ATLÉTIKA

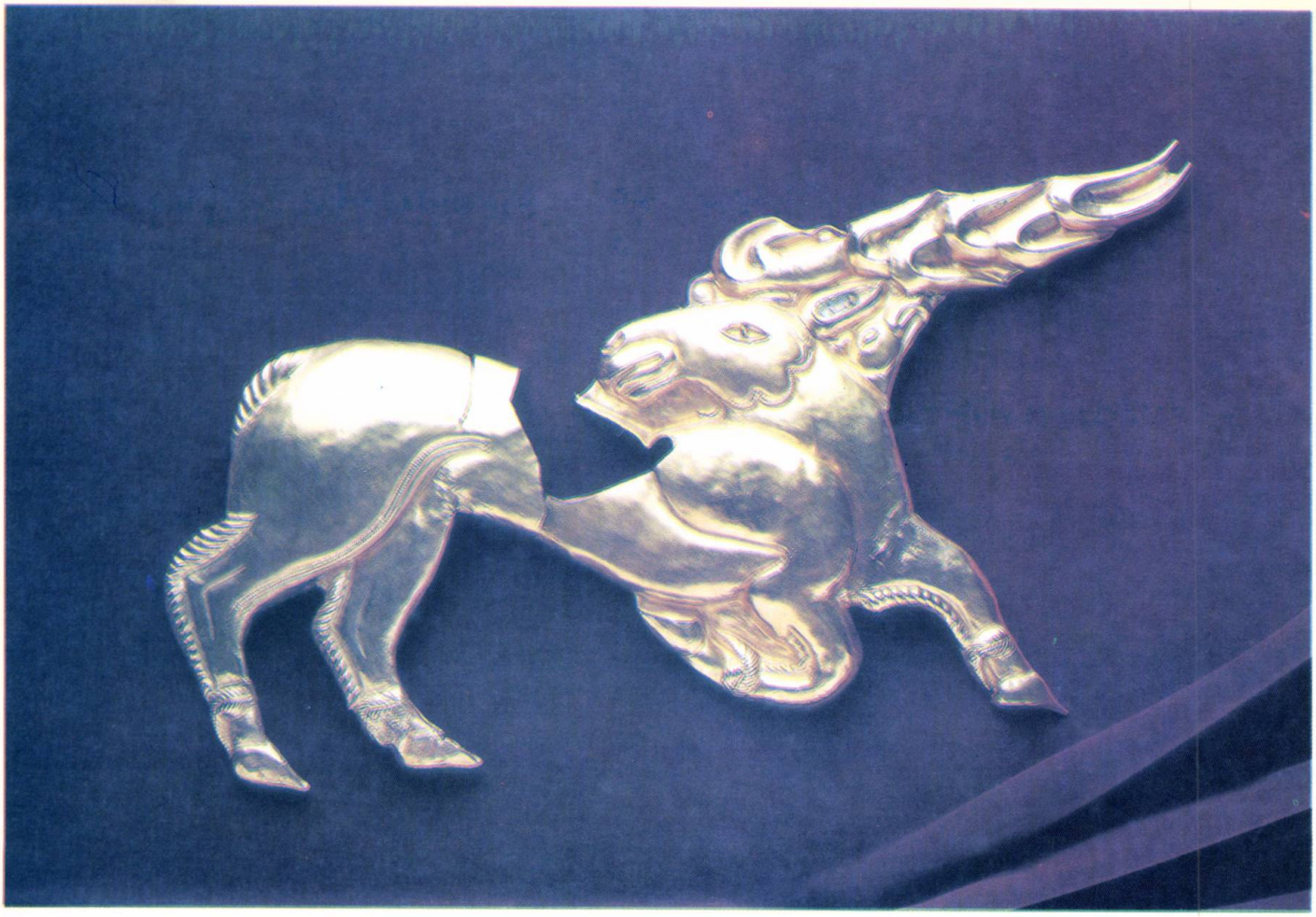
A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

37. ÉVFOLYAM 5. SZÁM 1993. MÁJUS ÁRA: 65,-Ft

A MAGYAR ATLÉTIKA GYÉMÁNT SZPONZORA

MAGYAR HITEL BANK RT

cél a közös siker



A Magyar Nemzeti Múzeum gyűjteményében látható aranyszarvas figurát - amely eredetileg fejedelmi pajzsdísz volt - egy ie. IV. századi szkíta településen találták meg. A lelet a szkíta mitológiának a magyar csadaszarvas legendához igen hasonlatos eredetmondájára vezethető vissza. Agancsa áttételesen koronaként, életfaként, az éltető nap sugárkoszorújaként egyaránt értelmezhető. A zöldhalompusztai lelet végsőkig kiérlelt, művészileg tökéletes ábrázolása az erőnek, méltóságnak, magabiztosságnak, tekintélynek. Ezt választotta védjegyéül a Magyar Hitel Bank Rt.

MAGYAR HITEL BANK RT

az érték forrása

Young & Rubicam Hungary

Tartalom

Mezei világbajnokság
Kenya: nyolc versenyszámból hét aranyérem... 1
Kedvezőtlen időben is közel hatszázan futottak... 3
Vivicitta-Kontrax városvédő futás... 5
A diákok országos mezei bajnoksága... 6
Fiatalon, tehetségesen, de (!) reménytelin... 9
Hogyan tovább "kisbalázs"?... 13
A dinamikus magasugrás... 15
Negyvenöt éve történt... 20
Fedettpályás ranglista, 1993.... 23
1993. évi versenynaptár... 35
Versenykiírások... 37
Olvasói levél... 44

Címlapfotó: Az ez évi mezei vb záróakkordjaként, Schulek Ágoston, a jövő esztendei budapesti mezei világbajnokság szervezőbizottságának elnöke, átvette az IAAF zászláját.

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 780,- Ft

ATLÉTIKA
37. évfolyam 5. szám
1993. május

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

Készült: Copy Kft. Budapest
Telefon: 1313-042

MEZEI VILÁGBAJNOKSÁG

Kenya: nyolc versenyszámból hét aranyérem

Amorebieta (Spanyolország), 1993. március 28.
Szép környezetben, jó előkészített – nem túl nehéz, de "ravasz" - cross pályán zajlott az idei mezei vb. A terep "ravaszságát" a kicsi emelkedők, lejtők, murvás-homokos részek, bukkanók jelentették. Több mint 50 országból, összesen 660-an álltak rajthoz, ismét az afrikai fölény dominált, kiemelkedően szerepeltek Kenya atlétái (8 versenyszám - 7 győzelem). A felnőtt férfiaknál 13-as helyezési számmal már nem lehetett a győztes csapatukba kerülni. A legjobb európai a 12. helyen befutó Domingos Castro volt.
Ahol még késik az afrikaiak tömeges előretörése, az a női felnőtt mezőny. Itt igen könnyed futással győzött a portugál A. Dias. Mögötte az első szines bőrű a hetedik helyen futott be, az olimpiai bajnok etióp D. Tulu feladta. Az ifjúsági fiúknál szintén a 12. helyen jött be a legjobb európai, az orosz V. Kasajev. Érdemes megjegyezni, hogy a felnőtt versenyben harmadik Ismael Kirui (KEN) 1975-ös születésűként szerepel a jegyzőkönyvben (az ifi győztes kenyai P. Mosima 1977-es születésű).
A női ifi versenyt, az egymásra szinte megkülönböztethetetlenül hasonlító kenyaiak nyerték, az első helyen I.G. Ondeyo ért célba. A verseny érdekessége volt, hogy a rajthoz állt 119 leány közül senki sem adta fel a küzdelmet.
További észrevételek, röviden:

- Spanyolországban nem csak a focit szeretik, több tízezer ember hömpölygött a futópálya körül.
- Sok atléta ereje végző megfeszítésével ért célba (volt dolga az elsősegély brigádnak).
- Összesen 95 csapatot értékeltek a négy versenyszámban. Nagy futómúlttal rendelkező országok szerepeltek hullámzóan (pl. a férfi felnőtteknél a finnek 20.-ak voltak, az ifiknél az amerikaiak szintén a 20. helyen értek célba, az ifi lányok mezőnyében az olaszok a 15.-ek voltak stb.).
- Futásnak nem kedvező klimatikus viszonyokkal rendelkező nemzetek indítottak nagy számban versenyzőket. Példaként álljon itt India és Brazilia csapatának szereplése

Brazilia:	17. ffi feln.	(24 csap.),	22. női feln.	(26 csap.)
	15. ffi ifi.	(26 csap.),	19 női ifi.	(19 csap.)
India:	22. ffi feln.	(24 csap.),	25 női feln.	(26 csap.)
	14. ffi ifi.	(26 csap.),	18 női ifi	(19 csap.)

- A volt Szovjetúnió utódállamai közül csapatban Oroszország (ők voltak a legjobbak közülük), Kazahsztán és Litvánia indult, több utódállam versenyzői egyéniben álltak rajthoz. Egyéni versenyzőkkel szerepelt Csehország és Szlovákia is.
- Nagy csapattal jelent meg a Dél-Afrikai Köztársaság.
- A rendezés, az elhelyezés, többéves tapasztalatok alapján, megfelelőnek értékelhető.

A világ legerősebb távfutó versenye ebben az esztendőben is méltó volt a hagyományokhoz. Afrika fölénye tovább növekedett (talán ezért is merült fel a mezei futó Eb gondolata).

A magyar csapat szerepléséről

Tekintettel arra, hogy jövőre rendezők leszünk, ebben az évben nagyobb csapatot indítottunk a világbajnokságon.
Elvárásként a 10-15. helyek valamelyikének megszerzését tűztük ki csapataink elé. Külön felhívtuk a figyelmet a rajt utáni kritikus helyzetekre, azt kértük, hogy a mezőnyök közepén (kb. 50. hely) próbáljanak a rajt után helyezkedni versenyzőink.
Sajnok az ifi számokban ezekről nem sok valósult meg. Mindkét csapatunk a mezőnyök végén foglalt helyet az első egyenes után. Később többen elmondták, hogy életükben soha nem kezdtek ilyen gyorsan! Az egyéni és csapathelyezéseink azért is elszomorítóak, mert döntően legjobb ifijeink képviselték szineinket (egy-két csapatba pályázó itthonmaradt versenyzőnk is hasonló szintű futó, mint a kintjártak).
A gyenge szereplés után elhatározást kell acéloznunk, hogy a hazai viszonyok között megpróbálhatunk felzárkózni a világ középmezőnyéhez (edzésmódszerek, pszichés tényezők, versenyzési stílus, közös összefogás stb.).
Női felnőtt csapatunk megpróbált versenyben maradni a mezőnnyel, azonban megfelelő szintű felkészültségről (egymástól eltérő okok miatt) csak Barócsi Heléna tett tanubizonyságot.

FELNŐTTEK

Férfiak (11.750 m)

1. W. Sigei (KEN) 32:51, 2. D. Kirui (KEN) 32:56, 3. I. Kirui (KEN) 32:59, 4. M. Tanui (KEN) 33:14, 5. E. Bitok (KEN) 33:14, 6. K. Skah (MAR) 33:22, 7. H. Gebreselaise (ETH) 33:23, 8. A. Ababe (ETH) 33:29, 9. W. Bikila (ETH) 33:31, 10. P. Tergat (KEN) 33:35.
Csapat: 1. Kenya 25, 2. Etiópia 82, 3. Portugália 167, 4. Spanyolország 187, 5. Franciaország 238, 6. Marokkó 260, 7. Nagy-Britannia 353, 8. Egyesült Államok 376, 9. Ausztrália 397, 10. Dél-Afrika 420 pont.

Nők (6.350 m)

1. A. Dias (POR) 20:00, 2. C. McKiernan (IRL) 20:09, 3. L. Jennings (USA) 20:09, 4. Z. Budd-Pieterse (RSA) 20:10, 5. L. McColgan (GBR) 20:17, 6. E. Meyer (RSA) 20:18, 7. P. Konga (KEN) 20:19, 8. F. Fates (FRA) 20:20, 9. J. Negura (ROM) 20:20, 10. K. Kanbajashi (JAP) 20:23.
Csapat: 1. Kenya 52, 2. Japán 93, 3. Franciaország 100, 4. Dél-Afrika 105, 5. Oroszország 106, 6. Etiópia 122, 7. Nagy-Britannia 124, 8. Portugália 137, 9. Románia 157, 10. Egyesült Államok 167 pont.

IFJÚSÁGIAK

Férfiak (7.150 m)

1. P. Mosima (KEN) 20:18, 2.C. Kosgei (KEN) 20:20, 3. J. Machuka (KEN) 20:23, 4. L. Nyakeraka (KEN) 20:23, 5. I. Abebe (ETH) 20:28, 6. H. Jifar (ETH) 20:50, 7. T. Reta (ETH) 20:50, 8. S. Kumutai (KEN) 21:03, 9. G. Isega (ETH) 21:04, 10. I. Gebre (ETH) 21:05.
Csapat: 1. Kenya 10, 2. Etiópia 27, 3. Marokkó 76, 4. Spanyolország 114, 5. Oroszország 120, 6. Dél-Afrika 122, 7. Jemen 135, 8. Japán 155, 9. Portugália 167, 10. Olaszország 192 pont.

Nők (4.450 m)

1. G. Ondeyo (KEN) 14:04, 2. P. Chepchumba (KEN) 14:09, 3. S. Barsosio (KEN) 14:11, 4. H. Mutai (KEN) 14:14, 5. S. Power (AUS) 14:18, 6. C. Kirui (KEN) 14:29, 7. E. Cosoveanu (ROM) 14:32, 8. A. Kato (JAP) 14:34, 9. A. Mijazoki (JAP) 14:36, 10. Sz. Nakahito (JAP) 14:40.
Csapat: 1. Kenya 10, 2. Japán 41, 3. Etiópia 61, 4. Románia 95, 5. Spanyolország 123, 6. Oroszország 138, 7. Dél-Afrika 146, 8. Németország 150, 9. Nagy-Britannia 164, 10. Franciaország 199 pont.

*

Ez a mezei bizonyítvány gyengére sikerült, szerény elvárásainkat sem tudtuk teljesíteni. Nehéz helyzetben van a szakág! Jövőre Budapest a házigazda, a versenyen el kell indulnunk! Csapataink a hazai közvélemény, a sajtó fényszórójába kerülnek. Ha nem ragadjuk meg ezt a lehetőséget a tisztes szereplésre (lásd az ez évi célokat), akkor a szakág helyzete reménytelenné válhat! Ehhez a remélt megfelelő szintű szerepléshez már a pályaszezon végén meg kell találnunk a partnereket (a mezei vb-re való felkészülést vállaló versenyzők, edzők, illetve a jelöltek részére biztosítani szükséges az eddigieknél jobb felkészülési körülményeket).
Szóban, írásban nehéz érzékeltetni, hogy hol tart a világ e szakágban. Jövőre a látványélmény házhoz jön. Az edző kollégák testközelből fogják tapasztalni, átélni ennek a versenynek a színvonalát. Eddig minden mezei vb után abban reménykedtünk, hogy le tudjuk szűrni a tapasztalatokat (mi elég itthon és mi nem elég nemzetközi szinten), most határozzuk el, hogy a hazai rendezésű vb-n hasznosítunk is valamit a sok-sok fájó tapasztalatból.

*

Magyar eredmények:

NŐK

Felnőttek

50.	Barócsi Heléna
102.	Dóczi Éva
118.	Tóth Mónika

123. Visnyei Márta
137. Csizi Réka
Csapat: 23. 392 pont (26 csapat)

Ifjúságiak

55. Szabó Zsófia
75. Csoszánszky Szilvia
78. Tusai Brigitta
92. Hajtó Erika
104. Bujdosó Beáta
Csapat: 17. 300 pont (19 csapat)

FÉRFIAK

Ifjúságiak

88. Babinyecz József
91. Füleky Zsolt
97. Bacskai Zsolt
117. Nagy László
143. Bohus János
Csapat: 21. 393 pont (26 csapat)

Mérei László
szövetségi kapitány

Kedvezőtlen időben is közel hatszázan futottak

Nagykáta - Tápiószecső, 1993. március 27.
Az 1849. évi tápióbicskei csata tiszteletére kiírt futóversenyt a Bécs-Budapest szupermaratoni futóverseny szervezőbizottsága, Nagykáta városi önkormányzata, Tápiószecső, Tápióbicske, Tápióság községek önkormányzata és a Magyar Honvédség Tápió Fegyverzettechnikai Ellátó Központ idén másodízben rendezte meg. Akárcsak tavaly, a korosztályok szerinti egyéni verseny rajtjához most is Nagykátán sorakoztak fel a futók, köztük szép számmal élvonalbeliek is. Csak az időjárás nem kedvezett a versenynek, a nulla fokot alig meghaladó hőmérséklet, az eső és a szél nehéz feladat elé állította a több mint 100 fős mezőnyt. A Nagykáta-Tápióbicske-Tápióság és Tápiószecső közötti, mintegy 22.5 km-es országúti távon nagy küzdelem folyt az abszolút egyéni győzelemért. A tápiószecsői Helyőrségi Művelődési Központ előtt elhelyezett célba elsőnek kitűnő hosszútávfutónk, a 31 éves salgótarjáni Kadlót Zoltán, a tavalyi verseny harmadik helyezettje futott be. Kadlót mögött második a sepsziszentgyörgyi Ovidiu Olteanu lett, akinek kiváló képességét bizonyítja, hogy negyedéven belül háromszor is a mieink előtt végzett. A román futó ugyanis a szilveszteri futás alkalmából aratott győzelmével elnyerte a magyarok elől a verseny fődíját, a személygépkocsit, a Tricotex Kupán 3000 méteren ő futott be elsőnek, végül a tápiószecsői versenyt követően, egy nappal később, március 28-án Békéscsabán 6 km-en utasította maga mögé a mezőnyt.

A Csanádi Árpád KSI Általános Iskola és Gimnázium győztes csapata: Juhász András, Farkas László, Medgyes Jenő, Radákovics Kornél és Fábián Péter

A további helyeken is élvonalbeliek végeztek, az első hat helyezett 30-.20-,15-.10-,7 és 3 ezer Ft pénzjutalmat kapott, míg az egyéni korcsoportos győztesek tárgydíjakat vehettek át.
A nőknél a tavalyi maratoni, az idei mezei bajnok Földingné Nagy Judit előző évi győzelmét közel egy perccel jobb idővel ismételte meg. A győri bajnoknő után

Sikeresen tért vissza, ahonnan elindult

Mint minden hosszútávú versenyen, Tápiószecsőn is serényen szorgoskodott Szekeres János (41) a 30 km-es legjobb eredményt 11 éve még mindig tartó volt válogatott hosszútávfutónk, a Szupermaratoni Futó Club részéről:

- Nemcsak a Club tevékenységében vagyok érdekelt, ahol továbbra is ellátom a feladatomat, hanem most a Csanádi Árpád KSI Általános Iskola és Gimnázium csapatáért is szurkolok. Pályázat alapján ugyanis a múlt év november 1-től kezdve a Központi Sportiskola közép- és hosszútávfutással foglalkozó főállású edzője is lettem. Visszatértem tehát a KSI-be, ahol az 1960-as évek közepén 13 éves koromban Iharosék keze alatt elkezdtem a pályafutásomat.

- A mostani célkitűzésünk a KSI-ben a közép- és hosszútávfutás bázisának a megteremtése. Ezek a fiúk, akik most megnyerték az iskolai váltót, valamennyien a tanítványaim és előtte a serdülő A-korcsoportos budapesti, majd az országos mezei bajnokságon is győztek a KSI bajnokcsapatában.

Brutóczky Judit és az Olteanuhoz hasonlóan egy nappal később Békéscsabán győztes, ugyancsak sepsiszentgyörgyi Stella Apetre ért a célba. Hármojukat 20-10 és 5 ezer forinttal díjazták.

A diákok versenyének lebonyolításában idén változás történt, mert most nem az országúton versenyeztek a fiatalok, hanem a tápiószecsői laktanya körzetében kijelölt 5 km-es körpályán 25 km-es távot teljesítettek úgy, hogy minden váltótag egy kört, tehát 5 km-t futott. Az egyéni versenyekhez hasonló díjazásban részesültek a helyezett iskolák ötfős váltói is. Az iskolák mozgosító tevékenységét külön is értékelték és indított csapatonként 1000 forinttal külön is díjazták. Ennek ellenére, talán a rossz idő miatt is, a múlt évi 141 váltóval szemben, most csak 90 ötfős iskolai váltó indult. Végeredményben - az egyéni futókkal együtt - a kedvezőtlen időben is közel hatszázan versenyeztek ezen a hideg hétvégén.

A hírek szerint, minthogy a futóverseny az őszi Bécs-Budapest szupermaratonira való felkészülést is szolgálta, készül már a kiírás az újabb futóversenyre, amelyet Budakeszin előreláthatólag szeptemberben rendeznek meg.

FÉRFIAK

1.	Kadlót Zoltán	(SKDASE)	1:09:41
2.	Ovidiu Olteanu	(román)	1:09:48
3.	Holba Zoltán	(UTE)	1:09:53
4.	Pintér István	(UTE)	1:10:53
5.	Bereczki József	(Bp. Honvéd)	1:10:24
6.	Markó György	(Mikro)	1:10:32

NŐK

1.	Földingné Nagy Judit	(Gy. Dózsa)	1:19:25
2.	Brutóczky Judit	(BVSC)	1:20:40
3.	Stella Apetre	(román)	1:21:35

Rajtuk kívül díjazták a távot teljesítő kerekeskocsisokat, Legeza Györgyöt, Urbancsok Györgyöt és Molnár Frigyest, továbbá a helyezett iskolai váltókat is, akik közül a legjobb eredményt 5x5 km-en a Csanádi Árpád KSI Általános Iskola és Gimnázium csapata érte el 1:27:33 órás idővel.

CÍM:

1101 Budapest, Kőbányai út 45. A

Telefon/Fax: 157-05-74

NYITVATARTÁS:

hétfőtől-péntekig: 8-tól 18 óráig

szombat, vasárnap: 8-tól 13 óráig

Vivicitta - Kontrax városvédő futás

Közel 4000 futó Budapest utcáin - A férfi győztes Konovalov Iván - Barócsi Heléna sorrendben harmadszor is első

Budapest, 1993. április 4.
Akárcsak az előző esztendőkben, az olasz kezdeményezésre, 1986-ban létrejött futómozgalomba az idén is bekapcsolódott Budapest. A várost és a saját egészségüket is védők ismét harcba szálltak célkitűzéseikért. A különböző országok több városában egyszerre, egy napon, egy időben lebonyolított verseny célja és jelszava ugyanis: Szeresd a várost és fuss velünk ! A Vivicitta (élő város) mozgalmát ennek a gondolatnak a jegyében támogatja most már ötödik éve a Kontrax Rt., amely a környezetjavítás érdekében négyemeletes irodaházát is füstmentes, nem dohányzó épületnek nyílvánította.
Tavaly, az olasz választások miatt elég későn, csak április 26-án futották a versenyt, nagy melegben, amelytől az idén a futóknak nem kellett tartani. Már a rádió reggeli helyszíni riportjából megtudhattuk, hogy egész éjszaka eső áztatta a margitszigeti fákat és transzparenseket. Szerencsére, az eső később nagyjából elállt, csak néha szemerkélt egy keveset. Végül is délelőtt 11 órakor borongós, de futásra alkalmas időben sorakozhatott fel közel 4000 futó, hogy Barsiné Pataky Etelka címzetes államtitkár, az 1996. évi EXPO főbiztosa indítására nekivághasson a főváros talán legszebb útvonalán kanyargó 12 km-es távnak, amelyet a következőképpen jelöltek ki:
Palatinus strand bejárata (rajt) - Árpád híd - Flórián tér - Lajos utca - Árpád fejedelem út - Fő utca - Clark Ádám tér - Lánchíd - Roosevelt tér - Akadémia utca - Kossuth Lajos tér - Széchenyi rakpart - Margit híd - Margitsziget, Fő út - Palatinus strand bejárata (cél).
A rajt előtt az élvonalbelieket külön jelentkeztették. Az utolsó két évben győztes Káldy Zoltán és Barócsi Heléna közül csak a szolnoki futónő jelezte az indulását, míg a hosszabb ideig tartó sérüléséből még alig felgyógyult és emiatt a mezei bajnokságot is kihagyó Káldy Zoltán nem.
A célba legelsőnek Urbancsok György érkezett be kerekeskocsival. Mögötte a férfiak versenyében nagy küzdelem alakult ki, sokáig négyen is esélyesek voltak a végső győzelemre. A hajrá a tavaly harmadik helyezett, a Mikro-ba igazolt, hazánkban élő, 34 éves Konovalov Ivánnak sikerült a legjobban. Akárcsak tavaly, most is a veszprémi Berkovics Imre, az idei mezei bajnok lett második, három külföldi, köztük a jól ismert Olteanu előtt, utánuk jött a többi magyar élvonalbeli futó. Az időeredmények kitűnőségét mutatja, hogy Konovalov 19 másodperccel érte el korábban a célt, mint a múlt évben győztes Káldy, a most nyolcadik (az előző évben negyedik) Vágó Béla pedig mostani idejével tavaly harmadik lehetett volna.

A nők versenyében Barócsi Heléna véghezvitte a bravúrt: a nők között sorrendben harmadszor is ő lett az első, méghozzá a múlt évinél 58 másodperccel jobb idővel és közel egy perccel előzte meg hazai és külföldi ellenfeleit. Az erős mezőnyből csak az idei mezei bajnoknő, a győri Földingné Nagy Judit hiányzott, aki az egyidejűleg megtartott párizsi nemzetközi félmaratonin a harmadik helyet szerezte meg. Barócsi Heléna nagyon örült győzelmének és mint mondta, szeretne a nyári stuttgarti vb-re kijutni s ott 10.000 méteren vagy maratonin indulni.
A verseny tehát idén is elérte a célját. Indulásukkal, részvételükkel több ezren jelezték és bizonyították be, hogy szeretik a városukat és a futást. Akik rajthoz álltak, azért is futottak, hogy egészségük megóvása mellett felhívják a figyelmet arra is, hogy legyen még tisztább és szebb ez a gyönyörű város. Emlékül emblémázott pólót vihettek haza, a verseny fődíját, egyenként 120-120 ezer forintot a két győztes kapta meg.

FÉRFIAK
1. Ivan Konovalov (Mikro) 33:20, 2. Berkovics (VEDAC) 33:24, 3. Avramescu (román) 33:26, 4. Sztrovanov (orosz) 33:37, 5. Olteanu (román) 33:45, 6. Sági (BVSC) 33:48, 7. Holba (UTE) 33:53, 8. Vágó (MTK) 34:03, 9. Jager (Bp. Honvéd) 34:21, 10. Pintér (UTE) 34:46.

NŐK
1. Barócsi Heléna (Sz. MÁV-MTE) 37:56, 2. Panoflorina (román) 38:46, 3. Dóczi (VEDAC) 38:49, 4. Apetre (román) 39:01, 5. Farkas (Hunyadi) 39:32, 6. Javos (VIDEOTON) 39:36, 7. Brutóczky (BVSC) 39:43, 8. Kalinik (román) 40:48, 9. Pásztor (DMTE) 41:01, 10. Tóth M. (Csepel) 41:23.

A diákok országos mezei bajnoksága

Jól sikerült döntő - Hatalmas vidéki fölény - Csak két bajnokság jutott a fővárosiaknak

Kecskemét, 1993. április 8.

Évtizedek óta "hiánycikk" volt a diákok mezőn rendezett országos bajnoki találkozója, amely a régi időkben mindig hangulatos versenyeket és emlékezetesen szép küzdelmeket hozott. Hosszú szünet után idén sikerült elérni, hogy a diákok mozgósítása és a sportág jövője szempontjából az eddigi hagyományos diákbajnokságok körét bővítsék és így többek között a mezei bajnokság országos döntőjét is ismét megrendezzék.
A mintegy harmincezer diákot megmozgató iskolai, megyei és budapesti versenyek után az országos döntőben való indulási jogot a megyei bajnokságok győztesei, továbbá a budapesti bajnokság első két csapata és első három egyéni helyezettje, összesen tehát mintegy 800 futó szerezte meg. Saját költségen indulhattak más iskolák és egyéni versenyzők is. A kecskeméti szabadidősport-központban lebonyolított döntőt, amelyet a Magyar Diáksport Szövetség és a Magyar Atlétikai Szövetség közösen rendezett meg, élénk érdeklődés kísérte, a testnevelőkön kívűl számos edző is megjelent. Deák György, az MDSZ és Schulek Ágoston, a MASZ elnöke is hangoztatta a verseny fontosságát és elégedetten állapíthatták meg, hogy jól sikerült az országszerte lebonyolított versenysorozat és annak lezárása, a szép környezetben, igazi mezei terepen lefutott országos döntő.

A bajnokság a vidékiek hatalmas fölényét hozta és ismét bebizonyította, hogy a futás utánpótlását döntően a vidék adja. Elég csak rátekinteni az eredménylistákra. A fiúknál a három korcsoport 48 első nyolc egyéni és csapat helyezése közül a fővárosiaknak az erejéből mindössze egy (!) III. korcsoportbeli hetedik csapatbajnoki helyre futotta. A lányoknál már kedvezőbb a budapesti iskolák mérlege, két bajnokság mellett még kilenc helyezést szereztek, de a vidékiek négy bajnoksággal és 33 további helyezéssel itt is nagy fölényben voltak. Végeredményben 30 vidéki város és község 56 iskolája 84 első nyolc helyezéssel, míg egy (!) budapesti gimnázium és négy általános iskola 12 első nyolc helyezéssel zárta az országos döntőt.
Kiemelkedően szerepeltek a nyíregyházi Vasvári Pál Gimnázium diákjai két csapatbajnoki arannyal, egy bronzzal és a veszprémi Vetési Albert Gimnázium diáklányai, akik két csapatbajnoki helyezést (egy elsőt és egy másodikat), továbbá két harmadik helyet gyűjtöttek be. De nem panaszkodhattak a házigazda kecskemétiek sem, két iskolájuk, a Bólyai János Gimnázium és az Arany János Általános Iskola igyekezetét két-két, összesen négy érem jutalmazta, köztük az általános iskolás Dudás Sándor aranya is.
Az egyéni versenyek általában a már egyesületbe leigazolt futók sikerét hozták. Az V. korcsoportbeli fiúk versenyét, a papírformának megfelelően, az a 18 éves Bacskai Zsolt nyerte meg, aki ebben az évben első lett a MASZ ifjúsági mezei futóverseny-sorozatán, győzött a dunakeszi mezei ifjúsági bajnokságon és részt vett a mezei ifjúsági vb-n is. Mögötte a második és a harmadik helyet a mezei OB serdülő A-korcsoportos bajnoka, a miskolci Domonyik Gábor és az akkor is bronzérmes kecskeméti Vörös Róbert foglalta el. A IV. korcsoport bajnokságában is a serdülő A-korcsoportos mezei bajnokság helyezettjei tüntek ki és álltak fel a győzelmi dobogóra. A Tatabányai SC-ben versenyző dunakeszi ezüstérmes, Benyőcs Gergely futott be elsőnek, őt az UTE-ba igazolt ceglédi gimnazista, Bozán Károly és a szekszárdi Acsádi Gábor követte. A lányok között meglepetést okozott, hogy az eddig szerényebb eredményeket felmutató békéscsabai Csendes Ildikó legyőzte a MASZ ifjúsági mezei futóversenysorozatán és az ifjúsági mezei bajnokságon egyaránt harmadik helyezett, az ifjúsági mezei vb-n is válogatott dombóvári Bujdosó Beátát és a serdülő mezei bajnokságon negyedik helyen végzett veszprémi Stupián Mónikát. A IV. korcsoportban az egyetlen fővárosi egyéni bajnokságot nyert 16 éves BEAC-ista, Gáspár Csilla látszott a legesélyesebbnek, aki azután futótudását nemcsak a serdülő A-korcsoportos mezei bajnokságon elért ötödik helyével, hanem itt is bebizonyította. A felsorolt élvonalbeli futók mellett a mezőnyök tömegét a futással versenyszerűen most ismerkedő fiatalok alkották., És hogy nemcsak a negyobb futócentrumokból érkeztek az országos döntőre, azt igazolja, hogy többek között Vác, Nyirbogdány, Verpelét, Abony, Jakabszállás, Ráckeve és nem utolsó sorban Hecz Katalin III. korcsoportbeli aranyérme révén Fonyód nevét is megtalálhattuk az első nyolc helyezett között.

FIÚK

V. KORCSOPORT (1974. szept. 1. és 1976. aug. 31. között szül., táv: kb. 3,5 km)

Bajnok: Bacskai Zsolt (Nyíregyházi 110. sz. Ipari Szakmunkásképző Intézet, testnevelő: Nagy Sándor), 2. Domonyik (Miskolci Kilián Gimnázium), 3. Várás (Kecskemét Bólyai G.), 4. Fodor (Nyíregyházi Vasvári G.), 5. Lövinger (Szegedi 600. sz. Szmk. Intézet), 6. Szigeti (Dombóvári Apáczai Csere Szakközépiskola), 7. Ruzsáli (Szegedi Széchenyi G.), 8. Tőke (Kecskeméti Közgazdasági SZKI).

Csapatbajnok: Nyíregyházi Vasvári G. (Fodor István, Sánta György, Szarka Lajos, Tóth Tamás, Gyöngyi András, testnevelő: Szalka Géza) 49, 2. Kecskeméti Bólyai G. 103, 3. Pécsi Kodály G. 150, 4. Miskolci Kilián G. 156, 5. Székesfehérvári József A. G. 205, 6. Kecskeméti Bányai G. 209, 7. Szegedi Széchenyi G. 215, 8. Békéscsabai Rózsa F. G. 233 pont.

IV. KORCSOPORT (1976. szept. 1. és 1978. aug. 31. között szül., táv: kb. 3,5 km).

Bajnok: Benyőcs Gergely (Tatai Eötvös G., testnevelő: Kovács András), 2. Bozán (Ceglédi Kossuth G.), 3. Acsádi (Szekszárdi 505. sz. Szmk. Intézet), 4. Polauf (Tatai Eötvös G.), 5. Horváth (Székesfehérvári Árpád SZKI), 6. Kőfaragó (Gyulai Karácsonyi G.), 7. Kisfaludi (Ceglédi Kossuth G.), 8. Barna (Szegedi Kereskedelmi SZKI).

Csapatbajnok: Tatai Eötvös G. (Benyőcs Gergely, Polauf Tamás, Balázs Ádám, Orbán Tas, Nyilas László, testnevelő: Kovács András) 105, 2. Ceglédi Kossuth G. 130, 3. Nyíregyházi Vasvári G. 136, 4. Kecskeméti Katona J.G. 156, 5. Szentesi Horváth M.G. 168, 6. Veszprémi Vetési G. 177, 7. Kecskeméti Kandó K. Műszaki SZKI 180, 8. Szolnoki Baross G. SZKI 197 pont.

III. KORCSOPORT (1978. szept. 1. és 1980. aug. 31. között szül., táv: kb. 3 km).

Bajnok: Dudás Sándor (Kecskeméti Arany J. általános iskola, testnevelő: Szabó István), 2. Szőnyi (Váci Karolina Kat. ált. isk.), 3. Szabó I. (Karcagi ált. isk.), 4. Mitró (Nyírbogdányi ált. isk.), 5. Berkes (Verpeléti Arany J. ált. isk.), 6. Wolf (Gyulai III. sz. ált. isk.), 7. Csillag (Szekszárdi Babics M. ált. isk.), 8. Klopfer (Szekszárdi Babics M. ált. isk.).

Csapatbajnok: Békéscsabai Madách I. ált. isk. (Nagy Máté, Bortola Bence, Mazula Zoltán, Zsibita János, Makai Endre, testnevelő: Nyári Tamás) 98, 2. Abonyi Gyulai ált. isk. 125, 3. Kecskeméti Arany J. ált. isk. 127, 4. Verpeléti Arany J. ált. isk. 160, 5. Békáscsabai József A. ált. isk. 196, 7. Budapesti Királymajor utcai ált. isk. 204, 8. Szolnoki Belvárosi ált. isk. 212 pont.

LÁNYOK

V. KORCSOPORT (táv: kb. 2 km).

Bajnok: Csendes Ildikó (Békéscsabai Hugonnai Egészségügyi SZKI, testnevelő: Dányi Katalin), 2. Bujdosó (Dombóvári Apáczai Csere SZKI), 3. Stupián (Veszprémi Vetési G.), 4. Varga Zs. (Szekszárdi Garai G.), 5. Torma (Siófoki Perczel Mór G.), 6. Jó (Győri Bercsényi G.), 7. Földvári (Szegedi Kereskedelmi és Vendéglátóipari SZKI), 8. Bakonyi (Gödöllői Török G.).

Csapatbajnok: Veszprémi Vetési G. (Stupián Mónika, Kovács Noémi, Kovács Éva, Marton Anita, Kulics Beatrix, testnevelő: Bábán Ferenc) 67, 2. Pécsi Nagy Lajos G. 75, 3. Győri Bercsényi G. 100, 4. Békéscsabai Hugonnai Eü. SZKI 129, 5. Kecskeméti Bólyai G. 131, 6. Ráckevei Ady E. G. 156, 7. Miskolci Kilián G. 166, 8. Szegedi Kereskedelmi és Vendéglátóipari SZKI 184 pont.

IV. KORCSOPORT (táv: kb. 2 km).

Bajnok: Gáspár Csilla (Budapesti József A. G., test-

A program első része megvalósult

Kecskeméten sokan gratuláltak Kovács Sándornak, a MASZ utánpótlás vezetőedzőjének az iskolai országos bajnokság sikeréért. A szakvezető szerényen szabadkozott:

- Rólam mindenki tudja, hogy a közép- és hosszútávfutás, valamint az iskolai sport megszállotja vagyok. Már 25 évvel ezelőtt, amikor edzősködtem és tanítottam, és azóta is, a magam szintjén mindent megpróbáltam, hogy a diákok futómozgalmát szélesítsük, az eddigi megyei és budapesti versenyek mellett rendezzék meg a diákok országos mezei bajnokságát is. Nagyon örülök, hogy idén ez megvalósult, továbbá, hogy a Diáksport Szövetséggel együtt most olyan megnövekedett országos iskolai atlétikai programot sikerült adni, amelytől az ország diákságának a megmozdulását várjuk.

A program első része, a mezei bajnokságok tekintetében, úgy látszik, hogy sikerült ez a mosgósitás és ebben a főérdem a megyéké. Nagyon komolyan vették a feladatukat, megyei és fővárosi szinten - számításaink szerint - mintegy harmincezren indultak. A jegyzőkönyvek beérkezése és feldolgozása még folyamatban van, de például Somogyban 1600-an, Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében 2000-en vettek részt a mezei versenyeken. És ami még nagyon lényeges: az egyesületekbe igazoltak mögött a zöme most kezdett el versenyezni és értek el közülük többen máris helyezéseket, még a legkisebb helységekből is.

nevelő: Betkovics Attila), 2. Horváth K. (Dombóvári 516. sz. Szmk. Intézet), 3. Koltavári (Veszprémi Vetési G.), 4. Bakó (Kecskeméti Széchenyi Vendéglátó SZKI), 5. Berente (Nagykőrösi Toldi Élelmezési SZKI), 6. Nagy E. (Debreceni Csokonai G.), 7. Fazekas (Miskolci Zrínyi G.), 8. Leubinszki (Miskolci Kilián G.).

Csapatbajnok: Nyíregyházi Vasvári G. (Rakonczai Beáta, Kapin Ágnes, Polgári Erika, Olasz Anett, Galambvári Csilla, testnevelő: Szalka Géza) 77, 2 Veszprémi Vetési G. 112, 3. Miskolci Kilián G. 122, 4. Pécsi Leőwey G. 125, 5. Debreceni Csokonai G. 131, 6. Budapesti József A. G. 130, 7. Esztergomi Dobó K. G. 185, 8. Tatai Eötvös G. 206 pont.

III. KORCSOPORT (táv: kb. 2 km)

Bajnok: Hecz Katalin (Fonyódi Magyar Bálint ált. isk., testnevelő: Horváth Csaba és Molnár Zsolt), 2. Garami (Salgótarjáni Petőfi S. ált. isk.), 3. Teveli P. (Budapesti Nyár utcai ált. isk.), 4. Teveli Zs. (Budapesti Nyár utcai ált. isk.), 5. Gáspár É. (Budapesti Királymajor utcai ált. isk.), 6. Jaczura (Budapesti II. Rákóczi F. ált. isk.), 7. Mildner (Budapesti Nyár utcai ált. isk.), 8. Horváth R. (Budapesti Királymajor utcai ált. isk.).

Csapatbajnok: Budapesti Királymajor utcai ált. isk. (Gáspár Éva, Horváth Rita, Illy Melinda, Sziráki Laura, Gál Noémi, testnevelő: Jenei János) 54, 2. Budapesti Nyár utcai ált. isk. 87, 3. Debreceni Bekéssy ált. isk. 125, 4. Pécsi Anikó úti ált. isk. 125, 5. Kecskeméti Arany J. ált. isk. 148, 6. Budapesti Kazinczy ált. isk. 156, 7. Salgótarjáni Petőfi S. ált. isk. 160, 8. Békéscsabai József A. ált. isk. 165 pont.

Széles választékban kaphatók speciális futó-, ugró- és dobócipők az ADIDAS Márkaboltjában (Budapest, V., Váci utca 24.)

Üzletvezető: Kovács Ágnes

Telefon: 266-66-11

KEDVEZŐ ÁRAK 2990,– Ft-tól 5150,– Ft-ig (+ÁFA)

A MAGYAR OLIMPIAI CSAPAT TAGJA

Fiatalon, tehetségesen, de (!) reménytelin

Mottó: Régi közhely, hogy a siker nincs ingyen... szóval az a sült galamb...

Elfogult módon "kollégámat", Kovács Dusánt faggattam a "varázsigazolványokra" kinyíló "atléta-szentély", az Olimpiai Csarnok "forgatagában" arról, hogy...

*- Magyar bajnoki cím, 50,55 mp-es biztató egyéni csúcs 400 gáton és a gát szempontjából még biztatóbb 47,24 mp-es egyéni csúcs 400 síkon. Hogyan tekintsz minderre vissza? **

- Az év fő célkitűzése az volt, hogy megpróbáljunk speciálisan 400 gátra felkészülni. Így a gáton kívül 200 m-en és 400 m-en indultam csak. A fejlődés ennek tulajdonítható.

- A gáteredmény javulása tulajdonítható ennek, mert síkon nem igazán javultál, nem?

- Végül is egyéni csúcsokat futottam mindenben, de nem olyanokat, amilyeneket én és edzőm (Szabó Béla) terveztünk. Hogy ez mitől van, azt még igazából nem tudom, de egy biztos, hogy a tízpróbát hanyagoltuk, s így egysíkúra sikerült a felkészülés. Sok futó- és gátasmunkát végeztem, mellette erősítettem is. Úgy érzem, ez volt az első tanulóévem a 400 gátasok mezőnyében. A versenyek színvonala sem volt olyan általában, ahol "mezőnyben" tudtam volna futni. Kilenc versenyem volt, abból hét itthon...

- Miben látod az okát annak, hogy az aktuális sík- és gáteredményed között az elmúlt idényben végig megvolt az a "jó" 3 mp-es különbség, ami - te is beláthatod - elég sok?

- A 3 mp mindig megvolt, és - sajnos - megmaradt. Igazából nem tudom, miért. Ebben az évben - idény elején - lett volna alkalmam arra, hogy jól fussak - jónak, fittnek éreztem magam -, de akkor technikai problémáim voltak a gátközi lépések váltásánál. Ekkor tanultam meg igazán a másik lábbal gátazni, de ennek haszna nem jött ki igazán a versenyeken, sőt... Szerettem volna kijutni az olimpiára. Mindenképp el kellett volna érnem június végéig a kiküldetési szintet. Versenyről versenyre úgy rohangáltunk, hogy talán most... és egyre inkább azt érezte az ember, hogy a határidő közeledtével vége van mindennek, és nem fog sikerülni. Volt bennem egy lelki teher, egy nyomás - de nem mondom, hogy e miatt nem sikerült -, hogy otthon, Balassagyarmaton szinte mindenki elvárta tőlem azt, hogy ott legyek Barcelonában, s folyton kérdezgették: Na, megyek már? Mi lesz? Senki nem kérdezett mást, csak ezt, hogy olimpia, s ez eléggé nyomasztott. És akkor még ott volt nekem az egyetem is..., de ezt inkább hagyjuk!

- Miért?

- Hagyjuk...

- Szóval a nagy "nyomásban" látod a kudarc okát?

- Nem ebben látom. Szó sincs arról, hogy a külső körülmény zavaró hatása okozta volna a sikertelenséget.

- Külső szemlélőként, technikailag nem tűnik úgy, hogy majd' 4 mp az a különbség. Én láttam olyanokat, akik ilyen különbséggel gátaztak, s azon "látszott", hogy nem jó, hogy ritmustalan. De nálad ez nem igazán így van. Arra gondoltam, hogy ezzel a 13 lépéssel lehetnek problémák, ez üt vissza a táv végén...

- Sinyával (Simon-Balla István) is beszéltünk erről...

- ... úgy tűnik, mintha erőből oldanád meg...

- ... erőből oldom meg. Nincs meg az a gördülékeny futás, ami kellene ahhoz, hogy a végén is maradjon erő, lazaság. Én már az első gátra is úgy megyek rá, ahogy bírok, aztán 13-mal "nyomom" öt gátig. Az állóképességem meglenne, hogy rendesen befejezzem, de a lépésszámváltás nem hozza meg a gyümölcsét. Ettől függetlenül ebben az évben a két szélsőséget (50,55 és 51,70) leszámítva, minden futásom 51,0 mp körül volt egy-két tizedmásodperces intervallumban, tehát elég stabilan versenyeztem, bár igen leterheltnek éreztem magam. Júniusban nagyon sok versenyem volt, gát, váltók, sík... Nagyon fáradtnak éreztem magam.

- Arra nem gondoltál, hogy a 14 lépés jobb eredményt hozna? Annak ellenére, hogy ez nehezebb ritmus, de mégiscsak frissebben kerülnél oda, ahol annak kell lenni. Ugye, ott volt Sinya, aki 14-ezett annak ellenére, hogy nálad magasabb volt, gáttechnikailag is igencsak helyén volt, és magyar rekordot futott.

- Nem tudom... A 400 gátból igazából még nem sokat érzékeltem.

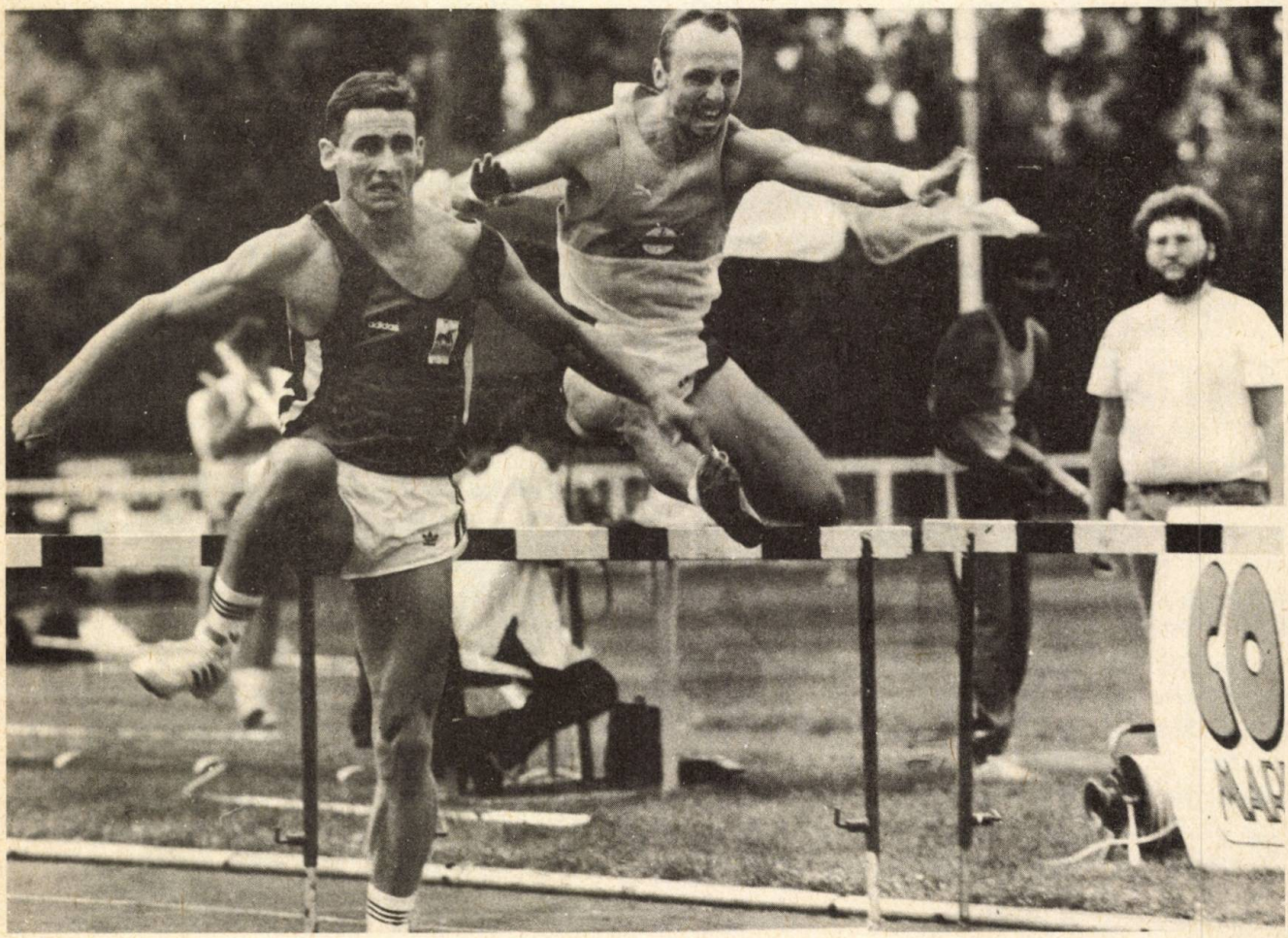
- A nemzetközi mezőny arra példa, hogy a 13-at "nyomják" kortól, magasságtól függetlenül, de ők már 48-49 mp körül teszik ezt. 51 mp körül a 14 lépés meg jó iskola lehetne, s nem feltétlenül kellene a 13.

- Megmondom őszintén, ezen még nem gondolkoztam.

- Szóval, ha ez egy kísérleti év volt, akkor ennek azért nem volt olyan rossz...

* Az interjú 1992. végén készült. (A szerk.)

- Így van. "Laikusan" azt tudom mondani, hogy a 14 lépéssel - félő -, nagyon lelassulnék az első 200 m-en.
- *A te futóstílusodnál ez előfordulhat, hisz' olyan "lépős" tipus vagy.*
- 400 m-en is én "végignyomom", ahogy bírom. Lehet, hogy ez nem feltétlenül jó, de eddig ezt csináltam. Elképzelhető, hogy egy más stílusra fogunk áttérni, de ettől az ember fél. Ez az év végül is teljesen más volt, mint az eddigiek. A gát mellett nem volt tízpróba, az égadta világon semmit nem hagytunk meg abból, még edzésjelleggel sem.
- *Akkor most tízpróba megint?*
- Vissza fog kerülni a felkészülésbe, s megpróbálunk odafigyelni technikailag a dobószámokra és a rúdra.
- *A hangsúly merre tolódik?*
- Megint azt mondom, hogy egyelőre nem tudom megmondani.
- *Egyébként nem is biztos, hogy kárára fog válni a gátnak.*
- Biztos, hogy nem!
- *Valószínű, hogy van is valami "rokonság" a 400 gát és a tízpróba között, mert egy sor példa van itthonról és külföldről egyaránt arra, hogy kölcsönösen jó eredményeket érnek el alkalmi versenyzéssel is egymás számában a két versenyszám versenyzői.*
- Óriási megterheléssel, feszültséggel jár mind a kettő. Nagy idegi megterhelést jelent mindkettő, szerintem az atlétika két legnehezebb számai ezek. Persze, a maratoni is ide sorolható, de más szempontokból. A 400 gát és a tízpróba anaerob tekintetben mindenképpen nagyon fárasztó.
- *Szóval visszatérsz a dekatlonra?*
- Jövőre két, maximum három versenyt szeretnék tízpróbából, mert 400 gáton szeretnék "ott lenni". Úgy érzem, hogy gáton van igazán esélyem a komoly fejlődésre, ebben a számban a nemzetközi élmezőny elérésére is látok reményt.
- *A síkformád már elég lenne ehhez, akár világversenyen is döntő közelébe kerülhetnél, mert 47,24-re már...*
- 49,50 körül kellene tudnom!
- *Ez sima realitás, lásd az olimpiát.*
- Azért vagyok optimista, mert 400 gáton 24 év körül kezdenek beérni a versenyzők. Én most voltam 21 éves, és nincs mögöttem olyan gátas múlt, hogy azt kellett volna éreznem idén, biztosan fogom futni azt az időt, amivel vinnének ide-oda-amoda. Ettől függetlenül örültem volna annak, ha bekerülök abba a forgásba, keringésbe, ami a nemzetközi versenyzést jelenti.
- *Szóval mi a helyzet az egyetemmel? Most halasztasz?*



Kovács Dusán az élen

- Mondtam már, hogy nem akarok belemenni ebbe az egyetemi dologba. Nincs semmi probléma, megvan a félévem, az év végém is, csak vizsgáznom kellene...mégsem akarok beszélni erről.

- Pedig ez igen érdekes "téma", hisz' egy egyetem, főleg egy orvosi egyetem mellett válogatott szinten sportolni, az roppant tanulságos, nehéz és követendő példa.

- Tudod nagyon sokan azt mondták már az első félév után, hogy ne is kezdjem el a második félévet, csak eddzek és versenyezzek, mert az olimpia ritka nagy lehetőség. Én is így voltam ezzel, hiszen négy év múlva lehet, hogy már nem lesz esélyem, jóllehet akkor lennék 25 éves... Ezt otthon is és az atlétaberkekben is mondogatták, hagyjam az egyetemet most. Ennek ellenére én tovább jártam. A második év mindenképpen nagyon nehéz az orvosi egyetemen, nagyon sok hallgatónak ez a vízválasztó. Szerettem volna tudni, mi vár rám, de nem az volt a célom, hogy mindenből levizsgázzak. Ezért szeptember 30-ig kértem vizsgaidőpont-halasztást, hátha bejön az olimpia stb... Már megvolt minden kötelező szigorlatom. Akkor jöttek volna a vizsgák, de jött a szintteljesítési időszak is júniusban, s akkor elsősorban arra készültem inkább. Meg kell, hogy mondjam, áprilistól már nemigen forgattam a tankönyveket, az iskola miatt egy edzőtáborban sem voltam.

- Szóval két szék között a földre?

- Nem voltam csalódott, hiszen az olimpia nem volt kizárólagos célkitűzés. Azt gondoltam, hogy ha bejön akkor jó, ha nem, akkor sincs semmi baj. Az egyetemmel is az volt, hogy semmi nem történik, ha egy fél évet halasztok, semmi hátrányom nem származik belőle. Így a nyarat végigversenyeztem, s a HB Kupa döntő után kellett volna leülni tanulni, de már nagyon fáradt voltam, mind fizikailag, mind szellemileg, és úgy éreztem, hogy nem lesz már erőm egy kétéves anyagot átböngészni és elmenni vizsgázni. Ebben az évben lelkileg sem voltam olyan stabil, mint régebben, több tényező közrejátszása miatt.

- Azért nem adod föl az egyetemet?

- Nem, semmiképpen. Februártól - bár nem lenne szükséges, de mindig van valami új az orvosi egyetemen - be fogok járni, hogy rá legyek kényszerítve a tanulásra, s fontos lesz, hogy odajárok. Május-júniusban le szeretném tenni az elmaradt vizsgákat, de az edzőtáborok, a nagy versenyekre készülés miatt most sem lesz könnyű.

- Az egyetem után?

- Hát... Hat év az általános orvosi kar, majd két-három-négy év a szakképzés, addig - 30-31 éves koromig - szeretnék versenyzeni, aztán majd jöhet a szakma.

- Arra nem gondoltál, hogy esetleg mint sportorvos hasznosítod a tanultakat?

- Az a helyzet, hogy jelen pillanatban nem tudom elképzelni magam egy kórházban. Eddig egészséges emberek közöt éltem le az életem, sportolók között. Ez hogy fog megváltozni...?

- Mire "odaérsz", addig igen komoly tapasztalatokat fogsz szerezni a sportolók körében sérülésekről, mindenféle nyavalyákról...

- Az biztos, hogy nem lenne rossz, ha lenne egy ilyen ember, és én igen szívesen vállalnám, ha ennek olyan háttere lenne..., ha lenne erre igény. Ha valaki azt mondaná, hogy kérem, nekem erre szükségem van, s "mindent" megadok, hogy ez az ember kitanulja azt, amire nekem szükségem van. Végül is én itt élek, de ilyen igény nem merült még föl senki részéről. Az atlétikai szövetségben is fölismerhetné valaki, hogy az ismertebb versenyzők közül ritkán jár valaki orvosi egyetemre...

- Pontosan! Én is erre gondoltam.

- Például el tudtam volna képzelni egy ösztöndíjat. Ezt nem úgy értem, hogy én ezt elvártam volna. Nagyon jól tudom, hogy Magyarországon nemigen volt még példa ilyesmire. Biztosan nagyon nehéz az ilyenre pénzt előteremteni, de így saját emberükként kezelhettek volna.

- Az ösztöndíjról jut eszembe, hogy van szponzorod is...

- Ebben az évben a Magyar Hitel Bank Rt.

- Eredményhez van kötve ez a támogatás?

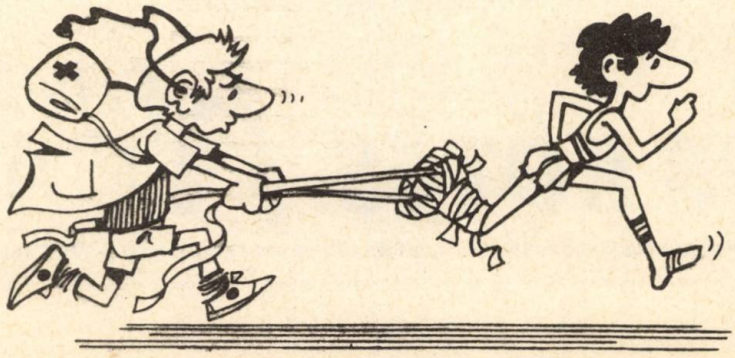
- Az idén nem, de úgy néz ki, hogy jövőre, ha fennáll még a kapcsolat, akkor az eredmények tükrében esetleg prémiumot is kaphatok.

- Konkrét célok az új idényre?

- Szeretnék kijutni a vb-re, csalódott lennék, ha nem sikerülne. Az Universiadén megint esélyem lehet arra, hogy hat között szerepeljek 400 gáton. Előtte kb. 1 héttel van a tízpróba EK, ahol az a cél, kiharcoljuk az A-csoportba kerülést. Ezen kívül vannak még a bajnokságok...

- Köszönöm a beszélgetést, sok sikert mindehhez, és viszlát a pályán.

Bágyi Róbert



ÖN HÁNY ÉVIG HASZNÁLJA AZ AUTÓJÁT?

NE A VÉLETLEN HATÁROZZA MEG!

HUNGÁRIA CASCO: BIZTOSÍTÁS A LEGNAGYOBB VESZTESÉGEKRE.
Külön díjtétel felszámolása nélkül egész Európára érvényes.

*A **Hungária Casco** igény szerint köthető, tehát a biztonság teljes körű:*
- elemi-, lopás-, és tűzkárbiztosítás,
- ablaküveg-biztosítás,
***- töréskár elleni biztosítás,** mely a partnerünk gépkocsijában saját hibájából bekövetkező károkat téríti meg,*
***- extra tartozékok biztosítása** a széria felszereltséget meghaladó, többnyire utólagosan beépített, a kényelmi szintet emelő tárgyakra (rádió, magnó, napfénytető stb.),*
***- balesetbiztosítás,** mely a gépjárműben utazók esetleges sérülése vagy halála esetén ad térítést.*

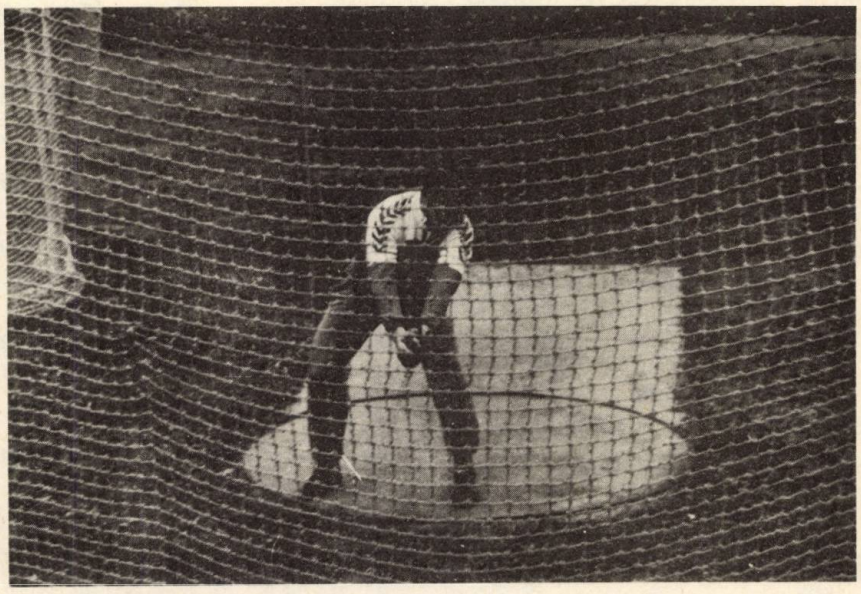
*Az új **Hungária Casco** tehát **határtalan** biztosítás. Földrajzilag és lehetőségeit tekintve egyaránt. Ön részletesebb tájékoztatást kíván? Megyei hálózatunk várja partnereinket.*

BIZTOS KÖTÉS. HUNGÁRIA CASCO

Hogyan tovább "kisbalázs"?

A **Los Angeles Times** ez évi januári számában a **Búcsút mondhatunk a kalapácsvetés rekordjának** című cikkben a Dél-Kaliforniai Egyetem (University of South California, USC) edzője, Jim Busch arról nyilatkozott, hogy a náluk tanuló magyar fiú hamarosan a múltnak adja át John Wolitarsky 1985-ben elért 68.80-as intézményi kalapácsvető rekordját.

Valószínűleg az edző sem gondolta, hogy jóslata ilyen gyorsan valóra válik. Történt ugyanis, hogy egy február 27-ei versenyen a veszprémi illetőségű kalapácsvetőjük, **Kiss Balázs** - szakadó esőben - 73.54 m-es távolságra dobta a kalapácsot. *Mindig tudtam, hogy nem rossz, de most már tudom, egészen kiváló dobó ez a fiú* - nyilatkozta Balázsról Dauge Laid, az egyetem másodedzője, majd hozzátette: Ő lesz minden idők legjobb kalapácsvetője, nem csak az USC-nél, hanem az egész világon!



Kiss Balázs

Azóta pedig - Balázs leveléből - azt is tudjuk, hogy a szóban forgó csúcseredmény már a múlté, hiszen március 5-én 76.10 m-re szállt a kezéből a szer. (Egy még frissebb hír szerint, újabb 76 m feletti eredményt ért el.) Legutóbbi levelében Balázs azt a kijelentést is megkockáztatta, hogy még ebben az esztendőben túllépheti a 80 m-es álomhatárt. (Ezt egyébként kinti edzői csak amolyan "közbeeső állomásnak" tekintik.)

Az Egyesült Államokban (legalábbis Kaliforniában) az atlétika rajongói már ismerik Kiss Balázst, de most lássuk mit kellene nekünk, honfitársainak tudni róla. Itthoni edzője, Szabó Ernő (aki egyben nevelő edzője) a következőket mondta el tanítványáról:

- Balázs 1985-ben kezdett el atlétizálni. Édesapja testnevelő tanár, míg édesanyja - Gombos Éva - országos bajnok kézilabda csapat tagja volt, így aztán igaz a mondás: "az alma nem esik messze a fájától". Viszont egyre messzebb esik le a kalapács Balázs kezéből. Kezdettől fogva meghatározó volt a szülői háttér, "felmenői" mindent megtettek azért, hogy fiuk zavartalanul edzhessen, nyugodtan készülhessen a versenyekre.

A szakmai munkát szemléletesen tükrözi a mellékelt táblázat, míg a versenyeredmények felsorolása azt is mutatja, hogy mintegy hét évre volt szükség ahhoz, hogy a jó alapképességű fiúból nemzetközi szintű ifjúsági versenyző váljék. Ide kívánkozik még az a tény is, hogy 18 éves koráig heti 3-4 edzést végzett és csak 19 éves korában edzett egy héten 8 alkalommal.

A sport mellett a tanulás is fontos szerepet töltött be az életében. Középiskolásként háromszor nyerte el a "Jó tanuló, jó sportoló" kitüntető címet, angol nyelvtudása pedig lehetővé tette, hogy egy amerikai egyetem orvostanhallgatójaként ösztöndíjasan tanulhasson.

Nagy munkabírású, fegyelmezett sportoló - hangzik az edző további jellemzése -, *aki a nagy tétű versenyeken*

FIELD EVENTS FORM

DIV. & EVENT: HAMMER EVENT NO. 1 AMen: CHAMPS:
FIELD EVENT PAGE OF MEET: CLUB CHAL. FIELD: W.L.A. COLLEGE
FLIGHT OF SCHED. TIME 10:00AM HD. JUDGE
QUAL. COMPETITION/FINAL ADVANCE TO FINAL JUDGE
QUAL. COMP DISTANCE m ATTEMPTS ( ) = WIND READING IN MPS/MPH

ORDER	COMP.	ATHLETE/CLUB OR SCHOOL	FINAL'S ORDER	MARKS			PLACE	BEST MARK
1	TAUR McMAHON	UNATT		1 128' 38.04	2 F	3 F	3rd	METRIC 42.17
				4 138'4 42.17	5 F	6 130'7 39.80		FT./IN. 138'4
2	CHAD DANOWSKY	USC		1 181'8½ 55.38	2 184'9½ 56.33	3 F	2nd	METRIC 56.33
				4 F	5 F	6 F		FT./IN. 184'9½
3	BALAZAS KISS	USC		1 239'1½ 72.86	2 235'8 71.84	3 227'4 69.30	1st	241'3
				4 241'3 73.54	5 239'2 72.89	6 F		FT./IN. 73.54
				1	2	3		METRIC
				4	5	6		FT./IN.
				1	2	3		METRIC

éri el az igazán kiemelkedő teljesítményeit. Olyan típusú ember, aki számára csak a győzelem jelent sikert, számára ez az egyedüli elfogadható mérce és ez Balázsnál az élet minden területére igaz.

1991-ben az "Év ifjúsági atlétájának" választották és elnyerte a kiváló ifjúsági sportoló címet, nemzetközi ifjúsági atléta minősítéssel.

1992-ben nem indult versenyen. Az Egyesült Államokba utazott és megkezdte tanulmányait a Dél-Kaliforniai Egyetemen. Rendszeresen edzett ugyan (levelei tanúsága szerint 70 körüli eredményekre volt akkor is képes), de elsősorban az ottani körülményekhez próbált meg alkalmazkodni, s elsősorban a tanulmányaira összpontosított. Távolabbi célja az Universiade, ami az USA-beli Buffaloban kerül sorra és értelemszerűen az atlantai olimpiai játékok lebegnek a szemei előtt, mert az sem utolsó szempont, hogy arra már nem kell aklimatizálódni sem.

A felmérési adatok között van néhány félelmetesen magas érték, ami azt jelzi, hogy a fiú - és természetesen az edzője is - jó úton járnak. Nem véletlen az egyetemi edzők lelkesedése és optimista előrejelzése. Most már e rövid ismertető olvasói is tudják, hogy "kisbalázs" a mi esetünkben nem a "József Atilla-i" mesefigura, hanem valóságos, élő fiatalember, akitől már a közeljövőben kiemelkedő eredményeket várhatunk és a magyar dobóatlétika hagyományainak egyik folytatóját láthatjuk, hiszen az 1972-ben született fiú még a jövő évben is csak junior korosztályú.

Söjtör József

Felmérési adatok

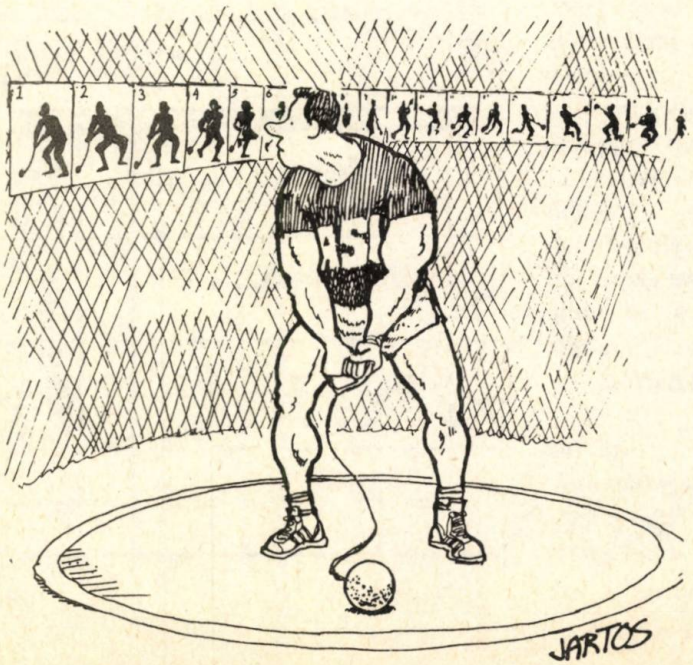
	15 évesen	19 évesen
Magasság (cm):	186	188
Testsúly (kg):	81	105
Karöltő (cm):	196	198
60 m állórajttal (mp):	4.3	3.6
Helyből távolugrás (cm):	2.58	3.25(!)
Ötösugrás helyből (páros lábbal):	13.18	16.98(!)
Golyódobás fej fölött (5 kg):	16.90	-
Golyódobás hátra (6 kg):	-	19.66
Golyódobás hátra (7.25 kg):	-	18.02
Szakítás (kg):	65	115
Felvétel (kg):	90	165(!)
Mélyguggolás (súly a vállon):	125	215
Mélyguggolás (súly a mellen):	-	190
Fekvenyomás:	75	100
Dobás 8 kg-os kalapáccsal (m):	64	-
Dobás 10 kg-os kalapáccsal (1 m-es huzallal) (m):	-	49.50

Kiss Balázs eredményeinek fejlődése (m)

	Kalapácsvetés				Diszkoszvetés	
	4 kg	5 kg	6 kg	7,25 kg	1 kg	1,5 kg
1985	47.50	-	-	-	36.60	
1986	61.32	-	-	-	48.66	
1987	-	63.76	-	-	-	44.26
1988	-	71.12	65.28*	56.24*	-	49.44
1989	-	75.38*	68.70	61.24*	-	51.64
1990	-	-	69.46	62.82	-	54.12
1991	-	-	79.22*	70.66	-	57.84
1992	-	-	-	-	-	-
1993	-	-	-	76.10**	-	-

A *-gal jelölt eredmények korosztályos, illetve országos csúcsok voltak. A 6 kg-os kalapáccsal elért 79.22-es eredmény ma is ifjúsági rekord.

** Az eredményt március 5-én érte el.



A dinamikus magasugrás

A magasugrás számos fizikai, technikai és pszichológiai kihívást jelent sportoló, edző számára egyaránt. A versenyszám jó megértése, valamint a megbízható edzésterv és a megfelelő technikai fejlődés a következő elvárásokat támasztja:

1. Képesség az egyenletes futásra egy ellenőrzött, görbevonalú nekifutási szakaszon.
2. Felgyorsítás a megfelelő sebességre.
3. A vízszintes irányú sebesség hatékony átalakítása függőlegessé.
4. Helyes felugrási mechanizmus alkalmazása.
5. A súlypont optimális röppályájának kialakítása.
6. A testrészek sikeres átjutása a léc felett.

Fontos emlékeztetni arra, hogy az ugrás minden komponense jelentőséggel bír és egymással szoros kapcsolatban van. Számos olyan fiatal sportoló van, aki azért nem képes valóra váltani potenciálisan meglévő lehetőségeit teljes mértékben, mert nem látja be ennek a koncepciónak a fontosságát. Ahelyett, hogy megkísérelnék elsajátítani az összes alkotóelemet és egybefűzni azokat egy sikeres egész megteremtése érdekében, inkább azokra a szempontokra figyelnek, amelyeket jobban szeretnek. Az edző felelőssége, hogy az edzések során úgy irányítsa a magasugrókat, hogy azok sikeresen fejlődjenek.

A nekifutás

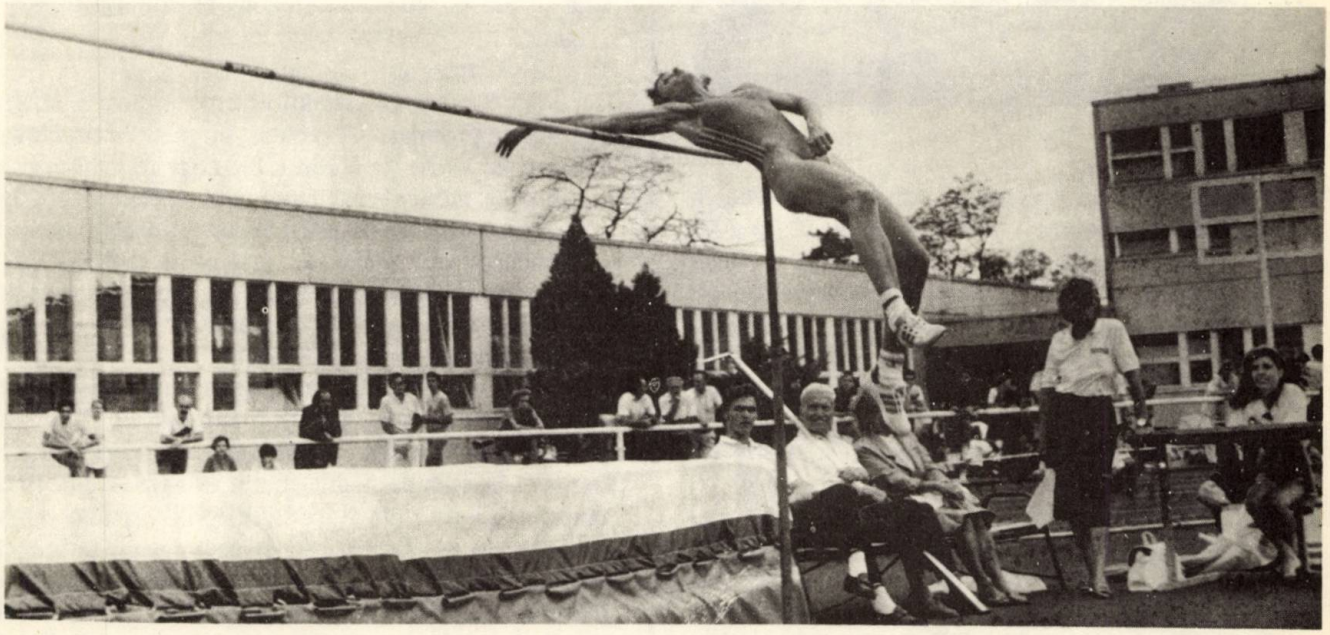
Látszólag úgy tűnik, hogy a nekifutás meglehetősen egyszerű mozgás, de mégis olyan elemeket tartalmaz, melyek segíthetnek az eredményességben, ha helyesen alkalmazzuk őket. A nekifutásnak igen nagy szerepe van abban is, hogy meghatározza a következő fázisok sikerét. A nekifutás kulcsfontosságú szempontjai:

1. testhelyzet,
2. egyenletes gyorsulás,
3. kontrollált mozgás,
4. ritmus.

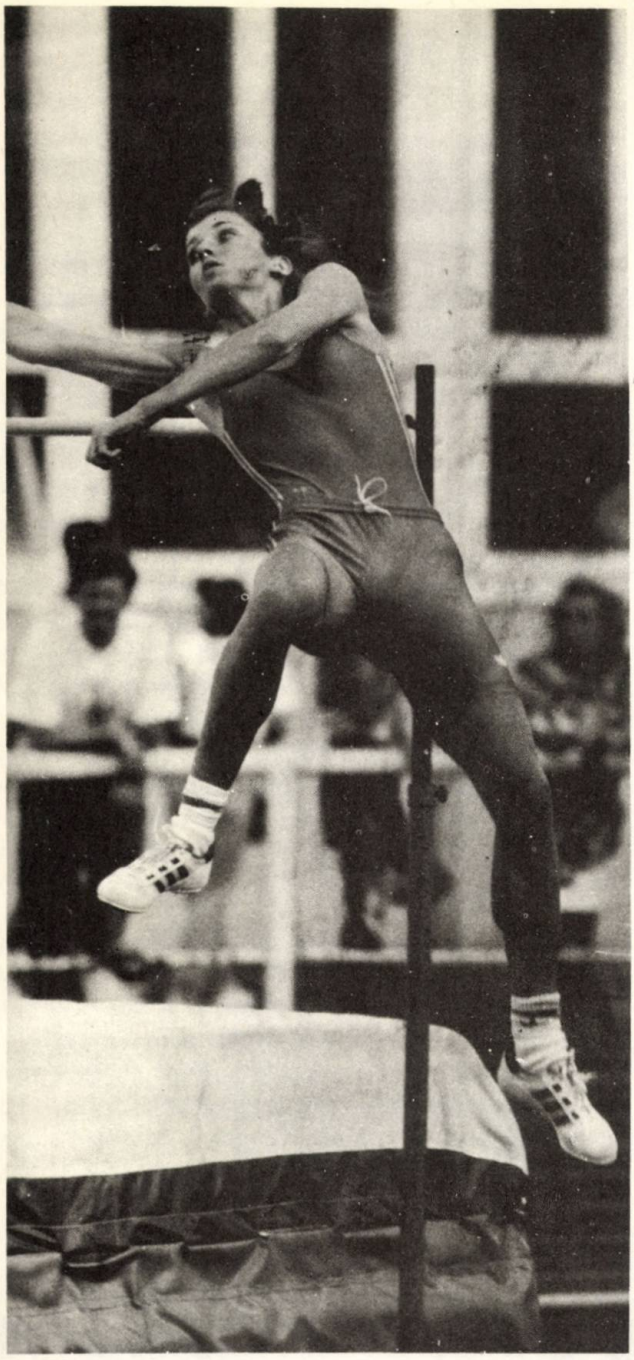
A fenti célok elérése érdekében az egyes gyakorlatokat, a nekifutást sokszor meg kell ismételni. A versenyzőnek meg kell tanulnia azt, hogy tisztán lássa e fázisok jelentőségét és azt, hogy az edzéseken ugyanolyan intenzítással és koncentrációval kell gyakorolni, mintha versenyezne. Ha az ugró egyszerűen csak végighalad a különböző mozdulatokon, ez nem fogja meghozni a kívánt eredményt. A versenyzőnek tudatosítani kell a nekifutás egyes elemeit és tudnia kell azt is, hogyan alkalmazza azokat.

Egyszerűen szólva: minél nagyobb függőleges irányú sebesség kifejtésére képes a sportoló az elrugaszkodás során, annál magasabbra fog ugrani. A kifejtett vertikális sebesség nagysága számos különböző tényezőtől függ, melyek egyike a nekifutás során kialakított vízszintes irányú sebesség. Nagyobb vízszintes sebesség magasabb ugrásokhoz vezethet mindaddig, amíg a sportoló még ellenőrizni tudja ezt a sebességet és hatékonyan át tudja azt alakítani vertikális sebességgé. Ez a tényező jelentős mértékben változhat sportolónként.

A flop technika sajátos íves nekifutásának igen nagy szerepe van a kontrollált sebesség kialakításában és átalakításában egyaránt. Bár többféle íves nekifutás van, melyet jelenleg alkalmaznak, mégis az úgynevezett "J" alakú nekifutás kínálja a legtöbb előnyt és így a magasugrók többsége manapság ezt használja. A nekifutás hossza általában 9-11 lépés. Ez elég rövid ahhoz, hogy csökkentse a hibalehetőséget, de elég hosszú ahhoz,



Fotó: Zádor



Fotó: Zádor

hogy elérjük a kívánt eredményt. A nekifutás kezdetén a versenyzőnek előre kell dőlnie, hogy megtörje a kiinduló testhelyzet tehetetlenségi nyomatékát és megkezdje annak gyorsítását. Azonban amire az ugró eléri a körív kezdetét, törzsének már felegyenesedett helyzetben kell lennie úgy, hogy csípője függőlegesen a törzs alatt van és optimális magasságra emeli térdeit futás közben.

Magasugrásnál fokozatosan kell növelni a sebességet a nekifutás teljes hosszán. Számos ugró követi el azt a hibát, hogy túlságosan gyorsan veszi fel a sebességet és ezért az ívre történő ráfutásnál komoly nehézségeik támadnak. Ennek rendszerint az az eredménye, hogy csökken a sebesség kitámasztás előtt és az utolsó lépéshossz sem elég hatékony. Ezért az egyenletesen gyorsuló ritmusú nekifutás fontosságát már az edzésfolyamat korai fázisában hangsúlyozni kell.

A körív speciális problémát jelent a kontrollált gyorsítás szempontjából. Amint a sportoló beér a kanyarba, centrifugális erőhatás lép fel. Ez az erő arra törekszik, hogy az ugrót kifelé sodorja a körívről és megtörje azt az egyenletesen gyorsuló futást, melyre a versenyző törekszik. Minél nagyobb sebesség kifejtésére törekszik az ugró, annál nagyobb a centrifugális erő hatása. Ennek az erőnek a kiegyensúlyozása alapvető fontosságú a sikeres nekifutás szempontjából és megvalósítása egy "aktiv", a körív belseje felé történő bedőléssel történik. Ezt a bedőlést bokából (nem pedig csípőből) kell végrehajtani, annak érdekében, hogy elérjük a felugráshoz nélkülözhetetlen helyes testhelyzetet. Jó módszer a versenyzőt arra oktatni, hogy határozottan "nyomja befelé magát" lábaival a kanyarba, amit aztán végig folytania kell egészen a kitámasztásig.

A nekifutás utolsó két lépése gyors és energikus legyen. Az utolsó lépés viszonylag rövid, mégpedig azért, hogy biztosítsa a test súlypontjának megfelelő függőleges irányú haladását. Ennek a koncepciónak a jelentőségét a későbbiek folyamán még részletesebben fogjuk tárgyalni. Ha a versenyző lelassul a köríven történő futáskor, akkor nemcsak veszít abból a potenciális energiájából, mellyel nagyobb függőleges irányú sebességet tud kifejteni a felugrásnál, hanem lépéseinek hossza több, mint valószínűleg megnövekszik, aminek következtében az utolsó lépése is hosszú lesz. Itt ismét a helyes ritmus fontosságát kell hangsúlyozni.

Felugrás

A felugrás fázisát a legnagyobb mértékben az erősítő edzés és a helyes edzéstechnika befolyásolja. Ennek a fázisnak a folyamán számos erőhatás működik és a fizikai felkészülés alapvető fontosságú azon szempontból, hogy a leghatékonyabban tudjuk irányítani és felhasználni ezeket az erőket.

A felugrás elsőrendű céljai a következők:

1. a vízszintes sebesség hatékony átalakítása függőlegessé;
2. a helyes felugrási szög beállítása.

Az előző fázis során kialakított erőket most a talajra kell kifejteni annak érdekében, hogy a fenti célokat megvalósíthassuk. Az a képesség, hogy irányítsuk és a legteljesebb mértékben kihasználjuk ezeket az erőket, szükségessé teszi az edzés olyan irányultságát, melyek a nagysebességű kitámasztás és a gyors felugrás hatékony megvalósítását segítik elő. A felugráshoz lejátszódó fiziológiai funkciók megértése segítséget nyújt az edzéseszközök kiválasztásában.

Amint azt már korábban említettük, a nekifutás sebessége jelentős szerepet játszik a függőleges irányú sebesség növelésében a felugrásnál. A közismert elv szerint: "Az energia nem születik és nem szűnik meg, hanem azt egyszerűen átalakítjuk egyik formából a másikba". A vízszintes iárnyú sebességet úgy foghatjuk fel, mint az energia egyik formáját. Amikor az ugró kitámaszt és megállítja ezt a vízszintes sebességet, annak át kell alakulnia. Így a megfelelő technika segítségével

a vízszintes sebességet át lehet alakítani függőleges irányú sebességé.

Amikor az ugró kitámaszt, akkor a térdizületben kismértékű hajlítás lép fel, ami a térdfeszítő izmok erőteljes excentrikus összehúzódása révén, egy előfeszített állapotot idéz elő az izmokban. Ez lehetővé teszi, hogy az ugró kihasználja az izom természetes rugalmassági tulajdonságait és az úgynevezett myotatikus reflexet ahhoz, hogy sokkal nagyobb mértékű robbanékony koncentrikus izomösszehúzódást (a térdizület kinyujtását) hozzon létre, mint amit az előfeszítés nélkül produkálhatott volna. Az izomösszehúzódás ilyen módon történő befolyásolására való képességet a kutatások eredményei jól dokumentálják. Minél nagyobb vízszintes irányú sebességet tud kifejteni a sportoló, annál nagyobb előfeszítést tud elérni mindaddig, míg a mozgásba bevont izmok excentrikus összehúzódása révén meg tudja akadályozni a térd túlzott behajlítását. Ha a térd "berogyik", akkor az ugró túl gyorsan halad előre az éppen meglévő fizikai és/vagy technikai képességeihez viszonyítva. Az előfeszítés hatásának optimalizálása érdekében nagyon gyorsan kell megjelennie az amortizációs fázisnak, mely az excentrikus fázis első pillanatától a koncentrikus izomösszehúzódás kezdetéig tart. Ha ez nem így történik, az izmok keresztkötései felbomlanak és az energia hővé alakul át. Nyilvánvaló, hogy ez rávilágít arra, hogy milyen nagy szükség van az excentrikus és a rugalmas erő fejlesztésére a sportoló combfeszítő izmaiban.

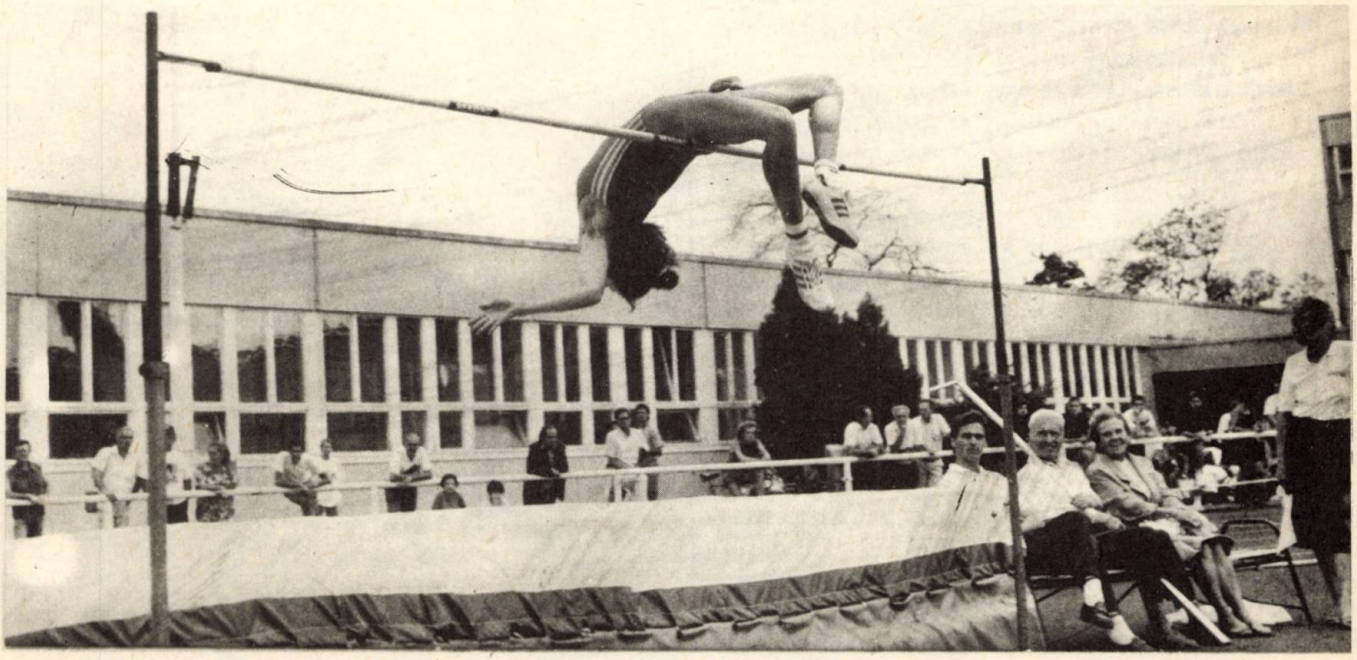
A továbbiak során bekövetkező koncentrikus izomösszehúzódás sebessége lesz az az utolsó tényező, amely meghatározza az elrugaszkodásnál kifejtett függőleges irányú sebességet. Alapvetően fontos az ugrónak az a képessége, hogy a maximális erőt fejtse ki a maximális sebességű izomösszehúzódás mellett. Ezt a képességet úgy hívják, hogy gyorserő. A rövid amortizációs fázis segítséget nyújt a gyorserő kifejtésében. A súlyemelés, a súlyzós gyakorlatok különböző fajtái, azok variációi és a pliometrikus gyakorlatok kiváló módszerek az alábbi képességek fejlesztéséhez:

- gyorserő,
- rugalmas erő,
- excentrikus erő.

Az ugró utolsó lépésének hossza nagy szerepet játszik a fentiek hatékonyságában. A hosszú utolsó lépés eredménye a támaszhelyzetbe hirtelen beérkező test súlypontjában mutatkozik meg, mely túlzott excentrikus terhelést fejt ki a térd feszítőizmaira, csökkentve azt a sebességet, mellyel a sportoló felugorhat. Előidézheti azt is, hogy az amortizációs fázis nagyon lassú lesz, mivel az ugrónak előbb meg kell állítania a súlypont lefelé irányuló mozgását, mielőtt felfelé inditaná azt. Ha az utolsó lépés rövid, ez segít a sebesség megtartásában és abban, hogy enyhén emeljük a test súlypontját az előző lépéshez viszonyítva. A karok és a lendítő láb mozgása szintén kedvezően befolyásolhatja az amortizációs fázis időtartamának csökkentését. Minél gyorsabb és energikusabb a lendítő mozdulat, annál kisebb a sebességvesztesség. A karok és a térd lendítését a vízszintes síkban kell megállítani. Ez segít a felugró láb tehermentesítésében az elrugaszkodás során.

A nekifutáskor a bokából történő befelé dőlés kitűnő pozicióba helyezi az ugrót ahhoz, hogy hatékonyan tudja kihasználni a fent említett lehetőségeket. Amikor az ugró kitámaszt, olyan forgatónyomaték jön létre, ami körül a súlypont előre-fölfelé történő mozgást végez. A kanyarban kifejlesztett centrifugális erő kitámasztáskor a leérkezőhely irányába téríti ki a test súlypontját.

Ha az ugró nem dől befelé az íven a kitámasztáskor, akkor felugráskor azonnal elindul a léc irányába. Az ugrónak, ha jó a bedőlése, akkor van ideje arra, hogy a talajra kifejtett erőt jó irányába alkalmazza és így elinduljon a test súlypontja az elrugaszkodási pont



Fotó: Zádor

fölé. Optimális esetben a test súlypontjának pontosan a kitámasztási pont felett kell lennie az elrugaszkodáskor. Maga a kitámasztás kemény és energikus legyen, hogy megállítsa a vízszintes irányú sebességet. Ha a támasz puha, akkor az ugró átszalad a kitámasztási pont felett és a léc irányába sodródik. Itt egy enyhe saroklábujj átgördülésnek kell lejátszódnia.

Lécvétel

A lécen való átjutás jó kinesztétikai és térérzékelést kíván az ugrótól. A jó időzítés és a testszegmentumok irányított mozgása segíthet az ugrónak abban, hogy sikeresen áthaladjon a lécen. Ez a fázis tartalmazza mindazt, ami a felugrás után történik. Ezt mondhatjuk a pszichológiailag leginkább kritikus fázisnak. A fiatal magasugró számára az, hogy a levegőbe emelkedve, úgy forduljon el, hogy háttal kerüljön a léc felé, majd a hátára érkezzen az ugrógödörbe, mindez nagyfokú önbizalmat kíván, különösen akkor, amikor az egyéni csúcsa körül ugrik. Kevés fiatal ugró van, akinek sikerült elkerülni a lécreesés fájdalmát. A tapasztalt ugrók tudják, hogy ha helyesen végzik a mozgást, akkor több, mint valószínű, hogy sikertelen kisérlet esetén a fenekükkel, vagy a vádlijukkal fogják lesodorni a lécet és nem kell tartaniuk attól, hogy a hátuk megsérül a leérkezéskor. Nagyfokú önbizalom szükséges az ugró számára, hogy megfelő fejlődés eredményeképpen új egyéni csúcsot érjen el. Kitünő eszköz ennek érdekében az, ha a kezdő ugróknál úgynevezett "puha" lécet használunk (pl. szíjból készült és a két végén kis homokzsákokkal biztosított). Ez lehetővé teszi, hogy az ugró a helyes technikára koncentráljon és ne törődjön azzal, hogy esetleg a kemény lécen fog landolni.

A felugrás után a lendítő láb térdének fel kell emelkednie egészen a léc magasságáig. A térdnek kissé keresztbe kell lendülnie a test előtt, hogy elősegítse a kezdeti hossztengely körüli forgást. Ha az ugró nem végzi el a térd felfelé "vezetését", akkor az alábbi két dolog történhet:

1. a combok visszaesnek (lesüllyednek) és olyan helyzetbe kerülnek, mely nem alkalmas a léc feletti hatékony áthaladásra;
2. a térdek közel kerülnek egymáshoz, aminek az lesz az eredménye, hogy hosszú és lassan mozgó két "emelőkar" keletkezik, melyeket át kell majd emelni a léc felett.

A helyes térdmozgás előnyei a következők:

1. segíteni fog a test felfelé emelkedésében, megakadályozva azt, hogy a test elveszítse sebességét a léc fölött;
2. segíteni fog az úgynevezett "békaláb" helyzet kialakításában (amikor is a térdek széttárva, a bokák pedig összezárva vannak), ami sokkal rövidebb "emelőkarokat" eredményez, melyeket át kell emelni a léc felett;
3. segít az ugrónak abban, hogy teste megfelelő ívet képezzzen a léc felett.

Létezik egy könnyű módszer annak megállapítására, hogy az ugró helyes térdemelést végez-e: figyeljük a térdek szétterpesztését a léc tetején. Ha a térdek közel vannak egymáshoz, akkor a következő két eset lehetséges: vagy nem volt megfelelő a térdlendítés a felugráskor, vagy pedig az ugró visszaejti a térdét közvetlenül az elrugaszkodás után, ahelyett, hogy tovább folytatná a térdek feltolását a léc irányába.

A karok mozgása a következő legyen: a lendítés egyenesen felfelé történjen, majd meg kell állítani azt. A léc felett a karok a comb magasságában vannak. Sok ugró szeretei a léc felöli lendítő karját át-lefelé lendíteni a léc fölött, a leérkezőhely irányába. Ez a módszer semmivel sem fokozza a felugrás dinamikáját. Sőt, rendszerint ez is hozzájárulhat ahhoz, hogy a test röppályája idő előtt a léc irányába sodródjon.

A fejnek

- tudatosan felfelé kell mozognia;
- lehetővé kell tenni, hogy együtt forogjon a csipővel és a vállal;
- a lécvételkor pedig erőteljesen hátra kell vágódnia a leérkezőhely irányába.

A fej hátrahajtását azért kell elvégezni, mert ez elősegíti az ívhelyzetet a léc felett. Miután a combok áthaladtak a léc felett, az állat a mellkashoz kell közelíteni, ami automatikusan átemeli a lábszárat a léc felett.

A flop technika segít abban, hogy számos előnyös erőhatást hozzunk létre, amennyiben megtanuljuk, hogy azokat hogyan alkalmazzuk helyesen. A jól kivitelezett ugrások és a gyorsaságspecifikus edzésmódszerek döntően meghatározzák és befolyásolják a magasugrók fizikai képességeit. A szükséges készségek helyes megértése és fejlesztése elősegítheti azt, hogy az ugró sokkal dinamikusabb és energikusabb lehessen, amikor megkisérli, hogy újabb és nagyobb magasságokon szárnyaljon át.

Doug Schweigert
cikke a Track and Field Quarterly Review-ból

A MAGYAR ATLÉTIKA TÁMOGATÓI 1993.

Gyémánt szponzor: – Magyar Hitel Bank Rt.

Arany szponzorok: – ADIDAS Budapest Kft.

– TRICOTEX Rt.

– CO-MARK Kft.

– SZERENCSEJÁTÉK RT.

– Népstadion és Intézményei

– HUNGÁRIA Biztosító Rt.

További támogatók: – BALSAM AG-SPURTAN

– BŐRDÍSZMŰIPARI Kft.

Hivatalos szállító: – Dr. Pataki László (USA)

Negyvenöt éve történt

Németh Imre és Gyarmati Olga olimpiai bajnok - Várszegi József bronzérmes - váltónk hajszálra a dobogótól - Klics Ferenc ötödik

XIV. Nyári Olimpiai Játékok.
London, Wembley stadion, 1948. július 30. - augusztus 7.

Hihetetlen, hogy milyen varázsa van a sportnak, milyen sokan figyelik érdeklődéssel nemcsak a jelen, hanem a múlt eseményeit is. A Brit Olimpiai Bizottságnak az 1948. évi londoni olimpiáról készített hivatalos kiadványát például dr. Fenyvesi Tamás, a III. számú Belklinika egyetemi tanára bocsájtotta könyvtárából rendelkezésünkre, tanulmányozás, szükség szerinti felhasználás, esetleges cikkírás céljából.
A kiadvány valóban megérdemli a tanulmányozást, számtalan érdekes, eddig kevésbé ismert vagy feledésbe merült részletet tartalmaz. A minden sportágat felölelő, színes képekkel tarkított könyv az atlétika eredményeinek ismertetésével és értékelésével kezdődik.
Cikkünk természetesen csak ezzel a résszel foglalkozik, egyrészt általánosságban, másrészt atlétáink szereplésével kapcsolatban.

Az atlétikai versenyeket Harold Abrahams értékeli, az a kiváló brit vágtázó, aki 1924-ben Párizsban 100 méteren, az amerikaiak legyőzésével nyert olimpiai bajnokságot.
Bevezetőjében megállapítja, hogy 53 országból 815 atléta vett részt a játékokon, akik közül (a váltókat is beleértve) 35-en szereztek aranyérmet, köztük a holland Fanny Blankers Koen egymaga négyet.
Érdekes, hogy a férfiak műsora azóta sem változott, akkor is 24 versenyszámot rendeztek a részükre, akárcsak most. A nők viszont akkor még csak 9 versenyszámban (100 m, 200 m, 80 m gát, 4x100 m, magas, távol, súly, diszkosz, gerely) indulhattak. A női atlétika térhódításával kapcsolatban a hosszabb távú versenyszámokat , a gyaloglást, az öt-, illetve a hétpróbát csak később vezették be.
Az összesen 33 versenyszámban csak 13 ország nyert aranyérmet, de közülük mindössze öt tudott egynél többet is szerezni, köztük - Abrahams kiemelése szerint - Magyarország is. Az éremtáblázat is mutatja atlétáink eredményes szereplését.
Az éremtáblázatból az is kiderül, amit az összefoglaló is tartalmaz, hogy négy ország, az Egyesült Államok (27 érem), Svédország (13 érem), Franciaország (8 érem) és Nagy-Britannia (7 érem) a megszerezhető 99 éremnek több mint a felét, 55-öt gyűjtött be, úgyhogy a házigazdák egy aranyat sem nyertek.
Aránylag népes mezőnyök álltak rajthoz, átlagban közel 25 fővel, akik számára csak hatos döntőket rendeztek. Müködött már a célfotó, a mágikus szem (the magic eye).

A londoni olimpia atlétikai éremtáblázata

		Arany	Ezüst	Bronz	Össz
1.	Egyesült Államok	12	5	10	27
2.	Svédország	5	3	5	13
3.	Hollandia	4	-	2	6
4.	Franciaország	2	3	3	8
5.	Magyarország	2	-	1	3
6.	Ausztrália	1	3	2	6
7.	Olaszország	1	3	1	5
8.	Finnország	1	2	-	3
	Jamaica	1	2	-	3
10.	Argentina	1	1	-	2
	Csehszlovákia	1	1	-	2
12.	Ausztria	1	-	1	2
	Belgium	1	-	1	2
14.	Nagy-Britannia	-	6	1	7
15.	Svájc	-	1	1	2
16.	Cejlon	-	1	-	1
	Jugoszlávia	-	1	-	1
	Norvégia	-	1	-	1
19.	Panama	-	-	2	2
20.	Kanada	-	-	1	1
	Dánia	-	-	1	1
	Törökország	-	-	1	1
	Összesen	33	33	33	99

Németh Imre esélyeshez méltón nyert

Kalapácsvetés (16 országból 23 dobó)

Olimpiai bajnok:	Németh Imre	(HUN)	56.07
	2. Gubijan	(YUG)	54.27
	3. Bennett	(USA)	53.73
	4. Felton	(USA)	53.66
	5. Tamminen	(FIN)	53.08
	6. Ericsson	(SWE)	52.98

A 49 méteres selejtező szintet teljesítette, de a hatos döntőbe nem került be: 7 dobó.

A selejtező szintet nem teljesítette: 10 dobó.

A Németh Imre arcképével diszített beszámoló az egyes dobásokat nem közli, csak annyit, hogy az első három kisérlet után hogyan alakult a sorrend. Ezek szerint:

1. Németh 55.44, 2. Gubijan 54.27, 3. Felton 53.46. A döntő második részében az első kettő megtartotta a helyét. Németh Imre tovább javította eredményét, Gubijan nem, Bennett viszont negyedik dobásával leszorította a dobogóról honfitársát. Némethnek volt még egy 55.78 m-es dobása is, tehát esélyeshez méltón nyert. A cikkíró még megemlíti, hogy az olimpiai játékok előtt a magyar kalapácsvető 59.02 m-es dobásával még nem hitelesített világcsúcsot ért el, a német Erwin Blask 1936-ban felállított 59 méteres világcsúcsánál dobott 2 cm -rel nagyobbat.

Németh Imre a londoni olimpia kalapácsvető bajnoka a MASz és a MOB kitüntetését veszi át

Fotó: Zádor

Gyarmati Olga az első olimpiai bajnok távolugrónő

Női távolugrás (18 országból 29 ugró)

Olimpiai bajnok:	Gyarmati Olga	(HUN)	5.695
	2. de Portele	(ARG)	5.600
	3. Leyman	(SWE)	5.575
	4. Kade-Koudijs	(HOL)	5.570
	5. Karelse	(HOL)	5.545
	6. Russell	(JAM)	5.495

A selejtezőből továbbjutott, de a hatos döntőbe nem került be 6 ugró, a selejtezőben 17 ugró esett ki.

A női számokról rövidebb ismertetést ad a kiadvány. Kiemeli, hogy az első ízben kiírt női távolugrásra milyen nagy mezőny jelentkezett és hogy milyen sok meglepetést hozott. Az esélyeseknek látszók közül többen nem kerültek be a hatos döntőbe, mint például az ausztrál Canty. A győzelmet végül harmadik kisérletével az ugyancsak esélyes 23 éves Gyarmati Olga szerezte meg, aki 599 cm-es kitűnő eredménnyel érkezett Londonba és ez a teljesítmény csak 26 cm-rel maradt el, az ebben a számban nem induló négyszeres aranyérmes, Fanny Blankers Koen 625 cm-es világcsúcsától.

Várszegi József 38 évesen bronzérmes

Gerelyhajítás (15 országból 22 dobó)

Olimpiai bajnok:	Tapio Rautavaara	(FIN)	69.77
	2. Seymour	(USA)	67.56
	3. Várszegi József	(HUN)	67.03
	4. Vesterinen	(FIN)	65.89
	5. Maehlum	(NOR)	65.32
	6. Biles	(USA)	65.17

A selejtezőből továbbjutott, de nem került a hatos döntőbe: 6 dobó, a selejtezőben kiesett: 10 dobó.

Rautavaara már első dobásával eldöntötte a versenyt, 69.74 métert hajított. A dobogósok sorrendje már három dobás után kialakult és ez a döntő második részében sem változott meg, a finn olimpiai bajnok javított még három centit. A finneknek Londonban csak ez volt az egyetlen győzelmük, míg 1936-ban Berlinben hármat is szereztek. A brit válogatottak, akárcsak több számban, itt sem tudták teljesíteni a selejtező szintet.

Bár a beszámoló erről nem tesz említést, szólni kell a magyar bajnok bravurjáról. Az 1910-ben született Várszegi József 1932-től sorozatban - egy év megszakítással - megnyert 15 magyar bajnoksággal a tarsolyában Londonban 38 éves korában szerzett olimpiai érmet és utána még ötször (1948-1952) lett a gerelyhajítás magyar bajnoka.

Váltónk a dobogó közelében

4x100 méter (3 előfutamban 15 ország)

Olimpiai bajnok:	Egyesült Államok		
	(Norwood Ewell, Lorenzo Wright, Harrison Dillard, Melvin Patton)		40.6
	2.	Nagy-Britannia	41.3
	3.	Olaszország	41.5
	4.	Magyarország	
	(dr. Tima Ferenc, Bartha László, Csányi György, Goldoványi Béla)		41.6
	5.	Kanada	41.9
	6.	Hollandia	41.9
I. előfutam:	1.	Egyesült Államok	41.3
	2.	Olaszország	41.3
Kiesett: Brazilia, Törökország			
II. előfutam:	1.	Nagy-Britannia	41.4
	2.	Magyarország	41.4
Kiesett: Ausztrália, Belgium, Uruguay, Bermuda.			
III. előfutam:	1.	Hollandia	41.7
	2.	Kanada	42.3
Kiesett: Argentina, Izland, Franciaország			

A leírás szerint a döntőben így álltak fel: HUN, HOL, USA, GBR, ITA és CAN. Az nyilvánvaló volt, hogy az amerikai váltó egy osztállyal jobb a többieknél, Nagy-Britanniának esélye volt a második hely megszerzésére Olaszország és Magyarország előtt. A döntőben - a várakozásnak megfelelően - az amerikai váltó végig vezetve biztosan lett első, bár a brit négyes is nagyon jól futott és váltott.

A befutás után hosszú szünet következett, sokáig kellett várni az eredményhirdetésre. Azután jött a meglepetés: a briteket hirdették ki győztesnek, az USA csapatát diszkvalifikálták, mert Ewell és Wright között a váltás szabálytalanul történt meg, a mi váltónk tehát előre lépett a dobogóra. A versenybiróság azonban újból alaposan áttanulmányozta a filmet és megállapította, hogy szabályosan, a 20 méteres zónán belül történt meg a váltás, így mégis az amerikai váltó lett az első, Nagy-Britannia a második, Olaszország a harmadik és a mieink a negyedikek.

Ami azonban késik, nem múlik. A már 1947-ben kialakult és villámikrek néven ismert váltónk Tima Ferenc dr. és Bartha László helyén Zarándi Lászlóval és Varasdi Gézával felállva, Helsinkiben az olimpián 1952-ben már bronzérmes lett, majd 1954-ben a berni Eb-n aranyérmet nyert.

Klics Ferenc ötödik

Diszkoszvetés (21 országból 35 dobó)

Olimpiai bajnok:	Adolfo Consolini	(ITA)	52.78
	2.	Tosi	(ITA)	51.78
	3.	Gordien	(USA)	50.77
	4.	Ramstad	(NOR)	49.21
	5.	Klics Ferenc	(HUN)	48.21
	6.	Nyqist	(FIN)	47.33

A selejtezőből továbbjutott, de nem került a hatos döntőbe 6 dobó, a selejtezőben 23 dobó esett ki.

Az amerikai Carpenter 1936. évi 50.48 méteres olimpiai rekordját nemcsak az olasz kettős, hanem Gordien is túlszárnyalta. A három brit diszkoszvető ebben a számban is helyezetlenül végzett.

A magyar színek képviselőjéről, az akkor 24 éves Klics Ferencről a beszámoló nem tesz külön említést. Sokszoros bajnokunk a hatalmas mezőnyben kivívott értékes ötödik helyezését 1952-ben, Helsinkiben megismételte és utána még két olimpián vett részt, Melbourne-ben hetedik, Rómában pedig a tizedik lett.

Klics Ferenc (1924 – 1993)

A magyar atlétika fénykorában elért eredményekben gazdag sportember távozott az élők sorából. Hatvankilenc éves korában, április 25-én elhunyt Klics Ferenc, az 1950-es évek sokszoros válogatott, olimpiai és Eb-helyezett diszkoszvető bajnoka.

* * *

A világhírnévre szert tett magyar dobóiskolában, a Vasas diszkoszvetője a világháború után gyorsaságával, nagyszerű mozgáskészségével, küzdőképességével és eredményeivel hamar kitűnt kortársai közül. A világversenyeken mindig a legjobbak között foglalt helyet. Tizenkét év alatt, 1948-tól 1960-ig bezárólag négy olimpián vett részt, Londonban és Helsinkiben az ötödik, Melbourne-ben a hetedik, míg Rómában a tizedik helyen végzett. Az Európa-bajnokságok során 1954-ben Bernben a negyedik, 1958-ban Stockholmban az ötödik helyet szerezte meg. Háromszor nyert főiskolai világbajnokságot, kétszer pedig angol bajnokságot.

Az alacsony termetű, mokány fiú 22 éves korában, 1946-ban nyert első ízben magyar bajnoki aranyérmet, utoljára 11 év múlva, 33 évesen, 1957-ben állhatott fel a bajnoki győzelmi emelvény legfelső fokára. Összesen kilencszer nyert bajnoki címet diszkoszvetésben, győzelmi sorozatát nagy ellenfelei közül csak Kulitzy Jenő 1948-ben és Szécsényi József kétszer (1955-ben és 1956-ban) szakította meg. Első válogatottságát 23 éves korában, 1947-ben ünnepelhette, majd utána 1963-ig bezárólag tizenhét éven át, tehát 39 éves koráig, 57 esetben öltötte magára a válogatott mezét, sokáig ő látta el a csapatkapitányi tisztet is.

Négyszer javította meg a magyar diszkoszvető rekordot, ezek közül az 1954. évi 55.79 méteres dobása egyben Európa-csúcsot is jelentett. Miután visszavonult a versenyzéstől hosszú ideig a Vasas dobóedzője, majd később vezetőedzője volt. Nyugdíjazása után sokat betegeskedett. Három évvel ezelőtt sporttársainak már arról panaszkodott, hogy halálos betegnek érzi magát. Türelemmel viselte hosszú szenvedését, a gyilkos kór végül is az elmúlt hónapban győzte le a bajnokot.

A Vasas SC örökös bajnokát, Mezőfalva díszpolgárát, végakaratának megfelelően, szülőfalujában, Mezőfalván, 1993. május 17-én helyezték örök nyugalomra.

Emlékét kegyelettel őrizzük!

FELNŐTT

FÉRFIAK

60 m síkfutás

6,78	Karaffa László	64 Bp. Honvéd
6,82	Rezák Pál	66 Ujpesti TE
6,89	Sámi István	70 DMTE-DSI
6,91	Hasszán Ferenc	73 Testvériség
6,96	Alexa Szabolcs	69 Szeged SC
6,96	Czebei Zsolt	74 Bp. Honvéd
7,00	Asztalos Csaba	74 DiAC
7,01	Kozma László	75 SKDASE
7,01	Utasi Sándor	67 Bp. Honvéd
7,01	Lisztoczky János	72 Szeged SC
7,01	Ordina Tibor	71 Ujpesti TE
7,02	Dobos Gábor	76 Bp. Honvéd
7,02	Almási Csaba	66 Ujpesti TE
7,02	Juhász István	66 Bp. Honvéd
7,04	Makláry Szabolcs	74 Bp. Honvéd
7,04	Pintér Bertalan	73 TFSE
7,04	Makó György	73 DMTE-DSI
7,06	Molnár Tamás	68 NYVSC
7,07	Nagy Tibor	74 DMTE-DSI
7,07	Bédi Tibor	74 Csepel
7,08	Somogyi Roland	70 Ujpesti TE
7,08	Szabó Dezsö	67 Ujpesti TE
7,08	Czingler Zsolt	71 Ujpesti TE
7,09	Németh Roland	74 Soproni SI
7,09	Kovács Viktor	73 Heves
7,09	Kiss László	73 DiAC
7,09	Kovács Viktor	73 Gyöngyös
7,10	Vodics György	70 Bp. Honvéd
7,10	Gaszner József	71 Ujpesti TE
7,11	Texeira Carlos	71 KSC
(Kézi)		
6,9	Kiss Gábor	77 DVSE
6,9	Bathó Zsolt	71 Bp. Honvéd
7,2	Nagy Gábor	77 Albertirsa
7,2	Pálházi István	76 GEAC
7,2	Ungi Sándor	75 Váci DSK
7,2	Horváth Balázs	75 DVSE
7,2	Varga Antal	73 Pécsi AC.
7,3	Kundlya János	78 DVSE
7,3	Kránitz Krisztián	77 DVSE
7,3	Fejes Sándor	77 DVSE
7,3	Kovács Attila	74 Érdi VSE
7,3	Baricz Sándor	75 DVSE
7,3	Kelemen Donát	75 Érdi VSE
7,3	Földi Attila	75 DVSE
7,3	Gönczi Zsolt	73 Érdi VSE
7,3	Csehlovszky Lucien	73 Bp. Honvéd
7,4	Deák Ferenc	75 Mohácsi TE
7,5	Szücs Ferenc	77 DVSE
7,6	Török Péter	78 Váci Reménység
7,6	Márk Balázs	76 Váci Reménység
7,6	Szécsényi Tamás	76 Nagykáta
7,6	Szamkó Richárd	75 DVSE

200 m síkfutás

21,49	Sámi István	70 DMTE-DSI
21,71	Alexa Szabolcs	69 Szeged SC
21,84	Karaffa László	64 Bp. Honvéd
21,85	Molnár Tamás	68 NYVSC
21,87	Rezák Pál	66 Ujpesti TE
22,06	Hajdú Sándor	65 ZAC
22,08	Hasszán Ferenc	73 Testvériség
22,18	Lisztoczky János	72 Szeged SC
22,31	Széles Imre	73 NYVSC
22,34	Fetter György	63 Bp. Honvéd
22,34	Bella Attila	76 ZAC
22,50	Dobos Gábor	76 Bp. Honvéd
22,55	Czebei Zsolt	74 Bp. Honvéd
22,56	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
22,62	Varga Tamás	71 TFSE
22,71	Urbán Ernö	73 Pécsi AC.
22,71	Nyilasi Péter	72 Ujpesti TE
22,73	Metzner Zsolt	71 NYVSC
22,77	Pintér Bertalan	73 TFSE
22,78	Debreczeni Antal	73 TFSE
22,84	Kozma László	75 SKDASE
23,20	Kovács Viktor	73 Gyöngyös
23,25	Máté Szabolcs	75 Csepel
23,36	Németh Roland	74 Soproni SI
23,42	Blatnyák Zoltán	75 Bp. Honvéd
23,57	Baranyi Zoltán	76 Ujpesti TE
23,61	Pintér János	74 HVSE
23,68	Székely László	70 Szeged SC
23,74	Kovács Lajos	76 KSI
23,83	Németh Attila	72 HVSE
(Kézi)		
21,9	Sámi István	70 DMTE-DSI
22,1	Bella Attila	76 ZAC
22,1	Kiss László	73 DiAC
22,1	Molnár Tamás	68 NYVSC
22,2	Széll Tibor	74 Bcs. Elöre
22,3	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
22,5	Hasszán Ferenc	73 Testvériség
22,5	Bédi Tibor	74 Csepel
22,5	Kozma László	75 SKDASE
22,6	Novák Grego	66 Sz MÁV MTE
22,6	Borszéki Péter	75 NYVSC
22,7	Nyilasi Péter	72 Ujpesti TE
22,8	Pap Ferenc	73 VIDEOTON
22,8	Pintér János	74 HVSE
22,9	Nagy Tibor	74 DMTE-DSI
22,9	Kovács Viktor	73 Heves
23,0	Varga Tamás	71 TFSE
23,0	Metzner Zsolt	71 NYVSC
23,0	Csékei Róbert	75 Esztergomi AC
23,1	Siposs Attila	74 ZAC
23,1	Urbán Ernö	73 Pécsi AC.
23,1	Magyar Balázs	76 DMTE-DSI
23,2	Texeira Carlos	71 KSC
23,3	Máté Szabolcs	75 Csepel
23,3	Széles Imre	73 NYVSC
23,4	Kelemen Sándor	73 Csepel
23,5	Kilvinger Attila	77 Kap. Favorit
23,5	Németh Roland	74 Soproni SI
23,5	Koczogh Kálmán	75 KSI
23,5	Kiss Richárd	74 ZAC

400 m síkfutás

47,55	Somfai Dávid	69 TFSE
48,20	Molnár Tamás	68 NYVSC
48,41	Kiss Gábor	70 ZAC
48,62	Both Vilmos	71 ZAC
48,65	Árpási Miklós	72 Testvériség
48,66	Nyilasi Péter	72 Ujpesti TE
48,89	Hajdú Sándor	65 ZAC
48,94	Hasszán Ferenc	73 Testvériség
48,98	Kiss László	73 DiAC
49,04	Széll Tibor	74 Bcs. Elöre
49,21	Pap Ferenc	73 VIDEOTON
49,30	Martina Tibor	68 Pécsi AC.
49,40	Kelemen Sándor	73 Csepel
49,56	Együd László	71 TFSE
49,60	Varga Tamás	71 TFSE
49,96	Martina Gábor	74 Mohácsi TE
50,41	Róth Miklós	75 KSI
50,46	Gyimes Zsolt	69 FTC
50,76	Metzner Zsolt	71 NYVSC
51,42	Füredi Péter	74 KSI
51,63	Fekete László	71 KSC
52,19	Szabó Péter	75 Pécsi AC.
52,41	Kósa Zoltán	67 VEDAC
52,44	Tóth László	74 KSC
54,28	Szegedi Gábor	68 Pécsi AC.
(Kézi)		
47,9	Somfai Dávid	69 TFSE
48,5	Nyilasi Péter	72 Ujpesti TE
48,8	Hajdú Sándor	65 ZAC
49,0	Hasszán Ferenc	73 Testvériség
49,2	Széll Tibor	74 Bcs. Elöre
49,5	Pap Ferenc	73 VIDEOTON
49,7	Kelemen Sándor	73 Csepel
49,8	Szilágyi Tamás	74 DMTE-DSI
49,8	Borsos Károly	70 Testvériség
49,9	Varga Tamás	71 TFSE
50,1	Sámi István	70 DMTE-DSI
50,2	Borszéki Péter	75 NYVSC
50,2	Martina Tibor	68 Pécsi AC.
50,3	Róth Miklós	75 KSI
50,6	Nagy Mihály	74 DMTE-DSI
50,6	Bella Attila	76 ZAC
50,9	Martina Gábor	74 Mohácsi TE
51,1	Fekete László	71 KSC
51,4	Váczi Márk	74 DAC
51,4	Mihalovics Gábor	74 Esztergomi AC
51,5	Füredi Péter	74 KSI
51,8	Schmidt Zoltán	74 DMTE-DSI
52,0	Lukács Kornél	77 Györi Dózsa
52,1	Szabó Péter	75 Pécsi AC.
52,3	Papp Krisztián	74 GEAC
52,3	Baranyi Zoltán	76 Ujpesti TE
52,4	Vörös Róbert	76 KSC

52,6	Tóth László	74 KSC
52,7	Kemény Péter	76 KSC
52,8	Papp István	76 VIDEOTON

800 m síkfutás

1:48,11	Banai Róbert	67 Ujpesti TE
1:48,52	Somfai Dávid	69 TFSE
1:49,30	Árpási Miklós	72 Testvériség
1:50,41	Martina Tibor	68 Pécsi AC.
1:53,42	Gyimes Zsolt	69 FTC
1:53,75	Czakó Péter	66 BVSC
1:54,8*	Töreki András	74 Pápa
1:55,05	Tölgyesi Balázs	73 VIDEOTON
1:55,2*	Mihalovics Gábor	74 Esztergomi AC
1:55,8*	Benkö Zsolt	73 SKDASE
1:55,84	Horváth Csaba	71 VEDAC
1:56,0*	Füredi Péter	74 KSI
1:56,3*	Borsos Károly	70 Testvériség
1:56,7*	Povázsay László	72 Bp Spartacus
1:57,0*	Besnyi Attila	76 BEAC
1:57,20	Martina Gábor	74 Mohácsi TE
1:57,89	Kósa Zoltán	67 VEDAC
1:58,03	Vörös Róbert	76 KSC
1:58,65	Brády Péter	74 BEAC
1:58,8*	Nagy István	77 Ujpesti TE
1:58,8*	Angyán György	75 VEDAC
1:59,8*	Fábián Péter	75 KSI
2:00,95	Szegedi Gábor	68 Pécsi AC.
2:01,3*	Illyés Árpád	67 DMTE-DSI
2:01,59	Juhos Zsolt	75 KSI
2:01,6*	Simon Zoltán	76 Esztergomi AC
2:01,8*	Schmidt Zoltán	74 DMTE-DSI
2:02,2*	Besenyei István	74 Sz MÁV MTE
2:02,24	Nágel Csaba	74 Pápa
2:02,3*	Muhari Gábor	77 Sz MÁV MTE

1500 m síkfutás

3:53,81	Adamis Iván	70 MTK
3:54,2*	Vágó Béla	60 MTK
3:54,37	Povázsay László	72 Bp Spartacus
3:55,07	Kazsimér Attila	66 MICRO
4:01,6*	Babinyecz József	74 Csepel
4:02,0*	Tringer Vince	74 Csepel
4:03,3*	Benkö Zsolt	73 SKDASE
4:03,6*	Brády Péter	74 Csepel
4:03,7*	Király Tamás	74 Pécsi AC.
4:06,3*	Pénzes Gábor	74 Pécsi AC.
4:06,63	Banai Róbert	67 Ujpesti TE
4:07,3*	Simon Zoltán	76 Esztergomi AC
4:09,03	Knipl István	61 MICRO
4:09,5*	Mihalovics Gábor	74 Esztergomi AC
4:10,58	Horváth Gábor	73 Pécsi AC.
4:11,05	Major Imre	70 DMTE-DSI
4:11,2*	Fábián Péter	75 KSI
4:11,7*	Besenyei István	74 Sz MÁV MTE
4:11,8*	Benyöcs Gergely	76 TSC
4:11,9*	Horváth Róbert	74 Pécsi AC.
4:12,3*	Töreki András	74 Pápa
4:12,60	Szabó Emil	68 Pécsi AC.
4:14,3*	Bogádi Péter	74 Pécsi AC.
4:14,5*	Medgyes Jenö	76 KSI
4:16,1*	Mocsány Zsolt	75 SKDASE
4:17,3*	Sántha György	76 NYVSC
4:17,9*	Szarka Lajos	75 NYVSC
4:19,2*	Medgyes Gábor	75 GEAC
4:20,82	Nágel Csaba	74 Pápa
4:21,1*	Czene Balázs	76 PVSK

3000 m síkfutás

8:01,26	Vágó Béla	60 MTK
8:03,28	Kazsimér Attila	66 MICRO
8:07,58	Kollár Csaba	69 Testvériség
8:24,0*	Adamis Iván	70 MTK
8:26,5*	Szemán János	69 VEDAC
8:40,5*	Babinyecz József	74 Csepel
8:43,3*	Vámos János	69 Csepel
8:47,68	Horváth Gábor	73 Pécsi AC.
8:47,93	Laczfi Endre	69 Ujpesti TE
8:47,95	Nagy László	75 Ujpesti TE
8:48,6*	Füleky Zsolt	74 Vasas SC
8:54,8*	Magyar Bálint	69 Csepel
8:55,2*	Kovács István	71 DMTE-DSI
8:57,30	Bozán Károly	77 Ujpesti TE
8:57,9*	Medgyes Jenö	76 KSI
8:57,95	Szabó Emil	68 Pécsi AC.
8:58,0*	Horváth Róbert	74 Pécsi AC.
8:59,9*	Rosta Gergely	73 Vasas SC
9:04,6*	Végvári Gábor	74 Ujpesti TE
9:06,5*	Benyöcs Gergely	76 TSC
9:07,7*	Gyöngyösi Károly	68 DMTE-DSI
9:07,8*	Esö András	74 VEDAC
9:10,6*	Bogádi Péter	74 Pécsi AC.
9:13,2*	Povázsay László	72 Bp Spartacus
9:13,9*	Sági Zsolt	76 Ujpesti TE
9:16,3*	Werner Péter	73 Vasas SC
9:16,8*	Rumi Csaba	74 Kap. Építök
9:18,7*	Tajti János	76 Bcs. Elöre
9:20,2*	Bagósi Zoltán	76 DMTE-DSI
9:22,0*	Mocsány Zsolt	75 SKDASE

5000 m gyaloglás

19:03,02	Urbanik Sándor	64 TSC
19:22,20	Dudás Gyula	66 Szegedi Vasutas
20:36,95	Faragó Károly	61 Testvériség
20:49,82	Csobán László	72 Szegedi Vasutas
21:08,20	Ozsváth Gábor	73 Szegedi Vasutas
21:41,34	Leczki Ervin	69 Bcs. Elöre
22:15,67	Gyöngyi András	74 NYVSC
22:18,66	Csaba István	59 Bp. Honvéd
22:38,10	Kiss György	74 GEAC
22:59,33	Süle Zoltán	75 Bcs. Elöre
23:13,68	Királyfalvi László	76 NYVSC
23:24,60	Fadgyas János	75 KBSK
23:29,13	Lehotai Gyözö	76 Segedi Vasutas
24:14,57	Ambróczi Balázs	76 KBSK
24:38,59	Tóth Balázs	77 Bcs. Elöre
27:33,85	Fazekas Tibor	77 KBSK
27:50,95	Jakus Zsolt	79 KBSK

60 m gátfutás

7,94	Sárközi Lajos	67 Sz MÁV MTE
7,99	Daragó László	66 Ujpesti TE
8,01	Téglási József	71 NYVSC
8,03	Munkácsy Sándor	69 Ujpesti TE
8,05	Szabó Dezsö	67 Ujpesti TE
8,13	Bédi Tibor	74 Csepel
8,24	Zsombor Zsolt	72 TFSE
8,29	Fatér Zoltán	65 ZAC
8,33	Kürtösi Zsolt	71 TFSE
8,33	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
8,34	Sipöcz József	71 BEAC
8,46	Róth Miklós	75 KSI
8,55	Molnár István	74 Pécsi AC.
8,63	Székely László	70 Szeged SC
8,64	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
8,65	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
8,68	Sipöcz Zoltán	73 BEAC
8,78	Makszin Áron	69 TFSE
8,84	Deményi Norbert	73 TFSE
8,98	Frikker Márton	68 Sz MÁV MTE
9,33	Szilágyi Levente	73 TFSE

Magasugrás

2,15	Bakler Zoltán	71 MLTC
2,14	Bese Benö	66 Csepel
2,14	Somogyi János	71 Ujpesti TE
2,10	Tresch András	68 Csepel
2,10	Ordina Tibor	71 Ujpesti TE
2,08	Pósta Bence	74 AC Szekszárd
2,08	Kürtösi Zsolt	71 TFSE
2,08	Szalay Attila	74 Érdi VSE
2,06	Nagy Márton	75 Bcs. Elöre
2,05	Ferenczi Imre	59 Pécsi AC.
2,05	Kovács István	73 Sz MÁV MTE
2,05	Juhász Zsolt	71 Szegedi Vasutas
2,05	Béres Gábor	74 TFSE
2,05	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
2,05	Rajter Eduárd	73 TFSE
2,02	Frikker Márton	68 Sz MÁV MTE
2,01	Bálint József	74 KSI
2,00	Kordé Zsolt	68 Pécsi AC.
2,00	Somogyvári Tamás	73 Bp. Honvéd
2,00	Szederkényi Zsolt	74 SKDASE
1,99	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
1,98	Nagy Zoltán	75 Ujpesti TE
1,98	Szabó Attila	75 Ujpesti TE
1,96	Koczogh Kálmán	75 KSI
1,96	Cieleszky Péter	74 Ujpesti TE
1,95	Mácsai Péter	74 Pécsi AC.
1,95	Gáspár Gábor	72 Pécsi AC.
1,95	Szabó Tamás	76 DMTE-DSI
1,95	Munkácsy Sándor	69 Ujpesti TE
1,94	Sárközi Zsolt	75 Albertirsa

Rúdugrás

5,60	Bagyula István	69 Csepel
5,40	Rohánszky Pál	70 Csepel
5,40	Szabó Dezsö	67 Ujpesti TE
5,35	Bujtor Zoltán	71 Ujpesti TE
5,30	Farkas Zoltán	70 Bp. Honvéd
4,90	Balogh László	67 Ujpesti TE
4,90	Munkácsy Sándor	69 Ujpesti TE
4,80	Erdei Sándor	70 TFSE
4,70	Glódi Csaba	72 Ujpesti TE
4,70	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
4,60	Kovács Ákos	75 BEAC
4,60	Sarcevic Zelemir	51 Phoenix
4,50	Maróti Gábor	71 Ujpesti TE
4,50	Földi Attila	66 BEAC
4,40	Veisz János	47 Phoenix
4,40	Schlaffer László	74 Ujpesti TE
4,40	Kamaszi Fedja	75 Pécsi AC.
4,30	Vékony Zoltán	74 Ujpesti TE
4,30	Janecskó Balázs	74 BEAC
4,30	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
4,30	Putsay Zoltán	74 Ujpesti TE
4,30	Kürtösi Zsolt	71 TFSE
4,30	Szalay Attila	74 Érdi VSE
4,20	Tóth Péter	75 Vasas SC
4,10	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
4,00	Glódi Tamás	76 Ujpesti TE
4,00	Kurucz Gábor	74 DAC
4,00	Bérczi István	75 Bp. Honvéd
4,00	Contreras Juan	74 BEAC
4,00	Szabó Dénes	77 Ujpesti TE

Távolugrás

7,87	Ordina Tibor	71 Ujpesti TE
7,68	Makó György	73 DMTE-DSI
7,68	Almási Csaba	66 Ujpesti TE
7,56	Marik Balázs	69 TFSE
7,40	Czingler Zsolt	71 Ujpesti TE
7,35	Munkácsy Sándor	69 Ujpesti TE
7,29	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
7,28	Dömötör Balázs	75 TSC
7,26	Olasz Tamás	65 Testvériség
7,26	Béres Sándor	70 TFSE
7,21	Földessy Csaba	66 FTC
7,16	Pálóczi Gyula	62 TSC
7,13	Hegedüs András	74 KSI
7,07	Uzsoki János	71 Ujpesti TE
7,02	Holicza Zsolt	75 Ujpesti TE
7,01	Kürtösi Zsolt	71 TFSE
6,99	Kozma László	75 SKDASE
6,95	Janovszki Zoltán	66 DVSE
6,87	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
6,86	Donkó Tamás	75 Ujpesti TE
6,84	Széles Imre	73 NYVSC
6,83	Magyar Balázs	76 DMTE-DSI
6,82	Szabó András	72 TFSE
6,78	Otterbein István	73 Pécsi AC.
6,77	Monostori Ákos	75 Ujpesti TE
6,75	Benkó Tamás	75 VIDEOTON
6,71	Polgár Balázs	76 KSI
6,68	Sipöcz Zoltán	73 BEAC
6,66	Frikker Márton	68 Sz MÁV MTE
6,64	Kandár Tibor	76 Olajbányász
6,64	Makszin Áron	69 TFSE

Hármasugrás

16,39	Czingler Zsolt	71 Ujpesti TE
16,38	Pálóczi Gyula	62 TSC
15,87	Ordina Tibor	71 Ujpesti TE
15,52	Kelemen Balázs	75 FTC
15,47	Földessy Csaba	66 FTC
15,40	Olasz Tamás	65 Testvériség
15,19	Kurdi Péter	70 DVSE
15,10	Janovszki Zoltán	66 DVSE
14,64	Dömötör Balázs	75 TSC
14,52	Torr Péter	73 Pécsi AC.
14,44	Mékli Attila	73 NYVSC
14,39	Badó Szilárd	76 Pécsi AC.
14,14	Benkó Tamás	75 VIDEOTON
14,12	Szabó Ambrus	77 Soproni SI
14,08	Tiba János	71 Mezötúr
13,89	Kiss László	72 NYVSC
13,68	Dobozi Sándor	76 VIDEOTON
13,58	Iglódi Ervin	70 Mezötúr
13,33	Wilfing Zoltán	74 Soproni SI
13,32	Mészáros György	76 DVSE
13,20	Fekete Szabolcs	75 GEAC
13,06	Pintér Ákos	75 Fertödi DSK
12,88	Csiszár Gábor	76 ZAC
12,80	Mátek István	76 Soproni SI
12,67	Márton Péter	76 Testvériség
12,60	Balogh András	75 Soproni SI
12,56	Veilandics Gábor	76 TSC
12,40	Golobokov Szergej	74 FTC
12,28	Nemes Ernö	77 Pécsi AC.
12,15	Koller Balázs	76 FTC

Súlylökés

18,46	Kóczián Jenö	67 Ujpesti TE
17,04	Pénzes Tamás	70 Testvériség
16,31	Nagy Csaba	72 Csepel
16,02	Tóth Attila	74 Csepel
15,53	Németh Zsolt	71 HVSE
15,32	Bogáthy Tamás	74 Pécsi AC.
15,23	Mig György	71 K.k.halas
15,17	Pernecker József	66 Pécsi AC.
15,12	Polák István	71 OBSK
14,95	Varga Zsolt	72 PVSK
14,80	Dörner Richárd	72 OBSK
14,59	Kiss Szilárd	75 ZAC
14,59	Nagy György dr	42 BEAC
14,11	Kovács Jenö	76 Ikarus BSE
13,75	Munkácsy Sándor	69 Ujpesti TE
13,66	Annus Adrián	73 HVSE
13,45	Sárközi Lajos	67 Sz MÁV MTE
13,37	Szabó Dezsö	67 Ujpesti TE
13,36	Kürtösi Zsolt	71 TFSE
13,35	Földi Attila	66 BEAC
12,81	Pintér Attila	77 Ikarus BSE
12,80	Predács Gorán	66 Mohácsi TE
12,20	Kurucz Gábor	74 DAC
12,09	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
11,95	Zsombor Zsolt	72 TFSE
11,88	Makszin Áron	69 TFSE
11,72	Frikker Márton	68 Sz MÁV MTE
11,54	Szalay Jenö	73 TFSE
11,53	Apáczai Zoltán	74 DAC
11,44	Csektye Sándor	73 Kfth. Honvéd

Hétpróba

5.925	Munkácsy Sándor	68 Ujpesti TE
5.500	Kürtösi Zsolt	71 TFSE
5.493	Kovács Dusán	71 VITALITÁS
4.858	Földi Attila	66 BEAC
4.773	Frikker Márton	68 Sz.MÁV-MTE
4.755	Zsombor Zsolt	72 TFSE
4.686	Makszin Áron	69 TFSE
4.104	Szilágyi Levente	73 TFSE

NŐK

60 m síkfutás

7,42	Barati Éva	68 Bp. Honvéd
7,54	Molnár Mónika	75 Sz MÁV MTE
7,64	Molnár Edit	65 Ujpesti TE
7,67	Ináncsi Rita	71 Bp. Honvéd
7,70	Steimetz Éva	63 Bp. Honvéd
7,84	Petrezselyem Anita	75 Sz MÁV MTE
7,85	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
7,86	Vári Edit	75 M.magyaróvár
7,87	Szála Anett	74 Soproni SI
7,88	Barta Beáta	74 DMTE-DSI
7,90	Gáspár Katalin	70 ZAC
7,90	Bálint Zita	71 Csepel
7,90	Sándor Judit	75 Sz MÁV MTE
7,91	Bódi Krisztina	75 Csepel
7,96	Mádai Mónika	68 ZAC
7,97	Lőrincz Krisztina	76 Bp. Honvéd
7,99	Bátori Noémi	70 MTK
8,00	Bakajsza Anita	76 NYVSC
8,00	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
8,01	Saáry Timea	77 KSI
8,06	Zab Zsanett	75 Soproni SI
8,06	Kun Alice	76 FTC
8,06	Erdös Anita	75 KSC
8,06	Mészáros Ágnes	78 Szegedi Vasutas
8,07	Polgár Bea	74 KSI
8,09	Ludvig Ágnes	76 KSC
8,11	Szakács Enikö	77 KSI
8,12	Balog Emese	76 Csepel
8,12	Jassó Anikó	73 MTK
8,12	Szála Renáta	74 Soproni SI
8,12	Dóczi Orsolya	75 KSI

(Kézi)

7,9	Bokros Krisztina	73 Monor JAG
8,0	Dobcsányi Tünde	78 Veresegyháza
8,1	Kovács Barbara	78 Érdi VSE
8,1	Juhász Mónika	77 GEAC
8,2	Kovács Ildikó	79 Soroksári TE

8,2	Makai Rita	79 DVSE
8,2	Pintér Csilla	76 GEAC
8,2	Hegedűs Mónika	75 Soroksári TE
8,3	Tokai Annamária	78 Albertirsa
8,3	Juhász Andrea	78 DVSE
8,3	Zakar Viktória	77 DVSE
8,3	Lengyel Timea	77 Érdi VSE
8,3	Czibere Anikó	71 DVSE
8,4	Hajdú Krisztina	79 Nagykörös
8,4	Siklósi Edit	75 GEAC
8,4	Szomor Szilvia	75 Soroksári TE
8,4	Bihari Ildikó	74 Albertirsa
8,5	Martin Eszter	77 DVSE
8,5	Lukácsi Bernadett	74 Pécsi AC.

200 m síkfutás

24,58	Barati Éva	68 Bp. Honvéd
25,10	Molnár Edit	65 Ujpesti TE
25,42	Mádai Mónika	68 ZAC
25,49	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
25,51	Bátori Noémi	70 MTK
25,74	Steimetz Éva	63 Bp. Honvéd
25,83	Szakács Enikö	77 KSI
25,84	Bédi Krisztina	75 Csepel
25,88	Végh Anett	71 A HUNGALU
26,20	Puczkó Annamária	71 Szeged SC
26,50	Wéber Kinga	77 TSC
26,64	Polgár Bea	74 KSI
26,65	Rudolf Barbara	75 Pécsi AC.
26,74	Gáspár Katalin	70 ZAC
26,86	Bakajsza Anita	76 NYVSC
27,02	Fogarasi Anikó	78 BEAC
27,15	Agg Eszter	71 NYVSC
27,17	Sztankovics Katalin	76 Bp. Honvéd
27,40	Bernáth Andrea	77 NYVSC
27,71	Sinka Anikó	74 Vasas SC
27,80	Balogh Anikó	76 DMTE-DSI
28,12	Berkes Mária	76 DMTE-DSI
28,30	Gáll Zsuzsanna	77 DMTE-DSI
28,80	Pávay Anikó	76 DMTE-DSI

(Kézi)

25,4	Barta Beáta	74 DMTE-DSI
25,7	Bédi Krisztina	75 Csepel
25,7	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
25,8	Végh Anett	71 A HUNGALU
26,1	Szakács Enikö	77 KSI
26,2	Polgár Bea	74 KSI
26,4	Dóczi Orsolya	75 KSI
26,4	Rudolf Barbara	75 Pécsi AC.
26,4	Ajkler Zita	75 SKDASE
26,5	Szabó Anikó	74 NYVSC
26,5	Wéber Kinga	77 TSC
26,6	Saáry Timea	77 KSI
26,7	Kun Alice	76 FTC
26,8	Kanyó Dóra	76 Sz MÁV MTE
26,9	Bakajsza Anita	76 NYVSC
27,0	Lörincz Krisztina	76 Bp. Honvéd
27,1	Szemerédi Eszter	76 Olajbányász
27,1	Zsédely Anita	75 VIDEOTON
27,1	Kósa Klaudia	74 KSC
27,3	Bozickovic Tatjana	75 Sz MÁV MTE
27,4	Szücs Klára	77 VIDEOTON
27,4	Szántó Regina	75 Olajbányász
27,4	Erdös Anita	75 KSC
27,4	Bella Katalin	76 KSC
27,4	Berkes Mária	76 DMTE-DSI
27,5	Enessey Andrea	78 DAC
27,7	Dobcsányi Tünde	78 Veresegyháza
27,7	Juhász Timea	76 KSC
27,8	Juhász Mónika	77 GEAC
27,8	Simon Katalin	77 KSC

400 m síkfutás

55,41	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
56,30	Végh Anett	71 A HUNGALU
56,39	Mádai Mónika	68 ZAC
57,17	Csete Gyöngyvér	71 BEAC
58,12	Csete Gyöngyvér	71 MTK
58,43	Zarnóczai Klára	60 NYVSC
59,57	Szabó Andrea	67 Bp. Honvéd
60,05	Cserépi Stefánia	71 VEDAC
60,14	Fogarasi Anikó	78 BEAC
62,34	Enessey Andrea	78 DAC
62,35	Balázs Ágnes	74 Gyula
63,70	Juhász Ivett	78 Kap. Favorit
64,34	Tárkányi Mónika	74 Kap. Építök
65,66	Bicsérdy Gabriella	78 HODIÁK
65,69	Nemes Gyöngyvér	74 Kap. Építök
65,77	Piros Anita	78 HODIÁK
66,05	Rados Ágnes	77 DAC
66,13	Oszlányi Réka	78 DAC
66,67	Ignéczi Anita	78 KSC
66,75	Vakuja Ágnes	78 KSC
66,89	Bakó Mónika	78 KSC
67,40	Szloboda Krisztina	78 KSC
68,10	Horváth Ágota	77 DAC
69,22	Tasner Polett	78 KSC

(Kézi)

56,3	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
56,8	Mészáros Krisztina	70 Ujpesti TE
57,0	Ináncsi Rita	71 Bp. Honvéd
57,6	Végh Anett	71 A HUNGALU
57,7	Mádai Mónika	68 ZAC
58,0	Bédi Krisztina	75 Csepel
58,3	Csete Gyöngyvér	71 MTK
58,5	Zsarnóczai Klára	60 NYVSC
58,7	Magyar Kitti	76 Györi Dózsa
59,2	Sztankovics Katalin	76 Bp. Honvéd
59,2	Szabó Andrea	67 Bp. Honvéd
59,3	Bangó Mónika	73 Szomb. TK
59,4	Szabó Anikó	74 NYVSC
60,0	Cserépi Stefánia	71 VEDAC
60,8	Szakács Enikö	77 KSI
60,9	Albert Judit	74 PVSK
61,2	Kanyó Dóra	76 Sz MÁV MTE
61,3	Mátyás Csilla	77 VEDAC
61,3	Fazekas Ildikó	77 DiAC
61,3	Perlaki Mónika	72 Pécsi AC.
61,6	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
61,6	Szabó Anikó	74 VEDAC
61,9	Nemes Gyöngyvér	74 Kap. Építök
61,9	Ekler Mónika	75 Pécsi AC.
62,1	Nagy Olga	74 NYVSC
62,2	Jó Alexandra	76 Györi Dózsa
62,3	Pados Krisztina	75 ZAC
62,6	Izsák Szilvia	74 KSC
62,9	Joó Alexandra	76 Györi Dózsa
62,9	Juhász Ivett	78 Kap. Favorit

800 m síkfutás

2:08,55	Mészáros Krisztina	70 Ujpesti TE
2:09,97	Rácz Katalin	65 Bp. Honvéd
2:12,12	Barta Viktória	72 Csepel
2:12,6*	Csete Gyöngyvér	71 MTK
2:14,0*	Bangó Mónika	73 VEDAC
2:16,6*	Varga Judit	76 HVSE
2:16,85	Perlaki Mónika	72 Pécsi AC.
2:18,2*	Ujlaki Ágota	76 Esztergomi AC
2:18,7*	Cserépi Stefánia	71 VEDAC
2:18,9*	Ekler Mónika	75 Pécsi AC.
2:19,87	Ináncsi Rita	71 Bp. Honvéd
2:22,5*	Balázs Ágnes	74 Gyula
2:23,3*	Vukov Danijela	77 Sz MÁV MTE
2:23,4*	Mátyás Csilla	77 VEDAC
2:23,78	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
2:25,0*	Jó Alexandra	76 Györi Dózsa
2:25,7*	Nagy Erika	77 DMTE-DSI
2:26,08	Halász Timea	75 Hunyadi DSK
2:26,7*	Kapin Ágnes	77 NYVSC
2:26,97	Soós Eszter	73 HVSE
2:27,4*	Pados Krisztina	75 ZAC
2:28,1*	Varga Rita	75 KSI
2:28,38	Kovács Réka	76 Kap. Építök
2:29,14	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
2:29,7*	Fazekas Ildikó	77 DiAC
2:30,4*	Rosenberg Csilla	75 A HUNGALU
2:31,1*	Kiss Andrea	75 Ikarus BSE
2:31,59	Kiss Enikö	75 Pécsi AC.
2:33,46	Ajkler Zita	75 SKDASE

1500 m síkfutás

4:21,28	Rácz Katalin	65 Ujpesti TE
4:34,3*	Tóth Mónika	73 Csepel
4:34,45	Barta Viktória	72 Csepel
4:36,2*	Czene Zsófia	73 PVSK
4:46,7*	Farkas Ágota	64 Hunyadi DSK
4:49,9*	Csoszánszky Szilvia	75 Csepel
4:50,9*	Tusai Brigitta	77 Csepel
4:51,4*	Hajtó Erika	77 Csepel
4:51,8*	Torma Angelika	75 Kap. Építök
4:52,2*	Pásztor Nikoletta	77 BEAC
4:52,9*	Csendes Ildikó	74 Bcs. Előre
4:55,2*	Kovács Ida	75 VEDAC
4:55,36	Varga Judit	76 HVSE
4:59,0*	Nagy Katalin	76 DAC
5:00,75	Halász Timea	75 Hunyadi DSK
5:00,9*	Ujlaki Ágota	76 Esztergomi AC
5:02,6*	Teveli Zsanett	78 Ujpesti TE
5:02,8*	Timer Hajnakla	74 VEDAC
5:05,3*	Kiss Andrea	75 Ikarus BSE
5:07,1*	Nagy Erika	77 DMTE-DSI

5:12,7*	Nagy Olga	76 Karcag
5:13,4*	Fehér Virág	77 PVSK
5:14,5*	Hecz Katalin	79 Kap. Építők
5:15,43	Forgách Ágnes	69 Gyula
5:15,7*	Kiss Eszter	78 PVSK
5:16,6*	Bakonyi Zsuzsa	76 GEAC
5:17,0*	Berente Jolán	77 KSC
5:18,8*	Árvai Eszter	77 Esztergomi AC
5:20,6*	Hudi Zsuzsa	76 KSI
5:27,4*	Kovács Judit	78 KSI

3000 m síkfutás

9:34,59	Csizi Réka	70 Bp. Honvéd
9:41,29	Tóth Mónika	73 Csepel
9:44,83	Farkas Ágota	64 Hunyadi DSK
9:58,20	Czene Zsófia	73 PVSK
10:26,48	Filei Henrietta	71 Bp Spartacus
10:31,7*	Torma Angelika	75 Kap. Építők
10:36,0*	Tusai Brigitta	77 Csepel
10:36,3*	Pásztor Nikoletta	77 BEAC
10:36,31	Halász Timea	75 Hunyadi DSK
10:41,6*	Kövári Krisztina	77 Csepel
10:48,12	Szabó Zita	75 Sz MÁV MTE
10:50,31	Teveli Zsanett	78 Ujpesti TE
10:50,42	Kovács Ida	75 VEDAC
10:50,65	Teveli Petra	79 Ujpesti TE
10:51,27	Antos Ágnes	79 Ujpesti TE
10:53,81	Jakab Bernadett	78 Ujpesti TE
10:59,4*	Fekete Andrea	75 DAC
11:02,0*	Stupián Mónika	76 VEDAC
11:07,0*	Prácser Kinga	75 HVSE
11:23,9*	Berente Jolán	77 KSC
11:27,7*	Hudi Zsuzsa	76 KSI
11:33,9*	Fehér Virág	77 PVSK
11:44,2*	Árvai Eszter	77 Esztergomi AC
11:56,10	Forgách Ágnes	69 Gyula
12:50,2*	Gergácz Réka	78 GEAC
12:50,7*	Kovács Ildikó	79 GEAC
12:55,1*	Kiss Ildikó	78 GEAC
13:01,6*	Gránicz Andrea	79 Soroksári TE
13:40,2*	Jakus Zsuzsanna	77 GEAC

3000 m gyaloglás

12:39,45	Rossza Mária	67 Bcs. Előre
12:45,81	Ilyés Ildikó	66 Bcs. Előre
12:52,74	Szebenszky Anikó	65 DMTE-DSI
13:13,43	Szészi Beáta	72 Szegedi Vasutas
13:27,87	Szabó Andrea	72 Bcs. Előre
13:36,68	Puskás Éva	74 Bp. Honvéd
14:37,28	Pesti Mónika	75 Szegedi Vasutas
14:48,53	Szuromi Karin	74 BEAC
15:15,83	Tóth Barbara	77 Bp. Honvéd
15:19,30	Vass Edina	74 Szegedi Vasutas
15:26,81	Koszó Szilvia	74 Szegedi Vasutas
16:02,35	Hatala Ágnes	74 BEAC
17:06,72	Szabó Tünde	74 Szegedi Vasutas

60 m gátfutás

8,36	Vári Edit	75 M.magyaróvár
8,49	Ináncsi Rita	71 Bp. Honvéd
8,53	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
8,61	Bélint Zita	71 Csepel
8,70	Kalamár Andrea	69 Ujpesti TE
8,78	Palombi Margit	61 TSC
8,83	Szabó Anikó	74 NYVSC
8,99	Bujtás Zsuzsa	76 Soproni SI
9,03	Gombosi Eszter	74 Pécsi AC.
9,05	Bokor Edina	69 Testvériség
9,05	Ajkler Zita	75 SKDASE
9,07	Szabó Anikó	74 VEDAC
9,20	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
9,22	Veres Anikó	74 TFSE
9,23	Horváth Adrien	75 TSC
9,24	Pap Klára	76 Csepel
9,29	Pete Henrietta	76 ZAC
9,30	Gönczi Anna	72 NYVSC
9,36	Gáti Renáta	75 AC Szekszárd
9,39	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
9,40	Szakács Enikö	77 KSI
9,50	Lörincz Tünde	73 Ujpesti TE
9,55	Kéri Krisztina	77 KSC
9,58	Sinka Anikó	74 Vasas SC
9,59	Prágay Zsuzsanna	72 NYVSC
9,61	Szécsényi Hajnalka	74 FTC
9,63	Bernáth Andrea	77 NYVSC
9,72	Láng Erika	77 DAC
9,79	Szabó Katalin	76 KSC
9,87	Kovács Réka	76 Kap. Építők
9,87	Sztergár Timea	74 Pécsi AC.

Magasugrás

1,90	Kovács Judit	69 DMTE-DSI
1,87	Solti Krisztina	68 Bp. Honvéd
1,87	Fazekas Erzsébet	71 Bp. Honvéd
1,80	Csapó Mónika	71 Bp. Honvéd
1,76	Szalai Aliz	73 Bp. Honvéd
1,76	Hajdu Barbara	70 Bp. Honvéd
1,75	Hegyi Judit	68 VEDAC
1,75	Lukács Henriett	74 VEDAC
1,72	Ináncsi Rita	71 Bp. Honvéd
1,68	Ötvös Csilla	74 Ujpesti TE
1,68	Györffy Dóra	78 BEAC
1,66	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
1,66	Kiss Enikö	75 Pécsi AC.
1,65	Szabó Krisztina	73 FTC
1,64	Szabó Katalin	76 KSC
1,64	Gáti Renáta	75 AC Szekszárd
1,64	Appelt Orsolya	78 ERDÉRT
1,63	Veres Anikó	74 TFSE
1,63	Kántor Andrea	77 NYVSC
1,62	Biró Csilla	77 GEAC
1,60	Boronyák Andrea	74 ZAC
1,60	Wlassits Gabriella	75 HVSE
1,60	Erdei Annamária	74 Bp. Honvéd
1,60	Kovács Réka	76 Kap. Építők
1,60	Szakács Enikö	77 KSI
1,59	Kis Rabata Szimonetta	77 KSC
1,57	Soós Eszter	73 HVSE
1,55	Nagy Zita	77 GEAC
1,55	Ócsai Dolóresz	75 Coglédi VSE
1,55	Bartis Eszter	79 Pécsi AC.
1,55	Baumgartner Rita	71 Pécsi AC.
1,55	Sándor Katalin	77 KSI
1,55	Páli Judit	75 AC Szekszárd
1,55	Szakonyi Márta	76 KSC
1,55	Szücs Judit	77 DIAC

Távolugrás

6,29	Ináncsi Rita	71 Bp. Honvéd
6,11	Fekete Ildikó	66 DMTE-DSI
5,91	Medovarszki Éva	69 KSC
5,90	Szála Anett	74 Soproni SI
5,87	Németh Réka	75 Soproni SI
5,83	Vári Edit	75 M.magyaróvár
5,75	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
5,74	Vaszi Tünde	72 Ujpesti TE
5,66	Hegyi Judit	68 VEDAC
5,66	Szirbucz Andrea	72 Ujpesti TE
5,60	Fagyal Mónika	72 DMTE-DSI
5,60	Molnár Erzsébet	73 MLTC
5,59	Soós Eszter	73 HVSE
5,58	Ötvös Csilla	74 Ujpesti TE
5,51	Bujtás Zsuzsa	76 Soproni SI
5,49	Veres Anikó	74 TFSE
5,48	Szemerédi Eszter	76 Olajbányász
5,45	Szála Renáta	74 Soproni SI
5,44	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
5,36	Ajkler Zita	75 SKDASE
5,35	Szántó Regina	75 Olajbányász
5,32	Krukh Orsolya	78 Ujpesti TE
5,29	Kéri Krisztina	77 KSC
5,26	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
5,26	Kovács Dalma	74 KSI
5,24	Kántor Andrea	77 NYVSC
5,23	Bokros Krisztina	73 Monor JAG
5,22	Kiss Enikö	75 Pécsi AC.
5,21	Ströhl Gabriella	79 TÁSI
5,18	Régensperger Andrea	74 ZAC
5,18	Zab Zsanett	75 Soproni SI
5,18	Kovács Réka	76 Kap. Építők

Hármasugrás

13,52	Fekete Ildikó	66 DMTE-DSI
12,97	Medovarszki Éva	69 KSC
12,57	Szirbucz Andrea	72 Ujpesti TE
12,53	Gáncs Gabriella	73 VEDAC
12,36	Fagyal Mónika	72 DMTE-DSI
12,17	Szála Anett	74 Soproni SI
12,14	Soós Eszter	73 HVSE
12,09	Pintér Ágnes	70 VIDEOTON
12,07	Németh Réka	75 Soproni SI
11,83	Régensperger Andrea	74 ZAC
11,57	Szála Renáta	74 Soproni SI
11,54	Ajkler Zita	75 SKDASE
11,36	Bujtás Zsuzsa	76 Soproni SI
11,17	Kovács Dalma	74 KSI
11,05	Heiter Ottília	69 Szegedi Vasutas
10,78	Szilágyi Andrea	75 KSC
10,66	Völgyi Erzsébet	74 Pécsi AC.
10,26	Erdei Annamária	74 Bp. Honvéd
10,25	Mányoki Krisztina	74 DVSE
10,22	Horák Nóra	76 FTC

10,19	Baumgartner Rita	71 Pécsi AC.

Súlylökés

15,36	Stefanovits Mónika	70 HVSE
14,42	Divós Katalin	74 HVSE
13,79	Ináncsi Rita	71 Bp. Honvéd
13,68	Jánosi Viktória	72 MTK
13,42	Horváth Gabriella	73 BEAC
12,84	Kovács Réka	76 Kap. Építők
12,72	Rosta Szilvia	75 Csepel
12,56	Kürti Éva	76 DMTE-DSI
12,52	Sugár Barbara	77 HVSE
12,47	Rockenbauer Nóra	66 BEAC
11,97	Kerekesi Éva	77 Testvériség
11,90	Lambovics Mariann	76 Csepel
11,89	Horák Mária	75 Soroksári TE
11,74	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
11,67	Lévai Tímea	74 DMTE-DSI
11,58	Irmes Erzsébet	77 Ikarus BSE
11,55	Veres Anikó	74 TFSE
11,38	Fekete Viktória	56 Pécsi AC.
11,35	Kovács Krisztina	71 Soroksári TE
11,05	Ferenczi Erika	72 Pécsi AC.
11,04	Szokolai Zsuzsa	75 Testvériség
11,01	Magyariné Oroszi Zsuzsa	59 Váci Reménység
10,99	Petrovszki Anita	74 Bcs. Előre
10,72	Beck Katalin	75 Pécsi AC.
10,72	Szécsényi Hajnalka	74 FTC
10,71	Ackermann Mónika	74 OBSK
10,70	Ladányi Zsigmondné dr	70 BEAC
10,67	Borjus Erzsébet	73 Kap. Favorit
10,56	Lendvai Timea	77 AC Szekszárd
10,34	Horák Nóra	76 FTC

Ötpróba

4.384	Ináncsi Rita	71 Bp.Honvéd
3.646	Brünyi Orsolya	74 Bp.Honvéd
3.497	Veres Anikó	74 TFSE
3.463	Kovács Réka	76 Kap. Építők
3.408	Lévai Tímea	74 DMTE-DSI
3.302	Soós Eszter	73 HVSE
3.333	Kiss Enikő	75 PAC
3.280	Ajkler Zita	75 SKDASE
3.173	Kéri Krisztina	77 KSC
3.093	Gáti Renáta	75 AC Szekszárd
3.076	Szakács Enikő	77 KSI
3.039	Kántor Andrea	77 NYVSC
3.020	Szabó Anikó	74 NYVSC
3.019	Láng Erika	77 DAC
2.984	Prágay Zsuzsa	72 NYVSC
2.977	Szabó Katalin	76 KSC
2.906	Szécsényi Hajnalka	74 FTC
2.834	Kis Rabata Szimonetta	77 KSC
2.795	Horák Nóra	76 FTC
2.777	Sztergár Timea	74 PAC
2.729	Sándor Katalin	77 KSI
2.651	Páli Judit	75 AC Szekszárd
2.596	Szente Renáta	75 DAC
2.558	Monek Petra	77 KSC
2.474	Szekeres Adrienn	77 Ikarus BSE
1.990	Szakonyi Márta	76 KSC

IFJÚSÁGI

FÉRFIAK

60 m síkfutás

6,96	Czebei Zsolt	74 Bp. Honvéd
7,00	Asztalos Csaba	74 DiAC
7,01	Kozma László	75 SKDASE
7,04	Makláry Szabolcs	74 Bp. Honvéd
7,07	Nagy Tibor	74 DMTE-DSI
7,07	Bédi Tibor	74 Csepel
7,09	Németh Roland	74 Soproni SI
7,16	Pálnik Gábor	74 Bcs. Előre
7,23	Pintér János	74 HVSE
7,24	Hegedüs Mihály	75 NYVSC
7,24	Hegedüs András	74 KSI
7,27	Pál Csaba	75 Eger SE
7,27	Blatnyák Zoltán	75 Bp. Honvéd
7,28	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
7,31	Paszpák Zoltán	74 Kisújszállás
7,31	Horváth Csongor	75 VIDEOTON
7,32	Fehér Miklós	74 DAC
7,33	Apáczai Zoltán	74 DAC
7,35	Máté Szabolcs	75 Csepel
7,38	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
(Kézi)		
7,2	Ungi Sándor	75 Váci DSK
7,2	Horváth Balázs	75 DVSE
7,3	Kovács Attila	74 Érdi VSE
7,3	Baricz Sándor	75 DVSE
7,3	Kelemen Donát	75 Érdi VSE
7,3	Földi Attila	75 DVSE
7,4	Deák Ferenc	75 Mohácsi TE
7,6	Szamkó Richárd	75 DVSE
7,7	Jancsik László	74 Váci Reménység

200 m síkfutás

22,55	Czebei Zsolt	74 Bp. Honvéd
22,84	Kozma László	75 SKDASE
23,25	Máté Szabolcs	75 Csepel
23,36	Németh Roland	74 Soproni SI
23,42	Blatnyák Zoltán	75 Bp. Honvéd
23,61	Pintér János	74 HVSE
23,90	Smoczer György	75 Bp. Honvéd
24,20	Nándori Tamás	75 NYVSC
24,33	Fekete Gyula	75 NYVSC
24,70	Béres István	75 NYVSC
24,94	Bodor László	75 SKDASE
(Kézi)		
22,2	Széll Tibor	74 Bcs. Előre
22,5	Bédi Tibor	74 Csepel
22,5	Kozma László	75 SKDASE
22,6	Borszéki Péter	75 NYVSC
22,8	Pintér János	74 HVSE
22,9	Nagy Tibor	74 DMTE-DSI
23,0	Csékei Róbert	75 Esztergomi AC
23,1	Siposs Attila	74 ZAC
23,3	Máté Szabolcs	75 Csepel
23,5	Németh Roland	74 Soproni SI
23,5	Koczogh Kálmán	75 KSI
23,5	Kiss Richárd	74 ZAC
23,7	Vázi Márk	74 DAC
23,7	Török Ferenc	74 NYVSC
23,7	Róth Miklós	75 KSI
23,8	Dremák András	74 Győri Dózsa
23,9	Holicza Zsolt	75 Ujpesti TE
24,0	Herczegh Zsolt	75 VIDEOTON
24,0	Pálnik Gábor	74 Bcs. Előre
24,0	Kovács Gábor	75 BEAC
24,0	Horváth Viktor	75 KSI

400 m síkfutás

49,04	Széll Tibor	74 Bcs. Előre
49,96	Martina Gábor	74 Mohácsi TE
50,41	Róth Miklós	75 KSI
51,42	Füredi Péter	74 KSI
52,19	Szabó Péter	75 Pécsi AC.
52,44	Tóth László	74 KSC
(Kézi)		
49,2	Széll Tibor	74 Bcs. Előre
49,8	Szilágyi Tamás	74 DMTE-DSI
50,2	Borszéki Péter	75 NYVSC
50,3	Róth Miklós	75 KSI
50,6	Nagy Mihály	74 DMTE-DSI
50,9	Martina Gábor	74 Mohácsi TE
51,4	Váczi Márk	74 DAC
51,4	Mihalovics Gábor	74 Esztergomi AC
51,5	Füredi Péter	74 KSI
51,8	Schmidt Zoltán	74 DMTE-DSI
52,1	Szabó Péter	75 Pécsi AC.
52,3	Papp Krisztián	74 GEAC
52,6	Tóth László	74 KSC
52,9	Kiss Richárd	74 ZAC
53,0	Fekete Gyula	75 NYVSC
53,1	Horváth Viktor	75 KSI
53,7	Prókai Roland	75 DiAC
54,3	Varga Ákos	75 Váci DSK
54,3	Nagy Tibor	74 DMTE-DSI
54,9	Magyari Dénes	74 GEAC

800 m síkfutás

1:54,8*	Töreki András	74 Pápa
1:55,2*	Mihalovics Gábor	74 Esztergomi AC
1:56,0*	Füredi Péter	74 KSI
1:57,20	Martina Gábor	74 Mohácsi TE

1:58,65	Brády Péter	74 BEAC
1:58,8*	Angyán György	75 VEDAC
1:59,8*	Fábián Péter	75 KSI
2:01,59	Juhos Zsolt	75 KSI
2:01,8*	Schmidt Zoltán	74 DMTE-DSI
2:02,2*	Besenyei István	74 Sz MÁV MTE
2:02,24	Nágel Csaba	74 Pápa
2:02,4*	Pénzes Gábor	74 Pécsi AC.
2:02,7*	Kiss Gábor	75 VEDAC
2:02,9*	Varga Attila	75 HODIÁK
2:03,3*	Király Tamás	74 Pécsi AC.
2:03,7*	Kalakai Arnold	75 NYVSC
2:05,1*	Ángyán György	75 VEDAC
2:05,4*	Tomola Zoltán	74 Pécsi AC.
2:05,5*	Magyari Dénes	74 GEAC
2:06,3*	Koleda Attila	75 Esztergomi AC

1500 m síkfutás

4:01,6*	Babinyecz József	74 Csepel
4:02,0*	Tringer Vince	74 Csepel
4:03,6*	Brády Péter	74 Csepel
4:03,7*	Király Tamás	74 Pécsi AC.
4:06,3*	Pénzes Gábor	74 Pécsi AC.
4:09,5*	Mihalovics Gábor	74 Esztergomi AC
4:11,2*	Fábián Péter	75 KSI
4:11,7*	Besenyei István	74 Sz MÁV MTE
4:11,9*	Horváth Róbert	74 Pécsi AC.
4:12,3*	Töreki András	74 Pápa
4:14,3*	Bogádi Péter	74 Pécsi AC.
4:16,1*	Mocsány Zsolt	75 SKDASE
4:17,9*	Szarka Lajos	75 NYVSC
4:19,2*	Medgyes Gábor	75 GEAC
4:20,82	Nágel Csaba	74 Pápa
4:23,4*	Hegyi Róbert	75 SKDASE
4:26,0*	Kónya Ákos	74 KSC
4:26,5*	Cser Roland	75 Testvériség
4:29,5*	Koleda Attila	75 Esztergomi AC
4:32,6*	Erki Csaba	74 Sz MÁV MTE

3000 m síkfutás

8:40,5*	Babinyecz József	74 Csepel
8:47,95	Nagy László	75 Ujpesti TE
8:48,6*	Füleky Zsolt	74 Vasas SC
8:58,0*	Horváth Róbert	74 Pécsi AC.
9:04,6*	Végvári Gábor	74 Ujpesti TE
9:07,8*	Esö András	74 VEDAC
9:10,6*	Bogádi Péter	74 Pécsi AC.
9:16,8*	Rumi Csaba	74 Kap. Építök
9:22,0*	Mocsány Zsolt	75 SKDASE
9:25,2*	Kónya Ákos	74 KSC
9:30,1*	Töke Tamás	75 KSC
9:32,1*	Rezessy Gergely	74 Vasas SC
9:32,3*	Cser Roland	75 Testvériség
9:32,5*	Medgyes Gábor	75 GEAC
9:36,3*	Hegyi Róbert	75 SKDASE
10:52,2*	Barbi János	75 Soroksári TE
10:58,8*	Kiss György	74 GEAC

5000 m gyaloglás

22:15,67	Gyöngyi András	74 NYVSC
22:38,10	Kiss György	74 GEAC
22:59,33	Süle Zoltán	75 Bcs. Előre
23:13,68	Királyfalvi László	76 NYVSC
23:24,60	Fadgyas János	75 KBSK
23:29,13	Lehotai Győzö	76 Segedi Vasutas
24:14,57	Ambróczi Balázs	76 KBSK
24:38,59	Tóth Balázs	77 Bcs. Előre
27:33,85	Fazekas Tibor	77 KBSK
27:50,95	Jakus Zsolt	79 KBSK

60 m gátfutás - 99 cm

(Bővitett)

7,97	Bédi Tibor	74 Csepel
8,20	Hegedüs András	74 KSI
8,21	Róth Miklós	75 KSI
8,22	Borszéki Péter	75 NYVSC
8,30	Molnár István	74 Pécsi AC.
8,36	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
8,38	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
8,49	Bútor László	74 Pécsi AC.
8,53	Kilvinger Attila	77 Kap. Favorit
8,55	Bálint József	74 KSI
8,60	Szabó Ambrus	77 Soproni SI
8,61	Apáczai Zoltán	74 DAC
8,62	Bara Gergely	76 Vasas SC
8,68	Szalay Attila	74 Érdi VSE
8,71	Váczi Márk	74 DAC
8,75	Kurucz Gábor	74 DAC
8,82	Borsodi Gábor	76 HVSE
8,87	Koczogh Kálmán	75 KSI
8,89	Kovács Viktor	76 Bp. Honvéd
8,94	Molnár Sándor	76 Bcs. Előre
8,95	Baricz Sándor	75 DVSE
9,01	Tóth Péter	75 Vasas SC
9,28	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
9,48	Horváth Viktor	75 KSI
9,53	Fekete Gyula	75 NYVSC

(Kézi)

8,6	Szalay Attila	74 Érdi VSE
8,8	Baricz Sándor	75 DVSE
9,2	Kelemen Donát	75 Érdi VSE
9,4	Sárközi Péter	75 Albertirsa
9,4	Földi Attila	75 DVSE

Magasugrás

2,08	Pósta Bence	74 AC Szekszárd
2,08	Szalay Attila	74 Érdi VSE
2,06	Nagy Márton	75 Bcs. Előre
2,05	Béres Gábor	74 TFSE
2,01	Bálint József	74 KSI
2,00	Szederkényi Zsolt	74 SKDASE
1,98	Nagy Zoltán	75 Ujpesti TE
1,98	Szabó Attila	75 Ujpesti TE
1,96	Koczogh Kálmán	75 KSI
1,96	Cieleszky Péter	74 Ujpesti TE
1,95	Mácsai Péter	74 Pécsi AC.
1,94	Sárközi Zsolt	75 Albertirsa
1,93	Váczi Márk	74 DAC
1,90	Bertán Gábor	75 T.szentmiklós
1,90	Apáczai Zoltán	74 DAC
1,90	Mátrai László	75 Csepel
1,90	Galó Tibor	74 AC Szekszárd
1,90	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
1,90	Hegedüs András	74 KSI
1,88	Varga József	75 III. TVE
1,88	Sára Zoltán	75 Bp. Honvéd

Rúdugrás

4,70	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
4,60	Kovács Ákos	75 BEAC
4,40	Schlaffer László	74 Ujpesti TE
4,40	Kamaszi Fedja	75 Pécsi AC.
4,30	Vékony Zoltán	74 Ujpesti TE
4,30	Janecskó Balázs	74 BEAC
4,30	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
4,30	Putsay Zoltán	74 Ujpesti TE
4,30	Szalay Attila	74 Érdi VSE
4,20	Tóth Péter	75 Vasas SC
4,00	Kurucz Gábor	74 DAC
4,00	Bérczi István	75 Bp. Honvéd
4,00	Contreras Juan	74 BEAC
3,90	Apáczai Zoltán	74 DAC
3,80	Pirovits Tas	75 BEAC
3,80	Jánki Tamás	75 Bp. Honvéd
3,70	Váczi Márk	74 DAC
3,20	Koczogh Kálmán	75 KSI
3,20	Horváth Viktor	75 KSI
3,00	Hegedüs András	74 KSI

Távolugrás

7,28	Dömötör Balázs	75 TSC
7,13	Hegedüs András	74 KSI
7,02	Holicza Zsolt	75 Ujpesti TE
6,99	Kozma László	75 SKDASE
6,87	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
6,86	Donkó Tamás	75 Ujpesti TE
6,77	Monostori Ákos	75 Ujpesti TE
6,75	Benkó Tamás	75 VIDEOTON
6,57	Bálint József	74 KSI
6,55	Szalay Attila	74 Érdi VSE
6,52	Tóth Péter	75 Vasas SC
6,48	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
6,43	Váczi Márk	74 DAC
6,42	Kurucz Gábor	74 DAC
6,41	Koczogh Kálmán	75 KSI
6,38	Fekete Szabolcs	75 GEAC
6,32	Kiss István	74 Pécsi AC.
6,31	Apáczai Zoltán	74 DAC
6,28	Hadházi Barnabás	75 DMTE-DSI
6,23	Krizsán Csaba	75 Váci DSK

Hármasugrás

15,52	Kelemen Balázs	75 FTC
14,64	Dömötör Balázs	75 TSC
14,14	Benkó Tamás	75 VIDEOTON
13,33	Wilfing Zoltán	74 Soproni SI

13,20	Fekete Szabolcs	75 GEAC
13,06	Pintér Ákos	75 Fertődi DSK
12,60	Balogh András	75 Soproni SI
12,40	Golobokov Szergej	74 FTC
12,00	Rozsos Gábor	75 DVSE

Súlylökés 6 kg

(Bővített)

17,18	Tóth Attila	74 Csepel
17,09	Bogáthy Tamás	74 Pécsi AC.
16,46	Kiss Szilárd	75 ZAC
16,00	Kovács Jenő	76 Ikarus BSE
15,42	Horváth Róbert	74 VEDAC
15,32	Papp Attila	74 VEDAC
14,72	Csata Imre	75 DMTE-DSI
14,64	Eszenyi Tamás	75 Tempó
14,52	Kurucz Gábor	74 DAC
13,94	Majosi Krisztián	76 DMTE-DSI
13,92	Horváth Norbert	75 HVSE
13,89	Biber Zsolt	76 Sz MÁV MTE
13,87	Pintér Attila	77 Ikarus BSE
13,78	Apáczai Zoltán	74 DAC
13,73	Szalay Attila	74 Érdi VSE
13,69	Mateasics József	76 Pécsi AC.
13,67	Olaszi László	75 VIDEOTON
13,44	Szeredás Bence	74 Bp. Honvéd
13,31	Dergez Bertalan	75 Pécsi AC.
13,22	Világi Károly	76 VIDEOTON
13,13	Varga Roland	77 III. TVE
13,04	Hodosi Miklós	75 Nagykáta
12,67	Vozár János	75 Bcs. Előre
12,61	Kovács Viktor	76 Ujpesti TE
12,38	Tóth Péter	75 Vasas SC
12,33	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
11,93	Hódosi Miklós	75 Ujpesti TE
11,90	Kiss Gábor	75 PVSK
11,84	Horváth Viktor	75 KSI
11,60	Molnár Sándor	76 Bcs. Előre

Hétpróba

5.166	Szalay Attila	74 Érdi VSE
4.958	Milassin Ákos	74 Bp. Honvéd
4.904	Hegedüs András	74 KSI
4.861	Tóth Péter	75 Vasas SC
4.777	Apáczai Zoltán	74 DAC
4.772	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
4.616	Kurucz Gábor	74 DAC
4.550	Váczi Márk	74 DAC
4.527	Koczogh Kálmán	75 KSI
4.316	Kovács Viktor	76 Bp. Honvéd
4.008	Bálint József	74 KSI
3.932	Horváth Viktor	75 KSI
3.807	Molnár Sándor	76 Bcs. Előre
3.595	Varga Roland	77 III. TVE

NŐK

60 m síkfutás

7,54	Molnár Mónika	75 Sz MÁV MTE
7,84	Petrezselyem Anita	75 Sz MÁV MTE
7,85	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
7,86	Vári Edit	75 M.magyaróvár
7,87	Szála Anett	74 Soproni SI
7,88	Barta Beáta	74 DMTE-DSI
7,90	Sándor Judit	75 Sz MÁV MTE
7,91	Bédi Krisztina	75 Csepel
8,00	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
8,06	Zab Zsanett	75 Soproni SI
8,06	Erdös Anita	75 KSC
8,07	Polgár Bea	74 KSI
8,12	Szála Renáta	74 Soproni SI
8,12	Dóczi Orsolya	75 KSI
8,13	Németh Réka	75 Soproni SI
8,20	Ajkler Zita	75 SKDASE
8,22	Gombosi Eszter	74 Pécsi AC.
8,24	Szabó Anikó	74 NYVSC
8,26	Szántó Regina	75 Olajbányász
8,32	Vári Andrea	74 FTC

(Kézi)

8,2	Hegedüs Mónika	75 Soroksári TE
8,4	Siklósi Edit	75 GEAC
8,4	Szomor Szilvia	75 Soroksári TE
8,4	Bihari Ildikó	74 Albertirsa
8,5	Lukácsi Bernadett	74 Pécsi AC.
8,6	Kécskei Ilona	75 Monor JAG

200 m síkfutás

25,49	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
25,84	Bédi Krisztina	75 Csepel
26,64	Polgár Bea	74 KSI
26,65	Rudolf Barbara	75 Pécsi AC.
27,71	Sinka Anikó	74 Vasas SC

(Kézi)

25,4	Barta Beáta	74 DMTE-DSI
25,7	Bédi Krisztina	75 Csepel
25,7	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
26,2	Polgár Bea	74 KSI
26,4	Dóczi Orsolya	75 KSI
26,4	Rudolf Barbara	75 Pécsi AC.
26,4	Ajkler Zita	75 SKDASE
26,5	Szabó Anikó	74 NYVSC
27,1	Zsédely Anita	75 VIDEOTON
27,1	Kósa Klaudia	74 KSC
27,3	Bozickovic Tatjana	75 Sz MÁV MTE
27,4	Szántó Regina	75 Olajbányász
27,4	Erdös Anita	75 KSC
28,1	Széchényi Hajnalka	74 FTC
28,7	Körös Rita	74 KSC
29,6	Tulius Andrea	74 Ceglédi VSE
29,7	Bihari Ildikó	74 Albertirsa
30,0	Kécskei Ilona	75 Monor JAG
30,0	Szalai Renáta	75 Győri Dózsa

400 m síkfutás

55,41	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
62,35	Balázs Ágnes	74 Gyula
64,34	Tárkányi Mónika	74 Kap. Építök
65,69	Nemes Gyöngyvér	74 Kap. Építök

(Kézi)

56,3	Kurucz Andrea	74 Ujpesti TE
58,0	Bédi Krisztina	75 Csepel
59,4	Szabó Anikó	74 NYVSC
60,9	Albert Judit	74 PVSK
61,6	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
61,6	Szabó Anikó	74 VEDAC
61,9	Nemes Gyöngyvér	74 Kap. Építök
61,9	Ekler Mónika	75 Pécsi AC.
62,1	Nagy Olga	74 NYVSC
62,3	Pados Krisztina	75 ZAC
62,6	Izsák Szilvia	74 KSC
63,4	Zsédely Anita	75 VIDEOTON
65,8	Szente Renáta	75 DAC
66,0	Tulius Andrea	74 Ceglédi VSE
69,1	Turcsek Orsolya	75 Albertirsa

800 m síkfutás

2:18,9*	Ekler Mónika	75 Pécsi AC.
2:22,5*	Balázs Ágnes	74 Gyula
2:23,78	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
2:26,08	Halász Timea	75 Hunyadi DSK
2:27,4*	Pados Krisztina	75 ZAC
2:28,1*	Varga Rita	75 KSI
2:29,14	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
2:30,4*	Rosenberg Csilla	75 A HUNGALU
2:31,1*	Kiss Andrea	75 Ikarus BSE
2:31,59	Kiss Enikő	75 Pécsi AC.
2:33,46	Ajkler Zita	75 SKDASE
2:36,74	Sztergár Timea	74 Pécsi AC.
2:38,04	Szabó Anikó	74 NYVSC
2:39,4*	Árvai Kornélia	75 PVSK
2:39,44	Szente Renáta	75 DAC
2:40,53	Veres Anikó	74 TFSE
2:45,00	Széchényi Hajnalka	74 FTC
2:50,62	Páli Judit	75 AC Szekszárd
2:51,72	Gáti Renáta	75 AC Szekszárd

1500 m síkfutás

4:49,9*	Csoszánszky Szilvia	75 Csepel
4:51,8*	Torma Angelika	75 Kap. Építök
4:52,9*	Csendes Ildikó	74 Bcs. Előre
4:55,2*	Kovács Ida	75 VEDAC
5:00,75	Halász Timea	75 Hunyadi DSK
5:02,8*	Timer Hajnakla	74 VEDAC
5:05,3*	Kiss Andrea	75 Ikarus BSE
5:43,0*	Árvai Kornélia	75 PVSK
5:49,1*	Roxin Mária	75 Gyula

3000 m síkfutás

10:31,7*	Torma Angelika	75 Kap. Építök
10:36,31	Halász Timea	75 Hunyadi DSK
10:48,12	Szabó Zita	75 Sz MÁV MTE
10:50,42	Kovács Ida	75 VEDAC
10:59,4*	Fekete Andrea	75 DAC
11:07,0*	Prácser Kinga	75 HVSE

3000 m gyaloglás

13:36,68	Puskás Éva	74 Bp. Honvéd
14:37,28	Pesti Mónika	75 Szegedi Vasutas
14:48,53	Szuromi Karin	74 BEAC
15:15,83	Tóth Barbara	77 Bp. Honvéd
15:19,30	Vass Edina	74 Szegedi Vasutas
15:26,81	Koszó Szilvia	74 Szegedi Vasutas
16:02,35	Hatala Ágnes	74 BEAC
17:06,72	Szabó Tünde	74 Szegedi Vasutas

60 m gátfutás - 84 cm

(Bővített)

8,36	Vári Edit	75 M.magyaróvár
8,53	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
8,83	Szabó Anikó	74 NYVSC
8,99	Bujtás Zsuzsa	76 Soproni SI
9,03	Gombosi Eszter	74 Pécsi AC.
9,05	Ajkler Zita	75 SKDASE
9,07	Szabó Anikó	74 VEDAC
9,20	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
9,22	Veres Anikó	74 TFSE
9,23	Horváth Adrien	75 TSC
9,24	Pap Klára	76 Csepel
9,29	Pete Henrietta	76 ZAC
9,36	Gáti Renáta	75 AC Szekszárd
9,39	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
9,40	Szakács Enikő	77 KSI
9,55	Kéri Krisztina	77 KSC
9,58	Sinka Anikó	74 Vasas SC
9,61	Szécsényi Hajnalka	74 FTC
9,63	Bernáth Andrea	77 NYVSC
9,72	Láng Erika	77 DAC
9,79	Szabó Katalin	76 KSC
9,87	Kovács Réka	76 Kap. Építők
9,87	Sztergár Timea	74 Pécsi AC.
9,93	Kiss Enikő	75 Pécsi AC.
9,96	Szilasi Zsuzsanna	77 VIDEOTON

Magasugrás

1,75	Lukács Henriett	74 VEDAC
1,68	Ötvös Csilla	74 Ujpesti TE
1,66	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
1,66	Kiss Enikő	75 Pécsi AC.
1,64	Gáti Renáta	75 AC Szekszárd
1,63	Veres Anikó	74 TFSE
1,60	Beronyák Andrea	74 ZAC
1,60	Wlassits Gabriella	75 HVSE
1,60	Erdei Annamária	74 Bp. Honvéd
1,55	Ócsai Dolóresz	75 Ceglédi VSE
1,55	Páli Judit	75 AC Szekszárd
1,54	Bukovics Bernadett	75 Kap. Építők
1,54	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
1,54	Ajkler Zita	75 SKDASE
1,50	Ackermann Mónika	74 OBSK
1,50	Vámosi Zsófia	75 Érdi VSE
1,50	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
1,48	Sztergár Timea	74 Pécsi AC.
1,45	Szabó Anikó	74 NYVSC
1,40	Kécskei Ilona	75 Monor JAG
1,40	Szécsényi Hajnalka	74 FTC
1,40	Szente Renáta	75 DAC

Távolugrás

5,90	Szála Anett	74 Soproni SI
5,87	Németh Réka	75 Soproni SI
5,83	Vári Edit	75 M.magyaróvár
5,75	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
5,58	Ötvös Csilla	74 Ujpesti TE
5,49	Veres Anikó	74 TFSE
5,45	Szála Renáta	74 Soproni SI
5,44	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
5,36	Ajkler Zita	75 SKDASE
5,35	Szántó Regina	75 Olajbányász
5,26	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
5,26	Kovács Dalma	74 KSI
5,22	Kiss Enikő	75 Pécsi AC.
5,18	Régensperger Andrea	74 ZAC
5,18	Zab Zsanett	75 Soproni SI
5,07	Szabó Anikó	74 NYVSC
5,00	Hegedűs Mónika	75 Soroksári TE
5,00	Szécsényi Hajnalka	74 FTC
4,88	Lukácsi Bernadett	74 Pécsi AC.
4,88	Ambrus Mónika	75 KSI

Hármasugrás

12,17	Szála Anett	74 Soproni SI
12,07	Németh Réka	75 Soproni SI
11,83	Régensperger Andrea	74 ZAC
11,57	Szála Renáta	74 Soproni SI
11,54	Ajkler Zita	75 SKDASE
11,17	Kovács Dalma	74 KSI
10,78	Szilágyi Andrea	75 KSC
10,66	Völgyi Erzsébet	74 Pécsi AC.
10,26	Erdei Annamária	74 Bp. Honvéd
10,25	Mányoki Krisztina	74 DVSE

Súlylökés 4 kg

14,42	Divós Katalin	74 HVSE
12,72	Rosta Szilvia	75 Csepel
11,89	Horák Mária	75 Soroksári TE
11,74	Tóth Timea	74 DMTE-DSI
11,67	Lévai Timea	74 DMTE-DSI
11,55	Veres Anikó	74 TFSE
11,04	Szekolai Zsuzsa	75 Testvériség
10,99	Petrovszki Anita	74 Bcs. Előre
10,72	Beck Katalin	75 Pécsi AC.
10,72	Szécsényi Hajnalka	74 FTC
10,71	Ackermann Mónika	74 OBSK
10,32	Vajay Andrea	75 OBSK
10,25	Brünyi Orsolya	74 Bp. Honvéd
9,96	Nagy Ildikó	75 OBSK
9,92	Szomor Szilvia	75 Soroksári TE
9,82	Gáti Renáta	75 AC Szekszárd
9,69	Kiss Enikő	75 Pécsi AC.
8,92	Páli Judit	75 AC Szekszárd
8,87	Szente Renáta	75 DAC
8,83	Ócsai Dolóresz	75 Ceglédi VSE

SERDÜLŐK

FIÚK

60 m síkfutás

7,02	Dobos Gábor	76 Bp. Honvéd
7,13	Kandár Zoltán	77 Olajbányász
7,19	Bella Attila	76 ZAC
7,24	Kiss Gábor	77 DVSE
7,32	Kandár Tibor	76 Olajbányász
7,38	Alexin Tamás	76 LATEX
7,42	Varga Nándor	76 KSC
7,46	Somogyi Zsolt	76 Soproni SI
7,47	Antal Csaba	78 Sz MÁV MTE
7,49	Kilvinger Attila	77 Kap. Favorit
7,50	Farkas Dániel	76 KSI
7,50	Baranyi Zoltán	76 Ujpesti TE
7,54	Borsodi Gábor	76 HVSE
7,55	Dencs Tibor	76 KSI
7,56	Kövér Tibor	76 BEAC
7,58	Kató József	76 VIDEOTON
7,58	Kövér Péter	76 BEAC
7,59	Jenisz Gábor	76 Ujpesti TE
7,59	Molnár Krisztián	76 FTC
7,59	Kárai Norbert	77 DMTE-DSI

(Kézi)

6,9	Kiss Gábor	77 DVSE
7,2	Nagy Gábor	77 Albertirsa
7,2	Pálházi István	76 GEAC
7,3	Kundlya János	78 DVSE
7,3	Kránitz Krisztián	77 DVSE
7,3	Fejes Sándor	77 DVSE
7,5	Szűcs Ferenc	77 DVSE
7,6	Török Péter	78 Váci Reménység
7,6	Márk Balázs	76 Váci Reménység
7,6	Szécsényi Tamás	76 Nagykáta
7,7	Veres Ferenc	78 Váci Reménység
7,7	Winkler Péter	78 Érdi VSE
7,7	Gubis László	77 Soroksári TE
7,7	Bokros Zsolt	78 TÁSI
7,8	Végh László	78 Soroksári TE
7,8	Mészáros György	76 DVSE
7,8	Palkó János	76 Nagykáta
7,8	Vitényi Roland	79 Pécsi AC.
7,9	Nagy Tibor	78 Pécsi AC.

8,0	Zakar Miklós	79 Váci Reménység
8,0	Halmi József	78 Albertirsa

200 m síkfutás

22,34	Bella Attila	76 ZAC
22,50	Dobos Gábor	76 Bp. Honvéd
23,57	Baranyi Zoltán	76 Ujpesti TE
23,74	Kovács Lajos	76 KSI
24,13	Dencs Tibor	76 KSI
24,33	Farkas Dániel	76 KSI
24,46	Varró Tamás	76 DMTE-DSI
24,51	Varga Tamás	77 NYVSC
24,70	Reichenberger László	77 NYVSC
24,72	Varga Károly	76 NYVSC
24,80	Sik Keresztély	76 DMTE-DSI
25,14	Szentgróti Csaba	78 Bp. Honvéd
25,96	Balogh András	77 Bp. Honvéd

(Kézi)

22,1	Bella Attila	76 ZAC
23,1	Magyar Balázs	76 DMTE-DSI
23,5	Kilvinger Attila	77 Kap. Favorit
23,6	Kiss Gábor	77 DVSE
23,6	Baranyi Zoltán	76 Ujpesti TE
23,9	Varga Nándor	76 KSC
24,0	Alexin Tamás	76 LATEX
24,0	Bara Gergely	76 Vasas SC
24,1	Nagy Gábor	77 Albertirsa
24,1	Lukács Kornél	77 Györi Dózsa
24,2	Somogyi Zsolt	76 Soproni SI
24,2	Varró Tamás	76 DMTE-DSI
24,2	Papp István	76 VIDEOTON
24,3	Dencs Tibor	76 KSI
24,3	Farkas Dániel	76 KSI
24,4	Szabó Ambrus	77 Soproni SI
24,4	Monda Sándor	76 Vasas SC
24,4	Pete Balázs	77 Vasas SC
24,5	Balogh Tibor	76 Ujpesti TE
24,5	Polgár Balázs	76 KSI

400 m síkfutás

(Kézi)

50,6	Bella Attila	76 ZAC
52,0	Lukács Kornél	77 Györi Dózsa
52,3	Baranyi Zoltán	76 Ujpesti TE
52,4	Vörös Róbert	76 KSC
52,7	Kemény Péter	76 KSC
52,8	Papp István	76 VIDEOTON
53,2	Farkas László	76 KSC
53,3	Bakacs Roland	76 Györi Dózsa
53,4	Kilvinger Attila	77 Kap. Favorit
53,4	Nagy Viktor	78 DiAC
53,6	Varga Tamás	77 NYVSC
53,7	Varga Nándor	76 KSC
53,9	Farkas Dániel	76 KSI
54,1	Fülöp Gergely	76 Vasas SC
54,3	Jakab Nándor	76 Sz MÁV MTE
54,4	Szilasi József	76 Pápa
54,5	Ősz Tibor	77 Bp Spartacus
54,7	Németh Gyula	76 Kap. Favorit
54,8	Dencs Tibor	76 KSI
54,8	Tóth György	76 Pápa

800 m síkfutás

1:57,0*	Besnyi Attila	76 BEAC
1:58,03	Vörös Róbert	76 KSC
1:58,8*	Nagy István	77 Ujpesti TE
2:01,6*	Simon Zoltán	76 Esztergomi AC
2:02,3*	Muhari Gábor	77 Sz MÁV MTE
2:02,63	Jakus Gábor	77 KBSK
2:02,8*	Nagy Viktor	78 DiAC
2:03,6*	Bakacs Roland	76 Györi Dózsa
2:03,9*	Sántha György	76 NYVSC
2:04,0*	Szöczei Sándor	76 Györi Dózsa
2:04,4*	Szilasi József	76 Pápa
2:04,9*	Kőfaragó György	76 Gyula
2:04,9*	Jombik Zoltán	77 Esztergomi AC
2:06,2*	Csatlós Norbert	77 KSI
2:07,0*	Hullai Ernő	76 Bp. Honvéd
2:07,2*	Radákovics Kornél	77 KSI
2:07,9*	Ujlaki János	77 KSI
2:08,4*	Marsa György	77 KSC
2:10,2*	Árgyelán Antal	78 Kap. Építők
2:10,8*	Kárász Krisztián	78 Olajbányász

1500 m síkfutás

4:07,3*	Simon Zoltán	76 Esztergomi AC
4:11,8*	Benyöcs Gergely	76 TSC
4:14,5*	Medgyes Jenő	76 KSI
4:17,3*	Sántha György	76 NYVSC
4:21,1*	Czene Balázs	76 PVSK
4:24,9*	Bellus László	76 Ikarus BSE
4:25,8*	Kőfaragó György	76 Gyula
4:26,7*	Juhász András	76 KSI
4:26,8*	Radákovics Kornél	77 KSI
4:28,0*	Kárász Krisztián	78 Olajbányász
4:31,7*	Marothi Attila	76 Szeged SC
4:32,2*	Szántó Kornél	77 Bp. Honvéd
4:34,8*	Árgyelán Antal	78 Kap. Építők
4:35,5*	Szöczei Sándor	76 Györi Dózsa
4:36,3*	Juhász Zoltán	77 KSI
4:38,7*	Mónus Sándor	76 KSC
4:40,4*	Patyi István	77 BEAC
4:40,5*	Bakó József	76 PVSK
4:40,9*	Németh Balázs	78 BEAC
4:41,2*	Dobronoki Dániel	78 Ikarus BSE

3000 m síkfutás

8:57,30	Bozán Károly	77 Ujpesti TE
8:57,9*	Medgyes Jenő	76 KSI
9:06,5*	Benyöcs Gergely	76 TSC
9:13,9*	Sági Zsolt	76 Ujpesti TE
9:18,7*	Tajti János	76 Bcs. Előre
9:20,2*	Bagósi Zoltán	76 DMTE-DSI
9:30,1*	Juhász András	76 KSI
9:30,6*	Solymossy Tamás	77 Bp Spartacus
9:41,1*	Bellus László	76 Ikarus BSE
9:49,1*	Juhász Zoltán	77 KSI
9:56,1*	Matics Zsolt	77 Kap. Építők
9:58,0*	Toporczer András	76 Bp Spartacus
10:00,5*	Patyi István	77 BEAC
10:04,9*	Mónus Sándor	76 KSC
10:05,2*	Pluhár Pál	78 Ikarus BSE
10:08,9*	Tóth András	78 KSC
10:11,8*	Háromházi György	76 Csepel
10:12,7*	Tóth Péter	78 KSC
10:19,4*	Németh Balázs	78 BEAC
10:46,3*	Szabó Imre	78 Karcag

60 m gátfutás - 91 cm

7,92	Magyar Balázs	76 DMTE-DSI
8,31	Kilvinger Attila	77 Kap. Favorit
8,45	Szabó Ambrus	77 Soproni SI
8,46	Monda Sándor	76 Vasas SC
8,50	Bara Gergely	76 Vasas SC
8,55	Varró Tamás	76 DMTE-DSI
8,63	Kovács Viktor	76 Bp. Honvéd
8,65	Paragi Tamás	77 ZAC
8,77	Baranyi Zoltán	76 Ujpesti TE
8,78	Molnár Krisztián	76 FTC
8,85	Fülöp Tibor	77 DAC
8,85	Sik Keresztély	76 DMTE-DSI
8,88	Jenisz Gábor	76 Ujpesti TE
9,00	Csaba Zoltán	76 Csepel
9,03	Nagy Gábor	77 Albertirsa
9,04	Dudás László	76 DiAC
9,05	Czeglédi Zsolt	76 DMTE-DSI
9,10	Csatlós Norbert	77 KSI
9,10	Kádas Róbert	77 DMTE-DSI
9,13	Karancsi Zsolt	76 T.szentmiklós

(Kézi)

8,4	Kránitz Krisztián	77 DVSE
8,5	Nagy Gábor	77 Albertirsa
8,6	Fejes Sándor	77 DVSE
8,8	Kundlya János	78 DVSE
8,9	Szoreny László	78 Albertirsa
9,5	Meskó Péter	78 Pécsi AC.

Magasugrás

2,05	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
1,95	Szabó Tamás	76 DMTE-DSI
1,90	Petánszki Eduárd	76 Érdi VSE
1,90	Harcsa Norbert	77 NYVSC
1,90	Tóth Gábor	78 Hajdúnánás
1,88	Éder Attila	76 Csepel
1,88	Dongó Tamás	77 Kkfh. Honvéd
1,85	Szöke Bendegúz	76 DMTE-DSI
1,84	Molnár Zsolt	77 Sz MÁV MTE
1,84	Paragi Tamás	77 ZAC
1,84	Kovács Viktor	76 Bp. Honvéd
1,80	Tölgyesi Elöd	76 VIDEOTON
1,80	Kundlya János	78 DVSE
1,80	Fejes Sándor	77 DVSE
1,80	Tisza Csaba	77 Pécsi AC.
1,80	Reviczki Tamás	76 Gyöngyös
1,75	Nemes Ernő	77 Pécsi AC.
1,75	Nagy Barnabás	79 TÁSI
1,75	Zekér Nándor	76 DAC
1,75	Bene Szilárd	77 DiAC

Rúdugrás

4,00	Glódi Tamás	76 Ujpesti TE
4,00	Szabó Dénes	77 Ujpesti TE
3,80	Szebelkó Attila	77 Ujpesti TE
3,80	Jenisz Gábor	76 Ujpesti TE
3,60	Kovács Viktor	76 Bp. Honvéd
3,50	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
3,40	Séra Dániel	77 Pécsi AC.
3,30	Tóth Zsolt	76 Pécsi AC.
3,20	Meskó Péter	78 Pécsi AC.
3,00	Szebelkó András	79 Ujpesti TE
2,90	Krasznói Balázs	79 Bp. Honvéd
2,80	Bánhidai Péter	79 Ujpesti TE
2,80	Varga Roland	77 III. TVE
2,60	Váli László	78 Bp. Honvéd
2,50	Varga Zoltán	80 Ujpesti TE
2,40	Dicu Róbert	78 Bp. Honvéd
2,40	Bóka Attila	80 Ujpesti TE
2,40	Dani László	81 Pécsi AC.
2,30	Veisz Attila	80 Bp. Honvéd
2,30	Veisz Gábor	79 Bp. Honvéd

Távolugrás

6,83	Magyar Balázs	76 DMTE-DSI
6,71	Polgár Balázs	76 KSI
6,64	Kandár Tibor	76 Olajbányász
6,60	Bazsó Tamás	78 Albertirsa
6,56	Virágh Balázs	77 Gyöngyös
6,52	Margl Tamás	76 TSC
6,50	Badó Szilárd	76 Pécsi AC.
6,49	Krajcsovics András	78 Ujpesti TE
6,43	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
6,42	Jobbágy Zsigmond	78 KSC
6,42	Szabó Ambrus	77 Soproni SI
6,40	Molnár Sándor	76 Bcs. Eröre
6,29	Veress András	77 TFSE
6,28	Kovács Viktor	76 Bp. Honvéd
6,24	Vancsik Ákos	77 Eger SE
6,23	Révész Pál	76 Kkfh. Honvéd
6,21	Nemes Ernö	77 Pécsi AC.
6,20	Dobozi Sándor	76 VIDEOTON
6,19	Otterbein László	76 Pécsi AC.
6,16	Winkler Zoltán	77 DVSE

Hármasugrás

14,39	Badó Szilárd	76 Pécsi AC.
14,12	Szabó Ambrus	77 Soproni SI
13,68	Dobozi Sándor	76 VIDEOTON
13,32	Mészáros György	76 DVSE
12,88	Csiszár Gábor	76 ZAC
12,80	Málek István	76 Soproni SI
12,67	Márton Péter	76 Testvériség
12,56	Veilandics Gábor	76 TSC
12,28	Nemes Ernö	77 Pécsi AC.
12,15	Koller Balázs	76 FTC
12,05	Winkler Zoltán	77 DVSE
11,02	Séra Dániel	77 Pécsi AC.
10,71	Nagy Tibor	78 Pécsi AC.
10,70	Csia András	77 ERDÉRT

Súlylökés 5 kg

17,22	Kovács Jenö	76 Ikarus BSE
16,28	Mateasics József	76 Pécsi AC.
15,80	Borbás Péter	76 Pécsi AC.
15,69	Pintér Attila	77 Ikarus BSE
15,58	Biber Zsolt	76 Sz MÁV MTE
14,48	Zsivótzky Attila	77 III. TVE
14,43	Nemes Ernö	77 Pécsi AC.
13,97	Wojejvodics Zoltán	76 TSC
13,96	Világi Károly	76 VIDEOTON
13,92	Varga Roland	77 III. TVE
13,80	Jánosa László	76 ERDÉRT
13,76	Kunos Balázs	76 HODIÁK
13,75	Márk Balázs	76 Váci Reménység
13,46	Boros Richárd	76 BDSE
13,30	Kovács Viktor	76 Ujpesti TE
13,07	Kovács Károly	77 GEAC
12,78	Antalics Gábor	78 Kap. Favorit
12,62	Szabó Zsolt	76 Nagykáta
12,49	Rácz József	77 Ujpesti TE
12,48	Széll Imre	76 Hajdúböszörmény

LÁNYOK

60 m síkfutás

7,97	Lörincz Krisztina	76 Bp. Honvéd
8,00	Bakajsza Anita	76 NYVSC
8,01	Saáry Timea	77 KSI
8,06	Kun Alice	76 FTC
8,06	Mészáros Ágnes	78 Szegedi Vasutas
8,09	Ludvig Ágnes	76 KSC
8,11	Szakács Enikö	77 KSI
8,12	Balog Emese	76 Csepel
8,13	Soós Csilla	77 Soproni SI
8,14	Hirt Katalin	78 Kap. Marathon
8,17	Horváth Andrea	78 KSI
8,18	Bella Katalin	76 KSC
8,21	Wéber Kinga	77 TSC
8,23	Szüllö Brigitta	77 FTC
8,23	Kovács Andrea	78 ZAC
8,25	Gróf Judit	76 ZAC
8,26	Csébics Erika	76 HVSE
8,26	Mészáros Katalin	77 Soproni SI
8,26	Szemerédi Eszter	76 Olajbányász
8,28	Petrán Barbara	78 Györi Dózsa

(Kézi)

8,0	Dobcsányi Tünde	78 Veresegyháza
8,1	Kovács Barbara	78 Érdi VSE
8,1	Juhász Mónika	77 GEAC
8,2	Kovács Ildikó	79 Soroksári TE
8,2	Makai Rita	79 DVSE
8,2	Pintér Csilla	76 GEAC
8,3	Tokai Annamária	78 Albertirsa
8,3	Juhász Andrea	78 DVSE
8,3	Zakar Viktória	77 DVSE
8,3	Lengyel Tímea	77 Érdi VSE
8,4	Hajdú Krisztina	79 Nagykörös

200 m síkfutás

25,83	Szakács Enikö	77 KSI
26,50	Wéber Kinga	77 TSC
26,86	Bakajsza Anita	76 NYVSC
27,02	Fogarasi Anikó	78 BEAC
27,17	Sztankovics Katalin	76 Bp. Honvéd
27,40	Bernáth Andrea	77 NYVSC
27,80	Balogh Anikó	76 DMTE-DSI
28,12	Berkes Mária	76 DMTE-DSI
28,30	Gáll Zsuzsanna	77 DMTE-DSI
28,80	Pávay Anikó	76 DMTE-DSI

(Kézi)

26,1	Szakács Enikö	77 KSI
26,5	Wéber Kinga	77 TSC
26,6	Saáry Timea	77 KSI
26,7	Kun Alice	76 FTC
26,8	Kanyó Dóra	76 Sz MÁV MTE
26,9	Bakajsza Anita	76 NYVSC
27,0	Lörincz Krisztina	76 Bp. Honvéd
27,1	Szemerédi Eszter	76 Olajbányász
27,4	Szücs Klára	77 VIDEOTON
27,4	Bella Katalin	76 KSC
27,4	Berkes Mária	76 DMTE-DSI
27,5	Enessey Andrea	78 DAC
27,7	Dobcsányi Tünde	78 Veresegyháza
27,7	Juhász Timea	76 KSC
27,8	Juhász Mónika	77 GEAC
27,8	Simon Katalin	77 KSC
27,9	Pintér Csilla	76 GEAC
27,9	Gróf Judit	76 ZAC
27,9	Pintér Barbara	76 Olajbányász
27,9	Balogh Anikó	76 DMTE-DSI

400 m síkfutás

60,14	Fogarasi Anikó	78 BEAC
62,34	Enessey Andrea	78 DAC
63,70	Juhász Ivett	78 Kap. Favorit
65,66	Bicsérdy Gabriella	78 HODIÁK
65,77	Piros Anita	78 HODIÁK
66,05	Rados Ágnes	77 DAC
66,13	Oszlányi Réka	78 DAC
66,67	Ignéczi Anita	78 KSC
66,75	Vakuja Ágnes	78 KSC
66,89	Bakó Mónika	78 KSC
67,40	Szloboda Krisztina	78 KSC
68,10	Horváth Ágota	77 DAC
69,22	Tasner Polett	78 KSC

(Kézi)

58,7	Magyar Kitti	76 Györi Dózsa
59,2	Sztankovics Katalin	76 Bp. Honvéd
60,8	Szakács Enikö	77 KSI
61,2	Kanyó Dóra	76 Sz MÁV MTE
61,3	Mátyás Csilla	77 VEDAC
61,3	Fazekas Ildikó	77 DiAC
62,2	Jó Alexandra	76 Györi Dózsa
62,9	Juhász Ivett	78 Kap. Favorit
63,5	Petrán Barbara	78 Györi Dózsa
64,0	Láng Erika	77 DAC

64,2	Neczger Krisztina	78 ZAC
64,9	Kovács Mária	77 DMTE-DSI
65,5	Szarka Orsolya	77 NYVSC
65,9	Kosir Ágnes	78 KSI
66,7	Dobi Gabriella	77 DMTE-DSI
67,7	Partos Anita	76 Esztergomi AC

800 m síkfutás

2:16,6*	Varga Judit	76 HVSE
2:18,2*	Ujlaki Ágota	76 Esztergomi AC
2:23,3*	Vukov Danijela	77 Sz MÁV MTE
2:23,4*	Mátyás Csilla	77 VEDAC
2:25,0*	Jó Alexandra	76 Győri Dózsa
2:25,7*	Nagy Erika	77 DMTE-DSI
2:26,7*	Kapin Ágnes	77 NYVSC
2:28,38	Kovács Réka	76 Kap. Építők
2:29,7*	Fazekas Ildikó	77 DiAC
2:33,7*	Kovács Judit	78 KSI
2:34,94	Kéri Krisztina	77 KSC
2:35,4*	Zombori Anett	77 Eger SE
2:35,7*	Németh Éva	77 FTC
2:36,3*	Wittmann Hedvig	78 Ikarus BSE
2:38,17	Szakács Enikö	77 KSI
2:38,4*	Árvai Eszter	77 Esztergomi AC
2:38,85	Kis Rabata Szimonetta	77 KSC
2:39,72	Szabó Katalin	76 KSC
2:40,0*	Rózsa Brigitta	78 KSI
2:40,23	Sándor Katalin	77 KSI

1500 m síkfutás

4:50,9*	Tusai Brigitta	77 Csepel
4:51,4*	Hajtó Erika	77 Csepel
4:52,2*	Pásztor Nikoletta	77 BEAC
4:55,36	Varga Judit	76 HVSE
4:59,0*	Nagy Katalin	76 DAC
5:00,9*	Ujlaki Ágota	76 Esztergomi AC
5:02,6*	Teveli Zsanett	78 Ujpesti TE
5:07,1*	Nagy Erika	77 DMTE-DSI
5:12,7*	Nagy Olga	76 Karcag
5:13,4*	Fehér Virág	77 PVSK
5:14,5*	Hecz Katalin	79 Kap. Építők
5:15,7*	Kiss Eszter	78 PVSK
5:16,6*	Bakonyi Zsuzsa	76 GEAC
5:17,0*	Berente Jolán	77 KSC
5:18,8*	Árvai Eszter	77 Esztergomi AC
5:20,6*	Hudi Zsuzsa	76 KSI
5:27,4*	Kovács Judit	78 KSI
5:29,8*	Zombori Anett	77 Eger SE
5:32,1*	Hengl Anett	77 PVSK
5:34,3*	Kocsis Zsuzsa	79 Soroksári TE

3000 m síkfutás

10:36,0*	Tusai Brigitta	77 Csepel
10:36,3*	Pásztor Nikoletta	77 BEAC
10:41,6*	Kövári Krisztina	77 Csepel
10:50,31	Teveli Zsanett	78 Ujpesti TE
10:50,65	Teveli Petra	79 Ujpesti TE
10:51,27	Antos Ágnes	79 Ujpesti TE
10:53,81	Jakab Bernadett	78 Ujpesti TE
11:02,0*	Stupián Mónika	76 VEDAC
11:23,9*	Berente Jolán	77 KSC
11:27,7*	Hudi Zsuzsa	76 KSI
11:33,9*	Fehér Virág	77 PVSK
11:44,2*	Árvai Eszter	77 Esztergomi AC
12:50,2*	Gergácz Réka	78 GEAC
12:50,7*	Kovács Ildikó	79 GEAC
12:55,1*	Kiss Ildikó	78 GEAC
13:01,6*	Gránicz Andrea	79 Soroksári TE
13:40,2*	Jakus Zsuzsanna	77 GEAC

60 m gátfutás - 76 cm

8,94	Győri Krisztina	79 Kap. Favorit
8,96	Bujtás Zsuzsa	76 Soproni SI
9,31	Pap Klára	76 Csepel
9,33	Berkes Mária	76 DMTE-DSI
9,33	Pávay Anikó	76 DMTE-DSI
9,40	Bernáth Andrea	77 NYVSC
9,40	Nagy Adrienn	77 DMTE-DSI
9,54	Molnár Anett	78 Kkfh. Honvéd
9,60	Czipó Gabriella	76 Kap. Építők
9,63	Enessey Andrea	78 DAC
9,65	Soós Csilla	77 Soproni SI
9,73	Biró Erika	79 M.óvár
9,75	Juhász Ivett	78 Kap. Favorit
9,93	Kovács Réka	76 Kap. Építők
9,96	Tóth Timea	77 Ikarus BSE
(Kézi)		
9,8	Zsigmond Nikoletta	79 Coglédi VSE
9,9	Mészáros Márta	79 DVSE

Távolugrás

5,51	Bujtás Zsuzsa	76 Soproni SI
5,48	Szemerédi Eszter	76 Olajbányász
5,32	Krukh Orsolya	78 Ujpesti TE
5,29	Kéri Krisztina	77 KSC
5,24	Kántor Andrea	77 NYVSC
5,21	Stráhl Gabriella	79 TÁSI
5,18	Kovács Réka	76 Kap. Építők
5,15	Láng Erika	77 DAC
5,13	Oláh Judit	78 Sz MÁV MTE
5,08	Monek Petra	77 KSC
5,07	Szakács Enikö	77 KSI
5,06	Kovács Barbara	78 Érdi VSE
5,05	Pintér Barbara	76 Olajbányász
5,05	Bimbó Emese	78 DiAC
5,04	Dobcsányi Tünde	78 Veresegyháza
5,03	Juhász Mónika	77 GEAC
5,00	Czipó Gabriella	76 Kap. Építők
4,97	Tasner Polett	78 KSC
4,96	Mészáros Ágnes	78 Szegedi Vasutas
4,94	Simon Katalin	77 KSC

Hármasugrás

11,36	Bujtás Zsuzsa	76 Soproni SI
10,22	Horák Nóra	76 FTC

Magasugrás

1,68	Györffy Dóra	78 BEAC
1,64	Szabó Katalin	76 KSC
1,64	Appelt Orsolya	78 ERDÉRT
1,63	Kántor Andrea	77 NYVSC
1,62	Biró Csilla	77 GEAC
1,60	Kovács Réka	76 Kap. Építők
1,60	Szakács Enikö	77 KSI
1,59	Kis Rabata Szimonetta	77 KSC
1,55	Nagy Zita	77 GEAC
1,55	Bertis Eszter	79 Pécsi AC.
1,55	Sándor Katalin	77 KSI
1,55	Szakonyi Márta	76 KSC
1,55	Szücs Judit	77 DiAC
1,54	Kéri Krisztina	77 KSC
1,50	Mészáros Márta	79 DVSE
1,50	Mikóczi Zsuzsa	78 Pécsi AC.
1,50	Horák Nóra	76 FTC
1,50	Golobokov Anna	77 FTC
1,50	Németh Krisztina	77 Ujpesti TE
1,48	Láng Erika	77 DAC
1,48	Szekeres Adrienn	77 Ikarus BSE

Súlylökés 4 kg

12,84	Kovács Réka	76 Kap. Építők
12,56	Kürti Éva	76 DMTE-DSI
12,52	Sugár Barbara	77 HVSE
11,97	Kerekesi Éva	77 Testvériség
11,90	Lambovics Mariann	76 Csepel
11,58	Irmes Erzsébet	77 Ikarus BSE
10,56	Lendvai Timea	77 AC Szekszárd
10,34	Horák Nóra	76 FTC
10,23	Kulcsár Timea	76 Pécsi AC.
9,72	Láng Erika	77 DAC
9,18	Szappanos Edina	77 Soroksári TE
9,01	Gránicz Marianna	76 Soroksári TE
8,94	Kántor Andrea	77 NYVSC
8,84	Szekeres Adrienn	77 Ikarus BSE
8,84	Szakonyi Márta	76 KSC
8,68	Kéri Krisztina	77 KSC
8,43	Salgó Rita	79 Pécsi AC.
8,29	Sándor Katalin	77 KSI
8,18	Kis Rabata Szimonetta	77 KSC
8,17	Szabó Katalin	76 KSC

1993. ÉVI VERSENYNAPTÁR

FELNŐTTEK

Május

22-23. Meghívásos ügyességi verseny (Bp.)
Gyalogló Budapest-bajnokság (Bp.)
29-30. Az UTE versenye,
Bajnokcsapatok Európa Kupája (Bp.)
31. Hungária Biztosító Kupa I. ford., a ZAC nemzetközi versenye (Zalaegerszeg)

Június

4. Az Európai Atlétikai Szövetség válogatott váltóviadala (Porthmouth)
6. Magyaro. - Olaszo. - Nagy-Britannia válogatott ügyességi viadal és meghívásos verseny (Bp.)
9. A Bp. Honvéd nemzetközi versenye (Bp.)
12-13. Férfi-női Európa Kupa B-döntő (Brüsszel)
15. IAAF Permit verseny, Hungária Biztosító Kupa II. ford. (Bp.)
19. Vidékbajnokság (Zalaegerszeg)
23. Az UTE versenye (Bp.)
26. Férfi 10.000 m-es Budapest-bajnokság (Bp.)
26-27. Országos junior bajnokság (Bp.)
30. A VEDAC dobóversenye (Veszprém)

Július

3. Dr. Papp Pál emlékverseny (Tapolca)
4. A ..... versenye (?)
10. Országos junior gyalogló bajnokság (Szeged)
10-11. Többpróba Európa Kupa B-döntő (Valladólid)
Budapest-bajnokság (Bp.)
14- Universiade (Buffalo)
17. Cseho. - Lengyelo. -Magyaro. válogatott viadal (Prága)
Hajdú-Bihar megye I. oszt. bajnoksága (Debrecen)
22. Magyaro. (22 é.) - Szlovákia - Horváto. - Ausztria - Wales - Szlovénia válogatott viadal (Veszprém)
25. Veszprém város nyílt bajnoksága (Veszprém)
31. A Komárom megyei ASz versenye (Tata)

Augusztus

5-6. Országos pályabajnokság (Hungária Biztosító Kupa III. ford.) (Bp.)
14. Balaton-bajnokság (Veszprém)
14-22. Világbajnokság (Stuttgart)
26. A VEDAC dobóversenye (Veszprém)
28. Szlovákia - Cseho. - Magyaro. - Románia - Görögo. - Lengyelo. válogatott viadal (Nyitra)
Országos junior gyalogló bajnokság (Békés)

Szeptember

3-5. Országos felnőtt és junior többpróba bajnokság (Bp.)
4. II. kalapácsvető találkozó (Veszprém)
Kelet Kupa
Hungária Biztosító Kupa döntő (Debrecen)
8. Az UTE versenye (Bp.)
11. Országos félmaratoni bajnokság, Nyíregyháza nemzetközi bajnoksága (Nyíregyháza)
15. A Haladás VSE dobóversenye (Szombathely)
AP - TS Co-MARK ugrógála, Magyaro. - Ukrajna - Nagy-Britannia - Oroszo. válogatott ugróviadal (Salgótarján)
Az UTE versenye (Bp.)
17. Hatvan város bajnoksága (Hatvan)
18. Minősítő verseny (Békéscsaba)
Ipoly-gála, nemzetközi gyalogló verseny (Balassagyarmat)
19. Kazi Aranka emlékverseny, Vasutas-bajnokság (Bp.)
22. A Haladás VSE dobóversenye (Szombathely)
23. A VEDAC dobóversenye (Veszprém)
25-26. Országos ügyességi CsB (Bp.)
26. Szlovákia - Cseho. - Magyaro. - Norvégia - Portugália - Görögo. válogatott gyalogló viadal (Gyügy)

Október

2. A Haladás VSE dobóversenye (Szombathely)
3. Országos maratoni bajnokság (Bp.)
6. Az UTE versenye (Bp.)
A Haladás VSE dobóversenye (Szombathely)
9. A Haladás VSE dobóversenye (Szombathely)
13. Az UTE versenye (Bp.)
16-17. Utcai futóverseny (Várpalota)
20-24. Bécs-Budapest szupermaratoni verseny
23. Országos 50 km-es gyalogló bajnokság (Ózd)

IFJÚSÁGIAK

Május

22-23. Országos váltóbajnokság (Bp.)
26. Középiskolások EK-rendszerű CSB-je (Bp.)
29. Gyalogló Budapest-bajnokság (Bp.)
29-30. Az UTE meghívásos versenye (Bp.)

Június

5-6. Diákolimpia (IV - V. korcsop.)(Tata)
12-13. Veszprém megye ifjúsági és serdülő bajnoksága (Veszprém)
13. Románia - Magyaro. (19 é.) válogatott viadal (Gyulafehérvár)
19. Várkupa nemzetközi gyalogló viadal (Bp.)

20. NB I -NB II CsB (Bp.)
26. Budapest nemzetközi ifjúsági bajnoksága (Bp.)
27. Paulinyi emlékverseny (Bp.)

Július

3-4. Országos ifjúsági és serdülő A-korosztályos bajnokság (Bp.)
10. Ausztria - Magyaro. - Svájc - Cseho. (19 é.) válogatott viadal (Bécs)
25. Veszprém város nyílt bajnoksága (Veszprém)
29-aug.1. Ifjúsági Európa-bajnokság (San Sebastian)

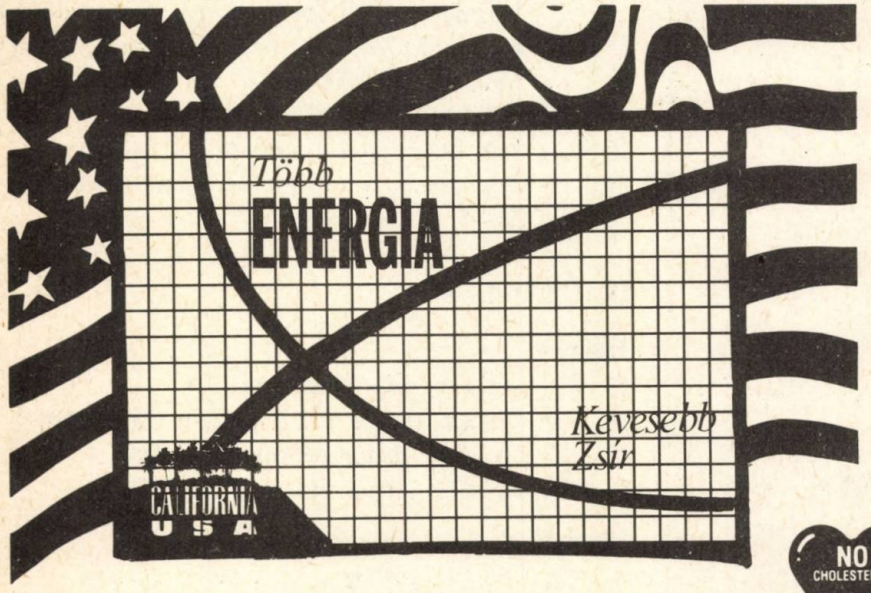
Augusztus

17-18. Ifjúsági és serdülő A-korosztályos Budapest-bajnokság (Bp.)
28. Olaszo. - Nagy-Britannia - Magyaro. (19 é.) válogatott viadal (Verona)

Szeptember

3-5. Országos ifjúsági és serdülő A-korosztályos többpróba bajnokság (Bp.)
4. A Zalakerámia ifjúsági és serdülő A-korosztályos versenye (Zalaegerszeg)
Magyaro. - Szlovákia válogatott dobóviadal (?)
5. Bakony Kupa (Pápa)
Németh Javelin gerlyhajító verseny (Kecskemét)
11. Bajoro. - Magyaro. (19 é.) válogatott viadal (?)
16. Országos kismaratoni bajnokság (Székesfehérvár)
17. Az UTE és a KSI versenye (Bp.)
18. Magyaro. - Lengyelo. - Szlovákia - Románia válogatott gyalogló viadal, Fiatalkorúak gyalogló CsB-je (Balassagyarmat)
25. Bajnokcsapatok Európa Kupája (?)

POWERLean™



KIZÁRÓLAGOS IMPORTŐR: HENDEL MARKETING
TELEFON-FAX: (34) 78-127

A SOK OLD ALÚ ERŐ

A MAGYAR ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG HIVATALOS SZÁLLÍTÓJA A TMS INC. PATAKI USA LABORATORIES

VERSENYKIÍRÁSOK

Országos junior pályabajnokság

1. A bajnokság célja:
A "Magyar Köztársaság 1993. évi junior bajnoka" címek eldöntése, s az ifjúsági korcsoportból kikerült versenyzők továbbfejlődésének elősegítése.

2. Helyszín és időpont:
Népstadion, 1993. június 26-27.
(10.000 m: Veszprém, 1993.május 15.)

3. Versenybíróság:
elnök: Gál László
elnökh.: Horváth István
techn.h.: Rózsa István
titkár: Pénzes Adrienn, Verseczy Zoltán

4. Résztvevők:
A bajnokságon az 1971-72- és 73-ban született versenyzők indulhatnak.

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

6. Nevezési határidő:
1993. június 21.

7. Díjazás:
A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi junior bajnoka" címet, a I-III. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.

8. Egyebek:
A verseny első napja a Budapesti Nemzetközi Ifjúsági Bajnoksággal közösen kerül lebonyolításra.

9. Időrend:

I. nap	Junior bajn.	Nemzetközi ifj. bajn.
14,00	magas női gerely ffi	rúd
14,50	ünnepélyes megnyitó	
15,00	110 m gát ief. súly női	
15,10		110 m gát ief. hármas ffi
15,25	100 m gát ief.	
15,35		100 m gát ief.
15,45	100 m ffi ief.	gerely ffi
15,55		100 m ffi ief.
16,05	100 m női ief.	
16,15		100 m női ief. súlylökés ffi
16,30	110 m gát döntő	
16,35	magas ffi távol ffi	110 m gát döntő
16,45	100 m gát döntő	
16,50		100 m gát döntő
17,10	1500 m ffi if.	gerely női
17,20	hármas női	1500 m ffi if.
17,30	1500 m női if. súly ffi	
17,40		800 m női
17,50	400 m ffi if.	
18,00		400 m ffi if. távol női
18,10	400 m női if.	diszkosz női
18,20		400 m női if.
18,30	3000 m akadály	3000 m akadály
18,45	4x100 m ffi	
18,50		4x100 m ffi
18,55	4x100 m női	
19,00		4x100 m női

II.nap		
16,00	400 m gát női if. diszkosz ffi hármas ffi	
16,15	400 m gát ffi if.	
16,30	800 m női if.	
16,45	800 m ffi if.	
17,00	200 m női ief. rúd	
17,15	200 m ffi ief.	
17,30	3000 m női if. kalapács diszkosz női	
17,45	távol női	
18,00	200 m női döntő	
18,10	200 m ffi döntő	
18,30	5000 m ffi if.	
19,00	4x400 m női	
19,15	4x400 m ffi	

Országos ifjúsági és serdülő A - korcsoportos pályabajnokság

1. A bajnokság célja:
A "Magyar Köztársaság 1993. évi ifjúsági/serdülő A-korcsoportos bajnoka" címek eldöntése, a teljes utánpótlás felmérése.

2. Helyszín és időpont:
Népstadion, 1993. július 3-4.

3. Versenybíróság:
elnök: Kindrusz Jolán
elnökh.: Kertész Péter
techn.h.: Varga Dénes
titkár: Geri Júlia, Csendes Erzsébet, dr. Tölg Molnár László

4. Résztvevők:
Az ifjúsági bajnokságon az 1974-75-ben, a serdülő A-korcsoportos bajnokságon az 1976-77-ben született versenyzők indulhatnak.

5. Nevezés:
A versenyzőket versenyszámonként, egyénileg kell nevezni. Azok a versenyzők nevezhetők, akik az általános előírásoknak megfelelnek és egyesületük a nevezési határidőig szabályszerűen benevezte őket. A nevezésen fel kell tüntetni a folyó évi legjobb eredményt, elérésének helyét és idejét.

6. Nevezési határidő:
1993. június 28.

7. Díjazás:
A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi ifjúsági/serdülő A-korcsoportos bajnoka" címet. Az I-III. helyezettek éremdíjazásban részesülnek. Az ifjúsági győztesek egy évig védik a versenyszám volt neves versenyzője által felajánlott vándordíjat.

8. Egyebek:
Egy versenyző naponta két versenyszámban indulhat, de ezek közül csak az egyik lehet közép-, illetve hosszútávfutó szám.
A magasságemeléseket a nevezések beérkezése után állapítjuk meg.

9. Időrend:

I. nap

11,30	magas	serd. "A" fiú
12,00	110 m gát (99 cm)	ifjúsági ief.
12,20	110 m gát (91 cm)	serd. "A" ief.
12,40	100 m gát (84 cm)	ifjúsági ief.
13,00	100 m gát (76 cm)	serd. "A" ief.
	gerely	ifjúsági női
	rúd	ifjúsági
	kalapács	serd. "A" (edzőp.)
	súly	serd. "A" leány
13,20	100 m	ifjúsági ffi ief.
13,40	100 m	serd. "A" fiú ief.
14,00	100 m	ifjúsági női ief.
14,20	100 m	serd. "A" leány ief.
14,40	110 m gát	ifjúsági döntő
14,50	110 m gát	serd. "A" döntő
15,00	magas	serd. "A" leány
	hármas	ifjúsági női *
	hármas	serd. "A" fiú **
	kalapács	ifjúsági (edzőp.)
	súly	serd. "A" fiú
15,15	100 m gát	ifjúsági döntő
15,25	100 m gát	serd. "A" döntő
15,35	100 m	ifjúsági ffi döntő
15,45	100 m	serd. "A" fiú döntő
15,55	100 m	ifjúsági női döntő
16,00	gerely	serd. "A" leány
16,05	100 m	serd. "A" leány döntő
16,15	400 m	serd. "A" fiú if.
16,35	400 m	serd. "A" leány if.
16,50	400 m	ifjúsági ffi ief.
17,00	távol	serd. "A" leány *
	hármas	ifjúsági ffi **
	diszkosz	ifjúsági női (edzőp.)
	súly	ifjúsági ffi
17,05	400 m	ifjúsági női ief.
17,15	1500 m	serd. "A" fiú if.
17,30	1500 m	serd. "A" leány if.
17,45	1500 m	ifjúsági ffi if.
18,00	1500 m	ifjúsági női if.
18,10	5000 m	ifjúsági ffi if.
18,30	2000 m akadály	serd. "A" if.
18,50	2000 m akadály	ifjúsági
19,00	400 m	ifjúsági ffi döntő
19,10	400 m	ifjúsági női döntő
19,20	5 km gyaloglás	serd. "A"+ ifj. női

II. nap

8,00	10 km gyaloglás	ifjúsági+ serd."A" fiú
9,00	gerely	serd. "A" fiú
	távol	serd. "A" fiú **
	távol	ifjúsági női *
	rúd	serd. "A"
	diszkosz	serd. "A" leány (edzőp.)
	súly	ifjúsági női
9,10	3000 m	serd. "A" leány if.
9,25	3000 m	ifjúsági ffi if.
9,30	magas	ifjúsági női
9,50	3000 m	serd. "A" fiú if.
10,05	3000 m	ifjúsági női if.
10,30	300 m gát (84 cm)	serd. "A" fiú ief.
10,45	300 m gát (76 cm)	serd. "A" leány ief.
11,00	200 m	ifjúsági ffi ief.
	diszkosz	serd. "A" fiú (edzőp.)
11,15	200 m	ifjúsági női ief.
11,30	200 m	serd. "A" fiú ief.
	magas	ifjúsági ffi
11,45	200 m	serd. "A" leány ief.
12,00	800 m	ifjúsági ffi if.
	távol	ifjúsági ffi
12,15	800 m	ifjúsági női if.
12,30	800 m	serd. "A" fiú if.
13,00	800 m	serd. "A" leány if.
	gerely	ifjúsági ffi
13,20	400 m gát (91 cm)	ifjúsági ffi if.
13,30	diszkosz	ifjúsági ffi (edzőp.)
13,35	400 m gát (76 cm)	ifjúsági női if.
13,55	300 m gát	serd. "A" fiú döntő
14,05	300 m gát	serd. "A" leány döntő
14,15	200 m	ifjúsági ffi döntő
14,25	200 m	ifjúsági női döntő
14,40	200 m	serd. "A" fiú döntő
14,50	200 m	serd. "A" leány döntő

* A disztribün előtti pálya
** A játékoskijáró előtti pálya

Megjegyzés: A második napi versenyeket lehetséges, hogy délután rendezzük. Ez esetben a megváltozott időrendet időben megküldjük az érdekelt egyesületeknek. (A versenyszámok napi elosztása nem változik!)

Országos serdülő B-korosztályos többpróba bajnokság

1. A bajnokság célja:
A sokoldalú képzés szintjének felmérése, az országos bajnoki címek eldöntése.

2. Helyszín és időpont:
Népstadion,

1993. július 5.	13 évesek	I. nap
	15 éves leányok	I. nap
1993. július 6.	14 évesek	I. nap
	13 évesek	II. nap
	15 éves fiúk	I. nap
	leányok	II. nap
1993. július 7.	14 évesek	II. nap
	15 éves fiúk	II. nap

3. Versenybíróság:

elnök: Jeszenszky Lászlóné
elnökh.: Löw Károlyné
techn.h.: Knapp László
titkár: Zavarkó Géza

4. Résztvevők:
A bajnokságon az 1978-ban (15 é), 1979-ben (14 é) és 1980-ban (13 é) született versenyzők indulhatnak.

5. Versenyszámok:
13-14 éves fiúk és leányok: ötpróba A,B,C variáció
15 éves fiúk: nyolcpróba
15 éves leányok: hatpróba
13-14 éves fiúk, leányok: egyéni és négy (+ egy) fős csapat (a csapatban mindhárom variációból kell szerepeljen legalább egy fő)
15 éves fiúk és leányok: egyéni és három (+ egy) fős csapat.

6. Nevezési határidő:
1993. június 21.

7. Helyezések eldöntése:
Az egyéni versenyben a vonatkozó szabályok szerint. Csapatversenyben az összpontszám dönt. Egyenlő pontszám esetén a jobb 4. (3.,2.) versenyző pontszáma dönt.

8. Díjazás:
A versenyszámok győztesei (csapatai) elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi serdülő B-korosztályos többpróba bajnoka" címet. Az I-III. helyezettek éremdíjazásban részesülnek.

9. Időrend:

I. nap

11,00	* 13 é.leány A var.	távol
	* 13 é.fiú A	távol
	* 13 é.leány C	súly
	* 13 é.fiú B	80 m gát
11,20	* 13 é.leány B	80 m gát
12,00	* 13 é.fiú C	súly
	13 é.fiú B	magas
	13 é.leány C	gerely
	13 é.fiú A	80 m gát
12,20	13 é.leány A	80 m gát
	13 é.leány B	magas
12,40	* 15 é.HATpr.	100 m gát
13,20	13 é.fiú C	gerely
13,30	13 é.fiú A	300 m
13,50	13 é.leány A	300 m
14,00	15 é.HATpr.	magas
14,10	13 é.leány C	80 m
	13 é.fiú B	gerely
	13 é.leány B	gerely
14,30	13 é.fiú C	80 m
15,00	15 é.HATpr	súly

II. nap

11,00	* 14 é.fiú B	100 m gát
	* 14 é.leány C	gerely
	13 é.fiú B	távol
	15 é.HATpr.	távol
	13 é.fiú A	súly
11,20	* 14 é.fiú A	100 m gát
11,40	* 14 é.leány B	80 m gát
11,50	14 é.fiú B	magas
12,00	* 14 é.leány A	80 m gát
	* 14 é.fiú C	gerely
	13 é.leány A	súly
12,20	* 15 é.NYOLCpr.	100 m
	13 é.fiú C	távol
	13 é.leány C	távol
	13 é.leány B	távol
12,40	14 é.leány C	100 m
13,00	13 é.fiú A	1000 m
	14 é.leány B	magas
	15 é.HATpr.	gerely
13,30	13 é.leány A	1000 m
	14 é.fiú A	távol
	13 é.fiú B	300 m
	15 é.NYOLCpr.	távol
	14 é.leány C	súly
14,00	13 é.leány B	300 m
	13 é.leány C	diszkosz
	14 é.fiú B	gerely
	14 é.fiú C	100 m
14,30	14 é.leány A	távol
14,40	14 é.fiú A	300 m
14,50	14 é.fiú C	súly
15,00	13 é.fiú C	diszkosz
	15 é.HATpr.	800 m
15,30	15 é.NYOLCpr.	súly
	14 é.leány B	gerely
16,00	14 é.leány A	300 m
17,00	15 é.NYOLCpr.	300 m

III.nap

11,00	14 é.leány A	súly
	14 é.leány C	diszkosz
	15 é.NYOLCpr.	100 m gát
	14 é.fiú B	távol
	14 é.leány B	távol
11,40	15 é.NYOLCpr.	magas
	14 é.fiú A	súly

12,30	14 é.fiú C	távol
	14 é.leány C	távol
	14 é.leány A	1000 m
12,45	14 é.fiú B	300 m
13,00	14 é.leány B	300 m
13,20	14 é.fiú A	1000 m
	15 é.NYOLCpr.	gerely
13,45	14 é.fiú C	diszkosz
14,30	15 é.NYOLCpr.	1000 m

A *-gal jelzett időpontok rögzítettek, a többi szám kezdési időpontja az indulók számától függően változhat.

Országos pályabajnokság

1. A bajnokság célja:
A "Magyar Köztársaság 1993. évi bajnoka" címek eldöntése, az atlétika minőségi színvonalának, s ezen keresztül az egyesületekben folyó nevelő munka lemérése, a bajnoki pontokkal a szakosztályok rangsorolása.

2. Helyszín és időpont:
Budapest, 1993. augusztus 5-6.

3. Bersenybíróság:
elnök: Rády Zoltánné
elnökh.: Lázár István
techn.h.: Rózsa István
titkár: Verseczy Zoltán, Tölg Molnár László

4. Résztvevők:
Azok a felnőtt, junior, ifjúsági és serdülő A-korcsoportos versenyzők, akik az általános előírásoknak megfelelnek (érvényes tagsági, sportorvosi) és egyesületük a nevezési határidőig szabályszerűen benevezte őket.

5. Nevezési szintek:
A szövetség a nevezők számától függően a rangsor figyelembevételével, a kultúrált lebonyolíthatóság érdekében csökkentheti az indulók számát.

6. Nevezési határidő:
1993. július 29.
10.000 m-re: 1993. május 7.

7. Díjazás:
A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi bajnoka" címet. Az I-III. helyezettek éremdíjazásban, a bajnokok tiszteletdíjban részesülnek.

8. Egyebek:
A kezdőmagasságokat a versenybíróság elnöke a helyszínen határozza meg. A bajnokságban a nemzetközi szabályokban előírt módon és követelményekkel, doppingellenőrzésen vesznek részt a versenyzők.

9. Időrend:

I. nap

17,00	110 m gát ief.	
	súly	női
	gerely	ffi
	hármas	női
17,15	100 m gát ief.	
17,30	100 m ief.	ffi
17,45	100 m ief.	női
18,00	110 m gát döntő	
18,15	100 m gát döntő	
18,30	100 m döntő	ffi
	magas	női
18,40	100 m döntő	női
	távol	ffi
	súly	ffi
18,50	1500 m if.	ffi
	gerely	ffi
19,05	1500 m if.	női
19,20	400 m if.	ffi
19,35	400 m if.	női
19,50	3000 m akadály	if.

II. nap

14,45	kalapács	
15,30	rúd	
16,00	400 m gát if.	ffi
	távol	női
	diszkosz	női
16,15	400 m gát if.	női
16,30	200 m ief.	ffi
16,45	200 m ief.	női
	magas	ffi
17,00	800 m if.	ffi
17,15	800 m if.	női
17,30	200 m döntő	ffi
17,40	hármas	ffi
	diszkosz	ffi
17,45	200 m döntő	női
18,00	3000 m if.	női
18,25	5000 m if.	ffi

Országos többpróba bajnokság (felnőtt, junior, ifjúsági és serdülő A-korosztály)

1. A bajnokság célja:
A "Magyar Köztársaság 1993. évi többpróba bajnoka" címek eldöntése.

2. Helyszín és időpont:
Népstadion, 1993. szeptember 3-5.

3. Versenybíróság:
elnök: Baráth Béla
elnökh.: Rády Zoltánné
techn.h.: Petrillák Gábor
titkár: Verseczy Zoltán, Cseh Krisztina

4. Résztvevők:
Azok a versenyzők indulhatnak, akiket az egyesületük a versenyre szabályszerűen benevez és megfelelnek az általános előírásoknak. A felnőtt bajnokságra nevezhető mind a négy korcsoportba tartozó versenyző. A junior bajnokságon csak 1971-73-ban születettek kerülnek értékelésre. Az ifjúságiak között csak az 1974-75-ös születésűek indulhatnak, a serdülő A-korcsoportban csak az 1976-77-ben született versenyzők vehetnek részt. A női felnőtt, junior, ifjúsági korcsoportok együtt versenyeznek (azonos feltétel). Értékelés összevontan is.

5. Versenyszámok:
Férfi felnőtt tízpróba egyéni (felnőtt feltételekkel)
junior tízpróba egyéni és hármas csapat (feln. felt.)
ifjúsági tízpróba egyéni és hármas csapat (feln. felt.)
serd. A tízpróba egyéni és hármas csapat (feln. felt.)
Női felnőtt hétpróba egyéni (feln. felt.)
junior hétpróba egyéni és hármas csapat (feln. felt.)
ifjúsági hétpróba egyéni és hármas csapat (feln. felt.)
serd. A hétpróba egyéni és hármas csapat (feln. felt.)

6. Nevezés:
A versenyzőket egyénileg kell nevezni. A nevezéseket versenyszámra bontva kell megadni (pl. felnőtt 10 pr.: Tóth, Kiss, Szabó, Nagy), azaz meg kell határozni, hogy melyik korcsoport versenyén indul.

7. Nevezési határidő:
1993. augusztus 27.

8. Díjazás:
A győztesek elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi tízpróba/hétpróba bajnoka/ bajnokcsapata" címet. Az I-III. helyezettek érdemdíjazásban részesülnek.

9. Időrend:
Csak a kezdési időpontokat adjuk meg. A többi versenyszám kezdési ideje az indulók számától függően a helyszínen kerül megállapításra.

I. nap

11,00	100 m gát
11,30	100 m

II. nap

10.00	távol
	110 m gát
10.30	100 m gát
11.00	100 m ifj.
11.30	100 m serd. A

III. nap

10.30	távol
	110 m gát ifj.
11.00	110 m gát serd. A

I.nap kezd:
férfi felnőtt+junior - női felnőtt+junior+ifjúsági
II.nap kezd:
férfi ifjúsági +serd. A fiú - leány serd. A

Országos félmaratoni bajnokság

1. A bajnokság célja:
A magyar bajnoki címek eldöntése.

2. Helyszín és időpont:
Nyíregyháza, 1993. szeptember 11.
(A bajnokságot a MASz megbízásából az NYVSC rendezi. A részletes tudnivalókat a rendezők elküldik az érintetteknek.)

3. Versenybiróság:
elnök: Kiss Ernő
elnökh.: Kindrusz Jolán
techn.h.: Nagy Gábor
titkár: Hargitai Józsefné

4. Versenyszámok:
Férfi felnőtt egyéni és hármas csapat
junior egyéni és hármas csapat
ifjúsági egyéni és hármas csapat
Női felnőtt egyéni és hármas csapat
junior egyéni és hármas csapat

5. A bajnokság résztvevői:
A bajnokságon azok a versenyzők vehetnek részt, akiket a szakosztályok beneveztek és érvényes igazolással rendelkeznek. Egy szakosztály számonként több csapatot is nevezhet. A versenyen mindenki csak abban a korosztályban versenyezhet, ahová benevezték. Tehát csapatértékelésnél is csak ott vesszük figyelembe!

6. Díjazás
Az egyes versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi félmaratoni bajnoka (csapatbajnoka)" címet. Az I-III. helyezett egyéni és csapathelyezettek érdemdíjazásban részesülnek.

7. Egyebek:
Minden egyéb kérdésről (kezdési időpont, nevezési határidő, szállás stb.) a rendezők által kiadott ismertető ad tájékoztatást.

Országos serdülő B-korcsoportos egyéni bajnokság

1. A bajnokság célja:
A serdülő B-korcsoport legtehetségesebb versenyzőinek lehetőséget biztosítani, hogy megküzdhessenek az országos bajnoki címért, s a bajnoki szereplésen keresztül felmérni az egyesületekben folyó oktató-nevelő munka színvonalat.

2. Helyszín és időpont:
Népstadion, 1993. szeptember 11-12.

3. Versenybíróság:
elnök: dr. Albert Albert
elnökh.: Losonczi László
techn.h.: Rózsa István
titkár: Rózsa Istvánné, Palágyi Andrea

4. A bajnokság rendszere:
A bajnokság évfolyamos, versenyszámonként különkülön avatnak bajnokot. Mind az ügyességi, mind a futószámokban évfolyamonként rendezik a döntőt.

5. Résztvevők:
A bajnokságon az 1978-,79- és 80-ban született versenyzők vehetnek részt, akiket az egyesületük szabályszerűen benevez és rendelkeznek érvényes igazolással és sportorvosi engedéllyel.

6. Nevezési határidő:
1993. szeptember 6.

7. Díjazás:
A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi serdülő B-korosztályos bajnoka" címet. Az I-III. helyezettek érdemdíjazásban részesülnek.

8. Egyebek:
Egy versenyző naponta indulhat:
- 2 ügyességi számban, vagy

- 1 ügyességi és 1 futószámban (300 m-ig)
- 1 futószámban (300 m-nél hosszabb, ill. 300 m gát)

9. Időrend:

I.nap

10,30	3 km gyaloglás	leány	13 éves	
11,05	3 km gyaloglás	leány	14	
11,20	5 km gyaloglás	leány	15	
12,00	80 m ief.	fiú	13	
	távol	leány	13	("A" pálya)
	távol	fiú	14	("B" pálya)
	rúd		13-14	
	gerely	fiú	15	
	diszkosz	leány	14	(edzőpálya)
	súly	fiú	13	
	magas	leány	14	
12,15	80 m ief.	leány	13	
12,30	100 m ief.	fiú	14	
12,45	100 m ief.	leány	14	
13,00	100 m ief.	fiú	15	
13,15	100 m ief.	leány	15	
13,30	80 m döntő	fiú	13	
	súly	leány	13	
13,35	80 m döntő	leány	13	
13,40	gerely	leány	15	
	diszkosz	fiú	14	
	100 m döntő	fiú	14	
13,50	100 m döntő	leány	14	
	távol	leány	15	("A" pálya)
	távol	fiú	15	
14,00	100 m döntő	fiú	15	
14,10	100 m döntő	leány	15	
	magas	fiú	13	
14,20	800 m if.	fiú	14	
14,35	800 m if.	leány	14	
14,50	1500 m if.	fiú	15	
15,05	1500 m if.	leány	15	
15,20	600 m if.	fiú	13	
	gerely	fiú	13	
	súly	leány	15	
15,35	600 m if.	leány	13	
15,40	kalapács		14	(edzőpálya)
15,50	100 m gát (91) ief.	fiú	15	
16,05	100 m gát (76) ief.	leány	15	
16,10	magas	fiú	15	
16,20	80 m gát (76) ief.	leány	14	
16,40	400 m if.	fiú	15	
16,55	400 m if.	leány	15	
17,00	gerely	leány	13	
	súly	fiú	15	
17,10	1000 m akadály if.		14	
17,25	80 m gát döntő	leány	14	
17,35	100 m gát döntő	leány	15	
17,50	100 m gát döntő	fiú	15	

II.nap

8,00	5 km gyaloglás	fiú	13	
8,30	8 km gyaloglás	fiú	14	
9,15	8 km gyaloglás	fiú	15	
10,00	80 m gát (76) ief.	fiú	13	
	magas	leány	15	
	diszkosz	fiú	15	(edzőpálya)
	rúd		15	
	távol	fiú	13	
	gerely	leány	14	
	súly	fiú	14	
10,15	80 m gát (76) ief.	leány	13	
10,30	100 m gát (84) ief.	fiú	14	
10,45	200 m ief.	fiú	15	
11,00	200 m ief.	leány	15	
11,20	80 m gát döntő	fiú	13	
11,30	80 m gát döntő	leány	13	
11,40	100 m gát döntő	fiú	14	
11,50	200 m döntő	fiú	15	
11,55	diszkosz	leány	15	(edzőpálya)
	gerely	fiú	14	
	súly	leány	14	
12,00	200 m döntő	leány	15	
	magas	leány	13	
	távol	leány	14	
12,10	1500 m akadály		15	
12,25	300 m if.	fiú	13	
12,35	300 m if.	leány	13	
12,50	300 m if.	fiú	14	
13,05	300 m if.	leány	14	
13,20	800 m if.	fiú	15	
13,35	800 m if.	leány	15	
	diszkosz	fiú	13	
	kalapács		15	(edzőpálya)
13,50	2000 m if.	fiú	13	
14,10	2000 m if.	leány	13	
	hármas	fiú	15	
	magas	fiú	14	
14,30	3000 m if.	fiú	14	
14,55	3000 m if.	leány	14	
	diszkosz	leány	13	
	kalapács		13	(edzőpálya)
15,10	3000 m if.	fiú	15	
15,35	3000 m if.	leány	15	
15,50	300 m gát (76) if.	fiú	15	
16,05	300 m gát (76) if.	leány	15	

Országos serdülő B-korosztályos ügyességi és gátfutó csapatbajnokság

1. A bajnokság célja:
Az 1993. évi gátfutó, illetve ügyességi bajnokcsapat címek eldöntése. A szakosztályoknak lehetőséget adni arra, hogy a fiatalok sokoldalú képzését színvonalas verseny keretében felmérhessék.

2. Helyszín és időpont:
Népstadion, 1993. szeptember 25-26.

3. Versenybíróság:
elnök: Rab József
elnökh.: Molnár István
techn.h.: Varga Dénes
titkár: Pénzes Adrienn

4. Résztvevők:
A szakosztályok 1978-,79- és 80-ban született versenyzőiből összeállított és benevezett csapat. Versenyszámonként két csapat is indítható. Csapatonként egy tartalék is nevezhető a négy főn kívül. Csak az a csapat értékelhető, melynek négy tagja eredményt ér el. Két csapat indítása esetén, amennyiben nem külön-külön adják meg a csapatokat, úgy a legjobb négy versenyző eredményét számolják egy csapatnak, s a további négy legjobb versenyző alkotja a második csapatot. Egy versenyző naponként legfeljebb két számban indulhat. A 13 évesek a rájuk vonatkozó szabályok betartásával állhatnak rajthoz.

5. Versenyszámok:

	fiúk	leányok
I.nap	100 m gát (91), magas, diszkosz, gerely (600), távol	100 m gát (76), távol, súly (3)
II.nap	rúd, súly (4), kalapács (4), 300 m gát (76)	magas, diszkosz, gerely, 300 m gát (76)

6. Nevezés:
A nevezéseket a csapattagok megnevezése nélkül kell beküldeni. A csapattagokat a jelentkezéskor leadott versenyjegyzőkönyvben kell megadni, a születési évek feltüntetésével.

7. Nevezési határidő:
1993. szeptember 11.

8. Holtversenyek eldöntése:
Egyenlő csapatátlag esetén az a csapat végez előbb, melynek a negyedik embere jobb eredményt ér el.

9. Díjazás:
A versenyszámok győztes csapatai elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi serdülő B-korosztályos ügyességi/gátfutó csapatbajnoka" címet. Az I-III. helyezett csapatok éremdíjazásban részesülnek.

Országos felnőtt nyílt ügyességi csapatbajnokság

1. A bajnokság célja:
A "Magyar Köztársaság 1993. évi ügyességi bajnokcsapata" cím eldöntése, a szakosztályoknak lehetőséget adni, hogy a felnőtt és fiatalkorú versenyzőiket egy csapatban versenyeztessék.

2. Helyszín és időpont:
Népstadion, 1993. szeptember 25-26.

3. Versenybíróság:
elnök: Rab József
elnökh.: Molnár István
techn.h.: Varga Dénes
titkár: Pénzes Adrienn

4. Résztvevők:
A szakosztályok négyfős csapatai, melyekben legalább két felnőttkorú 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:
1993. szeptember 11.

6. Versenyszámok:

	I.nap	II.nap
férfi	távol, rúd, magas, diszkosz	hármas, súly, gerely, kalapács
nők	távol, súly, gerely	hármas, magas, diszkosz

7. Díjazás:
A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi felnőtt bajnokcsapata" címet. Az I-III. helyezett csapatok éremdíjazásban részesülnek.

8. Egyebek:
- Időrend a nevezések beérkezése után készül.
- A versenyen a jelentkezés előre kitöltött jegyzőkönyv leadásával történik.
- Bevezetés a versenyszám kezdete előtt 20 perccel.
- A verseny a serdülő B-korosztályos ügyességi és gátfutó CsB-vel együtt kerül lebonyolításra.

Országos kismaratoni bajnokság

1. A bajnokság célja:
Az 1993. évi bajnoki címek eldöntése, a hosszútávfutás fejlesztése.

2. Helyszín és időpont:
Székesfehérvár, 1993. október 16.

3. Versenybíróság:
elnök: Verseczy Zoltán
elnökh.: Császár György
techn.h.: Siklósy Péter
titkár: Pokrovenszky Lászlóné

4. Résztvevők:
Az egyes korcsoportokban a korcsoportnak megfelelő korú versenyzők. Minden versenyző csak a saját korcsoportjában indulhat.

5. Versenyszámok:

		fiúk	leányok	csapat
ifjúsági		-	15 km	4 fő
serdülő "A"		15 km	10 km	4 fő
serd."B"	15 é.	10 km	8 km	4 fő
	14 é.	10 km	8 km	4 fő
	13 é.	6 km	6 km	4 fő

6. Nevezés:
A versenyzőket egyénileg kell nevezni a Fejér megyei Atlétikai Szövetséghez (8000 Székesfehérvár).

7. Nevezési határidő:
1993. október 4.

8. A csapatverseny eldöntése:
A csapatversenyt a csapattagok időeredményeinek összeadásával értékelik. Az a csapat a győztes, amelyik összideje a legkisebb összidőt ért el. Azonos csapatidő esetén a jobb negyedik (harmadik, második) versenyző dönt.

9. Díjazás:
A versenyszámok győztesei elnyerik a "Magyar Köztársaság 1993. évi kismaratoni bajnoka" címet. Az I-III. helyzettek éremdíjazásban részesülnek.

10. Egyebek:
A versennyel kapcsolatos minden tudnivalót (időrend, szállás, étkezés) a rendező által kiadott ismertető tartalmazza.

OLVASÓI LEVÉL

Tisztelt Szerkesztőség!

Bár az 1992-es év ranglistája előtt a készítők elnézést kértek az esetleges hibákért, azért én mégis szót kérnék ez ügyben.
Egyszerűen nem tudom megérteni, hogy egy számítógépes programmal miért nem lehet rögtön a verseny után regisztrálni az eredményeket. Ez a lista az évadnyitó versenytől kezdve az évadzárásig folyamatosan bővülne, az év végén pedig egyszerűen le kellene zárni a listát.
A nevekről és egyesületekről pedig az lenne a javaslatom, hogy ne az azonos adatokat keressék, hanem a legjobb 50 elért időt. Így elkerülhető lenne az olyasfajta tévedés, mint amilyen az én esetemben is jelentkezett.
A főiskolás bajnokságon 2. lettem 3000 m-es akadályon (9:52,89) és bronzérmet szereztem 10000 m-en (34:08) még a TFSE színeiben. Mivel júniusban államvizsgáztam a TF-en, őszre már nem voltam igazolt versenyző, a Tatai Tömegsport Egyesület amatőr tagja lettem és ennek a klubnak a színeiben futottam a Rank Xerox maratonin, ahol 2:44,10-zel lettem 17. Sajnos meglepődve és elkeseredve tapasztaltam, hogy egyik eredményem sem szerepel a ranglistán, holott mindháromnak kellene.
Egyébként több futótársammal beszélgettünk a ranglistáról és rövid idő alatt 10-15 hiányt fedeztünk fel. El sem merem képzelni a többiek (az igazán jó eredményt produkáló atléták) véleményét.
Úgy érzem, a fent említett súlyos hibák miatt az 1992. évi ranglista elvesztette objektivitását és valós voltát, ebből következően használhatatlan.
Nem tudom az igazán jó megoldást (talán pótolni kellene az elmaradt eredményeket), de a jövőben a lehető legkorrektebbé kellene tenni az eredmények feldolgozását!

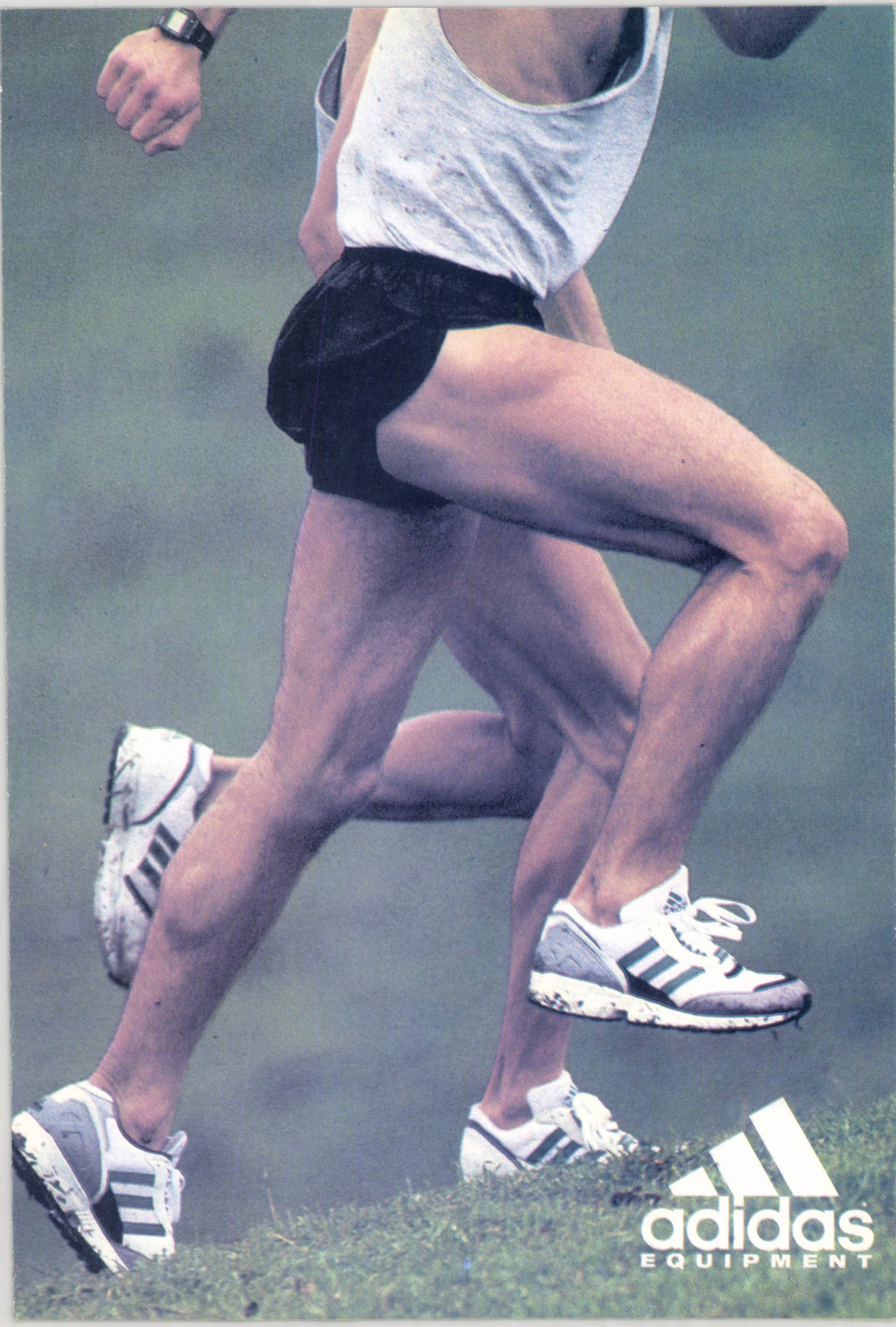
Bízva a pozitív változásokban,
sporttársi üdvözlettel:

Kovács András
(futó-testnevelő)

* * *

Levélírónknak bizonyára igaza van, s magam is remélem, hogy a Szövetség mielőbb megtalálja a korrekt, pontos számítógépes adatnyilvántartás és ranglistakészítés módját. Persze ebben a kluboknak, szakosztályoknak is több segítséget kell nyújtani, ugyanis a pontatlan, késve küldött jegyzőkönyvekkel igen nehéz az eredmények hiteles számbavétele, a hibátlan (ha egyáltalán van ilyen) korosztályos ranglisták elkészítése.
Egyébként gratulálunk levélírónk, illetve versenyzőinek a diákok országos mezei bajnokságán elért sikeréhez.

A szerk.


adidas
EQUIPMENT

A SZERENCSE IDŐBEN ÉRKEZIK...

SZERENCSEJÁTÉK RT.