

ATLÉTIKA

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

36. ÉVFOLYAM 5. SZÁM 1992. MÁJUS ÁRA: 50,-Ft



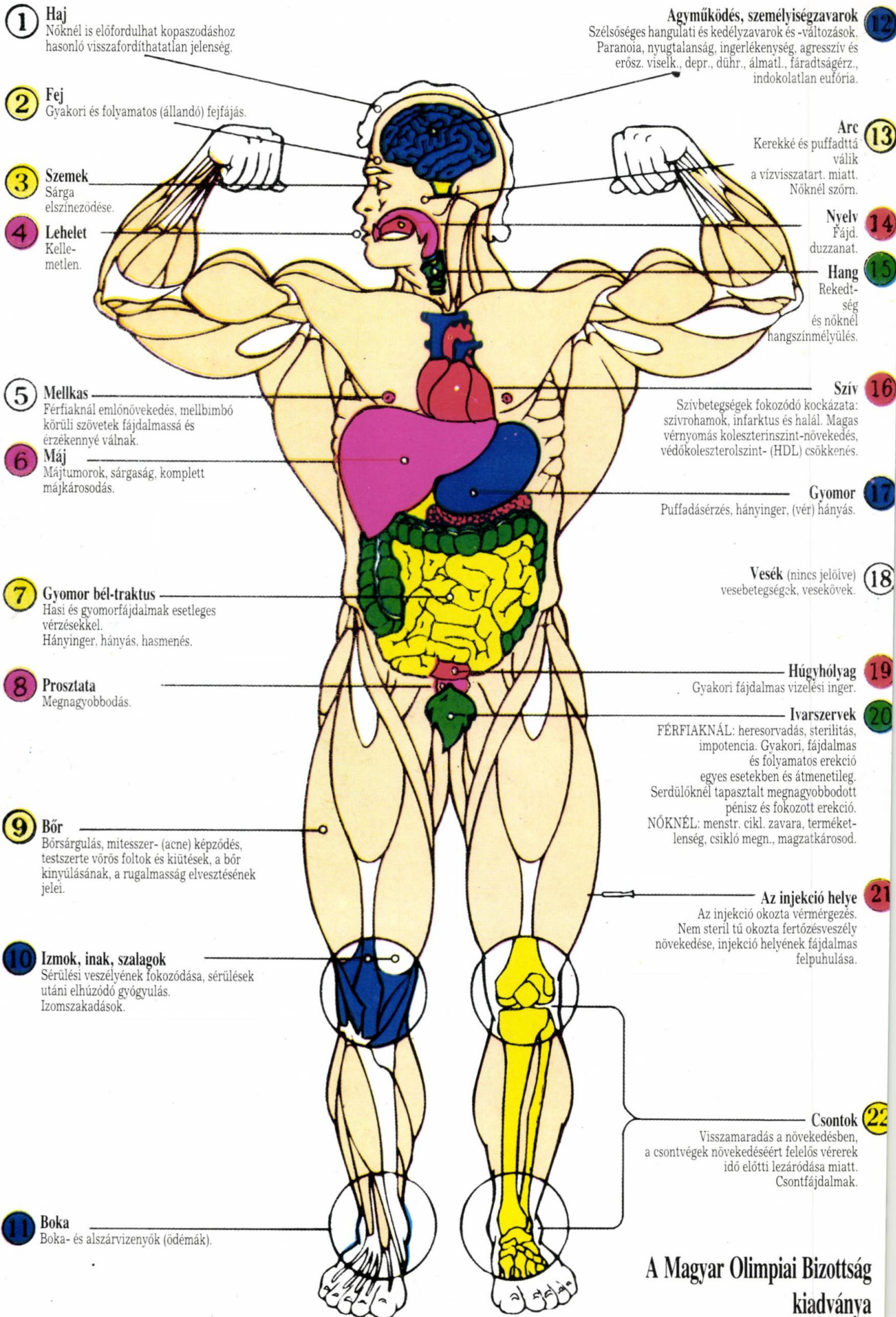
tricotex
BUDAPEST




adidas

ELVA
ELEKTRONIKAI ÉS
VASIPARI GYÁRTÓ,
FORGALMAZÓ KFT.

Az anabolikus szteroidok káros mellékhatásai



Tartalom

Új elnevezés - új útvonal - új bajnokok: Holba Zoltán és Földingné Nagy Judit	1
Huszadszor is Budakeszin Országos Mezeifutó Bajnokság.....	3
Válogatott gyalogló viadal Országos gyalogló bajnokságok Gyalogló ünnep Békéscsabán.....	8
Hosszútávú futóversenyek	10
Ismét fiatal futók zajától hangos a Margitsziget	12
1991. évi serdülő "B" 10-es ranglista	13
A közép-, hosszútávutók korszerű felkészülésrendszere I rész. A mikrociklus felépítése	26
Az akarat diadala	31
Új elnökség a veteránoknál.....	33
Serdülők között nagykorú a bonyhádi atlétika	34
Az emir támogatja az atlétikát	35

Címlapfotó: *Az élen Berkovics Imre a felnőt
12 km-es verseny győztese*

Terjeszti a Magyar Posta

Előfizethető a hírlapkézbesítő postahivataloknál, a kézbesítőknél, a posta hírlapüzleteiben és a Hírlap-előfizetési és Lapellátási Irodánál (HELIR). 1000 Budapest XIII., Lehel utca 10/a közvetlenül, vagy postautalványon, valamint átutalással a HELIR Postabank Rt. 219-98636-021-02799 jelzőszámra.

Előfizetési díj: egy évre: 600,-Ft.

ATLÉTIKA

**36. évfolyam 5. szám
1992. május**

A Magyar Atlétikai Szövetség lapja
Szerkesztőség: Magyar Atlétikai Szövetség
1143 Budapest, Dózsa György út 1-3.
Szerkesztő: Krasovec Ferenc
Felelős kiadó: Schulek Ágoston
ISSN 0571-799x

Készült: Copy Kft. Budapest

Országos maratoni bajnokság Reggeli Délvilág maratoni

Új elnevezés - új útvonal - új bajnokok: Holba Zoltán és Földingné Nagy Judit

Szeged, 1992. március 14.

A hagyományos nemzetközi maratoni futóversenyt 36. alkalommal rendezték meg Szegeden, ezúttal új névvel, Reggeli Délvilág elnevezéssel és ennek keretében immár tizenegedszer bonyolították le az országos bajnokságot is.

Csak egy kis visszapillantás a szegedi maratoni OB-k történetébe. Az elsőt 1979. július 21-én rendezték meg és a két Szekeres végzett az élen, Ferenc megelőzte Jánost, akárcsak 1981-ben. 1980-ban János nyerte a bajnokságot, míg Ferencnek ekkor meg kellett elégednie a harmadik hellyel. 1979-től kezdve Szeged csak háromszor nem látta vendégül a maratoni OB-t, ugyanis 1982-ben Pápán (ekkor írták ki a nők első bajnoki küzdelmét), 1984-ben és 1987-ben pedig Budapesten bonyolították le a magyar bajnokságot.

Idén változott a rajt és a cél. Nem a belvárosban, a városháza, hanem az új szegedi sportcsarnok elé helyezték az indulást és a befutást is. A változás miatt természetesen új lett az útvonal is, amelynek felmérését és hitelesítését Pignitzky Péter, a MASZ főtitkára végezte el a Nemzetközi Atlétikai Szövetség által hivatalosan elfogadott kerékpáros módszerrel. (Ennek részleteit és mikéntjét Pignitzky Péter lapunk 1990. 5. és 1991. 7. számában közölt cikkeiben behatóan ismertette.) A korábban hosszútávutó, a maratoni távot hétszer is teljesítő főtitkár ugyanis a Maratoni és Utcai Futóversenyek Nemzetközi Szövetségének (AIMS) felmérő biztosa.

A pontosan felmért és hitelesített táv tehát lehetőséget adott a szintek teljesítésére, amelyet az olimpiai kiküldetésre a férfiaknál 2 óra 12 percben, a nőknél pedig 2 óra 33 percben állapítottak meg. Végeredményben a futók jóval elmaradtak ezektől a szintektől, elsőosztályú eredményt csak Földingné Nagy Judit ért el.

Persze az eredmények ilyen alakulásában az időjárás is nagy szerepet játszott, a napfény városa nem igazolta hírnevét. Amikor délután egy órakerít hét országból 242 futó (soraikban 23 nő) elindult, ezzel egyidőben a rádió időjárás-jelentésében a következő hangzott el:

- Szegeden borult az ég, esik az eső, élénk északi szél fúj, a hőmérséklet 6 fok.

Ilyen kellemetlen időben a versenyt végig a magyarok irányították. A külföldiek közül csak az ukránok tudtak beleszólni az élen haladók küzdelmébe, elsősorban a kiegészítő számokban.

A férfiak mezőnyéből hiányzott a Japánban dolgozó két futó: a csúcstartó Szűcs Csaba, a két év előtti győztes, aki a múlt évben sérülés miatt nem indult és Borka Gyula. Rajtuk kívül különböző okok miatt maradt távol a rajttól a címvédő Papp János és a tavaly ezüstérmes Gergely Zoltán, továbbá az előző évben a negyedik helyen befutó Markó György.

Az első három férfi helyezett a rajt után hamar elhúzott a többiek elől és 25 km után fokozatosan alakult ki köztük a célban ész-

lett különbség. A 24 éves Holba Zoltán 1 km-es előnnyel nyerte élete első felnőtt bajnokságát.

A nők bajnoksága teljesebb volt, mert az élvonalból csak a Mexikóban edzőtáborozó, többszörös bajnok, az első női maratoni bajnokságot nyerő Szabó Karolina nem állt rajthoz. Harminc km-ig a címvédő BVSC-s futónő, Visnyei Márta vezetett, de amikor a másik esélyes, az 1990. évi Eb női maratoni ötödik helyezettje, Földingné Nagy Judit utolérte, feladta. Innen a 27 éves győri futónő, aki a tavalyi évet sérülés miatt kihagyta és csak idén januárban kezdte el a rendszeres edzéseket, a kellemetlen hideg ellenszélben is biztosan haladt első magyar bajnoki címe felé. Végül is közel hatperces előnnyel szerezte meg a győzelmet.

Tavaly mindkét csapatbajnokságot az akkor alakult Szupermaratoni Futó Club nyerte meg. Szekeres János edző most a rajt előtt nem bízott a kettős sikerben, mert mint mondta, Szabó Zoltán, a múlt évi bronzérmes hosszabb sérülése után csak edzésjelleggel "szállt be", míg Vass Márta, a szupermaratoni bajnok, a tavalyi ötödik helyezett, térdfájdalmai miatt nem is indult el. A férfiaknak mégis sikerült megvédeniük csapatbajnokságukat, mert - akárcsak tavaly - Szűcs Antal és Szakács Tibor most is helyt állt, Kikillai Zoltán pedig 10. helyével jól helyettesítette Szabó Zoltánt. A nőknél Vass Márta helyére a tavaly még UTÉ-s futóként ezüstérmes, de közben átigazolt Gombos Márta lépett, de némi meglepetésre a két csapattal is felálló és az 1987. évi bajnoknő, a kaposvári Farkas Ágota átigazolásával megerősödött Székesfehérvári Hunyadi először nyert magyar bajnokságot, követték az 1989-ben csapatgyőztes Székesfehérvári Ikarusz példáját.

A bajnokság keretében bonyolították le a veterán atléták maratoni bajnokságát is. A férfiak között rajthoz állt a többszörös bajnok, a táv csúcsát 1990-ig tíz éven keresztül tartó Szekeres Ferenc is. És, ha már elindult, akkor természetesen meg is nyerte korcsoportját, egyébként elől, az abszolút sorrendben a 15. helyen ért a célba. A nők sem adták alább. A korcsoportjában indult két korábbi magyar bajnoknő: a csúcs-tartó és kétszeres (1985, 1989) magyar bajnok Őzéné Sipka Ágnes, valamint az 1983-as bajnokság aranyérmese, Danovszkyné Zsilák Ilona korcsoportjában ugyancsak első lett.

FÉRFIAK

Bajnok: Holba Zoltán (UTE, edző: Csoma Ferenc) 2:17:09, 2. Farkas Géza (Mikro) 2:20:21, 3. Váncsa Dénes (SporTolna Triatlon és Futóclub Szekszárd) 2:21:28, 4. Nyikos (BVSC) 2:25:40, 5. Markovich (Péti MTE) 2:26:00, 6. Lezsák (MVSC) 2:26:01, 7. Lajos (Sz. MÁV-MTE) 2:26:02, 8. Szűcs (Supermaratoni FC) 2:26:43, 9. Imre (BVSC) 2:27:22, 10. Kikillai (Supermaratoni FC) 2:28:41, 11. Szakács (Supermaratoni FC) 2:29:04, 12. Talabér (BVSC) 2:29:19, 13. Lisztóczy (MVSC) 2:29:24, 14. Laczfai (UTE) 2:31:04, 15. Szekeres F. (Supermaratoni FC) 2:31:42, 16. Jordán (MVSC) 2:32:22, 17. Mikes (Supermaratoni FC) 2:33:59, 18. Szatker (BVSC) 2:34:10, 19. Gulyás (Haladás VSE) 2:34:23, 20. Barka (Szekszárd) 2:34:47, 21. Sági (Supermaratoni FC) 2:34:50, 22. Szepesi (Tempó Hajdúböszörmény) 2:34:54, 23. Csatos (KÉP) 2:35:34, 24. Bogár (Békéscsaba) 2:36:13, 25. Dávid (Supermaratoni FC) 2:36:41, 26. Szabó (GEAC) 2:37:39, 27. Deák (BVSC) 2:39:00, 28. Vámos (Haladás VSE) 2:39:19, 29. Győri (Békéscsaba) 2:39:34, 30. Pulai (Haladás VSE) 2:39:59.

Csapatbajnok: Supermaratoni Futó Club (Szűcs Antal, Kikillai Zoltán, Szakács Tibor, edző: Szekeres János) 7:24:28, 2. MVSC 7:27:47, 4. BVSC 7:28:09, 4. Supermaratoni FC B-csapata 7:30:31, 5. UTE 7:39:07, 6. Haladás VSE 7:53:31, 7. Békéscsaba 8:06:19, 8. Supermaratoni FC C-csapata 8:13:00, 9. GEAC 8:20:20, 10. Szfv. Hunyadi 8:29:05.

NŐK

Bajnok: Földingné Nagy Judit (Gy. Dózsa, edző: Földing Ottó) 2:40:29 (abszolút sorrendben 32.), 2. Farkas Ágota (Szfv. Hunyadi) 2:46:14 (abszolút 37.), 3. Fried Éva (Supermaratoni FC) 2:55:31 (abszolút 58.), 4. Gombos (Supermaratoni FC) 2:56:30 (abszolút 62.), 5. Gulyás (NYVSC) 2:57:22 (abszolút 65.), 6. Őzéné Sipka (Szfv. Hunyadi) 2:59:01 (abszolút 69.), 7. Kozsári (Szfv. Hunyadi) 3:01:06 (abszolút 73.), 8. Kovács (Szfv. Hunyadi) 3:09:10 (abszolút 88.), 9. Bérces (Amatőr) 3:09:50 (abszolút 90.), 10. Bozán (Supermaratoni FC) 3:09:57 (abszolút 91.), 11. Danovszkyné Zsilák Ilona (BVSC) 3:22:54 (abszolút 108.), 13. Medveczki (Amatőr) 3:36:42 (abszolút 132.), 14. Arany (Szfv. Hunyadi) 3:38:01 (abszolút 134.). A nemzetközi maratoni versenyben: 3. Vera Sevcsenko (ukrán) 2:48:27 (abszolút 41.).

Csapatbajnok: Székesfehérvári Hunyadi (Farkas Ágota, Őzéné Sipka Ágnes, Kozsári Erzsébet, edző: Őze Tibor) 8:46:21, 2. Supermaratoni Futó Club 9:01:58, 3. Székesfehérvári Hunyadi B-csapata 10:10:05. Három értékelhető csapat volt.

ORSZÁGOS VETERÁN MARATONI BAJNOKSÁG

FÉRFIAK

Bajnokok. 40 évesek: Szekeres Ferenc (Supermaratoni FC) 2:31:42 (abszolút 15.), 45 évesek: Molnár Mihály (Supermaratoni FC) 2:59:54 (abszolút 71.), 50 évesek: Tabajdi József (Kiskunhalas) 2:59:54 (abszolút 70.), 55 évesek: Fehér Károly (Amatőr) 4:29:27 (abszolút 167.), 60 évesek: Csuri László (SZVSE) 4:18:31 (abszolút 163.), 65 évesek: Csamangó Ferenc (SZVSE) 4:01:38 (abszolút 158.).

NŐK

Bajnokok. 35 évesek: Őzéné Sipka Ágnes (Szfv. Hunyadi) 2:59:01 (abszolút 69.), 45 évesek: Danovszkyné Zsilák Ilona (BVSC) 3:22:54 (abszolút 107.).

KIEGÉSZÍTŐ SZÁMOK

FÉRFIAK

Ülőkerekes maratoni: 1. Urbancsok (Rodata SE) 1:56:04. Kismaratoni (20 km): 1. Pjatnicsolik (ukrán) 1:03:36. 10 km: 1. Tóth L. (Bp. Honvéd) 31:08.

NŐK

Kismaratoni (20 km): 1. Petrik (BVSC) 1:12:34. 10 km: 1. Olizarenko (ukrán) 35:09.

TOVÁBBI VETERÁN MARATONI EREDMÉNYEK

FÉRFIAK

40 évesek: 2. Deli (BEAC-MAFC) 3:13:58 (abszolút 96.), 3. Bacsó (Törekvés) 3:18:08 (abszolút 103.), 4. Áts (Oxigén) 3:24:45 (abszolút 111.), 5. Pápay (Amatőr) 3:59:26 (abszolút 157.), 6. Ádám (Amatőr) 4:20:21 (abszolút 165.).

45 évesek: 2. Csorba (Supermaratoni FC) 3:05:40 (abszolút 81.), 3. Molnár (SZVSE) 3:08:21 (abszolút 87.), 4. Bozán (SZA) 3:09:57 (abszolút 92.), 5. Csordás (Oxigén) 3:14:33 (abszolút 97.), 6. Székely (Futapest) 3:26:48 (abszolút 116.), 7. Sebők (Futapest) 3:29:50 (abszolút 122.), 8. Tari (Amatőr) 3:49:10 (abszolút 154.), 10. Dobos (Amatőr) 3:58:41 (abszolút 156.), 11. dr. Koncz (IBM) 4:32:18 (abszolút 168.).

50 évesek: 2. Boyó (Futapest) 3:37:46 (abszolút 133.), 3. dr. Katona (Futapest) 4:42:15 (abszolút 173.).

ORSZÁGOS MEZEIFUTÓ BAJNOKSÁG

Két felnőtt címvédő hiányzott – A három új felnőtt bajnok: Berkovics Imre, Konovalov Iván és Javos Anikó fényesebbre cserélte tavalyi érmét – A BEAC-MAFC nyerte a vándordíjat.

Dunakeszi, 1992. március 28.

Az 1908-ban első ízben kiírt férfi nagymezei magyar bajnokságot, amelyet csak 1915-ben nem tartottak meg, 84. alkalommal rendezték meg, Dunakeszin pedig sorrendben huszadszor. De tegyük hozzá, hogy tatán utoljára. Mint ismeretes az 1994. évi mezeifutó világbajnokság rendezési jogát Budapest kapta meg és a nagy világversenyre a Kincsem Parkban kerül sor. Mint hírlík, ez indokoltá teheti, hogy a mezei bajnokságot a jövő évben már itt rendezzék meg. De ne vágjunk a dolgok elébe. A meteorológiai jóslatok ellenére, napfényes időben, talán ennek a hatására is, a benevezett 1518 futó közül sokan vállalták az indulást és közülük 1056 versenyző célba is érkezett. A múlt évhez képest tehát emelkedett a létszám és ez elsősorban a legfiatalabbaknál jelentkezett az alábbiak szerint:

év	felnőtt	ifjúsági	serdülő A	serdülő B	összesen
1991	133	88	193	440	854
1992	147	109	223	577	1056
Emelk.	+14	+21	+30	+137	+202

*

De hogyan is zajlott le a 13 versenyszámból álló, több mint háromórás, színes, tarka, mozgalmas műsor?

A hagyományoknak megfelelően a legfiatalabbak közül a 13 éves lányok kezdtek. Az első bajnokot, Szentgyörgyi Katalint a szegediek ünnepelehték.

Utána ritka sorozatot láthattunk. A következő négy serdülő B-korcsoportos futamot a BEAC-MAFC fiataljai nyerték, közülük Kálovics Anikó megismételte tavalyi győzelmét és még két csapatbajnokság is az egyetemi sportegyesületé lett. Az első öt egyéni és csapat-, összesen tehát tíz serdülő B-korcsoportos bajnokságból hét a BEAC-MAFC birtokába jutott.

A folytatásban ismerős arcokat láttunk az élen. Sorrendben a 15 éves szekszárdi Acsádi Gábor, a két csepeli lány közül a 17 éves Csoszánsszky Szilvia negyedszer (a bajnokság legfőbb győzelmével), a 19 éves Tóth Mónika pedig hetedszer (!) lett ismét első a mezőn. Az idősebb fiúk között a serdülő A-korcsoportban a 17 éves nyíregyházi Bacskai Zsolt lépett tavaly óta egyet előre a győzelmi dobogó legmagasabb fokára, míg az ifjúságiaknál a különböző távokon sokszoros fiataikorú bajnok, a 19 éves Tölgyesi Balázs, aki a múlt évben szúrás miatt csak a 18. helyen végzett, most győzelemmel kárpótolta magát és a székesfehérváriakat.

*

A felnőtt címvédők közül csak Káldy Zoltán indult, de bajnokságát ő sem tudta megvédeni. Két tavalyi bajnok is hiányzott, a volt diósgyőri Bereczki József a kismezeiről, a női mezőnyből pedig Barócsi Heléna. A helyükbe lépő új mezei bajnokok tavalyi érmüket cserélték fényesebbre: Berkovics Imre a bronzot, Konovalov Iván és Javos Anikó az ezüstöt váltotta aranyra.

*

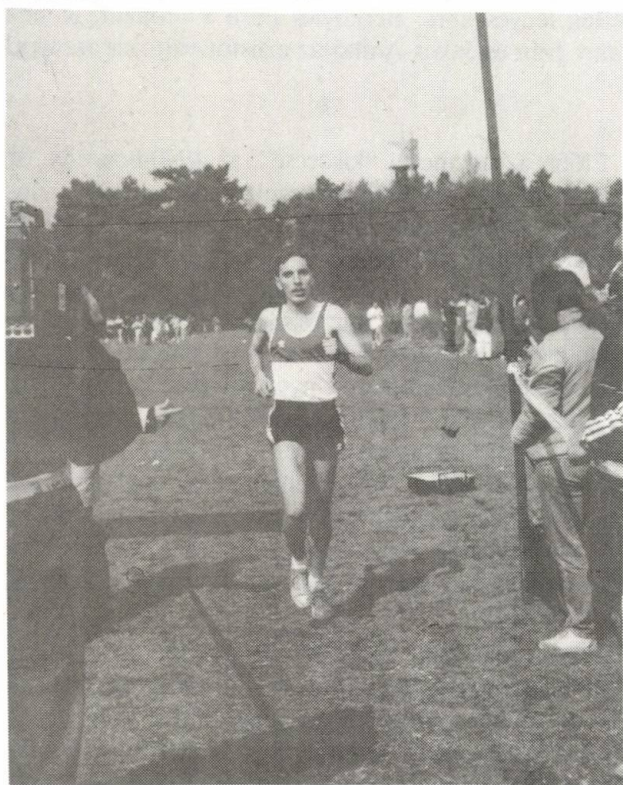
Előbb a nagymezei "kisöccse", az 1940-ben először megrendezett 6 km-es úgynevezett kismezei rajtolt. Konovalov és Sági csatázott az élen, majd Kazsimér és Markó Gábor csatlakozott hozzájuk. A végén Konovalov hajrájának a többiek nem tudtak ellenállni. Így megnyerte első mezei bajnokságát. Konovalov egyébként csak a mezőn új bajnok, mert pályán két évvel ezelőtt 5000 méteren már nyert magyar bajnokságot. A Mikro SC olyan fölényrel védte meg csapatbajnokságát, hogy a hosszú sérülés és műtét után ismét próbálkozó 31 éves, 1500 méteres és egymérföldes csúcstartó Knipl István - jó futása ellenére sem fért be a bajnokcsapatba. Egyébként - az egyéni versenyekkel ellentétben - mindhárom felnőtt csapatbajnokságban a védő győzött.

A nők jubiláltak, 1943 óta, megszakítás nélkül, sorrendben ötvenedik bajnokságukat futották. A címvédő Barócsi Heléna távollétéban sokan adtak esélyt a 27 éves Ágoston Zitának, hogy megnyerheti első felnőtt mezei bajnokságát. Vezetett is a Bp. Honvéd futónője, de az első felnőtt mezei győzelem nem neki, hanem a



tavaly ezüstérmes, 21 éves Javos Anikónak jutott, aki korábban mezőn már nyert ifjúsági és serdülő bajnokságot. a BVSC csapata a tavalyihoz hasonló biztonsággal őrizte meg elsőségét, igen jól futott a hosszú idő után visszatérő 30 éves Petrik Éva és a 24 éves Oláh Katalin, a tájfutóvilágbajnok igazolta, hogy nem csak tájékozódni, hanem futni is tud.

A sort a felnőtt férfiak 12 km-es futása zárta, amelyet a másfél évvel ezelőtt elhunyt, 1927-1931 között ötszörös mezei bajnok, Szerb Elek által felajánlott vándordíjért is futottak. A múlt évi bronzérmes Berkovics Imre és a címvédő Káldy Zoltán párharcában a veszprémi futó diktálta az iramot és ebből a célíg sem engedett, ott is maga mögött hagyta az úpesti futót. Fél perccel előzték meg a harmadik helyen befutó Holba Zoltánt, az idei maratoni bajnokot. Az UTE nyerte a csapatbajnokságot, akárcsak tavaly.



Káldy Zoltán a célban

Az értékelő sátrakban folyt a hivatalos értékelés, előlöttük a lázas magánszámolgatás. Ki nyerte a bajnokság számaira kiírt összesített pontversenyt: a múlt évben első VEDAC (tavaly 374 pont) vagy idei nagy ellenfele a BEAC-MAFC (tavaly 233 pont). A múlt esztendőben köztük volt még a BVSC is (264 pont). Most egyszer így, egyszer úgy fordult a kocka, fiataljai révén sokáig a BEAC-MAFC látszott győztesnek. Azután az utolsó szám, a fiatalok versenyénél "jobban fizető" felnőtt 12 km döntött: Berkovics győzött, rajta kívül még Szemán és a veszprémiek két csapata foglalt helyet az első nyolc között, így, ha csak két pont különbséggel is, de ismét a veszprémiek vihették haza a vándordíjat. Igen ám, de napok múltán, amikor a MASZ-ban utánaszámoltak

az eredményeknek, kiderült, hogy összeadási hiba történt s a 13 éves fiúk csapatbajnokságát nem a KSI, hanem 58 ponttal a BEAC-MAFC nyerte és a két egyesület helyet cserélt. Mindennek az lett a következménye, hogy nem a veszprémieké, hanem a BEAC-MAFC-é lett a trófea.

FÉRFIAK

Felnőttek 12 km (Szerb Elek vándordíj, 58 befutó) Bajnok: Berkovics Imre (VEDAC, edző: Koós László és Nagy Zoltán) 37:29, 2. Káldy Zoltán (UTE) 37:32, 3. Holba Zoltán (UTE) 37:57, 4. Jáger (BVSC) 38:08, 5. Markocsán (Mikro) 38:10, 6. Pintér (UTE) 38:12, 7. Szemán (VEDAC) 38:15, 8. Lisztóczy (MVSC) 38:18. *Csapatbajnok:* UTE (Káldy Zoltán, Holba Zoltán, Pintér István) 11,2. VEDAC I. (Berkovics, Szemán, Kárpáti) 19, 3. MVSC (Lisztóczy, Jordán, Drotár) 31, 4. BVSC I. 36, 5. BVSC II.70, 6. BEAC-MAFC 77, 7. VEDAC II.95, 8. Péti MTE 100 pont.

6 km (56 befutó). Bajnok: Konovalov Iván (Mikro, edző: Jurij Konovalov) 17:51, 2. Kazsimér Attila (Mikro) 17:56, 3. Sági Ferenc (BVSC) 17:59, 4. Janovecz (H. Bolyai) 18:07, 5. Markó G. (Mikro) 18:13, 6. Kliszek (UTE) 18:19, 7. Knípl (Mikro) 18:21, 8. Vörös (UTE) 18:23. *Csapatbajnok:* Mikro (Konovalov Iván, Kazsimér Attila, Markó Gábor) 8, 2. UTE I. (Kliszek, Vörös, Banai) 23, 3. SKSE (Balogh, Csala, Fehérvári) 55, 4. UTE II.62, 5. BEAC-MAFC 72, 6. SZVSE 76,7. GEAC 95, 8. DMTE 101 pont.



Konovalov Iván a 6 km győztese

Ifjúságiak. 7 km (74 befutó) Bajnok: Tölgyesi Balázs (VIDEOTON, edző: Hirt Károly) 22:54, 2. Horváth Gábor (PAC) 23:00, 3. Bohus János (Békéscsaba) 23:16, 4. Oláh (VIDEOTON) 23:29, 5. Weiner (Vasas)

23:30, 6. Szigeti (Dombóvár) 23:35, 7. Kővári (Dombóvár) 23:37, 8. Kónya (KSC) 23:39. *Csapatbajnok:* VI-DEOTON (Tölgyesi Balázs, Oláh Roland, Jakab Zsolt) 15, 2. PAC I. (Horváth G., Horváth R., Király) 22, 3. Dombóvár (Szigeti, Kővári, Balogh) 35, 4. Vasas 45, 5. BEAC-MAFC 63, 6. VEDAC 85, 7. SzVSE 93, 8. PAC II. 93 pont.

Serdülő A-korcsport. 6 km (135 befutó). Bajnok: Bacsikai Zsolt (NYVSE, edző: Pokrovenszky József) 19:21, 2. Németh Nándor (Dombóvár) 19:24, 3. Nagy László (UTE) 19:29, 4. Imre (MVSC) 19:41, 5. Kalakai (NYVSC) 19:46, 6. Hortobágyi (KSI) 19:52, 7. Tőke (KSC) 20:03, 8. Ruzsáli (SzVSE) 20:08. *Csapatbajnok:* NYVSC (Bacsikai Zsolt, Kalakai Arnold, Gyöngyi András, Fodor István) 50 2. BEAC-MAFC I. (Völgyi, Vörös, Stepán, Tuska) 65, 3. KSI (Hortobágyi, Simon, Medgyes, Fábián) 95, 4. VEDAC 99, 5. BEAC-MAFC II. 156, 6. SzVSE 161, 7. TBSC 165, 8. SKSE 170 pont.

Serdülő B-korcsport 15 évesek. 5 km (81 befutó). Bajnok: Acsádi Gábor (SportTolna Triatlon és Futó Club, Szekszárd, edző: Németh Gyula) 16:17, 2. Bozán Károly (UTE) 16:20, 3. Budaházy Zoltán (KBSK) 16:45, 4. Héczey (BEAC-MAFC) 16:55, 5. Farkas (KSI) 16:56, 6. Képes (BEAC-MAFC) 17:10, 7. Lukács (DAC) 17:13, 8. Szűts (VEDAC) 17:13. *Csapatbajnok:* KSI I. (Farkas László, Kovács Dávid, Juhász Zoltán, Radákovich Kornél) 40, 2. BEAC-MAFC I. (Héczey, Képes, Nagy, Pátyi) 53, 3. UTE (Bozán, Nagy, Vas, Jakab) 105, 4. KSI II. 115, 5. Jakabszállási DSK 135, 6. BEAC-MAFC II. 176, 7. Alba Volán 194. 8. DAC 214 pont.



Az 1977-es születésű fiúk eredményhirdetése

Serdülő B-korcsport 14 évesek. 4.5 km (96 befutó). Bajnok: Winth Zoltán (BEAC-MAFC, edző: Csorba Sándor) 15:21, 2. Szigeti Balázs (VEDAC) 15:27, 3. Peleskei Zsolt (BEAC-MAFC) 15:28, 4. Tóth A. (KSC) 15:33, 5. Lipp (KSI) 15:48, 6. Tóth P. (KSC) 15:51, 7. Demeter (TBSC) 15:56, 8. Móricz (Alba Volán) 15:57. *Csapatbajnok:* BEAC-MAFC (Winth Zoltán, Peleskei Zsolt, Kovács Péter, Már Balázs) 47, 2. TBSC (Demeter, Galamb, Halász, Csehi) 89, 3. Alba Volán (Móricz, Nagy, Horváth, Jámorházi) 92, 4. KSC 100, 5. Gyulai SE 104, 6. KSI 110, 7. Ikarus BSE 124, 8. PVSK 188 pont.



Az 50 éves Mecser Lajos is rajthoz állt, s meglepően jól bírta a fiatalok iramát

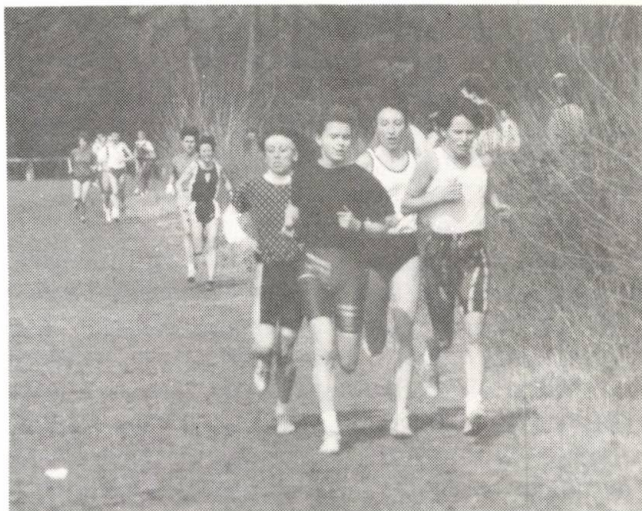
Serdülő B-korcsport, 13 évesek. 3.5 km (117 befutó). Bajnok: Zavorecz Zsolt (BEAC-MAFC, edző: Sátyi István) 12:18, 2. Csillag Balázs SportTolna Triatlon és Futó Club, Szekszárd) 12:29, 3. Klopfer Csaba (SportTolna Triatlon és Futó Club, Szekszárd) 12:40, 4. Zachár (NYVSC) 12:45, 5. Muskotál (Ikarus) 12:45, 6. Orbán (KSI) 12:47, 7. Németh Zs. (Kalocsa) 12:48, 8. Kavalecz (VEDAC) 12:49. *Csapatbajnok:* 1. BEAC-



MAFC (Zavorecz Zsolt, Békési Ferenc, Kovács Dénes, Rajnai Frigyes) 58, 2. KSI (Orbán, Gyurcsó, Biletzky, Horváth) 68, 3. Kaposvári Építők (Király, Gáspár, Nagy, Tanai) 79, 4. Alba Volán 84, 5. Kalocsa 102, 6. VEDAC 113, 7. NYVSC 120, 8. Ikarus BSE 136 pont.

NŐK

Felnőttek. 6 km (33 befutó). Bajnok: Javos Anikó (VIDEOTON, edző: Hirt Károly) 20:56, 2. Petrik Éva (BVSC) 20:57, 3. Brutóczy Judit (BVSC) 21:04, 4. Ágoston (Bp. Honvéd) 21:10, 5. Oláh K. (Mikro) 21:17, 6. Molnár G. (BVSC) 21:29, 7. Hegyi (SKSE) 21:34, 8. Merényi (Bp. Honvéd) 21:36. **Csapatbajnok:** BVSC (Petrik Éva, Brutóczy Judit, Molnár Gizella) 11, 2. Bp. Honvéd (Ágoston, Merényi, Hédai) 21, 3. Székesfehérvári Hunyadi SE (Farkas, Korán, Sipka) 55, 4. VEDAC 56, 5. PVSZ 59, 6. Gyulai SE 81, 7. PAC 84 pont.



A női felnőtt mezőny

Pereg a mezei bajnokság színes filmje. Ahogy alakulnak az események, érdemes odafigyelni egy-egy röpke véleményre. Halgassuk csak meg ezeket a kiragadott mondatokat.

Játékos Zoltán, a BEAC-MAFC szakosztályvezetője hét serdülő B-korcsoporthoz győzelem után:

- *Hát igen, dolgozunk, hiszen tavaly is nyertünk három bajnokságot a legfiatalabbak között. Hogy triatlonisták erősítik a gárdánkat? Igaz! De Sáthy István tanítványai, mint atléták nálunk vannak leigazolva és a mi edzőtervünk szerint készülnek. De például Kálovics Anikóval és Winth Zolival a mi edzőink foglalkoznak.*

Németh Gyula, a Szekszárdon tavaly alakult futóklub vezetője, az egykori akadályfutó bajnok a 15 éves serdülők eredményhirdetése után:

- *Nem jól mondták a klubunk nevét, mert az helyesen: SportTolna Triatlon és Futó Club, Szekszárd. Első bajnokunk tavaly Acsádi Gábor lett, aki most is győzni tudott. De előtte most már a 13 éves fiúknál is szereztünk két egyéni érmet.*

Fazekas Miklós, a tavalyi versenybírózás elnöke, az egykori diósgyőri, ugyancsak akadályfutó bajnok, szűkebb hazája atlétikája miatt kesereg a verseny közben:

- *Nálunk nincs atlétika, széthullt. Megalakult ugyan a Diósgyőri Atlétikai Club, de mindössze négy atlétával jöttünk a versenyre. Hogy Bereczkivel, a tavaly diósgyőri kismézei bajnokkal mi van? Nem tudom, nem is láttam már hosszú idő óta, fogalmam sincs mi van vele.*

Fancsali András, több hosszútávú csúcsot még mindig tartó, egykori bajnok, Barócsi Heléna edzője a női bajnokság előtt:

- *Olimpiára készülünk. Heléna szeretne szintet futni valamelyik távon, most ezért nem indul. Másnap Párizsban élete első maratoni versenyét próbálja meg, ilyen hosszút még nem futott, 27 km volt eddig a legtöbb. Majd meglátjuk, hogy hogyan bírja. Tavaly is jó volt, az idén pedig sorra nyerte a külföldi futóversenyeket. (Sajnos azóta tudjuk, hogy Heléna maratoni bemutatkozása nem sikerült. Mérei László szövetségi kapitánytól kapott tájékoztatás szerint a verseny előtt elrontotta a gyomrát, ennek ellenére jól mozgott és kedvező pozícióban futott, amikor 30 km-nél izomgörcsöt kapott, meghúzódt a lába és feladta a versenyt. A szerk.)*

Csoma Ferenc, az UTE bajnokokat nevelő edzője, a felnőtt férfi OB előtt:

- *Nem tudom, hogy mi lesz, Baiert a térdével megműtötték. Káldy Zoli most még nincs olyan jó formában, nem olyan robbanékony. Nem biztos, hogy meg fogja védeni a bajnokságát. (Úgy látszik, hogy Csoma Ferenc amilyen jó edző, ugyanolyan jó jós is. De csapata így is megvédte a hosszútávú bajnokságot. A szerk.)*

Kun László, a VEDAC most már ügyvezető igazgatója, verseny közben:

- *A BEAC (csak így röviden) nagyon összeszedte magát, de a felnőtteknél mi vagyunk a jók...*

... és a végén:

- *A nagymezein a második csapatunk is az első nyolc között van, ismét miénk a vándordíj. (Illetve akkor úgy tűnt! A szerk.)*

I.V.

Ifjúságiak 5 km (35 befutó). Bajnok: Tóth Mónika (Csepel, edző: Görög Zoltán) 17:30, 2. Pásztor Kornélia (DMTE) 17:34, 3. Fülöp Renáta (VEDAC) 17:43, 4. Kiss (SzVSE), 5. Czene (PVSK) 18:06, 6. Németh Á. (Spartacus) 18:21, 7. Jakab (BEAC-MAFC) 18:30, 8. Kovács B. (PBSK) 18:33. *Csapatbajnok:* DMTE (Pásztor Kornélia, Kelemen Judit, Czier Katalin) 21, 2. PVSK (Czene, Kovács, Csik) 26, 3. VEDAC (Fülöp, Bangó, Timer) 38, 4. BEAC-MAFC 42, 5. SzVSE 61, 6. Győri Dózsa 72, 7. UTE 81 pont.

Serdülő A-korcsoport. 4 km (88 befutó). Bajnok: Csoszánsszky Szilvia (Csepel, edző: Árvai József) 14:43, 2. Szabó Rita (Sz.MÁV-MTE) 15:05, 3. Varga Judit (Haladás VSE) 15:11, 4. Kovács I. (VEDAC) 15:29, 5. Engert (PVSK) 15:34, 6. Füzi (KSI) 15:38, 7. Szabó Zs. (Bp. Honvéd) 15:40, 8. Fekete (DAC) 15:43. *Csapatbajnok:* Csepel (Csoszánsszky Szilvia, Rieger Anita, Szutter Bettina, Kátai Mária) 74, 2. PVSK (Engert, Csupa, Vönöczki H., Vönöczki Á.) 82, 3. BEAC-MAFC (Papp, Fodor, Rózsa, Berkes) 106, 4. Dombóvár 111, 5. KSI 123, 6. VEDAC 135, 7. Ajkai Hungalu 136, 8. Ikarus BSE 148 pont.

Serdülő B-korcsoport 15 évesek. 3 km (50 befutó). Bajnok: Kálovics Anikó (BEAC-MAFC, edző: Pásztor Zsolt) 11:00, 2. Tusai Brigitta (Csepel) 11:09, 3. Gáspár Csilla (BEAC-MAFC) 11:10, 4. Földi (Kiskunfélegyháza) 11:11, 5. Kővári (Csepel) 11:15, 6. Szőgi (SzVSE) 11:25, 7. Schmidt (Bp. Honvéd) 11:26, 8. Harangi (BEAC-MAFC) 11:29. *Csapatbajnok:* BEAC-MAFC (Klovics Anikó, Gáspár Csilla, Harangi Petra, Szabó Ágnes)

26, 2. Csepel (Tusai, Kővári, Hajtó, Bott) 44, 3. VEDAC (Szemán, Koltavári, Mátyás, Varga) 79, 4. PVSK 105, 5. NYVSC 134, 6. Bp. Honvéd 141 pont.

Serdülő B-korcsoport 14 évesek. 3 km (115 befutó). Bajnok: Valkó Andrea (BEAC-MAFC, edző: Sáthy István) 11:01, 2. Kiss Eszter (PVSK) 11:13, 3. Bakó Mónika (KSC) 11:19, 4. Török (VEDAC) 11:21, 5. Teveli Sz. (Csepel) 11:23, 6. Wittmann (V. Ikarus) 11:34, 7. Ambur (Bonyhád) 11:36, 8. Brassay (VEDAC) 11:42. *Csapatbajnok:* VEDAC (Brassay Réka, Török Adél, Flikorn Andrea, Samu Eszter) 61, 2. Bonyhád (Ambur, Oszvald, Gerberich, Probszt) 87, 3. KSC (Bakó, Szabó, Gulyás, Káldy) 99, 4. Csepel 105, 5. PVSK 107, 6. Kiskunhalas 125, 7. BEAC-MAFC 167, 8. Bp. Honvéd 172 pont.

Serdülő B-korcsoport 13 évesek. 3 km (118 befutó). Bajnok: Szentgyörgyi Katalin, edző: György Sándor) 11:11, 2. Garami Katalin (SKSE) 11:22, 3. Molnár Emőke (Alba Volán) 11:27, 4. Frick (BEAC-MAFC) 11:35, 5. Binder (BEAC-MAFC) 11:33, 6. Teveli P. (Csepel) 11:40, 7. László (Csepel) 11:48, 8. Burucs (VEDAC) 11:54. *Csapatbajnok:* Alba Volán I. (Molnár Emőke, Tapodi Anett, Meggyesi Réka, Meggyesi Dóra) 41, 2. VEDAC (Burucs, Erdős, Nagy, Szüts) 41, 3. DSI (Pistár, Kaszás, Szabó, Lénert) 89, 4. Csepel 95, 5. Alba Volán II. 105, 6. SzVSE 139, 7. Kiskunhalas 170, 8. Pápai SE 191.

A bajnokság számára kiírt Munka Vándordíj összetett pontversenyében: 1. BEAC-MAFC 359, 2. VEDAC 357, 3. BVSC 237, 4. UTE 206 pont.



Válogatott gyalogló viadal
Schweppes-Politerm Kupa nemzetközi gyalogló verseny
Országos gyalogló bajnokságok

Gyalogló ünnep Békéscsabán

Békéscsaba, 1992. április 5.

A hagyományos, 14. alkalommal megrendezett békéscsabai gyalogló összeövetel, hetedszer Schweppes Kupa elnevezéssel, amelyhez idén még a Politerm is bekapcsolódott, újból hatalmas mezőnyt szólított rajt-hoz. A versenyen a különböző távokon 120 magyar gyalogló mellett 18 országból 66 külföldi is indult, közülük többen sikerrel, mert a három felnőtt nemzetközi számot ők nyerték meg. Az időjárás kedvezett a Petőfi és Jókai utcában kijelölt kétkilométeres körben lebonyolított versenynek, mert reggel 7 órakor, amikor a férfiak 50 km-es mezőnye elindult, 12 fok volt a hőmérséklet, amely a verseny végére 20 fokra emelkedett, eső nem esett, enyhe szél fújt.

Vendéggyőzelmek a nemzetközi számokban

Az 50 km a prágaiak kettős győzelmével ért véget. A régi ismerős, a két évvel ezelőtt Békéscsabán a csúcsot (3:51:06) gyalogló Sátor László mögött 3:51:44-gyel második, most 32 éves Jaroszlav Makovec után klubtársa, a 27 éves Milos Holuso ért a célba. Az első nyolc közé a magyarok közül a meglepetésre bajnokságot nyert Kirszt Károly és a tavalyi bronzérmes Czukor Zoltán tudott csak bekerülni. Litván elsőséget hozott a férfiak rövidebb távja, a 20 km.

A nők 10 km-es színvonalas küzdelmében a román Victoria Lina, az idei genovai fedettpályás Eb ötödik helyezettje győzött és teljesítményével a verseny legjobb eredményére kiírt kupát is elnyerte. Mögötte a magyarok közül Alföldi Andrea bizonyult a legjobbnak, megjavította a táv legjobb eredményét és négy másodpercre megközelítette az olimpiai kiküldetési szintet.

FÉRFIAK 50 km (43 induló)

1.	Jaroszlav Makovec (csehszl)	3:53:58
2.	Milos Holuso (csehszl)	3:54:13
3.	Szergej Persin (or)	3:56:53
4.	Kirszt Károly (KBSK)	3:58:01
5.	Harold van Beek (holl)	3:58:21
6.	Kesztutisz Jezepcikasz (lit)	3:59:16
7.	Czukor Zoltán (PAC)	4:00:00

20 km (26 induló)

1.	Waldas Kazlauskas (lit)	1:23:44
2.	Chris Maddocks (brit)	1:25:47

3.	Alexander Rákövi (jug)	1:27:36
4.	Breznai Béla (DAC)	1:30:45
5.	Fabio Ruzzier (ol)	1:33:54
6.	Rudolf Cogan (csehszl)	1:36:11
7.	Peter Koriok (csehszl)	1:38:27
8.	Váróczy Zsolt (DAC)	1:41:42

NŐK 10 km (54 induló)

1.	Victoria Lina (rom)	44:18
2.	Alföldi Andrea	44:49
legjobb országos eredmény (régi: 44:54, Szebenszky 1990.)		
3.	Beata Kaczmarszka (len)	45:28
4.	Ilyés Ildikó	45:37
5.	Sada Eidikyté (lit)	45:43
6.	Rosza Mária	45:48
7.	Szebenszky Anikó	46:29
8.	Kamila Holpuchová (csehszl)	47:24

Kirszt Károly először bajnok 50 km-en

A nemzetközi gyaloglóverseny keretében, együttes indítással rendezték meg a gyaloglók leghosszabb távú bajnokságát, az 50 km-t. A hazai mezőnyben három volt magyar bajnok foglalt helyet: a címvédő Dudás Gyula, az 1977-től tizenegyszer távgyőztes, 39 éves Sátor László és a 48 (!) éves Andrásfay Endre, aki 1987-ben szerzett 50 km-en bajnoki címet. Ezt azonban most nagy meglepetésre a 23 éves Kirszt Károly hódította el, aki életében először indult ilyen hosszú távon. Az új bajnok sikeres múltja tekinthet vissza, hiszen tavaly augusztusban már hatodik utánpótlás-bajnokságát nyerte, ugyanis három évben (1988, 1989, 1991) a 20 és 35 km-es junior OB-n egyaránt ő lett az első, csak 1990-ben kellett 20 km-en a negyedik, 35 km-en pedig a második hellyel megelégednie.

Érthetően fáradtan ült le célbaérkezése után:

- Tudom, hogy az igazi 50 km-esek úgy 30 éves korukra érnek be, én viszont még csak 23 éves vagyok, úgyhogy van időm még bőven - mondta a hozzászóló tv-riporternek.

A komlói új bajnok, aki egyben a két évvel korábban elhunyt háromszoros 50 km-es gyaloglóbajnok Danovszky Ferenc emlékére rendezett verseny győztese is lett, az ötödik magyar gyalogló, aki 4 órán belülre került. Időeredményével a magyar örökranglista ötödik helyét foglalja el, előtte most megelőzött ellenfele

(Sátor László, Dudás Gyula, Czukor Zoltán), valamint Veréb Rudolf szerepelnek.

Az "érembérletes" Czukor Zoltán tavalyelőtti ezüst- és tavalyi bronzérme után, ezüsttel gazdagodott. Az SzVSE csapata a múlt événél jobb időeredménnyel védte meg bajnokságát.

Országos 50 km-es gyalogló bajnokság (Danovszky Ferenc emlékverseny)

Bajnok: Kirszt Károly (KBSK, edző: Homoki Vince)
3:58:01

2. Czukor Zoltán (PAC) 4:00:00
3. Andrásfay Endre (Postás) 4:06:05
4. Sátor László (Bp. Honvéd) 4:06:45
5. Dudás Gyula (SzVSE) 4:08:34
6. Leczki Ervin (Békéscsaba) 4:13:11
7. Faragó Károly (Testvériség) 4:21:34
8. Kovalcsik László (SzVSE) 4:26:30
9. Csobán (SzVSE) 4:30:19, 10. Kovács L. (Bp. Honvéd) 4:44:28, 11. Csaba (Bp. Honvéd) 4:52:12, 12. Bagi (Bp. Honvéd) 4:54:58, 13. Annus (Testvériség) 4:57:58, 14. Márton (Testvériség) 5:08:37, 15. Kovács (Békéscsaba) 5:16:49

Sipos (SzVSE) a versenyt feladta, Nagy I. (Békéscsaba) szabálytalan gyaloglás miatt kizárva.

Csapatbajnok: SZVSE (Dudás Gyula, Kovalcsik László, Csobán László, edzők: Antal Andor és Kéri Ferenc) 13:05:23

2. Bp. Honvéd (Sátor, Kovács, Csaba) 13:46:25
3. Testvériség (Faragó, Annus, Márton) 14:28:09

Mindkét pontversenyt a magyarok nyerték

A gyaloglóünnepet felnőtt férfi és női válogatott viadal is színesítette. Bár az egyéni versenyeket a románok nyerték, mindkét pontverseny a magyarok zsákmánya lett.

Férfi 50 km-es válogatott viadal

1. Magyarország (Czukor Zoltán 4:00:00, Andrásfay Endre 4:06:05, Sátor László 4:06:45) 12 helyezési pont.
2. Románia (Costel Bolan 3:59:43, Gheorghe Freco-teanu 4:11:08, Marius Mihalescu 4:25:20) 10 helyezési pont.

Női 10 km-es válogatott viadal

1. Magyarország (Alföldi Andrea 44:49, Ilyés Ildikó 45:37, Rosza Mária 45:48) 37 helyezési pont.
2. Lengyelország (Beata Kaczmarszka 45:28, Dorota Woda 47:56, Mariola Kankowszka 48:14) 30 helyezési pont.
3. Románia (Victoria Lina 44:18, Norica Cimpean 48:28, Mivara Papuc 49:13) 29 helyezési pont.
4. Cseh és Szlovák Szövetségi Köztársaság (Kamila Holpuchová 47:24, Ivana Brozmanová 49:15, Henrieta Kozliková 50:43) 19 helyezési pont.
5. Írország (Marie Walst 52:50, Deidre Gollogher 58:09, Catherine Walsh 1:00:39) 6 helyezési pont

Sok fiatal a rajtnál

Nem maradtak el a fiatalok sem a gyaloglónapról. Az ifjúsági (a felnőttekkel együtt versenyeztek) és a serdülő A-korcsoporthoz hosszútávú egyéni OB mellett sok serdülő B-korcsoporthoz gyalogló is rajthoz állt.

IFJÚSÁGIAK

Fiúk (20 km).

Bajnok: Breznai Béla (DAC, edző: Szücs József) 1:30:45, 2. Váróczy Zsolt (DAC) 1:41:42, 3. Lengyel Gábor (SzVSE) 1:43:02, 4. Kátai Balázs (Bp. Honvéd) 1:47:04, 5. Kiss György (GEAC) 1:48:00, 6. Czimulya László (DAC) 1:50:15, 7. Vozár Attila (Békéscsaba) 1:56:22.

Török Csaba (GEAC) és Ozsváth Gábor (SzVSE) a versenyt feladta.

Lányok (10 km).

Bajnok: Puskás Éva (Bp. Honvéd, edző: dr. Urban Ákos) 52:23, 2. Nagy Patricia (BEAC-MAFC) 52:46, 3. Varga Ildikó (DAC) 55:16, 4. Donka Edina (NYVSC) 55:44, 5. Koszó Szilvia (SzVSE) 55:55, 6. Hatala (BEAC-MAFC) 56:09, 7. Varga Eszter (BEAC-MAFC) 56:40, 8. Effenberger Mónika (Bp. Honvéd) 57:29, 9. Szuromi (BEAC-MAFC) 58:58, 10. Vass (SzVSE) 59:44, 11. Krajcsó (Békéscsaba) 1:01:00, 12. Lele (SzVSE) 1:01:32, 13. Benedek (Békéscsaba) 1:02:21

Medovarszki (Békéscsaba), Polyák (DAC) és Baranyi (Kinizsi) feladta a versenyt.

Gyaloglónőink szerepeltek biztatóbban

Mérei László szövetségi kapitány így vélekedett a gyalogló napról:

- Nagyon jó versenyt láttunk idén is Békéscsabán, akár az indulók számát, akár a minőségét nézzük. A verseny értékét emelték az egyidejűleg lebonyolított bajnokságok, továbbá a két válogatott viadal, amelyeket a mieink nyertek meg. Világ-Kupa helyezett gyaloglónőink szerepeltek biztatóbban, közülük Alföldi Andrea közel került az olimpiai kiküldetési szinthez, de a többiek is helyt álltak. Az ötvenes férfiakról azonban többet vártam. Persze Kirszt kivételével, aki nagyon jól mozgott, jelenleg jó erőállapotban van, Homoki Vincével dolgozik. De az olimpiai kiküldetési szint a férfiak részére 3 óra 52 perc és Kirsztien kívül csak Czukor érte el a négy órát, a többiek e fölött maradtak.

SERDÜLŐ A-korcsoport

Fiúk (15 km, 12 induló).

Bajnok: Süle Zoltán (Békéscsaba), edző: Germán Tibor) 1:11:40, 2. Tóth István (TBSC) 1:14:39, 3. Bondor Csaba (SzVSE) 1:15:49, 4. Zsiga Ákos (Haladás VSE) 1:16:27, 5. Keresztes Jenő (TBSC) 1:17:32, 6. Lehotai Győző (SzVSE) 1:19:17, 7. Királyfalvi László (NYVSC) 1:21:41, 8. Fadgyas János (KBSK) 1:21:46, 9. Tóth B. (Békéscsaba) 1:22:38, 10. Záborszki (NYVSC) 1:23:27, 11. Koszó (SzVSE) 1:23:43.

Ambrózi (KBSK) szabálytalan gyaloglás miatt kizárva.

Lányok (8 km, 9 induló).

Bajnok: Pesti Mónika (SzVSE), edző: Balogh István) 40:19, 2. Török Andrea (Bolyki DSE) 40:53, 3. Jánosi Anett (Bolyki DSE) 42:56, 4. Szabó Tünde (SzVSE) 43:58, 5. Tóth Helga (SzVSE) 46:23, 6. Ungvári Ildikó (Bp. Honvéd) 47:36, 7. Takács Katalin (Bp. Honvéd)

50:27, 8. Szatmári Enikő (Békési SE) 51:19. Indult még: Jessica Peytrignet (Svájc) 1:00:05

Nem bajnoki számok

SERDÜLŐ B-korcsoport.

Fiúk, 14-15 évesek (8 km, 10 induló): 1. Alföldi Zoltán (KBSK) 44:09, 2. Fazekas Tibor (KBSK) 44:58, 3. Fülöp Attila (BHVSE) 46:38. **13 évesek (5 km, 11 induló):** 1. Jakus Zsolt (KBSK) 27:54, 2. Alföldi János (KBSK) 30:57, 3. Kopcsányi (BHVSE) 31:24.

Lányok, 15 évesek (5 km, 8 induló): 1. Tóth Barbara (Bp. Honvéd) 27:21, 2. Szécsi Ilona (BEAC-MAFC) 27:48, 3. Erdélyi Judit (Bp. Honvéd) 29:21. **14 évesek (3 km, 7 induló):** 1. Keszera Orsolya (Bolyki DSE) 17:39, 2. Markos Mónika (Bp. Honvéd) 18:05, 3. Nagy Zsófia (Bp. Honvéd) 18:21. **13 évesek (3 km, 6 induló):** 1. Bondor Krisztina (SzVSE) 15:39, 2. Urbán Luca (Bp. Honvéd) 17:53, 3. Klakk Laura (Bolyki DSE) 18:42.

HOSSZÚTÁVÚ FUTÓVERSENYEK

Egyre népszerűbbek a különböző országúti és utcai futóversenyek. Külföldön egyik követi a másikat, de hazánk sem marad ki a sorozatból. Gondoljunk csak a hagyományos nyári szegedi 24 órás futásra vagy a már kétszer is lebonyolított Bécs-Budapest ötnapos szupermaratonra. Most azonban a Pest megyei Sportigazgatóság és a Szupermaratoni Futó Club vezetői olyat valósítottak meg, amely valóban párját ritkítja. Elsősorban a már korábban Párizstól Budapestig futott 49 éves festőművész, Csorba Simon kezdeményezésére (aki most is részt vett a versenyen és célba is érkezett) kiírták Európa egyik leghosszabb távú futóversenyét, az első kelet-magyar ultramaratonit, amelynek Nyíregyházától Budapestig terjedő 262 km-es távját a futóknak folyamatos, tehát egész éjszakán át tartó futással kellett teljesíteniük.

Nyíregyházán a Kossuth térről szombaton reggel nyolc órakor ünnepélyes keretek között indították útjára a 25 fős mezőnyt, amelyben a nyáron Szegeden is megfordult, Kassáról érkező szlovák versenyzők és egy német futó mellett két legjobb ultramaratoni futónk is rajthoz állt. Az egyikük Bogár János, aki a nyáron a szegedi 24 órás futást is megnyerte, a Bécs-Budapest szupermaratonin pedig második lett Kiskirály Ernő mögött, hatalmas iramban kezdett és a végén, ha nehezen is, de bírta a futást.

Táv közben a 12 órás futásban az eddigi legjobb magyar eredményt (151 km és 182 m), amelyet tavaly júliusban Szegeden ő ért el a 24 órás futás közben, 153 km 50 méterre javította. Vasárnap délelőtt hat perc hiányzott a feltizenegy órához (már a hajnali nyári időszámításra való áttérés szerint), amikor több mint 25 órai futás után elsőnek érkezett be a Férihegyi 1-es repülőtér előtt elhelyezett célba. Győzelmével az 50.000 Ft-os pénzdíj mellett egy Orion színes televíziót is kapott és első ízben elnyerte a Kelet-Magyarország Hőse címet is. Összesen tizen teljesítették a távot és valamennyien pénzdíjban részesültek. Tizenöten, köztük Kiskirály Ernő, másik hosszútávúfutó specialistánk, a Bécs-Budapest szupermaratoni kétszeres győztese is feladta a versenyt - különböző időközökben.

Első kelet-magyar UNIKORNIS ultramaratoni (262 km)

Nyíregyháza - Budapest, 1992. március 28-29.

1. Bogár János (Békéscsaba) 25 óra 24 perc	
2. Milah Furin (szlovák)	25:36
3. Stefan Seman (szlovák)	26:59
4. Peter Polak (szlovák)	27:20
5. Tabajdi József (Kiskunhalas)	30:18
6. Manfred Leismann (német)	31:49
7. Peter Buc (szlovák)	33:07
8. Löw András (Amatőr)	34:03

9. Csorba Simon (Szupermaratoni FC) 34:30

10. Nemes Attila (Szupermaratoni FC) 35:25.

A versenyt feladták és a megtett távok: Kovács István (Dunaferr, 1 km), Tóth Ferenc és Tóth Béla (mindkettő Amatőr, 36-36 km), Frank Tibor (Optinova, 60 km), Gábor József (Futapest, 99 km), Kiskirály Ernő (Keleti SC, 107 km), Rápolti Gyula (Amatőr, 132 km), Nemes Miklós (Szupermaratoni FC, 151 km), Suba Ernő (Amatőr, 158 km), Molnár Imre (Oroszlány, 193 km), Láposi Gyula (DMTE, 200 km), Bogdány Tibor (Szupermaratoni FC, 206 km), Sipos István (SzVSE, 211 km), Farkas Károly (Szupermaratoni FC, 213 km) dr. Mózes Ervin (Maróczy SE, 220 km).

A tervek szerint a versenyt 1996-ig, a világhiállításig és az ezeréves honfoglalás emlékére minden évben meg fogják rendezni.

Bogár János részidői

Összidő	50 km-enként
50 km 3 óra 17:20	3 óra 17:20
100 km 7 óra 08:15	3 óra 50:55
150 km 11 óra 46:10	4 óra 37:55
200 km 17 óra 28:30	5 óra 42:20
250 km 23 óra 57:53	6 óra 29:23
	23 óra 57:53

Érdemes figyelni az erős kezdésre (ez volt Bogár János taktikája) és a természetesen lassuló iramra. És egy megjegyzés: Szegeden a 24 órás futást Bogár János 247.840 km-es legjobb magyar eredménnyel nyerte. Így, ha hinni lehet a távfelmérések pontosságának és a részidőknek, akkor a 24 órás futásban is 250 km feletti teljesítménnyel az eddigi legjobb magyar eredményt nyújtotta. Kár, hogy a végén ezt már nem mérték...

A Pest-megyei Önkormányzat országúti hosszútávfutóversenye.

Nagykátá-Tápiószecső (kb. 22.5 km), 1992. április 4.

Az őszi Bécs-Budapest szupermaratonira való felkészülés céljából újszerű futóverseny-sorozatot írtak ki. Ennek első versenyt a Pest megyei Önkormányzat, Nagykátá város és az érintett községek önkormányzataival, továbbá a Pest megyei Atlétikai Szövetséggel, a Bécs-Budapest szupermaratoni verseny szervezőbizottságával és a Szupermaratoni Futó Clubbal együtt, az 1849. évi április 4-ei tápióbszecsői csata tiszteletére (Nagykátá - Tápióbszecső - Tápióság - Tápiószecső útvonalon) rendezte meg. A cél a tápiószecsői Helyőrségi Művelődési Központ előtt volt. A kiírás szerint nemcsak a férfi verseny első hat helyezettjét (30.000 Ft-tól 3.000 Ft-ig) és a női verseny első három befutóját

Az időjárást is le kellett győzni....

A kelet-magyar ultramaratoni befejezése után Szekeres János, a Szupermaratoni Futó Club vezető edzője röviden így értékelte a versenyt:

- Minden elismerést megérdemelnek a futók, mert az első nap még kedvező időben futottak, de éjszaka és másnap a hideggel, széllel, időnként a hófúvással is meg kellett birkózniuk. Nem volt elég csak futni, az időjárással is meg kellett küzdeni. Bogár valóban jól hajtott, egy-két gyúrási megállást kivéve, nem pihent, folyamatosan futott az éjszakában is, akárcsak a többiek.

(20.000 Ft-tól 5.000 Ft-ig) díjazták, hanem hasonló díjazásban részesültek a résztvevő iskolák is, amelyek öt-fős váltóval teljesítették a távot. A rendezők az iskolák mozgósító tevékenységét az indított csapatok számának arányában külön is értékelték és díjazták. A mozgósítás sikeres volt, mert 116 általános és 16 középiskolai, valamint 9 szakmunkásképző intézeti váltó vett részt a küzdelemben, tehát mintegy 700 fiatal. De felvonultak az élvonalbeli futók is szép számmal, úgyhogy nagyon jó verseny kerekedett ki a tavaszi időben az országúton.

A mintegy 150 fős felnőtt mezőny erősségét jelzi, hogy a férfi és a női verseny első hat-hat helyezettje között a legutóbbi márciusi két bajnokság (maratoni, mezei OB) hat érmesét és még további négy helyezettjét találjuk, köztük Földingné Nagy Juditot, a maratoni bajnoknőt is.

Férfiak

1.	Sági Ferenc (BVSC)	1:09:34
2.	Farkas Géza (Mikro)	1:09:47
3.	Kadlót Zoltán (SKSE)	1:09:49
4.	Lisztóczy Attila (MVSC)	1:09:51
5.	Nemes-Nagy Tibor (SzVSE)	1:10:32
6.	Váncsa Dénes (Szekszárd)	1:10:52

Nők

1.	Földingné Nagy Judit (Gy. Dózsa)	1:20:12
2.	Nagné Petrik Éva (BVSC)	1:20:47
3.	Farkas Ágota (Szfv. Hunyadi)	1:20:58
4.	Oláh Katalin (Mikro)	1:22:52
5.	Molnár Gizella (BVSC)	1:23:22
6.	Merényi Timea (Bp. Honvéd)	1:24:28

Mint hírlík, ez a verseny csak a kezdet volt. A folytatás nyáron, július 4-én, majd ősszel, szeptember 19-én következik, később kijelölendő helyeken. Úgy tűnik, hogy Cegléd és Gödöllő pályázik rá legnagyobb eséllyel.

Ismét fiatal futók zajától hangos a Margitsziget

Margitsziget, 1992, március 14.

A második világháború után törvénytelen határozattal feloszlatozt, s 1989-ben újra megalakult patinás klub, a MAC nemcsak a múltra emlékezik vissza, hanem versenyek rendezésével a fiatalokat, az általános iskolásokat is szeretné megismertetni a sport örömeivel, szépségével. Ennek érdekében feltámadása óta tavaszi versenyeiket tűz ki a fiataloknak, hívja őket a Szigetre versenyezni, futni.

Így került sor március 15.-e tiszteletére újabb mezei futóversenyre, amelyet az ünnep előtt egy nappal bonyolítottak le a Margitsziget pesti dunaparti sétányán, a hídfő és a Casinó között kijelölt 700 méteres körben. Az idősebbek három, a fiatalabbak két kört tettek meg.

Öröm volt látni, hogy a hívó szóra, akárcsak a múlt évben, ismét sok, szám szerint 18 általános iskola jelent meg, mintegy 300 futóval, akik közül 255-en célba is értek. A legeredményesebben, akárcsak az előző két esztendőben a legtöbb fiatal felvonultató Csata utcai általános iskola szerepelt, a pontversenyt, amelyben az egyéni és csapatversenyek első 1-8. helyezettjét pontozták, főként nyerték meg az idén is.

A jól pergő rendezést a MASZ versenybíró gárdájának 22 tagja profi módon, amatőr alapon, versenybírói díjazás nélkül biztosította.

Mindszenty János, a MASZ volt szakfelügyelője és alelnöke, mint versenybírósi elnök és tájékoztató, Nyíró György, a MASZ volt főtitkára az irodában tett meg mindent a verseny sikeréért és zökkenőmentes, zavartalan lebonyolításáért. A szervezésről, előkészítésről, a pálya kijelöléséről és felméréséről pedig Zavarkó Géza és Tóth Ferenc gondoskodott. A MASZ érdeklődését jelzi, hogy a fiatalok versenyét Kovács Sándor, a szövetség utánpótlás vezető edzője is megtekintette, kereste a fiatalok között a tehetségeseket.

A verseny befejezése után a fiatalok a régi MAC-pályán gyülekeztek az ünnepélyes eredményhirdetésre, elégedetten, vidám hangulatban. Bejczy Lajos, a MAC-os atléták 88 éves korelnöke, az egykori kiváló középső és hosszútávfutó beszéde után, nagy taps és tetszésnyilvánítás közben közetkezett a díjak átadása.

A Csata utcai általános iskolának a vándordíjat újabb egy éves megőrzésre Rajcsányi László a MAC elnöke, kardvívó olimpiai bajnokunk adta át, míg az egyéni és csapatversenyben győzteseknek és helyezet-

teknek az érmeiket és okleveleket Szabó Miklós, a MAC 800 méteres Európa-bajnoka (1934) nyújtotta át.

Az oly sok emlékeztető versenyt látott pályára ezen a délelőttön visszatért a múlt, ismét fiatal futók zajától volt hangos a Margitsziget.

FIÚK

13-14 évesek (kb. 2,1 km): 1. Olasz László (Hegedű u. ált. isk.) 8:35, 2. Szarusek (Csiki-hegyek u.) 8:42, 3. Németh (Ajtósi Dürer sor) 9:11. Csapatban: 1. Keresztúri u. 26, 2. Hegedű u. 27, 3. Csata u. 32 pont.

11-12 évesek (kb. 1,4 km): 1. Kaiser Tamás (Csata u.) 6:00, 2. Madarassy (Csata u.) 6:05, 3. Pados (Kerek u.) 6:08. Csapatban: 1. Csata u. I. 7, 2. Csata u. II. 21, 3. Csiki-hegyek u. 36 pont.

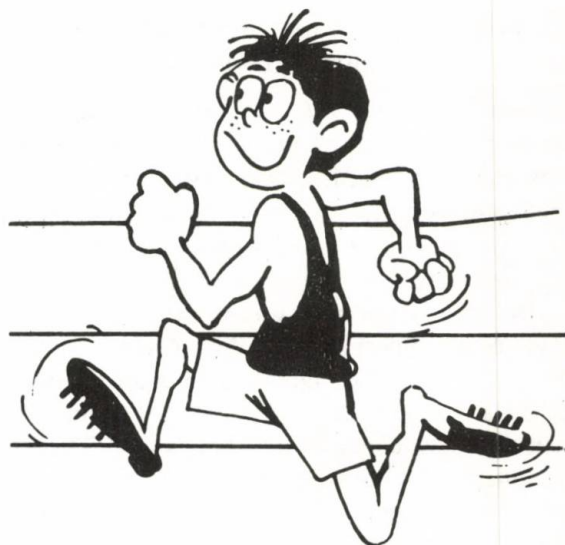
LÁNYOK

13-14 évesek (kb. 2,1 km): 1. Kurkovszky Nóra (Csiki-hegyek u.) 9:48, 2. Nagy Zs. (Czabán Samu tér) 9:49, 3. Höchst (Keresztúri u.) 9:55. Csapatban: 1. Keresztúri u. 15, 2. Csata u. 24, 3. Csiki-hegyek u. 28 pont.

11-12 évesek (kb. 1,4 km): 1. Fazekas Krisztina (Csata u.) 6:10, 2. Roczkov (Kerek u.) 6:18, 3. Pálházi (Csiki-hegyek u.) 6:23. Csapatban: 1. Csata u. I. 10, 2. Csata u. II. 21, 3. Kerek u. 25 pont.

Összesített pontverseny:

1. Csata u. 172, 2. Keresztúri u. 63, 3. Csiki-hegyek u. 61, 4. Kerek u. 59, 5. Hegedű u. 23, 6. Irányi u. 21, 7. Diana u. 14, 8. Czabán Samu tér 8 pont.



1991. évi serdülő „B” 10-es ranglista

13 évesek (1978-as születésűek)

FIÚK

80 m

Szentgróti Csaba	Bp Honvéd	9.7
Kertész Tamás	NYVSC	9.7
Janzsó György	Haladás VSE	9.8
Delibeli László	BÁZIS	9.9
Kocsis Róbert	NYVSC	9.9
Gaál Szabolcs	Dombóvár	9.9
Boros Szabolcs	BEAC-MAFC	9.9
Varga D. Norbert	HÓDIÁK	10.0
Antal Béla	Bp Honvéd	10.0
Kovács Kolos	DVTK	10.0
Antal Csaba	Sz. MÁV-MTE	10.0

300 m

Nagy Viktor	MVSC	39.2
Kocsis Robert	NYVSC	39.6
Farkas Csaba	Váci Reménység	39.6
Kertész Tamás	NYVSC	39.8
Kodácsi József	Csepel	39.8
Janzsó György	Haladás VSE	40.0
Gaál Szabolcs	Dombóvár	40.3
Antal Béla	Bp. Honvéd	40.6
Dudás Gergely	Bp Honvéd	40.8
Gulyás Péter	Sz. MÁV-MTE	41.0

600 m

Nagy Viktor	MVSC	1:28.2
Farkas Csaba	Váci Reménység	1:30.7
Zdrájavics János	Máriakérménd	1:32.0
Kutasi Péter	KBSK	1:34.4
Kavalecz Zoltán	VEDAC	1:34.7
Szokol László	Olefin	1:35.2
Szigeti Balázs	VEDAC	1:35.2
Antal Béla	Bp Honvéd	1:35.3
Galamb Sándor	TBSC	1:35.8
Demeter Balázs	TBSC	1:37.0

2000 m

Winth Zoltán	BEAC-MAFC	6:31.0
Demeter Balázs	TBSC	6:31.9
Pluhár Pál	Ikarus BSE	6:35.1
Galamb Sándor	TBSC	6:36.9
Kutasi Péter	KBSK	6:46.5
Dobronoki Dániel	Ikarus BSE	6:49.9
Wolf Zoltán	Gyula	6:52.1
Herczog István	BÁZIS	6:53.6
Tóth András	KSC	6:53.9

Kismaraton (6 km)

Szigeti Balázs	VEDAC	21:08
Pluhár Pál	Ikarus BSE	21:09
Kavalecz Zoltán	VEDAC	21:10
Winth Zoltán	BEAC-MAFC	21:27
Dobronoki Dániel	Ikarus BSE	21:38
Tóth András	KSC	21:39
Tóth Péter	KSC	21:53
Bella Norbert	Dombóvár	21:55
Demeter Balázs	TBSC	21:58
Bessenyei Attila	Gyula	22:03

80 m gát

Nagy Viktor	MVSC	11.7
Veres Gábor	Testveriség	12.0
Szarvas Gábor	Makó	12.1
Cielezski Péter	Ikarus BSE	12.1
Lakatos Péter	Kalocsa	12.3
Keszthelyi Viktor	KSI	12.3
Antal Béla	Bp. Honvéd	12.3
Debreczeni György	Csepel	12.3
Kiss Attila	Békéscsaba	12.4
Alapi Róbert	Pásztó	12.4
Tóth Szabolcs	Kiskunfélegyháza	12.4

3 km gyaloglás

Fülöp Attila	BHVSE	26:57
Wágner Béla	KBSK	29:53
Alföldi János	KBSK	29:55
Vojnics Tibor	KBSK	30:20
Wucsing Károly	KBSK	30:59
Jánosi Gábor	Bolyki DSK	31:15
Széplaki András	SzVSE	32:47
Kátai Dénes	Bp Honvéd	34:51

Magasugrás

Tóth Gábor	Hajdunánás	1.86
Kundlya János	DVSE	1.85
Tóth Szabolcs	Bp Honvéd	1.71
Keszthelyi Viktor	KSI	1.60
Szentgróti Csaba	Bp Honvéd	1.60
Bottlik Sándor	Ceglédi VSE	1.60
Bazsó Tamás	Ceglédi VSE	1.60
Debreczeni György	Csepel	1.56
Zollner László	UTE	1.55
Gellér Zsolt	DSI	1.53

Távolugrás

Nagy Viktor	MVSC	5.78
Krajcsovics András	UTE	5.74
Varga D. Norbert	HÓDIÁK	5.64
Tóth Gábor	Hajdunánás	5.60
Gulyás Péter	Sz. MÁV-MTE	5.44
Alapi Róbert	Pásztó	5.41
Debreczeni György	Csepel	5.40
Antal Csaba	Sz. MÁV-MTE	5.35
Szarvas Gábor	Makó	5.33
Gaál Szabolcs	Dombóvár	5.31

Rúdugrás

Roboz Béla	Csepel	3.00
Sápi Gábor	UTE	2.90
Farsang Ádám	Bp Honvéd	2.60
Devecseri László	UTE	2.40
Gárdián Gábor	Békéscsaba	2.30
Gyüre Tamás	UTE	2.30
Tajti Csaba	Békéscsaba	2.00
Meskó Péter	BÁZIS	2.00
Nagy István	UTE	2.00
Novák Máté	BÁZIS	2.00
Hlavacska Gergely	UTE	2.00

Súlylökés (4 kg)

Hegyí Richárd	Haladás VSE	15.31
Varga D. Norbert	HÓDIÁK	14.11
Andalics Gábor	Kap. Építők	13.53
Nagy Kristóf	HÓDIÁK	13.38
Mogyoró Tibor	Kiskunfélegyháza	12.98
Kóczian Zoltán	Bolyki DSK	12.90
Keszthelyi Viktor	KSI	12.87
Pocskai Gábor	BÁZIS	12.78
Buzás Attila	Szekszárd	12.48

Diszkoszvetés (1 kg)

Járai Zoltán	Mezőtúr	41.70
Kiss Mihály	Radnóti gimn.	38.94
Varga D. Norbert	HÓDIÁK	36.50
Mogyoró Tibor	Kiskunfélegyháza	35.86
Halmai Robert	Dombóvár	35.84
Hegyí Richárd	Haladás VSE	35.72
Nemes Gergely	VEDAC	33.20
Antalics Gábor	Kap. Építők	33.18
Mészáros Tamás	UTE	32.98
Buzás Attila	Szekszárd	32.98

Gerelyhajítás (600 gr)

Varga D. Norbert	HÓDIÁK	48.20
Tóth Gábor	Hajdunánás	45.70
Szépvolgyi Attila	KSC	45.48
Halmai Róbert	Dombóvár	45.18
Gálig Tamás	KSC	45.08
Mészáros Tamás	UTE	41.64
Bazsó Tamás	Ceglédi VSE	39.78
Antalics Gábor	Kap. Építők	38.36
Tagscherer Tamás	KSI	37.88
Juhász Gábor	Szekszárd	37.76

Kalapácsvetés (4 kg)

Hegyí Richárd	Haladás VSE	58.94
Tomor László	VEDAC	36.68
Nemes Gergely	VEDAC	35.14
Kovács Balázs	Haladás VSE	27.76
Molitorisz Ákos	Bp Honvéd	25.68
Buzás Attila	Szekszárd	20.32
Nagy Richárd	Haladás VSE	20.20
Juhász Gábor	Szekszárd	20.14

Ötpróba A-változat

Nagy Viktor	MVSC	2.415
Lakatos Péter	Kalocsa	2.174
Keszthelyi Viktor	KSI	2.134
Balogh Gyula	Pásztó	2.074
Farkas Csaba	Váci Reménység	2.045
Veres Gábor	Testvériség	2.039
Antal Béla	Bp Honvéd	1.997
Gulyás Péter	Sz. MÁV-MTE	1.988
Janzsó György	Haladás VSE	1.972
Juhász Zoltán	Mezőtúr	1.942

Ötpróba B-változat

Tóth Gábor	Hajdunánás	2.792
Debreczeni György	Csepel	2.362
Alapi Róbert	Pásztó	2.313
Krajcsovics András	UTE	2.255
Tóth Szabolcs	Bp Honvéd	2.192
Keszthelyi Viktor	KSI	2.167
Antal Béla	Bp Honvéd	2.167
Gaál Szabolcs	Dombóvár	2.117
Kundlya János	DVSE	1.992
Bozsó Tamás	Ceglédi VSE	1.939

Ötpróba C-változat

Varga D. Norbert	HÓDIÁK	2.457
Mogyoró Tivadar	Kiskunfélegyháza	2.217
Halmi Róbert	Dombóvár	2.042
Hogemann Gábor	Boly	1.936
Hegyi Richárd	Haladás VSE	1.778
Antalics Gábor	Kap. Építők	1.717
Mészáros Tamás	UTE	1.705
Galig Tamás	KSC	1.628
Szikora Peregi Gábor	KkfH Honvéd	1.606
Járai Zoltán	Mezőtúr	1.515

4x100 m

Kfélegyházi Honvéd	Szabó,Szkura,Rofi,Mogyoró	50.50
Bp. Honvéd	Szentgróti,Nagy,Németh,Dudás	50.79
VEDAC	Verb,Nemes,Szigeti,Topor	50.81
UTE	Mittiner,Mészáros,Csernyik,Krajcsovics	51.04
Váci Reménység	Cerovszki,Farkas,Veres,Csáky	50.20
KSI	Karman,Garai,Tagscherer,Keszthelyi	53.17
Csepel	Debreczeni,Bar,Németh,Tóth	53.83
ZTE-Építők	Pető,Papp,Molnár,Takács	54.02
Ikarus BSE	Soltész,Dobronaki,Erdész,Cieleszky	54.23
Bp. Spartacus	Tóth,Orosz,Simon,Kocsis	59.48

4x600 m

VEDAC	Kavalecz,Szigeti,Nemes,Tomor	6:37.39
Váci Reménység	Farkas,Cenovszki,Veres,Szőnyi	6:47.13
Jyulai SE	Jevenczó,Besenyi,Kalper,Wolf	6:53.04
KSI	Raffai,Karman,Garai,Keszthelyi	6:54.63
BSC	Halász,Csehi,Demeter,Szentirmai	6:57.10
Ikarus BSE	Cieleszki,Dobronoki,Erdész,Pluhar	6:57.29
VEDAC	Ladányi,Bartek,Hubert,Szili	7:01.04
KSC	Sevecsek,Maczák,Tóth P és A	7:01.83
Csepel	Debreczeni,Németh,Bor,Róth	7:08.65
Bp. Honvéd	Szentgróti,Török,Németh,Dudás	7:09.35

ÁNYOK

0 m		
Hirt Katalin	Kap. Építők	9.9
Kovács Andrea	LATEX	10.3
Mészáros Andrea	DVSE	10.3
Hirt Andrea	Kap. Építők	10.3
Mészáros Ágnes	Sz. MÁV-MTE	10.3
Koma Szilvia	BMTE-Lampart	10.4
Hirtváth Andrea	KSI	10.5
Jevenczó Nikolett	Kap. Építők	10.5
Mészáros Noémi	Haladás VSE	10.5
Györfy Dóra	TFSE	10.6

300 m

Hirt Katalin	Kap. Építők	43.0
Koma Szilvia	BMTE-Lampart	43.22
Skoumal Réka	TFSE	43.1
Györfy Dóra	TFSE	43.2
Tichy Rita	BMTE	43.3
Prelsz Nóra	LATEX	43.4
Kovács Andrea	ZTE-Építők	43.4
Domán Anita	Olefin	43.6
Bicsérdi Gabriella	HÓDIÁK	43.7
Petrán Barbara	Gy. Dózsa	43.7

600 m

Gerberich Erika	Bonyhád	1:42.1
Márton Rita	Hungalu	1:42.6
Pintér Betty	KBSK	1:43.2
Bognár Csilla	Bp. Honvéd	1:43.4
Rózsa Brigitta	Hungalu	1:43.6
Wittmann Hedvig	Ikarus BSE	1:43.7
Pokrovenszki Katalin	VIDEOTON	1:45.1
Metzger Krisztina	ZTE-Építők	1:45.1
Plagány Mónika	FTC	1:45.4
Markos Mónika	Bp. Honvéd	1:45.5

2000 m

Pintér Betty	KBSK	6:57.3
Wittmann Hedvig	Ikarus BSE	7:02.1
Ambrus Anikó	Bonyhád	7:03.2
Jakab Bernadett	UTE	7:06.7
Pokrovenszki Katalin	VIDEOTON	7:11.0
Kuritár Katalin	Bp. Honvéd	7:11.1
Kiss Eszter	PVSK	7:12.8
Hudi Anikó	KSI	7:18.3

Kismaratoni (6 km)

Ambrus Anikó	Bonyhád	22:52
Pintér Betty	KBSK	23:26
Hudi Anikó	KSI	23:39
Kiss Eszter	PVSK	23:42
Jakab Bernadett	UTE	23:53
Gergács Réka	GEAC	24:03
Bakó Mónika	KSC	24:13
Rózsa Brigitta	Hungalu	24:22
Wittmann Hedvig	Ikarus BSE	24:24
Gulyás Katalin	KSC	24:37
Kuritár Katalin	Bp. Honvéd	24:37

80 m gát (76,2 cm)

Landauer Rita	Ikarus BSE	12.5
Molnár Anett	KkfH Honvéd	12.7
Zsédely Éva	Ikarus BSE	12.7
Korch Ágnes	KSI	12.7
Bulla Orsolya	Bonyhád	12.8
Györfy Dóra	TFSE	12.9
Enessey Andrea	Dunaújváros	13.0
Skoumal Réka	TFSE	13.1
Appelt Orsolya	MEDOSZ	13.2
Zelenyánszky Olga	Csepel	13.2

3 km gyaloglás

Bondor Krisztina	SzVSE	15:31
Markos Mónika	Bp Honvéd	18:46
Hudi Anikó	KSI	19:02
Domonkos Peggy	Hunyadi DSK	19:27
Rónai Ágnes	TBSC	19:29
Csetz Zsuzsa	Hunyadi DSK	19:34
László Andrea	Bp Honvéd	19:36
Kuritár Katalin	Bp Honvéd	19:59
Tóth Ildikó	TBSC	20:35
Pető Éva	Hunyadi DSK	21:03

Magasugrás

Györfy Dóra	TFSE	1.69
Appelt Orsolya	MEDOSZ	1.55
Zsédely Éva	Ikarus BSE	1.54
Bulla Orsolya	Bonyhád	1.51
Holicza Ágnes	Csepel	1.50
Virág Kiss Ágnes	HÓDIÁK	1.50
Pápai Réka	BÁZIS	1.50
Nagy T. Alexandra	Kiskunhalas	1.48
Mester Rita	Hatvan	1.48
Mazsári Anette	DVSE	1.45
Pintér Alexandra	Törökszentmiklós	1.45
Varga Ildikó	Radnóti gimn.	1.45
Tóth Georgina	SKSE	1.45
Tusi Katalin	SKSE	1.45

Távolugrás

Hirt Katalin	Kap. Építők	5.31
Oláh Judit	Sz. MÁV-MTE	5.23
Tóth Georgina	SKSE	5.17
Mészáros Ágnes	Sz. MÁV-MTE	5.14
Molnár Anett	KkfH Honvéd	5.14
Varga Noémi	Haladás VSE	5.07
Skoumal Réka	TFSE	5.05
Bulla Orsolya	Bonyhád	5.03
Tichy Rita	BMTE-Lampart	5.00
Bicsérdi Gabriella	HÓDIÁK	4.99

Súlylökés (3 kg)

Schinogl Katalin	VOSE	11.58
Fiohsz Kornélia	Mohács	10.85

Soltész Andrea	Békéscsaba	10.52
Kesztyűs Krisztina	Kap. Építők	10.17
Bulla Orsolya	Bonyhád	10.02
Anka Ildikó	KSI	9.90
Barki Anikó	VOSE	9.85
Kácsér Bea	VOSE	9.57
Landauer Rita	Ikarus BSE	9.43
Kovács Zsuzsa	KSI	9.31

Diszkoszvetés

Schinogl Katalin	VOSE	27.62
Soltész Andrea	Békéscsaba	26.68
Kelemen Edit	Sz. MÁV-MTE	26.20
Török Krisztina	Mezőtúr	26.02
Anka Ildikó	KSI	25.86
Kesztyűs Krisztina	Kap. Építők	24.36
Berdán Bernadett	Dombóvár	24.30
Mender Kitti	SKSE	24.14
Kovács Zsuzsa	KSI	23.96
Csillik Renáta	HÓDIÁK	22.04

Gerelyhajítás

Juhász Krisztina	VOSE	33.54
Deák Györgyi	Nagykőrösi Kinizsi	30.08
Appelt Orsolya	MEDOSZ	29.54
Právics Ágnes	Dombóvár	29.40
Bulla Orsolya	Bonyhád	29.08
Soltész Andrea	Békéscsaba	28.82
Cser Orsolya	HÓDIÁK	27.82
Nagy T. Alexandra	Kiskunhalas	27.62
Fiohsz Kornélia	Mohács	27.50
Mender Kitti	SKSE	27.34

Ötpróba A-változat

Skoumal Réka	TFSE	3.410
Hirt Katalin	Kap. Építők	3.370
Landauer Rita	Ikarus BSE	3.352
Molnár Anett	KkfH Honvéd	3.316
Enessey Andrea	Dunaújváros	3.264
Oláh Judit	Sz. MÁV-MTE	3.162
Pokrovenszki Katalin	VIDEOTON	3.132
Domán Anita	Olefin	3.112
Buszek Timea	KSI	3.041
Gerberich Erika	Bonyhád	3.031

Ötpróba B-változat

Györfy Dóra	TFSE	3.764
Bulla Orsolya	Bonyhád	3.738
Appelt Orsolya	MEDOSZ	3.296
Mester Rita	Hatvan	3.236
Nagy T. Alexandra	Kiskunhalas	3.179
Zsédely Éva	Ikarus BSE	3.162
Pápay Réka	BÁZIS	3.062
Tóth Georgina	SKSE	3.056
Landauer Rita	Ikarus BSE	3.035
Virág Kiss Ágnes	HÓDIÁK	3.034

Ötpróba C-változat

Soltész Andrea	Békéscsaba	3.036
Schinogl Katalin	Ikarus BSE	2.741
Bulla Orsolya	Bonyhád	2.689
Appelt Orsolya	MEDOSZ	2.669
Fiohsz Kornélia	Mohács	2.660
Mender Kitty	SKSE	2.623
Kesztyűs Krisztina	Kap. Építők	2.512
Nagy Krisztina	Dombóvár	2.503
Anka Ildikó	KSI	2.458
Kelemen Edit	Sz. MÁV-MTE	2.420

4x100 m

Szolnoki MÁV-MTE	Keskeny,Mészáros,Oláh,Gyulai	52.61
KSI	Hámori,Somodi,Belényesi,Horváth	52.98
BÁZIS	Mikoczi,Pápai,Jánosi,Borsi	53.89
ZTE-Építők	Kauten,Vari,Metzger,Kovács	54.00
Békéscsabai Előre	Kondács,Kürti,Beregszászi,Rózsa	54.15
DVTK	Gomze,Bimbó,Varga,Lukács	54.39
Dunakeszi VSE	Bajkan,Juhász,Kaiser,Mazsári	54.93
VIDEOTON	Sebők,Utasi,Fodoróczy,Hauth	55.68
Medosz-Erdért	Szeifert,Tóth,Appelt,Solti	56.42

4x600 m

Bonyhádi SE	Bulla,Oszvald,Ambrus,Gerberich	7:09.57
Ajkai Hungalu	Márton,Darázs,Rózsa,Kelemen	7:24.74
VIDEOTON	Utassi,Boda,Sebők,Pokrovenszki	7:28.16
TBSC	Tihanyi,Kiss,Tassi,Bartos	7:31.31
Dombóvári SI	Lama,Kovács,Foki,Nagy	7:34.06
KSI	Hudi,Oparszki,Kosir,Kertész	7:35.80
VEDAC	Filkorn,Brassay,Samu,Török	7:38.55
GEAC	Winkler,Kovács,Gergác,Herceg	7:41.87
Bp. Honvéd	Kuritár,László,Markos,Nagy	7:45.91
PVSK	Fraj,Turi,Kiss,Szabó	8:03.90

14 évesek (1977-es születésűek)**FIÚK****100 m**

Eckermann Tibor	FTC	11.2
Kecskés Márk	UTE	11.2
Kiss Gábor	DVSE	11.3
Gulyás Gábor	LATEX	11.4
Kersity György	FTC	11.4
Komáromi Árpád	Makó	11.7
Kárai Norbert	P.ladány	11.7
Aradi Gergely	FTC	11.7
Kandár Zsolt	ZTE-Építők	11.7
Eleso Adebo	SzVSE	11.7

300 m

Eckermann Tibor	FTC	36.3
Kersity György	FTC	37.6
Kiss Gábor	DVSE	38.2
Kilvinger Attila	Kap. Építők	38.3
Kovács Balázs	VEDAC	38.3

Lukács Kornél	Gy. Dózsa	38.3
Gulyás Gábor	LATEX	38.6
Muhari Gábor	Sz. MÁV-MTE	38.7
Kárai Norbert	P.ladány	38.7
Porok József	Karcag	38.7
Kandár Zoltán	Olajbányász	38.7

800 m

Szomszéd Norbert	Starjáni Öblös	2:03.4
Porok József	Karcag	2:03.6
Nagy István	UTE	2:05.3
Berezvai Péter	Postás	2:05.3
Csatlós Norbert	KSI	2:06.8
Csontó Viktor	MVSC	2:07.3
Surján András	Dombóvár	2:08.33
Budaházi Zoltán	KBSK	2:08.67
Csorba Péter	PVSK	2:09.1
Jakab Károly	UTE	2:10.4

3000 m

Surján András	Dombóvár	9:42.0
Budaházi Zoltán	KBSK	9:51.9
Vidovics Attila	Szentes	10:02.6
Radákovich Kornél	KSI	10:03.6
Farkas László	KSI	10:03.8
Kojnok Sándor	SKSE	10:04.1
Magos Krisztián	Csepel	10:06.1
Szántó Kornél	Bp. Honvéd	10:08.4
Vas Attila	UTE	10:10.2
Patyi István	BEAC-MAFC	10:10.6

Kismaraton (10 km)

Bozán Károly	Ceglédi VSE	35:30
Acsádi Gábor	Szekszárd	36:20
Heczey András	BEAC-MAFC	36:32
Budaházi Zoltán	KBSK	36:36
Farkas László	KSI	36:40
Kojnok Sándor	SKSE	36:48
Bordás Róbert	BEAC-MAFC	36:51
Plavec Róbert	Starjáni Öblös	36:54
Plesz Botond	Bonyhád	36:55
Dörnyei Bálint	Ikarus BSE	37:01

100 m gát (84 cm)

Eckermann Tibor	FTC	13.4
Kilvinger Attila	Kap. Építők	13.8
Szabó Ambrus	Sopron	14.3
Kovács Balázs	VEDAC	14.3
Kiss Gábor	DVSE	14.5
Csatlós Norbert	KSI	14.6
Muhari Gábor	Sz. MÁV-MTE	14.6
Komáromi Árpád	Makó	14.7
Sinka Csaba	DVTK	14.8
Egyed Csaba	Olefin	14.8

1000 m akadályfutás

Muhari Gábor	Sz. MÁV-MTE	3:00.5
Szántó Kornél	Bp Honvéd	3:01.1
Bordás Róbert	BEAC-MAFC	3:01.32
Berendi Antal	Ikarus BSE	3:02.4
Dörnyei Bálint	Ikarus BSE	3:02.7
Farkas László	KSI	3:04.7
Gulyás Róbert	Hatvan	3:04.8
Radákovics Kornél	KSI	3:07.8
Igari Béla	TBSC	3:08.2
Bende Zsolt	PVSK	3:08.9

8 km gyaloglás

Fazekas Tibor	KBSK	42:34
Alföldi Zoltán	KBSK	42:59
Ádám Ákos	BHVSE	43:52
Komáromi András	Bp Honvéd	44:40
Horváth Zoltán	KBSK	46:33
Szántó Kornél	Bp Honvéd	48:13
Gerényi György	TBSC	52:97
Oláh Gábor	KBSK	53:31
Izing Attila	TBSC	53:46
Juhász László	TBSC	54:17

Magasugrás

Brecska Csaba	Mohács	1.95
Zsivótzky Attila	III.ker TVE	1.82
Molnár Zsolt	Sz. MÁV-MTE	1.81
Bene Szilárd	DVTK	1.79
Korodi Tamás	Törökszentmiklós	1.76
Dongó Tamás	Kiskunfélegyháza	1.76
Tisza Csaba	Pécsi Gépipari DSK	1.75
Tóth Zoltán	Gyula	1.75
Tóth Attila	Szekszárd	1.75
Csatlós Norbert	KSI	1.74

Távolugrás

Pál György	Sopron	6.58
Gulyás Gábor	LATEX	6.29
Kecskés Márk	UTE	6.28
Szabó Ambrus	Sopron	6.23
Kersity György	FTC	6.09
Komáromi Árpád	Makó	6.02
Sinka Csaba	DVTK	5.95
Kiss Gábor	DVSE	5.92
Winkler Zoltán	DVSE	5.92
Eckermann Tibor	FTC	5.90
Virág Balázs	Gyöngyös 5.Sz.	5.90

Rúdugrás

László Ferenc	Csepel	3.80
Szebelkó Attila	UTE	3.50
Szabó Dénes	UTE	3.50
Takács Roland	UTE	3.30

Szabó László	Csepel	2.80
Pataki Áron	BEAC-MAFC	2.70
Zima Miklós	Békéscsaba	2.50
Kovács Károly	GEAC	2.50
Pálffy Csaba	Békéscsaba	2.40
Szegi Tamás	GEAC	2.30

Súlylökés (4 kg)

Pallay Kornél	DVTK	16.63
Pintér Attila	Ikarus BSE	15.03
Roti Adrián	ZTE-Építők	14.68
Elek Tivadar	Mohács	14.64
Nemes Ernő	BÁZIS	14.32
Jánosi Tamás	Csepel	14.04
Dani Tibor	Szekszárd	13.82
Készics György	Mohács	13.74
Marozsán István	Sátoraljaújhely	13.34
Titz Zoltán	Mohács	13.31

Diszkoszvetés (1 kg)

Pallay Kornél	DVTK	48.82
Varga Roland	TTVE	46.44
Marozsán István	Sátoraljaújhely	45.70
Pintér Attila	Ikarus BSE	44.32
Horváth Attila	Szekszárd	44.16
Meződi Gábor	VEDAC	43.90
Dani Tibor	Bonyhád	43.64
Habuczki Zsolt	DSI	42.70
Varga Sándor	VEDAC	42.28
Vajó Zoltán	Sz. MÁV-MTE	41.84

Gerelyhajítás (600 gr)

Erdős Adrián	Mezőtúr	63.06
Csetényi Vencel	HÓDIÁK	51.58
Tóth Tamás	Kiskunfélegyháza	49.90
Pintér Attila	Ikarus BSE	49.66
Dani Tibor	Bonyhád	48.94
Babella Zoltán	Törökszentmiklós	48.62
Vajó Zoltán	Bonyhád	47.94
Kecskés Márk	UTE	47.90

Kalapácsvetés (4 kg)

Meződi Gábor	VEDAC	59.98
Varga Sándor	VEDAC	54.00
Pintér Attila	Ikarus BSE	50.52
Milisits Tamás	Haladás VSE	48.82
Kasza Péter	Haladás VSE	48.52
Feminger György	VEDAC	47.88
Dávid Károly	Haladás VSE	42.18
Németh Szabolcs Attila	Haladás VSE	37.64
Varga Roland	TTVE	37.00

Ötpróba A-változat

Kilvinger Attila	Kap. Építők	2.786
Csatlós Norbert	KSI	2.780
Muhari Gábor	Sz. MÁV-MTE	2.694
Kiss Gábor	DVSE	2.514
Komáromi Árpád	Makó	2.493
Nagy Tamás	Dunaújváros	2.470
Sinka Csaba	DVTK	2.438
Kárai Norbert	P.ladány	2.431
Egyed Csaba	Olefin	2.424
Szomszéd Norbert	Salgótarjáni Öblös	2.355

Ötpróba B-változat

Zsivótzky Attila	III. ker. TVE	2.746
Eckermann Tibor	FTC	2.692
Kersity György	FTC	2.659
Molnár Zsolt	Sz. MÁV-MTE	2.579
Babella Zoltán	Törökszentmiklós	2.545
Winkler Zoltán	DVSE	2.414
Kránitz Krisztián	DVSE	2.394
Csetényi Vencel	HÓDILÁK	2.350
Szabó Marcell	DVTK	2.317
kilvinger Attila	Kap.Építők	2.316

Ötpróba C-változat

Kecskés Márk	UTE	2.879
Nemes Ernő	BÁZIS	2.437
Kovacs Adrian	ZTE-Építők	2.327
Meződi Gábor	VEDAC	2.287
Pintér Attila	Ikarus BSE	2.285
Márki Szabolcs	Törökszentmiklós	2.221
Erdős Adrián	Mezőtúr	2.214
Elek Tivadar	Mohács	2.210
Scher Zoltán	Bauxitbányász	2.187
Dani Tibor	Bonyhád	2.160

LÁNYOK**100 m**

Kész Melinda	Bóly	12.3
Csikész Ildikó	VEDAC	12.5
Saári Timea	KSI	12.6
Petneházi Ágnes	BÁZIS	12.6
Szakács Enikő	KSI	12.7
Szilasi Zsuzsa	VIDEOTON	12.8
Tószegi Julianna	MVSC	12.8
Mészáros Katalin	Sopron	12.9
Bankuti Zsuzsa	GEAC	12.9
Hanisch Ildikó	ZTE-Építők	12.9

300 m

Szakács Enikő	KSI	41.3
Mészáros Katalin	Sopron	41.4
Csikész Ildikó	VEDAC	42.2
Juhász Mónika	GEAC	42.5

Nagy Olga	NYVSC	42.5
Tószegi Julianna	MVSC	42.6
Meződi Klára	VIDEOTON	42.7
Hanisch Ildikó	ZTE-Építők	42.7
Hollósy Ilona	Hámán ált.isk.	42.8
Kocsis Dóra	Sz. MÁV-MTE	42.9

800 m

Tusai Brigitta	Csepel	2:16.8
Balázs Edit	Szentes	2:17.4
Fazekas Ildikó	DVTK	2:18.8
Gáspár Csilla	BEAC-MAFC	2:21.1
Vámos Ildikó	Szentes	2:21.3
Vojnich Petronella	Postás	2:21.7
Földi Anita	Kiskunfélegyháza	2:22.7
Kálovics Anikó	BEAC-MAFC	2:22.7
Nagyváradai Nóra	Sátoraljaújhely	2:23.0
Mátyás Csilla	VEDAC	2:23.3

1500 m

Pásztor Nikoletta	BEAC-MAFC	4:53.7
Földi Anita	Kiskunfélegyháza	4:59.22
Kajári Judit	VIDEOTON	4:59.1
Tusai Brigitta	Csepel	5:00.0
Turzó Andrea	VIDEOTON	5:09.4

3000 m

Kálovics Anikó	BEAC-MAFC	10:00.0
Pásztor Nikoletta	BEAC-MAFC	10:33.8
Tusai Brigitta	Csepel	10:37.4
Schmidt Júlia	Bp Honvéd	10:57.3
Kövári Krisztina	Csepel	10:58.0
földi Anita	Kiskunfélegyháza	10:58.9
Szőgi Erika	SzVSE	11:02.7
Csordás Szilvia	Bonyhád	11:02.8
Hengl Anett	PVSK	11:04.5
Kajári Judit	VIDEOTON	11:06.4

Kismaratoni (8 km)

Papp Lujza	Hungalu	25:18
Pásztor Nikoletta	BEAC-MAFC	29:53
Kálovics Anikó	BEAC-MAFC	29:58
Vojnich Petronella	Postás	30:35
Kövári Krisztina	Csepel	30:36
Földi Anita	Kiskunfélegyháza	31:27
Csordás Szilvia	Bonyhád	31:44
Tusai Brigitta	Csepel	31:58
Schmidt Julia	Bp Honvéd	32:08
Budai Violetta	BEAC-MAFC	32:21

80 m gát (76,2)

Szabó Szilvia	Csepel	12.7
Szicsó Eszter	UTE	12.0
Ollé Roxána	VIDEOTON	12.2
Szakács Enikő	KSI	12.3
Hollósy Ilona	Hámán DSK	12.3
Bánkuti Zsuzsa	GEAC	12.3
Surján Paula	Bonyhád	12.4
Kéri Krisztina	KSC	12.4
Kneitner Krisztina	FTC	12.4
Kardos Anita	GEAC	12.5
Láng Erika	Dunaújváros	12.5
Szilasi Zsuzsa	VIDEOTON	12.5

3 km gyaloglás

Tóth Barbara	Bp Honvéd	15:21
Török Katalin	Bolyki DSK	15:31
Földvári Orsolya	Bp Honvéd	16:11
Erdélyi Judit	Bp Honvéd	16:12
Szécsi Ilona	BEAC-MAFC	16:35
Kiss-Kovács Györgyi	Békés	16:35
Rácz Judit	Bp Honvéd	16:56
Lengyel Ivette	Bp Honvéd	17:10
Pásztor Nikolett	BEAC-MAFC	17:44
Mate Natasa	PVSK	18:47
Schmidt Júlia	Bp Honvéd	18:49

Magasugrás

Kántor Andrea	Sátoraljaújhely	1.70
Szücs Judit	DVTK	1.60
Tungli Zsuzsa	VEDAC	1.60
Balla Bernadett	Sátoraljaújhely	1.59
Vajó Melinda	Sz. MÁV-MTE	1.59
Sándor Katalin	KSI	1.56
Jantek Fedra	PTÁSI	1.55
Sándor Judit	Sátoraljaújhely	1.54
Czene Gabriella	SZVSE	1.50
Kocsis Renáta	TBSC	1.50
Szicsó Eszter	UTE	1.50
Biró Csilla	GEAC	1.50
Gallsz Beáta	SzVSE	1.50
Kovács Mónika	DSI	1.50

Távolugrás

Hollósy Ilona	Hámán DSK	5.44
Kész Melinda	Boly	5.32
Szilasi Zsuzsa	VIDEOTON	5.28
Juhász Mónika	GEAC	5.26
Szombati Éva	Békéscsaba	5.23
Bánkuti Zsuzsa	GEAC	5.22
Egervári Zsanett	Palotabozsok	5.20
Burai Magdolna	Szeged	5.19
Farkas Erzsébet	Petőfi DSK	5.18
Szabados Magda	Ceglédi VSE	5.14

Súlylökés (3 kg)

Irmes Erzsébet	Ikarus BSE	13.22
Sugár Barbara	Haladás VSE	11.86

Bitter Judit	Mohács	11.64
Kun Zsuzsanna	KSI	11.55
Pásztor Eszter	Sátoraljaújhely	11.39
Kerekesi Éva	Testvériség	11.34
Lendvai Tímea	Szekszárd	11.19
Petneházi Ágnes	BÁZIS	10.98
Gyarmathy Ágnes	Sátoraljaújhely	10.96
Szegvári Szonja	Petőfi DSK	10.78

Diszkoszvetés

Sugár Barbara	Haladás VSE	41.40
Pásztor Eszter	Sátoraljaújhely	37.50
Irmes Erzsébet	Ikarus BSE	35.24
Németh Veronika	VEDAC	33.90
Rohn Csilla	Szekszárd	33.40
Sándor Judit	Sátoraljaújhely	32.44
Kun Zsuzsanna	KSI	32.28
Arbanász Anikó	Nagydorog	31.36
Pintér Zsuzsa	Borsodi Bányász	31.36
Számel Mariann	Szentes	31.35

Gerelyhajítás

Kun Zsuzsanna	KSI	45.26
Sándor Judit	Sátoraljaújhely	38.58
Gulyás Dóra	KSI	34.04
Rohn Csilla	Szekszárd	33.40
Roca Edina	Sz. MÁV-MTE	33.32
Gyarmathy Ágnes	Sátoraljaújhely	33.30
Győri Csilla	Békéscsaba	32.76
Gedei Brigitta	Sz. MÁV-MTE	32.34
Nagy Erzsébet	Ikarus BSE	31.90
Szilasi Zsuzsa	VIDEOTON	31.88

Ötpróba A-változat

Láng Erika	Dunaújváros	3.514
Kardos Anita	GEAC	3.452
Juhász Monika	GEAC	3.441
Szakács Enikő	KSI	3.422
Záncsics Szilvia	DSI	3.391
Priger Tamara	Szekszárd	3.368
Földi Anita	Kiskunfélegyháza	3.360
Surján Paula	Bonyhád	3.359
Fésű Ágnes	Sz. MÁV-MTE	3.355
Kéri Krisztina	KSC	3.325

Ötpróba B-változat

Hollósy Ilona	Hámán DSK	3.878
Kántor Andrea	Sátoraljaújhely	3.718
Szicsó Eszter	UTE	3.663
Bánkuti Zsuzsa	GEAC	3.612
Rohn Csilla	Szekszárd	3.461
Meződi Klára	VIDEOTON	3.381
Sándor Katalin	KSI	3.349
Nagy Adrien	DMTE	3.332
Szabó Szilvia	Csepel	3.274
Kovács Mónika	DMTE	3.245

Ötpróba C-változat

Szilasi Zsuzsa	VIDEOTON	3.532
Kun Zsuzsanna	KSI	3.481
Sándor Judit	Sátoraljaújhely	3.472
Kész Melinda	Bóly	3.440
Irmes Erzsébet	Ikarus BSE	3.329
Rocsa Edina	Sz. MÁV-MTE	3.247
Pásztor Eszter	Sátoraljaújhely	3.125
Petneházi Ágnes	BÁZIS	3.097
Gulyás Dóra	KSI	3.093
Számel Marianna	Szentes	3.044

15 évesek (1976-os születésűek)

FIÚK

100 m

Deme Viktor	Sz. MÁV-MTE	10.8
Bolla Attila	Zeg Ész	11.1
Dobos Gábor	Bp Honvéd	11.3
Solymosi Péter	DSI	11.51
Alexin Tamás	LATEX	11.4
Kemény Péter	KSC	11.4
Brindza Ádám	DVTK	11.4
Sántha Péter	BÁZIS	11.4
Dencs Tibor	Hatvan	11.4
Kovács Lajos	KSI	11.4

200 m

Alexin Tamás	LATEX	23.1
Deme Viktor	Sz. MÁV-MTE	23.2
Brindza Ádám	DVTK	23.4
Csomor György	Sz. MÁV-MTE	23.5
Bella Attila	ZTE-Építők	23.6
Magyar Antal	Olajbányász	23.6
Dobos Gábor	Bp Honvéd	23.6
Kovács Lajos	KSI	23.7
Kandár Tibor	Olajbányász	23.7
Baranyi Zoltán	UTE	23.8
Tóth Zoltán	VEDAC	23.8

400 m

Kemény Péter	KSC	51.06
Bakacs Roland	Gy. Dózsa	52.7
Besnyi Attila	BEAC	53.0
Bisztricz Zoltán	Szigetvár	53.25
Szeitz Attila	KSI	53.3
Farkas László	KSC	53.4
Szilványi Balázs	Testvériség	53.5
Magyar Antal	Olajbányász	53.65
Oláh Tamás	Szeged	53.68
Laska Tamás	Hatvan	54.22

800 m

Simon Zoltán	Bp Honvéd	2:01.3
Besnyi Attila	BEAC-MAFC	2:02.0
Vörös Róbert	KSC	2:02.58
Kalán Szilárd	VEDAC	2:02.9

Szeitz Attila	KSI	2:03.48
Szöcsei Sándor	Gy. Dózsa	2:03.4
Kovács Csaba	Mohács	2:03.9
Pethő Tamás	DVTK	2:04.2
Bándi Zsolt	BEAC-MAFC	2:04.44
Bakacs Roland	Gy. Dózsa	2:04.76

1500 m

Polauf Tamás	TBSC	4:15.7
Tajti János	Békéscsaba	4:15.9
Kalán Szilárd	VEDAC	4:16.0
Benyőcs Gergely	TBSC	4:16.1
Simon Csaba	VIDEOTON	4:18.2
Mecseki Balázs	Keszthely	4:19.5
Megyes Jenő	KSI	4:19.9
Kőfaragó György	Gyula	4:21.1
Szakács Szabolcs	Tamási	4:21.4
Belus László	Ikarus BSE	4:21.9

3000 m

Polauf Tamás	TBSC	9:15.5
Simon Csaba	VIDEOTON	9:16.8
Medgyes Jenő	KSI	9:19.0
Mentzel István	PVSK	9:25.1
Hortobágyi Péter	KSI	9:26.2
Czene Tamás	PVSK	9:26.8
Bellus László	Ikarus BSE	9:29.9
Simon Gábor	KSI	9:31.0
Mecseki Balázs	Keszthely	9:31.1
Bagosi Zoltán	DSI	9:34.8

Kismaratoni (10 km)

Simon Csaba	VIDEOTON	33:53
Medgyes Jenő	KSI	34:04
Poluaf Tamás	TBSC	34:09
Vörös Márton	BEAC-MAFC	34:16
Mentzel István	PVSK	34:18
Magyar István	Karcag	34:21
Vörös Róbert	KSC	34:32
Mecseki Balázs	Keszthely	34:57
Szücs Róbert	Gy. Dózsa	35:02
Benyőcs Gergely	TBSC	35:02

110 m gát (91,4 cm)

Deme Viktor	Sz. MÁV-MTE	14.1
Dudás László	DVTK	14.1
Erdélyi Péter	Csepel	14.2
Baranyi Zoltán	UTE	14.3
Dobos Gábor	Bp Honvéd	14.6
Halmágyi András	VIDEOTON	14.6
Dobozi Sándor	VIDEOTON	14.6
Molnár Sándor	Békéscsaba	14.7
Kovács Viktor	Bp Honvéd	14.8
Kovács Lajos	KSI	14.8
Zsombor Csaba	Bp Honvéd	14.8
Nagy Ákos	KSI	14.8

300 m gát (76,2 cm)

Erdélyi Peter	Csepel	39.7
Kemény Péter	KSC	39.87
Dobos Gábor	Bp Honvéd	40.2
Sipos Norbert	LATEX	40.68
Laska Tamás	VIDEOTON	40.8
Kereszti Gábor	Csepel	41.0
Dudás László	DVTK	41.0
Farkas László	KSC	41.05
Kovács Viktor	Bp Honvéd	41.8
Karsai András	KSI	42.19

1500 m akadály

Benyőcs Gergely	TBSC	4:33.3
Sipos Zsolt	Dombóvár	4:32.6
Tajti János	Békéscsaba	4:32.6
Bellus László	Ikarus BSE	4:38.5
Vörös Márton	BEAC-MAFC	4:39.7
Mentzel István	PVSK	4:50.7
Medgyes Jenő	KSI	4:52.87
Takacs Gergő	KSI	5:01.72
Szücs Róbert	Gy. Dózsa	5:08.9
Virág László	Bp Honvéd	5:12.2

8 km gyaloglás

Bondor Csaba	SzVSE	38:23
Lehotai Győző	SzVSE	40:11
Ambrózi Balázs	KBSK	40:40
Játékos Csaba	TBSC	41:56
Apáti Ferenc	TBSC	42:06
Királyfalvi László	NYVSC	42:18
Tabai Gyula	SzVSE	42:51
Esik Róbert	SzVSE	43:02
Balla Barna	NYVSC	43:59
Záborszki Gergely	NYVSC	45:17

Magasugrás

Tölgyesi Előd	VIDEOTON	1.90
Szűk Bendeguz	DSI	1.90
Kovács Viktor	Bp Honvéd	1.89
Badó Szilárd	BÁZIS	1.88
Götz Dávid	DVSE	1.88
Ardej Zsolt	NYVSC	1.85
Dobos Gábor	Bp Honvéd	1.83
Deme Viktor	Sz. MÁV-MTE	1.83
Parragi Tamás	ZTE-Építők	1.82
Szabó Tamás	DSI	1.82

Távolugrás

Alexin Tamás	LATEX	6.84
Molnár Krisztián	FTC	6.69
Deme Viktor	Sz. MÁV-MTE	6.58
Otterbrein László	BÁZIS	6.42
Gáll Tamás	DVTK	6.32
Kovács Lajos	KSI	6.29
Dobozi Sándor	VIDEOTON	6.29
Jenei Kornél	SzVSE	6.21
Sipos Norbert	LATEX	6.21
Horváth K. András	Gy. Dózsa	6.21

Hármasugrás

Badó Szilárd	BÁZIS	12.78
Mészáros György	DVSE	12.49
Dobozi Sándor	VIDEOTON	12.49
Tölgyesi Előd	VIDEOTON	12.30
Karsai András	KSI	12.27
Otterbrein László	BÁZIS	12.23
Révész Pál	Kiskunfélegyháza	12.08
Mátyus Zsolt	Csepel	12.04
Götz Dávid	DVSE	11.99
Márton Péter	Testveriség	11.76

Rúdugrás

Jenisz Gábor	UTE	4.00
Gazdag Zoltán	UTE	3.70
Gazdag András	UTE	3.60
Tölgyesi Előd	VIDEOTON	3.40
Schmidt Gábor	UTE	3.30
Tóth Nándor	Törökszentmiklós	3.30
Glódi Tamás	UTE	3.20
Molnár Sándor	Békéscsaba	3.00
Tajti János	Békéscsaba	2.90
Petrovski Péter	Békéscsaba	2.90
Kovács Zoltán	Csepel	2.90

Súlylökés (4 kg)

Mateacsics József	BÁZIS	17.43
Kovács Jenő	Ikarus BSE	17.19
Dittrich Gábor	Bóly	16.89
Borbás Péter	BÁZIS	16.57
András Zsolt	BÁZIS	15.82
Biber Zsolt	Sz. MÁV-MTE	15.54
Jánosa László	MEDOSZ	15.50
Karancsi Zsolt	Törökszentmiklós	15.20
Antalics János	Kap. Építők	15.00
Majosi Krisztián	DSI	14.76

Súlylökés (5 kg)

Kovács Jenő	Ikarus BSE	16.62
Mateacsics József	BÁZIS	16.24
Jánosa László	MEDOSZ	14.75
Borbás Péter	BÁZIS	14.58
Dittrich Gábor	Bóly	14.42
Komár András	TBSC	12.91

Diszkoszvetés (1 kg)

Majosi Krisztián	DSI	61.08
Ocsenás József	Sátoraljaújhely	57.76
Lukács Csaba	Spartacus	54.82
Mateacsics József	BÁZIS	50.64
Borbás Péter	BÁZIS	50.22
Borbély Norbert	KSC	49.82
Antalics János	Kap. Építők	49.74
Pásztor Ervin	MTK	48.12
Ádám Viktor	MTK	48.04
Koles Krisztián	GEAC	47.90

Diszkoszvetés (1,5 kg)

Mateasics József	BÁZIS	41.08
Borbás Péter	BÁZIS	40.19
Varga Tamás	Gy. Dózsa	35.50
Erdős Sándor	Spartacus	29.92

Gerelyhajítás (600 gr)

Borbély Norbert	KSC	71.72
Borbás Péter	BÁZIS	57.84
Járai Lajos	Mezőtúr	56.62
Szabó Attila	Sz. MÁV-MTE	56.20
Ocsenás József	Sátoraljaújhely	54.52
Kovács Viktor	Bp Honvéd	53.94
Kovács Jenő	Ikarus BSE	52.18
Csillag Péter	DVSE	51.66
Pálóczi István	Hajdunánás	51.50
Dencs Károly	Olajbányász	51.10

Kalapácsvetés (4 kg)

Csap Csaba	Építők	64.78
Hegedüs Árpád	Haladás VSE	64.04
Küllös Péter	Haladás VSE	64.04
Tarnai Péter	Haladás VSE	58.82
Hegedüs Ákos	Haladás VSE	58.58
Ferenc Zoltán	Haladás VSE	56.24
Tápler Péter	Haladás VSE	54.14
Hegyi László	Haladás VSE	53.64
Kovács György	BHVSE	52.62
Világi Károly	VEDAC	51.94

Kalapácsvetés (5 kg)

Küllös Péter	Haladás VSE	55.00
Hegedüs Árpád	Haladás VSE	52.20
Csap Csaba	Építők	50.52
Világi Károly	VEDAC	46.52
Németh Ákos	Haladás VSE	41.90

Nyolcpróba

Deme Viktor	Sz. MÁV-MTE	4.718
Dobos Gábor	Bp Honvéd	4.635
Ocsenás József	Sátoraljaújhely	4.515
Molnár Sándor	Békéscsaba	4.515
Karancsi Zsolt	Törökszentmiklós	4.512
Kemény Péter	KSC	4.443
Dudás László	DVTK	4.436
Kovács Viktor	Bp Honvéd	4.390
Gáll Tamás	DVTK	4.369
Otterbrein László	BÁZIS	4.332

x100 m

TC	Aradi,Kersity,Molnár,Eckermann	45.21
SC	Borbély,Farkas,Kemény,Kiss	45.87
IDEOTON	Kató,Halmágyi,Tölgyesi,Dobozi	45.88
DVTK	Dudás,Pethő,Brindza,Sinka	46.28

Szolnoki MÁV-MTE	Timár,Csomor,Oszi,Bene	46.34
NYVSC	Dudics,Mészáros,Hódy,Papp	46.34
DMTE-DSI	Boldizsár,Solymosi,Varró,Magyar	46.37
Gy. Dózsa	Lukács,Bakács,Horváth,Csontos	46.69
Olajbányász	Ivancsik,Magyar,Kandar Z és T	46.72
BÁZIS	Sik,Sántha,Badó,Otterbein	47.00

4x300 m

FTC	Szabó,Molnár,Kersity,Eckermann	2:34.25
KSI	Kovács,Csatlós,Polgár,Szeitz	2:34.33
LATEX	Alexin,Moldoványi,Tóth,Sipos	2:35.29
KSC	Farkas,Vörös,Kemény,Kiss	2:35.90
NYVSC	Tóth,Mészáros,Hódy,Papp	2:36.09
Gy. Dózsa	Lukács,Csontos,Bakács,Horváth	2:36.16
ZTE-Építők	Bella,Parragi,Csiszár,Pál	2:36.17
VEDAC	Erdős,Tóth,Kovács J és A	2:36.88
DVTK	Brindza,Dudás,Pethő,Sinka	2:37.2
Dunakeszi VSE	Winkler,Kránitz,Mészáros,Kiss	2:38.51

4x800 m

PVSK	Csorba,Czene,Icindic,Meczel	8:34.68
VEDAC	Kalán,Erdős,Hites,Tolnai	8:34.81
KSI	Takács,Medgyes,Csatlós,Szeitz	8:34.92
TBSC	Apáti,Benocs,Ádám,Polauf	8:45.33
KSC	Juhász,Kiss,Kemény,Vörös	8:48.09
Csepel SC	Dino,Hegedüs,Pincés,Rostás	8:49.63
BEAC-MAFC	Besnyi,Bardi,Bordás	8:50.17
Gy. Dózsa	Szücs I és II,Bakács,Horváth	8:50.26
Karcagi SE	Magyar,Hajnal,Soltész,Porok	8:51.94
VIDEOTON	Takács,Rózsa,Papp,Simon	8:55.61

LÁNYOK

100 m

Virágh Katalin	BMTE-Lampart	12.2
Magyar Kitty	Gy. Dózsa	12.2
Balogh Emese	Csepel	12.3
Csébits Erika	Haladás VSE	12.4
Lőrincz Krisztina	Bp Honvéd	12.4
Farkas Katalin	DVTK	12.6
Vönönczky Katalin	Kap. Építők	12.6
Pintér Barbara	Olajbányász	12.6
Gróf Judit	ZTE-Építők	12.7
Csorba Viktória	DVTK	12.9
Szilágyi Anikó	Karcag	12.9
Pap Klára	Csepel	12.9
Kanyó Dóra	Sz. MÁV-MTE	12.9

200 m

Virágh Katalin	BMTE-Lampart	25.4
Magyar Kitty	Gy. Dózsa	25.6
Csébits Erika	Haladás VSE	25.7
Balogh Emese	Csepel	26.0
Lőrincz Krisztina	Bp Honvéd	26.1
Kanyó Dóra	Sz. MÁV-MTE	26.2
Kun Alice	Békéscsaba	26.2
Pap Klára	Csepel	26.3
Szilágyi Anikó	Karcag	26.6
Szemerédi Eszter	Olajbányász	26.6

400 m

Szabó Ibolya	Békéscsaba	58.13
Magyar Kitty	Gy. Dózsa	58.21
Sztankovics Katalin	Bp Honvéd	59.14
Tüske Tünde	KSC	59.47
Szemerédi Eszter	Olajbányász	59.4
Újlaki Ágota	SZIM Vasas	59.78
Kanyó Dóra	Sz. MAV-MTE	60.1
Vékony Judit	Ikarus BSE	61.15
Joó Alexandra	Gy. Dózsa	61.20
Varga Judit	Haladás VSE	61.4

800 m

Varga Judit	Haladás VSE	2:11.93
Radics Zsuzsa	KSI	2:16.8
Kurucz Andrea	Sátoraljaújhely	2:17.4
Stupján Mónika	VEDAC	2:17.7
Újlaki Ágota	SZIM Vasas	2:20.05
Kovács Timea	TBSC	2:20.7
Szilágyi Renáta	Sátoraljaújhely	2:22.1
Joó Alexandra	Gy. Dózsa	2:22.4
Szutter Bettina	Csepel	2:23.72
Horváth Katalin	Dombóvár	2:23.7

1500 m

Varga Judit	Haladás VSE	4:40.97
Tóth Mariann	Hungalu	4:41.43
Stupján Mónika	VEDAC	4:45.30
Radics Zsuzsa	KSI	4:53.7
Bekecs Zsuzsa	SKSE	4:54.36
Nagy Katalin	Dunaújváros	4:57.71
Joó Alexandra	Gy. Dózsa	4:58.6
Csóka Timea	Csepel	4:58.9
Újlaki Ágota	SZIM Vasas	4:59.04
Csupor Krisztina	PVSK	4:59.39

3000 m

Stupján Mónika	VEDAC	10:31.6
Tóth Mariann	Hungalu	10:39.2
Füzi Anna	KSI	10:48.93
Csupor Krisztina	PVSK	10:53.4
Vönöczki Hajnalka	PVSK	10:58.2
Nagy Katalin	Dunaújváros	11:04.4
Lengyel Ágota	SKSE	11:04.71
Bekecs Zsuzsanna	SKSE	11:07.40
Csóka Timea	Csepel	11:10.9
Hudi Zsuzsa	KSI	11:12.26

Kismaratoni (8 km)

Stupján Mónika	VEDAC	30:26
Nagy Katalin	Dunaújváros	31:03
Horváth Katalin	Dombóvár	31:15
Füzi Anna	KSI	31:18
Vékony Judit	Ikarus BSE	31:26
Csupor Krisztina	PVSK	31:55
Vönöczki Ágnes	PVSK	31:56

Molnár Erika	Tungsram	32:11
Vönöczki Hajnalka	PVSK	32:12
Szutter Bettina	Csepel	32:21

100 m gát (76,2 cm)

Soros Viktória	VEDAC	14.7
Varga Melinda	Sátoraljaújhely	14.8
Bujtás Zsuzsa	Sopron	14.8
Vékony Judit	Ikarus BSE	14.9
Horváth Krisztina	Bp Honvéd	15.0
Kovács Timea	TBSC	15.2
Pap Klára	Csepel	15.3
Szabó Csilla	TBSC	15.4
Szanóczky Szilvia	DVTK	15.5
Kovács Réka	Kap. Építők	15.6
Lengyel Andrea	Spartacus	15.6
Németh Viktoria	VEDAC	15.6

300 m gát (76,2 cm)

Kovács Timea	TBSC	44.79
Szemerédi Eszter	Olajbányász	44.8
Vékony Judit	Ikarus BSE	45.1
Szakács Enikő	KSI	45.5
Szabó Csilla	TBSC	46.30
Varga Melinda	Sátoraljaújhely	46.6
Horváth Timea	Bp Honvéd	46.82
Varga Beáta	Testvériség	47.06
Berkes Mária	DSI	48.02
Szicsó Eszter	UTE	48.34

5 km gyaloglás

Jánosi Anett	Bolyki DSK	26:29
Tóth Barbara	Bp Honvéd	26:50
Tóth Réka	BÁZIS	27:52
Horváth Emőke	SZVSE	28:19
Balogh Éva	BÁZIS	29:01
Ungvári Ildikó	Bp Honvéd	29:22
Tóth Helga	SzVSE	30:04
Gaál Dianna	Hunyadi DSK	32:06
Gáll Erika	Bp Honvéd	32:07
Pereces Mariann	Bp Honvéd	32:43

Magasugrás

Szabó Katalin	KSC	1.65
Szakonyi Márta	KSC	1.60
Kovács Réka	Kap. Építők	1.60
Kiss Adrienn	Csepel	1.57
Csanaki Csilla	Szekszárd	1.55
Bányai Ildikó	Ikarus BSE	1.55
Kiss Katalin	Kap. Építők	1.55
Boros Valéria	ZTE-Építők	1.55
Szanóczky Szilvia	DVTK	1.54
Ménesi Eszter	Bonyhád	1.54
Héda Nikolett	Bp Honvéd	1.54
Kiss Adrien	UTE	1.54

Távolugrás

Bujtás Zsuzsa	Sopron	5.48
Cservenka Beáta	DVTK	5.44
Szilágyi Erzsébet	HÓDIÁK	5.39
Kovács Réka	Kap. Építők	5.38
Bányai Ildikó	Ikarus BSE	5.27
Rábi Klarissza	Kiskunhalas	5.26
Pintér Barbara	Olajbányász	5.25
Horváth Krisztina	Bp. Honvéd	5.23
Katona Renáta	BÁZIS	5.22
Szabó Csilla	TBSC	5.20

Súlylökés (3 kg)

Kovács Réka	Kap. Építők	14.40
Kürti Éva	DSI	13.80
Lambovics Mariann	Csepel	12.56
Horák Nóra	VOSE	12.08
Szalontai Klára	Kap. Építők	11.88
Kulcsár Timea	BÁZIS	11.67
Berta Edina	Sátoraljaújhely	11.51
Héda Nikolett	Bp. Honvéd	11.40
Kindl Mariann	Vasas	11.39
Kiss Katalin	Kap. Építők	11.30

Diszkoszvetés

Kindl Mariann	Vasas	40.74
Kürti Éva	DSI	40.56
Farkas Mónika	Sátoraljaújhely	35.34
Rédei Melinda	Haladás VSE	35.12
Berta Edina	Sátoraljaújhely	34.90
Parzer Katalin	MTK	34.76
Tóth Bernadett	Kazincbarcika	34.40
Varga Mariann	Dunaújváros	34.32
Szentgyörgyi Szilvia	MTK	34.00
Szilágyi Erzsébet	HÓDIÁK	31.42

Gerelyhajítás

Kovács Réka	Kap. Építők	48.56
Varga Mariann	Dunaújváros	41.58
Balogh Emese	Sátoraljaújhely	38.14
Németh Mariann	Kiskunhalasi Kate	37.30
Barcsai Zsuzsanna	Nagykörös	36.50
Földi Enikő	SKSE	36.00
Kulcsár Timea	BÁZIS	35.74
Vidák Timea	Kap. Építők	35.20
Kürti Éva	DSI	34.70
Molnár Krisztina	Békéscsaba	34.40

Hatpróba

Kovács Réka	Kap. Építők	4.904
Horváth Krisztina	Bp. Honvéd	4.401
Héda Nikolett	Bp. Honvéd	4.262
Szánóczy Szilvia	DVTK	4.200
Vékony Judit	Ikarus BSE	4.166
Bányai Ildikó	Ikarus BSE	4.138

4x100 m

ZTE-Építők	Varga, Simon, Gróf, Hanisch	49.81
VEDAC	Bantai, Bacher, Csiksz, Soros	49.96
Bp. Honvéd	Varga, Horváth K és T, Lőrincz	50.10
DMTE-DSI	Berkes, Balogh, Pavay, Kürti	50.92
KSI	Varga I és II, Zentai, Szakács	50.99
BÁZIS	Varga, Katona, Petneházi, Szabó	51.01
NYVSC	Bakajszay, Kovács, Szarka, Nagy	51.47
VIDEOTON	Meződi, Szilasi, Olle, Kántor	51.81
Gy. Dózsa	Vojta, Joó, Szabadi, Magyar	52.07
Békéscsaba	Kun, Szabó, Szombati, Bagdi	52.23

4x300 m

KSI	Szakács, Kis, Varga, Radics	2:52.85
Bp. Honvéd A	Horváth T és K, Sztankovics, Lőrincz	2:53.02
KSC	Szabó, Tüske, Simon, Juhász	2:55.71
Gy. Dózsa	Vojta, Magyar, Szabadi, Joó	2:56.16
VEDAC	Csiksz, Bacher, Soros, Németh	2:57.11
Békéscsaba	Kun, Szabó, Papp, Knyihár	2:57.33
Csepel	Tusai, Bálint, Lázár, Szutter	2:57.81
TBSC	Bucsi, Szabó, Ogonovszki, Kovács	2:58.11
NYVSC	Bakajszay, Kovács, Szalkay, Nagy	2:58.80
Bp. Honvéd B	Gulyás, Szigeti, Szabó, Öry	3:03.83

4x800 m

KSI	Füzi, Kiss, Szakács, Radics	9:43.49
BEAC-MAFC	Buday, Gáspár, Pásztor, Kalovics	9:44.81
VEDAC	Stupian, Kovács, Répási, Szemán	9:45.54
Csepel	Tusai, Szutter, Kővári, Bott	9:56.24
PVSK	Vonóczy H és A, Hengl, Csopor	9:59.26
IKARUS BSE	Falus, Major, Krizsály, Vékony	10:03.67
Ajkai Hungalu	Józsa, Huszár, Pap, Tóth	10:05.23
SKSE	Bekecs, Lengyel, Sisa, Csengeri	10:07.09
Bp. Honvéd	Smidth, Horváth K és T, Vértesy	10:09.80
Gy. Dózsa	Magyar, Rikk, Szabadi, Joó	10:15.34



A KÖZÉP-, HOSSZÚTÁVFUTÓK KORSZERŰ FELKÉSZÜLÉSRENDSZERE

I. rész A mikrociklus felépítése

Mielőtt a közép-, hosszútávfutók különböző felkészülési ciklusainak lehetséges variációit tárgyalnánk, tekintsük át az energiarendszer edzését öt intenzitási fokozatban, valamint az adott terhelések elfogadott jellemzőit (1., 2. táblázat).

terheléstől, mint a fiatalabb, kevésbé edzett, nem annyira tehetséges társaik. Amikor előbbieket már készek a következő edzésterhelések elviselésére, az utóbbiak még fáradtak a következő edzés elvégzéséhez. Ezért egyénre kell szabni az edzésterheléseket, máskülönben az erőssége, az intenzitás gyakorisága stb... lehet, hogy jó az egyik versenyző

Intenzitás	Edzésforma	Ismétlések		Rhe- mó	Munka arány R.I.	LA conc. (mm)	HR ritmus	Maximális intenzitás %-ban	
		ideje	száma					korai	késői
1	Laktacid türelmes- ség LATT	30'-60" 2'-2.5"	2x2-4 4-6 (8)	30' > 5'	1:2-1:3	12-18 Mx=20	közeli max vagy max	> 85	> 95
2	Maximális fogyasztás MVO ₂ T	3-5'	4-8 (12)	2-3'	2:1	6-12	180	80-85	85-90
3	Anaerob küszöb AnT	1:30-1' 8'-1h	3-5 1-2	1-2'	1:1 1:2	4-6	150- 170	75-85	85-90
4	Foszfát rendszer edzése PST	4-15"	10-30	1-3'	1:4- 1:25	---	---	---	95
5	Aerob küszöb AIT	10-2h	6-1	1-2'	1:1-1:2	2-3	130- 150	> 60	> 60

1. Táblázat:

Az energiarendszer edzése 5 intenzitási fokozatban.

(Bompa, 1982. után)

- Az 1/4 erő kifejtést igénylő edzés után általában egy napra, azaz huszonnégy óra pihenőre van szükség, könnyű és alacsony intenzitás esetében.
- A 1/2 erő kifejtés (közepes intenzitás) után általában két napra, azaz 36-48 óra pihenőre van szükség.
- A 3/4 erő kifejtést igénylő edzések (magas, szubmaximális intenzitás) után általában három napra, azaz 48-72 óra pihenőre van szükség.

Minimum 3-4 napos felfrissülés szükséges a maximális erő kifejtések után (72-96 óra).

- Természetesen azt is figyelembe kell venni, hogy a tehetségesebb, edzettebb vagy rutinosabb atléták gyorsabb regenerálódásra képesek egy egységnyi

számára, viszont csoporttársának nem kívánatos és esetenként még gyengíti, visszaveti a versenyzőt.

A terhelés hullámozása és a mikrociklus

A terhelési ciklus legkisebb felbonthatatlan egységét tárgyaljuk a regeneráció, a superkompenzáció és a fokozott terhelés oldaláról nézve.

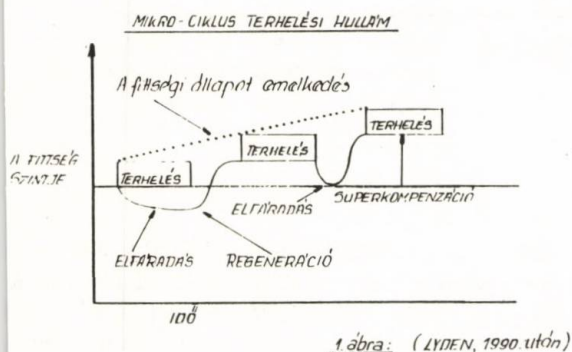
Fontos megállapítanunk, hogy az edzésinger szempontjából a beépítő folyamat a helyes terhelés és regeneráció arányát jelenti. Éppen ezért a terhelést és a regenerációt úgy kell tekintenünk mint a fejlődés igazi alapelemeit (Lyden, 1990). A superkompenzációs ciklus éppen úgy függ az egyén képességeitől (teherbíró

Laktacid konc. (mm)	EDZÉSHATA'S	Pulzus frekv.	max.int. %	EDZÉSHATA'S
20.0	Maximális anaerob erő	200		
		200		
12.0	Laktacid túrókép	200	85-95	
		190-200		
		180	80-90	
		170	(60)	
11.0	Anaerob küszöb	160	70-85	
		150		
		140		
		130	60	
2.0	Aerob küszöb	120	50	
		110		
		100		
1.1	Nyugalmi állapot	<80		

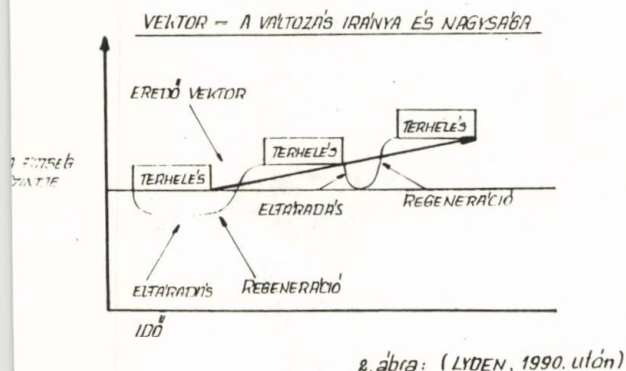
2. Táblázat: Az öt intenzitási fokozat a következő edzeshatást váltja ki.

(Bompa, 1988. után)

képesség, kiinduló szint stb.), mint a terhelés jellegétől. Az 1. ábra bemutatja a terhelés elvi variációit.



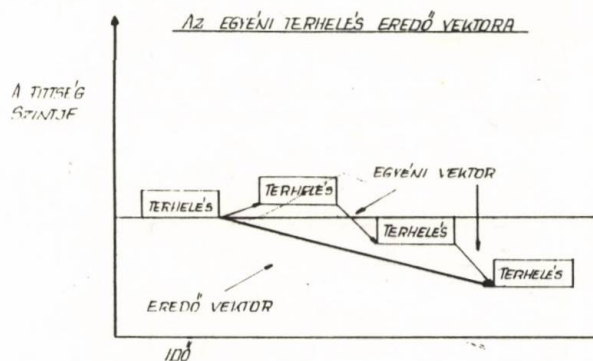
2. ábra



A terhelés és regeneráció egysége optimális pozitív adaptációval segíti elő a versenyző fejlődését. Így az optimális nagyságú edzések egymás után összegződhetnek, ha megfelelő edzésidő áll rendelkezésre. A bal vertikális tengelyen lévő kezdeti és befejező helyzetek közötti különbség mutatja a pozitív adaptációt és a fejlődést. Amennyiben az egyén atlétikus formájának kifejlesztéséhez az elvégzett munka megfelelő, úgy a változás közvetlenül kimutatható a teljesítményben.

A 2. ábrán látható, hogy egy eredő vektor köti össze az egymást követő superkompenzációs csúcsokat. A kezdeti és a végső pozíció közötti különbség képviseli a változást a teljesítőképesség szintjében. Ezen eredő vektor meredeksége megmutatja a teljesítőképesség változásának a fokát. Egy superkompenzációs hullám eredményét egyéni vektorokkal lehet kifejezni. A nyilak mutatják a "nyereség vagy veszteség" nagyságát (pl. pozitív vagy negatív jellegű az adott periódus, és az adott vektor meredeksége tükrözi a meghatározott időtartamú pihenő vagy regeneráció alatti változás fokát). Összefoglalva, a vastagabb eredő vektor tehát összegzi a teljes egyéni munkát és a vektor meredeksége megmutatja a változás fokát az összes változással egybevetve (3. ábra).

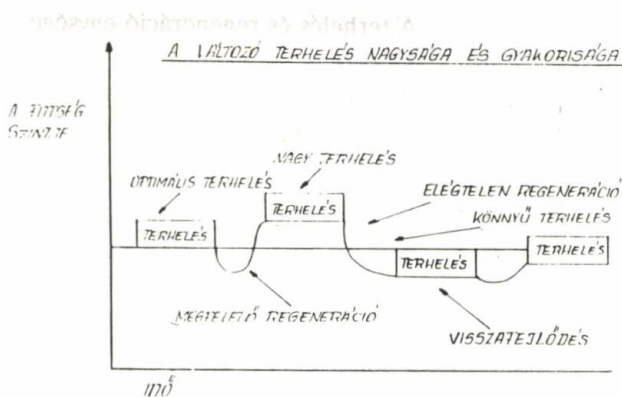
3. ábra



Így a terhelések sorozatának tükrében jobban megítélhetjük az optimális terhelés és a regeneráció közötti finom kapcsolatot, amely elősegíti a versenyző fejlődését.

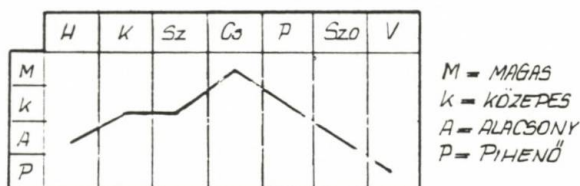
A következő hipotétikus modellen (4. ábra) a különböző edzésterhelések és regenerációs időtartamok komplex egysége látható.

A mikrociklus felépítése kétségtelenül a legkritikusabb, mert azonnali hatást fejt ki a versenyzőkre. Ez

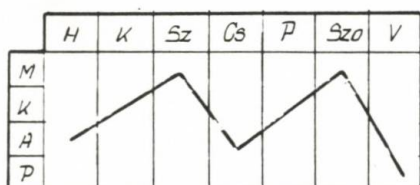


4. ábra: (LYDEN, 1990. után)

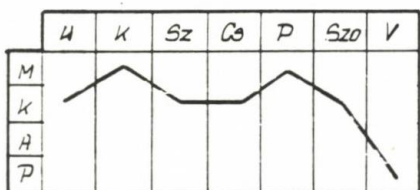
az edzés felépítésének alapeleme, elengedhetetlen feltétele, melynek függvényei a nagyobb ciklusok és maga az edzésperiodizáció is. Éppen ezért rendkívül érdekes és tanulságos a különböző típusú mikrociklusok felépítése az edzés intenzitásának függvényében (Bompa, 1988):



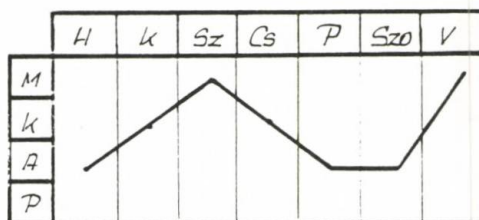
5. ábra: Egycsúcsos mikrociklus beosztás



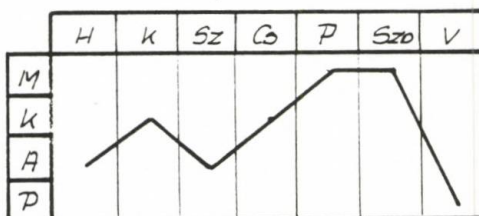
6. ábra: kétcsúcsos mikrociklus beosztás



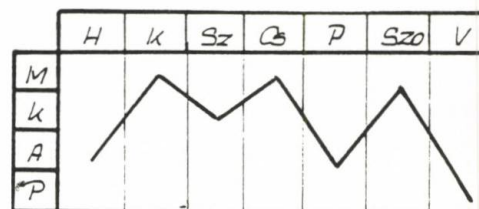
7. ábra: kétcsúcsos mikrociklus beosztás, de összesed-
geben magasabb intenzitással



8. ábra: kétcsúcsos mikrociklus, ahol a második csúcs a verseny



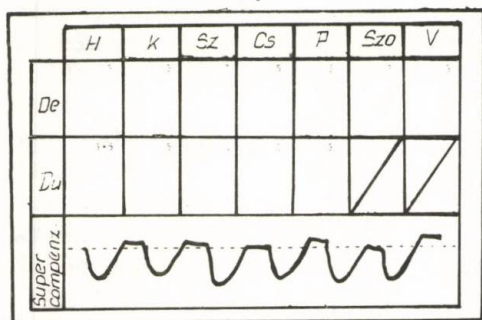
9. ábra: két közeli csúcs modellje a mikrociklusban.



10. ábra: Háromcsúcsos mikrociklus alternatíva alacsony intenzitású edzés esetén

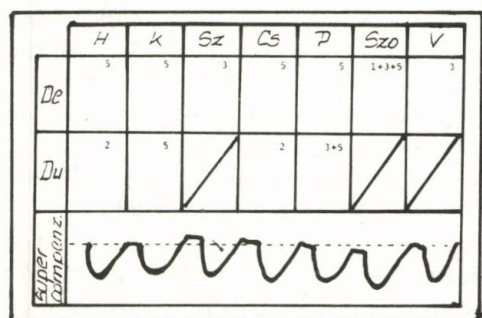
Ezek után a 11-15. ábrákon nézzük meg a mikrociklusok felépítését a különböző felkészülési időszakokban (Bompa, 1988). (Rövidítések: ATT = aerob küszöb; ANT = anaerob küszöb; MVO_2T = maximális oxigénfelhasználás; LATT = laktacid küszöb; PST = foszfátrendszer edzése. A jelölt számok az öt intenzitási fokozat arányait tükrözik.)





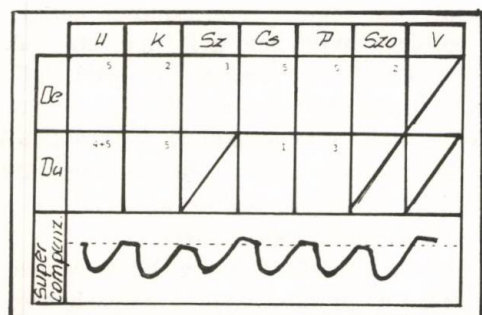
11. ábra

korai előkészítő mikrociklus.
Az öt intenzitási szint aránya:
 $ATT = 75\%$; $AnT = 25\%$



12. ábra

késői előkészítő mikrociklus.
Az intenzitás arányai: $ATT = 50\%$;
 $AnT = 25\%$; $MVO_2T = 20\%$; $LATT = 3\%$

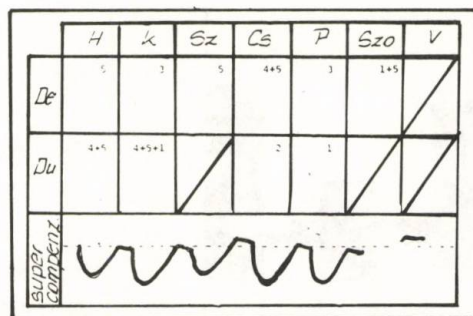


13. ábra

Formához (verseny előkészítő) mikrociklus.
Az intenzitás arányai: $ATT = 40\%$;
 $AnT = 20\%$; $MVO_2T = 20\%$; $PST = 10\%$;
 $LATT = 10\%$

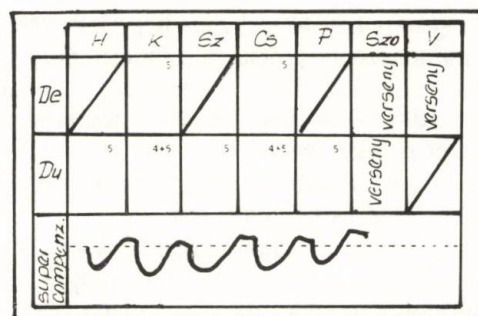
A változtatás szerepe a regeneráció meggyorsításában

A közép-, hosszútávfutás edzésében nyilvánvaló az igény a változtatásra. Ez jelenti a különböző formátumokat, melyek közvetlenül a változások számára és szükségességére irányulnak. Belátható és érthető, hogy szükség van változtatására a nehéz edzésterhelések és



14. ábra

Verseny időszak mikrociklusa, heti versenyt követően.
Az intenzitás arányai: $ATT = 30\%$;
 $LATT = 20\%$; $MVO_2T = PST = 20\%$.



15. ábra

Versenyidőszak mikrociklusa, heti versenyyel.
Az intenzitás arányai:
 $ATT = 80\%$; $PST = 20\%$

az azt követő edzésalkalmakra a pihenés, regeneráció érdekében.

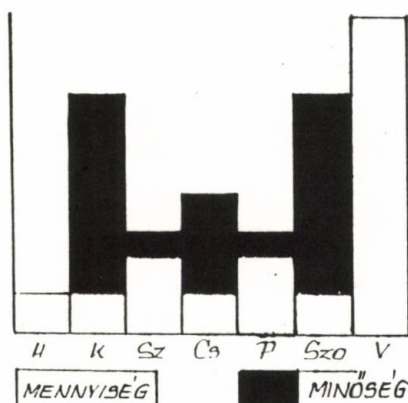
A változtatásnak élettani szükségszerűsége van. Amikor a versenyző edzésmunkát folytat, a szervezet metabolizmusa és a neuromuszkuláris rendszer aktivizált állapotba kerül. A túl hosszú, magas terhelésű edzés az ásványi sók (pl. kálium, nátrium) hiányához vezethet. Az elektrolitok és a "protein" vegyületek hiánya veszélyezteti a zavartalan izomösszehúzódást (Pedemonte, (1982).

A mikrociklusban az elsődleges kérdés a regeneráció szempontjából az akut kimerültségen van.

Lyden (1990) közép-, hosszútávfutóknak a tiszta, a vegyes és a formáhozó periodusokban a következő mikrociklusos beosztást javasolja (lásd 16 ábra)

Az alapozó vagy tiszta felkészülés jellemzői:

- Anaerob küszöb edzés (kedd: edzés 75 %-os erő-kifejtéssel).
- Fartlek-edzés (csütörtök: 50 %-os erő-kifejtéssel).



H : PASSZIV REGENERÁCIÓ
 K : MINŐSÉGI MUNKA 3/4 ERŐKIFEJTÉS
 Sz : AKTÍV REGENERÁCIÓ
 Cs : MINŐSÉGI MUNKA 1/2 ERŐKIFEJTÉS
 P : AKTÍV REGENERÁCIÓ
 Szó : MINŐSÉGI MUNKA 3/4 ERŐKIFEJTÉS
 V : MENNYISÉGI MUNKA 1/4 ERŐKIFEJTÉS

16. ábra (LYDEN, 1990. után)

- Aerob kapacitás fejlesztő edzés (szombat: 75 %-os erő kifejtéssel).
- Az egymást követő terhelési hegyek és völgyek között a nehezebb terhelések mindig keddre és szombatra esnek. Ezek rendszeres alkalmazása szilárdabb alkalmazkodást és a fejlődés gyorsabb ütemét is eredményezi.
- Ebben a rendszerben a passzív és aktív pihenő hétfőn, szerdán és pénteken van.
- A fartlek-edzés, ha lehetséges, 50 %-os erő kifejtéssel történjék, a hosszú edzés maradjon keddre és vasárnapra, mind az alapozó, mind a vegyes és formábahozó időszakban.

Természetesen az előzőekben csak egy példát láthatunk a heti elosztásra, hiszen a hét sajátos terhelési napjai tetszőlegesen lehetnek. Itt inkább csak a különböző terhelési napok közötti egyensúly megtartása a lényeg.

Az előzőekben felsorolt elvek betartása mellett is előfordulhat, hogy az eddig befektetett munka ellenére sem képes valaki a legjobbját teljesíteni az adott mikrociklus alatt. Viszont az is elképzelhető, hogy az előző mezo-, makro-, megaciklus terhelései a későbbiekben fognak kamatozni.

A változtatás jelentősége a megszokások megelőzésében igen nagy. Amellett, hogy megfelelő regenerációt biztosít, még két fontos szerepe van:

- az egyik aktív és a változásra vonatkozik;
- a másik passzív és arra vonatkozik amit a változásnak meg kell akadályoznia.

Természetesen a változtatás szükséges az edzettség és a tanulási feladatok elsajátítása céljából is.

Lássunk két egyértelmű példát:

1. Különböző edzésperiodusok szerepelnek az atléták felkészülési évében.
2. Általános és speciális kondicionális képességfejlesztés történik különös tekintettel a jelentősebb koordinációs képességeket igénylő versenyszámokra (gát, ugrások, dobások és többpróba).

A versenyzésre történő felkészülés természete eleve biztosítja a megfelelő változásokat az edzésprogramban. Az egymással összefüggésben lévő sportforma fázisai a különböző edzésperiodusokat meghatározzák. Ezeket az edzésmódszerek és eszközök variációival jellemezhetjük, különleges figyelmet fordítva az edzésterhelésben a terjedelemre és az intenzitásra, vala-

mint az általános és speciális edzésmunkára.

Bárhogy is nézzük, ezek igen fontos tények, amiket változtatással el lehet érni. A változás az alkalmazkodásban és az atléta teljesítőképességben is fontos szerepet játszik annál fogva, ami megelőzhető vele.

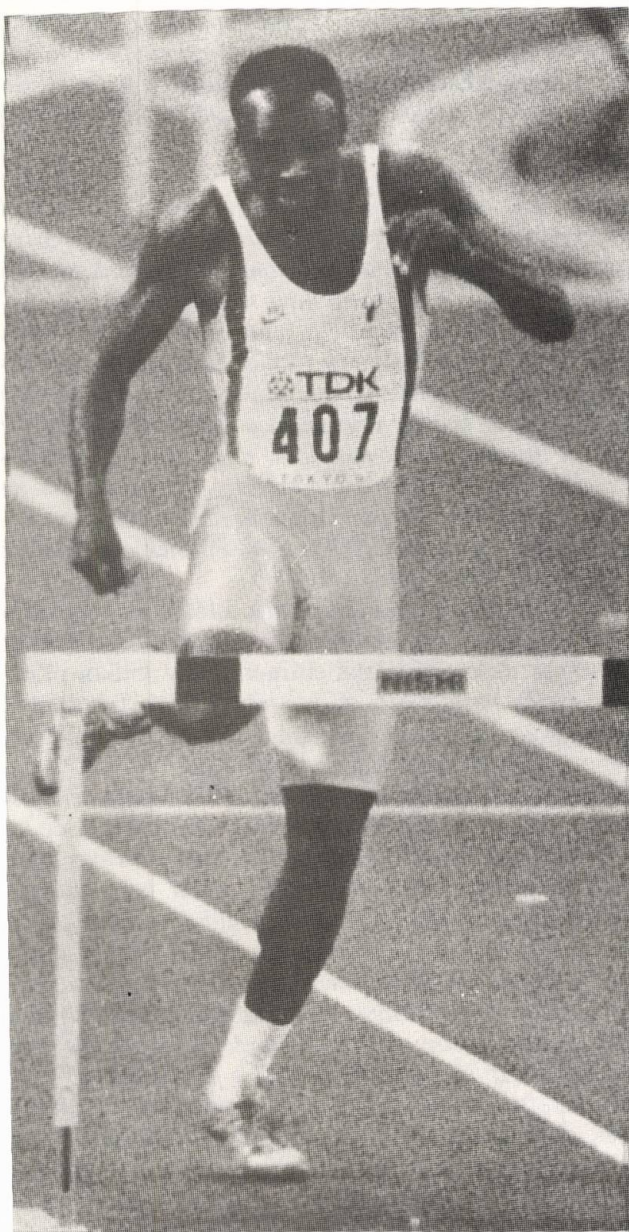
Összességül elmondható, hogy a szervezet hozzászokik az edzésterheléshez, így a pozitív adaptáció egyre kisebb lesz, esetleg meg is szűnhet. Ilyenkor egyszerűen kiegyenlítődik a terhelés. A nagy mentális ingerek hatására a pszichikai ingerek is redukálódhatnak. Az atléta unottá válik, unalmassá válik az edzés, a versenyző elveszti lelkesedését. Régi keletű az a felismerés, hogy amennyiben a neuromuszkuláris sztereotípiákat kiküldjük, akkor az atléták megtudják őrizni fizikai, lelki egyensúlyukat. Mindez természetesen nem jelenti azt, hogy versenyzőnkkel nem kell ismertetni előre a napi vagy egy időszak edzésanyagát. Azt feltétlenül kerüljük el, hogy drámai félhomályba burkolózva vezessük az edzéseket. A kívánt egyensúly és harmónia a különböző edzésterhelések közötti arányos fejlesztéssel is elérhető. Itt rendkívül fontos az edző és versenyző kreativitása, alkotó együttműködése.

A változatosság szükségessége követeli meg, hogy a tiszta felkészülési időszakban az edzéseken körültekintő szabályossággal váltakozzon az aerob, és az anaerob módszer, valamint a mennyiségi és a minőségi terhelések aránya. A vegyes időszakban szinte nincs két egyforma edzés. Az idősebb atléták normál esetben választhatnak az ismétléses, a fartlek és a folyamatos valamint a nagy igénybevételt jelentő kördzés között. A formábahozás peródusában egy speciális fizikai és pszichikai kondíciót kell kialakítani a szervezetben melyet a fő versenyen majd alkalmazni képes a versenyző. Ennek megfelelően a különböző iramfutásokba, intervallba, ismétléses futásokba meg kell próbálni "becsempészni" a fő versenyszámra való felkészülést, amely végül is egy neuromuszkuláris sztereotípiává válik.

Dr. Szécsényi József - dr. Molnár Sándor

AZ AKARAT DIADALA

A népszerű brit gátast otthonában kerestük fel.* Az Akabusi család Southampton egyik csendes külvárosában lakik, tipikus angol sorházban. A környék barátságos és a 7-es számú házhoz érve feltűnik az ajtóban Kriss Akabusi ismerős alakja. A megbeszélte időpontot fél órával el kellett halasztani, hogy a 400 méteres gátfutás brit csúcstartója haza tudja hozni nagyobbik lányát, Ashantit, a balettóráról. Míg Kriss valami innivalót hoz a konyhából, Ashanti a nappaliban rajzolgat. A látvány idilli. A család olyan biztonságot, stabilitást nyújt Ashantinak, amelyben édesapjának soha nem volt része gyerekkorában.



Az Athletics Today (1991. 50. sz.) cikke nyomán.

Akabusi nemrégiben megjelent életrajzában számtalan árvaházról, sőt még egy londoni pályaudvaron töltött éjszakáról is beszámol, amikor bátyjával kellett megosztania minden élmüket, egy tábla csokoládét. Akabusi úgy érzi, hogy ma küzdőképességét nem utolsósorban gyerekkorának köszönheti.

"Kétségtelen, hogy a gyermekkorom meghatározó volt" - mondta. "Mindig be akartam bizonyítani, hogy ugyanolyan vagyok mint a többiek, nem csak egy árvaházi gyerek. A sport ideális lehetőséget nyújtott erre. A pályán mindenki egyenlő eséllyel indul; nem számít, hogy ki honnan jött. Mindnyájan ugyanarra a zenére táncolunk és szerencsére én jobban roptam, mint a többiek."

Akabusi ritkán választotta a könnyebb utat. Egy fekete bőrű fiatal számára merész lépés katonai karriert választani, mint ahogy az is nagy lutri volt, hogy 1986-ban áttért a 400 gátra. Döntésének hátterében Roger Black Európa-bajnoki győzelme, Derek Remond brit csúcjavítása és Todd Bennett fedettpályás világrakordja állt. Véget értek azok az idők, amikor Akabusi, mint például a Los Angeles-i olimpia után, a legjobb brit négyszázasként térhetett vissza egy nagy világversenyről. *"Eldöntöttem, hogy áttérek a 400 gátra. A stuttgarti Európa-bajnokságon csak tartalékként vehettem részt, ám én nem ehhez szoktam. Továbbra is az események részese akartam lenni, nem pedig kívülálló. Sok német barátom kérdezte, hogy mit csinálok és meg kellett mondanom nekik, hogy a váltó tartalékembere vagyok. Ez bántotta az önérzetemet. Ki kellett valamit találnom, hogy biztosan ott lehessenek az 1987-es világbajnokságon."*

Akabusi eleinte szerény célokat tűzött maga elé, ám edzője, Mike Whittingham hamar meggyőzte, hogy többre képes. *"Az volt a célom, hogy a legjobb brit gátas legyek" - mondja Kriss. "A legtöbben azt gondolták, hogy csak viccelek, de ők nem tudták mennyire komolyan veszem ezt az egészet. Később Mike egyre csak mondogatta, hogy valami egészen különlegesre is képes lehetek az eredményeim alapján."*

Akabusi fejében először 1982-ben fordult meg a gondolat, hogy áttér a 400 gátra, amikor fejlődése 400 síkon 48 másodperc körül megállt. Egy idő után azonban elállt tervétől, mivel eredményei újra javulni kezdtek és már túl járt pályafutása javán, amikor végleg a váltás mellett döntött.

1987-ben, még angliai gátas bemutatkozása előtt, Akabusinak egy komoly sérvsérülést kellett leküzdenie. Első angliai versenye az 1987-es brit bajnokság volt, ahol élete első 50 mp alatti 400 gátas eredményét érte el. *"A verseny előtt egy héttel kaptam ugyan egy injekciót, de a bajnokságra már elmúlt a hatása és olyan fájdalom volt, hogy már az első gátra nem jött ki a lépés."* A sérülés miatt formája meglehetősen változó volt, de még így is az év legjobb brit 400 gátasa lett és bejutott

a vb-döntőbe is. Négy év alatt, egy olimpiai döntővel, a Nemzetközösségi Játékokon és az Európai-bajnokságon aratott győzelmével, egy brit rekorddal és egy vb-bronzzal, Akabusi bebizonyította, hogy a kétkelőeknek nem volt igazuk. Bánja-e hát, hogy a pályafutásának csak kései szakaszában tért át a gátra?

A válasz, nem kis meglepetésre, nem, az indoklás azonban megtámadhatatlan: *"Abban az időben, azzal a Harald Schmiddel kellett volna versenyeznem, aki rengeteg alkalommal futott 48 mp alatt. Jelenlegi eredményeimmel csak második vagy harmadik lehettem volna Európában. És persze, akkor még ott volt Edwin Moses is..."*

"Nagy átlagban 48,5-öt futok, ami elég jó ahhoz, hogy a világon bárhol az első négy között végezzek. Ha jó formában vagyok 47,8-at is tudok, ami elég jó ahhoz, hogy bármelyik világversenyen érmet nyerjek. De a római vb-n a harmadik helyhez 47,3 kellett. A legjobbkor váltottam!"

Az Akabusival folytatott beszélgetések során mostanában kiemelkedő szerepet kap Isten. Akabusi meg van győződve arról, hogy eredményeiben "Isten akarata" teljesül be és időnként elnézést kér, hogy oly sokszor említi őt.

"Hívó keresztény vagyok - mondja - és azért kérek mindig bocsánatot, nehogy azt higgyék, hogy valamiféle keresztény vallásos propagandát akarok terjeszteni. Nem prédikálok és nem akarok leereszkedőnek tűnni. Egyszerűen ilyen vagyok."

Akabusi nagyon is gyakorlatias. Nyíltan beszél arról, hogy hét évvel ezelőtt az ő fejében is megfordult, hogy nem megengedett teljesítménynövelő szereket használjon. *"Akkoriban komolyan gondoltam a doppingolásra, 45,5-öt tudtam 400-on és elértem teljesítőképességem határát. Azt gondoltam: Kriss, doppingolnod kell. Azért jutottam erre a következtetésre, mert mindenhol csak azt lehetett hallani: a legjobb atléták mind használnak tiltott szereket. Fiatalkorában az ember hajlamos arra, hogy azt hihetőnek találja."*

Akabusi esetében azonban túl sok olyan tényező volt, amelyek szinte lehetetlenné tették azt, hogy doppingoljon. Mi lett volna, ha lebukik? Mit szólt volna felesége, Moniká, a családja, a barátai? És mi lett volna a katonai pályafutással?

"Meg tudom érteni azokat a fiatalokat, akiknek semmi vesztenivalójuk nincs, s elfogadják a nekik ajánlott doppingszereket a beavatottaktól." Mint Akabusi elmondta, a lehetőség számára is adott volt. "Ismerem valakit, aki doppingolt és biztos vagyok benne, hogy ha beszélek vele, tudott volna segíteni nekem. Ebből a szempontból az ajtó nyitva állt előttem."

Akabusi elfogadja azt, hogy a népszerűség kötelezettségeivel is együtt jár. Kiváló szónoki képességeit jó néhány diszvacsorán, humorérzékét pedig egy népszerű televíziós "talk show"-ban bizonyította. Sokan úgy vélik, hogy ideális kapitánya lehetne a brit csapatnak Linford Christie visszavonulása után.

"Nagy megtiszteltetés lenne számomra, ha a brit csapat kapitánya lehetnék és nagyon komolyan venném feladatomat. 1985-ben, egy rövid időre már voltam kapitány, de aztán valamiért nem hosszabbították meg a megbízásomat. Szívesen lennék kapitány, de ez nem olyan "ál-

lás", amire jelentkezni lehet. Tisztában vagyok társadalmi felelősségemmel. Tudom, hogy az atlétika, a kereszténység és népem nagykövete vagyok egyben - bárhová is megyek. Bármit teszek, az emberek abból fogják megítélni a többieket."

Az Akabusi család már második telét tölti Kaliforniában, amióta Kriss megkezdte teológiai tanulmányait. Ez utóbbi csak az egyik oka annak, hogy a család oda-utazik. *"Otthon soha nincs elég időm a családomra és ez néha feszültségeket szül. Ebből a szempontból Kalifornia Isten áldása."*

Akabusi januárban végzi a legnehezebb edzéseket, amelyek azonban, saját bevallása szerint, már nem olyan kemények, mint azok, amelyeket huszonevésen végzett. *"1984-ben napi kettőt edzettem, heti hatszor. Ma már naponta csak egyszer edzem és sokszor nem is olyan keményen mint korábban. Régebben holtfáradtan értem haza, de ennek már vége. Tisztában vagyok azzal, hogy már 33 éves vagyok és még mindig olyasvalamit csinálok, amit ebben a korban sokan már abbahagytak. De ez igazán nem izgat engem. Viccelődök azzal, hogy milyen öreg vagyok, de mindez csak a felszín."*

"A múltban rengeteget edzettem, amellyel mintegy feltöltöttem a raktárait. Most, hogy megfelelő készletekkel rendelkezem, nem szabad elpazarolni ezeket, kár lenne túlhajtani magamat. Pályafutásom jelenlegi szakaszában könnyebb túl sokat edzeni, mint túl keveset."

Akabusi egyelőre még nem tervezi, hogy visszavonul. Továbbra is célja címeinek - különösen Európa-bajnoki címének - megvédése. *"Ha súlyosan megsérülök, vagy rosszul futok és nem találok rá a magyarázatra, akkor jön el az, amikor azt mondom, hogy lejárt az időm"* mondja. *"Jelenleg oda jutottam, hogy folytathatom is, de abba is hagyhatom. Már minden egoista ambíciómát kiélegettem. De azért szép lenne, ha nyernék egy olimpiai aranyat is, nem?"*

Akabusi egyike azon néhány brit atlétának, akik megélik a sportból, különösen a tokiói vb-n aratott 4x400-as siker után. Kriss elismeri, hogy amikor öt évvel ezelőtt bejutott a vb-döntőbe, a sport hobbiából munkává vált számára, ám jó nevet azon a feltételezésen, hogy pusztán a pénz motiválná.

"A pénz fontos, de nem a legfontosabb. Sok mindent csinállok semmiért, amiről az emberek nem tudnak, de ha mindezt nagydobra verném, akkor már nem semmiért csinálnám, ugye? Tisztában vagyok azzal, hogy atlétikáim pályafutásom rövid. Még mindig indulok versenyeken fizetség nélkül, de a versenyek nagy részén pénzért futok. Miért ne tenném, hiszen keményen dolgozom és úgy érzem, hogy ezért méltányos ellenszolgáltatást érdemlek. Nem akarom, hogy mások kihasználjanak, de azt sem, hogy azt higgyék rólan, hogy csak a pénz érdekelt."

Ha az atlétikával összegyűjtött pénz elfogy, Akabusinak más forrásokból kell eltartania családját. Kriss azonban nem fél ettől. *"Lehet, hogy író leszek, de még nem döntöttem el. Sok minden közül választhatok és lehet, hogy több mindent kipróbálok. Remélem, hogy sportpályafutásom után is folytathatom társadalmi szereplésemet, akár a politikai pályán, akár tanárként, akár szöszéken..."*

Új elnökség a veteránoknál

A MASZ javaslatára 1992. március 21-én az Olimpiai Csarnokban küldöttértekezletet tartottak a veterán atléták. Az értekezlet az alábbi állásfoglalást fogadta el:

"A 1992.03.21-én tartott veterán atléták küldöttértekezlete az alábbi állásfoglalást fogadja el:

1. A mai napra a veterán atléták kezdeményezésére a MASZ és az OTSH javaslatára összehívott küldöttértekezlet hivatott létrehozni a magyar veterán atléták olyan szövetségét és vezető testületét, amely idehaza és külföldön képviseli a magyar veterán atlétákat.

2. A létrejött szövetség kéri felvételét a MASZ tagszövetségei közé, elfogadja a MASZ tagszövetségekre vonatkozó rendelkezéseit és alapszabályait.

3. A jelenlévők - a teljes magyar veterán atlétika átfogó képviseletében - egyetértenek az alakuló küldöttértekezlet, a meghívó levélben közzétett - a MASZ és az OTSH által javasolt összetételével. (Az 1991. évi veterán versenyeken való részvételarányos küldőtszám meghatározásával.)

4. A jelenlévők kötelezik a megalakuló szövetséget a szenior atléták teljes körű érdekvédelmére és tájékoztatására.

5. Ez az állásfoglalás a küldöttértekezlet jegyzőkönyvének mellékletét képezi."

* * *

A Szenior Atléták Magyarországi Szövetségének újonnan megválasztott elnöke, dr. Nagy Sándor levélben fordult a megyei atlétikai szövetségek vezetőihez, amelyben tájékoztatta őket a március 21-ei küldöttközgyűlés eseményeiről, s a veterán atlétika további hatékony támogatását kérte tőlük. Az alábbiakban ebből a levélből idézünk:

"...A küldöttközgyűlés egyhangúlag kinyilvánította szándékát, hogy kéri felvételét a Magyar Atlétikai Szövetség tagjai közé, elfogadja a Magyar Atlétikai Szövetség alapszabályait, a tagszövetségekre vonatkozó rendelkezéseit.

A küldöttközgyűlésen megválasztott elnökség 1992. április 3-án megtartott elnökségi ülésén meghatározta a társaság feladatait és megválasztotta az új főtitkárt. Az elnökség összetétele az alábbi:

elnök:	dr. Nagy Sándor
elnökhelyettes:	dr. Simon József
főtitkár:	Janek Zoltán
gazdasági felelős:	Füzesy Jenő Miklós
nemzetközi titkár:	Fodor Éva
szakmai tanácsadó:	Mecser Lajos

A Szenior Atléták Magyarországi Szövetsége bejegyzését megelőzően is, az 1980-as évektől kezdődően aktívan tevékenykedett. Működési területünk a 30 év feletti nők

és 35 év feletti férfiak felső korhatár nélküli atlétikájának szervezése, irányítása. Ebbe a mozgalmába az ország szinte minden részéről - Szombathelyről Szegeden, Nyíregyházán, Budapesten stb. keresztül - bekapcsolódtak nemcsak a volt aktív atléták, hanem olyan idősebb korosztályhoz tartozó, sportot szerető emberek is, akik a sportág iránt vonzódást éreztek és megszerették, és igénylik a rendszeres testmozgást. Ebben a mozgalmában az elmúlt évek során közel 500 fő vett részt rendszeresen és szervezett formában. A rendezvények egy részét a családtagok bevonásával szerveztük meg.

A veterán atlétika az egész világon elismert, önálló világszövetséggel (WAWA) és európai szövetséggel (EWA) rendelkezik, amelyek rendszeresen rendeznek világ- és Európa-bajnokságokat, ahol a magyar veterán atléták mind ez ideig részt vettek és létszámukhoz viszonyítva jelentős eredményeket, értékes helyezéseket értek el.

Ennek a mozgalomnak jelentős **prevenciós és egészségmegőrzési funkciója** van. Az aktív versenyzők körében 70-80 év feletti idős emberek is találhatók, akik az atlétika révén megőrizték szellemi és fizikai frissességüket és jó néhány fiatallal is felveszik a versenyt. Számos olyan sportoló van körünkben, akik az egészségük fokozatos romlása, az egészségtelen életmódjuk kihatástalan-sága miatt kezdtek hozzá az atlétikához és e tevékenység rehabilitációs hatása eredményeként egészségük helyreállt, életvitelük alapvetően rendezettebbé vált. Azon túlmenően, hogy ez a mozgalom fizikai felkészülést, rendszeres testmozgást igényel az abban résztvevőktől, jelentős szerepe van a szabadidő hasznos eltöltésében, kultúrált szórakozási, kikapcsolódási igények biztosításában. A versenyek jelentős részét családdal együtt, baráti légkörben rendezzük, és ezen kapcsolatok révén tartós barátságok születnek. Ez a mozgalom számos, ebbe a korosztályba tartozó idős ember igényét felkeltette a rendszeres mozgás iránt, és a mozgalmunk országos kiterjesztése, kiteljesülése folyamatban van...

Kérem a Megyei Atlétikai Szövetség vezetését, hogy a működési területükön hozzák létre, szervezzék meg a veterán atlétika mozgalmát. Javasolom a szövetség mellett veterán albizottság létrehozását. Támaskodjanak a megye területén eddig is aktívan tevékenykedő veterán atlétákra (lásd: 1991. Évkönyv 12-24 oldal).

Megítélésem szerint a veterán atléták mozgalmába kedvező hatással lehet és jó példával szolgál, a fiatal és felnőtt korú atlétákra egyaránt.

A Magyar Atlétikai Szövetség tervezi a veterán atléták eredményeinek az egyesületi pontversenybe történő beszámítását is. A szervezési munkához a Szenior Atléták Magyarországi Szövetségének vezetése a lehetőségekhez mérten minden segítséget és támogatást biztosít."

A SZAMOSZ 1992. évi versenynaptára (május 17- december 31.)

Május

- | | | |
|----|------------|----------------|
| 17 | Phoenix | (Bp. Tüzér u) |
| 31 | Pest megye | (Bp. Tüzér u.) |

Június

- | | | |
|--------|--|------------------|
| 13-14. | Országos bajnokság | (Bp. Tüzér u.) |
| 24. | Veterán számok a Magyar Honvédség Atlétikai bajnoksága keretén belül | (Székesfehérvár) |
| 26- | Európa-bajnokság | |

Július

- | | | |
|-----|------------------|------------|
| -4. | Európa-bajnokság | (Norvégia) |
|-----|------------------|------------|

Augusztus

- | | | |
|--------|---------------------------------------|--------------------|
| 8. | Haladás VSE | (Szombathely) |
| 20-22. | Farkas Mátyás emléktverseny | (Bp. Bogdánffy u.) |
| 24. | Futóverseny az ugrógála keretén belül | (Salgótarján) |

- | | | |
|-----|---------------|-------------|
| 29. | Kecskeméti SE | (Kecskemét) |
|-----|---------------|-------------|

Szeptember

- | | | |
|-----|----------------------|-------------------|
| 5. | Fortuna SE | (Bp. Törekvés p.) |
| | 21 km-es futóverseny | (Nyíregyháza) |
| 12. | Szekszárdi SE | (Szekszárd) |
| 26. | Észak SE | (Miskolc) |

December

- | | | |
|-----|------------------------------------|---------------|
| 31. | Szilveszteri kacagó-kocogó verseny | (Szombathely) |
|-----|------------------------------------|---------------|

Megjegyzés:

- Az osztrák veterán bajnokság júliusban lesz, a pontos időpont még nem ismert.
- A Debreceni MTE versenye (legjobb atléta család versenye) szeptemberben lesz, a pontos időpont még nem ismert.

Serdülők között nagykorú a bonyhádi atlétika

Bonyhádon, a Tolna megyei városkában nagy hagyományokkal rendelkezik az atlétika. Az utóbbi másfél-két évtizedben több ifjúsági válogatott (Csábrák János - 400 gát, György Ferenc - távol, Kecskés Mária és Bareith Attila gerely) is kikerült a Petőfi Sándor Gimnázium falai közül, Énekes Béla középtávfutó pedig a felnőtt válogatottságig vitte. A Bonyhádi SE atlétikai szakosztálya szinte kizárólag a II. sz. Általános Iskolára és a gimnáziumra épül.

Az általános iskolában 1982 óta működik testnevelés tagozat, nagyrészt innen kerülnek ki a tehetséges atléták. Az alsósokkal Oláh Annamária, a nagyobbakkal Schwarcz Katalin és Csábrák János foglalkozik. A mos-

toha körülmények ellenére (szűkös szakosztályi költségvetés, kevés a megfelelő minőségű felszerelés, a ma-

gasugródomb szinte használhatatlan, gerejezni csak a gimnázium udvarán tudnak, a sportorvosi ellenőrzés nem megoldott, a legjobb minőségű futópálya a városban a gimnázium 220 m-es pályája, az 1991-es évben a 40 minősíthető sportolóból 10-en értek el arany- 10-en ezüst- és 9-en bronzminősítést.

Az edzőktől megtudtam, hogy sokoldalú képzésre törekednek, de nem hajtják túl a gyereke-

ket. A sportolás mellett valamennyien jó tanulók is és ami nem utolsó szempont: remek kis közösség kövacsolódott össze az edzéseken. Ahogy sorra jönnek a



eredmények, egyre aktívabban dolgoznak a fiatalok. A közeljövőben inkább egyéni sikereket ígérnek az edzők, mivel a tavalyi csapattagok közül néhányan feljebb léptek egy korosztállyal, az igazán tehetséges utánpótlás pedig még várat magára. A bonyhádi II. sz. Általános Iskola atlétái immár hét éve sorra nyerik a megyei diákolimpiákat, és az országos megmérettetéseken is sikeresen szerepelnek. Az 1991-es év négy leg-eredményesebb atlétáját kérdeztük sportszenvédélyük-ről és mindennapjaikról:

Bulla Orsolya:

1978-as születésű, testnevelés tagozatos. Elsősorban összetettben versenyez, kedvence a kislabdahajítás, amelyben 72 méter az egyéni csúcsa. Pécssett szeretne továbbtanulni, a gimnázium testnevelés tagozatán.

Ambrus Anikó:

1978-as születésű, testnevelés tagozatos. Középtávfu-tó, a kismaratonin elért eredményeire a legbüszkébb. Ő is Pécssett szeretne továbbtanulni, és gyarapítani az érmek számát szobája falán.

Gerberich Erika:

1978-as születésű, összetettben versenyzett, de első-sorban középtávfutásban eredményes. Ő is felvételizett egykor a testnevelés tagozatra, aztán inkább mégis nyelvi osztályba iratták a szülei. Legbüszkébb a két éve egyéni országoson 800 méteren, valamint a tavalyi kis-maratonon elért első helyezéseire. Szekszárdon vagy Bonyhádon szeretne továbbtanulni a gimnázium-ban. Ő a "Magyar Köztársaság jó tanulója, jó sporto-lója" címet is elnyerte.

Ménesi Eszter:

1976-os születésű, a testnevelés tagozaton végzett, ma már a bonyhádi Petőfi Sándor Gimnázium tanuló-ja. Szintén összetettben versenyez, a rövidtávok a ked-vencei. Vérbeli versenyzőtípus, a tavalyi országos egyé-ni bajnokságon úgy lett harmadik, hogy az ugrások között fagyasztották a lábát, olyan fájdalmak voltak. Legbüszkébb az országos összetett bajnokságon elért eredményére, ezzel szerezte meg az arany minősítést.

Máté Réka

II. sz. Ált. Iskola (Bonyhád)

Az emir támogatja az atlétikát

Katar kis állam a Perzsa öböl partján, az úgynevezett GULF térségben. Körülbelül kilencszer kisebb Ma-gyarország területénél, s olajban igen gazdag. Az emir-ségben, az Al-Thani család uralkodik az 1800-as évek óta. A hivatalos nyelv az arab, az iskolákban tanítják az angolt és elég sokan beszélnek is. Pontos lélekszámot nem tudok mondani, mert eltérő adatok látnak napvi-lágot. A katariaiak mintegy 100-200 ezren lehetnek, a többi 100-200 ezer vendégmunkás.

Az emir támogatja a sportot, köztük az atlétikát is, és ennek a térségnek sportszempontból ez a legerősebb országa. Jól példázza erősségét az 1991. évi atlétikai Ázsiai Játékok is, ahol Katar négy érmet szerzett (1500 m, 5000 m, 100 m, 400 m), s az atlétikai összesítésben 3. lett. A legnagyobb támogatást a sportágak közül itt is, mint mindenütt a világon, a labdarugás kapja. De utána ott van mögötte az atlétika egy-két labdajá-ékkal együtt.

Atlétikában három igen erős egyesület van, amely mindig közel egyenlő eséllyel harcol az elsőségért: a lohai Al-Rayyan Club és a szintén fővárosi Sadd Club, valamint Dohától mintegy 15 km-re levő MAKRA Club, amely a hasonló nevű kis városban van, s jelenleg ők vezetik az itteni pontversenyt.

A klubok vezetői katariaiak, de a beosztottak, titkár, vezető edző stb. már mind vendégmunkás. Az atlétikai szakosztályokat itt is egy központi szövetség irányítja,

amelynek vezetője szintén katarai állampolgár, a többi-ek közül katariai még a helyettes és egy-két vezetőségi tag. A vezető edző, a szakági edzők, a kisegítő személy-zet, az mind külföldi.

A válogatottban amerikai (itt van Lee Ewans, volt 400-as világcsúcstartó), algériai, tuniszi, cseh és magyar edzők működnek. A kluboknál egyiptomi, szudáni, tu-niszi és algériai szakemberek vannak. (Én csak egy helybéli edzőről tudok, aki dobószámokkal foglalko-zik).

A versenyszámok közül eddig a sprintfutás volt a leg-népszerűbb, mivel itt aratták legtöbb sikerüket, de most igen erős fejlődésnek indult a közép-, hosszútáv-futás, köszönhetően a két cseh edző jó munkájának. A dobószámok háttérben vannak.

A versenyek az itteni időjárásnak megfelelően a téli időszakra esnek (kb. október közepétől március elejé-ig). Négy korcsoportban rendeznek versenyeket, de csak fiúknak, férfiaknak, mivel az iszlám vallás nem en-gedi a nők sportolását.

A korcsoportok: Esbel (14, 15 évesek)
Nasim (16, 17 évesek)
Shebab (18, 19 évesek)
és a felnőttek.

A versenyeket korcsoportonként rendezik. A fiata-loknál mint mindenütt a világon, itt is alkalmaznak könnyítéseket (szerek súlya, gáttávolság, gátmagas-

ság). De minden évben úgynevezett nyílt versenyeket is rendeznek, amikor mindenki mindenben indulhat.

A felkészülés a versenyekre eléggé sajátos, mivel nyáron itt a meleg miatt rendes edzéseket nem lehet tartani. Aki számított, az külföldön, Európában vagy Amerikában edzőtáborozik, illetve versenyez. A versenyek októbertől át meg át szabdalják a felkészülési időszakot 2-3 hetenként. A felkészülés így csak nagyon célirányos lehet, igazán nagy terhelést nem lehet alkalmazni, mivel ott vannak a versenyek. A versenyek rendezése általában szakszerű, egy több éve alkalmazott időrend alapján mennek. Ezt onnan gondolom, hogy december végén rendeztek egy "open" (nyitott) versenyt s a kezdési időt fél órával előbbrehozták a szokásosnál. Mit mondjak, egy versenybíró volt csak ott a kezdésre, a többiek mind utána érkeztek. A versenyzők és edzők hasonlóan. Láthatólag be voltak "programozva" egy időpontra. A verseny aztán a megszokott forgatókönyv szerint zajlott le, a szokásos időrenddel.

A versenyeken kézzel mérik a futószámok idejét, elektromos időmérő ugyan van, de nincs hozzá személyzet, aki tudná kezelni. Így az időmérés nem tükrözi a valós különbségeket. A régi hazai időmérésekre emlékeztetnek, amikor is 3-4 m-es különbségekre is kihoznak azonos időt 100 m-en, vagy minimális különbségre is több tized eltérést. Kissé idegesítő a dolog, de hát nincs mit tenni.

A versenyeken szertartásosan betartják az eredményhirdetést és nagyon szép érméket osztanak ki a helyezettnek. Ezt érdemes lenne átvenni tőlük.

A versenyzők edzéstáborozása változatos képet mutat.

Van egy-két nem túl tehetséges versenyző, aki rendszeresen, megszállottan edz, de a többségre nem ez a jellemző. Gyakoriak a késések az edzésről, illetve az elalvások, elfelejtések, s egyéb dolgok miatt való "nem jövések". ("Coach! I was busy!") Arra a kérdésre, hogy jön-e másnap, a válasz: "Yes, insallah", azaz igen, ha Allah is úgy akarja.

De így is van néhány csodálatos tehetségű versenyző, akiknek az eredményeit már világszinten is jegyezni lehet.

Tabal Mausour (100 m) többször nyert az Ázsiai és az Arab Játékokon, legjobb ideje: 10,18 mp. Ibrahim Ismail (400 m) három éve atlétizál, legjobb eredménye: 45, 37 mp. Ő is többszörös bajnok az Ázsiai és Arab Játékokon. (Oros Feri felfedezettje) Mohamed Sulejman 1991-ben robbant be a világ élvonalába 1500 m-en, legjobb ideje 3:34-35,0 között van, döntős volt a tokiói vb-n.

Az emir (Sheikh Khalifa bin Hamad al-Thani) ez év januárjában fogadást adott az 1991-es Arab Játékokon győztes versenyzők, illetve a csapat vezetői, edzői részére az emiri palotában. Sajnos nem voltam ott, de kollégáim elbeszélése szerint, ilyen gazdag, pazarul berendezett helyen nem jártak még. (Pedig Oros Feri és Kovács Etele megfordultak már néhány helyen a világban)

A Katari Atlétikai Szövetség legjobb versenyzőinek minden felkészüléssel kapcsolatos dolgot biztosít.

Tabal Mausour, Ázsia legjobb 100-as futója, 1991-ben elnyerte a kontinens legjobb atlétája címet. A felkészülési időszakban már másodjára ment Magyarországra edzőtáborba, s a téli fedettpályás versenyeken is rajthoz állt 60 m-en.

A hosszútávfutó csoport krémje jelenleg egy 3 hetes edzőtáborban van Marokkóban. A Ramadám alatt (amikor a vallási előírások szerint kb. 1 hónapig) nappal nem ehetnek és nem ihatnak az emberek, az utcán az idegenek sem ehetnek, ihatnak, de nem is dohányozhatnak, New Mexikóba mennek egy hónapra. Mr Lee Ewans is velük tart a 400-asával. Aztán átmennek Európába és gyakorlatilag egész nyáron ott vannak. Valamikor szeptemberben jönnek csak vissza.

Van egy külön team, amely Medical Centre névre hallgat, s orvosból, gyúróból, fizioterápusokból áll. S van egy-két drága műszer, amely a felkészülésben résztvevő sportolók rendelkezésére áll.

A legnagyobb stadion, a Khalifa Stadion az atlétikai edzések központja, most éppen átépítés alatt van. De fantasztikus gyorsasággal építik újjá a pakisztániak.

A beszámolót - kérésünkre - Skoumál András szakedző, a TF tájára küldte, aki államközi szerződés alapján dolgozik 1991. szeptemberétől a katari válogatott mellett.



MIELŐTT ÁTMENNE ÖN ELŐTT

Az új **HUNGÁRIA CASCO**
határtalan biztosítás: külön díjtétel nélkül
egész Európára érvényes. A balesetbiztosítási
térítés összege a duplájára emelkedett.

Alapbiztosításunk három fő kockázati területe:
az elemi károk, a tűzkárok, és az autó ellopása.

Egyénileg választható **kiegészítő biztosítási kínálatunk** négy
kockázatot érint: ablaküveg, töréskárok, extra tartozékok,
balesetbiztosítás.

Ön részletesebb tájékoztatást kíván?
Hálózatunk országszerte várja partnereit.

BIZTOS KÖTÉS.  **HUNGÁRIA
CASCO**

I WANT



I CAN



adidas
TORSION

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

