

OLVASÓTEREM



ATLÉTIKA

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

36. ÉVFOLYAM 6. SZÁM 1992. JÚNIUS ÁRA: 50,-Ft



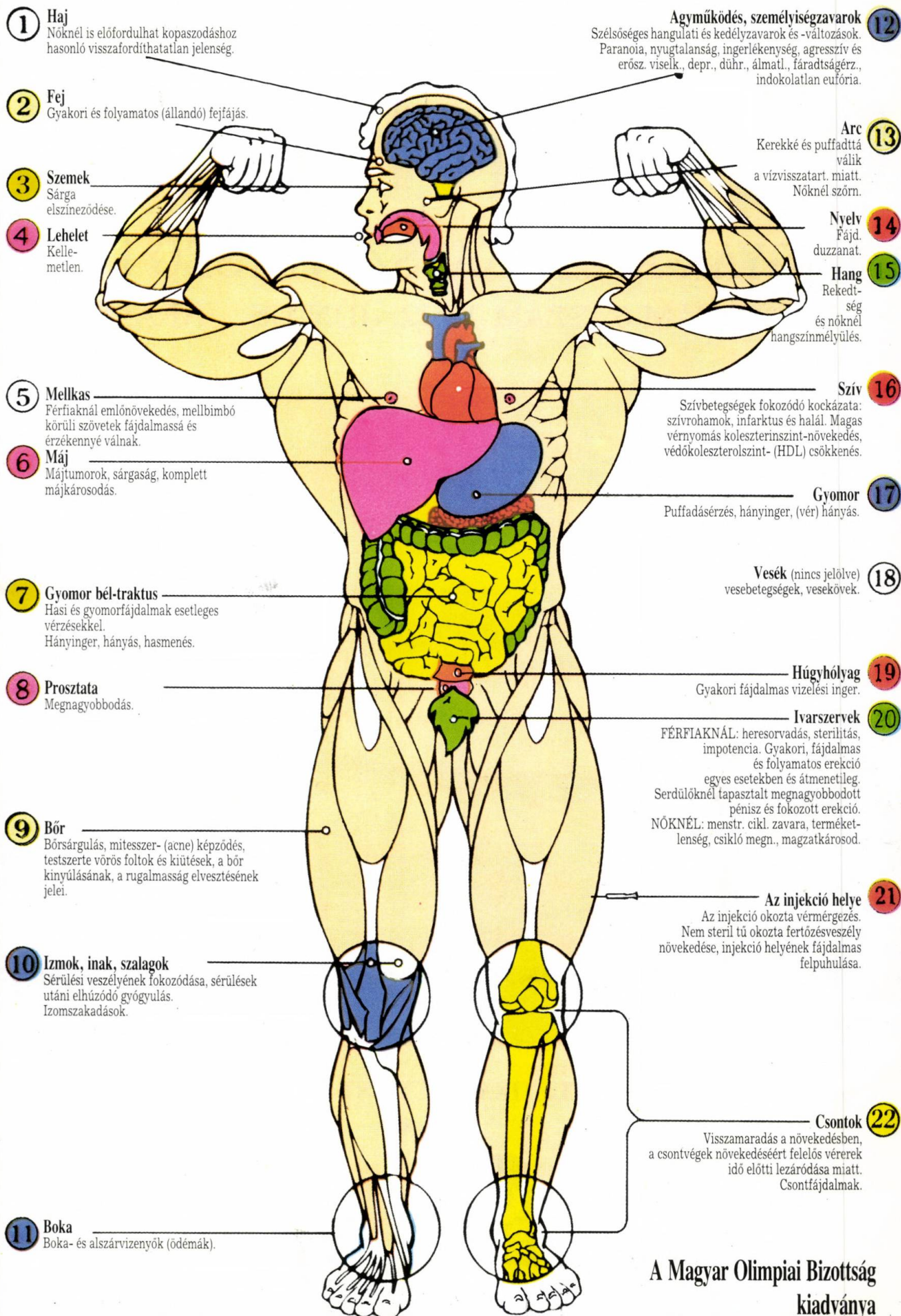
A MAGYAR ATLÉTIKA GYÉMÁNT SZPONZORA



MAGYAR HITEL BANK RT

cél a közös siker

Az anabolikus szteroidok káros mellékhatásai



Tartalom

Országos félmaratoni bajnokság	
Új bajnokság – a vártnál kisebb részvétel.....	1
VII. Vivicitta-Kontrax városvédő futás	
Szeresd a várost és fuss velünk!.....	2
Válogatott gyalogló viadal	
Tíz ország versenyében győzött a magyar női csapat.....	5
9. IBUSZ Budapest Maraton	
Kilencezer indul az esőáztatta futófesztiválon	6
10 és 20 km-es gyalogló bajnokság	
Belépő az olimpiára.....	9
Országos 10.000 méteres bajnokság.....	12
Országos váltóbajnokság.....	14
“Futaszállás”	
Utcai futóverseny Szabadszálláson.....	17
Tisztújítás a MAC-ban:	
Kálnoki Kis Sándor az új elnök	18
A közép-, hosszútávfutók korszerű felkészülésrendszere	19
Állórajt	
A múlt divatja vagy a jövő ígérete	25
Mindenféle	25
Barcelona csillagai lehetnek.....	28
MASZ hírek	32
Versenykiírások	33

A szám fotóit Zádor Péter, Szlaviczek József és dr. Takács László készítette.

Terjeszti a Magyar Posta

Előfizethető a hírlapkézbesítő postahivataloknál, a kézbesítőknél, a posta hírlapüzleteiben és a Hírlap-előfizetési és Lapellátási Irodánál (HELIR). 1900 Budapest, XIII., Lehel utca 10/a közvetlenül, vagy postautalványon, valamint átutalással a HELIR Postabank Rt. 219-98636-021-02799 jelzőszámra.

Előfizetési díj: egy évre 600,-Ft

ATLÉTIKA

36. évfolyam 6. szám

1992. június

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 félmaratoni bajnokság

Új bajnokság - a várt- nál kisebb részvétel

Az első győztesek: Szemán János és Visnyei Márta

Velence - Agárd, 1992. április 25.

A Nemzetközi Atlétikai Szövetség az idén bővítette a világbajnokságok körét; első ízben írták ki félmaratoni távon is a vb-t, amelyet szeptember 20-án az angliai Tyneside-ban rendeznek meg. A vb-n való részvételünk - a MASz szakmai programjában foglaltak szerint - a versenykiírás, az anyagi feltételek és a szakmai igények ismeretében, szponzori költségvállalással kerülhet a későbbiekben tervezésre.

A fentiekre való tekintettel bízta meg a szövetség a székesfehérvári Hunyadi DSE-t, hogy tájékoztató jelleggel rendezze meg az első magyar félmaratoni országos bajnokságot. A kiírás szerint a verseny nem számít be a bajnoki pontversenybe és nem tekintendő vb-válogatónak.

Ilyen előzmények után, április 25-én, szombaton délelőtt 11 órakor a vártnál kevesebb, mindössze 51 futó, köztük 10 nő állt rajt: hoz Velencén, hogy ezen az új bajnoki távon eldöntsék az első magyar bajnoki címek sorsát. Többen szóvá tették, hogy az indulókat valószínűleg a másnapra kitűzött Vivicitta futás vonta el. (Az igazság kedvéért megjegyzendő, hogy a városvédő futást az olaszok a választások miatt halasztották el a két hét előtti időpontról április 26-ára és ezért kellett az olasz városok versenyeivel egyezően, ahhoz igazodva a budapesti Vivicittát is ekkor lefutni.)

A főleg az elején emelkedőkkel tarkított, a tó nagy részét körülövező Velence és Agárd közötti mintegy 21 km-es úton a 27 éves Nemes-Nagy Tibor hamar kivált az élbolyból. Előnyét fokozatosan növelte és még 15 km-nél is mintegy 200 méterrel vezetett a többiek előtt (5 km-enkénti részidei: 15:15, 30:21, 45:54) a végére azonban a tavalyi junior maratoni ranglistát vezető, 23 éves Szemán János osztotta be legjobban az erejét. A nők kisebb létszámú, de valamivel erősebb mezőnyében az 1985-ben 5000 méteren, majd a mezőn kétszer egymás után (1989,1990) és a maratonin (1991) egyaránt bajnokságot nyert 30 éves Visnyei Márta rajt-cél győzelemmel most már a negyedik távon is szaporította bajnokságai számát (5 km-enkénti részidei: 17:20, 34:11, 51:35).

A férfiak csapatbajnoksága nagyon szoros küzdelemben dőlt el a szolnokiak javára, kis különbséggel előzték meg a márciusban Szegeden maratoni csapatbajnokságot nyert Szupermaratoni Futo Clubot. A székesfehérvári nők viszont a maratoni csapatbajnokság után a féltávon is győzelmet arattak, igaz, hogy csak ők állítottak ki csapatot.

Említést érdemel a székesfehérváriak körültekintő rendezése és az, hogy az útvonalal érintett települések polgármesterei sok szép tiszteletdíjat ajánlottak fel és adtak át a győzteseknek és helyezetteknek.

FÉRFIAK (41 induló)

Bajnok: Szemán János (VEDAC, edző: Nagy Zoltán és Kóós László) **1:04:51**

2. Nemes Nagy Tibor	(SzVSE)	1:05:07
3. Lisztóczy Attila	(MVSC)	1:06:01
4. Lajtos Márton	(Sz.MÁV-MTE)	1:06:19
5. Jordán Péter	(MVSC)	1:06:19
6. Pintér István	(UTE)	1:07:20
7. Balogh Gyula	(SKSE)	1:08:22
8. Molnár József	(Sz.MÁV-MTE)	1:08:36
9. Szakács	(Szupermaratoni FC)	1:08:45
10. Szücs	(Szupermaratoni FC)	1:09:32
11. Kasza	(VEDAC)	1:09:54
12. Kikilai	(Szupermaratoni FC)	1:10:30
13. Hoffer	(Sz. MÁV-MTE)	1:11:48
14. Fejérvári	(SKSE)	1:12:34
15. Végvári	(BVSC)	1:13:05
16. Csala	(SKSE)	1:13:16
17. Farkas S.	(Hunyadi DSE)	1:13:57
18. Dittrich	(Hunyadi SE)	1:14:57
19. Imre J.	(BVSC)	1:15:29
20. Palásthy	(MVSC)	1:17:09
21. Horányi	(BEAC-MAFC)	1:17:47
22. Beszedics	(Bp. Honvéd)	1:17:52
23. Jirka	(Hunyadi DSE)	1:18:16
24. Dávid	(PVSK)	1:19:16
25. Deák	(BVSC)	1:19:34
26. Szekeres F.	(Szupermaratoni FC)	1:19:52
27. László Cs.	(Bp. Honvéd)	1:20:06
28. Zombó	(Hunyadi DSE)	1:21:11
29. Tóth Z.	(Hunyadi DSE)	1:22:21
30. Kiss N.	(Bp. Honvéd)	1:26:07
31. Halász	(Hunyadi DSE)	1:28:59

32. Bodor	(Bp. Honvéd)	1:29:16
33. Sárics	(PVSK)	1:34:51
34. Tarcsi	(Bp. Honvéd)	1:35:24
35. dr. Bogner	(e.k.)	1:37:49
36. Kirszt	(KBSK)	1:46:24

Feladta:

Barta (Sz.MÁV-MTE), Lezsák (MVSC), Imre P. (MVSC), Kárpáti (VEDAC) és Mikes (Szupermaratoni FC)

Csapatbajnok: Sz.MÁV-MTE (Lajtos Márton, Molnár József, Hoffer István) 3:26:43

2. Szupermaratoni FC (Szakács, Szücs, Kikilai)	3:28:43
3. MVSC (Lisztóczy, Jordán, Palásthy)	3:30:00
4. SKSE	3:34:12
5. BVSC	3:43:08
6. Hunyadi DSE I.	3:47:10
7. Bp. Honvéd	4:04:05
8. Hunyadi DSE II.	4:12:31

NŐK (10 induló)

Bajnok: Visnyei Márta (BVSC, edző: Csoma Ferenc és Antal Andor) **1:13:05**

2. Farkas Ágota	(Hunyadi DSE)	1:18:00
3. Merényi Timea	(Bp. Honvéd)	1:18:30
4. Sz. Gombos Márta	(Szupermaratoni FC)	1:19:51
5. Sipka Ágnes	(Hunyadi DSE)	1:22:12
6. Gergely Timea	(Szupermaratoni FC)	1:26:07
7. Korán Éva	(Hunyadi DSE)	1:28:59
8. Kozári Erzsébet	(Hunyadi DSE)	1:33:35
9. Mike	(VEDAC)	1:36:30

Feladta:

Horváth M. (KBSK)

Csapatbajnok: Hunyadi DSE (Farkas Ágota, Sipka Ágnes, Korán Éva) 4:09:11.

VII. Vivicitta - Kontrax városvédő futás

Szeresd a várost és fuss velünk!

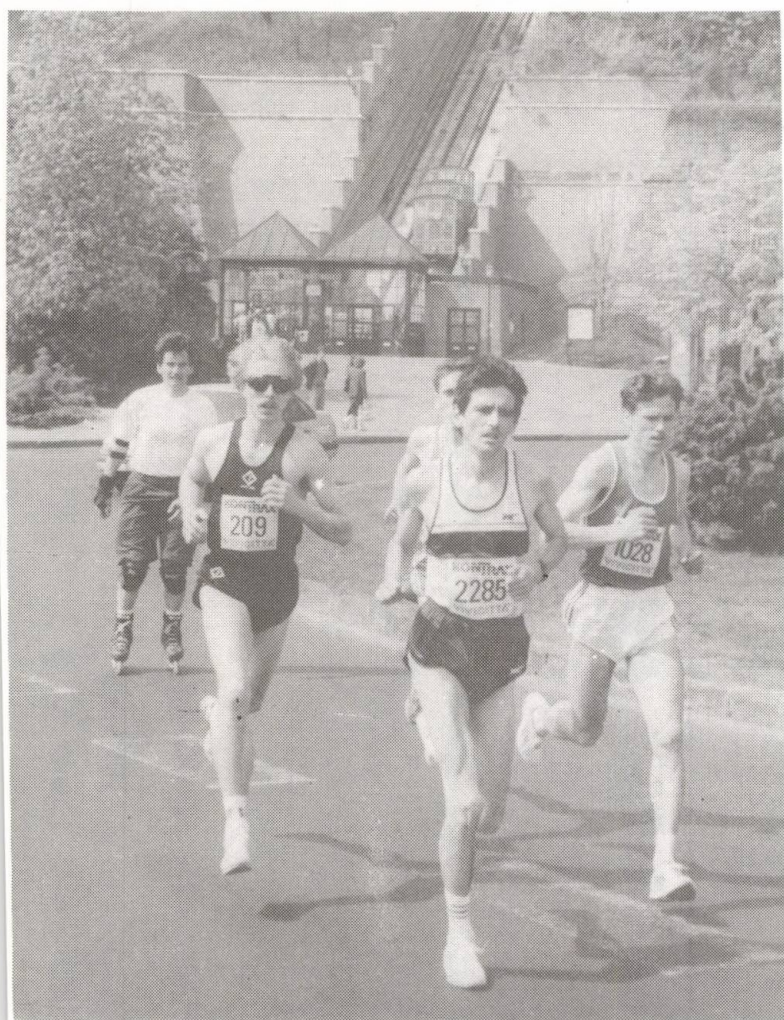
Több mint 3500 futó - Ismét első: Káldy Zoltán és Barócsi Heléna

Budapest, 1992. április 26.

Budapest 1986-ban kapcsolódott be abba a futómozgalomba, amely olasz kezdeményezésre jött létre. Egy-szerre, egy napon, egy időben most már több mint 10 ország mintegy 40 városában sok-sok ezer futó vág neki a távnak, hogy futásával is bizonyítsa, hogy mennyire szereti városát. Az eredményeket számítógépeken összesítik és értékelik. Így született meg az elnevezés, a Vivicitta, azaz az élő város, amikor az utcákon, tereken végigvonul a futók színes serege és forgataga, a látványos verseny, amelynek hazánkban a fő szponzora, akárcsak tavaly, az idén is a Kontrax Rt. volt.

Tavaly áprilisban csak 24 óra telt el a 6.-ai mezei bajnokság és az azt követő Vivicitta között, s mindkettőn Káldy Zoltán és Barócsi Heléna diadalmasko-

dott. Idén csaknem egy hónap telt el a két verseny között, a mezei bajnokság előbbre került március 28-ára, a városvédő futást pedig az olasz választások miatt az eredeti április 12-ei időpontról két héttel későbbre kellett halasztani. A mezei OB-n az idén a hajrában Berkovics Imre legyőzte Káldy Zoltánt, Barócsi Heléna pedig "kihagyta" a bajnoki találkozót, mert ugyanakkor (egy nappal később) a párizsi maratonin vett részt. Most azonban mindketten ott álltak a rajtnál, amikor pontosan 10 óra 30 perckor, napsütéses, nyári melegben dr. Jakabházy László, az OTSH alelnöke rövid köszöntés után a margitszigeti Palatinus strand bejárata elől 12 km-es útjára indította a 3547 fős mezőnyt. A nagy kérdés az volt, sikerül-e a két tavalyi győztesnek idén is elsőnek lenni vagy sem?



A kérdésre 40 percet sem kellett várni. A sok-sok lelkes amatőr futó közül hamar kiváltak az igazi "menők" és már az Árpád-hídon elhúztak a népes mezőnytől. A budai oldalon megtett mintegy 5 km-es szakasz után a futók rákanyarodtak a Lánchídra. A Kossuth teret mintegy 9 km-nél már egy négytagú élbolyban érte el Káldy Zoltán, Berkovics Imre, Konovalov Iván és Vágó Béla. Itt az UTE bajnoka robbantott, a Margithídról már jelentős előnnyel fordult be a Margitszigetre és a Palatinus strandnál elhelyezett célig senki sem tudta utólréni. Káldy Zoltán így végrehajtotta azt a bravúrt, hogy idén is első lett és - a kiírás szerint - újabb 2000 márkával gazdagodott. Mögötte a múlt évi sorrend ismétlődött meg, vagyis újból Berkovics Imre lett a második, míg a harmadik helyre most is a kismezzei győztese futott be, csak míg tavaly Bereczki József volt az, most Konovalov Iván vette át a szerepét.

Barócsi Heléna szintén megismételte tavalyi győzelmét: közel 3 perccel előzte meg társnőit, s a múlt évihez hasonlóan, ő is 2000 márkát kapott. Az előző évi második helyezett Ágoston Zita - meglepetésre - most csak a hatodik helyen ért célba.

A győzteseken kívül, a helyezetttek is értékes tiszteletdíjakat, sportfelszereléseket, az első 3000 célbaérkező pedig Budapest címerével dí-



szített polót kapott. A verseny tehát idén is elérte a célját: indulásukkal sokan bizonyították be ismét, hogy szeretik a várost és a futást.

A nagyszabású városvédő futásról természetesen nem hiányzott a Telesport sem. Rögtön a célbaérkezés után a győztes Káldy Zoltán így nyilatkozott dr. Erdélyi Péter mikrofonja előtt:

- Tavaly könnyebben győztem, mint az idén, ez a hirtelen ránk tört nagy meleg nem esett jól futás közben. A Kossuth téren azért erősítettem bele, mert tudtam, hogy Imi (Berkovics Imre) jól hajrázik, ezért tartottam tőle. A Margithídról a szigetre befordulva éreztem először azt, hogy megnyerem a versenyt, mert akkorra már olyan nagy előnyre tettem szert, hogy azt nem lehetett behozni.

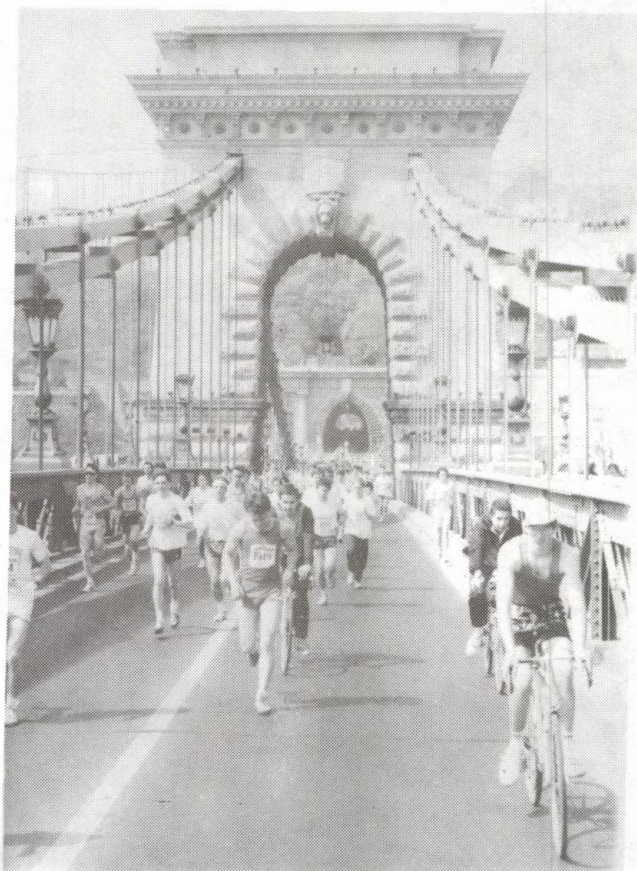
FÉRFIAK

1. Káldy Zoltán	(UTE)	33:39
2. Berkovics Imre	(VEDAC)	33:53
3. Kononov Iván	(Mikro)	34:13
4. Vágó Béla	(MTK)	34:27
5. Vajkovics Károly	(Szupermaratoni FC)	35:34
6. Janovecz Tamás	(H. Bolyai SE)	35:34
7. Gonda Tibor	(Bp. Honvéd)	36:12
8. Markó Gábor	(Mikro)	36:17
9. Adamis Iván	(MTK)	36:23
10. Szücs Antal	(Szupermaratoni FC)	36:30

NŐK

1. Barócsi Heléna	(Sz.MÁV-MTE)	38:54
2. Gombos Márta	(Szupermaratoni FC)	41:48

3. Jakab Ágnes	(BEAC-MAFC)	42:21
4. Kiss Ágnes	(SzVSE)	42:45
5. Tóth Mónika	(Csepel)	42:54
6. Ágoston Zita	(Bp. Honvéd)	43:38



Tíz ország versenyében győzött a magyar női csapat

Gyügy (Dudince), 1992. április 26.

Három héttel a kettős győzelmet hozó békéscsabai válogatott viadal után a parassapusztai magyar határhoz 15 km-re fekvő szlovákiai Gyügyön az IAAF nemzetközi versenysorozatában újabb országok közötti találkozót vívtak gyaloglóink.

A színvonalas versenyen a magyar lányok kilenc ország, két főből álló rangos csapatát győzték le és így megnyerték a pontversenyt. A férfi csapat 16 ország között, amelyből kilenc feladta a küzdelmet, az ötödik helyet szerezte meg.

3. POL	(Jan Klos, Jacek Bednarek)	16 pont
4. TCH/II.	(Pavol Szikora, Stefan Malik)	21 pont
5. HUN	(Dudás Gyula, Sátor László)	36 pont
6. GBR	(Paul Blagg, Stuart Phillipies)	37 pont
7. NOR	(Svere Jensen, Anders Myking)	46 pont

NŐK

10 km (36 induló, 30 célbaérkező)

1.	Madelein Svensson	(SWE)	43:27
2.	Sari Essayah	(FIN)	45:22
3.	Alison Baker	(CAN)	45:48
4.	Alföldi Andrea	(HUN)	45:56
5.	Rosza Mária	(HUN)	46:09

Mérei László szövetségi kapitány így értékelte a versenyt:

- Nagyszabású versenyt láthattunk, amelyen a tavaly júniusban az amerikai San Jose-ban rendezett Világ Kupán negyedik helyezett gyaloglónk most is megállták a helyüket. Nagyon jól gyalogoltak, értékes csapatgyőzelmet szereztek, osztatlan közönségikert arattak. A női mezőny erősségére jellemző, hogy a nagyon szépen mozgó egyéni győztes svéd lány, a tokiói vb-n ezüstérmet, a most második finn lány pedig bronzérmet nyert, mindketten szerepelnek a tavalyi tízes világgranglistán is. A mieink féltávig együtt haladtak, ekkor Alföldi Andrea kiobbant közülük, elhagyta a többieket és akárcsak Békéscsabán, ismét ő gyalogolt a legjobban a magyarok közül. Az olimpiai kiküldetési szinttől elmaradó időket a hirtelen betört meleg magyarázza (a nők egyébként délután gyalogoltak).

A férfiaknak három héttel az 50 km-es bajnokság után újabb 50 km vállalása rizikónak, nehéz feladatnak tűnt. Az olimpiai szint teljesítésének lehetősége miatt a gyalogló szakág mégis az indulás mellett döntött. Hiába küzdöttek azonban derekasan versenyzőink, hiába rajtoltak reggel fél kilenc órákor, a déli nagy meleggel nem bírtak, a 2 km-es körben alig akadt árnyék. Czukor Zoltán 26 km-nél fel is adta. Mindennél többet mond, hogy a 65 indulóból 40-en (!) nem fejezték be a versenyt, köztük az a csehszlovák Jaroslav Makovec, aki három héttel ezelőtt Békéscsabán 3:53:58-cal nyerte az 50 km-t. Így a 16-ból 9 ország csapata kiesett az értékelésből, annak ellenére, hogy csak egy gyaloglót diszkvalifikáltak. Ilyen körülmények között igen jó teljesítményt nyújtott az egyénileg induló 24 éves katowicei Robert Korzeniowski (Tokióban 20 km-en a 10. lett, az 50 km-t feladta). A helyezettek közül a 23 éves finn Valentin Kononen a vb-n 50 km-en az ötödik helyen végzett, egyszerűen kitűnő mezőny gyűlt össze a férfiaknál is - fejezte be tájékoztatását Mérei László.

Egy érdekességről is beszámolt a szövetségi kapitány. Az IAAF januári mexikói tanácsülésén hozott határozat értelmében, kísérleti jelleggel először alkalmazták, hogy a szabálytalan gyaloglás miatt az eddigi három helyett, négy piros lap felmutatása után történt meg a kiállítás. A határozat elsődleges oka, hogy a versenybírók összefogását kiküszöbölje. Nos, a kísérlet eredménye: a 101 gyaloglóból mindössze egy kiállítás történt. Végleges döntés újabb kísérletek alapján várható.

FÉRFIAK

50 km (65 induló, 25 célbaérkező)

1.	Robert Korzeniowski	(Katowice)	3:46:42
2.	Tim Berrett	(CAN)	3:50:55
3.	Valentin Kononen	(FIN)	3:52:27
4.	Jan Klos	(POL)	3:54:31
5.	Roman Mrazek	(TCH)	3:55:02
6.	Pavol Blazek	(TCH)	3:57:19
7.	Szergej Persin	(RUS)	4:00:48
8.	Pavol Szikora	(TCH)	4:02:00
9.	Andres Marin	(SPA)	4:03:19
10.	Veijo Savikko	(FIN)	4:03:27
16.	Dudás Gyula	(HUN)	4:16:16
20.	Sátor László	(HUN)	4:29:04

Diszkvalifikálva: Dariusz Wojcik (AUS).

Csapat

1.	TCH/I. (Roman Mrazek, Pavol Blazek)	11 pont
2.	FIN (Valentin Kononen, Veijo Savikko)	13 pont

6.	Ilyés Ildikó	(HUN)	46:18
7.	Szebenszky Anikó	(HUN)	46:18
8.	Zuzana Zemková	(TCH)	47:06
9.	Julia Koroleva	(RUS)	47:12
10.	Nina Aljosenko	(RUS)	47:17

Csapat:

1.	HUN (Alföldi Andrea, Rosza Mária)	9 pont
2.	SWE (Madelein Svensson, Siw Vera Ibanez)	17 pont
3.	RUS (Julia Koroleva, Nina Aljosenko)	19 pont
4.	TCH (Zuzana Zemková, Kamila Holpuchová)	22 pont
5.	CAN (Alison Baker, Lora Rigutto)	24 pont
6.	LIT	26 pont
7.	GBR	30 pont
8.	GRE	41 pont
9.	NOR	47 pont

9. IBUSZ Budapest Maraton

Kilencezer induló az esőáztatta futófesztiválon

Győztesek: Farkas Géza, Urbancsik György és Vass Márta (maratoni), Sági Ferenc és Petrik Éva (félmaratoni), fiatal reménységek (minimaratoni).

Budapest, 1992. május 10.

Nem kedvezett az időjárás a Budapesti Sportiroda által kitűnően előkészített és megrendezett futófesztiválnak. Annak ellenére, hogy már a rajt előtt lógott a lába az esőnek, idén is hatalmas tömegben keresték fel a futók a Népstadion környékét, majd lepték el utána Budapest utcáit. Végeredményben kilencezer indulóval új részvételi csúcs született.

Bresztyenszky László, a Budapest Sportiroda vezetője, a szervezőbizottság elnöke üdvözlő szavai után dr. Szemenkár Erika, az IBUSZ vezérigazgatója indította el a Stefánia utról a futók végeláthatatlan sorát. Félóra sem telt bele és megindult, majd órákon keresztül megszákítás nélkül tartott a futók visszaáramlása az Ifjúság útján elhelyezett célba.

*

Leghamarabb a minimaratoni mezőnyre ért vissza, amelyből csak a fiatalok korcsoportjait értékelték, több, már szárnyait bontogató reménységgel. Hiszen az idei mezei bajnokok közül most is győzni láttuk Winth Zoltánt, míg Bocskai Zsolt és Kálovics Anikó a negyedik helyen futott be. A csepeli "párosok" közül a Tevel - testvérek a Nyár utcai iskolából, a Kőváriak a Sodronyos utcai iskolából ezúttal is bebizonyították futótehetségüket, a 18 éves Szekeres Vera pedig akkor állt fel a dobogóra, amikor többszörös maratoni bajnok édesapja, Szekeres Ferenc a félmaratoniban a 11. helyen a célba érkezett. Az ezen a távon induló, becslések szerint mintegy 7000 futóról rajtlistát nem készítettek és nem adtak ki. Burián Attila a hangos





beszélőn keresztül köszöntötte a fiatalok mellett célbaérkező sok-sok ismert személyt, mint például Monspart Sarolta tájfutó világbajnokot, a futómozgalom lelkes apostolát, Volford Lászlót, az Ultrafutók Magyarországi Szövetségének az elnökét, Szikora Szilviát, a többszörös magyar gyorskorcsolyabajnokot, Nagy Istvánt és Babály Lászlót, a rövidtávfutás egykori csillagait, a tanítványaikkal együtt futó testnevelőket, majd később a félmaratonin Pignitzky Pétert, a MASz főtítokárát, Lászlai Dénest, a FUTAPEST Klub elnökét, Tóth Bélát, az egykori kiváló hosszútávfutót, a budapesti gimnázium igazgatóját és nem utolsósorban a maratónisták korelnökét, Kosztka Emilt, aki hat nappal korábban töltötte be a 85. évét!

A minimaratonisták és a félmaratoni élmezőnye még megúsza szárazon, a rajt után azonban jó órával később elkezdett cseperegni, majd zuhogni. Az eső sem vette el a versenyzők töretlen kedvét és jó hangulatát, változatlan szívóssággal küzdött tovább az esőáztatta mezőny. Az 1126 félmaratoni futó között az idei mezei bajnokságon kitűnően szerepelt érmes BVSC-futók, a kismezein bronzérmes Sági Ferenc és az ezüstérmes Petrik Éva most biztos győzelmet arattak. A favoritok elsőségét hozta a 940 főt megmozgató főszám, a nagymaratoni is. A 28 éves Farkas Géza 1988-ban robbant

be a IBUSZ Maratonba, akkor kivívott második helyével, idén Szegeden a maratoni bajnokságon is ezüstérmes lett. Vass Márta a szupermaratoni futás "királynője" az előző egy második és két harmadik helye után most úgy győzött, hogy az egy héttel korábban Barcelonában futott 100 km-t érezte a lábában. (Az olimpia városában rendezett versenyen a második helyen végzett.) Urbancsik György az előző három évben külföldi kerekések mögött a második helyen ért célba, most ismét bebizonyította a magyarok közötti elsőségét.

*

Szólni kell a nagyon gazdag díjazásról. Hosszú lenne felsorolni a versenyt segítőket, de tény, hogy a győzteseket, helyezetteket és a célbaérkezőket a legkülönbözőbb formában részesítették elismerésben és jutalomban. A maratoni és félmaratoni első három helyezettjei Görenje mosógépet, hűtőszekrényt, porszívót és kisgépeket kaptak ajándékba, a győzteseknek különdíjként egy-egy Casio sportóra is járt. A minimaratonin csak a fiatalokat díjazták, az első hat helyezett egy-egy Casio sportórát kapott ajándékba, a győztesek pedig különdíjként egy-egy hűtőtáskányi Schöller-Leo jégkrémet. Az iskolák versenyét, a Budapesti Diak-



sport Kupát a Samsung támogatásával három kategóriában, a budapesti általános iskolák között rendezték meg, televíziót és videomagnót kaptak a legjobb iskolák. A különdíjat, a legtöbb tanulóval induló iskola jutalmát, a Samsung televíziót 555 nevezéssel a XIII.ker. Csata utcai általános iskola - helyezéstől függetlenül - már a verseny előtt elnyerte. A szponzorok jóvoltából a résztvevők ezenkívül is számos egyéb ajándékot, édességet, süteményt és magazint kaptak.

MARATONI

FÉRFIAK :

1. Farkas Géza	(Mikro)	2:22:08
2. Szűcs Antal	(Szupermaratoni FC)	2:22:25
3. Jurij Kulik	(KSC)	2:22:50
4. Balogh Gyula	(SKSE)	2:24:13
5. Kovács Attila	(Marathon)	2:25:52
6. Gulyás József	(Haladás VSE)	2:28:17
7. Molnár József	(Sz. MÁV-MTE)	2:28:19
8. Szakács Tibor	(Szupermaratoni FC)	2:29:30
9. Zakirov	(KSC)	2:30:32
10. Vámos	(MVSE)	2:32:55
11. Tamás	(Nyiregyházi MGF)	2:33:10
12. Réfi	(Lakóterületi SE)	2:33:16
13. Kiss	(BRFK)	2:34:16
14. Barka		2:34:47
15. Sztakó		2:35:17
16. Végvári	(BVSC)	2:36:20
17. Szabó G.	(PVSK)	2:37:10
18. Szabó Z.	(Szupermaratoni FC)	2:37:11

19. Mayer	(Péti MTE)	2:27:57
20. Dezső	(Hodtriatlon)	2:39:38

Kerekcsok:

1. Urbancsok György	2:08:52
2. Legeza György	2:20:22
3. Molnár Frigyes	2:40:20

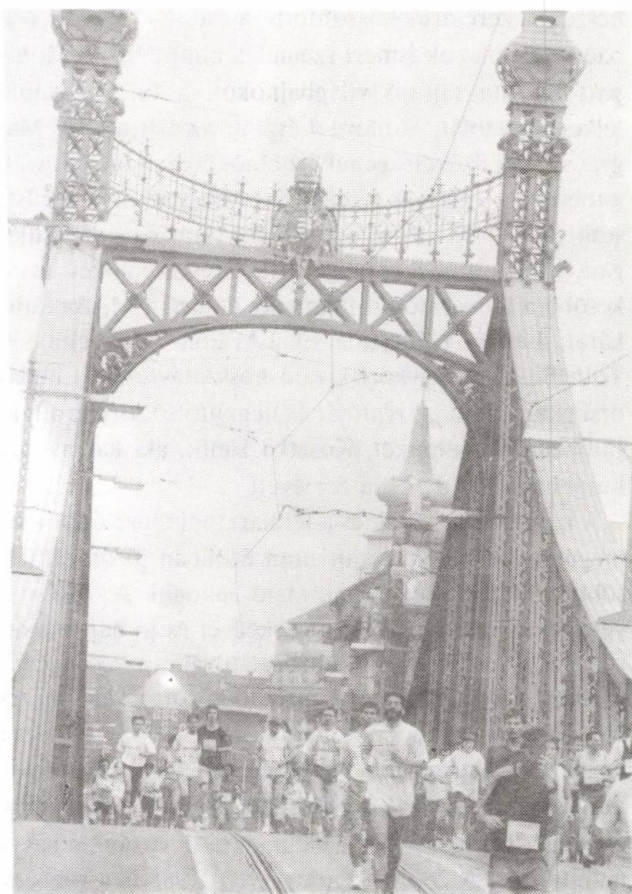
NŐK:

1. Vass Márta	(Szupermaratoni FC)	3:00:09
2. Korán Éva	(Szfehérv. Hunyadi DSE)	3:13:11
3. Matizné Horányi Zs.	(Nyiregyháza-Kapufa)	3:13:47
4. Medveczky Edit	(Balassagyarmati Triatlon)	3:16:53

FÉLMARATONI (kb. 20 km)

FÉRFIAK :

1. Sági Ferenc	(BVSC)	1:02:22
2. Lantos Zoltán	(BEAC-MAFC)	1:03:08
3. Vajkovics Károly	(Szupermaratoni FC)	1:03:40
4. Tóth József	(Kaposvári Maraton AC)	1:04:10
5. Jordán Péter	(MVSC)	1:04:58
6. Nemes Nagy Tibor	(SzVSE)	1:06:48
7. Susányi Tamás	(SzVSE)	1:07:09
8. Palásti László	(Ikarus)	1:07:23
9. Antal	(Spartacus)	1:08:20
10. Kikilai	(Szupermaratoni FC)	1:08:28
11. Szekeres F.	(Szupermaratoni FC)	1:08:35
12. Sevik	(osztr)	1:09:10
13. Fiaschi	(ol)	1:09:12
14. Kobl	(MTSC)	1:10:36
15. Egei	(Szfehérv. Hunyadi DSE)	1:10:39



NŐK:

1. Petrik Éva	(BVSC)	1:12:50
2. Gombos Márta	(Szupermaratoni FC)	1:13:43
3. Fehér Enikő	(Gyöngyösi Mátravin)	1:16:58
4. Farkas Ágota	(Sz.fehérv.Hunyadi DSE)	1:19:25
5. Danovszkyné Zsilák I.	(BVSC Futókör)	1:22:42
6. Lovasi Katalin	(Trike Miskolc)	1:25:19
7. Bérces Edit		1:25:22
8. Fazekas Zsuzsanna	(Dunakeszi VSE)	1:26:31
9. Csik Mónika	(PVSK)	1:27:08
10. Reviczkyne Polya É.	(Triatlon Klub)	1:27:25

MINIMARATONI (kb. 6,5 km)

FIUK 14-18 évesek:

1. Rumi Csaba	(Kap.Építők)	23:18
2. Oláh Roland	(VIDEOTON)	23:29
3. Nagy László	(UTE)	23:38
4. Bacsai Zolt	(NYVSC)	24:05
5. Kalokai Arnold	(NYVSC)	24:28
6. Ambrus Ákos	(Bp. Honvéd)	24:31

14 év alattiak:

1. Winth Zoltán	(BEAC-MAC)	26:24
2. Pluhár Pál	(Móra Ferenc iskola)	26:26
3. Már Balázs	(BEAC-MAFC)	27:31
4. Németh Balázs		27:40
5. László Balázs	(Bp. Honvéd)	27:50
6. Sipos István	(Csepel)	28:29

LÁNYOK 14-18 évesek:

1. Kővári Krisztina	(Csepel)	27:35
2. Torma Angelika	(Kap. Építők)	27:49
3. Szekeres Vera	(BEAC-MAFC)	27:58
4. Kálovics Anikó	(BEAC-MAFC)	28:02
5. Pásztor Nikolett	(BEAC-MAFC)	28:43
6. Zabó Ágnes	(BEAC-MAFC)	28:44

14 év alattiak:

1. Tevely Zsannett	(Csepel)	27:16
2. Tevely Petra	(Csepel)	28:20
3. Kővári Anita	(Csepel)	30:47
4. László Andrea	(Bp. Honvéd)	31:40
5. Sipos Andrea	(Csepel)	31:44
6. Fabricius Anna		31:46

10 és 20 km-es gyalogló bajnokság

Belépő az olimpiára

Ózd, 1992 május 10.

Az idei 20 km-es férfi és 10 km-es női országos gyalogló bajnokság több volt mint küzdelem a helyezésekért. A legjobbak számára elsősorban a percekért, sőt a másodpercekért folyt a fogcsikorgató erőfeszítés, hogy az igen magas olimpiai kiküldetési szintet is teljesítsék. Ez a tény magas színvonalú, izgalmas versenyt ígért az ózdi szurkolóknak.

A szombaton, késő délután gyülekező versenyzők, edzők a vacsórán már "mindent" tudtak. Urbanik és Dudás célba veszi az 1:21:15-ös kiküldetési

szintet 20 km-en. A versenyből hiányozni fog Sátor, mert a franciaországi versenyen (május 23-án) megkísérli a 30:52-es olimpiai kiküldetési szintet teljesíteni 50 km-en, és felkészülésébe nem illik be ez a 20-as verseny. A női 10 km-en nem rég a legjobb magyar országúti eredményt (43:53) és a kiküldetési szintet is teljesítő Rosza bejelentette, hogy megfázás miatt nem indul a bajnokságon. A női verseny azonban ígért némi izgalmat, hiszen Alföldi Andreának a legutóbbi verse-

nyén csak 4 mp hiányzott a kiküldetési szint (44:45) eléréséhez, amit természetesen most ismét megcélzott.

Vasárnap reggel a helyi tűzoltózenekar ébresztette az ózdiakat, amit hívogatónak is szántak a verseny rendezői. Külön említést érdemel a rendezés. Annak el-

lenére, hogy az időjárás rendkívül kedvezőtlen volt (12°C, 80% páratartalom és erős eső!), minztaszerű volt a szervezés. Negyvenhat (!) intézmény, vállalat és magánvállalkozó támogatta a versenyt rendező Bolyki DSE munkáját a nehéz helyzetű városban.

A fúvószenekar az ózdi Kohász stadionja elé ve-

zette a versenyzőket, versenybírákat és a meghívott vendégeket, ahol a megnyitó után 8,30-kor az egyre erősödő esőben 45 fő vágott neki a 20 km-nek.

A 2500 m-es körpályán - egy hosszú, enyhe emelkedővel kezdődő szakaszon - rögtön Urbanik és Dudás állt az élre. Igen nagy iramot diktálva - amit a többiek nem vettek érthetően át -, az első 5 km 19:57 volt, ami a tervezettnél jobbra sikerült, mint később megtudtuk. Őket követte a dobogó harmadik helyéért küzdők cso-



A férfi mezőny rajtja

portja, Czukor, Kirszt, Szilágyi, majd Faragó, Kovalcsik, hátrább pedig Breznai.

Az első kör kezdő egyenesének végén a fair play szép példáját láthattuk. A hirtelen leszakadó esőben, a csúszós fordulónál Dudás elesett. A másodpercekre küzdő Urbanik bevértáta társát, hogy együtt folytassák a küzdelmet az olimpiai kiküldetésért.

10 km-nél 39:55-öt mutatott Urbaniknak az óra. Dudás kissé leszakadva, de jól tartotta magát. Az üldözők közül Kirszten látszott leginkább, hogy nem fog beleszólni a harmadik helyért folyó csatába.

15 km-nél (1:00:18) Kiss Antal, Urbanik edzője már bizakodó volt. Érdekesen alakult a harmadik helyért folyó csata. Az okosan versenyző Faragó Károly fokozatosan nyomult felfelé és az utolsó 2500 m-en már csak az I. osztályú szint volt az "ellenfele". Ettől végül is 27 mp-cel elmaradt, de így is egyéni csúcsot ért el és megszerezte a bronzérmet a 31 éves versenyző.

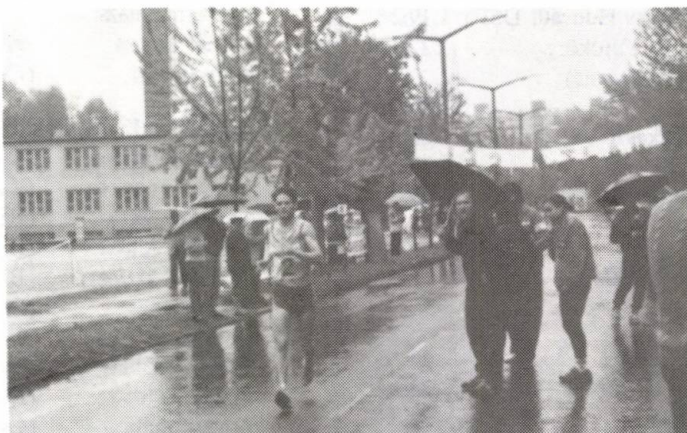
Végül Urbanik biztosan, a legjobb hazai országúti eredménnyel lett első. Ideje nemzetközileg is figyelem-

re méltó. A jövőre nézve biztató Breznai Béla 1:28:13-as ifjúsági "csúcsa", amivel a 6. helyen ért célba.

20 kilométeren 32 gyalogló fejezte be a versenyt, hár-

man feladták, kettőt szabálytalan gyaloglásért zártak ki. A 3 fős csapatok versenyét a szegediek nyerték, összesen 9 értékelhető csapat volt.

A nők versenyére állt az eső. A 10 km-es bajnokságon - egyben Hudiné emléktverseny - 30 versenyző állt rajthoz. Alföldi és Ilyés végig külön versenyt vívott. Alföldi körről körre növelte előnyét és csak a 44:45-ös olimpiai kiküldetési szint volt az ellenfele. Az utolsó kört a pályát övező közönség biztatásától kisérve tette meg a térdét fájó versenyző és 7 mp-cel ismét elmaradt a hón áhitott szinttől. A komlói gyaloglónő igen fegyelmezetten vette tudomásul, hogy "csak" a bajnokságot sikerült megnyernie. A másodikként beérkező Ilyés Ildikó (a milánói versenyen 44:36-tal elérte az olimpiai kiküldetési szintidőt) egy perccel követte a bajnokot. A harmadik helyezett szegedi Szászi Beáta, a fiatalabb generáció ígéretes tagja.



Dudás Gyula (SZVSE)



Rajtolt a női mezőny

"A bajnokság volt a célkitűzés, de a bemelegítéstől és az időjárástól függően az olimpiai szintidő teljesítése is - mondta Kiss Antal edző - a sikeres versenyzés után. Ismerjük a barcelonai pályát. Igen nehéz, a végén egy erős emelkedőt kell teljesíteni, ezért speciális terepedzést terveztünk be."

"1 óra 21 percen belüli eredményre körülbelül 15 versenyző képes az olimpiai résztvevők közül. A pillanatnyi forma dönthet a nagyon kiegyensúlyozott mezőnyben, ahová Urbanik Sándor ezzel az eredménnyel bekerült. Természetesen az időjárás és a versenybírák is beleszólhatnak a végső sorrendbe" - foglalta össze dr. Urbán Ákos Urbanik esélyeit.

"Két hölgy teljesítette a kiküldetési szintet, a harmadik viszont eddig mindkettőt legyőzte a kettős versenyeken. Igaz egyszer 4, most 7 másodperccel elmaradt a szintidőtől. Persze van még addig verseny...Ha ez az eredmény marad, a MOB dönti el, hogy kettő vagy három magyar női versenyző indul 10 km-en az olimpiai küzdelemben. A férfiakkal Dudással, Sátorral és Czukorral még kiegészülhet a csapat" - fejezte be Mérei László az olimpiai részvétel várható alakulásának latolgatását.

A 30 versenyzőből 29 ért célba, a tavalyi bajnokot, Váradi Ibolyát kizárták.

A nők mezőnyében hét csapat nyújtott értékelhető eredményt.

A bajnokság keretében ifjúsági (3000 m) és gyermek-versenyt is rendezett az öt éves fennállását ünneplő diáksportegyesület, a versenyt szervező Bolyki DSE.

FÉRFIAK 20 km

Bajnok: Urbanik Sándor (TBSC, edző: Kiss Antal) 1:20:55

- | | | | |
|-------------------------------|---------------|---------------------------------|----------|
| 2. Dudás Gyula | (SzVSE) | 1:21:51 | |
| 3. Faragó Károly | (Testvériség) | 1:26:27 | |
| 4. Czukor Zoltán | (PAC) | 1:27:46 | |
| 5. Szilágyi Zsolt | (TBSC) | 1:28:10 | |
| 6. Breznai Béla | (DAC) | 1:28:13 | |
| 7. Kirszt Károly | (KBSK) | 1:28:58 | |
| 8. Kovalcsik László | (SzVSE) | 1:29:59 | |
| 9. Vozár Attila (Békéscsaba) | 1:30:11, | 10. Leczki Ervin (Békéscsaba) | 1:31:35, |
| 11. Csobán László (SzVSE) | 1:31:42, | 12. Kovács László (Bp. Honvéd) | 1:34:57, |
| 13. Ozsváth Gábor (SzVSE) | 1:36:11, | 14. Tomics István (Haladás VSE) | 1:38:49, |
| 15. Bor József (BEAC-MAFC) | 1:39:11, | 16. Tóth István (TBSC) | 1:39:17, |
| 17. Zsiga Ákos (Haladás VSE) | 1:40:19, | 18. Domján Miklós (Haladás VSE) | 1:40:36, |
| 19. Váróczy Zsolt (DAC) | 1:40:39, | 20. Kovács Károly (Békéscsaba) | 1:41:19, |
| 21. Veér Tamás (BEAC-MAFC) | 1:41:47, | 22. Annus Gábor (Testvériség) | 1:42:11, |
| 23. Csaba István (Bp. Honvéd) | 1:42:11, | 24. Márton Attila (Testvériség) | 1:42:12, |
| 25. Süle Zoltán (Békéscsaba) | 1:43:00, | 26. Horváth Tibor (SZIM Vasas) | 1:43:10, |
| 27. Germán Tibor (Békéscsaba) | 1:47:01, | 28. Tóth Balázs (Békéscsaba) | 1:47:01, |
| 29. Czibulya László (DAC) | 1:47:14, | 30. Bondor Csaba (SzVSE) | 1:49:08, |
| 31. Lehotai Győző (SzVSE) | 1:54:11, | 32. Tarsai Géza (Bp. Honvéd) | 1:55:55. |



Mester (Kiss Antal) és tanítvány (Urbanik Sándor) a dobogó legfelső fokán.

Csapat

Bajnok: SzVSE I 4:23:32, 2. Tatab. Bányász SC 4:28:22, 3. Békéscsabai EAE I. 4:43:05, 4. Testvériség 4:50:50, 5. Diósgyőri AC 4:56:06, 6. Haladás VSE 4:59:44, 7. Bp. Honvéd 5:13:03, 8. Békéscsabai EAE II. 5:17:02, 9. SzVSE II. 5:19:30.

NŐK 10 km

Bajnok: Alföldi Andrea (KBSK, edző: Tábori János) 44:52

- | | | |
|-----------------------|--------------|-------|
| 2. Ilyés Ildikó | (Békéscsaba) | 45:52 |
| 3. Szászi Beáta | (SzVSE) | 47:54 |
| 4. Zsoffay Klára | (BEAC-MAFC) | 50:44 |
| 5. Lukoviczki Katalin | (BEAC-MAFC) | 50:55 |
| 6. Szabó Andrea | (Békéscsaba) | 51:01 |
| 7. Pesti Mónika | (SzVSE) | 51:20 |
| 8. Török Andrea | (Bolyki DSE) | 51:42 |



Alföldi Andrea, Ilyés Ildikó és Szászi Beáta a győzelmi emelvényen.

9. Bodorkós Tamásné (Haladás VSE) 52:35, 10. Puskás Éva (Bp. Honvéd) 52:53, 11. Krajcsó Mónika (Békéscsaba) 52:56, 12. Fertály Zita (Bp. Honvéd) 53:06, 13. Nagy Patricia (BEAC-MAFC) 53:15, 14. Jánosi Anett (Bolyki DSE) 53:21, 15. Varga Ildikó (DAC) 53:33, 16. Gruber Orsolya (Testvériség) 53:54, 17. Eke F. Györgyi (Bolyki DSE) 54:17, 18. Kózsó Szilvia (SzVSE) 54:37, 19. Molnár Judit (BEAC-MAFC) 54:48, 20. Szurómi Karin (BEAC-MAFC) 54:50, 21. Effenberger Mónika (Bp. Honvéd) 55:14, 22. Varga Eszter (BEAC-MAFC) 56:41, 23. Kovács Erika (DAC) 57:31, 24. Szabó Tünde (SzVSE) 58:25, 25. Rakics Rita (BEAC-MAFC) 59:59, 26. Barka Ágnes (BEAC-MAFC) 1:00:29, 27. Ungvári Ildikó (Bp. Honvéd) 1:01:31, 28. Takács Katalin (Bp. Honvéd) 1:04:01, 29. Mazzag Boglárka (Bp. Honvéd) 1:04:02.

Csapat

Bajnok: Békéscsabai EAE 2:29:49 2. SzVSE 2:33:51 3. BEAC-MAFC I. 2:34:54 4. Bolyki Diák SE 2:39:20 5. Bp. Honvéd I. 2:41:13 6. BEAC-MAFC II. 2:46:19 7. Bp. Honvéd II. 3:09:34.

t.l.

Országos 10.000 méteres bajnokság

Káldy Zoltán ötödik, sorrendben negyedik tízezres bajnoksága – Visnyei Márta ötödik távon is aranyérmes – Mező után pályán is első: Tölgyesi Balázs és Tóth Mónika.

Budapest (BEAC-pálya), 1992. május 17.

Az idény első nagyszabású pályabajnokságát a MASZ négy egymást követő futamban rendezte meg. Sajnos, az időjárás nem kedvezett, mert a kavargó szél megnehezítette a futók dolgát, elég sokan fel is adták a versenyt. Az OB-t egyébként a nagy sorozatok jellemezték. Mindjárt az elején a férfi ifjúságiak 27 fős mezőnyében Tölgyesi Balázs, a székesfehérváriak sokszoros serdülő és ifjúsági bajnoka, az idei ifjúsági mezei OB győztese harcolta ki az elsőséget, de csak a hajrában tudta biztosítani a győzelmét.

A férfi ifjúságiak után együtt indult a nők mezőnye, 35 futónő, serdülőktől felnőttekig bezárólag. Az utolsó két évben Barócsi Heléna nyerte ezt a távot és a mezei OB kihagyása (ezzel egy időben a párizsi maratonin indult) és a Vivicitta sikere után bizakodva várta a rajtot, amely után Visnyei Mártával együtt el is futott a többiektől. Bizakodása azonban csak feltávig tartott, mert megfájdult a lába és a versenyt feladta. A magára maradt Visnyei szorgalmasan rőtta a köröket és egyéni csúccsal főlényes elsőként ritka bravúrt ért el. Kevesen mondhatják el, amit a 30 éves futónő: négy bajnoki táv (5.000 m, maratoni, mezei és az idei félmaratoni) után az ötödiken, 10.000 méteren is bajnoki címet nyert.

Váltakozó harc a nőknél csak a helyekért folyt. A 22 éves Dóczy Éva futott be másodikként és így ő szerezte meg az utánpótlás bajnokságot, a hajrában előzte meg Földingné Nagy Juditot, az idei maratoni és a 21 éves Javos Anikót, az idei felnőtt mezei bajnokság győztesét, az utánpótlás bajnokság címvédőjét. Kitűnően szerepelt két ifjúsági: a csepeli Tóth Mónika és a debreceni Pásztor Kornélia. Ha nincsen ilyen erős szél, mindketten megközelíthették volna azt a 34:40 perces szintidőt, amelyet a szövetség a szeptemberi szülői ifjúsági VB-n való részvételre kitűzött. Egyébként a 19 éves Tóth Mónika nyerte tavaly is a 10.000 méteres OB-t, idén pedig sorrendben hetedszer a mezei OB-t. Amikor megkérdeztük, hogy hányadik bajnoksága ez, nevetve válaszolta:

- A tizenkilencedik.

Tehát ahány éves, annyi bajnokság. Nem rossz mérleg!

Az 51 felnőtt és utánpótláskorú férfit két futamba osztották be, az elsőt (27 induló) az abszolút sorrendben 15. helyezett Molnár Tibor nyerte meg. Az erősebb csoportban (24 futó) Banai Róbert diktálta az iramot - forgatókönyv szerint - 4 km-ig. Mögötte Káldy, Konovalov, Berkovics és Kadlót helyezkedett el. Banai kiállása, majd később Berkovics feladása után (5 km-es részidő: 14:13 perc) Káldy és Konovalov elhúzott és 7 km-ig körönként váltották egymást a ve-

zetésben. Az utolsó három km-en az UTE bajnoka az élen már csak egyedül gyúrta az iramot. Bár a szél az este nyolc óra után történt befutásig sem csökkent, Káldy századokra megközelítette a szövetség által a részére 28:25 perces időben megjelölt olimpiai kiküldetési szintet, egyben ötödik, sorrendben negyedik 10.000 méteres bajnokságát szerezte meg. Az utánpótlás bajnok, az abszolút sorrendben hatodiknak befutott Kiszek Tamás, ugyancsak Csoma Ferenc tanítványa lett, aki tavalyi ezüstérme után a címvédő klubtársa, az idén már felnőtt 23 éves Káldy Zoltán helyére lépett előre.

Visszapillantás hét évre avagy két Zoltán 25 köre

Ha visszalapozunk a 10.000 méteres OB-k történetében, azt tapasztaljuk, hogy a bajnoki számban, az utolsó hét évben a két Zoltán, Káldy és Kadlót játszotta a főszerepet. Ezt mutatja az alábbi táblázat is:

Év	Káldy	Kadlót	Egyéb
1986	-	2. 28:58.20	1. K.Szabó 28:55.25
1987	1. 28:56.20	2. 28:56.87	-
1988	3. 29:01.73	1. 29:00.15	2. Velczenbach 29:00.67
1989	1. 29:08.76	2. 29:14.16	-
1990	1. 29:07.19	2. 29:19.39	-
1991	1. 28:55.99	3. 29:23.56	2. Serfőző 29:22.46
1992	1. 28:25.89	3. 29:01.31	2. Konovalov 28:39.06

1986-tól 1989-ig bezárólag a pályabajnokságtól különállóan rendezték meg a 10.000 méteres OB-t. 1986. júniusban a BEAC-pályán K. Szabó Gábor mögött Kadlót Zoltán, az akkor 24 éves salgótarjáni futó harcolta ki a második helyet és utána megszakítás nélkül hat éven keresztül kibérelte a dobogó valamelyik fokát. 1987. júniusban és 1988. májusban ugyancsak a BEAC-pályán az esti órákban emlékezetes, izgalmasan szoros nagy csatákat vívtak a 10.000 méteres bajnoki címért, századmásodpercenyi különbségekkel, 1987-ben a 18 éves Káldy Zoltán, tehát ifjúsági atléta, míg 1988-ban a nála hét évvel idősebb Kadlót Zoltán győzött. 1989 szeptemberében a Népstadionban villanyfénynél,

majd a pályabajnokság keretében 1990-ben szeptemberben Debrecenben és 1991. júliusban a Szilágyi utcában a bajnok Káldy már biztosan győzött, csak a győzelemre ment, de mindháromszor Kadlót is dobogóra állhatott.

Így érkezünk el az idei évhez, amikor esti verseny keretében ismét önállóan rendezték meg a 25 körös bajnokságot. Most nem csak a győzelemre, hanem az olimpiai kiküldetési szint elérésére is törekedni kellett Káldy Zolinak. A verseny előtt bizakodva mondta:

- A mezei OB-n még nem voltam jó formában, Berkovics Imre legyőzött. Utána a Vivicittán nekem sikerült őt legyőzni és ez visszaadta az önbizalmamat. Most úgy érzem, hogy jól felkészültem, jó erőben is vagyok. Banai Robi fog 4.000 méterig vezetni, de Konovalovval is megbeszéljük, hogy utána felváltva fogunk iramot menni, majd meglátjuk hogy mi lesz, ki hogy bírja. Remélem, hogy sikerül megfutni a szintidőt, szeretnék az olimpián indulni. Csak a szél hagná alább.

De a szél nem nagyon mérséklődött még este nyolc órákor sem. Így kétszeresen dicséretes Káldy Zoltán teljesítménye, akit célbaérkezésig buzdított mindenki a BEAC-pályán, köztük a neves vendégek, a sokszoros bajnokok, mint Iglói Mihály, Mecser Lajos és Híres László. Ha nincs ilyen szél, jóval a szintidőn belül futhatott volna Káldy Zoli. Megérdemelné az olimpiai csapattagságot, Barcelonában lenne a helye.

Az eredményhirdetés után félrehúzódva, csendben, szerényen azt kérte:

- Ha lehetne, kérem megírni, hogy köszönöm mindenkinek a biztatását, társaimnak, Banai Robinak, Konovalovnak a táv közben, Kazsimér Attilának az utolsó körökben nyújtott segítségét. Nagy részük van abban, hogy ilyen jó eredményt tudtam elérni.

FÉRFIAK

Felnőttek (Kovács József emlékverseny)

Bajnok: Káldy Zoltán (UTE, edző: Csoma Ferenc) 28:25.89

- | | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| 2. Konovalov Ivan | (Mikro SC) | 28:39.06 |
| 3. Kadlót Zoltán | (SKSE) | 29:01.31 |
| 4. Holba Zoltán | (UTE) | 29:22.84 |
| 5. Bereczki József | (Bp. Honvéd) | 29:43.37 |
| 6. Kliszek Tamás | (UTE) | 29:54.91 |
| 7. Janovecz (H. Bolyai) | 30:04.95, 8. Kovács J. (UTE) | 30:11.35, |
| 9. Pintér (UTE) | 30:18.68, 10. Adamis (MTK) | 30:39.90, 11. |
| Lantos (BEAC-MAFC) | 30:46.29, 12. Jordán (MVSC) | 30:50.65, 13. Nemes Nagy (SzVSE) |
| 31:10.78, 14. Lajtos (Sz.MÁV MTE) | 31:37.80, 15. Molnár T. (BVSC) | 31:39.89, |
| 16. Talabér (BVSC) | 31:43.51, 17. Bartha (Sz.MÁV MTE) | 31:46.07, 18. Imre (BVSC) |
| 31:47.80, 19. Kiss N. (Bp. Honvéd) | 31:52.24, 20. Fejérvári (SKSE) | 32:00.73. Még 19 befutó. |

Feladták: Banai (UTE), Kardos (PVSK), Berkovics (VEDAC), Szemán (VEDAC), Sági (BVSC), Kovács A. (Kaposvári Maratoni), Markó Gy. (MVSC), Kazsimér (Mikro SC), Vajkovics (Szupermaratoni FC), Balogh Gyula (SKSE) Kasza (VEDAC) és Telek (Miskolci Egyetem). Két futamban összesen 51 induló.

Utánpótláskorúak.

Bajnok: Kliszek Tamás (UTE, edző: Csoma Ferenc) 29:54.91

- | | | |
|------------------|-------|----------|
| 2. Pintér István | (UTE) | 30:18.68 |
| 3. Adamis Iván | (MTK) | 30:39.90 |

- | | | |
|-------------------------------|---|---------------------------|
| 4. Molnár Tibor | (BVSC) | 31:39.89 |
| 5. Talabér Attila | (BVSC) | 31:43.51 |
| 6. Imre János | (BVSC) | 31:47.80 |
| 7. Kiss N. (Bp. Honvéd) | 31:52.24, 8. Fejérvári (SKSE) | 32:00.73, 9. Csala (SKSE) |
| 32:09.43, 10. Balassa (SzVSE) | 32:33.79. Mág 9 befutó, ketten feladták. A két férfi felnőtt és utánpótláskorú futamban indult 51 futóból tehát 30 felnőtt és 21 utánpótláskorú állt rajthoz. | |

Ifjúságiak (Simon Dénes, az 1969. évi athéni Eb-n hatodik helyezett maratoni futó által felajánlott vándordíj)

Bajnok: Tölgyesi Balázs (VIDEOTON, edző: Hirt Károly)

- | | | |
|----------------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| | | 32:30.44 |
| 2. Bohus János | (Békéscs. Atl. Egy.) | 32:30.88 |
| 3. Horváth Gábor | (PAC) | 32:32.46 |
| 4. Horváth Róbert | (PAC) | 32:35.10 |
| 5. Werner Péter | (Vasas) | 32:35.64 |
| 6. Füleki Zsolt | (Vasas) | 32:41.22 |
| 7. Balogh (Dombóvár) | 32:50.02, 8. Kővári (Dombóvár) | 32:54.98, 9. Oláh (VIDEOTON) |
| 32:58.20, 10. Rumi (Kap. Építők) | 33:11.83, Még 11 befutó. | |
- Feladták:** Szigeti (Dombóvár), Király (PAC), Helmle (Vasas), Molnár Zs. (VIDEOTON), Végvári (UTE) és Makár (NYVSC). Összesen tehát 27 futó indult.

NŐK

Felnőttek.

Bajnok: Visnyei Márta (BVSC, edző: Csoma Ferenc és Antal Andor) 33:18.49

- | | | |
|----------------------|------------------------------------|--------------|
| 2. Dóczi Éva | (VEDAC) | 34:15.38 |
| 3. Földingné Nagy J. | (Györi Dózsa) | 34:17.84 |
| 4. Javos Anikó | (VIDEOTON) | 34:31.78 |
| 5. Tóth Mónika | (Csepel) | 34:51.67 |
| 6. Pásztor Kornélia | (DMTE) | 34:55.23 |
| 7. Brutóczky (BVSC) | 35:18.02, 8. Czégé (Gyula) | 35:36.51, 9. |
| Csizi (UTE) | 35:53.50, 10. Merényi (Bp. Honvéd) | 36:30.86. |
- Még 18 befutó.

Feladták: Rácz (UTE), Petrik (BVSC), Barócsi (Sz. MÁV MTE), Hardi (BVSC), Bugya (BVSC), Németh (Bp. Spartacus) és Czier (DMTE). Az együttesen indított futamban 12 felnőtt, 9 utánpótláskorú, 11 ifjúsági és 3 serdülő futón indult.

Utánpótláskorúak:

Bajnok: Dóczi Éva (VEDAC, edző: Koós László) 34:15.38

- | | | |
|--------------------|--------------------------|--|
| 2. Javos Anikó | (VIDEOTON) | 34:31.78 |
| 3. Czégé Éva | (Gyula) | 35:36.51 |
| 4. Csizi Réka | (UTE) | 35:53.50 |
| 5. Merényi Timea | (Bp. Honvéd) | 36:30.86 |
| 6. Stiglic Edit | (VEDAC) | 38:18.15 |
| 7. Galbáts (Gyula) | 39:39.37, 8. Dinka (UTE) | 41:05.82, 9. Szabó M. (Székesfehérvári Ikarus) |
| 41:26.64. | | |

Ifjúságiak.

Bajnok: Tóth Mónika (Csepel, edző: Görög Zoltán) 34:51.67

- | | | |
|----------------------------|--------------------------------------|----------------------------|
| 2. Pásztor Kornélia | (DMTE) | 34:55.23 |
| 3. Kiss Ágnes | (SzVSE) | 36:39.21 |
| 4. Fülöp Renata | (VEDAC) | 36:57.05 |
| 5. Farkas Diana | (PAC) | 37:25.97 |
| 6. Fazekas Zsuzsanna | (DVSC) | 37:58.76 |
| 7. Jakab (BEAC-MAFC) | 38:26.95, 8. Szekeres V. (BEAC-MAFC) | 39:04.05, 9. Timer (VEDAC) |
| 39:52.70. Ketten feladták. | | |

Országos váltóbajnokság

**Igazi futógála: 372 váltóban 1488 futó - A Bp. Honvéd vágázói öt bajnokságot nyertek -
Két serdülő csúcs - Csak öt védő ismételt**

Budapest (Szilágyi u.), 1992. május 23-24.

Akárcsak a mezei bajnokságon, a váltó OB-n is igazi futógálát láthattak a sportág barátai. Szombaton öt, vasárnap szintén öt, összesen tehát tízórás küzdelemben, az előfutamokat és a döntőket is figyelembe véve, 67 futamban, 372 váltóban 1488 futó versenyzett. A kevés számú felnőtt mellett az ország futóútánptólásának színe-java rajthoz állt. A felnőttek mindössze öt számban versenyeztek, mert az olimpiai váltószámokat, a 4x100 és 4x400 méteres váltókat, akárcsak tavaly, a ályabajnokság keretében rendezik meg. A fiatalok harci kedve a 28 bajnoki számban töretlen volt, a tavalyihoz képest nem csökkent a létszámuk, sőt összességében még nőtt is, amit az alábbi táblázat bizonyít:

	Induló váltók száma	
	1991	1992
Serdülő B-korcsoport (13 évesek)	47	56
Serdülő B-korcsoport (14-15 évesek)	110	92
Serdülő A-korcsoport	92	100
Ifjúságiak	83	89
Felnőttek	47	35
Összesen	379	372

*

A **felnőttek** öt bajnokságán öt szakosztály osztozott. Rájárt a rúd a címvédőkre, mert 4x200 méteren tíz perc leforgása alatt előbb a Zalaegerszegi AC női, majd az UTE férficsapatát is kizárták túlváltás miatt. Megszakadt tehát a zalaegerszegiek három, az újpestiek négy éven keresztül tartó sikersorozata. (Igaz, a nőknél ez a Bp. Honvéd fölényes győzelme miatt, túlváltás nélkül is bekövetkezett volna.) Tavalyi két hosszabb távú férfi bajnoksága közül a BVSC csak a 4x800 métert védte meg, a 4x1500 méterre nem állt össze a csapat. Női 4x800 méteren ismét Pécsre került ugyan a bajnoki cím, de a védő PVSK helyére a PAC lépett.

*

Az **ifjúságiak** között a Bp. Honvéd fiú vágázói két győzelemmel tűntek ki. A debreceniek a múlt évi 4x400 méteres serdülő bajnokság után most az idősebb korcsoportban lettek aranyérmesek. Egyedül a VIDEOTON védte meg 4x800 méteren tavalyi elsőségét, az ifjúsági vb-re készülő Tölgyesi Balázs 1:52 perces rész-

idejének köszönhetően. A leghosszabb távon, 4x1500 méteren az előző évben serdülő bajnokságot nyert dombóváriak elhódították a bajnoki címet a székesfehérváriaktól, akiket még a BEAC-MAFC is megelőzte. A lányoknál a tavaly három bajnoki címet is szerző DVTK az idén "eltűnt", helyébe újak léptek.

A tavalyi serdülő bajnokok győztek 4x100 méteren (Soproni SI) és 4x800 méteren (VEDAC).

*

A **serdülő A-korcsoportban** is csak egy címvédő tudott győzni, a Bp. Honvéd 4x100 méteres fiúváltója, amely azután megnyerte a másik vágaváltót is. A piros-fehérek így öt elsőséggel (felnőtt, két ifjúsági, két serdülő győzelem) a legtöbb bajnoki címet szerezték az OB-n. Hosszútávon a nyíregyháziak dupláztak, 4x1500 méteren országos serdülő csúccsal. A lányok között a szolnokiak értek el egyesületi csúcsot 4x100 méteren, a duplázásról a csepeli lányok gondoskodtak.

*

A **serdülő B-korcsoprtban** a BEAC-MAFC folytatta a mezei bajnokságon nyújtott kiemelkedő szereplését, három bajnokságot nyertek a 14-15 évesek között. Duplázott a KSI, a 14-15 éves lányok megvédték 4x300 méteres bajnoki címüket, 4x100 méteren pedig a 13 éveseknél ismét a szolnoki lányok végeztek az élen, ezzel a váltóbajnokság 33 számából öten ismételték meg korcsoportjukban előző évi győzelmüket.

FELNŐTTEK

Férfiak

4x200 m. Szeged (Lisztóczi János, Vida János, Marik Balázs, Alexa Szabolcs) 1:28.46, 2. Testvériség 1:29.37, 3. Bp. Honvéd 1:30.00, 4. NYVSC 1:30.96, 5. BEAC-MAFC 1:32.27, 6. DEAC 1:32.48. Az első helyen befutó UTE csapatának eredményét (1:27.40) túlváltás miatt megsemmisítették.

4x800 m. Bajnok: BVSC (Pocsai Tamás, Czákó Péter, Benedek Zsolt, Reichnach Ferenc) 7:41.28, 2. BEAC-MAFC I. 7:46.60, 3. Bp. Honvéd 7:46.83, 4. VEDAC 7:51.26, 5. DMTE 7:58.49, 6. SKSE 8:03.35, 7. NYVSC 8:04.91, 8. BEAC-MAFC II. 8:15.00, 9. PVSK 8:37.66, 10. Pápa 9:01.24.

4x1500 m. Bajnok: UTE (Holba Zoltán, Káldy Zoltán, Kliszek Tamás, Banai Róbert) 15:47.22, 2. VEDAC 16:03.20, 3. SKSE 16:05.73, 4. BEAC-MAFC 16:15.09, 5. PVSK 17:29.72. Az SzVSE csapatát kizárták.

NŐK

4x200 m. Bajnok: Bp. Honvéd (Ináncsi Rita, Molnár Emese, Eisenhoffer Ágnes, Barati Éva) 1:38.67, 2. Szegeged 1:44.67, 3. Sz.MÁV-MTE 1:47.00, 4. Testvériség 1:48.97. A második helyen befutó ZAC csapatának az eredményét (1:40.65), valamint a hatodiknak befutó BEAC-MAFC csapatának az eredményét (1:50.08) túlváltás miatt, a hetediknek célbaérkező Gyula csapatának az eredményét (1:56.13) előváltás miatt megsemmisítették.



4x800 m. Bajnok: Pécsi AC (Farkas Diana, Ekler Móniák, Jakabos Zsófia, Perlaki Mónika) 9:12.52, 2. VEDAC 9:18.76, 3. Gyula 9:20.84, 4. PVSZK 9:21.75, 5. Ikarus 10:09.72.

IFJÚSÁGIAK

Fiúk

4x100 m. Bajnok: Bp. Honvéd (Gáspár Zoltán, Fenyves Csaba, Seres György, Czebei Zsolt) 42.45, 2. DSI 42.92, 3. PAC 43.30, 4. ZAC 43.37, 5. UTE 43.60, 6. Békéscsaba 42.78, 7. DAC 43.95, 8. KSC 44.73.

4x200 m. Bajnok: Bp. Honvéd (Szeredás Bence, Seres György, Gáspár Zoltán, Czebei Zsolt) 1:30.09, 2. ZAC 1:30.36, 3. UTE 1:30.74, 4. Csepel 1:31.97, 5. DSI 1:32.41, 6. KSI 1:33.62, 7. KSC 1:35.61. A DAC csapata feladta.

4x400 m. Bajnok: Debreceni SI (Nagy Tibor, Nagy Mihály, Schmidt Zoltán, Szilágyi Tamás) 3:23.55, 2. Csepel 3:23.80, 3. DiAC 3:23.86, 4. KSI 3:24.23, 5. ZAC 3:27.32, 6. Békéscsaba 3:27.57, 7. Bp. Honvéd 3:30.76, 8. KSC 3:31.81, 9. Gy. Dózsa 3:33.77, 10. Haladás VSE 3:33.86.

4x800 m. Bajnok: VIDEOTON (Borsó Zoltán, Jakab Zsolt, Oláh Roland, Tölgyesi Balázs) 7:57.34, 2. BEAC-MAFC 7:57.68, 3. PAC I. 8:04.46, 4. DMTE-DSI 8:06.66, 5. Pápa 8:09.16, 6. Békéscsaba 8:11.74, 7. DVMSE 8:23.78, 8. PAC II. 8:24.85, 9. Haladás VSE 8:52.12, 10. SZIM Esztergom 8:30.32, 11. SzVSE 8:32.15, 12. Sz.MÁV-MTE 8:36.18, 13. Bp. Honvéd 8:37.89.

4x1500 m. Bajnok: Dombóvári VMSE (Szigeti András, Németh Nándor, Balogh Jenő, Kővári Máté) 16:31.96, 2. BEAC-MAFC 16:32.17, 3. VIDEOTON 16:39.47, 4. Vasas 16:46.53, 5. PAC I. 16:59.60, 6. Pápa 17:20.06, 7. PAC II. 17:32.60, 8. GEAC 17:34.68, 9. SzVSE 17:36.64, 10. Bp. Honvéd 17:37.52, 11. KSC 17:49.47, 12. Sz.MÁV-MTE 18:01.02.

Lányok

4x100 m. Bajnok: Soproni SI (Vári Edit, Szála Anett, Németh Réka, Szála Renáta) 48.23, 2. DSI 48.94, 3. Szekszárd 49.18, 4. Bp. Honvéd 49.77, 5. VEDAC 49.85, 6. KSC 50.14, 7. Haladás VSE 50.27, 8. ZAC 51.27.

4x200 m. Bajnok: Debreceni SI (Gelén Mónika, Szabó Anikó, Balla Beáta, Bartha Beáta) 1:44.19, 2. Soproni SI 1:44.73, 3. Szekszárd 1:45.84, 4. Bp. Honvéd 1:45.96, 5. Haladás VSE 1:46.7, 6. Békéscsaba 1:46.89, 7. VEDAC 1:47.6, 8. KSC 1:47.78.

4x400 m. Bajnok: Haladás VSE (Hortolányi Ágnes, Soós Eszter, Frank Tünde, Varga Judit) 3:58.39, 2. VEDAC 4:02.75, 3. Vasas 4:03.84, 4. KSC 4:12.68, 5. Gy. Dózsa 4:13.68. A második helyen befutó Békéscsaba csapatának eredményét (4:01.11) pályaelhagyás miatt megsemmisítették.

4x800 m. Bajnok: VEDAC (Fülöp Renáta, Timer Hajnalka, Vörös Renáta, Bangó Mónika) 9:25.40, 2. Ha-



A célban: Czebei Zsolt (Bp. Honvéd)

ladás VSE 9:37.41, 3. SzVSE 10:00.40, 4. PVSK 10:07.00, 5. Békéscsaba 10:12.21.

SERDÜLŐ A-KORCSOPORT

Fiúk

4x100 m. Bajnok: Bp. Honvéd (Blatnyák Zoltán, Szlávik Lajos, Smoczer György, Dobos Gábor) 43:40, 2. Kőszeg 43.75, 3. NYVSC 44.19, 4. VEDAC 44.80, 5. KSI 44.92, 6. Sz.MÁV-MTE 45.18, 7. DiAC 45.26. Az UTE csapatát túlváltás miatt kizárták.



A győzelmi emelvény legmagasabb fokán az NYVSC országos serdülő csúcsot elért 4x1500 m-es váltója

4x200 m. Bajnok: Bp. Honvéd (Blatnyák Zoltán, Szlávik Lajos, Smoczer György, Dobos Gábor) 1:32.67, 2. KSC 1:33.80, 3. Vasas 1:34.45, 4. KSI I. 1:34.48, 5. NYVSC 1:34.54, 6. Kőszeg 1:34.74, 7. KSI II. 1:35.81. A DiAC visszalépett, a döntőben nem indult el.

4x400 m. Bajnok: KSI I. (Nagy Márton, Juhos Zsolt, Koczogh Kálmán, Róth Miklós) 3:27.14, 2. KSC 3:29.07, 3. NYVSC 3:31.91, 4. KSI II. 3:33.14, 5. Testvériség 3:34.90, 6. Bp. Honvéd 3:36.04, 7. Szf. Ikarus 3:37.23, 8. Építők 3:38.49, 9. UTE 3:41.13.

4x800 m. Bajnok: NYVSC (Fodor István, Fekete Gyula, Bacskai Zsolt, Kalakai Arnold) 8:04.77, 2. KSI 8:05.02, 3. VEDAC 8:06.68, 4. BEAC-MAFC 8:13.11, 5. Bp. Honvéd 8:22.70, 6. TSC 8:23.33, 7. Testvériség 8:27.11, 8. Ikarus 8:40.65.

4x1500 m. Bajnok: NYVSC (Fodor István, Tóth Tamás, Kalakai Arnold, Bacskai

Zsolt) 16:43.04, országos serdülő csúcs (régi: 16:44.60, DVMSE, 1991) 2. BEAC-MAFC 17:07.25, 3. KSI 17:09.78, 4. KSC 17:11.18, 5. VEDAC 17:12.79, 6. TSC 17:39.10, 7. Bp. Honvéd 17:50.95, 8. Ikarus 18:03.65, 9. Favorit 18:14.51, 10. SKSE 18:41.74.

Lányok

4x100 m. Bajnok: Sz.MÁV-MTE (Petrezselyem Anita, Molnár Mónika, Kanyó Dóra, Sándor Judit) 47.81, egyesületi csúcs (régi: 48:10, Soproni SI, 1991), 2. Csepel 48.21, 3. KSC 49.34, 4. Bp. Honvéd 49.58, 5. Gy.Dózsa 49.97, 6. PAC 50.44, 7. KSI 50.47, 8. TSC 50.67.

4x200 m. Bajnok: Csepel (Bédi Krisztina, Balogh Emese, Csoszánsszky Szilvia, Hrabovszky Tünde) 1:42.99, 2. Bp. Honvéd 1:45.38, 3. KSC 1:46.00, 4. KSI 1:46.93, 5. PAC 1:47.76, 6. TSC 1:48.42, 7. DiAC 1:50.21. A hetedik helyen befutó Gy. Dózsa eredményét (1:49.36) pályaelhagyás miatt megsemmisítették.

4x400 m. Bajnok: Csepel (Bédi Krisztina, Csoszánsszky Szilvia, Pap Klára, Szutter Bettina) 3:56.27, 2. Gy. Dózsa 4:00.04, 3. KSI 4:04.03, 4. KSC 4:04.08, 5. Hungalu 4:06.52, 6. BEAC-MAFC 4:06.74, 7. Bp. Honvéd 4:11.65.

4x800 m. Bajnok: Hungalu (Rosenberg Csilla, Józsa Bernadett, Huszár Rita, Tóth Marian) 9:27.06, 2. VEDAC 9:34.75, 3. Csepel 9:42.58, 4. BEAC-MAFC 9:44.27, 5. KSI 10:09.12, 6. Bp. Honvéd 10:14.37, 7. Kap. Építők 10:27.75.

SERDÜLŐ B-KORCSOPORT (14-15 ÉVESEK)

Fiúk

4x100 m. Bajnok: BEAC-MAFC (Aradi Gergely, Kersity György, Boros Szabolcs, Eckermann Tibor) 44.87, 2. DVSE 45.90, 3. DSI 46.25, 4. UTE 46.25, 5. KSC 47.00, 6. Bp. Honvéd 47.88, 7. Olefin 48.07. Mezőkövesd csapatát (51.16) előváltás miatt kizárták.



Egy jól sikerült UTE-váltás 4x400-on

4x300 m. Bajnok: BEAC-MAFC (Szűcs Miklós, Aradi Gergely, Kersity György, Eckermann Tibor) 2:31.56, 2. NYVSC 2:34.36, 3. UTE 2:35.56, 4. DVSE 2:36.80, 5. SZ.MÁV-MTE 2:38.09, 6. ZAC 2:38.44, 7. DSI 2:39.30, 8. KSC 2:40.40.

4x800 m. Bajnok: UTE (Vass Attila, Bozán Károly, Jakab Károly, Nagy István) 8:33.49, 2. KSI 8:42.89, 3. VEDAC 8:43.43, 4. KSC 8:50.78, 5. SZ.MÁV-MTE 8:51.47, 6. Csepel 8:58.73, 7. BEAC-MAFC 9:05.92, 8. TSC 9:08.07.

Lányok

4x100 m. Bajnok: KSI (Hámori Andrea, Szakács Enikő, Saáry Timea, Horváth Andrea) 49.43, 2. UTE 50.18, 3. NYVSC 50.37, 4. Kap. Maraton 50.50, 5. SZ.MÁV-MTE 51.19, 6. KSC 51.24. Az FTC csapatát (52.14) kizárták, a Gy. Dózsa feladta.

4x300 m. Bajnok: KSI (Hámori Andrea, Szakács Enikő, Belényesi Zsuzsa, Saáry Timea) 2:52.32, 2. ZAC 2:52.83, 3. NYVSC 2:53.59, 4. UTE 2:54.83, 5. FTC 2:56.50, 6. Gy. Dózsa 2:56.79, 7. KSC 2:58.41, 8. Ikarus BSE 2:58.79. A VEDAC csapatának az eredményét (2:53.98) pályaelhagyás miatt megsemmisítették.

4x800 m. Bajnok: BEAC-MAFC (Pásztor Nikoletta, Kálovics Anikó, Zabó Ágnes, Gáspár Csilla) 9:36.14, 2. VEDAC I. 9:44.38, 3. Csepel 9:44.77, 4. Bonyhád 9:53.73, 5. DiAC 10:13.04, 6. VEDAC II. 10:17.54, 7. Hungalu 10:23.50, 8. PVSZK 10:26.12. Az ötödiknek be-

futó Ikarus BSE csapatának az eredményét (10:02.54) pályaelhagyás miatt megsemmisítették.

SERDÜLŐ B-KORCSOPORT (13 ÉVESEK)

Fiúk

4x100 m. Bajnok: SKSE (Nagy Gábor, Szadlis Richárd, Verebélyi Tamás, Ádám István) 49.26, 2. PAC 50.69, 3. Törökszentmiklós 51.62, 4. Szekszárd 51.93, 5. Testvériség 51.96, 6. Favorit 52.28, 7. UTE 52.44, 8. Szf. Ikarus 52.67.

4x600 m. Bajnok: Székesfehérvári Ikarus (Házi Péter, Papp János, Kovács Zsolt, Tólos József) 6:48.52, 2. SKSE 6:49.98, 3. VEDAC 6:57.79, 4. Szekszárd 7:08.75, 5. Törökszentmiklós 7:12.18, 6. UTE 7:17.80, 7. KSI 7:23.44, 8. Reménység 7:41.39.

Lányok

4x100 m. bajnok: SZ.MÁV-MTE (Keskeny Timea, Kovács Gabriella, Koczka Dóra, Őszi Mónika) 53.65, 2. Szekszárd 53.90, 3. ZAC 54.01, 4. VIDEOTON 54.02, 5. VEDAC 54.21, 6. Haladás VSE 54.40, 7. Kőszeg 54.64, 8. UTE 54.68.

4x600 m. Bajnok: VEDAC (Elzein Viktória, Erdős Zsuzsa, Nagy Éva, Burucs Petra) 7:13.20, 2. Csepel 7:21.34, 3. VIDEOTON 7:21.80, 4. Békéscsaba 7:23.48, 5. Bp. Honvéd 7:28.60, 6. PVSZK 7:28.65, 7. SKSE 7:29.65, 8. Pápa 7:29.76.

"Futaszállás"

Utcai futóverseny Szabadszálláson

Májusban rendezték Szabadszálláson a "Futaszállás" elnevezésű versenyt. A kezdetet egy januári nap jelentette, amikor e sorok írója megemlékezett a helybelieknek a verseny ötletét.

A reagálás azonnal rendkívül kedvező volt. A község polgármestere, dr. Bagi István, valamint Kristóf Gábor műszaki főelőadó minden segítséget megígért a verseny sikere érdekében.

Ezután Kertész Sándorné testnevelő tanár igen nagy aktivitással kezdett neki a verseny szervezésének, amelybe többen is bekapcsolódtak. Bíró Imre a községi sporttanácsból és a tanári karból is, különösen a testnevelők sokat segítettek.

A községben végzett propaganda (plakátok) és a testnevelők hatására az általános iskola, valamint a szakközépiskola tanulói mind nagyobb érdeklődést mutattak a verseny iránt. A polgármesteri hivatalból és az üzemekből jobbnál jobb ötletekkel jelentkeztek, például: óvodások is fussanak, az első három helyezettek kapjanak érmet, az első helyezetteknek külön jutalom járjon, minden befutó vászonsapkát kapjon.

A Duna Csokoládégyár szabadszállási üzemvezetősége is értékes ajándékkal rukkolt ki, sok-sok csomag édességet ajánlott fel és osztott ki a befutók között.

A községi rendőrség igen felelősségteljes munkát végzett. A katonaság segítségével lezárta a helység területét és így nyugodt körülményt biztosítottak a versenyre.

A szervezők tíz asztalt és sok széket hoztak át a község házáról a díjaknak és a rendkívül jól mutató tiszteletdíjaknak. A hangosítást is jól megoldották, az eredményhirdetéshez emelvényt készítettek. A verseny előtt a tanárok felfestették az útestre a rajtnelyeket és a cél helyét.

A nagy igyekezetet jutalmazta és a verseny hangulatát javította a gyönyörű májusi időjárás is.

10 órakor a sok jelenlévő felfokozott érdeklődéssel fordult az óvoda felé vezető út irányába, mert a rendőrségi autó vezetésével a 100 főnyi kisóvodás mezőny, szüleik kíséretében, a verseny első futamának (600 m) céljához érkeztek. Az óvodásoknál sorrendet nem állapítottak meg, így minden résztvevő nagy örömmel

vette át a csokoládégyár ajándécsomagjait és az emléklapokat.

A további futamokban minden befutó emléklapot és vászonsapkát kapott. Az első három helyezetteknek, felkért díjátadók ünnepélyesen adták át az érmeiket és az ajándékokat.

Az 1-2. osztályos fiúk és lányok 70 fős futama a polgármester rajtjelére indult, s közel 1 km-t futottak. A győzelmet Bognár Ferenc, illetve Varga Orsolya vívták ki.

A 3-4. osztályos fiúk és lányok kb. 1500 m-t futottak. A 82 főnyi induló közül a fiúknál Ujvári Zsolt, a lányoknál Vermes Anita érkezett elsőként a célba.

Az 5-6. osztályosok is kb. 1500 m-t futottak (96-an indultak). A fiú győztes Sztojka János, a lány győztes Somogyi Mária lett.

A 7-8. osztályos fiúk kb. 3000 m-t, a lányok kb. 1500 m-es távot teljesítettek, a rajthoz állók száma 100 fő volt. A fiú győztes Ajtai Tamás, a lány győztes Jávor Katalin volt.

A 15 éves és idősebb férfiak kb. 3000 m-t, a nők kb. 1500 m-t futottak, az indulók létszáma 65 fő volt. A férfiaknál Rippl Róbert, a nőknél Fóni Mária győzött.

A verseny abszolút győztese Tabajdi József, a neves hosszútávfutó, a község szülötte volt, akit a verseny

díszvendégeként üdvözöltek és nagy tisztelettel vették körül.

A hat futamban összesen 518 fő indult. A verseny alatt minden futamot nagy tapsal kísérték a nézők és az éppen nem futó versenyzők. Nagyon megható volt ahogyan a mezőnyben futó testnevelőket és tanárokat, valamint a gyermekorvosnőt óriási hangerővel biztatták a tanulók.

A verseny alatt nagyon sok dolga volt az ajándékosztóknak. Szép volt nézni a sok ajándéksapkás gyereket és a nyakukban az érmet büszkén hordozó, helyezést elérő gyermekeket. A verseny komolyságát emelte a rendkívül jól mutató rendőrségi felvezető autó és a futamokat záró autó.

Ki kell emelni a község önkormányzati szervének hathatós támogatását, a csokoládé üzem vezetésének, a malom vezetőjének és a varroda dolgozóinak felajánlásait és segítségüket. A verseny előkészítésében, lebonyolításában, irányításában, valamint a szervezésben és a rendezésben részt vevők sportági szakszempontról is mintaszerű munkát végeztek. A sport, az atlétika feledhetetlen ünnepévé tették az első "Futaszállás" utcai futóversenyt Szabadszálláson.

Z.G.

Tisztújítás a MAC-ban: Kálnoki Kis Sándor az új elnök

Az 1875-ben megalakult első magyar atlétikai egyesület, a Magyar Atlétikai Club (MAC) működését a második világháború után törvénytelenül betiltották. Több mint negyven évi kényszerű hallgatás után 1989-ben a régi versenyzők újból életre hívták a patinás klubot. Az újjáalakult klub elnökének dr. Szerbák Eleket, a huszas évek második felének többszörös hosszútáv-futó bajnokát, a MAC 27. örökös bajnokát választották meg, de sajnos a kiváló sportember 1990 telén, 86 éves korában elhunyt. Utóda Rajcsányi László, a háromszoros olimpiai és ugyancsak háromszoros világ bajnok kardvívó lett, aki azonban 85 éves korára való tekintettel lemondott az elnöki tisztéről, azzal, hogy nem búcsúzik, mert, amíg erővel bírja, továbbra is dolgozni óhajt szeretett klubja érdekében.

Ilyen előzmények után április 28-án Gallov Rezső államtitkár, az OTSH elnöke és Schmitt Pál, a MOB elnöke jelenlétében tartotta meg közgyűlését MAC, amelyen Kálnoki Kis Sándort, a közlekedési, hírközlési és vízügyi helyettes államtitkárt választották meg egyhangúlag az újjáalakult klub harmadik elnökének, míg Rajcsányi László tiszteletbeli elnök lett. A további fontosabb tisztségeket a következők töltik be:

ügyvezető alelnök:	dr. Phillipovich Károly
főtitkár :	Pető Béla
titkár :	Bartháné Szabó Aranka
sportszaktanácsadó:	Szabó Miklós
alapítványi elnök :	Csépánfalvy Géza

Kálnoki Kis Sándor, a MAC újonnan megválasztott elnöke a tisztújító közgyűlés után így nyilatkozott:

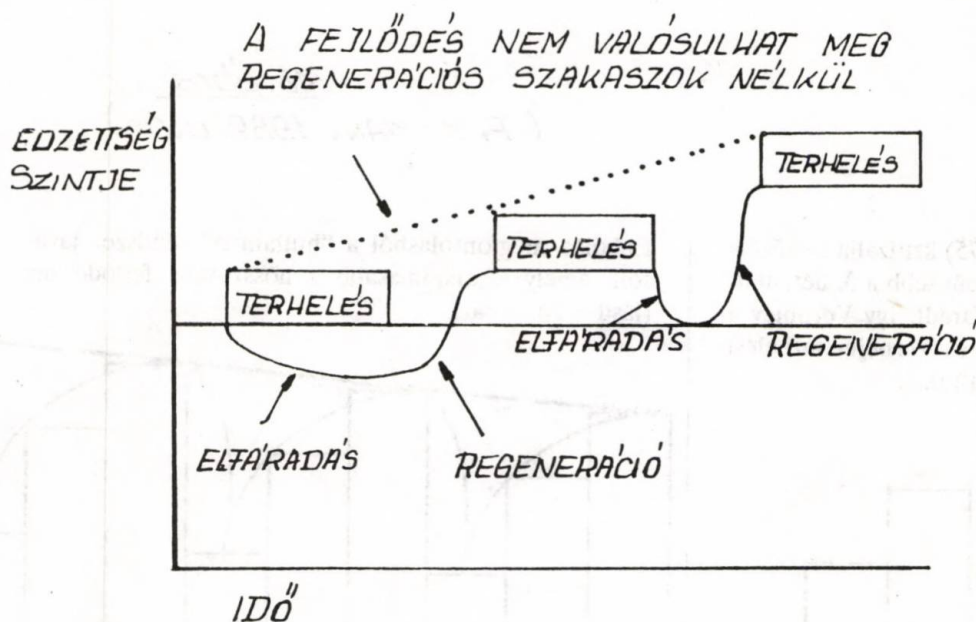
- Most kaptam meg a klub tagsági igazolványát, mert eddig még nem voltam MAC-ista. Fiatal koromban néhány évig a MAFC-ban futottam. A klubbal minisztériumom margitszigeti csónakháza és tenisztelepe ügyének tárgyalása során kerültem kapcsolatba és örömmel vettem az elnöki tisztre való megítélt felkérést, annál is inkább, mert már korábban is voltak MAC-ista barátaim, mint például Homonnay Tamás, a sokszoros rúdugró bajnok.

A jövőt illetően úgy érzem most, mint akinek mindkét kezét fogják. Az egyiket az idősebb korosztály, akitől én, a középkorú, átveszem a stafétabotot, hogy átadjam a fiataloknak, elsősorban a MAC-isták gyerekeinek, unokáinak, hogy ők is sportoljanak. Hallom, hogy már rendeztek atlétikai versenyeket, jó lenne azokat folytatni és egy-két szakosztályt létrehozni.

A közép-, hosszútávfutók korszerű felkészítésrendszere

II. rész A mezociklus felépítése

A mezociklus kialakításánál is a mikrociklus az építkezési alapelem a beépítést és a fejlődést tekintve. Köztudott, hogy ha a nap - nap utáni terhelések adagolásában hiba történik, akkor minden más is kárba vész. Azonban ha sikerül is megtalálni a terhelés optimális szintjét, akkor sem csinálhatjuk ugyanazt a végtelenségig a folyamatos fejlődés reményében. A fejlődés nem valósítható meg folyamatosan a kellő pihenő beiktatása nélkül. A fejlődés folyamatát jól érzékelteti a 17. ábra.



17. ábra

(LYDEN, 1990. után)

Fontos kérdés, hogy milyen hosszú ideig, meddig fokozható a közép- és hosszútávfutók edzése, mikor válik szükségessé a regenerációs vagy pihenő hét. Ennek az időtartama a metabolizmus fokától függ.

A távfutók általában egy 3 hetes fokozódó terheléssel kezdenek a regeneráló hét előtt. Amikor intenzívebb edzésekbe kezdenek, akkor már rátérnek a 2:1 (edzés: regeneráció)-es "hullámmásra" (Bowermann, 1974., Freeman, 1989).

Összegezve, minél nagyobb a terhelés és magasabb az intenzitás (pl. minél mélyebb a metabolizmus), annál gyorsabban igénylik az atléták a regenerációs vagy pihenő hetet. Ebből az a következtetés vonható le, hogy az atlétikai felkészítés előrehaladtával (a minőségi

munka szerepének növekedésével) az egyes mezociklusok rövidülhetnek, de gyakoriságuk fokozódik!

A 18. ábra mutatja a különböző edzési periódusokban elvégzendő munka időtartamát, illetve az ehhez kapcsolódó edzettségi szintet.

A "megszokás" (az alkalmazkodó képesség csökkenése) a másik probléma, amit el lehet kerülni, a kellő időben alkalmazott úgynevezett pihenő hetek beiktatásával. Ahogy haladunk az általános munkától az egyre speciálisabb edzések felé, úgy a változások már 1 hónapos ciklusra esnek. Igaz, hogy már az alapozás során a speciálisabb részekre is szükséges időt szentelni,

(pl.: edzésversenyek stb.), ha azok a "beépítő" munkát nem zavarják.

Közvetlen kapcsolat figyelhető meg a regenerációs hét vagy pihenő hét és az előző edzések stabilizációja és megszilárdulása között. A regenerációs hét végén jöhet el az idő arra, hogy versenyezzünk, amely verseny a beépült edzés-terheléseket megszilárdítja. Ez időszakban a verseny már konkrét támpontot nyújthat a versenyző edzettségi szintjéről. A kapott információ aztán felhasználható a következő mezociklus edzéstervének a kidolgozásához.

A teljesítmény potenciális visszaesése a nagy terhelésű munka hatására jön létre. Az eredő "felugrást", a

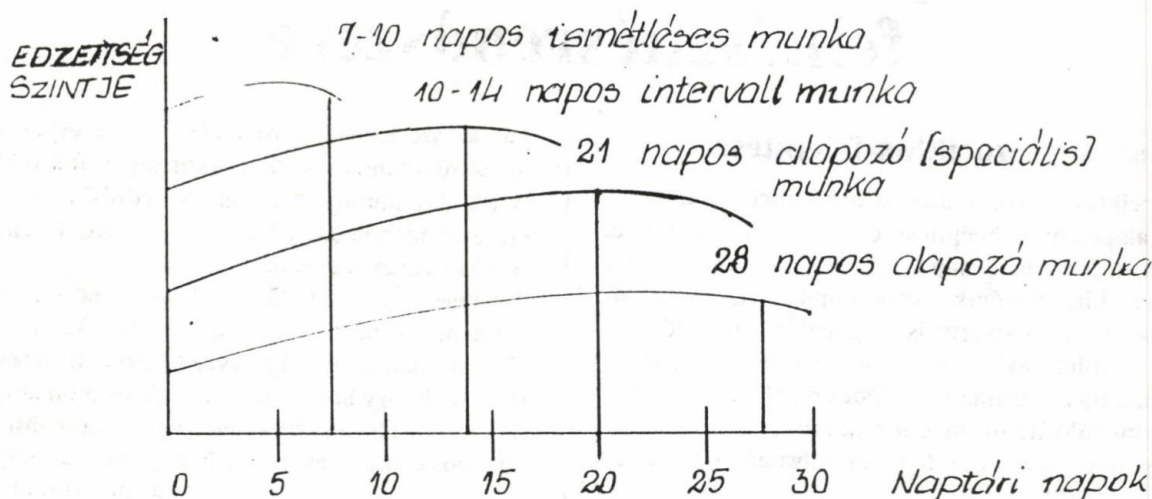
forma felfutását, mely a pihenő héten történik a későbbiekben mutatjuk be (Harre, 1982).

Ezekután tekintsük át a mezociklus szerkezetét és a terhelés felfutását.

Azt a hatásrendszert, ami magában foglalja a szuperkompenzációs jelenséget és a változtatás szükségességét, népszerűen "terhelésugrásnak" nevezzük. Ez a rendszer a külső terhelés hullámmásával mintegy fizikai-pszichikai "rendszer telenséggel" készíteti a szervezetet a megfelelő adaptációs folyamatra (Pedemonte, 1982).

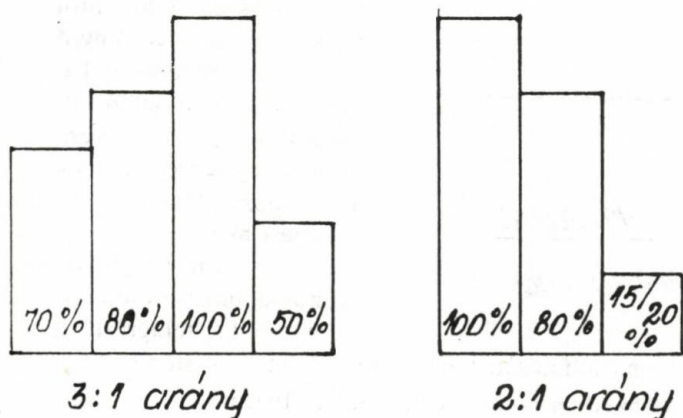
Matvejev (1981) 3 hetes terhelést és egy hét aktív pihenőt javasol.

A MESO - CIKLUSOK HOSSZA



18. ábra
(FREEMAN, 1989. után)

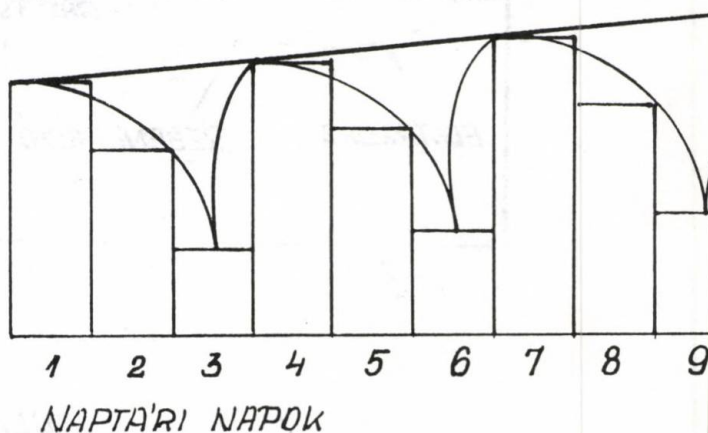
Ezzel kapcsolatban Vorobjev (1975) kritizálja kollégája elméletét, mondván, hogy a legnehezebb a 3. hét, amikor a versenyző már általában fáradt. Így Vorobjev a 2:1-es arányt javasolja. Matjejev és Vorobjev terhelési elképzeléseit a 19-es ábrán láthatjuk.



19. ábra

Az ábrák elemzése igen fontos, mert elénk tárja az előbbiekben már tisztázott koncepciót és emellett hasonló fontosságú új információkat is tartalmaz. Az edzés célja, hogy a terhelés és a teljesítménykapacitását növelje a versenyzőknél. Ez a fejlődés azonban az ideális egyenes mentén elképzelhetetlen.

Ebből a megfontolásból a "hullámzó" rendszer javasolt, amely legalkalmasabb a hosszútávú fejlődéshez (lásd a 20. ábrát).



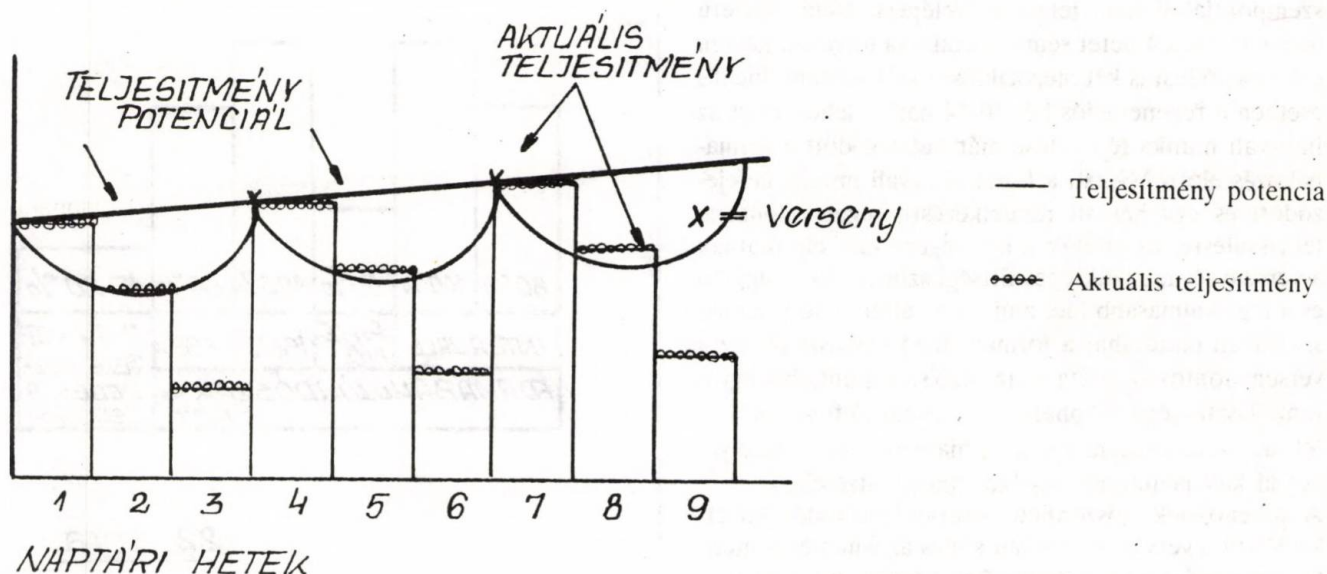
20. ábra

Az első héten 100%-os terjedelem javasolt. Ahhoz, hogy az első hetet 100%-osan kezdje valaki, frissnek kell lennie fizikailag és pszichikailag egyaránt. A 100%-os hét után az atléta biztosan fáradt lesz. Következésképpen a "külső" terhelést le kell csökkenteni 80%-ra, mivel a "belső" terhelés a fáradtság miatt úgy is magas marad. Természetesen a 80% értéken egyénileg változtatni lehet és kell is az egyes versenyzők igényének megfelelően. A harmadik héten szuperkompenzációs hatások zajlanak le egy regenerációs hét formájában. A harmadik hét csökkentett terhelése egy rö-

vid "fellendülést" eredményez ahhoz, hogy az új 100%-os hét hatékony legyen. Ezen felül, a regenerációs hét után egy hirtelen lökésszerű kemény edzés új ingerként hat a neuromusculáris rendszerre. Különösen a versenydőszakban kell ezt a fellendülést elérni és figyelembe venni. Tulajdonképpen a pihenést követően a terhelést megemeljük a versenyszintre és ez mindig egy szintre áll be a regenerációs héten (Pedemonte, 1982). A 21. ábra a mezociklus edzésterhelését mutatja be az aktuális és a potenciális teljesítményszintek figyelembe vételével.

általában eszköz jellegű verseny az alapozás során) úgy a **Vorobjev** szerkezet kerül előtérbe. Ez az egy alkalom lehet csak kivétel, amikor az alapozás szakaszában érdemes eltérni a **Matvejev** modelltől, melyben a terhelések fokozatosan növekednek az egymást követő hetek alatt (lásd 19. ábra).

A másodalapozó (speciális) periódusban az edzések kihangsúlyozása erősen lecsökken a mezei futások időszakában. Bármilyen hihetetlenül hangzik is, de a középtávfutók általában csak 3-4 hetes magas szintű munkát végeznek a pályaversenyek előtt (Pedemonte,



21. ábra
(LYDEN, 1990. után)

Az oszlopdiagramok mutatják az edzésterhelés nagyságát és az atlétikus munka terjedelmét, míg a folyamatos vonal mutatja a versenyző teljesítőképességének a potenciálját. Az aktuális munka teljesítményét a szaggatott vonal ábrázolja és ez közvetlen hatással van az edzésterhelés nagyságára.

A versenyek helyes elhelyezése mindig a regenerációs hét végére történjen, hogy kellően ellenőrizhessük a forma fejlődését és az edzések megszilárdulását a stabilizáció beépüléséig.

A mezociklus szerkezete a különböző felkészülési időszakok alatt

Ezek után lehetőség kínálkozik arra, hogy a mezociklus szerkezetét megtárgyaljuk az alapozó, a speciális alapozó és a formábahozó időszakokban.

Az alapozás kezdeti szakaszában a munka minősége alacsony, így nincs akadálya annak, hogy 3 hetes terhelést végezzenek az atléták mielőtt a regenerációs hét következne. Azonban ahogy az alapozó munka minőségileg is növekszik, szükségessé válik a 2:1-es periodizálás. Amennyiben egy fontos verseny közbejön (ez

1982.; Harre, 1982) tehát a legáltalánosabban kialakult gyakorlat az, hogy 2-3 hetes fejlesztő munka után egy regenerációs hét következik, amely meghatározza a következő 3-4 hetet. Nem tanácsos a másod alapozó szakaszt 5 hétre tervezni, vagy versenyekkel teletűzdelni. A speciális alapozó időszakban tehát a **Matvejev** modellt érdemes alkalmazni. Az a legjobb tervezés, ha egy adott periódus lezárását egy verseny vagy egy felmérés követ. Ez lehetővé teszi a következőket:

- az elvégzett előző periódus edzőmunkájának megszilárdulását;
- az atléta formájának ellenőrzését;
- lehetővé teszi, hogy a versenyző a következő időszakot frissen kezdhesse (Lyden, 1990).

A formábahozó időszak a nagy erő kifejtést igénylő intervall és ismétléses edzéseket foglalja magában. Ebben az időszakban az atléták általában egyre többet versenyeznek. Mindenesetre az anaerob munka hatására mélyebb metabolizmusok adódnak, így elmondható, hogy a formábahozó munka tartalmazza a legtöbb stresszt az atléták felkészülésében.

A formábahozás idejét általában a leghíresebb edzők 3 hétben állapítják meg. (Sok női versenyző a tapaszt-

talt idős futók is, akik 3000 - 10000 m-en versenyeznek, nem szoktak 4 hétnél hosszabb formábahozó periódust tartani.) Ez kb. 33-35 nap közti időt vesz igénybe a régebben versenyző középtávfutóknál, akik 800 - 1500 m-re készülnek. Egyébként Lydiard (1970) kísérletezte ki ezt a "bűvös" számot az évek hosszú során és a következő gyakorlati és fiziológiai törvényszerűségekkal magyarázza ezt. Az emberi szervezet 4 hétnél hosszabb formábahozó munkát nem kíván. Amennyiben a munka ezt az időtartamot meghaladja, csökken tevékenységének intenzitása, "lazít" és ez a versenyteljesítmény szempontjából nem jelent előrelépést. Nem célszerű azonban ezt a 4 hetet sem egy ciklusra tervezni, hanem ezt a periódust is két mezociklusra kell bontani. Ideális esetben a regenerációs hét 10-14 nap is lehet, mert az intervall munka fejlesztése már befejeződött a formábahozás előtt. Miután a korai intervall munka befejeződött és egy hét áll rendelkezésre regenerálódásra, felfrissülésre, az atléták a hét végére már eljuthatnak a versenyzéshez szükséges fittségi szintre. Ez a legjobb és a legalkalmasabb idő, amikor az atléta a fő versenyszámában elindulhat a formábahozó szakaszban. Ez a verseny fontos az atléta és az edző szempontjából egyaránt. Tiszta képet kaphatnak a versenyző fittségéről és fel tudják térképezni azokat a hiányosságokat, amelyeket ki kell javítaniuk az elkövetkező edzéseken.

A pihenőknek köszönhető energiatöltődés következtében a versenyző jobban képes az ismétléses munka elvégzésére a formábahozó szakasz utolsó 7-10 napján.

A tapasztaltabb (idősebb) versenyzőknél az ismétléses munka a "küszöb" értékeket célozza meg. Ez az egyedüli alkalmas időszak, amikor az edzések meghaladják a 3/4-es erő kifejtést és még a sportforma pozitív fejlődését idézik elő. A terhelést azonban még az idősebb versenyzőknél sem tanácsos a teljesítőképeség 90%-ánál magasabbra emelni.

A fiataloknál azonban a "küszöb" terhelést sem szabad a 3/4-es zóna felé vinni.

Matvejev modellje jól illusztrálja a hetente fokozódó terhelést, amellyel a legnagyobb fejlődést lehet elérni a formábahozás kezdetén. (Ez az első 10-14 napra tehető a pihenő hét előtt.)

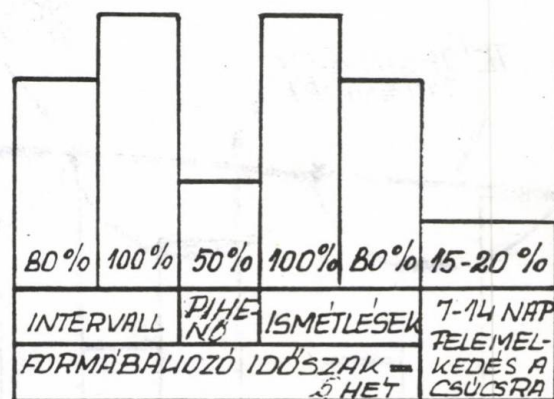
Mint már korábban említettük, **Vorobjev** hibáztatja a **Matvejev** modellt (nem alaptalanul), hogy a legnagyobb terhelést jelentő hét a formábahozáskor is az utolsó hétre esik.

Az első 10-14 napot követően (**Matvejev** modell alapján) egy regenerációs hét következik. Ezután a **Vorobjev** modell alapján felépített 7-10 nap következik. Ez a két mezociklus modell azután újra újra visszatér.

A **Vorobjev**-féle modell, mint láttuk egy 100 %-os terheléses héttel kezdődik, melyet egy 80- és egy 15-20 %-os hét követ. Ez a 15-20 %-os regeneráló hét jelenti a versenyző időszak kezdetét, mely úgy 7-12 nap alatt eléri a csúcsteljesítmény plafonját, amit 2-3 hétig tartani lehet.

Vorobjev modellje egy maximális "felszökkenést" eredményez és a már említett 7-12 napos szakaszban éri el a csúcspontot. Ahogy azt a későbbiekben tárgyaljuk, ez a csúcspont lehetővé tehet egy tisztes eredményt, néha 2-4 héttel a kívánt csúcsforma előtt. A 22. ábra jól szemlélteti az alkalmazkodás mezociklus modelljét a formábahozáskor.

MEZO-CIKLUS FELEPÍTÉSE A FORMÁBAHOZÓ IDŐSZAKBAN



22. ábra

(GAMBETTA, 1988. után)

Megkülönböztethetünk regeneráló, stabilizáló mezociklusokat. Az előző mezociklus munkájának és a szokottnál hosszabb pihenő szakasz következtében egy olyan túlkompensáció következik be, amely eljuttatja a versenyzőt a csúcsteljesítményhez. Az atléta ilyenkor határtalan élénkség, frissesség állapotában van (amennyire azt az eddig elvégzett munka megengedi) és így kezdheti el a csúcsteljesítmény szakaszát.

Az atléta a versenyek sorozatával és a mikrociklus alapelveinek a betartásával szinte "kiszalad" a versenyzői időszak mezociklusából.

Az átmeneti időszak jelenti a levezetést a versenyzői időszak "megpróbáltatásai" után. A legtöbb atléta nem tud 2-3 hétnél tovább csúcsformában lenni. Azt a mezociklust, amelyben a csúcsra feljut a versenyző és csak egy-két versenyen vesz részt, egyszerű, vagy alap mezociklusnak nevezzük. Vannak azonban olyan hetek, amikor a fontos versenyek egymástól távolabb vannak 7-10 napnál.

A nagy versenyekre általában 10-21 nappal a hazai bajnokságok előtt kerül sor. Ebből a tényből kiindulva látható, hogy egy fenntartó, stabilizáló munkára van szükség ezekben az időszakban (pl.: egy vagy több olyan edzésre, amely beépülést eredményez). Ilyenkor azonban az erő kifejtés alacsonyabb az előző periódusokhoz képest, és főleg az intenzív edzések gyakorisága csökken. Ezt

az időszakot úgy definiálhatjuk, mint karbantartó, vagy stabilizáló verseny mezociklus.

Az is előfordulhat, hogy a világversenyek hetekkel - hónapokkal a nemzeti bajnokságot megelőzően zajlanak le. Előfordulhat azonban olyan helyzet is, amikor egy világklasszis atléta februárban elindul az USA Mezei Bajnokságán csapatban, majd a március közepi Mezei VB-n, aztán az amerikai bajnokságon vagy olimpiai válogatón júniusban és a szeptemberi világversenyen is. A leírtak alapján általában szükségeszerű a munkát egy olyan mezociklussal elkezdni, melynek a feladata az alapképességek fejlesztése, pl.: alapozó és erősítő munka. Ezt egy regeneráló ciklus követi, majd egy vagy több stabilizáló mezociklus, mely már tartalmaz minőségi munkát is, amely szükséges ahhoz, hogy a versenyző formába lendüljön és beléphessen a következő periódusba, melynek verseny mezociklus a neve (Freeman, 1989).

Mielőtt azonban a részletek tervezésébe fognánk, szükséges egy nagyobb makrociklus vagy időszak tervezése, amely a forma fejlődését tartalmazza a verseny mezociklus előtt. Megkülönböztetünk 7, 10, 14, és 21 napos "beépítési" mezociklusokat, amelyek az alapokat jelenthetik a másodalapozó és formábahozó időszakokban.

A különböző típusú mezociklusok edzéstervében szereplő rövidítések:

MENNY = mennyiségi munka

AP = aktív pihenő

NV = nagy verseny

KP = könnyű pihenő

VV = válogató verseny

PP = passzív pihenő

VEN = verseny előtti nap

MIN = minőségi munka

7 napos mezociklus

1. PP
2. Minőségi munka 3/4
3. AP
4. MIN 1/2
5. AP
6. MIN 1/4
7. MENNY 1/4

10 napos mezociklus

1. PP
2. MIN 3/4
3. AP
4. MIN 1/2
5. AP
6. MIN 3/4
7. MENNY 1/4
8. MIN 1/2
9. AP
10. MENNY 1/4

14 napos mezociklus

1. PP
2. MIN 3/4
3. AP
4. MIN 1/2
5. AP
6. MIN 3/4
7. AP
8. MIN 1/4
9. PP
10. VV 3/4
11. AP
12. AP
13. VEN
14. NV

21 napos mezociklus

1. PP
2. MIN 3/4
3. AP
4. MIN 1/2
5. AP
6. MIN 3/4
7. MENNY 1/4
8. PP
9. MIN 3/4
10. AP
11. MENNY 1/2
12. AP
13. MIN 1/4
14. AP
15. MIN 1/4
16. PP
17. VV
18. AP
19. KP
20. VEN
21. NV

(Lyden, 1990. után)

Dr. Szécsényi József - dr. Molnár Sándor



A MAGYAR ATLÉTIKA TÁMOGATÓI 1992.

Gyémánt szponzor – Magyar Hitelbank



Arany szponzorok – ADIDAS Budapest Kft.



– TRICOTEX Rt.



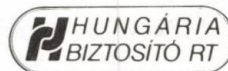
– CO-MARK Kft.



– ELVA Kft.



– HUNGÁRIA Biztosító Rt.



Bronz szponzor – HTD Kft. (Szaknévsor)



A női Európa Kupa-csapat támogatója

– INTERAG Rt.



Mindenféle

Aki 1990-ben részt vett a New York-i maratonin és előző nap elment a Sheraton Hotelba a rajtszámaért, annak talán feltűnt a várakozó sor a számkiadás mellett. Ez egy standhoz vezetett, ahol **Carl Lewis** autogrammkártyáit osztogatta.

"Jelenleg nem tudok futni, de a térdoperációmmal elégedett vagyok" - mondta az öt faggatóknak. És lassan felsántikált a lépcsőn. Az első verseny sem volt a legbiztatóbb 10.40-es idejével. Sokan gondolták, hogy a 30 éves olimpiai bajnok ideje lejárt.

Június 14-én az amerikai bajnokságon Carl Lewist a New York-i meditációs- és sport-guru, Sri Chinmoy társaságában lehetett látni. Ő először a Los Angeles-i olimpiai játékok előtt segített Carl Lewisnak mentális gyakorlatokkal és meditációs technikákkal. Úgy tűnt, hogy a találkozás új energiákat hozott felszínre Carl Lewisban. Egy rontott rajt után 9.93-at futott. Ugyanakkor barátja és edzőtársa, Leroy Burrell 9.90-nel új világcsúcsot futott. Carl Lewis ismét jelen volt.

A világbajnokság döntőjének reggelén Sri Chinmoy felhívta, hogy utolsó lelki instrukcióit megadja: *"Társaidat ne ellenségnek nézd. Igyekezz a legjobb formádat adni és egyedül a sebességedre gondolj. Ha a verseny alatt másvalakire gondolsz, te belépsz az ő tudatába és akkor elveszíted a saját tudatodat."* Edzője, Tom Tellez élete legjobb formájába hozta: hogy a rajtnál jobban gyorsulhasson, Szöulhoz képest már az előfutamoknál kevésbé emelte magasra a térdeit. A végeredmény ismert: 9.86. Ez egy sporttörténelmi esemény volt: nem csak Carl Lewis, de Leroy Burrell is a régi világcsúcs alatt maradt és hat versenyző egyéni legjobbját futotta. De kevesen tudják, hogy Carl Lewis 14 aranyérmének megszerzésében jelentős része van a meditációnak és a kitűnő koncentrációs készségnek. *"A legfontosabb az volt, hogy magamat egész idő alatt lelkileg felkészíttem. A verseny előkészületei során mindig nagyon fontos, hogy lelkileg felkészült legyek az ember. Ilyenkor én teljesen a futópályára koncentrálok.... A futópálya az a hely, ahol minden eldől."* A tokiói döntő után az amerikai NBC televízióknak adott interjújában Carl Lewis meditációs mestere mellett megemlítette családjának a jelentőségét is, amely magába foglalja az egész Santa Monica Track Clubot is. Fenn a lelátón Carl és Leroy édesanyját lehetett látni, amint átölelik egymást. Leroy, akit kezdetben még maga Carl Lewis edzett, így vélekedett: *"Mi lehetne illőbb, mint minden idők legjobb 100 m-es futásában a saját világcsúcsát megdönteni az embernek és azt mégis elveszíteni a legjobb barátja által?"*

Sri Chinmoy néhány nappal később a következő ajánlással kapta meg a világbajnoki cipőket: *"9.86. A gurunak köszönettel Sudhahota."* (Sudhahota Carl Lewis spirituális neve, amelyet 1983-ban kapott Chinmoytól.)

★

Roberta Gibb, az első nő, aki végigfutotta a bostoni maratont, 1966-ban, amikor még azt tartották, hogy a nő sem fizikailag, sem pszichikailag nem alkalmas ilyen hosszú futásra.

"Néha azt hiszem, - mondta egy alkalommal - hogy a futónak az úgynevezett gyönyör legmagasabb pontja az, amikor kétségtelenül behatol a jelen pillanatba és hirtelen egyidejűleg megéri az emberi érzékelést, eltelve mindazzal a csodával, ami ezen a csodálatos világon létezik. Gyakran idézi Joseph Campbell, a másik híres maratoni futó mondását, aki fután közben azt érzi: "Itt és most - ez az örökkévalóság".

★

Michael Johnson valószínűleg felborítja a barcelonai olimpiai játékok régen eltervezett programját. Azért, hogy a 200 m-es világbajnok, aki feltételezhetően rajtol a 200 m-es és 400 m-es döntőben is, indulhasson ugyanazon az estén, a 200 m-es döntőt éjfélre kell halasztani. Ezt a javaslatot Primo Nebiolo, az IAAF elnöke tette. A 400 m-es döntőt augusztus 5-én 20.20 órára tervezték, ezt követné fél órával később a 200 m-es döntő.

★

Az angol olimpiai bizottság a doppingvétségen, drogok szedésén tettenért sportolókat életük végéig eltiltja a versenyzéstől. Ez kizárólag az olimpiai játékokra való nevezésre és az azon való részvételre vonatkozik. Az angol nemzeti olimpiai bizottság tagjai 22:2 arányban, 5 tartózkodás mellett fogadták el az indítványt.

★

Valerij Borzov, az 1972-es müncheni olimpia győztese 100 és 200 m-en, a jelenlegi ukrán sportminiszter és Ukrajna Nemzeti Olimpiai Bizottságának elnöke, meg van győződve arról, hogy 9,8 mp alatt csak doppinggal lehet győzni. *"Biztos vagyok benne, hogy ez az emberi teljesítőképesség határa"* - mondta Juan Antonio Samaranch-csal, a NOB elnökével való találkozása után.

★

A freiburgi Sri Chinmoy-futóközösség novemberben elhatározta, hogy meghódítja magának a mediterrán Mekkájának legalább egy részét. De nem egyedül és mászva, hanem futva és versenyszerűen leküzdve a Himaláját. 16 futóból csoportot szerveztek, a legfiatalabb

28 éves, a legöregebb 60 éves volt. A csoporttal együtt futó 40 éves elzászi orvosnak, Pierre Zicklernek csak apróbb bajokat kellett orvosolni, de állandó készenlétben volt egy mentő helikopter is a nepáli kormány jóvoltából.

A Himalája hegyi maratoni két futónapból állt, amit versenyként értékelték. Ezután következett a kirándulás az annapurnai bázistáborhoz és vissza Pokharába, végül Katmandu városának meglátogatása. A verseny maga két egymást követő napon, egyenként kb. 21 km megtételéből állt. Az első napon indulás Pokharából (700 m tengerszint fölött) és a cél az 1800 m tengerszint fölötti Chandrakot, egy kis hegyi falu, távol a civilizációtól, majd 500 m-rel lejjebb a völgyben az éjszakai tábor, festői környezetben. A második napon Birethani (1200 m tengerszint fölött) táborhelyéről volt az indulás. Az út bambuszerdőkön, teraszos tájakon és rhododendron erdőken keresztül vezetett fel meredeken 3000 m magasba. A célállomás Gohrepani, ahol a levegő már érzékelhetően ritkább. A csodálatos kilátás innen már rövid idő alatt feledtette az út megpróbáltatásait. Aki ide felér, joggal tekintheti magát győztesnek, de mivel verseny, tehát eredményhirdetés is volt. A győztes a 60 éves Klaus Pabst lett 6 óra 48 perccel (első nap: 3:02, a második nap 3:46). A második a 42 éves Peter Schorr 7:38-cal és harmadik a 40 éves orvos, Pierre Zickler lett 9:09-es idővel.

★

Az 51 éves **Wilma Rudolph**, az amerikai vágótároló legenda, visszatért szülővárosába, Nashville-be, hogy ott a Bapstista-kórház helyettes vezetője legyen. Wilma Rudolph Rómában az 1960. évi olimpiai játékokon aranyérmet nyert 100 m-en, 200 m-en és a 4x100-as váltóval.

★

Előreláthatóan rekord számú résztvevővel, 624 sportolóval indul a barcelonai nyári olimpiai játékokon az Egyesült Államok csapata. Ennek nagyobb részét az atléták teszik ki, 141 fővel.

★

Carl Lewis (30) Barcelonában a nyári olimpiai játékok alatt nem az olimpiai faluban lakik majd. Los Angeles négyszeres aranyérmese és Szöul kétszeres olimpiai bajnoka a 35 km-re levő Sitgesben fog megszállni.

★

Az erfurti **Sabine Busch** (29) befejezi sportpályafutását. Az 1986. évi Európa-bajnoki második és az 1987. évi világ bajnoknő 400 m gáton, 1987 óta egyre erősebben kínlódott lábproblémáival, annyira, hogy az 1991. világ bajnoki évben a tervszerű edzés lehetetlen volt számára. Sabine Busch most az ugyancsak

visszavonult Kathrin Schreiterrel dolgozik együtt a thüringiai szociális minisztériumban.

★

Heike Drechsler (27), a jénai világklasszis távolugrónő lesz a követe a 2.000. évi nyári olimpiai játékokért való berlini pályázatnak. Ezt szülővárosában, a Berliner Olympia GmbH egy bemutatóján jelentette be. Heike Drechsler az olimpiai eszme elfogadtatásáért akarja magát exponálni a nyilvánosság előtt. A szövetségi német fővárosban tartandó olimpia képét, mint a német sport nagy lehetőségét látja.

★

Bár egy ritka kombinációt nyert meg: Nagoya, London, New York, a lengyel **Wanda Panfil** az elmúlt év augusztusáig a női maratoni futásnak csak mellékszereplője volt. A 32 éves maratoni specialista 1989-ben ment férjhez a mexikói 10.000 m-es hosszútávfutóhoz, Mauricio Gonzalezhez, de továbbra is lengyel színekben versenyez. „1985-ben az olaszországi Borionban találkoztunk, egy 10 km-es országúti verseny díjkiosztásán, és ez több lett egy 'futó-barátság' - mondja Wanda Panfil.

„Nem volt könnyű, mert egy levél sokszor másfél hónapig ment Lengyelországból Mexikóba. Családom kérdezte is, miért töröm magam egy ismeretlen után, de én azonnal tudtam, hogy ő lesz a férjem. Amikor Szöulban a 21. helyen végeztem (Gonzalez 11. volt 10.000 m-en), végleg Mexikóba költöztem. A lengyel csapattal nem volt problémám, ők csak informálódni akartak a versenyekről. Így egyénileg edzítettünk és terveztük a versenyünket és ők minden alkalommal örültek, ha jól futottam.”

Erre akadt is bőven alkalom! 1991-ben Bostonban, a 10. maratoni versenyén a világranglista 5. helyére lépett elő. Ezután Tokió következett a vb-győzelemmel. „Ezzel egyik legnagyobb álmom teljesült, világ bajnoki érmet szereztem, ami eddig még sohasem sikerült. Együttal második célom is megvalósult, 1991-ben Nr. 1. lettem.”

Sokáig mindenesetre nem pihenhet, mert nyomában már ott fut honfitársnője, a 23 éves Kamilla Gardus. Wanda mindenesetre szorgalmasan készül Toluca mellett, egy közkedvelt edzőhelyen, jó messze az igen szennyezett levegőjű Mexikóvárostól.

★

„A tokiói világ bajnokságon maratonin szerzett bronz-érmével a háta mögött, fényes jövő vár **Steve Spence-re**” - írja a „Runner's World” című lap. Arra a kérdésre, hogy tud-e javítani tokiói eredményén és az idén olimpiai aranyat nyerni a maratoni futásban, S. Spence így válaszolt: „Nem mondhatom, hogy biztosan én nyerek az aranyat, de ez egy reális cél. Megtörténhet.”

1962. május 9-én született, 1990-ben első lett az Egyesült Államok bajnokságán 2:12:17-es eredménnyel.

nyel, jelenleg is tartja az amerikai rekordot 15 km-en és a legjobb időt futotta 1991-ben 12 km-en.

Sikereit azzal érte el, hogy a szokásos eredményeket - tehetség, elhatározottság, türelem - összekapcsolta a következő három, szokatlan megközelítési szemponttal:

1. Vegetáriánus táplálkozás.

„Régebben hozzászoktam ahhoz, hogy úgy érezzem: bárki, aki sok-sok mérföldet lefut, csaknem bármit meg-e-het. Most éppen az ellenkezőjét hiszem. Sok mérföldet futni azt jelenti a számomra, hogy mindig borotvaélen táncolok a tökéletes fittség és a megfázás vagy valami ehhez hasonló között. A vegetáriánus táplálkozás az, ami segít abban, hogy a "penge" egészséges oldalán maradjak."

2. Teljesen újszerű edzés módszer.

A legtöbb futó először a nagy távokat futja le, majd ezután végez gyorsaságnövelő edzéseket. Spence fordítva teszi: „Úgy döntöttem, hogy megváltoztatom a dolgokat magam körül, mivel a sebességgel rendszerint nincs problémám” - mondja. „Számomra az a legjobb, hogy először gyors legyek, majd azután fordítok figyelmet az állóképességre. Úgy indulok neki a maratoni távnak, hogy sok-sok hosszú futás van az izmaim memóriájában."

3. Az erőedzés eltérő megközelítése.

Kis súlyokkal sokszor végzett gyakorlatok helyett Spence a felső és az alsó test erőfejlesztését úgy végzi, hogy kevesebb-szer ismétli a gyakorlatot, de a legnehezebb súllyal, amit csak elbír. „Azt akarom, hogy képes legyek úgy futni egy bizonyos ütemben, hogy ehhez a lehető legkevesebb izomrostot vegyem igénybe. Ezt csak akkor tudom megtenni, ha erősebb izmaim vannak, de azoknak nem kell olyan keményen dolgozniuk” - mondta.

★

Kim Jones a világranglista harmadik helyezettje volt 1989-ben, második volt tavaly áprilisban a bostoni maratoni (2:26:40) és második szeptemberben Berlinben (2:27:50). 33 éves, férjével és 10 éves kislányával él. Edzője Benji Durden, aki részt vett az 1980. évi olimpián, mint az USA maratoni futója.

- 14 maratoni versenyen vett részt és egyszer sem ért el rosszabb helyezést az ötödiknél. Mi a titka ennek az állandóan magas teljesítménynek?

Érdeklődésem középpontjában teljes mértékben a maratoni futás áll. A rövidebb távú országúti versenyeket csak edzésnek tekintem. Ennek az az eredménye, hogy mindig teljesen fitt és friss állapotban állok ki a maratoni versenyeimre.

- Berlinben először vett részt nemzetközi maratoni versenyen. Milyen tapasztalatokat szerzett?

A lengyel Renata Kokowska (a későbbi győztes) két férfi „nyula” lezárta a sávomat és megakadályozták, hogy folyadékot vegyek fel futás közben, ezért nagyon kiszáradtam. Háromszor is meggátolták azt a kísérletemet, hogy megelőzzem Renátát az utolsó mérföldön.

A sajtókonferencián akkor nem szóltam semmit, de hazatérésem után írtam a rendezőknek és más futók is mellém álltak, elítélve az ilyen taktikát.

- Milyen edzésprogram segíti abban, hogy ilyen jó formában legyen?

Minden második nap intenzív futóedzést tartok, ami azt jelenti, hogy sok 200 és 400 m-es távot futok le. Csinálok egy 70 mp-es 400 m-t négyszer, majd 5x200 m-et 30 mp alatt, s minden alkalommal egy 200 m-es levezető futást. Lakóhelyemen Spokane-ben igen kemény a tél, ilyenkor futószalagon edzek, lefutom a teljes maratoni távot, ezek olyan körülbelül 3 órás futások. Közben tv-t nézek, zenét hallgatok, a futószalag mellé a korlátra oda van készítve az ital és minden, amire szükségem van.

- Mit szeret csinálni, amikor nem fut?

Szeretek tangóharmónikázni és sok időt töltök lányommal, aki teljesen sportos életet él. Bár még nem végez igazi edzéseket, a minap nyert meg egy mezei futóversenyt.



Barcelona csillagai lehetnek

CARL LEWIS

A sportág történetének legnagyobb sprintere, a tokiói világ bajnokságon akkor bizonyította ismét fantasztikus képességeit, amikor sokan már úgy gondolták, hogy csillaga leáldozóban van. A 30 éves atléta azonban még a szakembereknek is komoly meglepetést okozott. A tokiói százas döntőt megelőzően, a korosodó "király" hatszor találkozott fiatal ellenfelével, Leroy Burrellel és ötször kikapott tőle. Tokióban azonban Lewis 9.86-os káprázatos világcsúccsal nyert és ismét bizonyította, hogy a sportág történetének legnagyobb alakja.



Lewis, aki három világ bajnokságon és két olimpián 14 aranyérmét nyert, többször bizonyította, hogy a nagy versenyeken mindig remek eredményekre képes. A "houstoni tornádó" az egyetlen sprinter, aki 100 méteren meg tudta védeni olimpiai bajnoki címét, és csak Mike Powell akadályozta meg abban, hogy csatlakozzon azon atléták elit csoportjához, akik három egymást követő világ bajnokságon győztek ugyanabban a versenyszámban. Lewis elméletben már elérte ezt, mivel Ben Johnson római eredményét törölték az évkönyvekből, de érdekes módon az IAAF még mindig Johnstont tekinti világ bajnoknak.

Lewis, aki eddig már két olimpián vett részt, biztos abban, hogy az idei barcelonai olimpián, 31 évesen, tapasztalt versenyzőként fogja élete legjobbját nyújtani. *"Az az igazság, hogy most gyorsabb vagyok mint 21 éves koromban voltam és ha ez így van, akkor miért ne nyerhetnék Barcelonában?"* - mondta a szuper magabiztos Lewis, aki nagyon készül a nyári játékokra. *"Úgy hiszem, hogy nyerhetek százon Barcelonában, mert megvan hozzá a tehetségem és a tapasztalatom. Ha körülnézek, nem látok egyetlen ellenfelet sem, aki miatt a visszavonulásra kéne gondolnom"* - tette hozzá.

Lewis, aki közel egy évtizedben át volt a világ egyik legjobb sprintere, a csillogó spanyol napsütésben hallhatatlanná teheti nevét, ha ugyan nem az már most is. Az amerikai sprinter mindenképp a 100 méter történetének egyik legnagyobb alakja. Amennyiben Barcelonában is nyer, biztosan kiérdemli a saját maga által megfogalmazott jelzőt, az "egyszerűen a legjobb"-at. *"Úgy érzem, arra vagyok hivatva, hogy megnyerjem harmadik olimpiai aranyamat 100 méteren és, hogy minden idők legnagyobb sprintereként emlékezzenek majd rám"* - mondta Lewis.

ROSA MOTA

Napjainkban Rosa Mota a női maraton futás egyik legkiemelkedőbb alakja, aki olyan éremgyűjteménnyel rendelkezik, amely bármely atlétacsillagnak becsületére válna. A 80-as években aratott győzelmei és eredményei alapján sokan a portugál atlétanőt tartják az elmúlt évtized legnagyobb maratonistájának. Az 1982-es athéni Európa-bajnokságon történt bemutatkozása óta, olyan acélos akaratőről tett tanubizonyosságot, amely segítségével a sportág legjobbjai közé emelkedett. Élete első maraton versenyén - az athéni Eb-n - a világ egyik legnehezebb pályáján nyert és később ő volt az első atléta, aki három egymást követő alkalommal tudta ugyanazon a világversenyen maratoni számát megnyerni.

Az 1987-es római világ bajnokságon több mint 7 perccel előzte meg az egész mezőnyt és egy évvel később a szöuli olimpián aratott győzelmével ismét bizonyította, hogy ő a világ legjobb női maratonistája.

Szőuli győzelmével Portugália első női olimpiai aranyérmét nyerte. A 33 éves futónő pályafutásának úsvábi csúcspontjait jelentik a bostoni, a chicagói, a tokiói, az oszakai és a rotterdami versenyeken aratott győzelmei. Az 1991-es londoni ADT Maratoni Világ Kupán 2:26:14-es idejével könnyedén verte minden idők egyik legrangosabb maratoni mezőnyét.



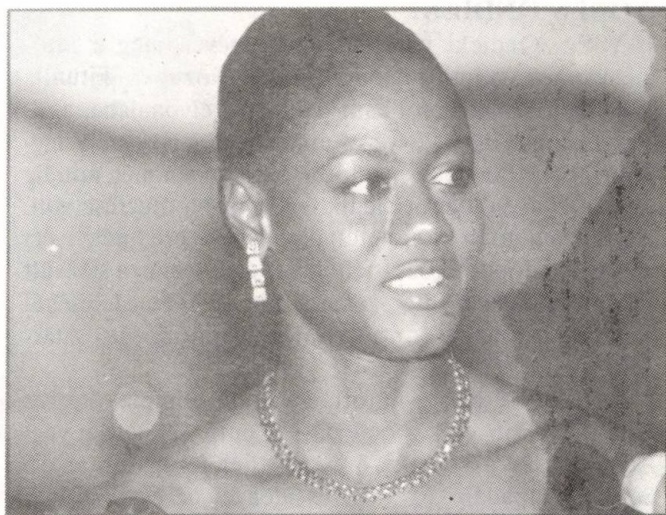
A maratoni futás világségéért nem akármilyen ellenfelekkel kellett megküzdenie Motának; olyan riválisai voltak mint például Waitz, Kristiansen, Benoit, Panfil és Pippig. *"Szerencsém volt, hogy elkerültek a sérülések és ez nagyban hozzájárult sikereimhez"* - mondta Mota. *"Az esetek nagy többségében úgy érkeztem a nagy versenyek rajtjához, hogy 100 százalékig fitt és győzelemre éhes voltam. Ez nagy előny volt"* - tette hozzá. *A szerencse igen fontos tényező egy olyan versenyszámban, mint a maratoni, ahol a verseny előtt és közben is rengeteg minden történhet. Azt hiszem, hogy az évek folyamán néha több szerencsém volt mint, amennyi kijárt volna nekem".*

Motát a tokiói világ bajnokságon hagyta el először szerencséje, amikor is sérülés miatt a verseny feladá-

sára kényszerült. Mota azonban hallani sem akar arról, hogy esetleg a vége felé közeledne pályafutása. *"Még, mindig érzek magamban erőt és olimpiai bajnoki cím megvédésénél nagyobb motivációt el sem tudok képzelni"* - mondta. *"A csúcson akarom befejezni pályafutásomat és azt hiszem az olimpiai bajnokság megnyerésénél nincs megfelelőbb útja ennek"* - tette hozzá. *"Jónéhány remek maratonista van ma a világon, de biztos vagyok benne, hogy ha jó napot fogok ki, akkor ismét én leszek a legjobb".*

MERLENE OTTEY

A jamaikai sprintkirálynő minden idők egyik leghetségesebb és legelnyűhetetlenebb atlétanője. Sokan napjaink legjobb női vágatójának tartják. Ottey a szőuli olimpia óta ugyanúgy kiemelkedik a mezőnyből, ahogy azt hies elődje, Florence Griffith-Joyner tette a 80-as évek végén. A jelenleg Olaszországban élő 31 éves villámlábú lány remek eredményekkel büszkélkedhet egészen az 1980-as olimpiáig visszamenően, ahol 20 évesen nagy meglepetésre bronzérmét nyert 200 méteren.



1980 óta minden évben egyike a világ tíz legjobb sprinterének a világranglista alapján és ez is azt bizonyítja, hogy Ottey az elmúlt időszak egyik legmegbízhatóbb és legkiegyensúlyozottabb versenyzője volt. Érdekes módon Ottey legjobb eredményeit idősebb korábban érte el. Remek éve volt 1989-ben, veretlen maradt százon és kétszázon is csak egyszer kapott ki. Egy évvel később, élete eddigi legjobb idényében mind a 36 versenyének döntőjében győzött és a zürichi versenyen egy napon nyerte meg a 100 és a 200 métert 10.93, illetve 21.66-os idővel. 1990-es versenyszezonját a Nemzetközösségi Játékokon százon és kétszázon aratott győzelmeivel koronázta meg. *"Az 1990-es év valóban nagyon jól sikerült számomra, de szerintem még fejlődhetek és hiszek benne, hogy az 1992-es lesz életem*

legjobb időnye" - mondta Ottey. *"Sohasem gondoltam azt, hogy az életkor előrehaladtával csökken a teljesítő-képesség és szeretnék idén élő bizonyítékkal szolgálni erre."*

Ottey 1991-es éve meglehetősen felemásra sikerült, mivel az esélyesség terhe miatt a tokiói vb-n mind százon, mind kétszázon csak a harmadik helyen végzett Krabbe és Torrence mögött. A 4x100-as váltóban szerzett aranyérme csak enyhítette csalódását. *"A tokiói vb sok szempontból katasztrofális volt számomra, de tanultam belőle és biztos vagyok benne, hogy az olimpián profitálhatok ebből"* - mondta. Az időny végén ő állt ugyan mind a 100-as, mind a 200-as világranglista élén, mégis csalódott volt, amiért a két legértékesebb érem Németországba, Katrin Krabbéhoz került. Ottey nagyon elszánt és ez az acélos elszántság lesz egyik leghatékonyabb fegyvere Barcelonában. *"Ez lesz a negyedik és nyilvánvalóan az utolsó olimpiám, tehát ez az utolsó lehetőségem, hogy álmodat valóra váltsam és olimpiai aranyat nyerjek. Nagyon elszánt vagyok és biztos nem hagyom, hogy az esélyesség terhe még egyszer annyira nyomasszon, mint Tokióban"* - ígérte Marlene Ottey.

YOBES ONDIEKI

Yobes Ondieki páratlan tehetségével, még a futó-nemzetnek számító Kenya atlétái közül is kitűnik. 1989-ben szinte berobbant a sportág élvonalába, amikor Oslóban 13:04.24-gyel minden idők negyedik leggyorsabb 5000 méterét futotta. 1991 végén még mindig csak a világ eddigi negyedik leggyorsabb ötezrese volt, de közben több tiszteletet parancsoló eredményt ért el. A két időpont között eltelt két év felemásra sikerült a 30 éves kenyai futó számára, aki 1990-ben feleségül vette Lisa Martint, az ausztrálok maratoni futó sztárját.

Noha 1988-ban bejutott a szöuli olimpia ötezres döntőjébe, ott csak a csalódást jelentő 12. helyen végzett, és csak a következő évben tűnt fel igazán az atlétika szinpadán. Az 1989-es időnyét az egyik legnagyobb hosszútávfutó, a marokkói Said Aouita "skalpjának" megszerzésével kezdte. Ondieki ezzel a győzelemmel, Aouita több mint egy évtizedes, ötezres veretlenségi sorozatát szakította meg. Nem sokkal ezután bebizonyította, hogy sikere nem volt véletlen; Portsmouth-ban 3000 méteren Steve Cramet győzte le és az évet 2000 méteren 7:35.01-es, míg 5000 méteren 13:04.24-es egyéni legjobbal zárta.

Habár 1990-ben 1500 méteren 3:34.36-ot, míg 5000 méteren 13:05.60-at ért el, ez az időnye csalódásokkal volt teli; a Nemzetközösségi Játékokon például elesett a döntőben és csak 8. lett. *"Tulajdonképpen elégedett lettem volna az 1990-es évemmel, ha nem az 1989-es követte volna"* - tréfált Ondieki. *"1989-ben minden olyan jól sikerült, hogy olyan magasak lettek az elvárásaim magammal szemben, amelyeknek nem tudtam megfelelni."*

De a nagy bajnokokhoz méltóan 1991-ben Ondieki nagyobb elszántsággal küzdött és bebizonyította, hogy

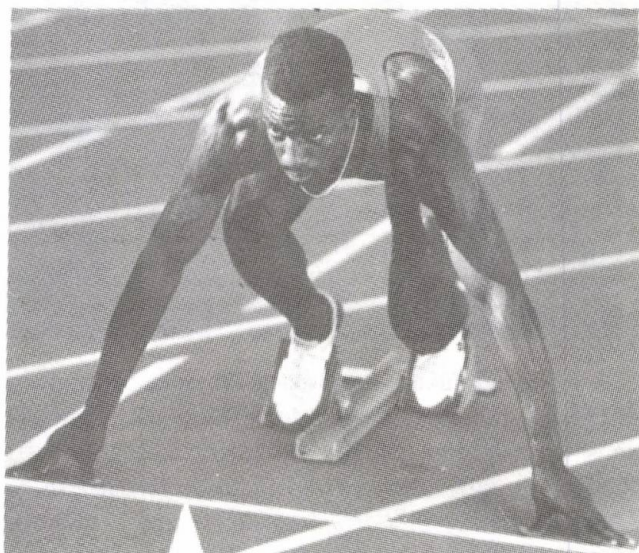
számolni kell vele. Zürichben 13:01.82-re javította ötezres egyéni csúcsát és megerősítette pozícióját mint a világ negyedik leggyorsabb ötezrese. Sokan úgy tartják, hogy ő az, aki megdöntheti Aouita ötezres világrekordját.

A tokiói vb-n emlékezetes győzelmet aratott. A verseny közepén produkált fantasztikus egy mérfölddel utasította maga mögé a rangos mezőnyt és nyert aranyérmet. *"Meg kellett nyernem egy nagy versenyt, hogy kielégítem vágyaimat és most, hogy ez már sikerült úgy érzem sokkal nyugodtabban versenyezhetek majd. Sok szempontból a világbajnoki címet sokkal nehezebb megnyerni, mint az olimpiai bajnokságot. Az az igazság, hogy addig nem éreztem magam jó ötezresnek, amíg nem bizonyítottam képességeimet a legmagasabb szinten"* - mondta.

Ondieki legközelebb Barcelonában bizonyíthat, a legmagasabb szinten, de most már nehezebb dolga lesz mint Tokióban. *"Az ellenfeleim már ismerik a taktikámat, úgy hogy Barcelonában kétszer olyan ravasznak kell lennem"* - mondta.

MICHAEL JOHNSON

Carl Lewis-szal ellentétben, Michael nem szép lasan, hanem üstökösként tűnt fel az atlétika egén. Az amerikai "sprinter-gyár termékei" közül a 24 éves texasi fiú kétségkívül az egyik legkiválóbb. Johnson tehetsége mellett a legfantasztikusabb atléták is csak középszerűnek hatnak. Annak az atlétának, aki olyan elődök eredményeit árnyékolja be, mint Calvin Smith, Leroy Burrell vagy Joe De Loach, igazán remekelnie kell.



Johnson, aki a világon elsőként vezette egyszerre a 200-as és a 400-as világranglistát, csak 1990 óta szerepel a legjobbak között. Ám az elmúlt két szezonban elért eredményei alapján máris sokan őt tartják a Carl Lewis utáni Nagy Amerikai Hősnek.

A tokiói világbajnokságon aratott kétszázas győzelme lélegzetelállító volt. Nagy világversenyen kétszázás döntőt még nem nyertek ilyen fölényrel. *"Az a filozófiám - mondta Johnson - hogy, annyira meg kell verni*

ellenfeleimet, amennyire csak tudom.” Lehet, hogy Johnson futóstillusa nem olyan szép mint Lewis-é vagy amilyen mondjuk Menneaé volt, ám igen erőteljes.

Johnson először 1990 júliusában Meadowbankban mutatta meg oroszlánkörmeit, amikor egy tipikusan hideg, szeles skóciai estén, elképesztő 19.85-ös időt futott 200-on. Azóta szinte megállíthatatlan és 200-on 1990 májusa óta veretlen. A 400 méteren tett kirándulásai is sikeresek voltak, és ma már ezen a távon is komolyan számolnak vele. Tavaly 400-on Lausanneban például remek 44.17-es időt futott. Az “igazi” négyszázasoknak azonban egyelőre nem kell tartaniuk Johnsontól, mert ő először a rövidebb távon szeretné teljesíteni célkitűzéseit. *“Nem szándékozom áttérni a 400-ra, ameddig meg nem döntöm Mennea 1979-ben, Mexikóvárosban elért 200-as világcsúcsát”* - mondta a texasi futó. *“Úgy érzem, hogy a csúcsjavítás elérhető közelségben van és addig nem fordítok figyelmet más távra, amíg el nem érem célomat.”*

Johnson 1988-ban sérülés miatt nem lehetett ott a szöuli olimpián és így izgatottan tekint a barcelonai bemutatkozás elébe. *“Az olimpia a siker igazi mércéje; a Zürichben és Osloban elért győzelmek és időeredmények mind elhalványulnak az olimpiai bajnoki cím mellett. Az olimpiai győzelem jelenti álmaim netovábbját, és azt se bánám, ha ezen kívül nem nyernék soha egyetlen versenyt sem”* - mondta Johnson.

DALTON GRANT

Az 1991-es szezon nem sikerült túl jól Dalton Grant számára. A viszonylagos “alacsony” magasságokkal is küszködött és a brit válogatók között komoly vita alakult ki arról, hogy a tapasztalt Grant vagy a tehetséges fiatal, Steven Smith képviselje-e Nagy-Britanniát a frankfurti Európa Kupa döntőn. Végül is Grantre esett a választás és 230 cm-rel megismételte két évvel korábbi gateshead-i sikerét.

A tokiói Nemzeti Stadionban Grant aztán valami olyat vitt véghez, ami példa nélküli. A magasugrás döntője a világbajnokság utolsó napján volt. Ahogy emelték a léceket, úgy szálltak be egymás után a sztárok, de Grant csak békésen üldögélt a padon. 220...225...227. Semmi. Aki nem látta elejétől fogva a döntőt, azt hitte, hogy Grant már kiesett vagy megsérült, akik azonban kezdettől fogva ott voltak, azt hitték, hogy a brit csúcstartó meghibbant. 229...Grant felállt és könnyedén fel-alá kocogott a fűvön, melegített, próbálgatta a felugrást... de még mindig nem szállt be.

Mi lesz már?! 231 cm! Na végre, ugrani fog. Utolsónak szállt be és a statisztikusok már jegyezték is: ilyen kezdőmagasságot még senki sem választott nagy versenyen! A stadionban mindenki feszülten figyelt és Grant elsőre vitte a 231-et. Fantasztikus volt. Végül 236 cm-t ugrott és éppen, hogy leszorult a dobogóról; a bronzérmet kevesebb kísérletével az amerikai Conway nyerte. A 236 cm új brit és nemzetközösségi csúcs volt.

Úgy tűnik, hogy az ilyen szoros végeredmények Grant specialitásai. Az 1989-es barcelonai Világ Kupa-n azonos eredménnyel második helyen végzett a svéd Patrik Sjöberg mögött, de megelőzte a világcsúcstartó kubai Sotomayort és az olimpiai bajnok német Westiget. A Nemzetközösségi Játékokon már túljutott a 236-on, de a léce végül hosszas gondolkodás után mégis leesett. A versenyt a bermudai Saunders nyerte, Grant második lett.

1988 óta Grant kilenc brit csúcsot állított fel és biztos, hogy Barcelonában is számolni kell vele. Azt még nem lehet tudni, hogy fog szerepelni, de az biztos, bármit is csinál, az nem lesz unalmas.

STEVE BACKLEY

A híres, öreg loughboroughi pálya nem tűnik olyan helynek, ahol az ember elveszíthet egy világbajnokságot, Steve Backley világbajnoki álmai azonban valószínűleg ott foszlottak szét tavaly, egy meleg júniusi napon. Azon a délutánon Backley első dobásánál húzódást szenvedett a lábában. Emiatt ki kellett hagynia a frankfurti Európa Kupa döntőt és a sérülés végigzavarta felkészülését a világbajnokságra. Tokióban aztán nagy meglepetésre nem jutott a döntőbe. Kiesése lelkiileg nagyon megviselte.



Tokiói kudarcát megelőzően Backley sikert sikerre halmozott. Attól kezdve, hogy 1987-ben megnyerte az ifjúsági Európa-bajnokságot, pályája töretlenül ívelt felfelé. 1988-ban második volt az ifjúsági világbajnokságon, 1989-ben megnyerte mind az Európa Kupa mind a VilágKupa döntőt, 1990-ben pedig az Univerbiadén, a Nemzetközösségi Játékokon és az Európa-bajnokságon aratott győzelmet. Minden alkalommal szinte már a verseny elején eldöntötte a küzdelmet egy hatalmas dobással.

1990-ben a londoni Crystal Palace-i versenyen, hazai közönség előtt 90.98 méteres dobásával világcúscot állított fel.

A tavalyi idény végén Backley egy sheffieldi versenyen indult a világ legjobbjaival egyetemben. Backley számára fontos volt, hogy ne csak a közönségnek és ellenfeleinek, de saját magának is bizonyítson. Meg kellett győznie magát arról, hogy a tokiói kudarc csak egy kisiklás volt. A verseny fantasztikusan sikerült Backley számára. Első dobásával 91.36 méterig jutott, ami új nemzetközösségi csúcsnak számít és legyőzte a világbajnokot és a világcúscstartót. A tokiói világbajnok, Kimmo Kinnunen, számára ez a verseny nem volt fontos, ám Backley számára igen. Bebizonyította önmagának, hogy továbbra is képes nagy eredményekre és, hogy készen áll arra, hogy a kék, katalán ég alatt visszavágjon ellenfeleinek.

MASZ HÍREK – MASZ HÍREK – MAS

A szakosztályi pontverseny állása a nemzetközi szereplés alapján (lezárva: 1992. május 1-én).

1. Csepel	345	14. MTK	30
2. DMTE	305	MIKRO	30
3. Bp. Honvéd	225	NYVSC	30
4. UTE	210	Szeged	30
5. Békéscsaba	110	18. Haladás VSE	25
6. Sz. MÁV-MTE	60	19. Szf. Hunyadi	20
7. SzVSE	55	PAC	20
8. BVSC	45	Postás	20
9. PVSZK	45	Vasas	15
TBSC/TSC	45	ZTE-Építők/ZAC	15
VEDAC	45	BHVSE	15
12. VIDEOTON	40	Testvériség	15
KBSK	40	TFSE	15

A bajnoki pontverseny állása a gyalogló szakágban (lezárva: 1992. május 11-én)

1. SzVSE	592
2. Békéscsaba	345
3. TBSC/TSC	250
4. Bp. Honvéd	246
5. BEAC-MAFC	213
6. KBSK	184
7. Testvériség	162
8. DVTK	155
9. PAC	105
10. Bolyki DSE	103
11. Postás	63
12. Haladás VSE	36
13. DMTE	33
14. NYVSC	24

15. GEAC	22
16. Békési SE	4

A bajnoki pontverseny állása a közép-, hosszútávfutó szakágban (lezárva: 1992. május 20-án).

1. UTE	675	25. DVTK DIAC	68
2. BVSC	648	26. Alba Volán	66
3. VEDAC	496	27. SporTolna	59
4. MIKRO	375	28. Békéscsaba	58
5. Csepel	308	29. Sz. MÁV-MTE	43
6. VIDEOTON	302	30. Hungalu	40
7. Szupermaratoni	279	KSC	40
8. Szf. Hunyadi	270	32. Péti MTE	36
9. Bp. Honvéd	213	H. Bolyai	36
10. NYVSC	189	34. Kap. Építők	34
11. DMTE-DSI	170	35. MTK	32
12. SKSE	153	36. TFSE	27
13. Gy. Dózsa	147	37. SZIM Vasas	26
14. MVSC	144	38. Ikarus BSE	23
15. KSI	140	39. Dunaujváros	20
16. PAC	139	40. GEAC	18
17. Dombóvár	127	Bonyhád	18
18. PVSZK	124	Pápa	18
19. SzVSE	117	43. Kiskunhalas	14
20. Vasas	113	44. Jakabszállás	10
21. BEAC-MAFC	113	Kalocsa	10
22. Haladás VSE	111	46. TBSC TSC	9
23. Gyula	102	47. Kkfélegyháza	6
24. Spartacus	74		

Összeállította: Söjtör József

Versenykiírások

Országos ifjúsági és serdülő "A" többpróba bajnokság

1. A bajnokság célja:

A "Magyar Köztársaság 1992. évi ifjúsági/serdülő "A" tízpróba/hétpróba bajnoka" címek eldöntése, a sokoldalú képzésben elért eredmények felmérése.

2. Helyszín és időpont:

Bp. Honvéd pálya (Tüzér u.), 1992. augusztus 8-9.

3. Versenybíróság:

elnök: Nagy Gábor
elnökhelyettes: Kopcsay Péter
technikai helyettes: Petrillák Gábor
titkár: Verseczy Zoltán

4. Résztvevők:

Az ifjúsági bajnokságon az 1973-74-ben, a serdülő "A" bajnokságon az 1975-76-ban születettek.

5. Versenyszámok:

- fiú ifjúsági tízpróba egyéni és 3 fős csapat;
- leány ifjúsági hétpróba egyéni és 3 fős csapat;
- fiú serdülő "A" tízpróba egyéni és 3 fős csapat;
- leány serdülő "A" hétpróba egyéni és 3 fős csapat

6. Nevezés:

- A versenyzőket egyénileg (a csapatokat is) nevezni kell.
- Nevezési határidő: 1992. augusztus 3.
- Nevezési szint: serdülő "A" tízpróba: 4300 pont;
serdülő "A" hétpróba: 4300 pont
- A nevezésen fel kell tüntetni az ez évben elért legjobb eredményt is, helyszín és időpont megjelölésével!
- A csapatversenyre azok a szakosztályok nevezhetnek, ahol legalább két versenyző teljesítette a nevezési szintet, további két versenyző nevezhető szint nélkül.

7. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1992. évi ifjúsági/serdülő "A" tízpróba/hétpróba bajnoka" címet. Az 1-3. helyezettek érdemdíjazásban részesülnek.

Országos felnőtt és junior többpróba bajnokság

1. A bajnokság célja:

A "Magyar Köztársaság 1992. évi felnőtt junior többpróba bajnoka" címek eldöntése.

2. Helyszín és időpont:

Bp. Honvéd pálya (Tüzér u.), 1992. augusztus 29. 11,00 óra, 1992. augusztus 30. 10.00 óra

3. Versenybíróság:

elnök: Rády Zoltánné
elnökhelyettes: Kertész Péter
technikai helyettes: Rózsahegyi István
titkár: Geri Júlia, Mékli Ervin

4. Résztvevők:

A felnőtt versenyszámokban a felnőtt, junior, ifjúsági és serdülő "A" korú versenyzők vehetnek részt.

A bajnokság keretében kerül megrendezésre az országos junior bajnokság, melyre nevezhetők az 1970-71-72-ben született versenyzők.

5. Nevezés:

A versenyzőket egyénileg kell nevezni. Azok a versenyzők nevezhetők, akik az általános előírásoknak megfelelnek (érvényes tagsági könyv, sportorvosi stb.) és egyesületük a nevezési határidőig szabályszerűen bevezte őket.

6. Nevezési határidő:

1992. augusztus 25.

7. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1992. évi felnőtt/junior többpróba bajnoka" címet. Az 1-3. helyezettek érdemdíjazásban részesülnek. Az egyéni győztesek tiszteletdíjat kapnak.

Országos serdülő "B" korcsoportos egyéni bajnokság

1. A bajnokság célja:

A serdülő "B" korcsoport legtehetségesebb versenyzőinek lehetőséget nyújtani, hogy megküzdhessenek az országos bajnoki címért, a bajnoki eredményeken keresztül értékelni az egyesületekben folyó oktató-nevelő munka színvonalát.

2. Helyszín és időpont:

UTE pálya (Szilágyi u.), 1992. szeptember 12-13.

3. Versenybíróság:

elnök: Sebő Attila
elnökhelyettes: Gödöny István
technikai helyettes: Varga Dénes
titkár: Verseczy Zoltán,
Csendes Erzsébet

4. A bajnokság rendszere:

A bajnokság évjáratos. Versenyszámonként külön-külön avatunk bajnokot. Mind az ügyességi, mind a futószámokban évjáratonként rendezzük a döntőt.

5. Résztvevők:

A bajnokságon csak az 1977-78-79-ben született versenyzők vehetnek részt, akiket egyesületük a nevezési határidőig szabályszerűen benevezett.

5. Nevezési határidő:

1992. augusztus 29.

6. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1992. évi serdülő "B" bajnoka" címet. Az 1-3. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.

7. Egyebek:

Egy versenyző a két versenynapon összesen három versenyszámban indulhat. Egy nap alatt legfeljebb két versenyszámban lehet indulni. Amennyiben 400 m-en vagy hosszabb távon versenyeznek, naponta egy versenyszámban indulhatnak. (Ez vonatkozik a 300 m gátra is!)

8. Időrend:

I. nap.

10,30	3 km gyaloglás	13 éves	leány	
11,05	3 km gyaloglás	14	leány	
11,20	5 km gyaloglás	15	leány	
12,00	80 m íef.	13	fiú	
	távolugrás	13	leány	"A" pálya
	távolugrás	14	fiú	"B" pálya
	rúdugrás	13-14		
	gerelyhajítás	15	fiú	
	diszkoszvetés	14	leány	edzőpálya
	súlylökés	13	fiú	
	magasugrás	14	leány	
12,15	80 m íef.	13	leány	
12,30	100 m íef.	14	fiú	
12,45	100 m íef.	14	leány	
13,00	100 m íef.	15	fiú	
13,15	100 m íef.	15	leány	
13,30	80 m döntő	13	fiú	
	súlylökés	13	leány	
13,35	80 m döntő	13	leány	
13,40	gerelyhajítás	15	leány	
	diszkoszvetés	14	fiú	
	100 m döntő	14	fiú	
13,50	100 m döntő	14	leány	
	távolugrás	15	leány	"A" pálya
	távolugrás	15	fiú	"B" pálya
14,00	100 m döntő	15	fiú	
14,10	100 m döntő	15	leány	
	magasugrás	13	fiú	
14,20	800 m íf.	14	fiú	
14,35	800 m íf.	14	leány	
14,50	1500 m íf.	15	fiú	
15,50	1500 m íf.	15	leány	

15,20	600 m íf.	13	fiú	
	gerelyhajítás	13	fiú	
	súlylökés	15	leány	
15,35	600 m íf.	13	leány	
15,40	kalapácsvetés	14		edzőpálya
15,50	100 m gát íef.	15	fiú	
16,05	100 m gát íef.	15	leány	
16,10	magasugrás	15	fiú	
16,20	80 m gát íef.	14	leány	
16,40	400 m íf.	15	fiú	
16,55	400 m íf.	15	leány	
17,00	gerelyhajítás	13	leány	
	súlylökés	15	fiú	
17,10	1000 m akadály	14		
17,25	80 m gát döntő	14	leány	
17,35	100 m gát döntő	15	leány	
17,50	100 m gát döntő	15	fiú	

II. nap.

8,00	5 km gyaloglás	13 éves	fiú	
8,30	8 km gyaloglás	14	fiú	
9,35	8 km gyaloglás	15	fiú	
10,00	80 km gát íef.	13	fiú	
	magasugrás	15	leány	
	diszkoszvetés	15	fiú	edzőpálya
	rúdugrás	15		
	távolugrás	13	fiú	"A" pálya
	gerelyhajítás	14	leány	
	súlylökés	14	fiú	
10,15	80 m gát íef.	13	leány	
10,30	100 m gát íef.	14	fiú	
10,45	200 m íef.	15	fiú	
11,00	200 m íef.	15	leány	
11,20	80 m gát döntő	13	fiú	
11,30	80 m gát döntő	13	leány	
11,40	100 m gát döntő	14	fiú	
11,50	200 m döntő	15	fiú	
11,55	diszkoszvetés	15	leány	edzőpálya
	gerelyhajítás	14	fiú	
	súlylökés	14	leány	
12,00	200 m döntő	15	leány	
	magasugrás	13	leány	
	távolugrás	14	leány	
12,10	1500 m akadály	15		
12,25	300 m íf.	13	fiú	
12,35	300 m íf.	13	leány	
12,50	300 m íf.	14	fiú	
13,05	300 m íf.	14	leány	
13,20	800 m íf.	15	fiú	
13,35	800 m íf.	15	leány	
	diszkoszvetés	13	fiú	
	kalapácsvetés	15		edzőpálya
13,50	2000 m íf.	13	fiú	
14,10	2000 m íf.	13	leány	
	hármasugrás	15	fiú	
	magasugrás	14	fiú	
14,30	3000 m íf.	14	fiú	
14,55	3000 m íf.	14	leány	
	diszkoszvetés	13	leány	
	kalapácsvetés	13		edzőpálya
15,10	3000 m íf.	15	fiú	
15,35	3000 m íf.	15	leány	
15,50	3000 m gát íf.	15	fiú	
16,05	300 m gát íf.	15	leány	

Országos felnőtt nyílt ügyességi csapatbajnokság

1. A bajnokság célja:

A "Magyar Köztársaság 1992. évi ügyességi bajnokcsapata" címet eldöntése. A szakosztályoknak lehetőséget adni, hogy a felnőtt és ifjúsági korú versenyzőiket egy csapatban versenyeztessék.

2. Helyszín és időpont:

UTE pálya (Szilágyi u.), 1992. szeptember 26-27.
(együtt a serdülő "B" ügyességi és gátfutó CSB-vel)

3. Versenybíróság:

elnök: Horváth István
elnökhelyettes: Pintér László
technikai helyettes: Bánhidi Béla
titkár: Vizvári Márta
Jeszenszky Lászlóné

4. Résztvevők:

4 tagú csapatok, amelyekben minimálisan 2 felnőtt korú versenyzőnek kell érvényes eredménnyel rendelkeznie. A csapatok további két tagja ifjúsági vagy serdülő versenyző lehet, a korcsoport versenyeztetési szabályainak betartásával. Több csapat esetén az arányok megtartása kötelező.

5. Nevezési határidő:

1992. szeptember 14.

Időrend a nevezések beérkezése után készül.

6. Versenyszámok:

I. nap	II. nap
ffi: távolugrás, magasugrás, rúdugrás, diszkoszvetés	ffi: hármasugrás, súlylökés, gerelyhajítás, kalapácsvetés
női: távolugrás, súlylökés, gerelyhajítás	női: hármasugrás, magasugrás, diszkoszvetés

7. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1992. évi felnőtt/ifjúsági bajnokcsapata" címet. Az 1-3. helyezettek érdemdíjazásban részesülnek.

8. Egyebek:

- A versenyen a jelentkezés előre kitöltött jegyzőkönyvvel történik,
- bevezetés: a versenyszám előtt 20 perccel.

Országos serdülő "B" ügyességi és gátfutó csapatbajnokság

1. A bajnokság célja:

A "Magyar Köztársaság 1992. évi gátfutó/ügyességi bajnokcsapata" címet eldöntése. A szakosztályoknak lehetőséget adni arra, hogy a fiatalok sokoldalú képzsét színvonalas verseny keretében is felmérhessék.

2. Helyszín és időpont:

UTE pálya (Szilágyi u.), 1992. szeptember 26-27.

3. Versenybíróság:

elnök: Horváth István
elnökhelyettes: Pintér László
technikai helyettes: Bánhidi Béla
titkár: Vizvári Márta
Jeszenszky Lászlóné

4. Résztvevők:

A szakosztályok 1977-78-ban született versenyzőiből összeállított és benevezett csapatai. A 4 fős csapatok mellett egy tartalék versenyző is indítható. Csak az a csapat értékelhető, melynek mind a négy tagja eredményt ért el. Versenyszámonként csak egy csapat nevezhető. Egy versenyző versenynaponként legfeljebb 2 számban indulhat.

5. Versenyszámok:

	fiú	leány
I. nap.	100 m gát (91,4 cm), magasugrás, diszkoszvetés (1 kg), gerelyhajítás (600 g), távolugrás	100 m gát (76 cm), távolugrás, súlylökés (3 kg)
II. nap	rúdugrás, súlylökés, (4 kg), kalapácsvetés (4 kg), 300 m gát (76 cm)	magasugrás, diszkoszvetés, gerelyhajítás, 300 m gát (76 cm)

6. Nevezés:

A nevezéseket a csapattagok megjelölése nélkül kell beküldeni. A csapattagokat a részt vevő egyesületek által kiállított versenyjegyzőkönyvben kell megnevezni. A jegyzőkönyvben a versenyzők születési évét is fel kell tüntetni.

7. Nevezési határidő:

1992. szeptember 14.

8. Holtversenyek eldöntése:

Egyenlő eredmény elérése esetén az a csapat kerül előbbre, amelynek a negyedik (további holtverseny esetén a harmadik, majd a második) versenyzője jobb eredményt ért el.

9. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1992. évi serdülő "B" gátfutó/ügyességi bajnokcsapata" címet. Az 1-3. helyezettek érdemdíjazásban részesülnek.

Országos ifjúsági csapatbajnokság

1. A bajnokság célja:

A "Magyar Köztársaság 1992. évi NB I, ill. NB II. bajnokcsapata" címet eldöntése.

2. Helyszín és időpont:

NB I.: Budapest, NB II.: később kijelölendő helyen
1992. október 3.

3. A verseny egyfordulós.

A további részleteket (csapatlétszám, versenyszámok, NB II.: versenynapok száma, stb) 1992. július 11-én, az országos ifjúsági és serdülő "A" bajnokság utáni megbeszélésen rögzítjük, és ezután készítjük el a részletes és pontos versenykiírást.

Országos junior, ifjúsági, serdülő "A" és "B" kismaraton futóbajnokság

1. A bajnokság célja:

A bajnoki címek eldöntése, a hosszútávutás fejlesztése.

2. Helyszín és időpont:

Székesfehérvár, 1992. október 10.

3. Versenybíróság:

elnök:	Bartha László
elnökhelyettes:	Császár György
technikai helyettes:	Siklósy Péter
titkár:	Verseczy Zoltán
	Pokrovenszky Lászlóné

4. Résztvevők:

A bajnokságon az egyes korcsoportokban a korcsoportoknak megfelelő korú versenyzők. Mindenki csak saját korcsoportjában indulhat.

5. Versenyszámok:

	fiú	leány	csapat
junior	30 km	20 km	3 fő
ifjúsági	20 km	15 km	4 fő
serdülő "A"	15 km	10 km	4 fő
serdülő "B" (15)	10 km	8 km	4 fő
(14)	10 km	8 km	4 fő
(13)	6 km	6 km	4 fő

6. Nevezés:

A versenyzőket egyénileg nevezni kell a Fejér megyei Atlétikai Szövetséghez (8000 Székesfehérvár)

7. Nevezési határidő:

1992. szeptember 25.

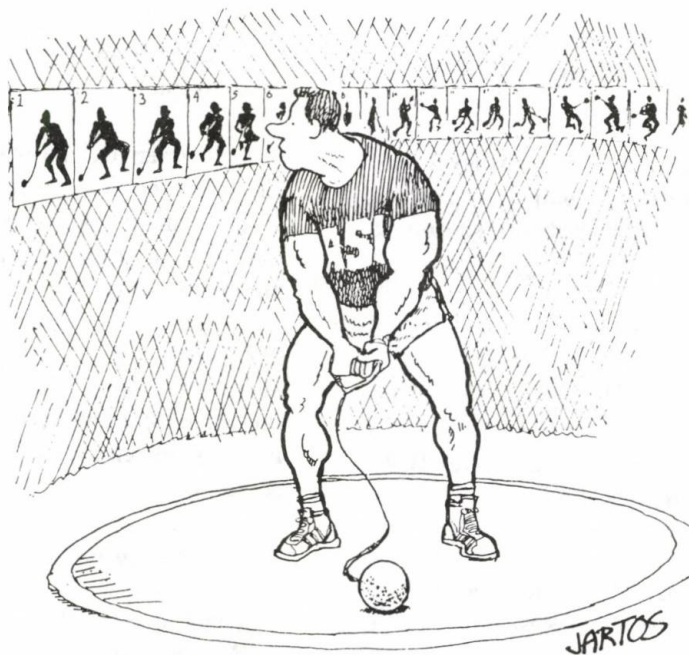
8. Csapatverseny eldöntése:

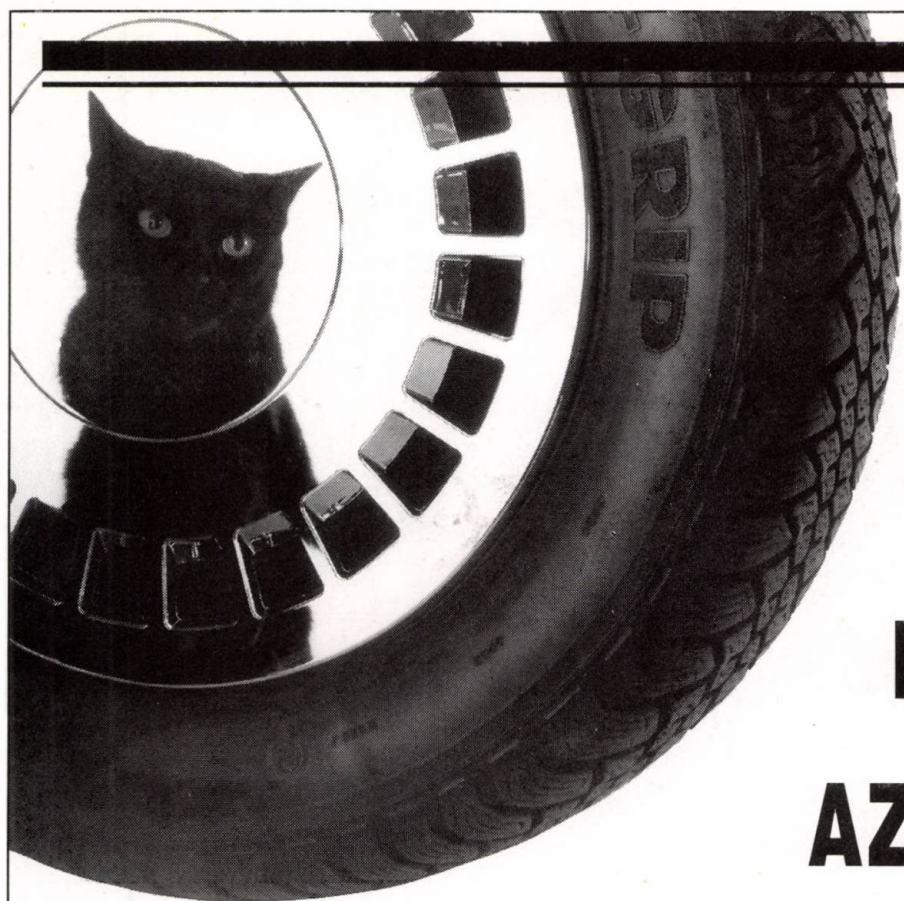
A csapatversenyt a csapattagok időeredményeinek összeadása alapján értékeljük. Az a csapat a győztes, amelynek 3, illetve 4 versenyzője a legkisebb össz-időeredményt érte el. A további sorrendet ugyanezen elven állapítjuk meg.

Egyenlő eredmény elérése esetén az a csapat kerül előbbre, amelynek utolsó versenyzője jobb eredményt ért el.

9. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1992. évi junior/ifjúsági/serdülő "A"/serdülő "B" kismaraton bajnoka", illetve "bajnokcsapata" címet. Az 1-3. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.





**ÖN
HÁNY
ÉVIG
HASZNÁLJA
AZ AUTÓJÁT?**

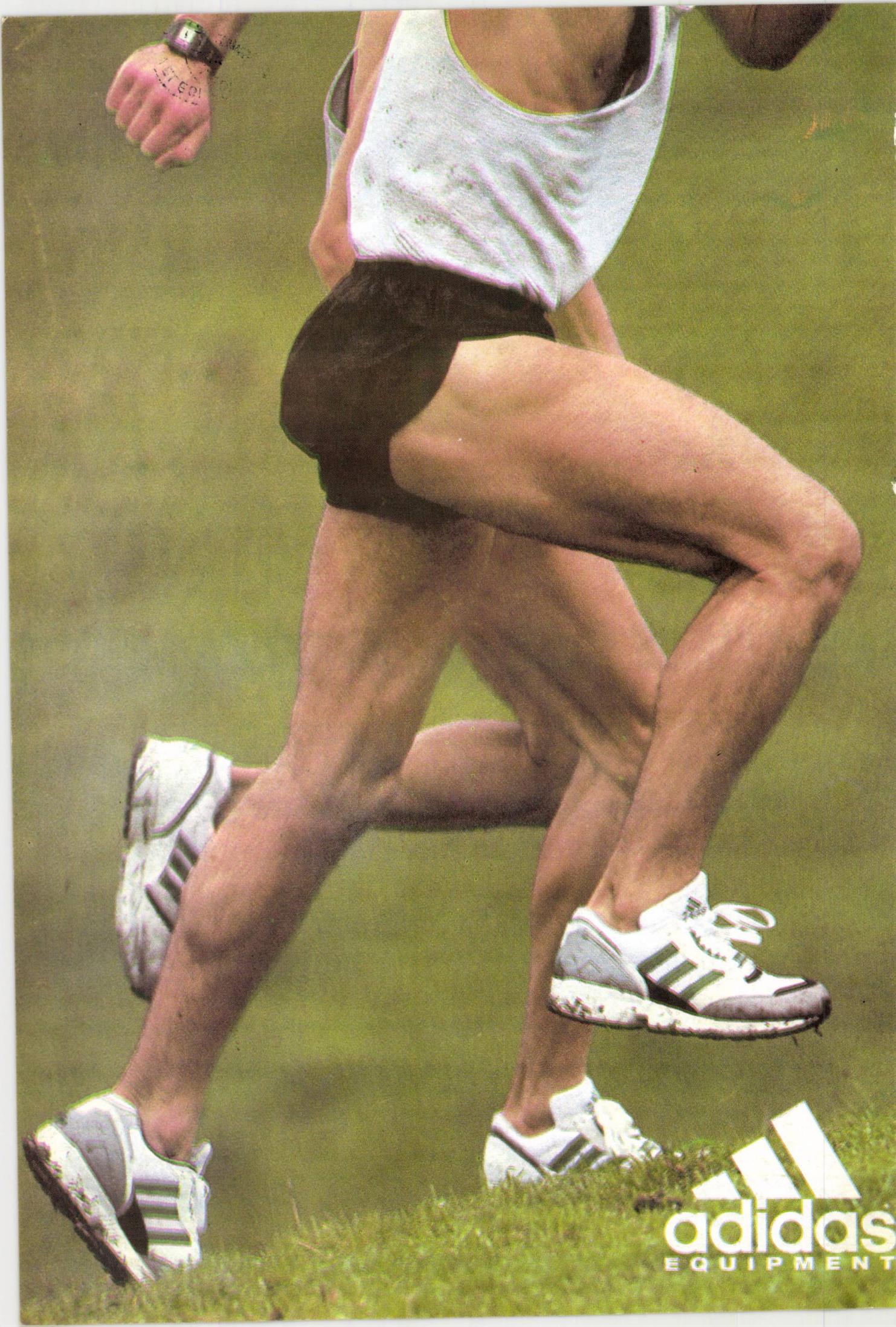
NE A VÉLETLEN HATÁROZZA MEG!

A HUNGÁRIA CASCO
biztosítás
a legnagyobb veszteségekre
vállal kockázatot.

*A lopás-, töréskár-, extratartozék-,
ablaküvegtörés- és a balesetbiztosítás
egyedi igények szerint köthető.*

*És az eredmény: **teljes körű biztonság.***

BIZTOS KÖTÉS.  **HUNGÁRIA
CASCO**




adidas
EQUIPMENT