:33.8
Kelemen Judit	73	DMTE	10:35.4
Kenderes Anita	75	KSC	10:37.39
Tusai Brigitta	77	Csepel	10:37.4
Kozmits Andrea	74	Ikarus	10:38.14
Tóth Mariann	76	Hungalu	10:39.2
Kovács Gyöngyi	72	NYVSC	10:39.4
Szekeress Veronika	74	BEAC-MAFC	10:39.79
Morocz Katalin	75	Pápa	10:40.0
Kátai Mária	75	Csepel	10:41.56
Merényi Timea	71	Bp Honvéd	10:43.67
Bujdosó Beáta	75	Dombóvár	10:45.41
Füzi Anna	76	KSI	10:48.93
Füzesi Andrea	74	KBSK	10:50.38

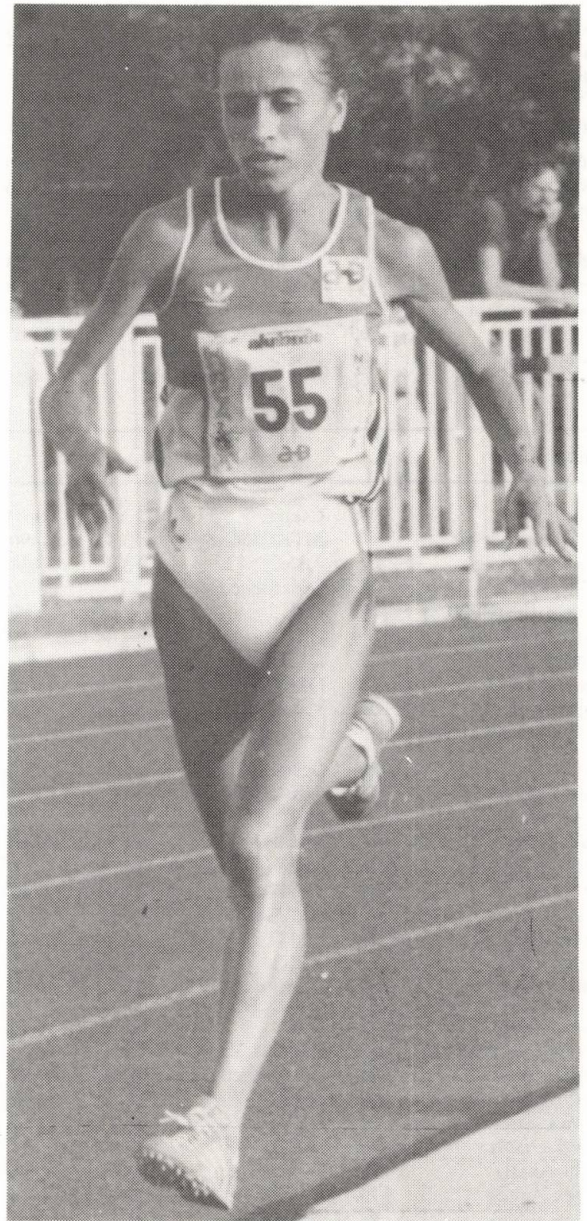
10 000 m

Ágoston Zita	65	Bp Honvéd	32:12.45
Barócsi Heléna	66	Sz. MÁV-MTE	33:43.30
Visnyei Márta	62	BVSC	33:47.97
Szabó Karolina	61	Bp.Honvéd	34:13.41
Javos Anikó	71	VIDEOTON	34:28.9
Földingné Nagy Judit	65	Gy. Dózsa	35:01.6
Tóth Mónika	73	Csepel	35:20.4
Pásztor Kornélia	73	DMTE	35:44.2
Brutóczki Judit	57	Bp.Honvéd	35:52.46
Behan Anikó	73	SKSE	36:19.0
Molnár Gizella	58	BVSC	36:30.85
Simon Lilla	72	SKSE	36:48.4
Jakab Ágnes	73	BEAC-MAFC	37:01.8
Gombos Márta	67	Szupermaratoni FC	37:07.23
Kiss Ágnes	73	SzVSE	37:23.7
Merényi Timea	71	Bp Honvéd	37:26.02

Kelemen Judit	73	DMTE	37:33.7
Fried Éva	67	Szupermaratoni FC	37:42.40
Csik Mónika	73	PVSK	37:54.2
Cservenka Judit	71	BEAC-MAFC	38:03.0
Németh Ágnes	73	Sopron	38:31.6
Solymosi Ildikó	72	VEDAC	38:44.2
Forgács Ágnes	72	Gyula	40:54.8
Ádám Ildikó	71	Spartacus	41:29.3
Kelecsényi Rita	71	BEAC-MAFC	42:25.5

Maratoni

Szabó Karolina	61	Bp Honvéd	2:33:08
Földingné Nagy Judit	65	Gy. Dózsa	2:37:17
Visnyei Márta	62	BVSC	2:38:42
Molnár Gizella	58	BVSC	2:39:41
Gombos Márta	67	Szupermaratoni FC	2:40:27
Farkas Ágota	64	Kap. Építők	2:43:53
Sipka Ágnes	54	Ikarus AR	2:44:15
Fehér Enikő	62	Gyöngyös	2:48:07
Kovács Gyöngyi	72	NYVSC	2:49:08
Gál Ilona	67	DVTK	2:55:26



Szabó Karolina

Vass Márta	62	Szupermaratoni FC	2:55:41	
Gergely Timea	68	Szupermaratoni FC	2:59:51	
Zsilak Ilona	42	BVSC	3:00:39	
Horvath Andrea	72	Széchenyi	3:00:39	
Suhai Noémi	68	Szhelyi TK	3:02:32	
Fried Éva	67	Szupermaratoni FC	3:07:33	
Ilyés Ildikó	66	Békéscs. Előre-Sp.	3:09:49	
Kozári Erzsébet	75	Hunyadi DSK	3:16:42	
Mezei Ildikó	64	BVSC	3:17:54	
Hegedüs Erika	62	OXIGÉN KLUB	3:18:18	
Tóth Agnes	67	BEAC-MAFC	3:19:25	
Bozán Agnes	73	Ceglédi VSE	3:20:01	
Medveczky Edit	67	Ujszászi Ö.pk	3:22:38	
Halász Timea	75	Hunyadi DSK	3:23:57	
Mike Krisztina	69	VEDAC	3:26:38	
Csomor Erika	73	Ceglédi VSE	3:29:48	
Divos Mártonné	49	Építők	3:33:24	
Jenei Mártonné	59	Építők	3:34:52	
Korán Éva	67	Hunyadi DSK	3:35:43	
Pénzes Erzsébet	69	VEDAC	3:38:54	
Arany Tünde	69	Hunyadi DSK	3:43:54	
Tóth Mariann	68	PVSK	3:46:00	
Bérczes Edit	64	e.n.	3:49:55	
Adamecz Magda	60	AMPHORA	3:50:05	
Németh Mária	52	NATUR SE	3:50:27	
Katona Gyöngyi	68	e.n.	3:56:04	
Balázs Teréz	65	e.n.	4:02:17	
Füle Kornélia	66	e.n.	4:02:25	
Dömötör Gyöngyi	67	Gy. Dózsa	4:02:50	
Bartha Éva	72	Gy. Dózsa	4:02:51	
Székely Hajnalka	70	e.n.	4:05:40	
Molnár Irén	64	e.n.	4:13:33	
Pach Éva	69	PVSK	4:14:07	
Császár Noémi	73	Fonyódi gimn.	4:23:35	
Szántó Erzsébet	55	e.n.	4:24:03	
Cravero Edina	66	BSE	4:32:39	
Polgár Krisztina	66	e.n.	4:34:05	
Dánti Éva	69	Futóhomok	4:34:05	
Szimon Zsuzsanna	65	e.n.	4:35:21	
Mesz Rita	66	RSG körszínház	4:35:29	

100 m gát

Bálint Zita	71	Csepel	13.77	0.40
Drommer Helga	67	MTK-VM	13.85	0.90
Palombi Margit	61	TBSC	13.86	-0.50
Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	13.88	1.20
Borsos Bernadett	68	ZTE	13.97	1.80
Vanyek Zsuzsa	60	UTE	14.08	
Kovács Zsuzsa	72	DVTK	14.10	
Fekete Ildikó	66	DMTE	14.15	
Bajorics Zsuzsa	66	Vasas	14.29	
Hrabovszky Tünde	75	Csepel	14.45	
Ray Szilvia	73	Bercsényi	14.51	
Tóth Timea	74	Sátoralajúhely	14.53	
Szabó Anikó	74	DSI	14.55	
Balla Réka	72	KSI	14.55	0.40
Karczag Ildikó	70	TFSE	14.59	
Antók Zsófia	70	TFSE	14.64	0.40
Gönczi Anita	72	NYVSC	14.70	-0.40
Endes Györgyi	70	DMTE	14.94	
Prágai Zsuzsa	72	DVTK	14.95	
Bokor Edina	69	Testvériség	14.96	
Ináncsi Vera	75	KSI	15.27	-0.40
Gergács Anikó	69	Haladás VSE	15.32	-1.20
Kozák Henriett	74	Bp Honvéd	15.40	0.50
Medovarszki Éva	69	KSC	15.42	-0.30
Karács Zsuzsa	72	NYVSC	15.42	
Dóczi Orsolya	75	KSI	15.45	
Szála Anett	74	Sopron	15.46	
Pintér Ágnes	70	VIDEOTON	15.48	
Simon Ildikó	72	Szeged	15.56	0.40
Körmendy Katalin	68	GEAC	15.56	

Szabó Gabriella	72	DMTE	15.56	-1.50
Szűts Beáta	73	VIDEOTON	15.57	-1.50
Tarnai Katalin	74	Szekszárd	15.59	
Oroszi Tünde	68	UTE	15.63	
Ajkler Zita	75	SKSE	15.71	
Vári Edit	75	Sopron	15.72	
Nagy Csilla	74	Bercsényi	15.77	0.40
Gombos Eszter	74	BÁZIS	15.80	
Nagy Annamária	75	KSC	15.86	0.40
Fehér Ildikó	73	BÁZIS	15.90	
Németh Réka	75	Sopron	15.92	
Fagyal Mónika	72	DMTE	15.93	
Páli Judit	75	Szekszárd	15.95	
Kovács Dalma	74	SKSE	15.99	
Veress Anikó	74	KSI	15.99	
Nagy Dóra	75	BÁZIS	16.02	
Bodrogi Eszter	73	Vasas	16.13	
Mondok Ágnes	73	Törökszentmiklós	16.13	0.40
Hegedüs Ildikó	69	JGYTK	16.14	-1.60
Kunos Gabriella	73	Orosházai Mg.Szk.	16.21	

Megengedettnél erősebb hátszéllel

Bokor Edina	69	TFSE	14.91
Pintér Ágnes	70	Videoton	15.10

400 m gát

Szekeres Judit	66	Sz. MÁV-MTE	58.79
Lőke Andrea	71	Gy. Dózsa	59.31
Endes Györgyi	70	DMTE	59.92
Ray Szilvia	73	Bercsényi	60.10
Kovács Zsuzsa	72	DVTK	61.31
Antók Zsófia	70	TFSE	61.79
Bédi Krisztina	75	UTE	62.02
Szabó Anikó	74	DSI	62.40
Zimonyi Zsuzsa	61	Gy. Dózsa	62.55
Kóczián Judit	69	Testvériség	62.65
Husztai Bernadett	72	DMTE	62.69
Molnár Márta	65	Spartacus	62.84
Lukács Edit	70	DMTE	63.16
Sinka Erika	73	Vasas	63.78
Gönczi Anita	72	NYVSC	63.80
Pintér Ágnes	70	VIDEOTON	64.79
Szőcs Klára	73	Vasas	64.80
Ladikné Zarnóczy K.	60	NYVSC	65.76
Tarjányi Eszter	62	Bp Honvéd	65.97
Szűts Beáta	73	VIDEOTON	66.1
Ajkler Zita	75	SKSE	66.42
Balzsay Zsuzsa	72	Sz. MÁV-MTE	66.46
Pintér Katalin	73	UTE	66.74
Soós Eszter	73	Haladás VSE	67.48
Vékony Judit	76	Ikarus	67.57
Fehér Ildikó	73	BÁZIS	68.82
Lukács Vera	73	Békés	71.26
Biri Katalin	70	Gyula	72.03
Hortobágyi Ágnes	73	Haladás VSE	73.3
Hegymegi Zsuzsa	71	TFSE	73.64
Roxin Mária	75	Gyula	73.83



10 km gyaloglás

Rosza Mária	67	Békéscs. Előre-Sp.	44:58.3
Ilyés Ildikó	66	Békéscs. Előre-Sp.	44:58.7
Alföldi Andrea	64	KBSK	45:22.0
Szebenszky Anikó	65	DVTK	46:23.0
Várady Ibolya	67	DVTK	46:27.0
Szabó Andrea	72	Békéscs. Előre-Sp.	47:53.0
Szászi Beáta	72	SzVSE	48:18.0
Kocsis Zsuzsa	68	DVTK	49:44.0
Bodorkosné Horváth K.	67	Haladás VSE	49:46.0
Zsoffay Klára	70	BEAC-MAFC	50:53.0
Pesti Mónika	75	SzVSE	51:46.0
Molnár Judit	67	BEAC-MAFC	52:02.0
Fertály Zita	68	Bp Honvéd	52:17.0
Puskás Éva	74	Bp Honvéd	52:25.0
Török Andrea	75	Bolyki DSE	52:41.0
Krajcsó Mónika	73	Békéscs. Előre-Sp.	53:43.0
Lukoviczki Katalin	71	Békéscs. Előre-Sp.	54:02.9
Kovács Erika	72	DVTK	54:26.0
Effenberger Mónika	74	Bp Honvéd	55:00.0
Ficz Dóra	71	Bp Honvéd	55:06.0
Varga Eszter	73	BEAC-MAFC	55:41.0
Gruber Orsolya	72	Testvériség	55:57.0
Rakics Rita	71	BEAC-MAFC	56:13.0
Polyák Dóra	73	DVTK	56:26.0
Varga Ildikó	73	DVTK	56:56.0
Nagy Patricia	73	BEAC-MAFC	56:57.0
Borné Molnár Judit	67	BEAC-MAFC	57:01.0
Szabó Lidia	74	Ikarus AR	57:45.0
Szabó Tünde	75	SzVSE	57:59.0
Erdős Katalin	70	BEAC-MAFC	58:30.0
Barka Ágnes	72	BEAC-MAFC	58:34.0
Zsoffay Andrea	67	BEAC-MAFC	59:56.0
Pintér Judit	68	Haladás VSE	60:23.0
Horváth Izabella	75	Ikarus AR	61:12.0
Závodszky Júlia	71	BEAC-MAFC	63:37.1
Ambroczi Erzsébet	73	Bp Honvéd	63:51.0
Mazzag Boglárka	75	Testvériség	67:38.0
Korodi Melinda	73	TBSC	70:35.0

Magasugrás

Kovács Judit	69	DMTE	1.93
Bölöni Eszter	70	Csepel	1.88
Fazekas Erzsébet	71	Bp Honvéd	1.86
Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	1.84
Juha Olga	62	Bp Honvéd	1.80
Szalai Aliz	73	Bp Honvéd	1.77
Csapó Mónika	71	Bp Honvéd	1.76
Sterk Katalin	61	TBSC	1.75
Dávid Noémi	73	TBSC	1.75
Hajdu Barbara	70	Bp Honvéd	1.73
Sziksai Ágnes	70	TFSE	1.73
Mihályi Anikó	74	Csepel	1.72
Ladányi Andrea	67	DMTE	1.71
Czemmel Krisztina	73	UTE	1.71
Bálint Zita	71	Csepel	1.71
Pintér Ágnes	70	VIDEOTON	1.70
Majer Ildikó	68	BÁZIS	1.70
Kántor Andrea	77	Sátoraljaújhely	1.70
Lukács Henriett	74	VEDAC	1.70
Nagy Dóra	75	BÁZIS	1.70
Kiss Enikő	75	BÁZIS	1.70
Kroh Judit	65	BÁZIS	1.70
Rácz Ágnes	74	Sz. MÁV-MTE	1.70
Zsolnai Gyöngyi	74	KSC	1.70
Vanyek Zsuzsa	60	UTE	1.69
Györfy Dóra	78	TFSE	1.69
Wlassits Gabriella	75	Haladás VSE	1.68
Fáy Krisztina	73	BÁZIS	1.68

Pádár Timea	74	DSI	1.68
Körmendy Katalin	68	GEAC	1.67
Ugyan Anita	71	TFSE	1.67
Lengyel Rita	75	BÁZIS	1.67
Zádori Anita	73	BÁZIS	1.67
Ócsai Doloresz	75	Ceglédi VSE	1.67
Borsos Bernadett	68	ZTE-Építők	1.66
Liptói Krisztina	70	GEAC	1.65
Czvalinga Ágnes	73	BEAC-MAFC	1.65
Ötvös Csilla	74	UTE	1.65
Borbély Szilvia	75	NYVSC	1.65
Szabó Zsuzsa	73	OBSK	1.65
Gönczöl Krisztina	71	SzVSE	1.65
Szabó Katalin	76	KSC	1.65
Kövári Krisztina	73	Szolnoki Varga gimn.	1.65
Gáncs Gabriella	73	VEDAC	1.64
Bagyinszki Anita	73	Mikszáth G.	1.64
Szűts Vera	75	VEDAC	1.63
Csora Zsanett	74	ZTE	1.63
Páli Judit	75	Szekszárd	1.62
Nagy Annamária	75	KSC	1.62
Bokor Edina	69	Testvériség	1.61

Távolugrás

Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	6.40
Vanyek Zsuzsa	60	UTE	6.25
Fekete Ildikó	66	DMTE	6.22 1.50
Csapó Katalin	69	DMTE	6.17 -1.10
Ináncsi Vera	75	KSI	6.16
Bálint Zita	71	Csepel	6.11 0.10
Vaszi Tünde	73	NYVSC	6.05 0.90
Dobai Marcella	73	DVTK	6.05
Molnár Erzsébet	73	Bp Honvéd	5.98
Szála Anett	74	Sopron	5.96
Sille Zsuzsa	70	TBSC	5.95 0.10
Németh Réka	75	Sopron	5.95
Kovács Krisztina	72	TFSE	5.93
Csapó Mónika	71	Bp Honvéd	5.89 -0.10
Senczi Erika	62	NYVSC	5.89
Borsos Bernadett	68	ZTE-Építők	5.88 1.80
Czompa Annamária	71	Sz. MÁV-MTE	5.85 0.10
Fagyal Mónika	72	DMTE	5.83
Medovárszki Éva	69	KSC	5.79 -0.50
Geisz Mercédesz	74	Szekszárd	5.74
Gáncs Gabriella	73	VEDAC	5.70
Hajdu Viktória	69	DVTK	5.68
Soós Eszter	73	Haladás VSE	5.62
Pintér Ágnes	70	VIDEOTON	5.61
Pető Henriett	74	DSI	5.60
Ötvös Csilla	74	UTE	5.59
Régensperger Andrea	74	VEDAC	5.58
Zab Zsanett	74	Sopron	5.58
Liptói Krisztina	70	GEAC	5.50
Bujtás Zsuzsa	76	Sopron	5.48
Kiss Enikő	75	BÁZIS	5.48
Ecsekiné Juhász E.	58	Sz. MÁV-MTE	5.47
Oroszi Tünde	68	UTE	5.46 1.90
Pádár Timea	74	DSI	5.46
Szabó Zsuzsa	73	OBSK	5.46
Vári Edit	75	Sopron	5.46
Bori Annamária	75	Testvériség	5.45
Bokor Edina	69	Testvériség	5.45
Veress Anikó	74	KSI	5.45
Kovács Erika	72	DVTK	5.45
Fazekas Erzsébet	71	Bp Honvéd	5.44
Hollósi Ilona	77	Hámán K.	5.44
Cservenka Beáta	76	DVTK	5.44
Lukács Éva	69	BÁZIS	5.43 0.10
Puczkó Annamária	72	Szeged	5.43
Szűts Vera	75	VEDAC	5.43
Szála Renáta	74	Sopron	5.43

Doczi Orsolya	75	KSI	5.42	
Gáti Ágnes	75	Mohács	5.40	
Prágai Zsuzsa	72	DVTK	5.40	
Megengedettnél erősebb hátszéllel				
Fekete Ildikó	66	DMTE	6.26	2.40
Ináncsi Vera	75	KSI	6.01	2.10
Szála Anett	74	Sopron	5.88	2.10
Vári Edit	75	Sopron	5.65	2.10
Kovács Vanda	75	Sz. MÁV-MTE	5.09	2.10
Pető Henriett	74	DSI	5.63	

Hármasugrás

Fekete Ildikó	66	DMTE	13.05	-0.50
Senczi Erika	62	NYVSC	12.68	
Vanyek Zsuzsa	60	UTE	12.67	
Fagyal Mónika	72	DMTE	12.60	0.70
Medovarszki Éva	69	KSC	12.48	1.80
Karczag Ildikó	70	TFSE	12.33	-1.00
Szála Anett	74	Sopron	12.15	
Hajdu Viktoria	69	DVTK	12.11	-0.20
Ecsekiné Juhász E.	58	Sz. MÁV-MTE	12.01	
Sille Zsuzsa	70	TBSC	12.01	0.90
Soós Eszter	73	Haladás VSE	12.01	
Bölöni Eszter	70	Csepel	12.00	
Pintér Ágnes	70	VIDEOTON	11.99	
Szirbucz Andrea	72	UTE	11.89	
Szikszai Ágnes	70	TFSE	11.65	
Dávid Noémi	73	TBSC	11.47	
Szekeres Judit	66	Sz. MÁV-MTE	11.41	
Németh Réka	75	Sopron	11.30	
Sinka Erika	73	Vasas	11.30	
Vincze Larisza	61	Ózdi Kohász	11.25	
Gáncs Gabriella	73	VEDAC	11.20	
Czompa Annamária	71	Sz. MÁV-MTE	11.20	1.40
Molnár Noémi	73	Vasas	11.19	
Geisz Mercédesz	74	Szekszárd	11.15	
Eötvös Csilla	74	UTE	11.15	
Szabó Judit	74	VEDAC	11.05	
Milosovics Zsuzsa	64	VIDEOTON	10.78	
Szilágyi Andrea	75	KSC	10.66	
Sárosi Gabriella	70	TFSE	10.66	
Fekete Ildikó I	74	TBSC	10.59	
Siklósi Edit	75	GEAC	10.48	
Csuka Ramona	74	VIDEOTON	10.44	
Prágai Zsuzsa	72	DVTK	10.43	-2.60
Szekeres Szidónia	0		10.39	
Vaszi Tünde	73	NYVSC	10.39	
Lukács Vera	73	Békés	10.34	
Szőcs Klára	73	Vasas	10.24	
Szepesi Andrea	71	Sz. MÁV-MTE	10.13	
Szeko Anikó	75	Szeged	10.12	
Kroh Judit	65	BÁZIS	10.11	
Majer Ildikó	68	BÁZIS	9.99	
Kozák Henriett	74	Bp Honvéd	9.94	
Bukovics Bernadett	75	Kap. Építők	9.87	
Gulyás Krisztina	74	Hatvan	9.87	
Balogh Judit	75	Békéscs. Előre Sp.	9.70	
Oroszi Tünde	68	UTE	9.70	
Tóth Melitta	70	VIDEOTON	9.65	
Szűts Beáta	73	VIDEOTON	9.62	
Iványi Timea	76	Békéscs. Előre Sp.	9.60	
Vágó Krisztina	73	BEAC-MAFC	9.59	
Megengedettnél erősebb hátszéllel				
Soós Eszter	73	Haladás VSE	12.14	
Dávid Noémi	73	TBSC	12.09	
Vaszi Tünde	73	NyVSC	11.37	

Súlylökés

Horváth Viktória	56	NYVSC	17.12
Stefanovits Mónika	70	Haladás VSE	16.74
Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	14.72
Pallay Sándorné	48	DVTK	14.26
Jánosi Viktória	72	MTK-VM	14.11
Horváth Gabriella	73	BEAC-MAFC	13.93
Herczegh Ágnes	50	Vasas	13.70
Hawrlant Szilvia	74	DSI	13.39
Horák Mária	75	VOSE	13.19
Divos Katalin	74	Haladás VSE	13.08
Bálint Zita	71	Csepel	12.94
Szikszainé Tamás Á.	62	PVSK	12.80
Vanyek Zsuzsa	60	UTE	12.67
Szomodri Andrea	69	Szeged	12.52
Tóthné Csöke Katalin	57	Testvériség	12.35
Tóth Timea	74	Sátoraljaújhely	12.34
Borjus Erzsébet	73	Kap. Építők	12.10
Polgár Andrea	71	TFSE	11.99
Szegvári Katalin	70	UTE	11.95
Triff Árkosi Anikó	68	TBSC	11.86
Körmeny Katalin	68	GEAC	11.86
Müller Anett	73	Kossuth G.	11.81
Oroszi Tünde	68	UTE	11.80
Petrovszki Anita	74	Békéscs. Előre-Sp.	11.78
Palombi Margit	61	TBSC	11.75
Laczko Melinda	75	KkfH Honvéd	11.68
Irmes Erzsébet	77	Ikarus	11.56
Ináncsi Vera	75	KSI	11.54
Nikolausz Csabáné	56	BÁZIS	11.42
Lévai Timea	74	DSI	11.41
Tatár Krisztina	75	UTE	11.40
Baráth Adrien	73	Mohács	11.30
Szilágyi Erika	73	BÁZIS	11.27
Kertész Andrea	74	DVTK	11.22
Kovács Réka	75	Kap. Építők	11.18
Márfly Diána	70	Haladás VSE	11.18
Horváth Gyöngyi	73	Hódlák	11.15
Lipl Zsuzsa	65	Testvériség	11.14
Kürti Éva	76	DSI	11.13
Laczó Timea	69	TFSE	11.10
Ferenczy Erika	72	BÁZIS	11.07
Gál Annamária	75	Haladás VSE	11.02
Takács Zsuzsanna	74	UTE	11.02
Tapasztó Ágnes	71	Egri TK	11.02
Veress Anikó	74	KSI	11.01
Beck Katalin	75	BÁZIS	10.94
Zsigmond Kinga	64	Testvériség	10.88
Borsos Bernadett	68	ZTE-Építők	10.87
Erős Mónika	73	Szekszárd	10.82
Rosta Szilvia	75	Csepel	10.79



Diszkoszvetés

Herczegh Ágnes	50	Vasas	58.04
Tóthné Csöke Katalin	57	Testvériség	55.94
Pallay Sándorné	48	DVTK	54.10
Kertész Tekla	62	Szeged	53.48
Stefanovits Mónika	70	Haladás VSE	52.30
Divos Katalin	74	Haladás VSE	48.48
Jánosi Viktória	72	MTK-VM	46.78
Polgár Andrea	71	TFSE	45.88
Horváth Gabriella	73	BEAC-MAFC	44.20
Triff Árkosi Anikó	68	TBSC	43.74
Kertész Andrea	74	DVTK	43.14
Lakatos Judit	67	Haladás VSE	42.76
Sugár Barbara	77	Haladás VSE	41.40
Gugg Veronika	72	DSI	41.24
Tarpai Dóra	71	DMTE	40.78
Kindl Mariann	76	Vasas	40.74
Kürti Éva	76	DSI	40.56
Szomodi Andrea	69	Szeged	39.94
Németh Magdolna	75	UTE	39.76
Veszeli Mária	71	NYVSC	39.14
Beck Katalin	75	BÁZIS	39.02
Hawrlant Szilvia	74	DSI	38.88
Bucusi Katalin	74	UTE	38.40
Serédi Zsuzsa	74	BEAC-MAFC	38.28
Horák Mária	75	VOSE	37.86
Pásztor Eszter	77	Sátoraljaújhely	37.50
Vargáné Varga Gabriella	53	Testvériség	37.48
Nagy Kamilla	75	Békéscs. Előre-Sp.	37.12
Onódi Gabi	71	TFSE	36.66
Szűts Vera	75	VEDAC	36.60
Lipl Zsuzsa	65	Testvériség	36.38
Csiernyik Mónika	72	Békéscs. Előre-Sp.	36.36
Barát Andrea	75	Békéscs. Előre-Sp.	35.74
Borjus Erzsébet	73	Kap. Építők	35.60
Limpakter Katalin	74	Gy. Dózsa	35.46
Farkas Mónika	76	Sátoraljaújhely	35.34
Rédei Melinda	76	Haladás VSE	35.32
Irmes Erzsébet	77	Ikarus	35.24
Ferenczi Anita	74	Bercsényi	34.92
Berta Edina	76	Sátoraljaújhely	34.90
Barna Erzsébet	72	DSI	34.86
Garamvölgyi Mária	71	Dunaújváros	34.84
Parzer Katalin	76	MTK-VM	34.76
Dénes Hajnal	72	TFSE	34.75
Márffy Diána	70	Haladás VSE	34.66
Nagy Krisztina	74	UTE	34.66
Nagy Katalin	76	Széchenyi	34.46
Tóth Bernadett	76	Kazincbarcikai Vegyész	34.40
Varga Mariann	76	Dunaújváros	34.32
Szentgyörgyi Szilvia	76	MTK-VM	34.00

Gerelyhajítás

Zsigmond Kinga	64	Testvériség	63.20
Hartai Katalin	63	Bp Honvéd	63.08
Malovecz Zsuzsa	62	NYVSC	59.42
Vetési Edit	67	Sz. MÁV-MTE	53.46
Németh Aliz	71	Kap. Építők	50.46
Füredi Zsuzsa	71	BEAC-MAFC	48.68
Preisinger Ágnes	73	BEAC-MAFC	48.58
Kovács Réka	75	Kap. Építők	48.56
Oroszi Tünde	68	UTE	48.36
Szegvári Katalin	70	UTE	48.06
Pörge Rita	74	Nagykörös	47.18
Bereczky Bea	66	BEAC-MAFC	45.76
Kun Zsuzsanna	77	KSI	45.26
Borbély Andrea	69	NYVSC	44.88
Takács Zsuzsanna	74	UTE	44.82
Boros Mónika	71	TFSE	44.80

Ináncsi Rita	71	Bp Honvéd	44.74
Milosovics Zsuzsa	64	VIDEOTON	43.98
Zsenei Zsófia	72	Kiskunhalas	43.98
Társ Brigitta	74	BEAC-MAFC	43.86
Czikely Ágnes	70	Szeged	43.72
Borjus Erzsébet	73	Kap. Építők	43.50
Prekob Andrea	70	Csepel	43.36
Triff Árkosi Anikó	68	TBSC	42.26
Jágfalvi Bea	73	KSC	41.92
Varga Mariann	76	Dunaújváros	41.58
Zsuffa Dóra	69	Testvériség	41.56
Szakolczai Katalin	74	UTE	41.56
Kovács Krisztina	75	Békéscs. Előre-Sp.	41.46
Ináncsi Vera	75	KSI	41.44
Karsai Éva	73	TFSE	41.36
Horváth Gabriella	73	BEAC-MAFC	41.12
Krajncz Mária	72	KBSK	41.10
Bilkey Borbála	75	KSI	40.96
Antal Katalin	75	VOSE	40.92
Horák Mária	75	VOSE	40.82
Bánfi Evelin	75	Hodiák	40.64
Nádasdi Krisztina	73	BÁZIS	40.24
Sipos Edit	65	ZTE-Építők	40.12
Bálint Zita	71	Csepel	39.90
Szécsényi Hajnalka	74	VOSE	39.86
Gugg Veronika	72	DSI	39.72
Budavári Éva	53	Sz. MÁV-MTE	39.68
Szokolai Zsuzsanna	75	Testvériség	39.58
Fehér Mónika	74	BEAC-MAFC	39.36
Mozser Edina	75	Mohács	39.26
Albert Ildikó	75	Szolnoki eü. szk.	39.00
Gál Annamária	75	Haladás VSE	38.90
Koczka Anikó	70	TFSE	38.88
Szűts Vera	75	VEDAC	38.70



Hartai Katalin

Kalapácsvetés

Stefanovits Mónika	70	Haladás VSE	55.00
Divos Katalin	74	Haladás VSE	45.94
Sugár Barbara	77	Haladás VSE	42.48
Czenki Bernadett	74	Haladás VSE	36.94
Rédei Melinda	76	Haladás VSE	31.26
Kovács Emilia	68	TFSE	30.24
Székács Eszter	73	Haladás VSE	27.68
Bognár Katalin	74	Haladás VSE	26.30
Dóczy Annamária	66	TFSE	10.49

4x100 m

Válogatott	Barati, Molnár-Ed.-Em.-Món.	45.54
Ifjúsági válogatott	Geisz, Molnár E és M, Szabó	45.69
ZTE-Építők	Borsos, Ács, Kozáry, Péter	46.07
Válogatott	Eisenhoffer, Ács, Kozáry, Máday	46.55
Sz. MÁV-MTE	Ecsekiné, Molnár, Szekeres, Petre	46.61
MTK-VM	Drommer, Bátori, Sebők, Fodor	46.75
Ifjúsági válogatott	Bédi, Molnár E és M, Geisz	46.87
MTK-VM	Fodor, Drommer, Mátrai, Bátori	47.09
Györi Bercsényi DSE	Gyömörei, Ray, Fábián, Lochner	47.19
Bp. Honvéd	Ináncsi, Barati, Lörincz, Torma	47.46
Sz. MÁV-MTE	Szekeres, Petrezselyem, Ecs-né, S	47.71
Serdülő válogatott	Bartha, Bédi, Geisz, Petrezselyem	47.74
DMTE-DSI	Balla, Bartha, Tóth, Szabó	48.09
Soproni SI	Zab, Németh, Szála A és R	48.10
MTK-VM	Sebők, Bátori, Penkala, Mátrai	48.14
DSI	Pető, Szabó, Bartha, Gellén	48.15
Szekszárd	Nemes, Jenei, Tarnai, Geisz	48.28
NYVSC	Kiss, Ruzsinszki, Gönci, Vida	48.56
DVTK	Hajdu, Kovács, Máday, Prágai	48.68
KSI	Ináncsi, Spiegl, Tarcsa, Dóczy	48.90

4x200 m

ZTE-Építők	Borsos, Ács, Kozáry, Péter	1:37.62
MTK-VM	Fodor, Drommer, Mátrai, Bátori	1:38.96
Spartacus	Komlossy, Molnár, Eisenhoffer, M	1:41.89
DVTK	Mahelszky, Kovács, Tobai, Prágai	1:42.58
KSI	Polgár, Tarcsa, Dóczy, Ináncsi	1:43.00
TBSC	Sille, Tóth, Palombi, Forgács	1:43.82
Sopron	Németh, Szála R és A, Vári	1:44.19
DMTE-DSI	Pethő, Gál, Szabó, Bartha	1:44.28
NYVSC	Kiss, Vaszi, Miklós, Ruzsinszki	1:44.30
TFSE	Bokor, Szilágyi, Gáspár, Antok	1:44.48
KSC	Erdős, Kósa, Fehér, Körös	1:44.90
BÁZIS	Gombosi, Rudolf, Kiss, Nagy	1:44.95
UTE	Molnár, Kulcsár, Szirbucz, Oroszi	1:45.05
Szekszárd	Gáti, Nemes, Jenei, Geisz	1:45.30
Bp. Honvéd	Takács, Torma, Miháldinecz, Nemes	1:45.49
BÁZIS	Gombosi, Rudolf, Kiss, Nagy	1:45.73
BEAC-MAFC	Urr, Csete, Piller, Kereszti	1:46.14
VIDEOTON	Szüts, Skultéti, Papp, Fábián	1:46.32
Haladás VSE	Egervölgyi, Soós, Frank, Hortolán	1:46.95
Bp. Honvéd	Tihanyi, Szik, Molnár, Kozák	1:46.99

4x400 m

Válogatott	Molnár, Bátori, Kozáry, Forgács	3:28.38
MTK-VM	Mátrai, Fodor, Drommer, Bátori	3:45.60
Serdülő válogatott	Dóczy, Csoszánsszky, Szabó, Kurucz	3:49.37
DVTK	Kovács Zs és J, Bartha, Máday	3:49.61
Ifjúsági válogatott	Ray, Benes, Szabó, Kurucz	3:52.45
ZTE-Építők	Ács, Péter, Pados, Kozáry	3:52.90
Bercsényi gimn.	Gyömörei, Ray, Fábián, Lochner	3:54.30
DVTK	Kovács Zs és I, Prágai, Bartha	3:55.03
NYVSC	Virányi, Széles, Katona, Lipcsei	3:55.13
UTE	Kurucz, Bédi, Pintér, Reszler	3:56.48

UTE	Bédi, Ötvös, Reszler, Kurucz	3:56.53
KSI	Neményi, Bátori, Bencze, Dóczy	3:57.13
DMTE-DSI	Bartha, Szabó, Huszti, Szabó	3:57.91
NYVSC	Zarnoczay, Benes, Ruzsinszky, Tod	3:58.23
NYVSC	Miklós, Gönczi, Pasko, Vida	3:58.99
KSC	Juhász I és II, Bakó, Marincsák	3:59.21
Bercsényi gimn.	Gyömörei, Ray, Lochner, Gerencsér	4:00.45
KSC	Erődi, Farkas, Izsáki, Varga	4:01.84
KSC	Erdős, Kósa, Fehér, Farkas	4:02.07
Csepel	Csoszánsszky, Kátai, Béki, Oszoli	4:02.55

4x800 m

PVSK	Laczovics, Czene, Dér, Csoboth	9:02.35
NYVSC	Zarnóczai, Benes, Fogarasi, Todo	9:07.38
SKSE	Szabó, Behan, Simon, Hegyi	9:08.27
VEDAC	Bango, Klepeisz, Molnár, Dóczy	9:09.83
VEDAC	Kovács, Timer, Jank, Fülöp	9:17.08
BVSC	Bugya, Brutóczki, Molnár, Hardi	9:17.52
DVTK	Simon, Kovács, Baranyai, Bartha	9:27.78
UTE	Pohánka, Reszler, Bédi, Kurucz	9:28.04
Gyula	Kósa, Forgách, Biri, Balázs	9:28.80
Csepel	Csoszánsszky, Kátai, Rieger, Béki	9:30.77
DMTE-DSI	Molnár, Kelemen, Pásztor, Huszti	9:33.28
Spartacus	Polczer, Frank, Gimpel, Németh	9:35.97
KSC	Erődi, Tóth, Zsolnay, Farkas	9:36.22
Békéscsaba	Pásztai, Gál, Csendes, Benedek	9:42.17
SZVSE	Pásztai, Pesti, Hevesi, Kiss	9:42.64
KBSK	Gertner, Csemez, Vörös, Ekler	9:43.06
KSI	Füzi, Kiss, Szakács, Radics	9:43.49
BEAC-MAFC	Buday, Gáspár, Pásztor, Kálovics	9:44.81
VEDAC	Stupján, Kovács, Répási, Szemán	9:45.54
KSI	Tóth, Bence, Varga, Rizmayer	9:45.58



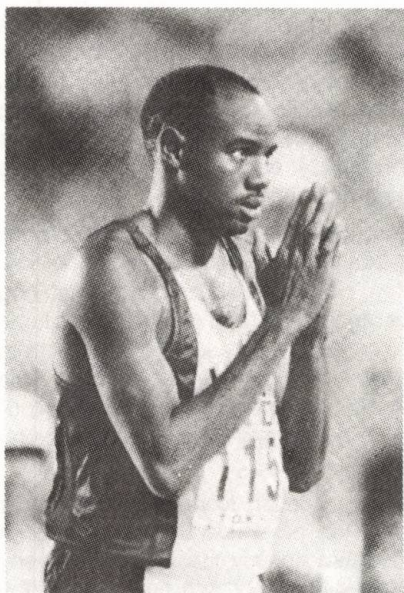
Hétpróba

Ináncsi Rita 71 Bp Honvéd						6.198
14.20	1.82	14.72	25.79	6.20	44.12	2:30.63
Bálint Zita 71 Csepel						5.671
13.98	1.69	12.29	25.14	5.99	39.06	2:21.84
Vanyek Zsuzsa 60 UTE						5.447
14.35	1.67	12.67	25.91	5.88	37.44	2:24.44
Borsos Bernadett 68 ZTE						5.249
14.73	1.58	10.57	26.22	5.80	32.22	2:29.71
Ináncsi Vera 75 KSI						4.903
15.94	1.50	11.54	27.17	5.83	41.44	2:26.49
Körmendy Katalin 68 GEAC						4.784
15.56	1.67	11.51	27.59	5.14	32.90	2:23.72
Czemmel Krisztina 73 UTE						4.625
16.79	1.64	9.70	28.65	4.88	31.26	2:44.86
Pintér Ágnes 70 VIDEOTON						4.618
15.48	1.70	9.12	27.48	5.49	34.10	2:38.59
Soós Eszter 73 Haladás VSE						4.586
15.89	1.50	9.88	29.25	5.55	33.60	2:21.53
Prágai Zsuzsa 72 DVTK						4.511
15.47	1.50	9.33	26.97	5.40	30.84	2:25.95
Lévai Timea 74 DSI						4.324
16.31	1.52	10.99	27.95	5.01	33.40	2:31.26
Bokor Edina 69 TFSE						4.257
14.97	1.61	9.73	28.04	5.24	26.46	2:47.64
Szüts Beáta 73 VIDEOTON						4.232
15.28	1.45	8.75	26.60	4.98	26.98	2:29.91
Lukács Éva 69 BÁZIS						3.985
16.74	1.45	9.34	27.84	5.11	28.28	2:35.01
Kovács Zsuzsa 72 DVTK						3.952
14.64	1.45	8.19	25.88	4.64	16.72	2:38.68
Sinka Erika 73 Vasas						3.941
16.65	1.55	7.60	28.38	4.92	22.22	2:24.19
Dobai Marcella 73 DVTK						3.772
16.55	1.53	.96	2.45	5.54	25.72	3:08.59
Erös Mónika 73 Szekszárd						3.726
16.62	1.50	9.88	29.25	4.65	29.58	2:49.22
Kertesi Tünde 69 BEAC-MAFC						3.661
17.5	150	7.56	27.53	4.84	21.50	2:39.60
Farkas Diána 73 BÁZIS						3.631
16.75	1.40	7.61	28.65	4.54	23.88	2:26.18



Ináncsi Rita

AKI BEUGROTT A TÖRTÉNELEMBE



Mike Powell egyetlen hatalmas ugrással túlszárnyalta Bob Beamon világcúcsát és véget vetett Carl Lewis 10 éves győzelmi sorozatának. Mel Watman, amerikai újságíró Tokióban beszélt vele és most bemutatja azt az embert, aki talán az első kilenc méter feletti ugró lehet.

Nem számít mit hoz a jövő Mike Powell számára, egy biztos, úgy vonul be a sporttörténelembe, mint aki egyetlen nagy ugrással (8.95 m) megdöntötte Bob Beamon 23 éves legendás világcúcsát és véget vetett Carl Lewis 65 versenyen át tartó szintén legendás győzelmi sorozatának.

A sorsdöntő versenyig Powell egész karrierjét Lewis árnyékában töltötte, aki már régóta veretlen volt, amikor a 19 éves kaliforniai diák, Powell mégcsak bontakozni kezdett. Jó néhány évig Powell nem jelentett veszélyt Lewis számára, aki állandó kiemelkedő eredményeivel bizonyításra ösztönözte a már-már reményét vesztett Powellt. Bár Powell eredményeinek javulásával egyre elérhetőbbnek tűnt a nagy álom, a világ legjobb távolugrójának a legyőzése. 1988 óta, mióta ezüstérmet szerzett Lewis mögött az olimpián, Powell képesnek tartotta magát Beamon 8.90-es világcúcsának túlszárnyalására. De ezután még három év következett és néhány Lewistől elszenvedett vereség, mielőtt Powell kihozta magából a maximumot. Tokió előtt az eredmény 15-0 volt Lewis javára, és Powell legnagyobb ugrása tengerszinten 8.63 m volt, eltekintve a 8.73-as hátszeles eredményétől, amit tengerszint feletti magasságon, Sestriereben ért el, és néhány szabálytalan körülmények között elért 8.80-as ugrástól, ami már a közelgő csúcsdöntésre utalt.

Lewis csúcsformájával és rekordjával a világ bajnoki futam 100-as döntőjében (9.86) a pálya készenállt a két versenyző közötti titáni küzdelemre. A legutóbbi összecsapáson, az amerikai bajnokságon júniusban, New Yorkban csak egyetlen egy centiméter választotta el őket egymástól. Ez a küzdelem, ahol Lewis az utolsó ugrásával előzte meg Powellt (8.64 és 8.63), valószínűleg a legnagyobb távolugró verseny volt Owens és Long 1936-os berlini összecsapása óta. De semmi sem hasonlítható össze a japán fővárosban történnel. Tókióval, ahol egyszer már született meglepetésszerű győzelem távolugrásban, amikor az 1964-es olimpián Lynn Davies nyert.

Powell röviddel tokiói 8.95-ös győzelme után elmondta, hogy még a nagy ugrás után is tartott ellenfelétől, ismervé Lewis nagyszerű versenyzői képességeit és még azután is várta, hogy ellenfele túlgorja, ahogyan azt korábban is megtette néhányszor. *"őszintén szólva azt hittem, hogy Carl az utolsó ugrásával ver meg engem. Már régóta szoktattam magam a gondolathoz, hogy utánam következik és túlgrík engem. Azt hittem, hogy 9 métert fog ugrani."*

Nyilvánvalóan Powellben van egy egészséges tisztelet Lewis iránt (*"nagyszerű atléta és versenyző, nagyon sokat tanultam szellemi keménységéből"*), de most, hogy ő lett a ranglistavezető, nincs szándékában olyan "takarékosan" versenyezni, mint ahogy Lewis versenyzett az elmúlt években. Ellentétben riválisával, aki fokozatosan növelte győzelmeinek számát, Powell bármikor, bármilyen versenyen el fog indulni. *"Tíz vagy tizenöt versenyen szándékozom indulni egy évben, és nem csak kettőn"* - mondta nyomatékosan Powell egy sajtótájékoztatón egy nappal a győzelme után. *"Kettőt-hármat ugrani egy évben és utána tíz évig veretlennek lenni, nem való. Az igazi bajnok az, aki minden feltételek mellett képes versenyezni, akár fázik, akár vizes vagy fáradt."*

Lewisről Powell a következőket mondta: *"Kapcsolatom Carllal a pályán, alapjában véve baráti. Nem nagyon ismerem, mint embert és ő sem ismer engem. Ha kapcsolatunk több lenne ennél az a számomra káros lenne. A pályán ő az ellenfelem és ez az, amire nekem szükségem van. Ha nagyon jól kijönnénk egymással, akkor nem lenne meg bennem, ugyanez a motiváció."*

Megkérdeztük, hogy mit mondtak egymásnak a verseny után. *"Hihetetlen nagy!"* - mondta Powell, mire Lewis a következőket válaszolta: *"Gratulálok, megérdemled"*.

Powell kevésbé volt elragadtatva Lewis nyilatkozatától. Lewis ugyanis azt nyilatkozta, hogy kételkedik benne, hogy Powell még egyszer ilyen nagyot fog ugrani. *"Ha Carl negatív dolgokat mond rólam, az csak jót tesz nekem"* - mondta Powell. *"Ez csak olaj a tűzre"*.

Bár lehet, hogy Lewis megjegyzése félremagyarázott volt. Lewis szerint: *"Ez egy nagyszerű verseny volt számomra és még nagyszerűbb Mike számára. Csak egy nagy ugrás volt, élete legnagyobb ugrása, de csak ez számít a távolugrásban."* Ez egy fair nyilatkozat volt Lewistől. Egyébként Lewis hihetetlen sorozatot ugrott: 8.68, -, 8.83 (széllel), 8.91 (széllel), 8.87 és 8.84. Ezzel szemben Powell sorozata: 7.85, 8.54, 8.29, -, 8.95, -. Egy nagyszerű sorozat lehet lenyűgöző, de csak a legnagyobb ugrás az, ami számít. Powell már hozzászólt ahhoz, hogy mindig leírják. *"Az emberek régen véznának hívtak és azt mondták, hogy sovány lábaim vannak, soha nem tudok majd ugrani. Egész életemben csak azt hallottam tőlük, hogy nem tudom megcsinálni."* Megmutattam nekik. Bár soha nem vált be kosarasnak (ez volt élete első szerelme), mivel az edző szerint nem vezette elég jól a labdát, ezért a Los Angeles-i egyetemen (UCLA) szociológusi diplomát szerzett és korának egyik legünnepeltebb sportolójává vált.

Lewishoz és Beamonhoz hasonlóan, Michael Anthony Powell is az Egyesült Államok keleti partján nőtt fel, Philadelphiában született 1963 november 10-én. Mikor könyvelő édesanyja munkát változtatott, Kaliforniába költöztek, ahol West Covinában az Edgewood High Schoolban kezdett távol ugrani a kosárlabda kiegészítéseként. Első évben, 1980-ban, amikor 16 éves volt csak 6.68-ig jutott, de elkapta a fonalat és a gyors fejlődés 1981-re egyszerre csak már 7.19 m-t eredményezett. 1982-ben, mikor elkezdte tanulmányait az egyetemen, eredménye csak 7.48-ra javult, és magasba 2.15 m-t tudott, de a világ csak akkor figyelt fel rá, amikor a következő szezonban 8.06 m-t ugrott, ugyanabban az évben, amikor Lewis világ-bajnoki címet nyert Helsinkiben! Arról álmodozott, hogy 1984-ben bekerül a Los Angeles-i olimpiai csapatba, különösen azok után, hogy az amerikai bajnokságon második helyezést ért el, de azon az egy versenyen, ami igazán számított (az USA válogató versenyén), csak 6. lett. Annyiból volt részese az olimpiai játékoknak, hogy önkéntes gépkocsivezetőnek és műszaki szakembernek jelentkezett a svéd rádióhoz és tévéhez. Powell eredményei négy éven keresztül gyakorlatilag stagnáltak: 1983-ban 8.06 m-t ugrott, 1984-ben 7.98 m-t, 1985-ben (abban az évben, amikor egyéni legjobbját futotta 100-on 10.45 és 200-on 20.99 hátszállal) 8.17 m-t ért el és 1986-ban 8.04 m-t. Az egyetem befejezése után, 1987-ben ugrotta be magát a világ élvonalaiba 8.27 m-es eredménnyel, amivel megnyerte az Universiadét és a Grand Prix döntőjében olyan befutott atlétákat előzött meg, mint Larry Myricks, Robert Emmijan, Mike Conley és Jaime Jefferson.

A következő fontos állomás 1988-ban jött a karrierjében, amikor Randy Huntington, Willie Banks edzője vette szárnyai alá. Jól kezdte a szezont, de olimpiai törekvései veszélyben forogtak, miután májusban egy sürgős vakbélműtéten esett át. Szerencsére elég gyorsan felépült ahhoz, hogy a válogató versenyen ugrani tudjon, de nagyon közel állt ahhoz, hogy elrontsa ezt az indianapolisi versenyt. Edzőpartnere, Banks a "Hibázó Mike" becenevet ragasztotta rá, mivel Powell hajlamos rá, hogy sorozatban elrontsa ugrásait. Ez történt a válogató versenyen, és ahol Powell az első öt ugrásából négyet elrontott és a döntőbe csak hatodikként került. Ezután következett élete legszebb pillanata (a tokiói győzelmet leszámítva). Tulajdonképpen valóra váltotta álmát, amire már középiskolás korától vágyott... ahogyan elképzelte, hogy egyetlen utolsó ugrással bekerül az olimpiai csapatba. Ezen a versenyen a harmadik helyen végzett (8.36 m) és egy lépcsőfokkal közelebb került Szóulhoz, ahol végül is élete legjobbjával (8.49 m) ezüstérmet szerzett.

Az olimpiát követően, Powell elmondta, azt remélte, hogy megveri Carl Lewist a világcsúcsért folytatott küzdelemben, de be kellett érnie egyéni csúcsbeállításával (8.49), amit Brüsszelben ért el, valamint két hátszeles ugrásával (8.55 és 8.52). Az 1990-es éve sokkal szerencsésebb volt. Megnyert egy 50.000 dolláros díjazású kosárlabda zsákoló versenyt, míg az atlétika pályán olyan közel került Lewishoz, mint még soha. Júniusban Lille-ben 8.66-ra javította egyéni legjobbját

és a seattle-i jóakarát versenyeken a következő hónapban csak 4 cm-rel maradt el Lewis mögött (8.38-8.34), aki bevallotta, hogy nagyon szoros verseny volt. Legközelebb 1991 júniusában találkoztak New Yorkban. Powell 8.59 m-rel nyitott, majd 8.63-at ugrott, Lewis válasza 8.60 m volt egészen az utolsó kísérletig, amellyel aztán 8.64-et teljesített és megszerezte 65. győzelmét. Természetesen Powell csalódott volt, de tudta, hogy az ő napja is eljön egyszer. Amint azt Tókióban elmondta: *"Fokozatosan fejlődtem a Carl elleni versenyeken az elmúlt években. Minden esztendőben egy kicsit közelebb kerültem hozzá, nem voltam türelmetlen. A hazai bajnokság után tudtam, hogy még van egy nagyobb ugrás bennem és bizakodtam."*

Augusztus 30-án elérkezett a leszámolás napja. Egy kis időbe telt, míg Powell mozgása összeállt. A verseny felénél Lewis még sokkal vezetett Powell előtt. De a negyedik ugrásával Powell bebizonyította, hogy képes a nagy győzelemre. Az ugrás sikertelen volt ugyan, de túl volt a 8.80-on. Powell eldramatizálta, izgalmassá tette a helyzetet az elugró deszka alapos megvizsgálásával és azzal, hogy elvitatkozott a piros zászlós bíróval, de mint azt később bevallotta, csak rájátszott, színészkedett. Tudta jól, hogy belépett. *"Csak megpróbáltam ugratni a bírót."* A következő, utolsó előtti ugrásával egy kicsit hátrébb vitte nekifutását, egy pár centiméter hiányában pontosan "elkapta" a deszkát és történelmet csinált 8.95 m-es ugrásával. Lewis 8.87-tel és 8.84-gyel válaszolt, és így a világcsúcs és a világbajnoki cím Powellé lett.

Mire gondolt Powell, miközben a korszakalkotó ugrásra készült! *"Csak lazítottam és teljesen kikapcsoltam a közönséget és minden mást magam körül. Éppen készültem az ugrásra, amikor felnéztem, és láttam, hogy a szél kedvezően fúj. Így lerövidítettem a felkészülést és elindultam a széllal. A nekifutást nagyon jónak éreztem. Úgy éreztem, hogy nagyon magabiztosan érkeztem a deszkához. Amikor elugrottam, azt hiszem kiálltattam egy kicsit. Mikor talajt fogtam, úgy gondoltam még mindig volt bennem egy kis agresszivitás, így még egyet kiálltattam. Nem gondoltam Carlra, nem gondoltam a közönségre, csak arra koncentráltam, amit tennem kellett egészen az ugrás befejezéséig. Mikor kijöttem a gödörből, azt már tudtam, hogy legalább egy 8.80 m körüli egyéni csúcst ugrottam. Aztán amikor ránéztem a homokra, egy kicsit izgatott lettem."*

A nekifutási sebesség elemzése kimutatta, hogy bár Lewis sokkal gyorsabb, mint Powell, a számok mégis azt mutatják, hogy Powell jobban megfutja, a végét. Powell a világcsúcsot jelentő ugrásánál az elugrás előtti 6-11 métert 10.79 m/s sebességgel tette meg, míg az utolsó 6 métert 10.94 m/s-mal. Ezzel a sebességgel érkezett a deszkához. Ezzel szemben Lewis eredményei a 8.91-es hátszeles ugrásánál 11.23 m/s és 11.26 m/s, míg a 8.87-es ugrásánál 11.18 m/s és 11.21 m/s volt. *"Powell sebessége 100 méteren nem mérvadó, ami számít, az a 30 m-es sebessége"* - fűzte hozzá Powell edzője, Randy Huntington. Az utolsó két 5 m-es szakaszon gyorsította sebességét, amire egyébként már régóta készülnek.

"Carl a gyorsaságából ugrik, Myricksnak 20 mp-es eredménye van 200-on és nagyon erős. Nekem elfogadható sebességem van 100-on (10.4), de azt hiszem, hogy az én titkom az ugró képességemben van, aminek nagy részét a kosárlabdázásnak köszönhetem" - egészítette ki Powell. Bár Powell soha nem utánozta Bob Beamont (technikáját inkább szovjet és keletnémet atlétáktól tanulta, s nem az amerikai sztároktól), mégis sokat tanulmányozta őt egy videokazetta segítségével. *"Inkább ösztönzéseként és motivációs célokból nézegettem őt"* - mondta Powell. A világcsúcstartó így nyilatkozott elődjéről: *"Háromszor találkoztam Bob Beamonnal és kimondhatatlanul tiszteltem őt, de fordítva ezt nem tapasztaltam tőle. Mindent, amit hallottam róla, Lewistől és Myrickstól tudom. Aztán múlt nyáron Los Angelesben az amerikai olimpiai fesztiválon láttam őt kísétálni a stadionból, míg én az ugráshoz készülődtem. Mikor megkezdtem az ugrást, ő hátat fordított és elment. Remélhetőleg most, hogy megdöntöttem a világcsúcsot, érez majd valamiféle tiszteletet irántam."*

Egy pár nappal később, az USA-ba visszatérve Powell ismét találkozott vele. *"Megölelt és sírni kezdett. Ez egy nagy-szerű, érzelmes pillanat volt számomra, amire mindig emlékezni fogok. Úgy éreztem, hogy tovább adta a fáklyát nekem."*

A következő határkő a távolugrás történetében a 9 méter lesz, ami Powell céljai közé tartozik. Szintén a céljai közé tartozik, hogy egy új szintet állítson fel, ami azt jelenti, hogy 8.60-8.70 m-nél csak nagyobb szeretne ugrani a versenyeken. Ezenkívül célja, hogy ranglistavezető maradjon, bár saját bevallása szerint sokkal nehezebb a csúcson maradni, mint elérni azt.

És mi van a 30 láb (9.14 m) túlszárnyalásával? Randy Huntington szerint több, mint valószínű, hogy valaki ezt a határt is megdönti, lehet, hogy Mike, de lehet, hogy valaki más. Powellnek más a véleménye: *"A 30 láb egyelőre nem tartozik a céljaim közé. A jelenlegi célom a 9 méter. Ha azt mondom 9 méter, akkor úgy értem, hogy igazán hiszek benne, hogy képes vagyok ekkorát ugrani. De nem mondanám el ugyanezt a 30 lábról."*

Powell, aki 50.000 dollárt kapott klubja szponzorától, Foot Lockertől a világcsúcs megdöntéséért és aki úgy érzi, hogy európai rajtpénzei most már megnégyszereződhetnek (előzőleg 8.000-10.000 dollárt kapott), elmondta: *"Szeretnék az atlétika népszerűsítésének katalizátora lenni az Egyesült Államokban. Ha bármiben segíteni tudnék, boldog lennék. Szeretném, ha az atlétika az USA-ban ugyanúgy működne, mint Európában, ahol 40.000-res közönség tapsol és élvezzi, amit csinálunk. Nagyon szeretek Európában versenyezni, felfedezni különböző országok kultúráit."* Az utazáson kívül Powell rajong a sakkért, a 10 bábus bowlingért (180-as átlaga van), a kosárlabdáért és a zenéért. Bátyja, Ron Powell ismert dobos, jelenleg Diana Ross-szal turnézik. *"Szerencsés vagyok, hogy sportoló lehetek és nem kell reggel ötkor kelnem és dolgozni indulnom. Ez jó elfoglaltság nekem."* De rájött, hogy élete megváltozhat. Előzőleg csak az atlétika közönsége ismerte, de most már hírneve van. *"Nagyon remélem, hogy ismeretlen maradok, hogy eljárhatok a barátaimmal, vagy bowlingozni biztonsági emberek társasága nélkül."*

Az atlétika még mindig egy olyan kis sportág az USA-ban a baseball, a kosárlabda és az amerikai foci "szent hármásával" összehasonlítva, hogy Powell valószínűleg nyugodtan sétálgathat anélkül, hogy felismernék.

elká

Ők mondták

“Nem számít, hogy egy verseny lassú-e, vagy gyors. Tudom, hogy mindig képes vagyok nyerni.”

Noureddine Morceli, arról, hogy milyen típusú 1500-as versenyt kedvel.

* * *

“Az utolsó kísérletnél már csak te vagy és a lécs. Egyedül érzed magad és el kell végezned a munkát. Aztán kiderül, hogy jó vagy rossz munkás vagy-e.”

Szergej Bubka, “az igazság pillanatáról” a rúdugrásban.

* * *

“300 métereket szoktam futni úgy, hogy egy, a derekamhoz erősített autógumit húzok magam után. Ettől aztán megerősödik az ember.”

Grit Breuer, arról, hogyan erősíti lábait a 400 méterre.

* * *

“Ameddig távolt ugrok, fiatalnak érzem magam.”

Larissza Bereznaja, 30. születésnapján.

* * *

“A verseny előtt három dolgot mondogatok magamnak: koncentrálj, emlékezz az edzéseidre és fúsd a saját versenyedet.”

Mary Onijali, az indítás előtti pillanatokról.

A dopping szó az amerikai angolból (doping) terjedt el és vált nemzetközivé és így magyar műszóvá is. A magyar nyelv történeti-etimológiai szótára keletkezését 1912-re teszi és a Horovitztól származó értelmezés szerint “főképpen versenylovak, ritkábban sportolók teljesítőképességének izgatószerrel való (tiltott) fokozása”-t érti alatta. Bizonyára sokan felkapják fejüket az évszámra. A sportolók már akkor is doppingoltak?! Bizonyára volt ilyen, hiszen az emberi leleményesség nem újkeletű. Egy azonban biztos, hogy évszázadunk elején nem volt olyan elterjedt, mint manapság. Az szinte biztos, hogy nem használtak anabolikus szteroidokat, amelyek ma a legelterjedtebb doppingszerek közé tartoznak.

DOPPING

Az említett szótár így fejezi be a doppingról az értelmezést: A sportnyelv és a társalgási nyelv szava. A társalgási nyelvhasználatról szinte már meg is feledkezünk. Pedig korábban a sportban is használták ezt a kifejezést és akkor még nem a tiltott teljesítményfokozást értették alatta. A “doppingol valakit” átvitt értelemben azt jelenti, hogy ösztönöz, motivál, erőteljesen ráhat valakire. Egy versenyzőt doppingolhat az ellenfele is, ha az jobb teljesítményt ért el mint ő. Sajnos ma egészen más asszociációkat kelt az ellenfél jobb eredménye. Nem doppingolja a lemaradtat, ellenben vádat szülhet, hogy a jobb doppingolt, természetesen tiltott módon. Ma szinte fel sem merül, hogy egy világcsúcsot elérő versenyzőt ellenfelei vagy más tényezők - netán edzője - arra ösztökéltek (doppingoltak), hogy többet, jobban edzve győzze le ellenfeleit. Elszomorító ma ez a vádaskodó légkör a sportban. Sokan vélik úgy, hogy a világszínvonal elérése edzőmunkával nem lehetséges, mintha már kime-

rítettünk volna minden lehetőséget a sportolók felkészítésében. Aligha hiszem, hogy így lenne. Egy azonban biztos. Tablettákat adni a versenyzőknek sokkal egyszerűbb, mint új módszereket kidolgozni, megismerni a versenyzőket minden vonatkozásban és minden személyes ráhatásunkkal "doppingolni" őket.

Gyakran tették fel nekem a kérdést itthon és külföldön, hogy mi az oka annak, hogy magasugrók néha 10-15 cm-rel kisebbet, vagy nagyobbat ugranak egyik versenyről a másikra. Sokszor érződött a kérdés mögött hátsó szándék. Nevezetesen az, hogy a kimagasló eredményt dopping alkalmazása, a gyenge eredményt annak hiánya okozta. Néha belementem a játékba és azt válaszoltam, hogy valószínűleg a gyenge szereplés azért következett be, mert az edző nem doppingolta versenyzőjét. Persze nem gyógyszeres doppingra gondoltam, hanem a szó átvitt értelmű, társasági nyelvbéli használatra. Ezzel kapcsolatosan elmesélek egy történetet. Egy nagyon fontos technikai edzéshez készülődünk magasugró tanítványommal. A terv az volt, hogy egyéni csúcsa közelében végezzünk minél több ugrást. A bemelegítő ugrásoknál (az egyéni csúcsnál 25 cm-rel alacsonyabb magasságon) már látszott, hogy valami nincs rendjén. Versenyzőm képtelen volt sikeresen átjutni a lécen. Nem értettem a dolgot, mert tudtam, hogy jó fizikai állapotban van. Megpróbálkoztam mindezzel, ami korábban eredményre vezetett, de minden praktikám hiábavalónak bizonyult. Láttam, hogy magasugróm szenved. Én is. Aztán hirtelen kifakadtam. Benne volt minden elkeseredésem. Még ma is emlékszem azokra a mondatokra és hangsúlyra, amelyek és ahogy elhangzottak. Nem akarom részletezni. Tény, hogy ilyen haraggal soha nem beszéltem ezzel a versenyzőmmel, mert nem is volt rá szükség. Egyébként is érzékeny természetű volt. Szerencsére annyi önkontrollom volt, hogy személyes méltóságában ne bántsam meg. Kitörésem azzal fejeztem be, hogy menjen el a pálya túlsó végébe, szökdeljén és közben gondolkodjon el a történeteken, s akkor jöjjön vissza, ha technikai edzésre kész állapotban van. Kiadtam haragomat és fájó szívvel néztem, amint nemzetközi hírnevű tanítványom szégyenkezve eloldalog a pálya túlsó végébe.

Elkönyveltem, hogy ennek az edzésnek vége. Nagy meglepetésemre, alig kevesebb, mint egy óra múlva megjelent a tanítványom, hogy ugrani akar. Láttam, hogy egy egész más versenyző áll előttem. Elkezdtünk ugrani. Summa summárum, legkedvesebb tanítványaim egyike túlteljesítette az előzetes tervet és sokkal több sikeres ugrást hajtott végre egyéni csúcsközelben, mint valaha.

Talán mindenki elhiszi, hogy semmilyen gyógyszeres doppingot nem alkalmaztam. De sikerült ráhatnom azzal a "doppinggal", amely versenyző és edző között láthatatlanul, megfoghatatlanul terjed térben és időben vagy éppen egy egészen más dimenzióban.

Ilyen hirtelen átváltozáshoz nincs szükség "kokszo-
lásra", s ezt bizonyára nagyon sok edző meg tudja erő-

síteni. Nem kétséges persze, hogy a gyógyszerek fokozhatják a teljesítményt. Bár kísérletek bizonyítják azt is, hogy az anabolika gyanánt adott placebo "gyógyszerek" csaknem ugyanazt a teljesítménynövekedést hozták magukkal, mint a valódi szteroidok. Az is bizonyított, hogy az anabolikus szerek csak azoknál hatottak pozitívan a sportteljesítményre, akik maguk is átlagon felüli motiváltságot mutattak.

Tény az is, hogy egy adott sportág szempontjából abszolút tehetséggel rendelkező sportoló utólérhetetlen, ha doppingol. Abszolút tehetségek azonban nagyon ritkán születnek. Így mindig megvan annak a lehetősége, hogy helyes kiválasztással, személyre szabott, ellenőrzött edzésekkel, az edző különleges ráhatásával a magyar sportolók is feljuthassanak az olimpiai dobogó legmagassabb fokára.

Lapunk ehhez szeretne segítséget adni a rendelkezésre álló minden eszközzel. Szívesen vennénk ilyen vagy hasonló esetekről szóló rövid beszámolókat, amelyeket nagy örömmel közölnénk.

Tihanyi József

* * *

A fenti cikk az Országos Testnevelési és Sporthivatal, valamint a Magyar Olimpiai Bizottság támogatásával, az OTSH Versenysport főosztály kiadásában megjelent MESTER-EDZŐ című lap 1. számában látott napvilágot. A szerkesztők avval az elgondolással bocsátották útjára a lapot, hogy az edzésgyakorlatban azonnal felhasználható, könnyen "fogasztható", ugyanakkor érdekes, színvonalas cikkekkkel, írásokkal, különféle hasznos információkkal segítik az edzők munkáját.

A lap ingyenes, s azoknak az edzőknek, akik ezt levélben kérik, megküldik a kiadványt.

Cím: MESTER-EDZŐ
1054. Budapest, Hold u. 1.



Amit a sportolók vérszegénységéről tudni kell

ÁLLAMI EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTATÁS

térítésköteles

vény

Név: Kor:

Lakcím:

19.... év hó nap

Rp.

Az orvos
mondja...

Közép- és hosszútávfutóknál számos esetben megfigyelték és leírták a vészérum vas és ferritin szintjének elmaradását a normál értéktől, melyet a csontvelő hemosiderin szintjének egyidejű csökkenése kísért. A sportélettanászok körében régóta vitatéma, hogy a távfutóknál észlelt vashiány valódi vashiány-e vagy a terhelés hatására kialakuló élettani alkalmazkodás következménye.

A vérszegénység kialakulására több hipotézist állítottak fel. Először úgy vélték, hogy a sportolók anémiája kedvező változás, mivel az alacsonyabb hemoglobin szint csökkenti a vér viszkozitását és a perifériás ellenállást, tehát javul az oxigénellátás. A teória helytelen volta rögtön belátható, mivel a hemoglobin és hematokrit (a vvt-ek %-os aránya a keringő vérben) értéke meghatározza a vér oxigénszállító kapacitását. Férfiaknál a hematokrit optimális értéke 45 %, nőknél 40-42 %. A teória ellen szólnak a magaslati edzés és a vérdopping tapasztalatai is, amikor a hemoglobin és hematokrit érték növekedésével a munkavégzőképesség és így a sportbeli teljesítmény is javult. A második hipotézist, nevezetesen hogy a sportanémia a vörösvértestek fokozott szétesése miatt következne be, látszólag alátámasztja a szérum haptoglobin, bilirubin szint változása és a retikulocytaszám növekedése. A sportolóknál megfigyelt, az átlagemberhez képest fokozott vörösvértest-pusztulás megnöveli a vérben a hemoglobin-haptoglobin komplex keletkezését, mely komplexet a hepatocyták veszik fel. Ennek következtében a RES-nek csökken a kapacitása az elpusztult vörösvértestek felvételére, melynek következtében csökken a vészérumban a ferritin és

transzferrin szint és a vas szint a csontvelőben. Tekintettel arra, hogy a fokozott vörösvértest-pusztulást fokozott vörösvértest-képződés követi, ez a teória is elvetendő. A harmadik hipotézis szerint a sportanémia vasvesztés következménye. Terheléskor megváltozik a keringő vér eloszlása, több jut az izmokba és kevesebb a hasi szervekbe. A hiányos vérellátás következtében vérzés jöhet létre a gyomor-bél rendszerből. (Maratoni futás után a versenyzők 25 %-ánál találtak vért a székletben.) A vérvesztesség mértékét a futás által okozott stressz határozza meg, így nemcsak hosszú futás után, hanem intenzív, résztávós edzés után is észlelhető. A vérzéshez hozzájárulhatnak egyes gyulladáscsökkentő gyógyszerek is. A vizelet útján is történhet vérvesztés, akár a hólyagból, akár a veséből, mely lehet szabad szemmel látható vagy mikroszkópos. Intenzív munkavégzéskor jelentős, literenként 4 mikrogrammnyi vasat veszíthet az izzadsággal a sportoló. Nők vashiányos állapotát elősegítheti az alacsony kalóriatartalmú étrend és fokozhatja mértékét a menstruáció során elvesztett vas is. Vegetáriánusok is könnyen kerülhetnek vashiányos állapotba, mivel a növényi táplálékban lévő vas tízszer kevésbé szívódik fel, mint az állati eredetűben lévő. Nem eléggé közzismert, hogy akut fertőzések, mint például a megfázás, jelentősen csökkenthetik a vas értékét, ám ez a vashiány a betegség megszűnése után magától rendeződik. Bár egyes, erre hajlamos sportolóknál mindezek hozzájárulhatnak a vashiányos anémia kialakulásához, az alapvető ok a vasanyagcsere megváltozása.

Állóképességi sportolók naponta több órán át edzenek, tehát hosszú időn keresztül jelentős oxigént vonnak ki a hemoglobinnal. Ha a vörösvértestekben megnő a deszaturált, alacsony oxigéntartalmú hemoglobin mértéke, ezzel párhuzamosan nő a 2,3-DPG koncentrációja a vörösvértestekben, mely a hemoglobin disszociációs görbét jobbra tolja, minek következtében a szövetek oxigénellátása javulni fog. (Az oxigén gyengébben kötődik a hemoglobinhoz, tehát a hemoglobin könnyebben leadja az oxigént.) Az a receptor, mely a vérképzést segítő erithropoetin szintet ellenőrzi, olyan információt kap, mintha a sportolónak magasabb lenne a hemoglobin szintje a kelleténél. Ennek következtében csökkenti az erithropoetin szintet, tehát a hemoglobin és hematokrit érték is csökkenni fog.

A jelenlegi kemény versenysport régen meghaladta a testmozgás normális élettani határát. Az emberi faj fejlődése során sokkal inkább rá volt kényszerítve a túlélés szempontjából, hogy rövid távon gyorsan fusson, minthogy tartósan, nagyon sokáig tudjon futni, így szervezete főleg a rövid távú, gyors futáshoz alkalmazkodott. A vasanyagcsere változásának elmélete arra hívja fel a figyelmet, hogy a távfutók anémiáját komplexen, több faktor figyelembevételével kell értékelnünk és kezelnünk.

Dr.Ékes Erzsébet



Magasan szárnyalt a griffmadár

Az 1867. évi ki-
egyezés utáni nyugod-
tabb időkben,
1875-ben gróf Ester-
házy Miksa kezdemé-
nyezésére - több
sportbarát összefogá-
sával - megalakult az
első magyar atlétikai

egyesület, a Magyar Athletikai Club (MAC),
amely célul tűzte ki a szabadtéri sportok - első-
sorban az atlétika - meghonosítását és népszerű-
sítését. Az idők folyamán mintegy húsz sportággal
foglalkozott a MAC, de a birkózás, ökölvívás,
úszás, vízilabda, tenisz és vívás mellett a súlypon-
tot az atlétika jelentette. Zászlójukra - az erő jel-
képét - az oroszlánsasok ivadékát, a kék-sárga
tollú griffmadarat választották és a kék-sárga me-
zes, griffmadaras MAC-atléták nemcsak az ország
atlétikai életében játszottak döntő szerepet, de
sok nemzetközi sikert is értek el.

1896-ban írták ki az atlétikában, egyelőre két
számban, 100 yardos síkfutásban és 1 angol mér-
földes futásban az első országos bajnokságot, ame-
lyet még a MAC rendezett meg. A MAC első
atlétikai bajnoka a 100 yardon győztes Szokolai
Alajos lett, aki ugyanebben az évben az athéni
olimpián 100 méteren harmadik helyezést szer-
zett. A következő évben, 1897. március 21-én hét
egyesület részvételével az ő indítványára alakult
meg a Magyar Atlétikai Szövetség.

A Margitszigeten, annak a bejáratánál 1901-
ben megépült a MAC pályája, hazánk első salakos
atlétikai küzdőtere. Több mint négy évtizeden ke-
resztül - egészen a második világháború utánig,
amikor minden további nélkül megbélyegezték és
feloszlatták az egyesületet - sok izgalmas csatának,
kék-sárga sikernek lehetett tanúja az azóta már
lebontott öreg lelátó. A Margitszigeten, atlétikai
versenyeken akkor még gyakran több ezres néző-
sereg előtt sokszor hangzott fel a MAC-isták híres
buzdítása, csatakiáltása, amely Szabó Miklós és
Barsi László felejthetetlen középtávfutó összecsá-
pásainál így szólt:

- EM - Á - CÉ, EM - Á - CÉ, MAC - MAC -
MAC, Miki, Miki, Miki - Dirr - Durr - Bele !, amire
a másik patinás atlétikai egyesület, a budai felleg-
vár, a BBTE (róluk majd máskor lesz szó) szava-
lókórusa így válaszolt:

BÉ - BÉ - TÉ - E, BÉ - BÉ - TÉ - E, Barsi,
Barsi - Zumm - Bumm - Ratata - Psz - Pak!

*

A MAC atlétái 1896 és 1944 között 244 férfi
és 4 női egyéni, 81 férfi és 2 női csapatbajnoksá-
got, összesen tehát 331 magyar bajnokságot nyer-
tek. Az egyesület feloszlata után pedig más
kluboknak szerzett bajnoki címet, többek között
Garay Sándor, dr.Csaplár András, Németh Béla,
Rátonyi Sándor, Németh Imre, Várszegi József,
Dusnoki Géza, Fekete Ilona és Szigeti-Varga Zsu-
za. Nemzetközi szinten pedig a főiskolai világ baj-
nokságon, angol bajnokságokon kívül az olimpiai
és Európa-bajnoki érmek sorát gyűjtötték be,
részben a MAC színeiben, részben pedig 1945-től
kezdve más egyesületek versenyzőjeként.

*

Kik tűntek ki az évtizedek folyamán, kiket tar-
tottak a Margitszigeten a klub legjobb atlétáinak?
Nehéz erre válaszolni, hosszú lenne a sor a baj-
nokok felsorolására, ezért a teljesség igénye nél-
kül, szakáganként a legeredményesebb
griffmadaras atlétákat említjük meg.

A vágatszámokban (45 egyéni és 7 csapatbaj-
nokság) Krepuska Géza (1916-1920) és az Eb-he-
lyezett Gyenes Gyula (1936-1942) egyaránt 8-8
egyéni és 2-2 csapatbajnokságot nyert, utóbbi
azonban előtte, 1931-ben 100 méteren az MTK
színeiben is győzött.

A középtávfutásban évtizedeken keresztül ve-
zető szerepet játszott a kék-sárga mezes gárda (46
egyéni és 50 csapatbajnokság). Két nagy név köré
csoportosultak a jobbnál jobb futók. Dr.Szerbák
Elek, az 1989-ben újjáalakult klub 1990-ben el-
hunyt elnöke, a klub örökös bajnoka, Szerb Elek
néven 1926 és 1931 között négy távon (1500,
5000, 15.000 méter, mezei) tíz alkalommal lett ma-
gyar bajnok, az Európa-bajnok Szabó Miklós pe-
dig 1929-től 1944-ig öt távon (800, 1500, 5000,
akadály és mezei) tizenöt egyéni bajnokságon dia-
dalmaskodott. Rajtuk kívül a későbbi Eb-bronzér-
mes dr.Csaplár András (1939-1941) három távon
(5000, 10.000 méter és mezei), míg a világcsúcs-
tartókat nevelő Iglói Mihály 1939-ben 800 méte-
ren, a későbbi angol bajnok Garay Sándor pedig
1944-ben 1500 méteren nyert magyar bajnokságot.
A felsoroltak több klubtársukkal együtt (Kultsár
István, Bejczy Lajos, Belloni Gyula, Németh Béla.

dr. Istenes Gusztáv, Rátónyi Sándor), valamennyien számos csapatbajnokságot is nyertek. A legjobban a 4x1500 méteres váltó szerepelt, 1921-től 1944-ig 18-szor lettek elsőek. Gáton is erősek voltak a MAC-atléták, s 28 egyéni bajnokságot nyertek. Ezekből 1922-től 1930-ig 200 és 400 méteres gáton tízszer nyert a "bajnokok bajnoka", a sokoldalú olimpiai ezüstérmes, angol bajnok Somfay Elemér, akit 1931-től három évre ugyanezen a távokon Csépfalvy Nagy Géza, kétszeres főiskolai világbajnok, az újjáalakult MAC jelenlegi pénztárosa öt bajnoksággal váltott fel. Egy alkalommal, 1928-ban 200 méteres gáton a több sportágban (jégkorong, gyeplabda) is válogatott Farkas Mátyás lett első. A két Püspöki közül 110 méteres gáton előbb Gyula (1917-1920) nyert négy, majd utána Tibor (1925-1927) három bajnokságot. Az ugrószámok közül (62 egyéni és 9 csapatbajnokság) a rúdugrók "szállították" a legtöbb bajnoki címet, szám szerint 25-öt. Szathmári Kálmán (1908-1913) hatos sorozata után (mellesleg távolban is háromszor lett bajnok), Karlovits János következett (1923 és 1932 között) öt bajnoksággal. Utána dr. Zsuffka Viktor, a feloszlítás után külföldön élő és a régi MAC-istákat összetartó, összehívó, hajdani "Zsuzsi" 1934 és 1942 közötti győzelmeit csak 1938-ban szakította meg klubtársa, Csányi Zoltán, aki azután 1944-ben is győzött. A gáton is bajnokságot nyertek közül 1922 és 1929 között Somfay Elemér négy, Farkas Mátyás két hármassugró bajnokságot nyert, utóbbi 1929-ben a távolugrásban duplázott is. Még egy duplázás: Püspöki Tibor 1925 és 1927 között a gát után távolban is háromszor bajnok lett. Magasugrásban hat győzelemmel Gáspár Jenő (1915-1925) volt legeredményesebb, Dusnoki Géza (1938-1943) öt hármassugró bajnokságon győzött.

Világversenyeken való helytállás és siker kísérte a dobók útját (54 egyéni és 15 csapatbajnokság). Mudin Imre (1908-1917) kilencszer lett első súlylökésben, kétszer diszkoszvetésben és kétszer gerelyhajításban. Dr. Darányi József, a kétkezes súlylökés háromszoros világcsúcstartója, főiskolai bajnok, kétszeres angol bajnok 1926-tól 1939-ig tartó bajnoki sorozatát (12 győzelem) csak két klubtársa, Horváth István és Csányi Zoltán tudta megtörni 1936- és 1937-ben. Donogán István az akkori igen erős diszkoszvető mezőnyben lett az első Eb-n bronzérmes. Újabb nagy sorozatok következtek. Németh Imre (1942-1944) három MAC győzelem után kalapácsvetésben még kilenc bajnokságot nyert., 1948-ban, mint Vasas-atléta olimpiai aranyérmet, 1952-ben olimpiai bronzérmet

szerezett, háromszor javított világcsúcsot, kétszer lett angol bajnok. Szepes Béla gerellyel 1925-től 1931-ig megszakítás nélkül hétszeres magyar bajnok, közben 1928-ban olimpiai második helyezett, háromszoros angol bajnok, többszörös síbajnok. Utána Várszegi József 1932-től 1952-ig - az 1944.évi megszakítással - hússzor nyerte a magyar gerelyhajító bajnokságot - nyolcszor a MAC színeiben -, kétszeres főiskolai világbajnok, 1938-ban az Eb-n, 1948-ban az olimpián bronzérmes.

A többpróbázók (8 egyéni bajnokság) zárják a férfi bajnokok sorát, már ismert nevekkal. Somfay Elemér egy ötpróba és négy tízpróba, Farkas Mátyás egy tízpróba, Csányi Zoltán két tízpróba győztese lett 1924 és 1936 között. Ezekkel a bajnokságokkal a "sokoldalúak" közül Somfay Elemér (gáton 10, hármassugrásban 4, ötpróbában 1, tízpróbában 4) összesen 19, Farkas Mátyás (gáton 1, hármassugrásban 2, tízpróbában 1) és Csányi Zoltán (rúdugrásban 2, súlylökésben 1, tízpróbában 2) egyaránt 5-5 egyéni bajnokságot nyert és természetesen "húzóemberek" voltak a csapatbajnokságokon is.

*

A férfi teljesítmények mellett érthetően szerények a másik nem eredményei, hiszen hazánkban a női atlétika csak a harmincas években kezdett kibontakozni, 1932-ben még csak négy egyéni és egy váltószám (4x100) rendeztek bajnokságot. A 12-szeres bajnok Fekete Ilona 1943-ban és 1944-ben négy bajnokságot nyert, mint MAC-ista. Ő volt az első mezői bajnoknő 1943-ban, 4x100 méteren és az első ízben kiírt 4x200 méteren pedig a Szvitek Ilona, Szigeti-Varga Zsuzsa, Szabó Aranka, Fekete Ilona négyes 1944-ben győzött.

*

Több mint 40 évig magasan szárnyalt a Margitszigeten a griffmadár. Újabb negyven évnek kellett eltelnie ahhoz, hogy a patinás klub feltámadhasson. 1988. augusztus 31.-én a volt MAC-pályán felemelő ünnepség keretében avatták fel a klub múltját hirdető emléktáblát. 1989-ben megtartották a közgyűlést, azon kimondták a megalakulást és megtörtént a cégbejegyzés is. A MAC tehát újra működik, tele tervekkel és elhatározásokkal. Nemcsak a múltra akarnak emlékezni, hanem versenyek rendezésével a fiatalokat, az általános iskolásokat is szeretnék megismertetni a sport örömeivel, szépségeivel.

Istenes Vilmos

Simek Ferenc (1908-1991)



***Atlétikánk második világháború utáni újjáteremtésében és fel-
emelkedésében szerepet játszó sorából újabb nagy egyéniség tá-
vozott el. Simek Ferenc nyugdíjas műszaki egyetemi tanszékvezető
testnevelő tanár, mesteredző, több egyesület és a MASZ volt vezető
edzője 1991. november 4.-én 83 éves korában elhunyt.***

Egész életét a testnevelésnek, az oktatásnak és az atlétikának szentelte. Pályafutását a Testnevelési Főiskolán kezdte, ahol mint súlylökő és tízpróbázó ért el jó eredményeket. A főiskola elvégzése után vidéken működött, majd a budapesti Zrínyi gimnáziumban tanított. 1945-től kezdve negyedévszázadon keresztül a budapesti Műszaki Egyetemen a leendő mérnököket oktatta testnevelésre.

Testnevelő tanári munkája mellett az atlétikai szövetségben eleinte - idén elhunyt kortársához, dr. Kismartoni Károlyhoz hasonlóan -, mint kerületi szakoktató tevékenykedett. Később a szövetség női szakfelügyelője lett és oktatómunkájával, tehetségek felszínre hozásával nagymértékben járult hozzá női atlétikánk előrelépéséhez. Hozzáértésére, szakértelmére jellemző, hogy amikor a második világháború után a Postás edzője lett, az egyesület női versenyzőit 1946 és 1949 között hat egyéni és tizenkilenc csapatbajnokságot nyertek. Ő indította a Postásban útjára Adamik Zoltánt, az 1951-ben főiskolai világbajnokságot nyert, későbbi 22-szeres válogatott, ötszörös 200 és 400 m-es magyar bajnokot is.

A magyar atlétika fénykorában, az ötvenes években, 1953-tól a Bp. Haladásban, majd később a MAFC-ban korszerű edzésmódszereivel, kitűnő küzdőszellemű közép- és hosszútávfutó gárdát nevelt fel. Az addig inkább síkon próbálkozó és kosárlabdázó Rozsnyói Sándor adottságait, ruganyosságát felismerve a 24 éves Haladás-atlétát átalította akadályfutásra, aki aztán 1954-ben, Bernben, a versenyszám első hivatalos világcsúcsával Európa-bajnok lett, majd utána 1956-ban, a melbourne-i olimpián ezüstérmet nyert. Másik neves tanítványa, dr. Szabó Miklós, a negyven-szeres válogatott, a hatszoros magyar bajnok ugyanezen az olimpián 5000 méteren a negyedik helyen futott be. Tanítványai közé tartozott még a magyar bajnokok soraiból: Kazi Olga, Szekeres Béla, Hecker Gerhard is. 1957 és 1962 között a műegyetemisták hét hosszútávfutó csapatbajnokságot nyertek.

Hosszú éveken keresztül részt vett a válogatott keret felkészítésében, vezette az edzőbizottságot is, 1969-ben egy évig a MASZ, majd utána a Bp. Spartacus vezető edzője lett. Tanítványai szerették és tisztelték a mindig közvetlen, vonzó egyéniségű mestert, a közkedvelt, népszerű Franci bácsit. Azt tartották róla, hogy nem "kihajtós" típus, van türelme kívánni az eredményeket, amelyek közül - a versenyző képességeinek megfelelően - a legjobbaknak és a legszerényebbeknek is egyaránt örült.

Családi életét is a testnevelés határozta meg. A TF-en ismerkedett meg feleségével, Förstner Mártával, aki szintén a testnevelői pályát választotta életcéljának, legutoljára az Agrártudományi Egyetemen tanított. Aranylakodalmukat két évvel ezelőtt ünnepelhették meg.

Az utolsó években már nem nagyon láttuk az atlétikai pályákon, de egy versenyről, a budapesti középiskolások fedettpályás bajnokságáról sohasem maradt el. Büszkén figyelte egyetlen unokája, Horváth Ádám fejlődését, aki már a Petőfi gimnáziumban kitűnt magasugró tudásával és ifjúsági korában már 208 centiméterig eljutott, jelenleg pedig 20 éves korában, nagyszüleihez hasonlóan a TF-en folytatja tanulmányait.

A kiváló sportember sokáig egészségesnek érezte magát, csak idén augusztusban kezdett fájdalmairól panaszkodni. Sajnos a legmondosabb otthoni és kórházi ápolás sem tudott rajta segíteni. 1991. november 14.-én nagy részvét mellett, a farkasréti temetőben fájó szívvel vettek tőle búcsút, szerető hozzátartozói, barátai, sporttársai és tisztelői.

Isten veled Franci bácsi! Nyugodj békében!

Németh Javelins verseny Kecskeméten

Kecskeméten az utóbbi néhány évben tehetséges gerelyhajító utánpótlás bontogatja szárnyait. Előszörban a serdülő "B" korúak között érték el kimagasló és figyelemre méltó eredményeket, egyéni bajnokságokat, csapatbajnokságokat a KSC fiataljai. A lelkes kis csoport két éve Németh Miklóstól, Montréal olimpiai bajnokától kapott támogatást. Cserébe felvették a nevükbe a híressé vált magyar gerely és alkotója nevét: a csoport most a KSC Németh Javelin „Flying History” Junior Team névre hallgat és a Németh-féle gerelyek propagálója, terjesztője. Nekik jutott eszükbe megrendezni a Németh Javelins elnevezésű versenyt, amelyen csak ilyen típusú gerelyekkel lehetett versenyezni.

Montreal gerelyhajító bajnokának varázsa és személyes jelenléte tette igazán rangossá a kecskeméti Széktői Stadionban első ízben megrendezett Németh Javelins elnevezésű gerelyhajító versenyt. Tíz egyesület több mint félszáz indulója használta ki a rajtlehetőséget, s vett részt a gerelyhajítás ünnepén.

Országos bajnokok és helyezettek, valamint csúcstartók jöttek össze, hogy megküzdjenek a díjakért, a serdülő "B" korosztály három évjáratában, valamint a serdülő "A" és az ifjúsági korcsoportban. Amikor a verseny híre elterjedt, néhány felnőtt is jelezte indulási szándékát, pedig a versenyt avval a szándékkal hozták létre, hogy az utánpótlást jelentő 13 évtől 19 éves korig, egy helyre összehozzák a fiatal gerelyeseket.

A Németh gerelyek néhány fiatalnak még nem úgy repültek, ahogy szerették volna. A verseny kiemelkedően legjobb teljesítményét a helyiek 15 éves dobója, Borbély Norbert érte el, aki a 600 grammos szerrel kétszer is 70 m fölött hajított. Nagyszerűen szerepelt a 17 éves Szabó Károly, az új serdülő csúcs tulajdonosa is.

A versenyen debütált egy új rendszerű érvényesítést megállapító versenybíráskodási eljárás, amely a kecskeméti edzőjének ötlete volt. A bemutatkozás jól sikerült.

A Németh Javelins verseny beváltotta a hozzá fűzött reményeket. Egyértelmű volt az a vélemény, hogy jövőre is meg kell rendezni, mégpedig az országos versenynaptárba is beiktatva, hogy valóban igazi seregszemléje legyen az utánpótlásnak.

Az első ízben megrendezett, a Hungária Biztosító Rt. Bács-Kiskun megyei igazgatósága által támogatott Németh Javelins verseny eredményei:

FELNÓTTEK

1. Varga Lajos (Szeged) 67,28 2. Szabó Károly (Nagykőrös) 63,18 3. Fejér Zoltán (Bp. Honvéd) 59,08

FIÚK

13 évesek: 1. Gálig Tamás (KSC Flying History Junior Team) 45,08 2. Varga D. Norbert (HÓDIÁK) 42,30 3. Szépvölgyi Attila (KSC FHJT) 41,54

14 évesek: 1. Erdős Adrián (Mezőtúr) 54,96 2. Csetényi Vencel (HÓDIÁK) 41,52 3. Lakatos Krisztián (KSC FHJT) 39,62

15 évesek: 1. Borbély Norbert (KSC FHJT) 70,18 2. Járai Lajos (Mezőtúr) 52,38 3. Jenisz Gábor (UTE) 45,58



Borbély Norbert, aki eddig legmesszebbre (71,72 m) hajította a Németh-féle "kisgerelyt".

Serdülő A:

1. Szabó Károly (Nagykőrös) 63,68 2. Szerdahelyi Róbert (DVSE) 58,00 3. Tamás István (Szekszárd) 52,92

Ifjúságiak:

1. Pósta Endre (Szekszárd) 57,00 2. Balázs Zoltán (Nagykőrös) 48,64 3. Cseklye Sándor (Kfh Honvéd) 48,32

LÁNYOK

13 évesek: 1. Deák Györgyi (Nagykőrös) 30,08 2. Cser Orsolya (HÓDIÁK) 27,40 3. N. Tóth Alexandra (KATE) 26,94

14 évesek: 1. Kun Zsuzsa (KSI) 38,78 2. Gulyás Dóra (KSI) 32,02 3. Rochn Csilla (Szekszárd) 30,48

15 évesek: 1. Németh Mariann (KATE) 37,30 2. Varga Mariann (DAC) 34,10 3. Barcsai Zsuzsa (Nagykőrös) 33,76

Serdülő A: 1. Bánfi Evelin (HÓDIÁK) 40,66 2. Takács Zsuzsa (UTE) 38,44 3. Szokolczai Katalin (UTE) 37,38

Ifjúságiak: 1. Jágfalvi Bea (KSC FHJT) 41,92 2. Zseni Zsófia (Szeged) 33,50 3. Sörös Krisztina (UTE) 32,80

A verseny díjait személyesen Németh Miklós adta át, külön tiszteletdíjban részesítette Jágfalvi Beát (KSC) és Bánfi Evelint (HÓDIÁK), valamint Borbély Norbertet (KSC FHJT) és Szabó Károlyt (Nagykőrös).

G.P.

Javaslat a gerelyhajítás érvényességének elbírálását előíró szabály kiegészítésére, illetve módosítására

Az atlétikai versenyszámok közül, a gyalogló technika elbírálásán kívül, a gerelyhajítás érvényességének elbírálása okozza a legtöbb problémát. Több hazai és nemzetközi versenyen fordult elő, mégpedig gyakorta, hogy a szabályra hivatkozva kísérletet vett el a térmérő. A sikertelennek nyilvánított kísérletek minden versenyzőt sújtanak, de legfőképp a többpróbázóknak okoz gondot, hiszen ők mindössze három kísérletet tehetnek.

Az új típusú férfi gerelyek jelentős mértékben csökkentették ezt a gondot, mivel ezek a szerek jobban "buknak" és jóval több a "nyom" a leérkezés-kor, de a laposabb, szűrt dobások esetén még így is sok probléma adódhat a dobás eredményességének elbírálása során. A női gerelyek változatlanok maradtak, így a bizonytalansági tényező megmaradt.

A gerelyhajítás esetében a szabályok 186. 5./b. pontjának megítélése a leggyakoribb hiba-, vagy tévedési forrás, miszerint a „a dobás akkor érvényes, ha a gerely egyéb részeit megelőzően a fémhegy éri el először a talajt.” Lapos ívű leszálló ág esetén ennek megítélése bizony nem könnyű, és komoly feladat elé állítja a versenyszám vezető bíróját (117. 1/b.), illetve a térbírákat (3./a). A dobóterületen a dobás érvényességének elbírálását egy térmérő jelzi fehér vagy piros zászlóval, aszerint, hogy szabályosnak, vagy szabálytalannak minősítette-e a talajérést. Vitatható esetben, egyszemélyi döntése a kísérletet illetően, megmásíthatatlan.

A további viták és problémák elkerülése végett javaslom, hogy a térmérő területen egymástól függetlenül a következő térmérők tevékenykedjenek:

- Egy fő térmérő, aki csak a leérkezés helyét figyelni és táblával jelöli azonnal.

- Két, illetve három térmérő, akik a kísérlet érvényességét bírálják el, s a szabályos talajérést (avval szinte egyidőben) fehér, sikertelen kísérlet esetén piros zászlóval kötelesek jelölni. Sikeres, illetve szabályos a talajérés akkor, ha mindkét térmérő fehér

zászlót mutat fel. Sikertelen a kísérlet, illetve a talajra érkezés, ha két piros, illetve egy piros- és egy fehér zászló emelkedik a magasba a dobóterületen.

Három térmérő elbírálása esetén:

Érvényes a szer dobóterületre érkezése:

- három fehér zászló,

- két fehér és egy piros zászló;

érvénytelen:

- három piros,

- egy fehér és két piros zászló felmutatása esetén.

A két változat közül az utóbbi esetében van azonos esély a sikeres és a sikertelen kísérletek közötti tévedések kiküszöbölésére. Két térmérő esetén is csökken a hibaszázalék, de a három térmérő 2:1 arányban megadott dobása már töredékére csökkenti a hibaszázalékát.

A versenybírók ilyenén való alkalmazása esetén a kidobásnál a kilépést elbíráló vezető bíró először elbírálná a kísérletet a **kidobást** illetően (fehér, vagy piros zászlóval, amit a térmérők figyelmének), majd a szer talajérését jeleznek az előzőekben leírtak szerint. Ezt a kidobóhelynél lévő vezető bíró érzékelné - értékelné és a jegyző felé fordulva fehér vagy piros zászlóval ismét jelezne, így ezen utolsó zászlós jeladás adná meg a **kísérlet** sikeres vagy sikertelen elbírálását.

Az újszerű bíráskodási mód premierjére Kecskeméten, 1991. október 6-án, az első ízben megrendezett Németh Javelins elnevezésű gerelyhajító versenyen került sor, s a sportvezetők, edzők és versenyzők körében egyaránt sikert aratott. A "több szem többet lát" elv érvényesülése nyugodtabbá tette a gerelyhajítás légkörét. Ez az új módszer valószínűleg megszüntetné a bekiabálásokat, reklamációkat, és kulturáltabb, igazságosabb versenyrendezést eredményezne.

Grosán Pál

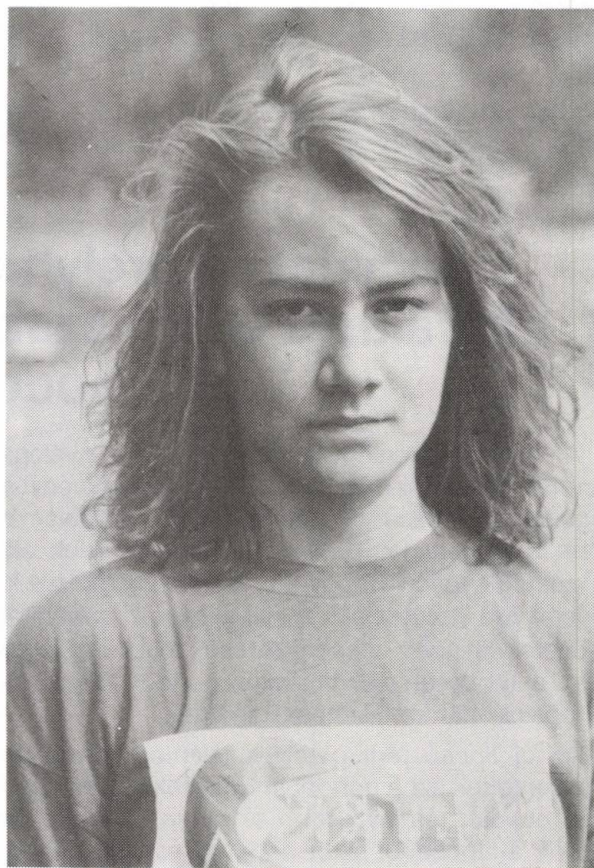
Az ózdi gyalogló lányok jubileuma

A közelmúltban ünnepelte öt éves születésnapját az ózdi Bolyki Diák Sportegyesület gyalogló szakosztálya. Öt év nem nagy idő, mondhatja bárki, de ha belegondolunk, hogy ez a szakosztály Borsod-Abaúj-Zemplén megyében, azon belül is a súlyos válsággal küszködő Ózdon van, akkor már igen is, nagy időnek számít. A BDSE gyalogló lányai mind a hazai, mind a nemzetközi versenyeken igen értékes helyezéseket értek el az elmúlt években. Daru Mihály edző áldozatos munkájának köszönhetően az idei fiatakorúak csapatbajnokságán a serdülő "A" csapat a második, míg a serdülő "B" a harmadik helyet szerezte meg. Jánosi Anett korosztályában egyéni bajnok, Török Katalin pedig második helyezett lett. Az ez évi felnőtt bajnokságon Török Andrea személyében először állt rajthoz ózdi gyaloglónő, a 13. helyen végzett.



Jánosi Anett

A fiatalabb Török testvérrel, Katalinnal abból az alkalomból beszélgettünk, hogy megkapta BAZ megye jó tanulója - jó sportolója kitüntetését. A most nyolcadik osztályos tanulótól megtudtuk, hogy 1987-ben kezdett el rendszeresen sportolni, s természetesen nővérét követte, ő is a gyaloglást vá-



Török Katalin

lasztotta. A kezdeti gyötrődéseket az első verseny sikere (1988. április 12. Békéscsaba, 2. hely) rögtön feledtetni tudta. Kiegészítő sportként kosárlabdázik, igaz termete miatt igencsak nyújtóznia kell, hogy a palánk közelébe kerüljön. Arra a kérdésünkre, hogy az általános iskola végeztével Ózdon marad-e, csak egy szóval válaszolt: - Természetesen. Majd kifejtette, hogy nagyon szeret Misi bácsival dolgozni, s a közösségi szellem is kitűnő a csoportban. A továbbtanulásnál meghatározó az is, hogy nagyon kevés az a város, ahol folytatni tudná a gyaloglást, így marad a helyi gimnázium. Távlati terveiről elárulta, mérnök vagy közgazdász szeretne lenni, a sportéletben pedig a magyar bajnoki cím és a címeres mez megszerzése a célja. Most az alapozás időszakában azért dolgozik keményen, hogy jövőre 5 km-en 25 percen belül érjen célba.

A város képéhez már hozzátartoznak a BDSE gyaloglói. Ha az utcán, vagy a környező dombokon meglátják a kis csapatot, tudják: Daru Misi "lányai" azok. Többük nevét pedig már nem csak Ózdon ismerik.

L. O. E.

A versenygyaloglás rövid története



Barclay kapitány

Itt van például Sir Robert Carey, aki egy nagy fogadást nyert azzal 1589-ben, hogy Londonból Berwickbe gyalogolt. Vagy például II. Károly király, aki arról volt nevezetes, hogy elgyalogolt Whitehallból Hampton Courtba. A király és nemesei 1670-ben figyelemmel kísérték Lord Digbyt, aki kísérletet tett arra, hogy a Newmarket Heathen legyalogolt 5 mérföldet egy óra alatt 50 fontért. Lord Digby, aki egyébként mezítláb tette meg a távot, elvesztette a fogadást, mivel fél perccel később ért célba. Egy bizonyos Mr. Robert Bartlag a norfolki Hurfordból megszakítás nélkül gyalogolt 81 mérföldet Thetfordból Londonig. 1762-ben Mr. Child 44 mérföldet gyalogolt 7 óra 57 perc alatt a Wimbledon Commonon, és még ugyanabban az évben Mr. John Haque 100 mérföldet 23 óra 15 perc alatt tett meg gyalog.

Captain Barclay Allardice, az 1779-ben született skót, ismertebb nevén Barclay kapitány, sok gyalogló és futó hőstettéről volt híres, amelyeket többnyire fogadásból tett. 1808-ban fogadást kötött,

Az atlétikai versenyszámok közül a gyaloglás valószínűleg több változást és vitát élt meg története során, mint bármelyik szakág vagy versenyszám. Igaz, ha megvizsgálunk más versenyszámokat, ott is felfedezhetünk óriási változásokat és forradalmi fejlődéseket. Például a rúdugrásban is voltak hatalmas változások attól a naptól kezdve, amikor az ugrók a veszéllyel kacérkodva, bambuszrúddal feljutottak a „szédületes” 4 m-es magasságba, egészen a mai napig, amikor olyan hajlékony üveg- és fémszálas rudakat használtak, amelyekkel az ugrók 6 méter fölé repülhetnek. A gerely szintén nagy változásokon ment keresztül a fából készült dárdától az aerodinamika szabályai szerint tervezett, könnyűsúlyú, fém hajító eszközözig, amelynek előírásait éppen mostanában módosították, mivel a nagy dobások veszélyeztették a nézőközönséget.

A versenygyaloglás hosszú történelmi fejlődése és vitatottsága egy különleges versenyszámmá formálta a gyaloglást, ami szerencsére a nemzetközileg elfogadott atlétikai számok közé tartozik.

A britek természetesen úgy tartják, hogy ők a versenygyaloglás szülőatyjai. Nyilvánvaló, hogy a modern sport kezdeti fejlődése a Szigetországhoz fűződik, bár más nemzetek is úgy gondolják, hogy ők is úttörő munkát végeztek az újkori sport életében.

Maradjunk annál a változatnál, hogy a versenygyaloglás igazából az olyan távgyaloglók nevéhez fűződik, akik fogadásból, pénzért legyalogoltak bizonyos távokat. Ez valóban Nagy-Britanniában terjedt el először a XVIII. században, illetve még korábban.

hogy 1000 mérföldet gyalogol 1000 egymást követő óra alatt. Az esemény 1809 június 1-én kezdődött és július 12-én ért véget, és a díj 1000 guinea volt.

Sokakat jegyeztek még fel, akik hasonló bonyolult feladatokat hajtottak végre, de az egyik legismertebb Charles Westhall volt, aki a XIX. század végén, körülbelül abban az időben, amikor az Amateur Athletic Association of England and Wales (Anglia és Wales Amatőr Atlétikai Szövetsége) megalakult, 7 mérföldet gyalogolt 54 perc alatt Neumarket Heathnél. W. Griffinnnek 8 mérföldet és 172 yardot sikerült legyalogolnia egy óra alatt Lillie Bridge Trackban. De nem minden gyalogló érdekesség Nagy-Britanniában történt.

1882-ben, New Yorkban J. Meaghen egy óra alatt 8 mérföld és 302 yardot tudott megtenni gyalog. Természetesen a végtelenségig sorolhatnánk az elmúlt idők hőstetteit. Abban az időben a gyaloglás az állóképességre épült, nem voltak szabályok, előírások, bírók. Ma természetesen a legfontosabb atlétikai események a nemzetközi naptárban az olimpiai játékok és a világbajnokságok. Az első versenyeket az 1908-as londoni játékoktól számítják, amikor a brit George Lanner nyerte a 3500 méteres gyaloglást 14 perc 55 másodperc alatt, és a 10 mérföldes versenyt 1 óra 15 perc 57,4 mp alatt.

Stockholmban, 1912-ben csak 10 ezer méteren indultak. Ez a verseny sok vitát kavart, mivel anynyi versenyzőt diszkvalifikáltak, hogy csak rendkívül csonka mezőny ért végül célba. A kanadai Goulding nyert 46 perc 28,4 mp-es eredménnyel. 1920-ban, Antwerpenben ismét két számban indulhattak a gyaloglók, s az olasz Frigerio nyerte a 3000 méteres gyaloglást 13 perc 14,2 mp-cel és a 10.000 m-t 48 perc 6,2 mp-es eredménnyel. 1924-ben, Párizsban a bírói ítéletek kerültek igazából előtérbe. Csak egy számot rendeztek, a 10.000 m-t, amit szintén Frigerio nyert 47 perc 49 mp-cel. Az előfutamok alatt elkövetett bírói tévedések leváltásokhoz vezettek, és a döntőre új bizottságot kellett találni. Miután az 1928-as játékok műsorából törölték a gyaloglást, a britek mindent megtettek azért, hogy az 1932-es Los Angeles-i játékokon ismét szerepeljen a programban. Ez alkalommal 50 km-es utcai gyaloglást rendeztek, amin 10 nemzet versenyzői vettek részt. Tonny Green a kis termetű brit gyalogló nyert 4 óra 50 perc 10 mp-es idővel, majdnem 7 perccel megelőzve a többieket. Berlinben, 1936-ban 16 nemzet 33 versenyzője állt rajthoz az 50 km-es utcai gyaloglásban, amit a brit Harold Whitlock nyert meg, az ideje 4 óra 30 perc 41,4 mp volt. 1948-ban, a londoni játékokon újra visszatértek a pályán való gyalogláshoz. Tíz ország 19 gyaloglója vett részt a 10.000 m-es versenyen. A győztes a svéd Mikaelsson volt 45 perc 13,2 mp-cel. Az 50 km-es utcai versenyen is egy svéd versenyző nyert, Ljunggren. A győztes idő 4 óra 41 perc 52 mp volt. Helsinkiben, az 1952-es játékokon ismét 10.000 m-es pályaversenyt és 50 km-es utcai gyaloglást rendeztek, s a győztesek a svéd Mikaelsson, illetve az olasz Dordoni voltak. A melbourne-i játékokon, 1956-ban az 50 km utcai versenyen kívül 20 km-en és bemutatkoztak a versenyzők. Több kelet-európai versenyző is felbukkant ezen a versenyen, például a szovjet Spirine, aki megnyerte a 20 km-es gyaloglást és a szintén szovjet Maskinkov, aki az új-zélandi Read után másodikként ért célba 50 km-en. 1976-ban a gyaloglás vitatottsága ismét kizárta az 50 km-es versenyt a montreáli játékok műsorából és a gyaloglás majdnem örökre lekerült az olimpiai játékok programjáról. A gyaloglás szerelmeseinek jóvoltából azonban mégis csak az olimpiai számok között maradt. A gyaloglás növekvő népszerűségének ereje abban is megmutatkozik, hogy az 1992-es játékokon, Barcelonában már a női 10 km is szerepelni fog, először a sportág történetében.

Nagy jelentőségű volt a versenygyaloglók életében és nagy lépést jelentett a szakág nemzetközi elismerése felé az 1961-ben bemutatkozó Lugano Kupa. Ezt a versenyt, a gyalogló világupát minden második évben megrendezik a két olimpiai számban, 20 km-en és 50 km-en. Elsősorban a csapatversenyre koncentrálnak, ahol a két versenyszám együttes értékeléséből kerül ki a győztes ország. Legelőször a britek nyertek, akik még jó pár évig jelentős szerepet játszottak a gyaloglásban. Az elmúlt pár évben a Szovjetunió, az NDK, az NSZK, Olaszország és Mexikó vették át a primet. 1975-ben a nők is csatlakoztak a kupához az 5 km-es gyaloglással, amin Eschborn Kupának nevezték. Az első versenyt itt is Nagy-Britannia nyerte, de említést érdemelnek még a szovjetek és a kínaiak is.

MINDENFÉLE



Florence Griffith-Joyner

Florence Griffith-Joyner (31), a háromszoros amerikai olimpiai bajnok, a versenysporthoz való visszatérés előtt áll. Miután a 100 és 200 m-es világrekord (10,49/21,34) tulajdonosa a legutóbbi időkben csak két utcai futóversenyen vett részt, 1992. január 19-én egy 5 km-es országúti futáson akar indulni. "Mindig szerettem a hosszú távokat", nyilatkozta "Flo-Jo" az amerikai futó magazin, a "Runners World" által adományozott kitüntetés alkalmával, amit mint az utóbbi 25 év legjobb atlétanője kapott.

* * *

A dél-afrikai **Elena Meyer** (25) hazája 15 km-es országos bajnokságán Fokvárosban 46:57-tel felülmúlta a norvég Ingrid Kristiansen négyéves világrekordját. (Az egykori világbajnoknő 1987. november 21-én Monacóban futotta a 47:17-et.) Mindezenesetre az új csúcs egyelőre hivatalosan nem értékelhető, mivel Dél-Afrika még nem tagja újra a nemzetközi szövetségnek.

* * *

John Holt (52), az IAAF visszavonult főtitkára elfogadta Manchester város ajánlatát és szülővárosának a 2000. évi olimpiai játékok megrendezésére szóló pályázatát főmenedzserként támogatja.

* * *

1915. augusztus 6-án és 7-én (miközben Európában tombolt az I. világháború), San Franciscóban rendezték az AAU-bajnokságot és egyszerre két amerikai futó is ragyogó 47 mp-et futott 400 yardon. Annak, hogy a legjobb junior, Frank Sloman és a címvédő James "Ted" Meredith idejét nem tudták hitelesíteni, egyszerűen oka volt: erős hátszél fújt. Ma ez elég képtelenül hangzik, hiszen a szél a stadionban egyszer előről, azután oldalról és valamikor hátulról is jön, s a 400 m-es távon semmilyen szerepet nem játszik. De akkoriban, amikor még csak 9 év telt el a pusztító földrengés és a még pusztítóbb tűzvész óta, ami megsemmisítette a többnyire fából épült házakat, a negyed mérföldet a Pan Pacific Exposition stadionban egyenes pályán futották. Ahhoz, hogy valamennyire is egzakt időmérést tegyenek lehetővé, az időmérők egy kocsiba ültek, ami a féltávnál járó motorral állt. A rajt és az órák elindítása után a kocsi a célhoz ment, ahol a győztes idejét lemérhették. Maxwell "Maxey" Long hivatalos világrekordja (47,8) ekkor már majdnem 15 éves volt, de akkor ezt még senki sem tudta, hiszen a századfordulón még nem volt nemzetközi szövetség és így hivatalos világrekord sem. Long 47,8 mp-ét csak az IAAF alapítása után, az 1912. évi stockholmi olimpiai játékokat követően, utólag ismerték el.

* * *

Geoffrey Capes (42), angol súlylökő, visszatérését tervezi. Az Angol Atlétikai Szövetség képviselői úgy nyilatkoztak, hogy engedni kell Capes visszatérési kérelmének. Ez mindenesetre csak a szabályzat egy hiányossága alapján lehetséges, mivel az 1975-ös világelső súlylökőről az utolsó 12 hónapban semmilyen doppingkontroll adatot nem kell felmutatni. Capes 1980-as visszalépése óta 21,68 m-rel tartja az országos csúcsot és 1992-ben szeretne részt venni az olimpiai játékokon.

* * *

A Német Olimpiai Bizottság közgyűlése Wiesbadenben közel egyhangú határozatot fogadott el a doppingolás ellen: "Aki a doppinghatározat ellen vét és/vagy a nemzetközi és/vagy a nemzeti szövetsége szabályai szerint megbüntetik, azt a Nemzeti Olimpiai Bizottság a mindenkori következő olimpiai játékokra nem nevezi. Ez a sportolókra az 1991. január 1-je utáni vétségek esetén vonatkozik, bármilyen csapatkísérőre pedig elvileg határidő nélkül és minden olimpiai játékra. A NOB mindent megtesz azért, hogy senki se lehessen az olimpiai csapat tagja, akit doppingolással vádolnak. Egynek mindenesetre világosnak, a tényállásnak egyértelműnek kell lennie. Pusztán vélelmekre és a sportolók elleni vádaskodásokra a NOB nem tud reagálni. Itt rábizza magát a kontrollmechanizmusra, amelyet az évi 4000, részben előzetes bejelentés nélküli edzéskontroll jelent. Mindenesetre a NOB-nak a gondozók és a kísérők elleni minden vélelemnek és vádnak a tényállás tisztázásáig utána kell járni."

* * *

Az IAAF tanácsának ülésén Stuttgartban az 1993-as gyalogló világkupa rendezési jogát Monterey (Mexikó) és az 1995. évit pedig Peking kapta. Ugyanitt a három balti állam, Észtország, Lettország és Litvánia 51 év után ismét teljes jogú tagja lett az IAAF-nek. Ezzel 187-re emelkedett a világszövetség tagegyesületeinek a száma.

* * *

Dr. Primo Nebiolo, a Nemzetközi Atlétikai Szövetség elnöke, a Stuttgartban megtartott tanácsülés keretében ismét rámutatott Dél-Afrika helyzetére. Dél-Afrika jelenleg csak "provizorikus tagja" az Afrikai Atlétikai Szövetségnek. Így a dél-afrikai atléták saját országukon belül csak afrikaiak ellen állhatnak rajthoz, illetve országon kívül csak afrikai államokban szerepelhetnek. Afrikán kívüli országoknak versenyen szerepelni Dél-Afrikában jelenleg ugyanolyan kevésbé lehetséges, mint a dél-afrikai atlétáknak a fekete kontinensen kívül rajthoz állni.

* * *

Ben Johnsonnak (29), a doppingolásban vétkes kanadai vágtázónak nincs edzője. "Együttműködésünket személyes okokból szakítottuk meg", jelentette be eddigi trénere, Clyde Duncan Houstonban. "Én mindenféleképpen vissza akartam térni az Egyesült Államokba, ahol a gyermekeim és az unokáim élnek".

A kétéves eltűnés után visszatért Johnson először az amerikai Loren Seagrave-vel edzett, akit később a kanadai vágtázó, Desai Williams, majd végül Duncan váltott fel. Johnson egy újabb mélyütést is szenvedett: egy torontói bíróság 16 hónap felfüggesztett büntetésre ítélte testi sértésért. A bíróság bizonyítottan látta, hogy a kanadai sprinter egy korábbi csapattársát, Cheryl Thibedeau-t decemberben a York Egyetem atlétikai parkjában meglökte és fojtogatta, mert a doppingesetekkel kapcsolatban kritikusan nyilatkozott Johnsonról a sajtóban.

* * *

Miért gyorsabbak a sötét bőrű atléták, mint a fehér sprinterek? Erre a kérdésre dr. Klaus Baum, a kölni Német Sportfőiskola Fiziológiai Intézetének munkatársa, a laikusoknak három különböző területről vett magyarázattal szolgált. "A feketéknek jobb az úgynevezett emelkedési viszonyuk" nevezett meg egy anatómiai okot. Így például a sötét bőrű atlétáknak az Achilles-ín tapadási helye magasabban van. A második magyarázat fiziológiai: "A színeseknél több a fehér izomrost, a fehér atlétáknál több a vörös. A fehér rostok kevésbé állóképeseek, viszont gyorsabban húzódnak össze". A legfontosabbnak azonban a szociológiai okot tartja: "A fekete atléták jobban motiváltak. A sporton keresztül sokan reménykednek a szociális felemelkedésben."

A dopping helyzete a Szovjet-unióban

A szovjet válogatott főorvosa, Grigorij Vorobjov nyilatkozik a hazai doppinghelyzetről. Többek között olyan kérdésekre válaszol, mint: előfordulhatnak-e visszaélések a doppingvizsgálati laboratóriumok dolgozóiról, vannak-e esetek, amikor az atléták megpróbálják becsapni vagy megkerülni a doppingellenőrzést, milyen sportágak vannak a legjobban kitéve a dopping veszélyének, honnan szerzik a sportolók a doppingkészítményeket stb. (*Legkaja atletika, 1990.1.20-22.*)

A piac telítve van szteroidokkal

A jelenlegi doppinghelyzetet kommentálja a doppingellenőrzés egyik vezető szakértője, Arnold Beckett professzor. A helyzetet rendkívül súlyosnak minősíti, különösen az újabb stimulátorok, úgymint a vörösvérsejtszámot növelő készítmények és az emberi növekedéshormont tartalmazó stimulátorok megjelenése miatt, melyek kimutatása nagyon nehéz. (*Legkaja atletika, 1990.1.22-23.*)

A futás és a jóga

A hát- és a gerincizmok regenerálására és megerősítésére szolgáló gyakorlatok. Az aszfaltburkolatú utakon történő kocogás, illetve futás nagyon igénybe veszi a test "fő rugóját", a hátgerincet, melynek regenerálására előnyösen használhatók a hathajoga megfelelő gyakorlatai. A cikk ábrákon szemlélteti azt az öt jógaállást és azokat felhasználó gyakorlatokat, amelyek ennek a célnak megfelelnek. (NB. A téma első részét lásd a lap 1989. évi 6. számában.) (*Legkaja atletika, 1990.1.35.40.*)

Szteroidokra orientált doppingellenőrzési technika

Manfréd Donike professzor, a kölni doppingvizsgáló laboratórium vezetője, a Nemzetközi Atlétikai Szövetség Orvosi Bizottságának tagja nyilatkozik az úgynevezett szteroidprofilú doppingellenőrzési technikáról, melyet még 1976-1980 folyamán felylesztettek ki, de 1986-ig kellett várniuk, míg a megfelelő mennyiségű statisztikai adat birtokába jutottak. A módszer lehetővé teszi a szteroidkészítmények hatásának kimutatását olyan esetekben, amikor a sportoló a készítményt mintavétel előtt egy hónappal használta. (*Legkaja atletika, 1990.3.42-43.*)

Saját magamon kísérleteztem – Pietro Mennea feltárja titkait

A híres olasz sprinter, Pietro Mennea, aki még jelenleg is tartja a mexikói Univer-

siadén 1979-ben felállított 19.72 mp-es világsúcsát 200 m-en, nyilatkozik edzésmódszereiről és azokról a gyakorlatokról, melyek növelték az állóképességet és az aerob kapacitást. (*Legkaja atletika, 1990.3.45-46.*)

A rövidtávfutó számok eredményeinek előrejelzése

311 férfi sprinter 55 m-es fedettpályás és 100 m-es szabadtéri eredményei közötti összefüggések statisztikai feldolgozásának eredményeként közli a cikk azt a két képletet, mellyel előre jelezhető a sportoló várható eredménye. (*Track and Field Quarterly Review, 1990.1.5.*)

Az izmerő, a mozgási kinematika és a vágasebesség közötti összefüggés élsportoló vágózók-nál

Lefilmezték 9 női és 14 férfi élvonalbeli sprinter maximális sebességű futását, majd a filmek elemzése alapján megállapították az eredmény előrejelzése szempontjából legfontosabb kinematikai tényezőket. A cikk ezek felsorolása után ajánlásokat közöl az erőnlét tesztelésére vonatkozóan. (*Track and Field Quarterly Review, 1990.1.9.*)

A hosszútávfutók 21 alapszabálya

A szerző részben gyakorlati tanácsokat, részben mentális javaslatokat nyújt (pl. soha ne növelj a kilométerteljesítményt a speciális felkészülési fázis után, ne változtasd a futócipő típusát vagy márkáját, ha a meglévő jól funkcionál, a sportoló éppen olyan jó lesz, mint amilyennek gondolja magát, hogy lehet, és ebben nincs felső határ stb.). (*Track and Field Quarterly Review, 1990.2.7.*)

Akusztikus ellenőrzés az atlétikában. Készülék a futók optimális lábemeléseinek kialakítására és az edzés gyakorlatok megfelelő végrehajtásának ellenőrzésére

A cikkben leírt és az ábrákon bemutatott eszköz a futó derekára erősített övbe épített két különböző tónusú hanggenerátor segítségével futás közben folyamatosan informálja a sportolót a comb emelési szögéről. Ez lehetővé teszi, hogy a futó kialakítsa azt az optimális lábemelési szöget, melynél nagyobb lépésszámot ér el, felesleges energiárfordítás nélkül, azaz megadott lépéshosszal fut és sebességét a lépésszám növelésével fokozza, ami az eredmény javulásához vezet. (*Teorija praktika fiziceszkaj kulturü, 1990.3.38-39.*)

Újfajta légzésmódszer

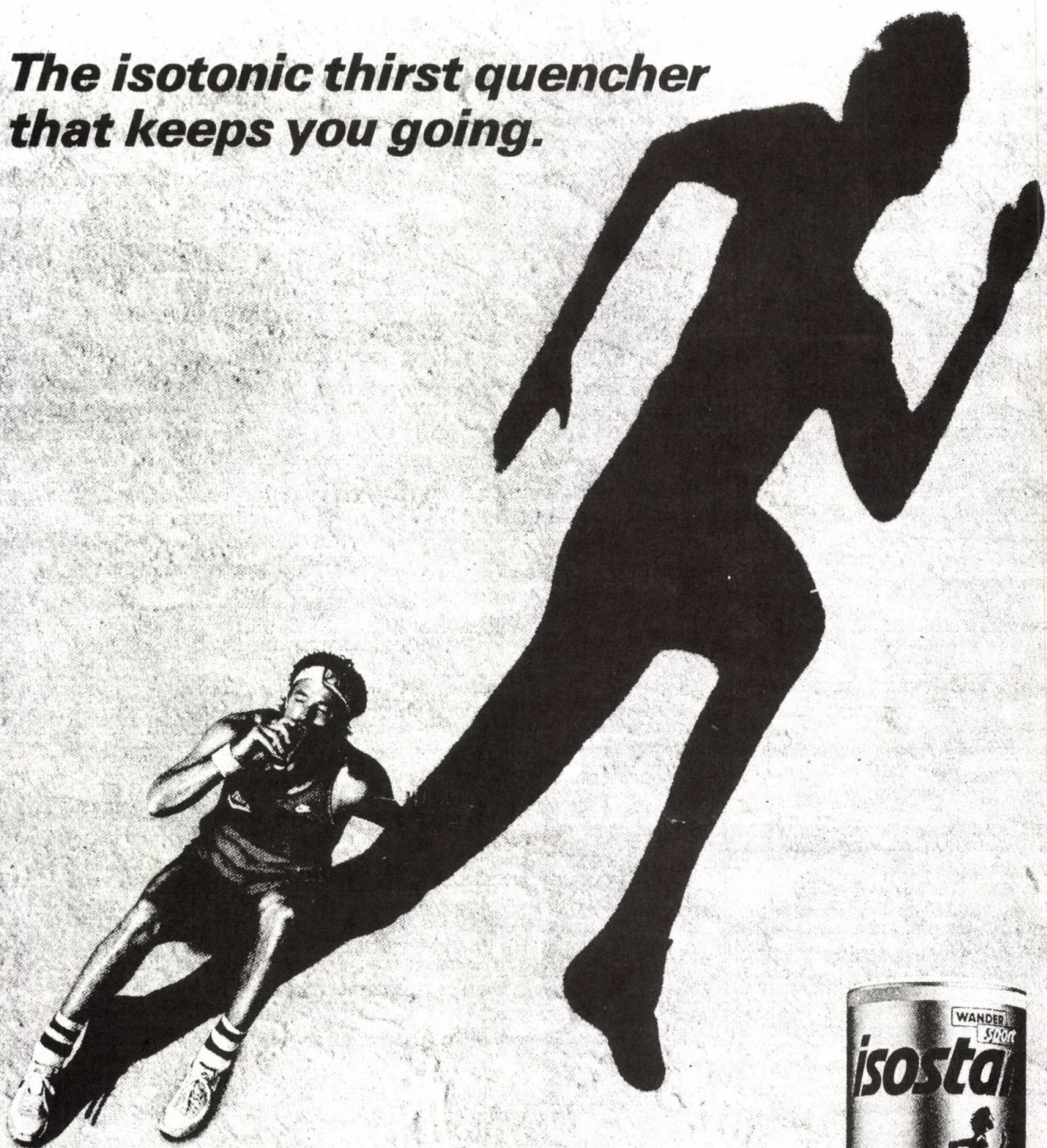
A "VNYEDRENYJE" Ifjusági Műszaki Tudományos Alkotó Központ munkatársai kidolgoztak egy olyan légzésmódszert melynek segítségével gazdaságosabban lehet felhasználni az ember energiaforrásait a ciklikus sportágakban (futás, sí, gyorskorcsolyázás stb.). Az Össz-szövetségi Testnevelési Tudományos Kutatóintézet adatai szerint a hagyományos légzésmódszernél az újonnan kifejlesztett történő felváltása a következő eredményekkel jár: 16 km/h feletti futási sebességnél 10-15 %-kal csökken az út megtételéhez szükséges oxigénmennyiség és a futás közbeni pulzusszám, 30-40 %-kal növekszik a vér haemoglobin által a belégtett levegőből megkötött oxigén mennyisége és 2-3-szorosára növekszik az oxigén-széndioxid gázcsere időtartama. A módszert számos maratoni versenyen kipróbálták, egyebek között a Bajkál-Amúr vasútvonal mentén rendezett "10 nap alatt 10 maratoni" elnevezésű nemzetközi versenyen és a Kara-Kum sivatagon keresztül végrehajtott futóverseny során. A módszer elsajátításának időtartama 3 hét. A légzésmódszer leírását és elsajátítási módját 25 rubelért lehet beszerezni. Befizetési számlaszám, cím és egyéb adatok megtalálhatók a hirdetésben. (*Teorijai praktika fiziceszkaj kulturü, 1990.5.*)

Élvonalbeli közép-, hosszútávfutó nők longitudinális élettani tesztelése

A szerzők három éven át fiziológiai tesztet végeztek a legjobb amerikai hosszútávfutónők egy csoportján, beleértve néhány olimpikont is. A konklúziók a következők: 1. A hematológiai tesztelés korai figyelmeztető jeleket szolgálhat a szervezet vastartalmának kiürüléséről és a túlterheltségről, ami krónikus fáradtsághoz vezet. 2. A különböző futósebesség melletti szubmaximális tesztek nyújtják a legjobb, legbiztonságosabb és legspecifikusabb módszert a közép-, hosszútávfutók állóképességére és edzettségére vonatkozó információ megszerzéséhez. 3. A maximális oxigénfelvételi teszt érdekes, de nem abszolút szükséges komponense a fiziológiai tesztelésnek. 4. Az anaerob kapacitás tesztelése további finomítással még hasznosabbá válhat. 5. A testi felépítés értékelése hasznos lehet, ha a sportolót önmagával hasonlítjuk össze, de használhatatlan a különböző egyének összehasonlításánál.

Az élettani teszt akkor a leghatásosabb, ha a tudós a tesztelés eredményeit átadja az edzőnek és megmagyarázza neki azokat, majd az edző a gyakorlatban alkalmazza a tapasztalatokat. (*Track Technique, 1990.3532-3534.*)

***The isotonic thirst quencher
that keeps you going.***



It doesn't matter whether you're in training or not. Perspiration involves the loss of water and mineral salts, and this affects your performance. With Isostar you can counter this drop in your performance because Isostar is an isotonic electrolyte drink which the body absorbs faster than non-isotonic drinks. That means

that Isostar supplies liquid, mineral salts and vitamins in the fastest way to where they are needed - the muscles. Isostar gives you new strength to allow you to finish the course. Isostar is available in liquid or powder form.

Isostar. The immediate isotonic thirst quencher.



Az izotónikus szomjoltó ital, ami Önt mozgásban tartja...

Az ISOSTAR a gyorsan ható izotónikus sportital (folyadékot, ásványi sókat és vitaminokat juttat oda a leggyorsabb módon, ahol azokra a legnagyobb szükség van — az izmokhoz). Most Magyarországon is kapható svájci importból.

Kapható az ország összes Csemege boltjában és áruházában !



HEWLETT
PACKARD



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



Y&R

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.

