



atlétika 2002

NOVEMBER/DECEMBER

ATLÉTIKAI SZÖVETSÉG LAPJA

RENNER WEIS EGYETEM

Magyar Tudományi Kar (TF) Könyvtár

Raktári jelzés

40-515



RÁBOLD GUSZTÁV
a Magyar Atlétikai Szövetség
újonnan megválasztott elnöke



GÉCSEK TIBI
búcsút vett
a dobókörtől



46. ÉVFOLYAM 11-12. SZÁM

ÁRA: 364 Ft

A MASZ kizárólagos internetszolgáltatója

FLATRON *Plasma*

FLATRON *Plasma*

A Magyar Atlétikai Szövetség Kiemelt Főtámogatója



LG

A TARTALOMBÓL

Tájékoztató a MASZ gazdálkodásáról3
Gondolatok a 2002. évi
atlétikai idény kapcsán5

Versenyről-versenyre10

Műhely

Az erőfejlesztés módszerei28

Portré

Régi idők bajnoka33

Látogatás az Ikarus BSE-nél37

Beszélgetés Kálovics Anikóval39

Névjegy

Gécsek Tibor visszavonult41

Simon Dénes

még Iharossal is futott együtt45

A Héraklész-program egy éve47

A svéd szárnyalás titka49

História

Atléta a MOB alapító tagjai között51

Magyar szabadtéri ranglista62

Világranglista (2002)68

Fedett pályás országos rekordok72

A címlapfotó Uzsocki János munkája.

Előfizethető a hírlapkézbesítőknél és a Hírlap-előfizetési irodában (Budapest, XIII. Lehel u. 10/a, levélcím: HELIR, Budapest 1900), ezen kívül Budapesten a Magyar Posta Rt. Hírlapüzletági Igazgatósága területi ügyfélszolgálati irodán, vidéken a postahivatalokban.

ATLÉTIKA

A Magyar Atlétikai Szövetség lapja
(1146 Budapest, Hermina u. 17.)

Főszerkesztő:

Krasovec Ferenc

Tel.: 487-92-35

E-mail:

marika@mail.hupe.hu

Szerkesztőbizottság:

Csiki György; dr. Istenes Vilmos,
Kovács Sándor; Pignitzky Péter;
Szabó Gábor; dr. Takács László

Felelős kiadó: Rábold Gusztáv

ISSN 0571-799x

MASZ

Telefon: 471-9654, fax: 471-9643

E-mail: masz@axelero.hu

Internetcím: www.masz.hu

Rábold Gusztáv

PROGRAMBESZÉDE

a MASZ tisztújító közgyűlésén

Tisztelt Közgyűlés!

Programom ismertetése előtt lényeges elvként rögzíteni szeretném, hogy a MASZ tevékenységében is érvényesülnie kell annak a kormányzati elképzelésnek – amellyel maximálisan azonosulni tudok –, hogy a sport jogszerű gazdálkodási és működési rendjét főként az önkormányzó sportszervezetek érdekeltsége és felelős autonómiája szolgálja, nem pedig a központi irányítás. A sportnak, így az atlétikának is következetesen a helyi társadalmi szintekre kell kerülnie.

E rövid bevezető után, néhány gondolatban felvázolom azokat az elképzeléseimet, melyek megvalósítása pozitív, érzékelhető változásokat hozhatnak a magyar atlétika szakmai, gazdasági és szervezeti életében.

1. Támogatási rendszer

- Meg kell szüntetni azt az ellentmondásos állapotot, hogy amíg a sportág kiemelkedő műhelyei, szakemberei és tehetségei lépést tartanak a világ élvonalával, addig a magyar atlétika vezetése felelőtlen gazdálkodással, irracionális elképzeléseivel mind szakmailag, mind pénzügyileg a működésképtelenség határára juttatta a sportágat.

A Magyar Atlétikai Szövetségnek – amint ez a MASZ alapszabályaiban is szerepel – tagszervezeteinek tevékenységét összehangolva, ezek munkáját segítve kell ellátnia feladatát. Önök, a MASZ tagszervezeteinek képviselői, a létezés határán egyensúlyozva mindent megtesznek annak érdekében, hogy az atlétika talpon maradjon. Ebben a nehéz helyzetben a Magyar Atlétikai Szövetség vezetőinek az az elsődleges feladata, hogy az egyesületeken, szakosztályokon, műhelyeken keresztül támogassák az Önök munkáját, megtegyenek mindent annak érdekében, hogy minél zavartalanabban végezhessek tevékenységüket.

A támogatás a szakosztályi pontversenyben elfoglalt helyezések alapján történne. Elképzelésem szerint az eddigi szempontok mellett a pontverseny figyelembe venné a ranglistán elért eredményeket, a versenyeken elindult és eredményt elérő versenyzők számát, stb, stb... Az éves állami támogatás ezen értékelve alapján, a Magyar Olimpiai Bizottság által biztosított támogatás a MOB által meghatározott szempontok szerint kerülne céltámogatásként, illetve műhelytámogatás címén az egyesületekhez, szakosztályokhoz. Meggyőződésem, hogy a szakosztályok felelősségük teljes tudatában tudják leghatékonyabban felhasználni a rendelkezésükre álló pénzeszközöket, ismerte a szakosztály minden egyéb anyagi lehetőségeit, gondolok itt a helyi önkormányzatok támogatására, a szponzori bevételekre, a versenyzők jövedelmi helyzetére, egyéni szponzoraira, ösztöndíjakra, a Héraklész-program edzői díjazására, a NAP koordinátori juttatásra, egyéb vállalkozásból származó bevételekre, stb, stb...

- A központi pénzek ilyen formában történő leosztása biztosítja a szakosztályok, műhelyek számára a támogatások átláthatóságát, egyben mentesíti a MASZ Iroda ilyen irányú leterheltségét.

2. Szakmai programok

- Évek óta csak egy évre szóló, tűzoltást szolgáló szakmai program készül. Ezért szükség van az egész atlétikát átfogó, több évre szóló – legalább egy olimpiai ciklust magában foglaló – szakmai koncepcióra.

- A NAP-program költségvetésének átcsoportosítása elengedhetetlenül szükséges a hatékony működés feltételeinek biztosítása érdekében. Az ezen a területen elvégzett munka ellenőrzésének módját meg kell találni. Ugyancsak megoldásra vár a NAP-iskolák egyesülethez történő kötődésének formája.

- A Héraklész-program a szakemberekkel történő konzultációk alapján feltétlenül „finomításra” szorul.

- A magyar atlétikába bármilyen címen befolyó pénzügyi támogatásra szükség van, de az már nem lehet közböcs senki számára, hogy hová, kinek, milyen célból folyik az ki.

• Egyéb, megoldásra váró szakmai feladatok

Azokban a versenyszámokban, ahol nem rendelkezünk megfelelő létszámú minőségi eredményt produkáló utánpótláskorú atlétával (sajnos ez majdnem minden szakágban előfordul!), az eddiginél jóval nagyobb figyelmet kell fordítani a kiválasztásra és a támogatásra. Minden lehetőséget meg kell teremteni az atlétika tömegbázisának növelésére.

- Végül, de nem utolsósorban kiemelten kezelendő feladat az edzőképzés – továbbképzés feltételeinek biztosítása.

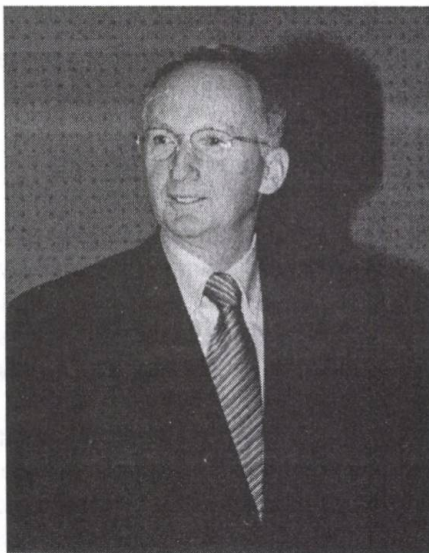
3. Orvosi háttér

- Felmerül a kérdés, hogy ki mit ért orvosi háttér alatt? Ebben a témában nem vagyok kellőképp tájékozott, de azt már most kijelenthetem, hogy

meg kell találni azt a pontot, ameddig vállalható az élversenyzők orvosi ellátásának finanszírozása. Feltétlenül szükséges viszont a tehetséges, a korosztályában nemzetközi szintet elérő fiatal versenyzőkkel való fokozottabb törődés.

*

A MASZ feladatainak minél igényesebb ellátása érdekében meg kell újítani a szövetség szakmai vezetését, olyan szervezeti felépítést kell kialakítani, melynek keretein belül mindenki meghatározott munkakörrel, teljes felelősséggel végezheti a munkáját. E munka sikeréért egy főfoglalkozású szakmai vezetőnek egy személyben kellene felelnie.



Fotó: Szlavicssek

Rábold Gusztáv

4. Az átigazolási szabályzat módosítása

- Nevelési díjat lenne szükséges megállapítani az elért eredmények alapján, a régi egyesületben eltöltött évek figyelembevételével.

- Meghatározott ideig az átigazolt versenyző után járó központi támogatást bizonyos arányban fel kellene osztani a volt és az új egyesület között, de természetesen más megoldások is elképzelhetők.

5. A versenyrendszer megreformálása, a nemzetközi versenyek kérdése

- Meg kellene szüntetni a világversenyeken nem szereplő bajnokságokat a felnőtt korosztályban.

- Olyan versenyeket kellene rendezni – elsősorban az utánpótlást biztosító korosztályokban –, amelyek csapatverseny formájában, regionális szinten tömegeket megmozgatva, országos döntővel fejeződnek be.

- Nagy nemzetközi versenyek rendezése a MASZ keretein belül csak abban az esetben indokolt, ha az a magyar atlétikának erkölcsi sikert és anyagi hasznot hoz. Minden más esetben csak szerződésben rögzített, állami garanciával vállalható fel világ- vagy kontinentális bajnokság rendezése.

6. Beruházások, felújítások

Minden régióban szorgalmazni kell a műanyag pályák építését. Az önhibájukon kívül hátrányos helyzetben lévő régiókban szükség van a felzárkóztató támogatásra.

7. Marketing-stratégia – új támogatók bevonása

- Meg kell teremteni annak a feltételeit, hogy a magyar atlétika eladható sportággá váljék, eladható versenyekkel, eladható versenyzőkkel.

- Feltétlenül javítani kell a médiával való kommunikáción, kapcsolattartáson. Rendszeresen sajtótájékoztatókat kell a sikerek és kudarcok után tartani egyaránt.

- Sok tízmilliós új támogatók bevonását nem ígérem, de a rendelkezésemre álló kapcsolatrendszerrel, a magyar atlétika múltjával és eredményeivel, rendezett gazdasági viszonyok mellett nem jelenthet gondot számomra újabb szponzorok megnyerése az atlétika számára.

8. A MASZ területi (regionális) szövetségeinek, különböző bizottságainak jogi státusát, szerepét, feladatát minél előbb tisztázni kell, a finanszírozási lehetőségek végleges meghatározása érdekében.

9. MASZ Iroda, NAP Iroda

• A MASZ jelenlegi gazdasági helyzete feltétlenül válságkezelést igényel. Készíteni kell egy konszolidációs tervet, majd ezt követnie kell egy koncepcionális tervnek. Ezek kidolgozásához szükséges az eddigi gazdálkodás teljes körű átvilágítása.

• Megítélésem szerint mindkét iroda nagyobb költségvetéssel dolgozik, mint az indokolt lenne. A felelőtlenül és szakmailag értékelhetetlen módon

működő MASZ Iroda tevékenységét felül kell vizsgálni.

• A NAP Iroda költségvetését is megkérdőjelezem, mivel a programon belül végzett tevékenysége – tekintettel a koordinátorok által ellátott feladatokra – nem indokolja ekkora pénzüsszeg felhasználását.

• Az átlátható, tiszta, racionális gazdálkodás természetesen a létszám-gazdálkodással együtt járó személyi változásokat is megköveteli.

Úgy érzem, hogy az ismertett szakmai elképzeléseim egy menedzser típusú szemléletet tükröznek. A programomban foglaltak megvalósításához kellő alapot nyújthat az atlétikában versenyzőként és sportvezetőként eltöltött 24 év, valamint egy állami vállalatnál, egy gazdasági társaságnál, illetve több ipari szövetkezetnél, közép és felső szintű gazdasági vezetőként eltöltött 25 év alatt szerzett tudás és tapasztalat.

TÁJÉKOZTATÓ A MASZ GAZDÁLKODÁSÁRÓL

A MASZ elnöksége június 12-i ülésén felkért, hogy elnökségi biztосként vizsgáljam meg a szövetség elmúlt évi gazdálkodását, állapítsam meg, hogy a jelentős összegű, a 2001. évi mérleg szerinti 138 millió forint veszteség miből keletkezett. A vizsgálat elsősorban a 2001. május 1.-2002. június 30.-a közötti időszakra terjedt ki.

A rendelkezésre álló dokumentumokból megállapítható, hogy a MASZ pénztárában és bankszámláin (forint és valuta) 2001. január 1-jén együttesen 186,7 millió forint állt rendelkezésre. Ezt követően lépett életbe az új sporttörvény, melynek alapján 2001. március 31.-éig kellett a szövetségeknek képvisleti szervüket (elnökség) tisztségükben megerősíteni, vagy új személyeket választani a különböző funkciókra, ugyanakkor el kellett fogadni az új alapszabályt, valamint a törvényben előírtakat. Ezek között szerepelt többek között a szövetség tárgyévi költségvetésének, pénzügyi tervének az elfogadása is, amire nem került sor. Ugyancsak nem került az alapszabályba, hogy ez a jövőben közgyűlési hatáskörben tárgyalandó napirend, hanem azt meghagyta – szabálytalanul – az elnökség hatáskörében. Erre hivatkozással, vagy utólagos magyarázkodással a 2001. évi költségvetés nem került időben jóváhagyásra. Közben, mint ismeretes, személyi változások voltak: Héder

Barna elnök 2001. március 31.-étől, majd Makszin Áron főtitkár, 2001. május 1-jétől kerültek a szövetség élére. A munkakörök hivatalos átadására, átvételére nem került sor.

A közgyűlés időpontjában a szövetség készpénzkészlete 181 millió forint körüli, majd a főtitkár hivatalba lépésekor még mindig mintegy 164 millió forint volt. Erről feljegyzés nem készült, de a bankszámlák alapján ez az összeg ténylegesen rendelkezésre állt, a feladatok zavartalan és tervsze-

jelentős összegű bevételekre is szert tett a szövetség ebben az időszakban. Év közben már voltak olyan hírek, hogy túlköltekezés folyik, hogy vészesen fogy a tartalék, de erről az elnökség semmiféle hivatalos tájékoztatást nem kapott. A 2001. évi költségvetés jóváhagyására többszöri kísérlet után, csak október 10.-én került sor, amit akkor 382,7 millió forintos tárgyévi bevétellel, 415,5 millió forintos kiadással, 31,55 millió forint összegnek, a tartalékból történő felhasználásával fogadott el az elnökség. **A 2001. évi költségvetést ekkor, és ilyen összegben határozta meg az elnökség!**

A ma ismert adatokból megállapít-



Fotó: Szlavicsek

rű megvalósításához. A szövetségnek ekkor tartozása nem volt.

A NAP Iroda július 1-jével került a MASZ hatáskörébe. A működéséhez tervezett 158,5 millió forintos ISM-támogatást a szövetség egy összegben, július 24.-én megkapta.

A 2001. évi bevételek alakulásáról megállapítható, hogy azok nagy része május 1-je és december 31.-e között realizálódott, sőt terven felüli,

ható, hogy a tényleges tárgyévi veszteség 95,35 millió forint volt, szemben a tervezett 31,55 millió forint és a közgyűlésen engedélyezett maximum 40 millió forint tartalékösszeg felhasználásával. Az eltérés tehát 55,35 millió forint, amire az elnöknek, a főtitkárnak, és az elnökségnek nem volt felhatalmazása, amiért az egyesülési törvény értelmében az érintetteket felelősség terheli.

Megjegyezni kívánom, hogy a mérlegadatokat valódiságát az Ellenőrző Testület és a szövetség könyvvizsgálója közgyűlési elfogadásra javasolták, ami a 138 millió forintos veszteségre vonatkozott, ugyanakkor az ET elnökének javaslatára került sor a gazdálkodás megvizsgálására és az őszi közgyűlés összehívására.

Az elnökségi biztos írásos tájékoztatóiból, amelyeket az elnökség minden alkalommal megtárgyalt és elfogadott, az állapítható meg, hogy a szövetség 2001. évi gazdálkodását nagyfokú felelőtlenség jellemezte. Súlyosbítja a helyzetet, hogy döntéseket általában egy személyben, az elnökség tudta, jóváhagyása és a költségvetés alapszabályban előírt módosítása nélkül tették.

A tényleges hiány az október 10.-én elfogadott költségvetéshez viszonyítva tehát 95,35 millió forint. 2001-ben végül is nagyvonalúan az atlétikai sportágra lett fordítva, de azon az áron, hogy a szövetség tartaléka a 2001. január 1-jei 186,7 millió forintról 91,35 millió forintra csökkent.

Végül is hová lett az összeg?

	millió forint
A tervezett bevételből nem realizálódott	22,7
Diszpi- 4 millió forint, Németh és Társa (Polytán) – 7 millió forint, IAAF – 8,7 millió forint	
Pályázatból remélt – 3 millió forint	
Terven felüli kiadásokból	
Sporteszköz- és sportruházat-beszerzés	3,2
Számítás- és híradástechnikai eszközök beszerzéséből	5,6
Volt egy irodai betörés, ahol elloptak és leírásra került	4,3
Dr. Vágó Béla szövetségi kapitány lemondása miatt?	3,0
TACITUS Audit cég, nem tervezett vizsgálati díjából	1,9
Héraklész-program megelőlegezett kiadásaiból (2002-ben megkaptuk)	5,8
Nem tervezett jutalék kifizetéséből az LG szerződés után	2,8
Edmontoni utazások (az év elejei tervhez viszonyítva 14 millió forint!)	7,0
Permit/MAL Kupa és fedett pályás MASZ versenyre kifizetett	3,5
Magyar bajnokságokra többletkifizetés	3,0
Fedezet nélküli bérfejlesztés és járuléai	3,7
Nem tervezett egyéb kiadások (többlet telefon, orvosi, bankköltség, doppingvizsg., árfolyamveszteségek, tanulmányi tám., universiádé hozzájár. stb.)	14,7
2001. évi ÁFA különbség befizetésből	14,1
Összesen:	95,3



Fotó: Szlavicsék
Gécsek Tibi elbúcsúzott...

A szövetség gazdálkodása 2002-ben, a május 25.-ei közgyűlésig, az előző évnél is rosszabb volt. Aláírásra kerültek olyan szerződések, kötelezettségvállalások, amelyekhez nem volt fedezet az aláíráskor. A szerződésekre kifizetések is történtek, mégpedig a betéti szerződésben lekötött pénzüsszegek felbontásával, szintén

elnökségi jóváhagyás nélkül. Olyan jelentős pénzügyi kötelezettséget tartalmazó, több évre szóló szerződés is aláírásra került, mint az irodabérlet a Hermina-toronyban, amire fedezett a mai napig sincs biztosítva. Éves várható költségei kb. 24 millió forintot tesznek ki.

A szabadtéri világ bajnokságra benyújtott pályázat költségeinek fedezése céljából kölcsönt vettek fel, amit jelentős kamatteherrel a közeli napokban kellene visszafizetni. Fedezete a fedett pályás világ bajnokság támogatási szerződéséből volt elképzelve, ami 190 millió forintról szól, aláírására utólag, a közgyűlésünk előtt egy nappal, május 24.-én került sor. A szerződésben szereplő összeg ma vitatott, és az iroda várható, fenti költségeinek elszámolhatóságára nincs utalás. Az említett kölcsönt is ebből tervezeték visszafizetni, mintegy 90 millió forint összegben.

Az említett három szerződés aláírására elnökségi jóváhagyás nem volt, a közgyűlésen beterjesztett költségvetés az esetleges bevételeket és kiadásokat nem tartalmazta. Az aláírásokkor a szövetség számviteli politikájában, pénzügyi szabályzatában leírtak sem lettek betartva. (Ki, milyen összeghatárig vállalhat felelősséget, egyedül aláírhat, elnök-főtitkár együttes aláírása szükséges stb.) Ezért a szerződések teljesítésével kapcsolatban, a szövetséget ért esetleges károk



Fotó: Szlavicsék
Régi idők bajnokai: Zarándi László és Földessy Ödön



Fotó: Szlavicssek

felmérésére, a felelősség megállapítására az elnökség belső vizsgálatot indított el. Ennek tárgyát képezi a volt elnök és főtítkár tevékenységének vizsgálata is. Amennyiben a belső vizsgálat nem vezet eredményre, akkor az elnökség igénybe fogja venni a GyISM és a MOB szakértőinek véleményét is.

Elnökségünk legutóbbi ülésén tárgyalta a kialakult csödközelési helyzetet, és határozatban rögzítette, hogy nem vállal felelősséget azokért az ügyekért, amelyekről nem tudott, amelyekről határozatban nem döntött. Éppen ezért kezdeményezi a szerződések esetleges módosítását, kölcsönös egyezségeken alapuló felbontását és a várható károk megtérítése ügyében, ha szükséges, a jogi lépések megtételét.

Vizsgálatom egyéb észrevételeit, az alaki és formai hiányosságok pótlását, azok megszüntetését az iroda Mérei László megbízott főtítkár irányításával megkezdte, azok közül egy jelentős rész, a határozatok gyűjteménye 2001. és 2002. évekre vonatkozóan elkészült. Folyamatban van valamennyi hiányosság megszüntetése, aminek határideje a napi munka végzése mellett 2002. december 31.-e.

Kun László
elnökségi tag

GONDOLATOK A 2002. ÉVI ATLÉTIKAI IDÉNY KAPCSÁN

1. Versenyek, szakmai helyzet

Az éves szakmai programban jóváhagyott nemzetközi és hazai események a tervezettnél megfelelően lebonyolításra kerültek, a jelentős kontinentális bajnokságokon, kupákon részt vettünk.

Az év kiemelkedő **felnőtt** nemzetközi eseményén, a müncheni Európa-bajnokságon harminc fős magyar csapat állt rajthoz. A 47 nemzet vetélkedésén jól szerepelve, az éremtáblán kilencedikek, a ponttáblán tizenegyedikek lettünk. Kiemelkedően szerepeltek a dobók: **1/Fazekas R.** – **1/Annus A.** – **4/Kiss B.** – **6/Gécsek T.** – **7/Kövágó Z.** – **8/Szabó N.**, és további három szakágban voltak pontszerzőink, így a vágtázóknál **4/Németh R.** – **5/Szeglet Zs.**, az ugróknál **3/Vaszi T.** – **7/Molnár K.**, a távfutóknál **4/Varga J.** – **7/Csillag B.** A csapat összteljesítménye jónak, az előzetes várakozás felettinek értékelhető.

A **fedett pályás Eb-n** Györffy D. a második helyen végzett és négy versenyzőnk a legjobb nyolc között fejezte be a versenyt: **5/Zsivoczky A.** – **6/Kürtösi Zs.** – **6/Ajkler Z.** – **7/Varga J.**

Szakágakra tekintve iránymutató az EB szereplés, de néhány mondat röviden, a jövő szempontjából is.

Vágta-gát szakágban további lehetőségek rejlenek a férfi vágtázókban (váltók), illetve a nőknél hosszú vágatában; a gátfutás mindkét nemnél komoly munkát igényel a nemzetközi középmezőnyhöz való felzárkózásért.

Közép-hosszútáv futásban ígéretes fiatal generáció alakult ki, ez mindkét nemre vonatkozik. A nagy nemzetközi konkurenciában nehéz élre jutniuk, de fokozatos fejlődésükre van remény. A tapasztaltabb hazai futókkal együtt a szakág előreléphet.

Gyaloglásban egy „nagy generáció” magas szintű teljesítményei után új alakult ki. A minőségi utánpótlás létszáma szinte minimális, hagyományosan jó eredményeink megközelítésére jelenleg kevés esély látszik.

Az **ugró** számokban a férfiaknál jelentős lemaradás tapasztalható, egy-egy tehetség fejlődése segíthet a szakágon. A női versenyszámokban találhatók nemzetközi szintű versenyzők, a minőségi létszám itt – hazai mércével – biztatóbb.

Az **összetett versenyzés** – férfi si-



Fotó: Szlavicssek

Az egyéni **Európa Kupán** csapataink dobogós helyen végeztek, megerősítve pozíciónkat az I. osztályban: **ffi/3.** – **női/2.**

Az év folyamán lebonyolított további nemzetközi események a tapasztalatszerzés és a részvétel szempontjából voltak jelentősek.

kerek ellenére atlétikánk mostohagyereke, lásd versenyzési lehetőségek – két nemzetközi szintű versenyzővel jegyezhető, a többiek fejlődése infrastruktúráisan (tárgyi, személyi, motivációs, egzisztenciális stb.) jelenleg behatárolt.

Hagyományosan legerősebb szak-

águnk a *dobó* szakág létszámában is biztató nemzetközi szintű versenyzői körrel rendelkezik, habár versenyszámonként és nemenként eltérő a minőségi eredményeket elérő atléták száma. Szereplésük meghatározó a magyar atlétika megítélésében. A versenyzők létszámának megtartása, növelése mellett a velük foglalkozó edzők ambicionálása, motiválása, közös munkája jelentheti a szakág hosszú távú eredményességét.

E rövid áttekintés nem ad okot az Eb-szereplés sikere mellett sem elégedettségre. A teljesítőképés élvonalvékony, ha nem sikerül szélesíteni a minőségi atléták körét, akkor bekövetkezhet a sok országban már tapasztalt „modell”: néhány top atléta és további atletizálók. Beindult programjaink lehetőséget adnak, hogy ezt elkerüljük (Héraklész, NAP).

Hazai bajnokságaink az előző évek gyakorlatát követték. A sokfajta bajnokság csúcseménye a Debrecenben kiválóan megrendezett LG Kupa, a 107. országos Bajnokság volt. Az EB-t megelőző utolsó jelentős verseny keresztmetszetét adta hazai atlétikánknak. A kiemelkedő képességű versenyzők és teljesítményeik mellett a közepes és gyenge eredmények, átlagok domináltak. A mezőnyök egyharmada junior, vagy fiatalabb korúakból tevődött össze (a nők versenyének majd fele fiatal volt). További figyelemre méltó adat, hogy tradicionális versenyszámainkban találhatunk alacsony indulói létszámokat (pl.ffi kalapács: 8 fő, magas: 9, női gerely: 8, magas: 8 fő).

Itthoni jelentősebb versenyek jól szolgálták a sportág népszerűsítését.

A hagyományos rendezők mellett idén magas színvonalú versenyekkel és szervezéssel új helyszínként sikeresen jelentkezett Szombathely és Győr.

A 2002. év áttörést hozott a **fiatalok** felkészülési rendszerében.* Az ez évi szakmai programjukban került ismertetésre az ISM által életre hívott Héraklész Tehetségmenedzselési Program, melynek köszönhetően az elmúlt

évek gyakorlatához képest ötször annyi fiatal atléta (és edzője) részesülhetett jobb felkészülési lehetőségekben.

A programot alapvetően azzal a céllal alakítottuk ki, hogy rendszert vigyünk az utánpótlás-nevelésbe. Hat szakterületen sikerült elindítani a munkát, melyben egységes szemlélet kialakítására törekedve, rendszeres felmérési és edzőtábori körülmények között tudtuk figyelemmel kísérni a fiatalok edzőmunkáját. A közös foglalkozások, az edzőtáborok mindig lehetőséget adtak az edzőkollégák közötti szakmai megbeszélésekre, véleménycserékre, illetve törekedtünk arra is, hogy az egyre halódó hazai edzői továbbképzéseket, ha szűk keretek között is, de célirányosan megvalósítsuk. Elmondható, hogy az elmúlt évekhez képest határozottan megpezsdült az élet az utánpótlás körül.

Az indulás nehézségeit leküzdve, a kezdeti 128 fős keret a kalapácsvetőkkel és gyaloglókkal végül 144 főre bővült. A program jelentősége azonban akkor érthető meg igazán, ha számba vesszük azt, hogy az elmúlt években a junior keretek kb. 300 napot tudtak edzőtáborozni, míg ebben az évben 3500 fölött van az edzőtáborban illetve felméréseken töltött napok száma.

A program eredményessége mérhető ez évi sikerekben, eredményjavulásokban is, de elsősorban hosszabb távú, koncepcionális előrelépésben szeretnénk levonni a következtetéseket.

A 2003. év feladata, hogy a két hiányzó területen, a tízpróbában és rúdugrásban is megpróbáljuk megoldani a program működtetését, valamint a meglévő szakterületek munkáját még hatékonyabbá tegyük. Míg úgy tűnik, hogy a férfi összetett versenyzőknek sikerült kedvező megoldást találni, addig a rúdugrás helyzetének megoldása továbbra is nagy nehézségekbe ütközik. A szakterületek élén álló szakemberek munkája garancia a további eredményes és még hatékonyabb munkavégzésre.

A fiatalok számára ez az év négy

válogatott viadalt, három nemzetközi versenyt és három világversenyt foglalt magában.

- *u20 viadal (SLO-CZE-CRO-HUN)– Velenje:* Férfi csapatunk a csehek mögött második helyen végzett, azonban nagy sikernek könyveltük el, hogy női csapatunk legyőzte a cseh lányokat és megnyerte a viadalt.

- *u18 viadal (HUN-CZE-SVK) – Szombathely:* Mindkét csapatunk a csehek mögött a második helyen végzett, bár a fiúk nagyon szoros versenyben, csupán két ponttal kaptak ki.

- *u18 viadal (GER-HUN-SUI)– München:* A német válogatott nagyon erős ellenfél volt, mindkét csapatunk alulmaradt és a második helyen végzett. (A viadalt követően az egész válogatott megtekintette a felnőttek egyhetes küzdelmeit az EB-n, ami nagy élményt jelentett a fiataloknak.)

- *u16 viadal (CRO-HUN-SLO)– Eszék:* A hagyományokat őrizve, idén is főlényes győzelmet aratott mindkét csapatunk.

- *u20 csökkenett programú válogatott viadal – Szarajevó:* Mindkét csapatunk győzelemmel tért haza a nemzetközi versenyről.

- *NK verseny – Rijeka:* A hagyományos junior versenyen idén is értünk el értékes helyezéseket.

- *u20 ORV – Győr:* A MOB támogatásával felkészülési versenyt rendeztünk a junior VB-re. A szomszédos országokban is megfigyelhető sűrű versenyprogram miatt a jól sikerült esemény nem érte el azt a színvonalat, amit szerettünk volna.

- *Mezei VB – Dublin:* Eredményes szereplésre esélyes versenyző hiányában nem vettünk részt a versenyen.

- *Junior világbajnokság – Kingston:* A VB-n várakozáson alul szerepelt a csapat. A várt 5-7 döntős helyezéssel szemben csupán Cziráki Kitty 800 m-en elért 5. helyezése jelentette az egyetlen döntős helyezésünket.

- *A mezei EB decemberben kerül megrendezésre, mindkét nemből csapat-részvételt tervezünk.*

Hazai versenyek, hazai helyzet: a fiatalok számára tizenöt országos baj-

* A fiatalokkal foglalkozó rész Dornbach Ildikó utánpótlás szövetségi kapitány anyagának felhasználásával készült. (M. L.)

nokságot rendezett a szövetség. Örvendetes, hogy a bajnokságok többségében egyre nő az indulói létszám. A fedett pályás junior bajnokságot már ebben az évben kétnaposra, a nyári ifi-jun. bajnokságot háromnaposra kellett alakítani és a legutóbb lezajlott ügyességi csapatbajnoksággal kapcsolatban is felmerült a kétnapos rendezés gondolata. Újítást vezetünk be a junior csapatbajnokság megrendezésében is, ami úgy tűnik, hogy növeli a részvételi kedvet.

A létszámnövekedésen túl további örömet az okoz, hogy egyes szakágakban az eredményesség is jelentősen javult. Kiemelkedik a diszkoszvetés, a távol- és hármasugrás, valamint a középtávfutás.

A Héraklész-programon keresztül lehetőség nyílik mélyebb betekintésre az egyes szakágakban részt vevő versenyzők felkészülésébe és egységesen megállapítható, hogy a képzési folyamatokban nem kap elég hangsúlyt a technikai képzés, a mozgástanulás. Sok esetben ez a hiányosság szab gátat a fiatalok további fejlődésének. Ebbe a kategóriába tartozik a rövidtáv-gátfutó szakág és az ügyességi számok többsége, élén a gerelyhajítással, mint az egyik leginkább technikaérzékeny versenyszám.

Egyéb, jó ideje megoldatlan és egyre mélyülő problémákkal is szembe kell néznünk. Vannak olyan versenyszámaink, mint például a súlylökés és a magasugrás, ahol évek óta nem tudunk jól képzett utánpótlást felmutatni. Ennek oka szemléletbeli probléma, melyre a remélhetően újrainduló edzői továbbképzéseknek koncentrálni kell. Másik komoly probléma az összetett versenyzés teljes mértékben megoldatlan helyzete felkészítési és versenyrendszerünkben. Míg a serdülő korosztályban viszonyainknak megfelelő a versenyzői létszám, addig a junior korra jelentősen redukálódnak az indulók és egyszámjegyűvé válik a valóban összetettre készített versenyzők száma. Ezzel párhuzamosan az összetett versenyrendszer teljes hiánya is súlyosbítja a helyzetet. Mindez azért érdemel ki-

emelt figyelmet, mert abban az esetben, ha versenysportnak és nem tömegsportnak tekintjük az atlétikát, akkor az utánpótlás-nevelés feladata az, hogy a fiatalokat előkészítse a nemzetközi eredményességre. Ebben az összefüggésben pedig megfigyelhető, hogy a korai specializáció következtében évek óta sok tehetséget veszítünk el, akik nem jutnak el egyéni versenyszámban a nemzetközi megméretésig, míg összetett versenyzésben – elsősorban női vonalon – a nemzetközi konkurencia évek óta meglévő helyzetének köszönhetően, sokkal nagyobb lenne a beválási esély.

Vannak olyan versenyszámaink mint a gyaloglás, a rúdugrás és a kalapácsvetés, melyek nem rendelkeznek országos bázissal. A gyalogló



Fotó: Szlavicsek

szakág létszám- és minőség gondokkal küzd, a rúdugró szakág a budapesti szakosztályokon kívül csupán Debrecenre és Gödöllőre támaszkodhat, míg a kalapácsvetés utánpótlás-nevelését továbbra is a szombathelyi Dobó SE valósítja meg. Nemi reményt nyújt az a veszprémi kezdeményezés, mely kalapácsvető centrum kialakítását tűzte ki céljául.

A bajnoki és versenyprogram megreformálása évek óta húzódó feladat.

Az anyagi erők hatékony felhasználása és a jelenlegi szakmai helyzet érdekében elkerülhetetlen a változtatás. A bajnoki versenyek nagy száma költség a résztvevőknek, költség a rendezőknek. Az ezek miatt elkerülhetet-

len takarékoság a szakmai feladatok rovására megy.

A rendezvények jó része kedvezőtlen időpontban, összezsúfolva kerül lebonyolításra (vonat menetrend, szállásköltség stb.). Eredmények színvonalában kifogásolható és a nemzetközi gyakorlattól eltérő versenyekért is hirdetünk bajnoki címet. Az OB-k nem mindig felelnek meg bajnoki színvonalnak, sok esetben hobbi jellegűek, illetve néhányak hobbiját kiszolgáló eseménnyé válnak. Szükség van ilyen jellegű versenyekre is, de regionális szinten, ahol a nagyobb létszám megmozgatható, a tehetség kiválasztható. A MASZ feladata, a versenyzők érdeke a minőségi eredményeket, a nemzetközi eredményességet elősegítő versenyek, OB-k rendezése. Ezt a PR és marketing elvárások is megkövetelik, amelyek visszahatnak a szakosztályok támogatottságára is. Gondot jelent, hogy nagyon kevés a nem bajnoki, színvonalas verseny és hosszú ideje átgondolandó a szakosztályi értékmérés, amelynek jelenleg az egyik összetevője a bajnoki helyezések alapján számított pontverseny. (A nemzetközi gyakorlatban nem találni hasonló alapokon nyugvó klubrangsorokat.)

2. Támogatások

A szövetség programjában jelentős személyi (versenyzői, edzői) támogatás került meghirdetésre. A támogatott versenyzők különböző kategóriákban – felölve az összes szakágot – szerződéses háttérrel, megfelelő felkészülési program alapján kaptak anyagi segítséget. A támogatások első felét a szakosztályokon keresztül igénybe vehették az érdekeltek; a második részlet a felmerült likviditási problémák miatt az anyag írásakor még nem került folyósításra.

A sikeres idei szereplések alapján a tervezettnél jelentősebb jutalmazási keret kifizetése és a szakosztályok támogatása szintén a pénzügyi egyensúly helyreállása után várható.

A személyre meghatározott felkészülési keretek hatékony, valóban

erre a célra való felhasználása – főleg a magasabb összegeknél – nem megoldott.

A szakosztályokra bízott elszámolás, a számlák igazolása sokszor szakszerűtlen. Nem tűnik megerősítettnek, hogy az összegek minden esetben a felkészülést, edzőtáborozást, a táplálékkiegészítést segítették. A jövőben ezeket az összegeket radikálisabban kell a cél szolgálatába állítani (pl. közvetlen MASZ finanszírozású műhely-szakcsoport, változott keret edzőtáborozások).

A szakosztályi támogatások az 1998-as EB-nyereség hozadékaiként kerültek bevezetésre. A nyereség a vártnál gyorsabban elfogyott, ezért ez a támogatási forma idén bizonytalanra vált, a jövője szintén. A szakosztályok megszokták, „elvárják”, de teljesíthetősége a MASZ pénzügyi lehetőségeinek függvénye. A jelenlegi helyzetben egy szakosztályi működést erre építeni nem tanácsos. Az elmúlt évek pozitív és negatív változásai (MASZ támogatások, illetve beszűkült szakosztályi lehetőségek) fokozatosan erősítettek irreális elvárásokat a MASZ irányába (pl. válogatottak „kötelezően” elvárt támogatása, ellátása: edzőtábor, szerelés, edzési lehetőségek biztosítása, eü. háttér stb.). Sűrűn felerősödik az az érzés, hogy sportágunkban – némely helyi vezetési reakciót látva – szinte megállt az idő, konzerválódtak a hetvenes, nyolcvanas évek „állam bácsi” elvárásai. Átérezve a rendkívül nehéz helyzeteket és őszintén elismerve az erőfeszítéseket, sajnos el kell fogadni azt a tényt, hogy a MASZ nem tudja átvinni a szakosztályok funkcióit. Vitathatatlan, hogy szakosztályaink többsége nehéz helyzetben dolgozik, de nem egy helyen hiányzik az aktív, több lábon álló, több forrásból gazdálkodó működési lehetőségek keresése.

Az életképesség, az életben maradás nagyobb szakosztályi öntevékenységet igényel. A MASZ erejéhez mérten eddig is elkövetett mindent a szakosztályok több csatornán történő támogatásáért, ezt a jövőben is igyekszik megtenni, de muszáj a realitások talaján marad-

ni. A jelenlegi helyzet kritikus, a tapasztalható „farkastörvények” sajnos áldozatokat vetítenek elő.

3. Programok

Bevezetésekor nagy elvárások és stratégiai véleményeltérések kísérték a Nemzeti Atlétikai Programot. Az atléta társadalom csak a saját utánpótlásának szervezett bázisát látta benne, a sportkormányzat – deklarálta – nemzeti mozgásprogramként kívánta a magyar sportkultúrába illeszteni a rendszert. A program kialakítói jelentős munkát végezve kialakítottak egy országos hálózatot, felépítették személyi és tárgyi háttérét. Tudatosult a program léte; versenyrendszere, szemléletalkotó törekvései több formában megjelentek (továbbképzések, nyomtatott anyagok stb.). A tapasztaltak megosztották az atlétika közvéleményét. A program által működtetett versenyrendszer jó lehetőséget biztosított a gyerekek mozgására és motiválására. Az ezzel párhuzamosan bevezetett foglalkoztatási rendszer azonban meglehetősen nehézkes és sok hiányossággal valósult meg. Vanak helyek az országban, ahol már a „NAPos gyerekek” atlétikai szakosztályok tagjai, vannak, ahol nincs a programnak versenysportos megjelenése. Nem egy fórum keretében vita, egymásra mutogatás alakult ki. A tény az, hogy a NAP keretében az atletikus mozgás, a sportág bekerült az iskolák „tudatos tudatába”. Ezt a lehetőséget az atlétikának meg kell ragadni, és valóban törekedni kell arra, hogy a program ne önmagáért létezzen.

A huszonegyedik órában (főleg számunkra) indult el a Héraklész program. Céljaiban a minőségi utánpótlás összefogására, mi azonban – megragadva az alkalmat – szélesebb körben értelmeztük a program feladatát. A szervezett utánpótlás-gondozás keretében a foglalkoztatott versenyzőpalánták felölelik azt a kört, akik fizikálisan és mentálisan alkalmasak lehetnek arra, hogy felnőtt élversenyzővé váljanak. A program lendületet hozott a sokszor szigetként működő edzői csoportok közös munkájába, a versenyzők felkészítésébe, az edzők aktív továbbképzésébe (felmérések,

bemutatók, szakmai eszmecsere, hazai és külföldi edzőtáborok, stb.). A Héraklész-program eddigi tapasztalatainak felhasználásával folytatni kell a munkát, ezt a MASZ-nak erőteljesen támogatnia létezik!

A szövetség kidolgozott elképzeléssel rendelkezik a NAP megújítására, a minőségi atlétika érdekének megfelelő hatékonyabb működtetésére.

Ha nagy létszámokkal működik a program, akkor a meghirdetett további elvek is teljesítésre kerülnek (mozgásprogram), hiszen nem minden gyerek alkalmas, hogy versenysportolóvá váljon, illetve üzhet más sportágat is.

A részletek taglalása nélkül: a terv az élszakosztályokon keresztül nyúlna ki az iskolákhoz és saját utánpótlásán túl, a környező szakosztályok utánpótlása illetve más iskolák „beépítése” is szervezett keretek között működne, érdekelt-ségi háttérrel.

A NAP szakosztályi műhelytámogatás – amennyiben sikerül a program működését jobban kapcsolni az élszakosztályokhoz – a MASZ tervei szerint teljes egészében az utánpótlás-nevelés szolgálatába kerül.

A Héraklész-program által figyelt, gondozott és kiválasztott versenyzők további menedzselését szervezett kereteken belül meg kell oldani (u23).

Léteznek elképzelések, hogy tervezett miniszteriális szinten „Csillag program” néven gondoskodás az utánpótláskorúakról. Beindulásáig, illetve majdan ahhoz kapcsolódva a MASZ részéről az elmúlt években támogatás formájában megjelent odafigyelést hatékonyra kell tenni (keretek, közös edzőtáborok, támogatás stb.).

A versenyzői fejlődés kell, hogy 23 éves korig mutasson olyan eredményeket, amely a további támogatásra való kiválasztást igazolja. Tehát a nemzetközi szintre való eljutáshoz az alábbi kiválasztási, támogatási modell felépítését szükséges ösztönözni:

- a NAP-ból versenyzői szférába kerülők kiválasztása 14 éves korig
- a Héraklész-program kereté-

ben foglalkoztatottak 19 éves korig

- az u23-as/"Csillag program" keret, a Héraklészből kiemelkedett minőség támogatása

22 éves korig

- kiemelkedő egyéni eredményt elért atléták egyéni támogatása.

A szisztéma 23 éves korig szélesebb kört támogat, utána csak az addig és azután kontinentális bajnokságokon, kiemelt versenyeken elért eredményekkel bizonyított versenyzőket emeli ki.

4. MASZ/MASZ Iroda

A Magyar Atlétikai Szövetség szerteágazó feladatoknak tesz eleget. Talán a működő sportszövetségek között a legszélesebb versenyspektrummal dolgozik és sok feladatot átvállal tagszakszervezeteitől, egyéb szervezeteiktől. A szövetség működteti a versenyrendszert; a hazai és nemzetközi kapcsolatokat; bizottságai felügyelik, segítik a napi munkát, kiadványokat készít és terjeszt stb. (a feladatok az Alapszabályban részletesen megtalálhatók).

Az elmúlt másfél év az elképzelt változások jegyében zajlott. A szimpatikus, vagy annak tűnő elképzelések megvalósítására történtek lépések, de hiteles anyagi megalapozottság és gazdálkodási problémák miatt e megvalósítás megrekedt. A sikeres EB bizonyította, hogy az élatléták támogatása „jó befektetés”, de ígérni csak a helyzetnek megfelelő realitások árnyában szabad.

A MASZ Iroda működése a lehetséges és az elvárt között mozgott. Van olyan működési területek, amelyek függetlenek az év anyagi problémáitól, és továbbra is javításra szorulnak. Például:

- a Budapesten megrendezett országos bajnoki versenyek körülményei;

- a versenyek technikai felügyelete;
- a szponzorokkal való rögzített együttműködés;

- a feladatok konkrét, személyre szabott meghatározása, ellenőrzés;

- a különböző nyilvántartások folyamatosága;

- a megfelelő információáramlás (kétirányú !);

- szakmai ügyek, például:

- az edzőképzés korszerűsítése, kötelező továbbképzés;

- az edzőtábori rend kialakítása; a menedzser – MASZ kapcsolat szakmai kontrolja;

- a nem budapesti élvonal eü.(főleg gyúró) ellátása; szakmai ügyek határozott kezelése; élversenyzők PR stílusa, kapcsolata stb.

Közelebbi problémákból adódó hiányosságok között felsorolható a honlap helyzete; a fizetési kötelezettségek hiányos teljesítése; a megkötött szerződések körüli bizonytalanságok; a likviditás. Az iroda munkavégzését, az ott dolgozó személyek döntő többségére vonatkoztatva, a sportágért való önzetlen munka jellemzi. Hibák vannak, adódva az egyénből, a sokrétű feladatokból és a versenyzők, vezetők, szakszervezetek azonnali elvárásaiból is. A munkát sokszor nehezíti a szakszervezetekkel való nehéz kommunikáció és a lassú visszajelzés, intézkedés.

A jelen anyagi helyzet eredményezheti, hogy a MASZ egy alap (vagy mínusz) helyzetből kezdi el a következő évet és ez magával hozza, hogy sok eddig nyújtott „szolgálat-



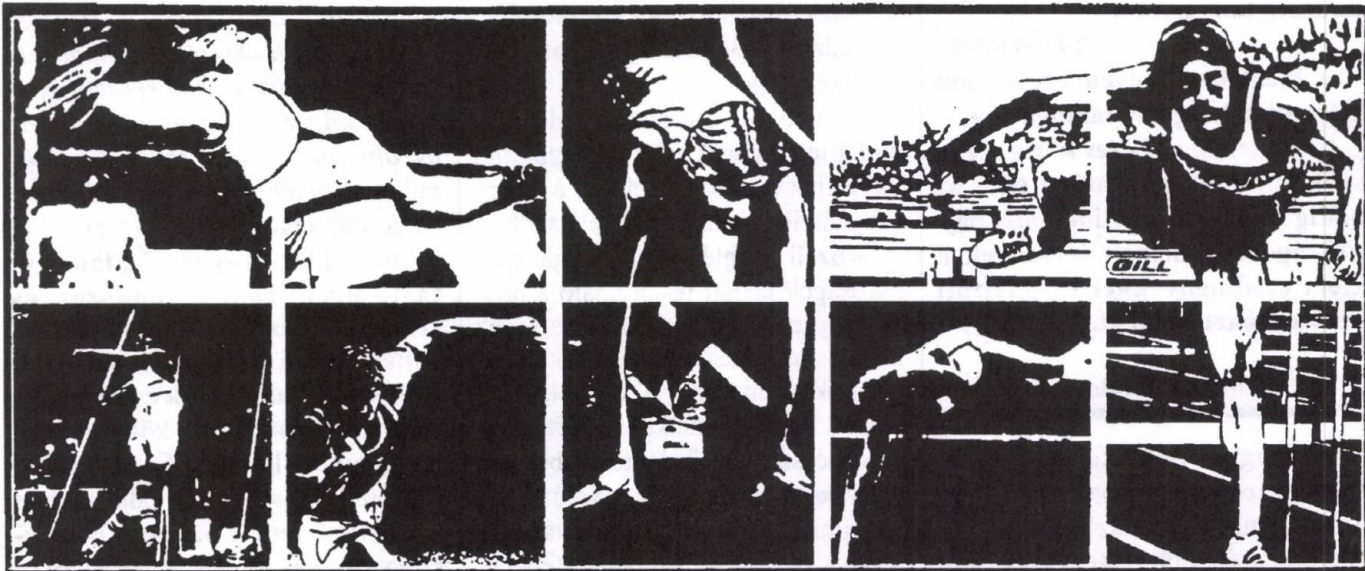
Fotó: Szlavicsék

Mecser Lajos (balról)
a Magyar Atlétikáért kitüntetett
arany fokozatát veszi át

tást” nem fog tudni teljesíteni, csak az Alapszabályban meghatározottakat. *(Átgondolandó – de ez már törvényalkotói szint –, hogy a jelenlegi társadalmi elnökség szisztémát felváltva, egy szűk, számonkérhető, professzionális vezetés legyen egy sportág abszolút irányítója, időszakos, széles körű társadalmi kontrollal.)*

A szövetség jelentős tervekkel indult a 2002-es évnél. Új támogatási, premizálási rendszer és szakágfejlesztési elképzelések kerültek nyilvánosságra. A felvázoltak és megvalósításuk a vezetés által publicitást, illetve költségvetési megjelenést kaptak. E megoldások mellett a szövetség vállalatában a 2004.évi fedett pályás VB megszervezése is az egyre hangsúlyosabb feladatok között jelentkezett. A tervek költségvetési háttérét ISM ígéret, NAP keret, MASZ bevétel, MASZ tartalék alkotta. Az ígért támogatások – melyek fontossága vitathatatlan, de megalapozottsága kérdéses volt – kedvező színben tűntették fel a vezetést. A versenyzők, edzők szimpátiával, optimizmussal tekintettek az évre. Természetesen ezeknek a törekvéseknek megvalósulása a mindenkor MASZ-vezetés számára is terv lehetett volna, de belülről ismerve a sportág anyagi helyzetét, értékén aluli elismertségét, mind ez ideig nem volt gyakorlat erőn felül tervezni. Az idei és a megelőző évi biztatások, amelyhez többen ösztönzően hozzájárultak, visszaüthetnek. A megvalósulások elmaradása, illetve akadozása miatt edzők sebeket kaptak, versenyzők érezhetik becsapottnak magukat, szakszervezetek kerülnek megoldhatatlan helyzetbe, a NAP eddig felépített hitele is veszélybe kerülhet. Az év jelentős része eltelt, a pénz elfogyott, illetve nehezen jön; két vezető lemondott. Újabb közgyűlés következik, amelynek valós információk birtokában felelősen kell döntenie a megújuló jövőről, mely nem lehet az eddigiek átfestése.

Mérei László
szakmai igazgató



VERSENYRŐL - VERSENYRE

ORSZÁGOS JUNIOR ÉS SERDÜLŐ GÁTFUTÓ-, ILLETVE ÜGYESSÉGI CSAPATBAJNOKSÁG

Szilágyi utca, 2002. október 5.

A fiatalok pályabajnokságát idén is Újpesten és október első szombatján a juniorok és a serdülők gátfutó

és ügyességi csapatbajnoksága fejezte be, a kismaratonai országos bajnokságot egy héttel később Székesfehé-

várott már terepen rendezték meg. Az egy napra tömörített 39 bajnoki versenyszám lebonyolítása – a négyfős csapatok nagy számban való indulása miatt – nehéz feladat elé állította a rendezőket. Az erőviszonyok a múlt évhez képest csak részben változtak meg, mert több csapat ismételte meg tavalyi győzelmét.

A juniorok között indultak az ifjúságiak, részükre külön bajnoki versenyszámot nem írtak ki.

A fiúk

között a múlt évben bajnoki aranyérem nélkül maradt központi sportiskolások tűntek ki – négy győzelemmel. A KSI SE hét versenyzője gyűjtötte be a 16 csapatbajnoki aranyat, amelyekből Lippai Richárd, Agócs Zsolt, Dohar Zoltán és Kurucz Ádám három-háromat be is gyűjtött, Ungvári Péter kettőt kapott a két gát- és ugrószámban. A debreceniek rúddal megvédték csapatbajnoki címüket, súllyal pedig – tavalyi ezüstérmük után – legyőzték a címvédő



Fotó: Zink

pasarétiakat, akik idén csak diszkossal tudták megismételni előző évi győzelmüket, a védés gerellyel sikerült a verőceieknek is. Kalapácsvetésben – egy kivétellel – a tavalyi azonos összeállításban – idén is Szabó Ernő tanítványai győztek, de nem VEDAC, hanem az újonnan alakult Veszprémi Egyetemi SC színeiben. A magasugrás aranyérme a törökszentmiklósiak zsákmánya lett.

A lányok

küzdelmében a tatabányaiak négy győzelmet arattak. A 16 éves Jávorfi Ágnes és Becsák Barbara már tavaly is tagja volt a mindkét gátszámban serdülőbajnok bányászcsapatnak, most teljesítményüket a juniorok között is megismételték, sőt elhódították a távolugró és a gerelyhajító csapatbajnokságot is. Méltó társuk volt mind a négy versenyszámban Furák Szandra, háromban Lipták Zita. Megvédtek csapatbajnoki címüket a kecskeméti magasugrók és a GanzAir-KAC súlylökői és diszkoszvetői. A múlt évi helyezettek, rúddal a bronzérmes Gödöllői EAC, hármasugrásban az ezüstérmes FTC és kalapáccsal az ugyancsak ezüstérmes Dobó SE most bajnokká lépett elő.

A serdülő fiúk

kalapácsvetésben a Dobó SE megőrizte előző évi elsőségét, a másik három



Fotó: Zink

dobószámban a GanzAir-KAC fiataljai remekeltek. Tavalyi két ezüstjük (súly és gerely) és egy bronzérmük (diszkosz) után most – öt versenyzővel – mindhárom dobószámban elsők lettek. Az ugrószámok során rúddal a Bp. Honvéd, távolban a szolnoki csapat védte meg bajnoki címét.

A múlt évben két ugrószámban bajnok debreceniek helyébe idén magasban ugyancsak a szolnokiak, míg hármasugrásban a dunakesziek léptek az élre. Mindkét gátszámot a Royal Sped-ZAC nyerte meg, azonos összeállításban.

A lányok

között a kiskunlacházi dobólányok megismételték tavalyi győzelmüket diszkoszvetésben, súllyal pedig a deb-

receniek örökét vették át. A cívisvárosi gátasai viszont mindkét versenyszámukban elfoglalták a tavalyi serdülő-, idén juniorbajnokságot nyert tatabányaiak helyét. Megvédte bajnoki címét rúddal a Gödöllői EAC, kalapáccsal a Dobó SE, míg a magasugrást idén is Fekete Viktória pécsi tanítványai nyerték, de nem PAC, hanem PVSK néven. Hármasugrásban a GEAC-tól az ARAK, gerelyhajításban a debrecenieként az UTE vette át az elsőséget.

Végeredményben

a 39 bajnoki versenyszámon 20 szakosztály, ebből 15 vidéki osztozott 31 győzelemmel, míg 5 fővárosi szakosztály 8 első helyet szerzett. Érdekes, hogy azok a szakosztályok, amelyek a junior fiúknál csapatbajnokságot nyertek, a lányoknál nem tudtak győzni és ez fordítva is igaz.

A legeredményesebben a kiskunhalasi GanzAir-KAC dobói szerepeltek – 5 dobószámban aratott győzelemmel. A junior lányok és a serdülő fiúk egyaránt megnyerték mindkét súlylökést és diszkoszvetést, utóbbiak még a gerelyhajítás elsőségét is elhódították.

A juniorok korcsoportjában 4-4 bajnokságot nyert központi sportiskola fiúk és tatabányai lányok mellett a debreceniek is 4 versenyszámban lettek elsőek, a fiúk a juniorok között súllyal és rúddal győztek, a lányok a



Fotó: Zink

Versenyről - versenyre

két serdülő gáton. Három bajnokságot nyert a Dobó SE kalapácsvetésben, kettőt-kettőt pedig a gödöllői rúdugrók a lányok két korcsoportjában, a serdülők közül a fiúknál a szolnoki ugrók magasban és távolban, valamint a zalaegerszegi gátfutók, továbbá a kiskunlacházi dobólányok, akik azzal

is felhívták magukra a figyelmet, hogy győztes együtteseiken kívül B- és C-csapatot is indítottak. Az egy versenyszámban győztes csapatok közül a Bp. Honvéd serdülő fiúknál győztes együttesében Ungvári Tamás, a még csak 14 éves rúdugró átjutott a 440 centis magasságon is.

A bajnoki aranyérmek megoszlása

	Juniorok		Serdülők		Össz.
	Fiúk	Lányok	Fiúk	Lányok	
GanzAir-KAC	—	2	3	—	5
KSI SE	4	—	—	—	4
TSC-Geotech	—	4	—	—	4
Dobó SE	—	1	1	1	3
Gödöllői EAC	—	1	—	1	2
Royal Sped-ZAC	—	—	2	—	2
Sz. MÁV-Szoltisz	—	—	2	—	2
Kklacházi DAK	—	—	—	2	2
Egy bajnokságot nyert*	4	2	2	3	11
Összesen	10	10	10	9	39

*Juniorok

Fiúk: Tszmiklósi DAK, Vasas-Humasoft, Verőcei DSE, Veszprémi ESC

Lányok: KARC, FTC

Serdülők

Fiúk: Bp. Honvéd, Dunakeszi VSE

Lányok: Pécsi VSK, ARAK, UTE

JUNIOROK

Férfiak

110 m gát (99 cm)

1. KSI SE 15,5925

Lippai Richárd

Agócs Zolt

Dohar Zoltán

Kurucz Ádám

A bajnokságot edzői:

dr. Kulcsár Péterné,

Kasperkiewicz Gábor

2. DiAC 16,9775

Kiss Gábor

Kaponyás Milán

Orosz Tamás

Kozsik Attila

3. Érdi VSE 18,0675

Gurubi István

Illés Bálint

Jáky Péter

Győri Tamás

300 m gát (91 cm)

1. KSI SE 41,8350

Agócs Zsolt

Lippai Richárd

Gózon Tamás

Dohar Zoltán

A bajnokságot edzői:

dr. Kulcsár Péterné,

Bándihi Béláné

2. Debreceni AK-DSI 42,1675

Szabó János

Sztermen Péter

Tóth Gábor

Szemes Norbert

3. TSC-Geotech 42,3800

Henyecz Ádám

Koczkás Kornél

Cseh Ferenc

Albert Tamás

4. ARAK 42,7350
5. VEDAC 43,1950
6. FTC 43,3875
7. DiAC 43,6025
8. Békési DAC 44,1850

Magas

1. Törökszentmiklósi DAK 1,9000

Szendí Gábor

Csizmadia Barna

Szekeres Lajos

Bagi István

A bajnokságot edzői:

Bertán István, Orbán Csaba

2. Békéscsabai AC 1,7875

Filyó Tibor

Tímár Tamás

Zengő Ferenc

Haba László

3. ASE 1,7750

Kozák Tamás

Dávid Gyula

Tokai János

Murányi Péter

4. Debreceni AK-DSI 1,7375

5. Érdi VSE 1,7125

6. Lengyel DSE 1,6626

Rúd

1. Debreceni AK-DSI 3,7000

Szabó Zoltán

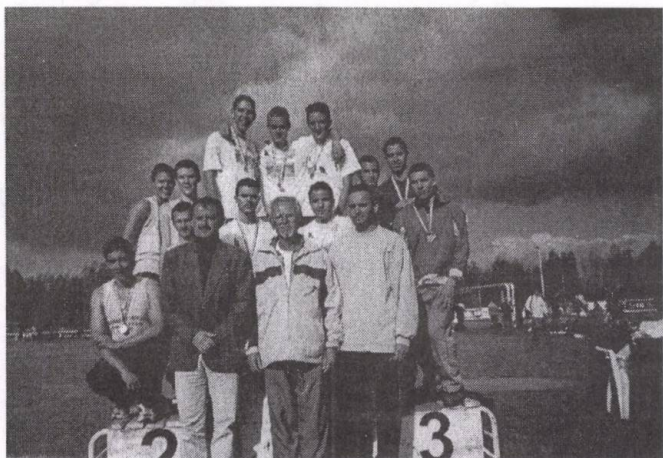
Géczi Gergő

Toma Sándor

Suba László



Fotó: Zink



Fotó: Zink

A bajnoksapat edzői:

Nagy Miklós, Juha László
2. MAFC 3,1000
Husztai Gábor
Kútsági Balázs
Botos Ádám
Botos Bálint

Távol

1. KSI SE 6,5400
Ungvári Péter
Dohar Zoltán
Kurucz Ádám
Agócs Zsolt

A bajnoksapat edzői:

dr. Kulcsár Péterné,
Kasperkiewicz Gábor
2. Sz. MÁV-Szoltisz 6,2875
Kontra Csaba
Tógyer Ferenc
Ladányi Péter
Ecseki Tibor
3. GanzAir-KAC 6,2525
Bán Szabolcs
Engi Csaba
Kis Tamás
Szűcs Tamás
4. UTE 6,2425
5. Tszentmiklósi DAK 6,2050
6. NyVSC 6,1800
7. Debreceni AK-DSI 6,0650
8. Dunaújvárosi AC 6,0375

Hármas

1. KSI SE 13,6875
Ungvári Péter
Kurucz Ádám
Farkas János
Lippai Richárd

A bajnoksapat edzői:

dr. Kulcsár Péterné,
Kasperkiewicz Gábor
2. Debreceni AK-DS 13,3600
Feind László

Szabó János
Fedor Gábor
Tanki Norbert
3. Érdi VSE 12,9425
Gurubi István
Jáky Péter
Illés Bálint
Györi Tamás
4. NyVSC 12,8700
5. FTC 12,4500
6. DiAC 11,7800

Súly (6 kg)

1. Debreceni AK-DSI 14,2975
Tóth Lajos
Tóth Zoltán
Sápi Antal
Hegedűs Hunor
A bajnoksapat edzője:
Tömöri István
2. Vasas-Humansoft 14,1975
Gulyás Norbert
Egei Zoltán
Lukács Péter
Lammel Miklós
3. GanzAir-KAC 12,9375
Csemák Zsolt
Gusztos Zoltán
Balogh Bálint
Bán Szabolcs
4. Sz. MÁV-Szoltisz 12,2425
5. Favorit AC 12,2375
6. Mohácsi TE 12,0375
7. Lengyel DSE 11,1850
8. VEDAC 11,0675

Diszkosz (1,75 kg)

1. Vasas Humansoft 41,5700
Gulyás Norbert
Egei Zoltán
László Bálint
Faludi Balázs
A bajnoksapat edzője:
Saskóy Alfonz
2. Debreceni AK-DSI 40,2100

Tóth Lajos
Tóth Zoltán
Sápi Antal
Hegedűs Hunor
3. NyVSC 38,4375
Pethő László
Vámosi Róbert
Oláh Zsolt
Béres János
4. GanzAir-KAC 37,8950
5. Kap. Építők 35,5425
6. Mohácsi TE 35,1650
7. Békéscsabai AC 34,2225
8. Sz. MÁV-Szoltisz 33,2100

Kalapács (6 kg)

1. Veszprémi ESC 51,6950
Szabó Zoltán
Luksa Norbert
Heiter Gábor
Szabó Dávid
A bajnoksapat edzője:
Szabó Ernő
2. Dobó SE 51,3400
Moór László
Pölöskei András
Márton Dániel
Tóth Gábor
3. VEDAC 50,3250
Somogyi Vince
Palásti Gábor
Zsebe Attila
Teke Gábor
4. Sz. Lelkesedés 43,9325
5. Vitalitás 39,6200
6. SzVSE 29,4025

Gerely

1. Verőcei DSE 58,9325
Magyari Zoltán
Papp Bence
Lovász Péter
Pál Zoltán
A bajnoksapat edzői:
M. Oroszi Zsuzsa,
Magyari Gyula

2. Bp. Honvéd 48,8525
Labádi Gábor
Gazdag Tamás
Tóth Gábor
Labádi Lóránt
3. ASE 47,8650
Olteán Csongor
Tokai János
Olteán Csaba
Murányi Péter
4. Sz. MÁV-Szoltisz 45,0725
5. Mohácsi TE 43,6800
6. Békéscsabai AC 42,1450
7. Vasas-Humansoft 40,2675
8. Lengyel DSE 32,9925

NŐK

100 m gát (84 cm)

1. TSC-Geotech 15,4750
Becsák Barbara
Jávorfői Ágnes
Lipták Zita
Furák Szandra
A bajnoksapat edzői:
Salamon Zoltán,
Hoffer József
2. Ikarus BSE 16,9700
Horváth Dóra
Kleiner Nóra
Lengyel Judit
Bagdi Zita
3. Gödöllői EAC 17,0525
Durkó Eliána
Szeleczki Xénia
Bod Judit
Sztrarenszki Magdolna
4. DiAC 17,4300
5. Favorit AC 17,4425

300 m gát (76 cm)

1. TSC-Geotech 47,2425
Jávorfői Ágnes
Lipták Zita
Becsák Barbara
Furák Szandra



Fotó: Zink



Fotó: Zink

A bajnoksapat edzői:

- Salamon Zoltán,
Hoffer József
2. Debreceni AK-DSI 47,4450
Pistár Sziliva
Csáki Fruzsina
Vincze Andrea
Aradi Borbála
3. Gödöllői EAC 47,8325
Sztarenszky Magdolna
Hidas Anna
Szeleczi Xénia
Bolbás Gyöngyi
4. Ikarus BSE 48,4600
5. Favorit AC 48,7275
6. ARAK 48,9000
7. DiAC 50,4000

Magas

1. KARC 1,5625
Magyar Tímea
Bene Hajnalka
Adamik Anna
Erdős Zsuzsanna
A bajnoksapat edzői:
Adamik Zoltán,
Simity László
2. KSI SE 1,4750
Olasz Krisztina
Kövesi Erika
Barta Orsolya
Kőszegi Boglárka
3. Gödöllői EAC 1,3750
Durkó Eliána
Szeleczi Xénia
Hüse Nikolett
Bolbás Gyöngyi
4. DiAC 1,3500
5. Lengyel DSE 1,3000

Rúd

1. Gödöllői EAC 2,2500
Harmati Katalin
Szeleczi Xénia
Gönczi Krisztina
Bolbás Gyöngyi

A bajnoksapat edzője:

- Szörényi István
2. MAFC 2,2000
Németh Diana
Alker Enikő
Dávid Anna
Oháti Ildikó

Távol

1. TSC-Geotech 5,1750
Becsák Barbara
Jávorfí Ágnes
Furák Szandra
Siroki Petra
A bajnoksapat edzői:
Salamon Zoltán,
Hoffer József
2. FTC 5,0925
Szlovicsák Katalin
Andris Anita
Gyömrei Tímea
Szilágyi Nóra
3. DiAC 4,9050
Csendom Edina
Kádes Anita
Grassalkovits Diána
Kiss Zsuzsa
4. Debreceni AK-DSI 4,8775
5. Gödöllői EAC 4,8650
6. Bp. Honvéd 4,8400
7. KSI SE 4,7150
8. Favorit AC 4,6975

Hármas

1. FTC 10,9375
Gyömrei Tímea
Andris Anita
Szlovicsák Katalin
Szilágyi Nóra
A bajnoksapat edzői:
Fejős Mihály,
Kasperkiewicz Gábor
2. Favorit AC 10,1375
Sztányi Szandra

- Gelencsér Gabriella
Fehér Andrea
Dobrovodsky Anikó
3. DiAC 9,8750
Grassalkovits Diána
Kiss Zsuzsanna
Csendom Edina
Kádas Anita
4. KSI SE 9,6310

Súly

1. GanzAir-KAC 11,3350
Dobó Ágnes
Földi Zita
Bata Melinda
Horváth Renáta
A bajnoksapat edzője:
Bencsik Pál
2. Dobó SE 10,1700
Kéri Andrea
Németh Orsolya
Tripa Ildikó
Nickl Vanda
3. UTE 9,9525
Hipeller Éva
Szöllös Eszter
Varga Roxána
Érdi Nikolett
4. Favorit AC 9,5250
5. VEDAC 8,6900
6. SzVSE 8,2950

Diszkosz

1. GanzAir-KAC 34,8750
Dobó Ágnes
Vékony Zsuzsanna
Szlovák Anikó
Bata Melinda
A bajnoksapat edzői:
Bencsik Pál, Siha János
2. Dobó SE 29,3600
Kéri Andrea
Tripa Ildikó
Németh Orsolya
Németh Noémi
3. UTE 28,6200

- Szöllös Eszter
Hipeller Éva
Varga Roxána
Érdi Nikolett
4. Favorit AC 28,5025
5. Kklacházai DAK 27,8150
6. SzVSE 23,9750
7. VEDAC 23,8250
8. KARC 22,7575

Kalapács

1. Dobó SE 52,4750
Kéri Andrea
Németh Orsolya
Németh Noémi
Tripa Ildikó
Nickl Vanda
A bajnoksapat edzői:
Németh Pál, Németh László
2. Vitalitás SE 38,0350
Fábián Zsuzsanna
Deák Zsanett
Fazekas Dorothy
Tomon Mária
3. VEDAC 33,1175
Orbán Éva
Mészöly Piroska
Hubai Katalin
Szőke Judit
4. SzVSE 25,0475
5. Favorit AC 21,8375

Gerely

1. TSC-Geotech 36,1800
Lipták Zita
Jávorfí Ágnes
Becsák Barbara
Furák Szandra
A bajnoksapat edzői:
Hoffer József,
Salamon Zoltán
2. KARC 32,7050
Juhász Hella
Tánczos Zsófia
Erdős Zsuzsa
Megyeri Csilla



Fotó: Zink

3. GanzAir-KAC 32,0225

Horváth Renáta

Szlovák Anikó

Dobó Ágnes

Bata Melinda

4. Kklacházai DAK 30,8225

5. Favorit AC 27,3700

SERDÜLŐK

Fiúk

100 m gát (84 cm)

1. Royal Sped-ZAC 14,9825

Nagy Balázs

Szilasi Gábor

Góczán Bence

Kiss Ádám

A bajnoksapat edzői:

Kámán Ferenc,

Csikós Sándor,

Csiszár Attila

2. Törökszentmiklósi DAK
15,3525

Bognár Miklós

Hagyó Attila

Török Dávid

Bozsó Balázs

3. UTE-XV. SI 15,3550

Käffer Levente

Mihály Krisztián

Szabó Attila

Balla Tamás

4. Dunakeszi VSE 15,4350

5. Dunaújváros VSI 15,7225

6. Debreceni AK-DSI 15,7350

7. GanzAir-KAC 15,8650

8. DiAC-MISI 16,6275

300 m gát (76 cm)

1. Royal Sped-ZAC 43,5575

Szilasi Gábor

Nagy Balázs

Góczán Bence

Kiss Ádám

A bajnoksapat edzői:

Kámán Ferenc,

Csikós Sándor,

Csiszár Attila

2. TSC-Geotech 44,4475

Hegedűs Mátyás

Egri Viktor

Básti Péter

Vörös Sándor

3. NyVSC 44,8025

Márkus Mórió

Vincze Gergő

Kujbus György

Maré Attila

4. Dunakeszi VSE 45,5975

5. Dunaújvárosi VSI 45,6800

6. DiAC-MISI 46,4300

7. Favorit AC 46,7525

8. Egri SSE 47,1500

Magas

1-2. Sz. MÁV-Szoltisz 1,7125

Palásti Gábor

Varga Ádám

Bottyán Gábor

Ecseki Dániel

A bajnoksapat edzője:

Ecseki Tibor

1-2. ASE 1,7125

Lehoczky Árpád

Molnár Gábor

Ecsedi Gergő

Lakatos József

A bajnoksapat edzője:

Ecsedi László

3. Egri SSE 1,6000

Pálhy Zsolt

Bényei Balázs

Sallai Bence

Szabó Dávid

4. PVSZK 1,5625

5. Lengyel DSE 1,5375

6. Tszmiklósi DAK 1,5250

7. AC Bonyhád 1,5250

8. KSI SE 1,5000

Rúd

1. Bp. Honvéd 3,6250

Ungvári Tamás

Erdős Edwárd

Horn tamás

Auth Adrián

A bajnoksapat edzője:

Moldvai Ferenc

2. Debreceni AK-DSI 3,0750

Tóth Roland

Csatári Gergő

Tóth Csanád

Bodolai András

3. Gödöllői EAC 2,4500

Szörényi Tamás

Varga János

Korányi Gergő

Gajdányi András

Távol

1. Sz. MÁV-Szoltisz 5,8600

Falusi László

Kiss László

Szakali Ferenc

Rátkai András

A bajnoksapat edzői:

Fuch Géza, Bagyinszki Géza,

Öhlbaum Zoltánné

2. Hajdúböszörményi VSSE

5,7550

Jenei Ferenc

Szabó Imre

Nagy Imre

Nagy Péter

3. TSC-Geotech 5,7525

Hegedűs Mátyás

Básti Péter

Egri Viktor

Kreisz Gábor

4. Tszentmiklósi DAK 5,7200

5. Kkfélégyházi Honvéd

5,6700

6. Egri SSE 5,5500

7. DiAC-MISI 5,5075

8. Dunaújvárosi VSI 5,5025

Hármas

1. Dunakeszi VSE 11,5950

Orosz Ákos

Bartók Levente

Szebeni Ádám

Tóth Imre

A bajnoksapat edzője:

Maracskó Pál

2. Debreceni AK-DSI 11,5300

Harsányi Olivér

Tóth Roland

Bodolai András

Csatári Gergő

3. Favorit AC 10,9825

Dobrodovszky Tamás

Farkas Zoltán

Kőhalmi István

Beke Roland

Súly (4 kg)

1. GanzAir-KAC 13,7900

Pásztor Gergely

Szabó Gábor

Faragó Attila

Savanya Imre

A bajnoksapat edzői:

Bencsik Pál, Siha János,

Zag László

2 Dobó SE 13,5100

Németh Kristóf

Pálhegyi Sándor

Kiss Szabolcs

Bogár László

3. Kkf. Honvéd 13,2125

Gulyás Gergő

Kovács Sándor

Farkas Zsolt

Kádár Ákos

4. Omega AC 12,7900

5. Vasas-Humansoft 12,3825

6. PVSZK 11,9125

7. SzVSE 11,7325

8. NyVSC 11,5150

Diszkosz (1 kg)

1. GanzAir-KAC 46,2450

Pásztor Gergely

Szabó Gábor

Savanya Imre

Körmös Csaba

A bajnoksapat edzői:

Siha János, Bencsik Pál,

Zag László

2. CSASE 44,2800

Botyánszki Mátyás

Julis Viktor

Ollé Attila

Bitófalvi Péter

3. Dobó SE 43,5275

Bogár László

Németh Kristóf

Kiss Szabolcs

Pálhegyi Sándor

4. Vasas-Humansoft 41,0525

5. NyVSC 37,5300

6. VEDAC 32,6200

7. Kklacházi DAK 31,2375

8. SzVSE 31,1175

Kalapács

1. Dobó SE „A” 50,7175

Németh Kristóf

Bogár László

Németh László

Seprényi Balázs

A bajnoksapat edzői:

Németh Pál, Németh László

2. Dobó SE „B” 50,6225

Kiss Szabolcs

Pálhegyi Sándor

Poór Ádám

Woppel Gergő

3. Pápai SE 44,0975

Fódi Zoltán

Tálos Norbert

Rudi András

Sándor Norbert

4. CSASE 41,4500

5. VEDAC 40,6800

6. Veszprémi ESC 33,2475

Gerely

1. GanzAir-KAC 48,9475

Körmös Csaba

Pásztor Gergely

Faragó Attila

Savanya Imre

A bajnoksapat edzői:

Bencsik Pál, Siha János,

Zag László

2. Törökszentmiklósi DAK

43,9050

Anda Tibor

Varga Lőrinc

Török Dávid

Bognár Miklós

3. ASE 42,8900

Kármán László
Lehoczky Árpád
Katancsics László
Lakatos József
4. Sz. MÁV-Szoltisz 41,5375
5. Verőcei DSE 37,5450
6. KARC 36,6375
7. UTE-XV. SI 36,4525
8. Vasas-Humansoft 34,6800

Lányok

100 m gát (76 cm)

1. Debreceni AK-DSI 16,1775
Aradi Bernadett
Lukács Zita
Csiki Emese
Gyüre Bernadett
A bajnokcsapat edzői:
Nagy Tibor, Huba László,
Szilágyi Tibor
2. Favorit AC 16,9275
Hanyecz Réka
Táskai Diána
Tóth Judit
Bencz Annamária
3. VEDAC 17,0825
Szekeres Kinga
Novák Judit
Volák Andrea
Stark Barbara
4. Gödöllői EAC 17,6900
5. Dunakeszi VSE 18,0825
6. Ócsa SE 18,5650

300 m gát (76 cm)

1. Debreceni AK-DSI 48,5150
Lukács Zita
Aradi Bernadett
Csiki Emese
Gyene Bernadett
A bajnokcsapat edzői:
Nagy Tibor, Huba László,
Szilágyi Tibor
2. Gödöllői EAC „A” 50,7525
Vágó Mónika
Erdélyi Zsófia
Kovács Dóra
Mészáros Krisztina
3. VEDAC 51,8350
Novák Judit
Szekeres Kinga
Stark Barbara
Presits Gyöngyi
4. DiAC-MiSi 52,3650
5. Gödöllői EAC „B” 56,6250
6. FTC 56,9650

Magas

1. PVSZ 1,4875
Vukmann Erika

Ulbert Réka
Mészáros Kitty
Csirke Nikolett
A bajnokcsapat edzője:
Fekete Viktória
2. KSI SE 1,4375
Sárdy Réka
Benesóczky Anna
Szivák Xénia
Debreczeni Zsófia
3. Gödöllői EAC 1,4250
Mészáros Krisztina
Székely Mária
Dús Jetta
Fazekas Nikolett
4. Royal Sped-ZAC 1,4125
5. Sz. MÁV-Szoltisz 1,4000
6. KARC 1,3875
7. UTE-XV. SI 1,3375

Rúd

1. Gödöllői EAC 2,4250
Dús Jetta
Székely Nóra
Mészáros Krisztina
Bolbás Csilla
A bajnokcsapat edzője:
Szörényi István
2. Bp. Honvéd 2,4000
Horváth Anita
Breier Anna
Wichmann Ivett
Garzó Andrea

Távol

1. ARAK 4,9250
Varga Fruzsina
Pálfi Katalin
Gyolcsos Mária
Bokor Bianka
A bajnokcsapat edzői:
Halász Géza, Varga Tamás,
B. Páli Judit
2. PVSZ 4,8075
Mészáros Kitty
Tasi Anna
Vukmann Erika
Ulbert Réka
3. VEDAC 4,8050
Volák Adrienn
Prezits Gyöngyi
Novák Judit
Szekeres Kinga
4. Nagykanizsai AK 4,7925
5. Sz. MÁV-Szoltisz 4,6375
6. UTE-XV. SI 4,6350
7. NyVSC 4,6275
8. DiAC-MiSi 4,600

Súly (3 kg)

1. Kklacházai DAK „A”
10,1675
Bíró Margit
Kovács Brigitta
Tóth Nikolett
Simon Klaudia
A bajnokcsapat edzői:
Balogh László, Foki Vilmos
2. Debreceni AK-DSI 9,9650
Veres Rita
Siket Andrea
Gyene Bernadett
Bedő Zsuzsa
3. Favorit AC 9,8375
Dóka Diána
Kovács Boglárka
Baki Brigitta
Táskai Diána
4. VEDAC 9,7200
5. UTE-XV. SI 9,3200
6. SzVSE 9,1500
7. Kklacházai DAK „B”
9,0025
8. FTC 8,9625

Diszkosz

1. Kklacházai DAK „A”
29,4750
Bíró Margit
Tóth Nikolett
Kovács Brigitta
Horváth Hajnal
A bajnokcsapat edzői:
Balogh László, Foki Vilmos
2. VEDAC 25,9325
Strenner Judit
Sári Eszter
Sass Ildikó
Borbély Mariann
3. Kklacházai DAK „B”
24,2800
Aradi Alexandra
Móri Viktória
Novosielski Barbara
Káta Katalin
4. Favorit AC 23,0625
5. Debreceni AK-DSI 22,2075
6. Kklacházai DAK „C”
22,1375
7. FTC 21,9775
8. PVSZ 21,8200

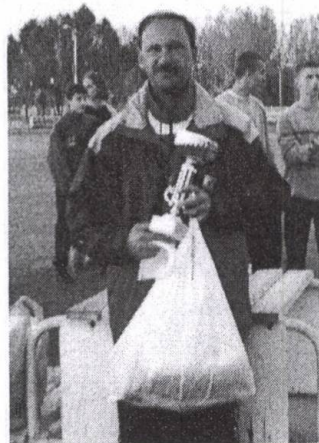
Kalapács (3 kg)

1. Dobó SE 40,7200
Iván Ivett
Fehér Dóra
Gombkötő Veronika
Seiler Alexandra
A bajnokcsapat edzői:
Németh Pál, Németh László

2. Vitalitás SE 31,3500
Gömör Marianna
Kardos Gabriella
Vadkerti Hanna
Révész Diána
3. Favorit AC 16,5025
Kovács Boglárka
Egyed Lenke
Táskai Diána
Baki Brigitta

Gerely

1. UTE-XV. SI 32,1825
Mojzes Barbara
Kramarics Hédi
Varga Viktória
Zeller Zita
A bajnokcsapat edzői:
Körös András, Boros Sándor,
Sz. Patinszky Andrea
2. Kklacházai DAK „A”
30,3625
Tóth Viktória
Simon Klaudia
Horváth Hajnal
Káta Katalin
3. FTC 30,0175
Széphegyi Kitti
Faa Katalin
Ládonyi Melinda
Andris Adrienn
4. Debreceni AK-DSI 27,6650
5. Favorit AC 25,9950
6. Kklacházai DAK „B”
24,8800
7. Kklacházai DAK „C”
22,6450
8. PVSZ 21,3925



Suba László

NEMZETKÖZI GYALOGLÓVERSENY FIATALKORÚAK ORSZÁGOS GYALOGLÓ-CSAPATBAJNOKSÁGA

Kétfodony, 2002. október 5.

Kétfodony tavaly bevonult a honi gyaloglás történetébe, ugyanis először rendezték meg itt a fiataikorúak gyalogló-csapatbajnokságát és a Nógrád megyei kisközség egy négy ország versenyzőit felvonultató nemzetközi versenynek is otthont adott.

Az idén a helység ismét fellválta a junior, az ifjúsági, valamint a serdülő korosztály gyalogló CSB-jének lebonyolítását és a Cserhátvidéke Körzeti Takarékszövetkezet támogatásának köszönhetően lengyel, olasz, szlovák és bolgár fiatalok részvételével újból nemzetközi viadalnak lehettek szemtanúi a helybéli érdeklődők, valamint az idelátogató vendégek.

A bajnokság és a nemzetközi verseny eseményei – most már mondhatni, hogy hagyományosan – szívélyes vendéglátás mellett, szakmailag kifogástalanul zajlottak.

Arról igazán nem a házigazdák tehettek, hogy a szakág felnőtt gárdája „előregedett” és a közvetlen utánpótlás meglehetősen csonka. Ez utóbbi megállapítást igazolja, hogy a juniorok bajnoki versengésében mindössze négy fiú gyalogló (egy csapat) állt rajt-hoz. A lányok mezőnyében mindössze hét indulót (két csapat) regisztrálhattak a versenyrendezők, ráadásul a juniorok gyengébb eredményeket értek el, mint az ifjúságiak. Azonban a legfiatalabb korosztály népes versenyzőgárdáját látva, van ok a bizakodásra.

A felnőtt férfiak 10 km-es versenyében csak külföldi gyaloglók rajtoltak, a junior korosztályban győztes szlovák versenyző a nap legjobb időeredményével (44:37) ért célba. Itt már hazai versenyzők is indultak, de közülük senkinek sem sikerült felkapaszkodnia a dobogóra. Az egyik legnépesebb férfi mezőnyben (15 fő) a tehetséges Csont Attila (49:25) végzett az élen. A legtöbb indulót, 19 főt

felvonultató fiú serdülő mezőny győztese Petrovics Zsolt (27:56) volt.

A felnőtt hölgyek 5 km-es versenyét Füstí Edina, a junior korosztályét Nép Adrienn, az ifikét Varró Katalin, a serdülő lányok 3 km-es távját Takács Júlia nyerte a 22 fős (!) mezőnyben. A nagy versenyzési kedvet jelzi, hogy 12 egyesületből 80 fiú és 107 lány állt rajt-hoz.

A CSB valamennyi női számát dr. Urbán Ákos (és Gál Géza) tanítványai nyerték, a fiúknál a TSC-Geotech három bajnokságot, a DiAC-MISI egy bajnoki aranyérmet szerzett.

T. L.

Nemzetközi gyaloglógála

FÉRFIAK

• Juniorok (10 km)

1. Koczur, Andrej szlovák 44:37
2. Skarba, Martin szlovák 45:00
3. Babik, Tdenoszlav szlovák 45:48

• Ifjúságiak (10 km)

1. Csont Attila Békéscsabai AC 49:25



Fotó: Takács

Füsti Edina

2. Rác Sándor Debreceni SI 49:58
3. Glázer Szabolcs TSC-Geotech 51:08

• Serdülők (5 km)

= 87-es szül.

1. Márta Tibor Békéscsabai AC 24:08:03
2. Bielinski, Pawel lengyel 25:13:09
3. Harkály Gyula PVSZK 25:42:05

= 88-as szül.

1. Darabos Balázs TSC-Geotech 24:56:08
2. Kozłowski, Mateusz lengyel 27:19:02
3. Szemeti Péter TSC-Geotech 27:36:07

= 89-es szül.

1. Petrovics Zsolt TSC-Geotech 27:56:03
2. Sztojanov, Kosztadin bolgár 29:24:04
3. Fésüs Róbert Ipoly Walking C. 31:11:50

NŐK

• Felnőttek (5 km)

1. Füstí Edina TSC-Geotech 23:14:04
2. Galikova, Marija szlovák 23:47:00
3. Zádori Orsolya SzVSE 26:00:00

• Juniorok (5 km)

1. Nép Adrienn Bp. Honvéd 30:11:00
2. Székely Orsolya SzVSE 30:53:05
3. Szakállas Erzsébet Bp. Honvéd 31:58:00

• Ifjúságiak (5 km)

1. Varró Katalin Hunyadi DSE 25:37:07
2. Kernács Krisztina Bp. Honvéd 25:38:00
3. Dimitrova, Radosztina bolgár 25:40:08

• Serdülők (3 km)

= 87-es szül.

1. Erdős Ivett Bp. Honvéd 15:27:05
2. Ballai Erika TSC-Geotech 16:42:09
3. Horváth Enikő TSC-Geotech 16:46:06

= 88-as szül.

1. Boros Réka DiAC-MISI 16:47:00
2. Csinos Nikolett Bp. Honvéd 17:11:09
3. Mándoki Petra DiAC-MISI 17:12:03

= 89-es szül.

1. Takács Júlia Bp. Honvéd 15:28:08
2. Kiss Eszter Bp. Honvéd 17:10:04
3. Ferenczi Beatrix PVSZK 17:31:08

Fiatalok országos gyalogló csapatbajnoksága

FÉRFIAK

• **Juniorok (10 km)**

1. DiAC-MISI

(Polonkai Norbert, Kapéri Levente, Domszalai András)

A bajnokcsapat edzője: Szücs József

• **Ifjúságiak (10 km)**

1. TSC-Geotech 2:38:01

(Glázer Szabolcs, Szemeti Gábor, Deres Norman)

A bajnokcsapat edzője: Kiss Antal

2. Debreceni SI 2:41:31

(Rácz Sándor, Kálló Csaba, Nagy Tamás)

3. DiAC 3:03:08

(Mázik Lajos, Kovács Ádám, Kucserák László)

4. Sz. Hunyadi DSE 3:18:48,0

• **Serdülők (5 km)**

= 87-88-as szül.

1. TSC-Geotech 1:49:16,2

(Darabos Balázs, Oberling Ákos, Szemeti Péter, Budai András)

A bajnokcsapat edzője: Kiss Antal

2. Pécsi VSK 1:57:59,0

(Harkály Gyula, Árvai Zoltán, Zsibrik György, Orsós János)

3. Sz. Hunyadi DSE „A” 1:58:31,0

(Jámbor Zoltán, Simor Gábor, Köő Imre, Kukucska Gergely)

4. Sz. Hunyadi DSE „B” 2:28:11,6

= 89-es szül.

1. TSC-Geotech „A” 1:30:12,7

(Petrovics Zsolt, Nagy Dániel, Varga Krisztián)

A bajnokcsapat edzője: Kiss Antal

2. Ipoly Walking Club 1:38:45,2

(Fésűs Róbert, Kuloranyi Kornél, Urasko)

3. Dunaújvárosi SI 1:44:09,0

(Büki Csaba, Farkas Ákos, Sánta Balázs)

4. TSC-Geotech „B” 1:46:52,1

NŐK

• **Juniorok (5 km)**

1. Bp. Honvéd 1:34:54,0

(Nép Adrienn, Szakállas Erzsébet, László Petra)

A bajnokcsapat edzői: dr. Urbán Ákos, Gál Géza



Fotó: Takács

2. Sz. Hunyadi DSE 1:48:55,6

(Fehér Ibolya, Szabó Zsanett, Lendvai Andrea)

• **Ifjúságiak (5 km)**

1. Bp. Honvéd 1:21:58,2

(Kernács Krisztina, Nemere Dóra, Brunecker Ilona)

A bajnokcsapat edzői: dr. Urbán Ákos, Gál Géza, Havassy István

2. Szegedi VSE 1:35:44,9

(Mityók Tímea, Lajkó Judit, Biacs Bernadett)

3. Sz. Hunyadi DSE „A” 1:36:56,3

(Varró Katalin, Bárany Nikolett, Gertner Andrea)

4. Sz. Hunyadi DSE „B” 1:56:56,0

• **Serdülők (3 km)**

= 87-88-as szül.

1. Bp. Honvéd „A” 1:07:26,3

(Erdős Ivett, Csinos Nikolett, Mészáros Anita, Sivák Bernadett)

A bajnokcsapat edzője: dr. Urbán Ákos

2. TSC-Geotech 1:11:18,5

(Ballai Erika, Horváth Enikő, Udvari Csilla, Tóth Viktória)

3. DiAC-MISI 1:13:51,9

(Boros Réka, Mándoki Petra, Zacher Brigitta, Babinszki Réka)

4. Bp. Honvéd „B” 1:16:48,4

5. Dunaújvárosi VSI 1:19:53,7

6. Sz. Hunyadi DSE „A” 1:22:50,0

7. Sz. Hunyadi DSE „B” 1:28:48,2

8. Sz. Hunyadi DSE „C” 1:34:46,0

= 89-es szül.

1. Bp. Honvéd 51:08,2

(Takács Júlia, Kiss Eszter, Bajnai Eszter)

A bajnokcsapat edzői: dr. Urbán Ákos, Gál Géza

2. Pécsi VSK 58:26,0

(Ferenczi Beatrix, Keller N., Orsós Nikolett)

3. TSC-Geotech 58:58,0

4. DiAC-MISI 61:02,1

5. Sz. Hunyadi DSE „A” 62:01,03

6. Sz. Hunyadi DSE „B” 65:31,0

DIÁKOLIMPIAI ÜGYESSÉGI ÉS VÁLTÓFUTÓ CSAPATBAJNOKSÁG

Budapest, 2002. október 9.

A Magyar Diáksport Szövetség (MDSz) megrendezte az idei tanév első diákolimpiai országos döntőjét. A most már hagyományosnak nevezhető verseny öröndetes érdeklődés mellett, két lépcsőben zajlott. Első ízben fordult elő, hogy mindenütt megrendezték a versenyt és az országos döntőbe egy vagy több csapat be is jutott minden megyéből.

Mi a jelentősége ennek a verseny-

nek? Talán az a legfontosabb, hogy az ügyességi számokkal több száz iskola foglalkozik valamilyen formában és eredménnyel. Amennyiben az iskola rendelkezik egy jó eredményt elérő versenyzővel, sok helyen foglalkoznak „kiegészítő” emberekkel a csapatátlag érdekében. Nagyon sok példa van arra, ahogy ezekből a kiegészítő emberek közül kiváló versenyzők lettek. A csapat kialakításának másik formája, hogy

egy-egy versenyszámmal kiemelten foglalkoznak az iskolában.

Ezen a versenyen nem beszélhetünk arról, hogy az igazolt atléták viadala volt. Olyan iskolák kerültek a döntőbe, amelyek az atlétika térképén ritkán vagy egyáltalán nem szerepelnek (Pannonhalma, Jánoshalma, Csurgó, Boconád, Mesztegnyő, Záhony, Gyulafirátót, Gelse, Nyírlövő stb.). Ha egyéb eredménye nem lenne ennek a versenynek, mint a felsorolt helységek részvétele, már megérte megrendezni. Ne feledjük, a részvétel minden költségét a részt vevő iskolák fedezték. Ugye, hogy sok helyen szeretik ezt a sportágat...

Állandó vitatéma a III-IV. korcsoport részvételének létjogosultsága. Remélhetőleg az idei verseny sikere az ellenzőket is jobb belátásra bírja és a téma lekerül a vitás kérdések palettájáról.

Az országos döntőn 78 (52 iskola) III-IV. korcsoportos és 104 (58 iskola) V-VI. korcsoportos csapat vett részt. Jellemző az érdeklődésre, hogy mindössze 4 (!) csapat nem jelent meg az indulásra jogosultak közül. A kétlépcsős versenysorozat teljes csapatlétszámát sajnos nem ismerjük, mert több megye nem küldte el a teljes jegyzőkönyvet.

Szólni kell egy furcsa jelenségről! Többen olyan váddal illették a megyei rendezőket, hogy a meghívás érdekében „kozmetikázott” eredmények is születtek. Nem lenne jó, ha ez a nézet elterjedne akkor, amikor a jegyzőkönyvek aláírással és pecséttel ellátva kerülnek elküldésre.

A tervek szerint jövőre két napon rendezi az MDSz a versenyt és akkor az idei számonkénti 8 helyett 12 csapat részvételére lesz lehetőség. Így az indulási lehetőség kibővülése ellenére is nyugodt körülmények között rendezhető meg a diákatléták csapatversenye.

Az idén első ízben volt hivatalos pontverseny a III-IV. korcsoportban. A debreceniek egy nagyon szép vándordíjat alapítottak a tragikusan elhunyt kiváló edző és testnevelő, Kovács Csaba emlékére.

K. S.

FIÚK

V-VI. korcsoport

4x1500 m

1. Ipari Szki. és Gimn. (Veszprém) 17:10,2

Kis Áron, Szöcs Gyula, Minczér Albert, Takács Dávid

Testnevelő: Engel Nagy Zsolt

2. 508. sz. Kertvárosi Szakképző Isk. (Pécs) 17:16,9

3. Lovassy László Gimn. (Veszprém) 17:31,4

Magas

1. Bencés Gimn. (Pannonhalma) 1,7875

Testnevelő: Török Lóránd

Horváth Milán

Szalay István

Márton Lőrinc

Gelencsér András

Ujfalussy Domonkos

2. Tiszaparti Gimn. és Humán Szki. (Szolnok) 1,7875

3. Csokonai Vitéz Mihály Gimn. (Debrecen) 1,7750

Távol

1. Csokonai Vitéz Mihály Gimn. (Debrecen) 5,9350

Testnevelő: Vona Attila

Nagy Norbert

Dudics László

Csatári Gergő

Tanki Norbert

2. Csány László Közgazd. Szki. (Zalaegerszeg) 5,8100

3. Vörösmarty Mihály Gimn. (Érd) 5,8100

Súly (6 kg)

1. Dr. Marek József Mezőgazd. és Közgazd. Szki. (Mohács) 12,6100

Testnevelő: Filákovity István

Kürthy Lajos

Fridrich Balázs

Hafner Norbert

Hajdú László

Magyar Balázs

2. Gépipari, Közl. Szakközép- és Szakisk. (Szolnok) 11,7875

3. II. Rákóczi Ferenc Mezőgazd. Szki. (Kiskunhalas) 11,6925

Diszkosz (1,75 kg)

1. Dr. Marek József Mezőgazd. és Közgazd. Szki. (Mohács) 37,8500

Testnevelő: Filákovity István

Kürthy Lajos

Hajdú László

Hafner Norbert

Fridrich Balázs

Magyar Balázs

2. Dráva Völgye Középisk. (Barcs) 35,8075

3. Vasvári Pál Gimn. (Nyíregyháza) 34,0200

Gerely

1. Madách Imre Gimn. (Vác) 48,5250

Testnevelő: Csernok Gyula,

edző: Magyar József

Magyar Zoltán

Lovász Péter

Gaál Dávid

Greff Tamás

Szikora Gábor

2. Eötvös József Gimn. (Tata) 46,7600

3. Vasvári Pál Gimn. (Nyíregyháza) 45,4425

Christián László emléktverseny

1. Dr. Marek József Mezőgazd. és Közgazd. Szki. (Mohács) 36

Testnevelő: Filákovity István

2. Csokonai Vitéz Mihály Gimn. (Debrecen) 36

3. Vasvári Pál Gimn. (Nyíregyháza) 34

4. Madách Imre Gimn. (Vác) 28

5. Dráva Völgye Középisk. (Barcs) 24

6. Gépipari, Közlekedési Szakközép- és Szakisk. (Szolnok) 22

7. Vörösmarty Mihály Gimn. (Érd) 22

8. II. Rákóczi Ferenc Mezőgazd. Szki. (Kiskunhalas) 20

9. Eötvös József Gimn. és Szakképző Isk. (Tiszaújváros) 20

10. Bencés Gimn. (Pannonhalma) 18

12. 508. sz. Kertvárosi Szakképző Isk. (Pécs) 14

- Tiszaparti Gimn. és Humán Szki. (Szolnok) 14

- Eötvös József Gimn. (Tata) 14

- Csány László Közgazd. Szki. (Zalaegerszeg) 14

16. Boronkay György Műszaki Középisk. (Vác) 14

17. Lovassy László Gimn. (Veszprém) 12

18. Pálffy János Műszeripari, Vegyipari Szki. (Szolnok) 10

- Nagy Lajos Gimn. (Szombathely) 10

- Piarista Gimn. (Vác) 10

21. Lengyel József Gimn. (Oroszlány) 8

22. Vásárhelyi Pál Műszaki Szki. (Békéscsaba) 6

- Egressy Gábor Szki. (Budapest) 6

- Nagyváthy János Középisk. (Csurgó) 6

Munkácsy Mihály Középisk.	
(Gyula)	6
26. Surányi Endre Szakképző Isk.	
(Kazincbarcika)	6
27. Madách Imre Gimn. (Salgótarján)	4
I. Béla Gimn. (Szekszárd)	4
29. Eötvös József Középisk. (Heves)	2
Mezőgazdasági Szki. (Jánoshalma)	2
Élelmiszerip. és Földmérési Szki.	
(Szombathely)	2

III-IV. korcsoport

Magas

1. Lánchíd utcai Ált. Isk. (Kecskemét) 1,5375

Testnevelő: Adamik Zoltán

Jaksa András

Vidács Dávid

Borsos Zoltán

Sahin Csaba

Bimbó Tamás

2. Toldi Lakótelepi Ált. Isk. és Gimn.

(Kaposvár) 1,5250

3. Petőfi Sándor Evangélikus Gimn.

(Bonyhád) 1,4625

Távol

1. Darvas József. Ált. Isk. (Kiskunfélegyháza) 5,3625

Testnevelő: Fábián József

Kurucz Szabolcs

Koller Nándor

Matuzik Tibor

Kocsis Gábor

Rácz Mihály

2. Kazinczy Ferenc Ált. Isk. (Budapest)

5,2600

3. Általános és Művészeti Isk.

Pedagógiai Szakszolg. (Tiszaújváros)

5,0675

Súly (4 kg)

1. József Attila Ált. Isk. (Kiskunfélegyháza) 10,5000

Testnevelő: Kerék Csaba

Szücs Gábor

Bacsó Csaba

Drozdik Dávid

Ajtai Richárd

Czibolya Csaba

2. Fényi Gyula Jezsuita Gimn.

(Miskolc) 10,3475

3. 5. sz. Ált. Isk. (Gyula) 10,2400

Kislabda

1. Általános Művelődési Központ (Boconád) 57,6725

Testnevelő: Bonyár Istvánné

Detrik Norbert

Balogh Tamás

Ugrai Richárd	
Tatár Dániel	
Tari Dániel	
2. Ladi János Ált. Isk. (Mesztegyő)	56,9875
3. Evangélikus Ált. Isk. (Nyíregyháza)	56,1775

III-IV. korcsoport (fiú-lány váltó)

10x200 m

1. Lánchíd utcai Ált. Isk. (Kecskemét) 4:36,8

Testnevelő: Adamik Zoltán

Vári Nóra, Sahin Csaba, Vörös Orsolya,

Jaksa András, Varga Nikolett, Schrauff

Tamás, Földi Laura, Borsos Zoltán,*

Toldy Laura, Vidács Dávid

2. 5. sz. Ált. Isk. (Gyula) 4:40,2

3. Móricz Zsigmond Ált. Isk.

(Nyíregyháza) 4:40,5

LÁNYOK

V-VI. korcsoport

4x800 m

1. Vetési Albert Gimn. (Veszprém) 9:34,7

Egyed Julianna, Vörös Eszter, Kovács

Zsófia, Wágenhoffer Judit

Testnevelő: Szász Péter,

edző: T. Stupán Anikó

2. Kölcsey Ferenc Gimn. (Budapest)

9:35,2

3. Erkel Ferenc Gimn. (Gyula) 9:45,3

Magas

1. Bolyai János Gimn. (Kecskemét) 1,4875

Testnevelő: Nyilas Beáta

Adamik Anna

Pintér Szilvia

Rávai Kitty

Sipka Ágnes

Fülöp Hédi

2. Madách Imre Gimn. (Salgótarján)

1,4000

3. Török Ignác Gimn. (Gödöllő) 1,4000

Távol

1. Fazekas Mihály Gimn. (Debrecen) 5,0575

Testnevelő: Szilágyi Tibor

Veres Réka

Fézer Beáta

Csáki Fruzsina

Vass Melinda

Vincze Andrea

2. Török Ignác Gimn. (Gödöllő) 5,0275

3. Eötvös József Gimn. (Tata) 4,9925

Súly

1. II. Rákóczi Ferenc Mezőgazd. Szki. (Kiskunhalas) 10,2325

Testnevelő: Gurály Attila,

edző: Bencsik Pál

Dobó Ágnes

Bata Melinda

Horváth Renáta

Hernádi Orsolya

Tettei Sika

2. Kölcsey Ferenc Gimn. (Zalaegerszeg) 9,4475

3. Eötvös József Gimn. (Tata) 9,4125

Diszkosz

1. II. Rákóczi Ferenc Mezőgazd. Szki. (Kiskunhalas) 31,5625

Testnevelő: Gurály Attila,

edző: Bencsik Pál

Dobó Ágnes

Bata Melinda

Horváth Renáta

Tettei Sika

Hernádi Orsolya

2. Ady Endre Gimn. (Ráckeve) 27,9875

3. Vetési Albert Gimn. (Veszprém) 27,6475

Gerely

1. Eötvös József Gimn. (Tata) 36,6475

Testnevelő: Várszegi Péterné

Lipták Zita

Jávorfai Ágnes

Bakonyi Lúcia

Kozári Karina

Becsák Barbara

2. Fazekas Mihály Gimn. (Debrecen)

29,2875

3. Ady Endre Gimn. (Ráckeve) 28,9575

Dr. Irányossyné Vértessy Katalin emléktverseny

1. Fazekas Mihály Gimn. (Debrecen) 66

Testnevelő: Szilágyi Tibor

2. II. Rákóczi Ferenc Mezőgazd. Szki. (Kiskunhalas) 44

3. Eötvös József Gimn. (Tata) 42

4. Vetési Albert Gimn. (Veszprém) 30

5. Török Ignác Gimn. (Gödöllő) 26

Ady Endre Gimn. (Ráckeve) 26

7. Madách Imre Gimn. (Vác) 22

8. Bolyai János Gimn. (Kecskemét) 18

9. Madách Imre Gimn. (Salgótarján) 14

Kölcsey Ferenc Gimn. (Budapest) 14

Kölcsey Ferenc Gimn. (Zalaegerszeg) 14

12. Erkel Ferenc Gimn. (Gyula) 14

13. Tevan Andor Gimn. (Békéscsaba) 12

14. Eötvös József Gimn. és Szakképző

Isk. (Tiszaújváros) 10

Diósgyőri Gimn. (Miskolc) 10

16. Rózsa Ferenc Gimn. (Békéscsaba) 10
 17. Jedlik Ányos Gimn. (Budapest) 8
 III. Béla Gimn. (Baja) 8
 19. Csokonai Vitéz Mihály Gimn. (Debrecen) 8
 20. Szent-Györgyi Albert Középisk. (Szombathely) 6
 Illyés Gyula Gimn. (Budaörs) 6
 Hunyadi János Gimn. (Mezőkovácsháza) 6
 Vasvári Pál Gimn. (Nyíregyháza) 6
 24. Szent-Györgyi Albert Középisk. (Kecskemét) 4
 Vajda János Gimn. (Keszthely) 4
 Petőfi Sándor Evangélikus Gimn. (Bonyhád) 4
 Táncsics Mihály Gimn. (Kaposvár) 2

III-IV. korcsoport

Magas

1. Berzsenyi Dániel Ált. Isk. (Kaposvár) 1,3750
Testnevelő: Lukács Sándor
 Táskai Diána
 Tóth Judit
 Hanyecz Réka
 Dóka Diána
 Egyed Lenke
 2. Dr. Kemény Ferenc Ált. Isk. (Eger) 1,3375
 3. Lánchíd utcai Ált. Isk. (Kecskemét) 1,3375

Távol

1. Bernyezs Dániel Ált. Isk. (Kaposvár) 4,6900
Testnevelő: Lukács Sándor
 Táskai Diána
 Tóth Judit
 Hanyecz Réka
 Dóka Diána
 Gerencsér Edit
 2. Lánchíd utcai Ált. Isk. (Kecskemét) 4,5075
 3. Derkovits Gyula Ált. Isk. (Szombathely) 4,5075

Súly (3 kg)

1. Általános Iskola (Kiskunlacháza) 9,6975
Testnevelők: Foki Vilmos, Balogh László
 Tóth Nikolett
 Horváth Hajnal
 Bárány Brigitta
 Oravecz Orsolya
 Pataki Noémi
 2. Bálint Sándor Ált. Isk. (Szeged-Tápé) 9,1500

3. Berzsenyi Dániel Ált. Isk. (Kaposvár) 8,9625

Kislabda

1. Dózsa György Ált. Isk. (Tatabánya) 48,5450
Testnevelők: Gyurkovics István, Stanga Tibor
 Tóth Andrea
 Balogh Alexandra
 Sári Kitti
 Kiss Adrienn
 Járóka Adrienn
 2. Mecsekaljai Okt. és Sportközp. - TÁSI (Pécs) 46,6025
 3. Általános Iskola (Kiskunlacháza) 44,6575

ORSZÁGOS KISMARATONI BAJNOKSÁG

**Székesfehérvár,
2002. október 12.**

Az év utolsó országos bajnokságát a megszokott székesfehérvári helyszínen és őszi, október közepi időpontban (1987 óta tizenötödik alkalommal) rendezték meg (csak 2000-ben a Margitszigeten és tavasszal bonyolították le a fiatal futók bajnoki találkozóját). Az indulók létszáma az előző évek szintjén mozgott, 237 fiú és 156 lány állt rajthoz. Utóbbiak mezőnyére jellemző, hogy a négy felső korcsoportban – az ifjúságiak kivételével – csak egy-egy csapat eredményét lehetett értékelni. A tizenkét egyéni bajnoki címet – három kivételével – az ez évi kismaratonni ob előtt már egyéb bajnokságot nyert fiatalok szereztek meg, közülük négyen megismételték tavalyi kismaratonni győzelmüket is.

Az „idősebbek”

korcsoportjaiban négyen nyertek idén egyéni bajnoki aranyat. Májusban a 10 000 méteres bajnokságon Németh Máté és Papp Krisztina nemcsak az utánpótláskorú, hanem a felnőtt bajnoki címet is elhódította. Előtte mindketten győztek a mezőn is, utána Németh Máté 3000 méteres akadályon

szerezte meg a felnőtt és utánpótláskorú győzelmet, Papp Krisztina 5000 méteren lett a legjobb utánpótláskorú. Korcsoportja idei korábbi aranyát, az utánpótláskorú Molnár Barbara 10 000 méteren, az ifjúsági bajnok, Bene Barnabás 1500 és 3000 méteren szerezte meg. A két futónő, Papp Krisztina és Molnár Barbara sikersorozatához még az is hozzátartozik, hogy – egy korcsoporttal feljebb is – mindketten megismételték előző évi kismaratonni győzelmüket.

Kivételt csak ketten képeztek: a juniorbajnok Ádok Roland négy ez évi bajnoki bronzérme (mezei, 10 000 m, 3000 és 5000 m) után, míg az ifjúsági bajnok Arany Gitta a tavalyi kismaratonni bajnokság ötödik helyéről lépett elő új bajnoknak.

A serdülők

hat egyéni bajnoki címéből ötöt olyan futó szerzett meg, aki a három héttel korábbi országos serdülőbajnokságon is megnyerte a versenyszámát. Közülük a két fiú, a 15 éves Tóth László és a 14 éves Szemeti Péter teljesítménye emelkedett ki. Ők mindketten megnyerték – egy évfolyammal lejjebb is – a kismaratonni tavalyi bajnokságát, az idei mezei bajnokságot, a serdülő ob-n a 3000 métereket, ráadásul Tóth László az 1500 métert is.

A lányok nem tudták megismételni tavalyi évfolyamos győzelmüket, helyükre a múlt évi harmadik helyről a 15 éves Erdélyi Zsófia, a másodikról a 14 éves Kovács Zsófia lépett az élre, de a két Zsófi előtte már nyert serdülőbajnokságot, Erdélyi 1500 méteren, míg Kovács 800 és 3000 méteren. Csak a 13 éves fiúk bajnoka, Felsőörsi Nagy Péter nem nyert serdülőbajnokságot, mert akkor 2000 méteren a most ezüstérmes Benke Miklós megelőzte.

A csapatbajnokságok

során a szekszárdi fiúk a tavalyi junior csapatbajnoki aranyak mellé megszerezték az utánpótláskorúakét is. A 15 évesek megismételték előző évi csapatbajnoki győzelmüket, a fiúk PAC helyett PVSK néven – azonos

összeállításban –, a lányoknál a Bp. Honvéd, amelynek csapata az ifjúsági bajnokságot is megvédte.

Végeredményben

az erőviszonyok nem nagyon változtak. A 24 bajnoki aranyon 14 (9 vidéki, 5 fővárosi) szakosztály osztozott. A győzelmek megoszlása 17:7-re alakult a vidékiek javára. A legeredményesebben (három-három bajnoki címmel) a pécsi fiúk, a Bp. Honvéd lányai, a debreceniek és a tatabányaiak szerepeltek. Két-két bajnokságot szereztek a szekszárdiak és a szegediek, nyolc szakosztálynak egy-egy győzelem jutott. Meglepetés, hogy az elmúlt években legjobb VEDAC-nak most csak két csapatbajnoki ezüst és egy egyéni bronz megszerzése sikerült.

FÉRFIAK

Utánpótláskorúak (21,1 km)

1. Németh Máté AC Szekszárd 1:10:21
A bajnok edzője: Németh Gyula
2. Karádi Szabolcs AC Szekszárd 1:10:24
3. Kedves Roland KSI SE 1:10:27
4. Hirt Márton Postás-Matáv SE 1:10:39
5. Tóth Tivadar Sz. MÁV-Szoltisz 1:11:12
6. Gonda Zsolt Sz. MÁV-Szoltisz 1:11:18
7. Huszti László DAK-DSI 1:12:21
8. Kovács Krisztián AC Szekszárd 1:12:47

Csapat

1. AC Szekszárd 3:33:32
(Németh Máté, Karádi Szabolcs, Kovács Krisztián)
A bajnoksapat edzője: Németh Gyula
2. KSI SE 3:39:56
(Kedves Roland, Csaja Gábor, Vásáros László)
3. DAK-DSI 3:53:31
(Husztai László, Németh Botond, Szabó Sándor)

Juniorok (20 km)

1. Andok Roland HÓDIÁK 1:06:40
A bajnok edzője: Szemán János
2. Donka Zoltán PVSK 1:06:58
3. Makár Tamás Békéscsabai AC 1:08:24
4. Soós Dávid Bp. Honvéd 1:08:24
5. Khor Bence MAFC1:09:11
6. Kovács Dávid VEDAC 1:09:57
7. Végh Tibor ARAK 1:10:51
8. Molnár Dávid Garancia Starján ASE 1:10:58

Csapat

1. ARAK 3:37:14
(Végh Tibor, Albert Roland, Homola Viktor)
A bajnoksapat edzői: Halász Géza, Hirt Károly
2. Haladás VSE 3:38:00
(Németh Máté, Doma Csaba, Major Bálint)
3. Békéscsabai AC 3:40:50
(Makar Tamás, Csont András, Kraszkó Attila)
4. Margitszigeti AC 3:53:22

Ifjúságiak (15 km)

1. Bene Barnabás PVSK 48:55
A bajnok edzője: Fogarassy Sándor
2. Ott Balázs Bp. Honvéd 49:01
3. Patócs Sándor Békéscsabai AC 50:26
4. Tábor Miklós Békéscsabai AC 50:43
5. Kurucz Balázs VEDAC 51:10
6. Káló Csaba DAK-DSI 51:20
7. Hömöstrei Péter Berzsenyi D. Főisk. 51:57
8. Csoma Gergely UTE 52:05

Csapat

1. DAK-DSI 3:31:55
(Káló Csaba, Gliba Viktor, Pinczés Tamás, Rácz Sándor)
A bajnoksapat edzői: Németh Károly, Papp Zsolt
2. VEDAC „A” 3:34:44
(Kurucz Balázs, Takács Dávid, Jakabfi György, Herczeg Tamás)
3. TSC-Geotech 3:36:23
(Albert Tamás, Cseh Ferenc, Koczás Kornél, Szemeti Gábor)
4. Békéscsabai AC 3:41:23
5. Gy. Dózsa 3:53:04
6. Sz. MÁV-Szoltisz 3:54:46
7. VEDAC „B” 4:02:10
8. Budaörsi DSE 4:08:24

Serdülők

- 15 évesek (10 km)
- 1. Tóth László PVSK 32:23
A bajnok edzője: Fogarassy Sándor
- 2. Várnai Bence PVSK 33:42
- 3. Somogyi Péter Gy. Dózsa 33:52
- 4. Csákvári Levente Hunyadi DSE 34:44
- 5. Koncz Ákos ARAK 35:05
- 6. Hóti Péter BEAC 35:58
- 7. Antalicz Jenő Karcag 36:19
- 8. Oberling Ákos TSC-Geotech 36:21

Csapat

1. PVSK 2:19:46
(Tóth László, Várnai Bence, Pozsgay Miklós, Babai Dávid)
A bajnoksapat edzője: Fogarassy Sándor
2. Karcag 2:31:27
(Antalicz Jenő, Vas Levente, Varga László, Dedinszki Csaba)

3. TSC-Geotech 2:33:43
(Oberling Ákos, Fütty Zoltán, Egri Viktor, Hegedűs Máté)
4. Békéscsabai AC 2:38:01
5. Hunyadi DSE 2:38:54
6. ARAK 2:38:55

• 14 évesek (10 km)

1. Szemeti Péter TSC-Geotech 35:00
A bajnok edzője: Kiss Antal
2. Schubert Péter PVSK 35:26
3. Barth Zoltán Omega AC 35:27
4. Bartha Gergely DAK-DSI 36:21
5. Farkas Péter KARC 36:39
6. Szilágyi András MVSC-MiSI 36:43
7. Lovas Attila Békéscsabai AC 36:43
8. Horváth Tivadar Kap. Építők 37:06

Csapat

1. DAK-DSI 2:32:13
(Bartha Gergely, Apai János, Szász Ákos, Gáll Dávid)
A bajnoksapat edzői: Barta József, Nagy Tibor
2. MVSC-MiSI 2:35:48
(Szilágyi András, Kékesi Károly, Szögedi Pál, Lenkei Ádám)
3. Békéscsabai AC 2:39:34
(Lovas Attila, Balogh György, Borbély György, Kiss Imre)
4. VEDAC 2:40:16
5. Pécsi AC-DSI 2:49:57
6. ARAK 2:54:14

• 13 évesek (6 km)

1. Felsőörsi Nagy Péter Spartacus 21:42
A bajnok edzője: Simon Dénes
2. Benyhe Miklós Ikarus BSE 21:47
3. Zsivai Milán Gy. Dózsa 22:15
4. Fekete Máté TSC-Geotech 22:34
5. Majtenyi Gergely FTC 22:55
6. Hegedűs Tibor MVSC-MiSI 22:57
7. Petrovics Zsolt TSC-Geotech 22:58
8. Szladics Péter MVSC-MiSI 23:08

Csapat

1. TSC-Geotech 1:34:06
(Fekete Máté, Petrovics Zsolt, Dankó Tamás, Nagy Dániel)
A bajnoksapat edzői: Salamon Zoltán, Kiss Antal, Répási Lóránt
2. VEDAC 1:38:05
(Jakabfi Balázs, Fürst Gergely, Törkenczi Tamás, Rácz Attila)
3. MVSC-MiSI 1:42:04
(Hegedűs Tibor, Szladics Péter, Tóth Szabolcs, Balázs Norbert)

NŐK

Utánpótlás korúak (21,1 km)

1. Papp Krisztina UTE 1:31:37
A bajnok edzője: Csoma Ferenc
2. Papp Ildikó SAC 1:26:25

3. Görög Veronika SzVSE 1:27:55
4. Kövesi Kitti SzVSE 1:29:07
5. Hubai Tímea Ajkai DAK 1:30:19
6. Weisz Georgina TFAC 1:30:19
7. Demetrovics Judit Bp. Honvéd 1:31:07
8. Kovács Andrea Gy. Dózsa 1:34:00

Csapat

1. Szegedi VSE 4:44:55
(Görög Veronika, Kövesi Kitti,
Juhász Krisztina)
A bajnokcsapat edzői: Antal Andor,
Kéri Ferenc

Juniorok (15 km)

1. Molnár Barbara 56:39
A bajnok edzője: dr. Török János
2. Kiss Zsanett 47:03
3. Mészáros Szilvia 57:15
4. Kiss Melinda 58:11
5. Báta Réka 1:01:43
6. Juhász Julianna 1:01:54
7. Szakállas Erzsébet 1:02:03
8. Hegyi Judit 1:03:34

Csapat

1. TFAC 3:37:28
(Konopos Edit, Gallatz Ágota,
Szabó Eszter)
A bajnokcsapat edzője: dr. Molnár Sándor

Ifjúságiak (10 km)

1. Arany Gitta Bp. Honvéd 37:23
A bajnok edzője: dr. Urbán Ákos
2. Madarász Viktória UTE 37:34
3. Wágenhoffer Judit VEDAC 38:26
4. Földing Réka Gy. Dózsa 39:22
5. Pásti Edina DAK-DSI 39:31
6. Egyed Julianna VEDAC 39:34
7. Bencs Petra PAC-DSI 39:46
8. Kontra Judit DAK-DSI 39:58

Csapat

1. Bp. Honvéd 2:48:52
(Arany Gitta, Brunecker Ilona,
Nemere Nóra, Kernács Krisztina)
A bajnokcsapat edzői: dr. Urbán Ákos,
Gál Géza
2. DAK-DSI 2:51:16
(Pásti Edina, Kontra Judit, Sira Tamara,
Sira Barbara)
3. Szegedi VSE 3:01:44
(Biacsi Bernadett, Biacsi Ilona,
Rózsa Piroska, Mityók Tímea)
4. Pécsi AC-DSI 3:03:01
5. Postás-Matáv SE 3:04:09
6. ARAK 3:04:17
7. Ikarus BSE 3:09:24

Serdülők

- 15 évesek (8 km)
- 1. Erdélyi Zsófia Gödöllői EAC 30:49
A bajnok edzője: Gadanez György
- 2. Csáti Csilla DAK-DSI 31:44

3. Bocskai Virág Soproni AC 32:05
4. Tokaji Bianka Budaörsi DSE 32:12
5. Vörös Eszter VEDAC 32:22
6. Hegedűs Barbara Dombóvári VMSE 32:33
7. Badis Anissa Gy. Dózsa 32:46

Csapat

1. Bp. Honvéd 2:18:53
(Molnár Tímea, Erdős Ivett, Hovágyi Réka,
Wittmann Krisztina)
A bajnokcsapat edzői: dr. Urbán Ákos, Gál Géza

• 14 évesek (8 km)

1. Kovács Zsófia GYÖTRI 30:39
A bajnok edzői: Németh Gyula,
Mester Ágnes
2. Csernák Enikő Gödöllői EAC 30:53
3. Bakó Dóra DAK-DSI 31:30
4. Horváth Zsófia Kap. Építők 31:31
5. Bozzag Boglárka VEDAC 31:33
6. Kovács Zsófia VEDAC 31:51
7. Bakota Zsanett DAK-DSI 32:29
8. Koncz Ágnes Gy. Dózsa 32:49

Csapat

1. DAK-DSI 2:14:38
(Bakó Dóra, Bakota Zsanett, Dobó Ágnes,
Kovács Melinda)
A bajnokcsapat edzői: Németh Károly,
Papp Zsolt
2. Postás-Matáv SE 2:27:51
(Kratochwill Petra, Lovász Marietta,
Missurai Tímea, Bencze Brigitta)
3. Hunyadi DSE 2:51:17
(Szabó Gabriella, Németh Enikő,
Szalai Edina, Gömöri Nikolett)

• 13 évesek (6 km)

1. Papp Gabriella SzVSE 22:20
A bajnok edzője: Menyhért Zoltán
2. Kostyál Ágnes ORTRI 22:22
3. Horváth Gréta Kap. Építők 22:48
4. Szalay Szandra TSC-Geotech 23:11
5. Tóth Zsófia TSC-Geotech 23:56
6. Szanyi Andra FTC 24:04
7. Szabó Tünde Dombóvári VMSE 24:07
8. Vattai Nikolett ORTRI 24:20

Csapat

1. TSC-Geotech 1:38:27
(Szalay Szandra, Tóth Zsófia,
Reichnach Csilla, László Renáta)
A bajnokcsapat edzői: Répási Lóránt,
Mihálovics Gábor, Reichnach Ferenc
2. Szegedi VSE 1:42:16
(Papp Gabriella, Tühegyi Sára, Farkas Ilka,
Kardos Dóra)
3. Bp. Honvéd 1:48:26
(Kolonics Viktória, Takács Júlia,
Kolonics Brigitta, Bajnai Eszter)
4. Hunyadi DSE 2:06:20

GYALOGLÓ VILÁG KUPA

**Torino,
2002. október 12-13.**

A torinói VK-n a világ élvonalába tartozó mexikói gyaloglókat 20 és 50 km-en megverte a magyar csapat! Ez nem tréfa – ez a gyaloglás sajátossága!

A Világ Kupán csapatokat értékelnek (a 20 és 50 km-en indulókat most külön-külön). Egy együttes öt főből állhat és a három legjobb teljesítményét veszik figyelembe. A mexikói 20-asok közül három főt – Berdeja C. D., Segura O. és Vargas C. E. – szabálytalan gyaloglás miatt kizártak. Ugyanerre a sorsra jutott 50 kilométeren a két Sanchez, Hernandez és Zepeda pedig feladta a küzdelmet. Az öt fős csapatból csak Rodriguez ért a célba 3:54:26-os idei legjobb teljesítménnyel. Hát ilyen a gyaloglás...

A magyar csapat teljesítményén lehet fanyalogni – 21 csapat között 13.-ak lettek 20 kilométeren –, de ha azt vesszük figyelembe, hogy mind a fiúk (20 és 50 km-en), mind a lányok (20 km-en) 3-3 fős csapattal álltak ki, tartalék nélkül...! Ez azt jelentette, hogy egy fő kiállításával az értékelhetetlenek közé kerülünk. Ennek a felelősségével terhelten versenyeznünk... Nos azt hiszem minden elismerést megérdemelnek, mert a férfiak 50 km-en a 11., 20 kilométeren a 13., a nők 20 kilométeren a 15. helyen végeztek.

A magyar gyaloglásban most zajlik a „nemzedékváltás”. Ezúttal az évtizedekig helytálló versenyzők óriási rutinját egészítette ki a fiatalok lendülete.

A torinói Világ Kupa jegyzőkönyvének tanulsága szerint a férfi 20 km-en 111 fő – ez volt a legnagyobb mezőny – indult és 87 fő érkezett célba. A teljesítményeken érezhető volt a „visszafogottság”. A győztes Perez nem csak idejével tűnt ki, hanem azal is, hogy nem kapott intést. Az öt

követő három versenyző egy, illetve két piros lappal rótt a köröket. A tizenkilenc csapatból csak négy indult tartalék nélkül – a magyarok is.

Az 5 km-es részidőket is feltüntető részletes jegyzőkönyv a Világ Kupák és a nagy nemzetközi versenyek alapvető tanulságát tükrözik: az élvonal egyre gyorsuló részidőket megy. Kivétel az első 5 km! A sydneyi olimpiai bajnok Perez második 5 kilométerre 20:37 volt, a harmadik 20:30, a negyedik 19:58. Ezt a tendenciát követi a második Andrejev és majdnem hasonló a harmadik mexikói Lopez részidejének alakulása. A további hat versenyző is viszonylag egyenletes 5 kilométereket ment.

Nézzük a magyar gyaloglókat. A legjobb teljesítményt Tóth János érte el. Részidői egyenletesen csökkenőek, de a 47. helyről feljött és a 37.-en végzett. A mérsékelt formát a rutinnal fedlertetve, Urbanik Sanyi a 74. helyről 59.-ként ért a célba, egyenletes gyaloglással. Domján fokozatosan gyengébb 5 kilométereket produkálva, a 84. helyről tornázta fel magát a 61.-re.

A magyar csapatból Tóth János végzett a mezőny első felében, Urbanik és Domján 16 másodperces különbséggel érkeztek és ez a teljesítmény a 13. helyet jelentette a 19 értékelhető csapat versenyében. Tóth teljesítménye az átlag alsó határán mozgott, a másik két versenyzőnk mérsékelt gyaloglást produkált. A jövő szempontjából gyaloglóinknál a legkritikusabb a 20 km-es táv, ahol csak Domján Pétertől várhatunk elfogadható teljesítményt, akinek mindössze kétéves gyaloglómúltja van.

Tóth János igazi távja az 50 km (legjobbja: 4:01:12), most csak „kényszerből” indult a rövidebb távon. A katonai szolgálatát teljesítő Fülöp Attila már bizonyította megbízhatóságát a podebradi VK-n. Mostani 4:17:57-es teljesítménye élete második legjobb gyaloglása volt. Elmondása szerint igen nehéz volt a pálya. A 2000 méteres kört nem tarkították emelkedők, viszont az óvárosban macskakövön gyalogoltak, ami minden versenyzőnek gondot okozott.

Tubak 30 km-től végig hányt és ez okozta a jelentős visszaesését.

Az orosz Vojevodin végig vezetve, nagyon egyenletes gyaloglással győzött. Ez mondható el az orosz Szkurjginről is, aki végig második volt és így is fejezte be a versenyt. A lengyel Lipiec szintén egyenletesen ment, bár helyezése 5 kilométerenként a 3. és a 9. hely között változott az első 30 kilométeren, az utolsó 20-on a 3. helyen gyalogolt.

Igen érdekes Czukor Zoli teljesítménye. Óvatos kezdés (54.), 25 km-ig egyenletes tempóval feljön a 43. helyre, majd romlanak az 5 km-ek, de javulnak a helyezések és végül 34.-nek érkezik célba. Fülöp Attila óvatosan kezd, 73. Egyenletes tempóval küzdi fel magát a 43. helyre, bár a végére elfáradt – „a katonaság nem edzőtábor”. Tubak együtt megy Fülöp Attilával 30-ig. Itt kezdi a rosszullétet és az 58. helyről a 64.-re esik vissza (12 perccel gyengébb 5 kilométert gyalogol). Végül is 58. helyen érkezik be.

A női 20 km dobogósai fokozatosan gyorsuló 5 kilométerekkel és óriási hajrával, 2 másodperces különbséggel Alfredi (olasz), Ivanova és Fedoszkin (oroszok) sorrendben érkeztek a célba. Nagy verseny volt.

Füsti Edina egyenletes 25 perces 5 kilométerekkel – óvatos kezdéssel – a 76. helyről érkezett 48.-ként. Rosza Mária a végére elfáradt, de a helyezésén javítva feljött az 57. helyre. Ilyés Ildi dereka fájta a verseny előtt is. Ő a csapatért küzdött és becsülettel helytállt.

Ezt mutatták a rideg számok. De hogyan látta dr. Urbán Ákos csapatvezető, aki végigigizgulta a tartalék nélkül kiálló csapataink versenyzését. Mint mondta, a 2000 méteres körpálya nem volt alkalmas a gyaloglásra. Rontotta a helyzetet az időjárás is, hiszen a 4-5 °C-os hőmérséklet hirtelen, egyik napról a másikra 20 °C-ra emelkedett. A hőmérséklet-változás az egész 20 km-es férfi mezőnyt – ők indultak délelőtt 11-kor – nagyon megviselte, általában 4-5 perccel maradtak el az egyéni csúcsaiktól.

A csapatvezető elmondása szerint az Urbanik házaspár és Ilyés Ildi valószínűleg befejezik pályafutásukat, ez volt az utolsó nemzetközi szereplésük. Ezt a „búcsúversenyt” megérdemelték. Czukor Zolinak még vannak tervei (idén 20 és 50 kilométeren országos bajnok). Neki olyan elképzelései vannak, hogy még és a 2004-es athéni olimpián is rajthoz áll.

Füsti Edina nagy reményekre jogosít, még csak 20 éves – folytatta a csapatvezető. 10-ről a 20 km-re csak fokozatosan szabad majd átállnia. Egy év alatt 2 percet javult. Sajnos Edina mögött csak 17 évesek vannak – egy generáció kimaradt (illetve idő előtt abbahagyta a versenyzést Pesti Mónika, Szabó Andrea és Szászi Bea). Ők – elfogyott a motiváció, egzisztenciális problémák merültek fel – megoldották volna a magyar női gyaloglás gondját. Ami távlatokban biztató: 41 lány indult a serdülő bajnokságon – tette hozzá dr. Urbán Ákos.

A férfi 20 km-en vannak a legnagyobb problémák. A mostani versenyre sem volt egyszerű összehozni a csapatot. Domján Pétertől lehet várni a jövőben jobb teljesítményt – jelenleg a szombathelyi főiskola hallgatója.

Az 50 kilométeresek lehetnek még ütőképesek. Czukor Zoli mellett Tóth János nagyon ígéretes és a megbízható Fülöp Attila, valamint Tubak Róbert jó csapatot alkothat – fejezte be értékelését a magyar különítmény vezetője.

Mexikót tehát megvertük! Most már az utánpótlásunkért, a jövőnkért kell küzdenünk!

T. L.

FÉRFIAK

20 km (87 célba érkező)

1. Perez, Jefferson ECU 1:21:26
2. Andrejev, Vlagyimir RUS 1:21:50
3. Lopez, Alejandro MEX 1:22:01
- ...37. Tóth János HUN 1:29:18
- ...59. Urbanik Sándor HUN 1:34:41
- ...61. Domján Péter HUN 1:34:57

50 km (59 célba érkező)

1. Vojevodin, Alekszej RUS 3:40:59
2. Szkurjgin, German RUS 3:42:08

3. Lipiec, Tomasz POL 3:45:37
...34. Czukor Zoltán HUN 4:09:15
...43. Fülöp Attila HUN 4:17:57
...58. Tubak Róbert HUN 4:44:41

NŐK

20 km (79 célba érkező)

1. Alfridi, Erica ITA 1:28:55
2. Ivanova, Olimpiada RUS 1:28:57
3. Fedoszina, Natalja RUS 1:28:59
...48. Füsti Edina HUN 1:40:02
...57. U. Rosza Mária HUN 1:43:32
...72. Ilyés Ildikó HUN 1:49:09

**MARGITSZIGETI
FUTÓGÁLA**

**Margitsziget és környéke,
2002. október 13.**

Az utóbbi években, ha ősz van és október közepe, akkor a Budapest Sportiroda a Margitszigeten futógálát rendez, de csak nőknek. Így történt ez 1998-ban is, amikor első ízben kiírták Magyarországon is a szépségápoló szereket gyártó, világhíres Avon cég világfutását, amelyet 10 km-es távon Simona Staicu nyert meg. A következő két évi Avon világfutás során 1999-ben Rakonczai Beáta győzött a címvédő Staicu előtt, míg 2000-ben Kálovics Anikó – Staicu – Csomor volt a befutási sorrend. A múlt évben, október 14-én hazánkban, ugyancsak a Margitszigeten rendezték meg az Avon világfutás döntőjét, ahol is egy kenyai futónő bizonyult a legjobbnak, a mieink Rakonczai, Staicu, Kálovics sorrendben értek a célba.

Idén a Gyerme-, Ifjúsági és Sportminisztérium *Tartsd a formád – nők a sportban* mozgalma a szakadó eső ellenére is mintegy 8500 asszonyt és lányt mozgósított a Margitszigetre. A jelentkezők – a Budapest Sportiroda rutinos, kitűnő rendezésében – választhattak a távok között, gyalogolhattak két kilométert, vagy futhattak egy rövidebb (3,6 km) távot a szigeten. A főszámra, a 10 km-es futásra, melynek útvonala a Margitszigeti Atlétikai Centrumból a városon keresz-

tül ugyan oda vezetett vissza, a korábbi esztendő versenyéinek legjobbjai, a december 8-i mezeifutó Európa-bajnokságra készülő, különböző távok magyar bajnoknői sorakoztak fel. Megismétlődött a történelem és a két év előtti sorrend, bajnoknőink a dobogón ugyanazokat a helyeket foglalták el, mint a 2000. évben. Így Kálovics Anikó megszerezte második győzelmét a sorrendben negyedszer második Staicu Simona előtt, míg a harmadik helyet Csomor Erika bérelte ki.

3,6 km

1. Arany Gitta Bp. Honvéd 12:47
2. Tóth M. PVSK 13:07,3
3. Szanyi FTC 14:17,0

10 km

1. Kálovics Anikó
Haladás VSE-Perfect Média 32:46
2. Staicu Simona BVSC-Kufner 33:56
3. Csomor Erika BVSC-Kufner 35:05
4. Vajda MAC-Népstadion 35:53
5. Barócsi e. kiv. 36:57
6. Fekete D. MAFC 38:44

**A 13. BÉCS-BUDAPEST
SZUPERMARATONI**

2002. október 19-23.

A Bécs-Budapest Szupermaratoni futóverseny mezőnye október 23-án, nemzeti ünnepünkön a Hősök terén sikeresen célba ért. A 12 (14)* országból érkezett 700 (637) versenyző 5 nap alatt 352 km-t teljesített a Bécs-Sopron-Győr-Tata-Budakeszi-Budapest útvonalon.

Csapatversenyben minden eddigit felülmulva 6 (7) országból 126 (110) – köztük 15 (11) női – csapat indult, profik és amatőrök egyaránt. A rendkívül színes mezőnyben képviseltették magukat többek között az általános, a közép- és felsőfokú oktatási és egészségügyi intézmények, osztrák és magyar katonák, rendőrök, magyar és angol vám- és pénzügyőrök. Bajnokok Társasága néven zömében vizes sportok világklasszisai is (Zala György, Pető Tibor, Haller Ákos, Beé István, Balogh Gábor, Bayer Tibor) megtisztelték versenyünket, kipróbálták futóképességüket és a mezőny első felében végezve példásan helytálltak. **A nőknél** a Földingné Nagy Judit vezette Szuperinfo Dilemma csapata magabiztosan, meggyőző fölényrel, 4 perc/km tempóban futva utasította maga mögé az SP System és az Euro Ment csapatát, és az abszolút versenyben a



15. helyen végeztek. **A férfiaknál** a magyar élversenyzőkből álló NIKE Bowerman csapata 3 perc 18 mp/km iramban futva győzött a jó nevekből álló Duna Opel és a Muvapi-Vektor előtt. A díjazottakon túl éles harc folyt minden helyezéért és minden csapat igyekezett képességei legjavát nyújtani. A mezőny évről-évre felkészültebbé, kiegyensúlyozottabbá válik. A verseny 100. helyezettje 2 órával, a nőknél a 10. helyezett 3,5 órával jobb időt ért el az előző évinél. A legidősebb, a 61 éves átlagéletkorú Gyermely Rt. csapata, tagjai között a verseny legidősebb résztvevőjével,

* A zárójelben lévő számok a 2001. évi adatokat jelentik.

Gömzsi Imrével (70 éves), a 90. helyen végzett és ebben az évben megelőzte a Kenguru SC 11 éves átlagéletkorú (legfiatalabb csapattag a 9 éves Páll Ádám) 108. helyezett csapatát. A versenyzők felkészültek voltak, végig egymást segítve, jó hangulatban sajátos sportszerű légkörben teljesítették a távot.

Az egyéni versenyben 9 (8) országból 31 (45) résztvevő – közülük 5 (7) nő – állt rajthoz. A versenyt 21 (23) fő – 4 (4) nő és 17 (19) férfi versenyző fejezte be eredményesen. Az egyéni mezőny összlétszámában csökkenés, de a felkészültségben lényeges javulás következett be, tekintettel arra, hogy a kevesebb induló ellenére a távot teljesítők száma közel azonos volt az előző évvel. Az elmúlt évben a férfiaknál 50%-kal szemben ebben az évben 68%, a nőknél 57%-kal szemben 80% teljesítette a távot. **A nők mezőnyében** a német Maria Bak az ultrafutás világklasszisa győzött, 40 perccel tovább javította a verseny rekordját, és 5 perc/km iramban futva az abszolút egyéni versenyben 6., a női váltóban a 10. eredménnyel ért célba. A további helyezéseken orosz és német versenyzők osztoztak. **A férfiak versenyében** változatos, színvonalas volt a küzdelem. A lengyel Jaroslaw Janickinek a táv kétharmadán még jelentős volt az előnye, a verseny eldőlni látszott, azonban az „örök második” Anatolij Kruglikov az elmúlt években is megcsodált hajrájával megfordította a versenyt és megérdemelten győzött. A magyar élversenyzők is magas szinten teljesítettek, Vozár Attila az elmúlt évek győzelme után ebben az évben harmadik lett, az eddig hatszoros győztes Bogár János pedig a negyedik helyen végzett. Ebben az évben az egyéni versenyzőknél a GYISM szakemberei bevonásával doppingellenőrzést végeztünk.

A rendezvény két fővárost köt össze, országhatáron, két osztrák tartományon, három magyarországi megyén, Ausztriában 14, Magyarországon 39 településen halad keresztül. A tartományok, megyék, városok, a kis-települések segítették, fogadták a ren-

dezvényt, frissítővel várták és lelkesen biztatták a versenyzőket, több ezer fiatal részvételével szerveztek **csatlakozó versenyeket** és nagyszerű hangulatban várták a futókat. Közülük is kiemelkedett Osli, Böny és Nagyigmánd, amelyek az elmúlt évekhez hasonlóan a versenyzőktől ismét a „Legszimpatikusabb település” címet nyerték el. A rendezvény érdekes színtöltője volt a **települések váltója**. A futók Sopronból indulva az útvonalba eső minden települést bekapcsolva vitték a felszalagozott váltóbotot a Hősök teréig.

A rendezvény zárónapján, befutóján a **nemzetközi félmaratoni** futóverseny további 600 fővel csatlakozott a szupermaratoni mezőnyéhez. A szupermaratoni félmaratonija, valamint a nemzetközi félmaratoni együtt lett értékelve és összesítve megállapítható, hogy annak ellenére, hogy a szupermaratonisták az előző négy napon versenytempóban futottak félmaratoni távokat, a férfiak mezőnyében az élen végeztek és a nőknél is értékes helyezéseket értek el.

A Nemzeti Atlétikai Program által támogatott általános iskolákból 300 fő csatlakozott az eseményhez, és 2-5 km-es szakaszokon futottak. A részvételi igény lényegesen nagyobb volt, azonban a verseny technikai, szervezési lehetőségei korlátozták a létszámot. Nagy volt a lelkesedés a fiatalok körében, megtiszteltetésnek vették azt a lehetőséget, hogy a szupermaratoni mezőnyével együtt teljesíthették a távot.

Ebben az évben ötödik alkalommal csatlakoztak **túrákerékpárosok** a szupermaratonhoz. A rendezvény speciális, a forgalmas utakat elkerülő – Ausztriában zömmel kerékpárutakon haladó – rendőrséggel is biztosított útvonala, a verseny hangulata, szervezettsége jó feltételeket biztosított a kerékpárosok részére is. Ebben az évben három **görkorcsolyás** – köztük egy nő – teljesítette a távot.

A rendezvényt megtisztelték az esztendő **Európa- és világbajnokai**, akik futva kapcsolódtak a mezőnyhöz, demonstrálva ezzel a magyar sport

idei eredményeit, tisztelegtek nemzeti ünnepünk előtt és köszöntötték a szupermaratonit.

Rendezvényünk csatlakozott a **MOB környezetvédelmi programjához**, azt támogatja és felajánlotta a verseny rajtszámát ennek propagálására a „Sport tiszta környezetben!” gondolat jegyében.

A szupermaratoni iránti érdeklődés minden eddiginél nagyobb mértékben jelent meg a **médiákban**. Beharangozták az eseményt, naponta adtak tájékoztatást, a versenyt követően több országos közszolgálati, kereskedelmi, regionális és kábel tévécsatorna összefoglaló filmet sugárzott a szupermaratoniról.

Az eredményes pr-tevékenység jó feltételeket teremtett a rendezvény **reklám-, illetve szponzori munkájához**. Mindezek eredményeként a verseny az egyik legmagasabban díjazott magyar sportesemény, a kiosztott közel 100 db díj értéke 22 millió forint. A mintegy 100 millió forint összköltségű versenyhez az állami támogatás 5%-ot, a versenyzők befizetése 25%-ot biztosítottak. A rendezéshez még szükséges 75%-ot reklám- és szponzori bevételek útján, külső reklámcég bevonása nélkül, a szervezőbizottság saját tevékenysége eredményeként biztosította.

Az osztrák és magyar szervezők összehangolt munkája, a résztvevők sportszerű, egymást segítő magatartása eredményeként, a jelentősen megnőtt létszám ellenére sikeresen rendeztük meg ezt az összetett, bonyolult szervezést igénylő rendezvényt.

Az elmúlt évek sikereire alapozva a védnők, szponzorok, a versenyzők és szervezők közös akaratából továbbra is minden évben, 2003-ban október 19-23. között rendezzük meg a **14. Bécs-Budapest Szupermaratonit**.

Dr. Nagy Sándor
a szervezőbizottság elnöke

FÉRFIAK

1. Anatolij Kruglikov orosz 25:07:12
2. Jaroslaw Janicki lengyel 25:31:07
3. Vozár Attila Békéscsabai AC 26:08:09
4. Bogár János Fancsali SC 26:24:38
5. Molnár Mihály Csaba Honvéd 26:50:30
6. Fekete Sándor Kecskemét 30:21:13

Váltó

1. NIKE Bowerman 22:46:59
(Stépán Zsolt, Szabó Imre, Zatykó Miklós, Bocskai Zsolt, Rezessy Gergely)
2. Duna Opel 23:11:11
(Lajtos Márton, Sági Ferenc, Tóth Tamás, Sági József, Besenyi István)
3. Murapi-Vektor Tondach 23:27:56
(Varga István, Berecz Lajos, Biri Ferenc, Tóth Tivadar, Szabó József)
4. Honvéd Baraka 24:40:42
5. PMSE Mozdulj Amatőr 24:53:22
6. Westel Megalódusz Tatabánya 25:16:40

Félmaratoni

1. Bacsikai Zsolt 1:07:09
2. Stépán Zsolt 1:07:22
3. Zatykó Miklós 1:07:34
4. Benedek Zsolt 1:08:12
5. Sági Ferenc 1:08:47
6. Tarjai László 1:08:50

NŐK

1. Maria Bak német 29:24:37
2. Marina Bicskova orosz 30:22:32
3. Anke Derescher német 25:51:44
4. Galina Gordejewa orosz 38:15:47

Váltó

1. Szuperinfo-Dilemma 27:36:36
(Brassay Réka, Kiss Ágnes, Kovács Ida, Zsiga Tímea, F. Nagy Judit)
2. SP System 29:01:20
(G. Farkas Katalin, Kovács Krisztina, Köcski Réka, Mészáros Szilvia)
3. EURO-MENT 30:13:03
(Korán Éva, Póth Mariann, Ilyés Ildikó, F. Miklós Zoltánné, U. Rosza Mária)
4. BHSE P-NIVO 30:14:01
5. Székesfehérvár 31:43:34
6. Baka lányok 31:58:24

Félmaratoni

1. Rakonczai Beáta 1:13:44
2. Staicu Simona 1:13:45
3. Vajda Zsuzsa 1:19:43
4. Brassay Réka 1:23:26
5. Kiss Ágnes 1:23:26
6. Kovács Ida 1:23:26

NŐK

Felnőttek (4 km)

1. Kroneraff Ágnes (AC Szekszárd) 15:21
2. Pesek (Simmelmweis Egy.) 16:13
3. Csáthy (Oxigén-DSI Triatlon) 16:19

Juniorok (4 km)

1. Bordár Anikó (Hszoboszlói Högyes E. Gimn.)

Ifjúságiak (4 km)

1. Pesti Edina (DAK-DSI)

Serdülők (4 km)

- 15 évesek
- 1. Csáti Csilla (Oxigén-DSI Triatlon)

• 14 évesek

1. Bakó Dóra (Oxigén-DSI Triatlon)

• 13 évesek

1. Pocsai Dorottya (Oxigén-DSI Triatlon)

AZ AVON VILÁG-FUTÁS DÖNTŐJE

Bangkok,

2002. november 10.

A szépségápoló szereket gyártó világhíres cég, az Avon az utóbbi időben évente és országoként megrendezi a nők futását, amelynek az ősszel lebonyolítandó döntőjébe mindig az országok legjobbjai kerülnek. Tavaly negyedik alkalommal tartották meg az Avon világfutás döntőjét, amelyre október 14-én Budapesten, a Margitszigeten került sor. A győzelmet az egy héttel korábban Chicagóban a világ eddigi legjobb női maratoni eredményét elérő kenyai Catherine Ndereba szerezte meg.

Az Avon női világfutás ötödik döntőjét idén november 10-én Bangkokban rendezték meg. A versenyben ezúttal is kenyai futónő győzött, mögötte a dobogós helyezéseket is tengerentúliak foglalták el. Rakonczai Beáta megismételte tavalyi kitűnő szereplését, idén is a negyedik helyen ért a célba, de most, mint a legjobb európai futónő.

10 km: 1. Laroupe (kenyai) 33:35, 2. Begley (amerikai) 34:06, 3. Gusman (mexikói) 34:16, 4. Rakonczai 34:49, ... 27. Sz. Nyitrai Zs. 42:27.

RIGIPS-RAJKAI-EMLÉKVERSENY

Debrecen, 2002. november 9.

Három évtizeddel ezelőtt, 1972-ben hunyt el dr. Rajkai Tibor, a debreceniek kiváló edzője, a cívisváros atlétikai életének kimagasló egyénisége. Emlékére 1973-tól évente futóversenyt rendeznek a debreceni Nagyerdőben. A jubileumi, a harmincadik emléktversenynek (amelyet az eredetileg kiírt október 26-i időpontról két héttel későbbre halasztottak) nem kedvezett a novemberi időjárás, de ennek ellenére, a hűvös időben is több, mint hatszázán indultak a különböző korcsoportokban.

A férfiak 12 km-es versenyét Miklós Artúr, a BVSC-Kufnerbe igazolt és évek óta Magyarországon versenyző erdélyi futó nyerte meg. A 29 éves győztes nem először indult ezen a versenyen, hiszen 1999-ben a második, 2000-ben pedig a harmadik helyet szerezte meg. Az emléktverseny utolsó két évében győztes hazai futója, Benedek Zsolt, a többszörös magyar bajnok most csak a harmadik helyen ért cél-

ba. A nők 4 km-es versenyéből hiányzott az előző két évi győztes (Staicu és Rakonczai), így Kroneraff Ágnes nagy fölényrel lett első.

FÉRFIAK

Felnőttek (12 km)

1. Miklós Artúr (BVSC-Kufner) 39:17
2. Bodor (PVSZ) 39:20
3. Benedek (DAK-DSI) 40:36

Juniorok (12 km)

1. Kovács Tamás (Oxigén-DSI Triatlon)

Ifjúságiak (12 km)

1. Kálló Csaba (DAK-DSI)

Serdülők (4 km)

- 15 évesek
- 1. Molnár Szilárd (Sepsiszentgyörgy)

• 14 évesek

1. Kádár Tibor (Sepsiszentgyörgy)

• 13 évesek

1. Ifj. Zsilinszky Pál (Debrecen)

HARSÁNYI LÁSZLÓ

AZ ERŐFEJLESZTÉS MÓDSZEREI

Bevezető

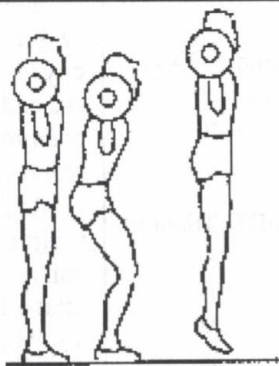
A XX. század közepe óta az erőfejlesztésről magyar nyelven is egyre több információhoz lehetett jutni (Vadas, 1943; Vasziljev-Ozolin, 1955; Nádori, 1958; Hercz, 1962). Ezek közül az edzésgyakorlat az edzésmódszerek*, az erőfejlesztés hogyanja, módjai iránt mutatta a legnagyobb érdeklődést. Ennek megfelelően ezek voltak, vannak legnagyobb hatással a gyakorlati munkára. Célszerű elnevezésük is tartalmi tényezőként kezelhető. Ezért tartjuk időszerűnek De Lorme-Watkins (1948), Schmidtbleicher (1985), Letzelter (1972), valamint Hortobágyi és mtsai (1987) után ismét áttekinteni az erőfejlesztés módszereinek felosztását, s javaslatot is teszünk az általunk legmegfelelőbbnek tartott osztályozásra.

Irodalmi áttekintés

De Lorme-Watkins (1948) dolgozta ki a progresszív (fokozatosan növekvő) ellenállásos módszert, amelynek az a lényege, hogy növekvő külső terheléseket szükséges alkalmazni, amelyeknek arányában csökken az ismétlésszám. Ez a ma is alkalmazott piramis erőedzés módszer alapja (1. ábra).

Letzelter (1972) úgy vélte, hogy az erőfejlesztés módszereit négy szempontból lehet rendszerezni:

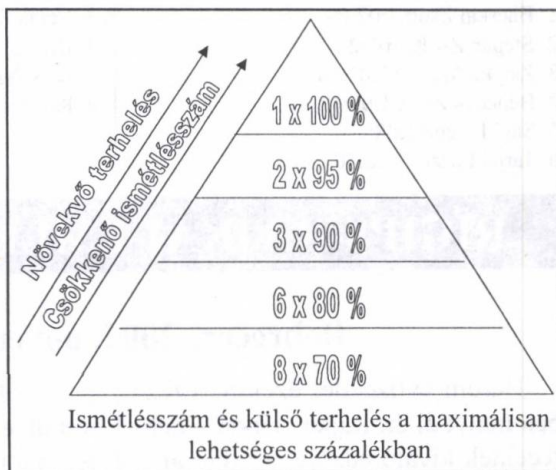
1. Didaktikai: amikor az edzés célja alapján történik a felosztás, például gyorsító módszer (2. ábra).



Magasguggolás felugrás súlyzóval a vállon
excentrikus-koncentrikus izommunkamóddal

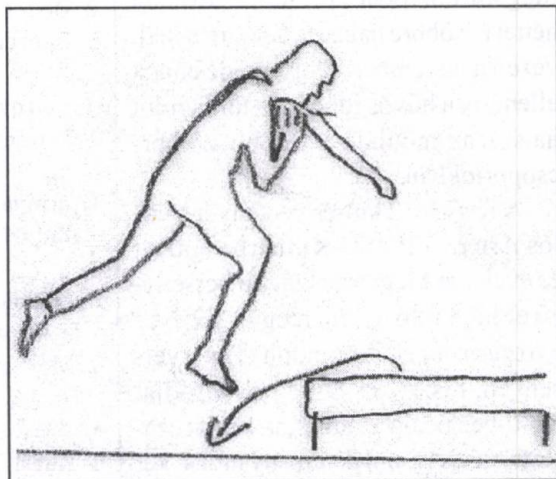
2. ábra. A láb gyorserejét fejlesztő módszer

* Az edzésmódszer olyan tervszerű eljárás, amely a felkészülés tartalmát, eszközeit, segéd-eszközeit, terhelését, a gyakorlatok végrehajtási módját, szervezési formáit a cél elérésének megfelelően rendezi



1. ábra. A progresszív ellenállásos erőfejlesztési módszer sémája

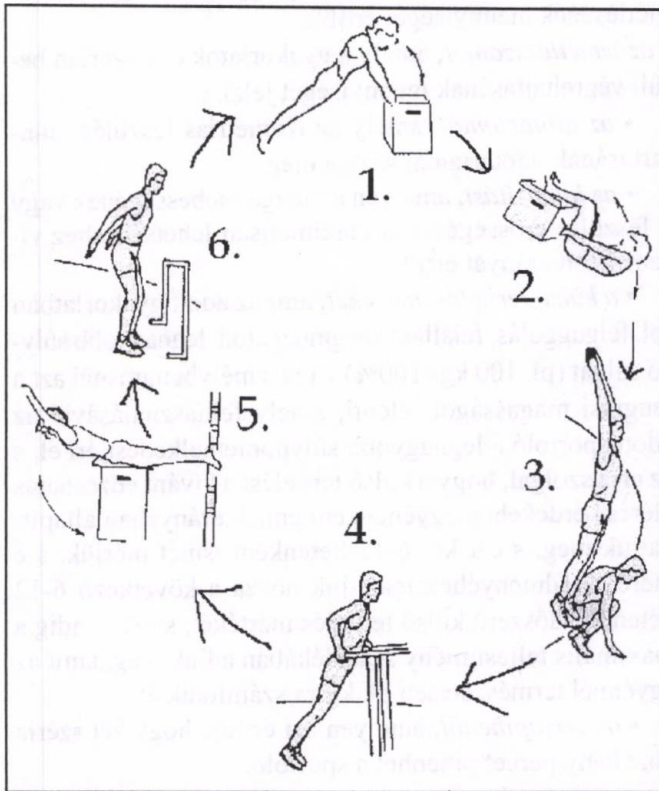
2. Metodikai: amikor a felhasznált módszer képezi a rendszeres alapját, például általános vagy speciális fejlesztési eljárások (3. ábra).



3. ábra. Mélybeugrás speciális súlylőkö-
terpeszbe egy részes szekrényről

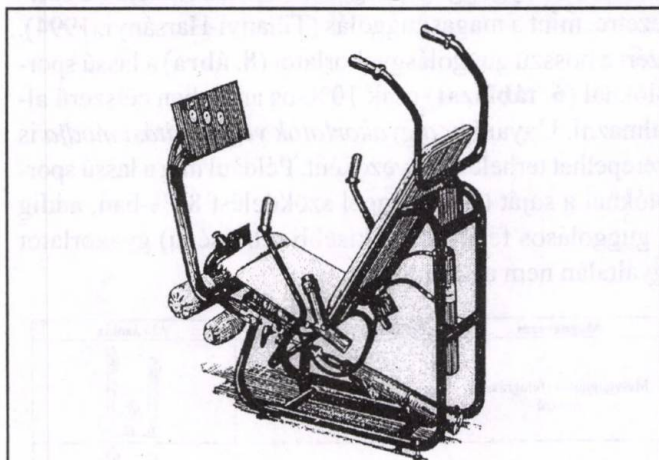
3. Élettani: amikor az **izom munkamódja** lehet az osztályozás nézőpontja, például excentrikus-koncentrikus módszer (2. ábra).

4. Szervezési: amikor a választott **edzésszervezési forma** a mérvadó, például kördzés (4. ábra).



4. ábra. A kördzés egyfajta változata

Hortobágyi és mtsai (1987) arra hívták fel a figyelmet, hogy a közismert súlyzós erőfejlesztési eljárások mellett – igaz, hogy nagyon drágán – már beszerezhetők az omnikinetikus (állandó ellenállásos) és az (akkomodatív alkalmazkodó ellenállásos) erőfejlesztő eszközök. Az előzőnél állandó az ellenállás, míg az utóbbinál (5. ábra)



A „HYDRA-FITNESS OMNI-TRON” gépcsalád egyik „állomása” a térdfeszítő, -hajlító, karfeszítő, -hajlító, mell- és vállizom erősítő egységekkel. A hidraulikus hengerek az ülés alatt, az ellenállást szabályozó kapcsolók az ülés mellett láthatók. Szemmagasságban a feszítés–hajlítás alatt kifejtett erőt olvashatjuk le a megfelelő kijelzőkről. További gépegységek mintegy kb. 15-20 gyakorlat végzését teszik lehetővé. (HORTOBÁGYI és mtsai, 1987)

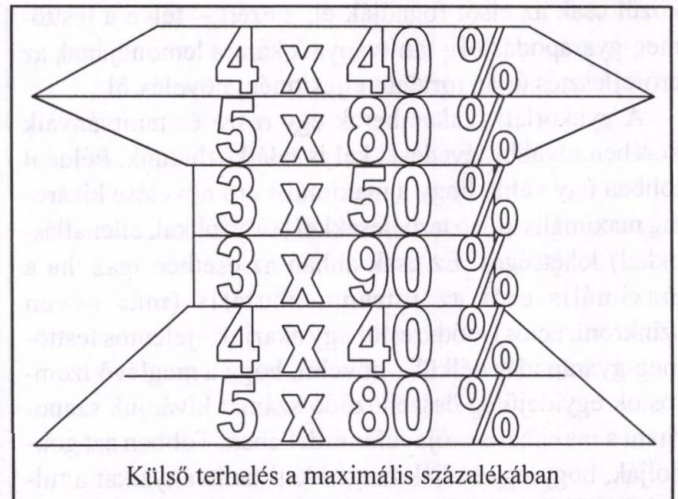
5. ábra. Alkalmazkodó ellenállásos erőfejlesztő gép

az ellenállás az emelő- és erőkarviszonyok változásához alkalmazkodó súlyt biztosít a gyakorlónak, s ezzel célszerűbb terhelésadagolást tesz lehetővé. Ezek hozták létre az ún. izokinetikus edzésmódszert.

Schmidtbleicher (1985) azt találta, hogy az erőfejlesztés módszereit

- a mozgatótt **külső terhelés mértéke**, például maximális erőfejlesztési, vagy
- a **vélt edzéshatás**, például gyorsító módszer, vagy
- a **sportág** szerint, amelyben az eljárást elsősorban alkalmazzák, például súlyemelő módszer (Abadijev, 1989) vagy
- ahogy Harre (1979) és Letzelter (1978) az **állóképesség** fejlesztéséhez alkalmas módszereket vittek át az erőfejlesztésre és ezek közül csak az edzéshatás szerinti felosztást tartották alkalmasnak a módszerek osztályozásához.

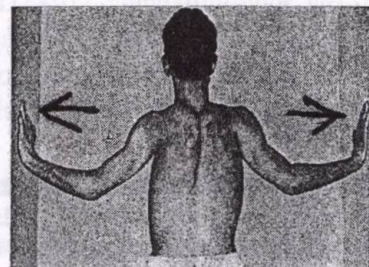
Hartmann-Tünnemann (1988) és Nordmann-Hauptmann (1990) a **külső terhelés mértéke egymáshoz viszonyított arányának** változása alapján különítette el az ún. kontraszt erőfejlesztési módszert (6. ábra).



6. ábra. Kontraszt erőfejlesztő módszer

Tesch (1994) a **tevékenység célja**, például a testépítés érdekében kidolgozott body building módszer jellemzőit foglalta össze.

Hettinger (1970) az **izom egyik munkamódjának**, a statikus erő kifejtésnek megfelelő izometriás módszert alkotta meg, amelynek fő jellemzője, hogy az izom megfeszül, de a hossza nem változik (7. ábra).



Az ajtókeretben állva kezünkkel az ajtófélfákat oldalirányba kell nyomni

7. ábra. Izometriás erő kifejtés

Kots-Chwilon (1971) az izom ingerlésére használt eszköz, az elektromos stimulációt biztosító berendezés alapján elrendezett erőfejlesztő eljárást vezetett be. (Az alkalmazott **edzéssegédeszköz** alapján beszélnek súlyzós és omni- vagy alkalmazkodó ellenállásos erőfejlesztésről is.)

E sokféle szempontból alkalmazott, sokféle elnevezésű edzésmódszerek többirányú zavart okozhatnak a felkészülésben. Például sokan úgy vélik, hogy a köredzés (Morgan-Adamson, 1969) csak az erő-állóképesség fejlesztésére alkalmas, pedig a terhelési össze-tevők az adott motoros tulajdonságnak megfelelő formálása mellett technikai edzéshez vagy maximális erőfejlesztéshez is fel lehet használni.

Mai ismereteink szerint az sem fogadható el, hogy az erőfejlesztés alapvető lehetőségei (Schmidtbleicher, 1985)

- az izomtömeg-növelés,
- az idegrendszer edzéshez való alkalmazkodása, valamint
- az intramuszkuláris (egy izmon belüli rostok) és intermuszkuláris (különböző izmok közötti) koordináció közül csak az elsőt fogadják el, s ezért – félve a testtömeg-gyarapodástól – tanítványaik kárára lemondjanak az erőfejlesztés útján történő teljesítménynövelésről.

A gyakorlati szakemberek egy része és tanítványaik körében további tévedésekkel is találkozhatunk. Például többen úgy vélik, hogy a maximális erő növelése kizárólag maximális külső terhelésekkel (súlyzókkal, ellenállásokkal) lehetséges. Ez csak abban az esetben igaz, ha a maximális erőt az intramuszkuláris (más néven szinkronizációs) módszerrel úgy akarjuk –jelentős testtömeg-gyarapodás nélkül – növelni, hogy a meglévő izomrostok egyidejűleg összehúzódó számát kívánjuk szaporítani a maximális erőjavulás érdekében. Többen azt gondolják, hogy úgy tudják megvédeni tanítványaikat a túlterheléstől, ha a súlyzós erőfejlesztéstől 14 éves koruk után is óvják őket, de ugyanakkor az ötrészes szekrényről vagy magasabbról végzett leugrást pedig következetesen alkalmazzák. Ezzel szemben jól tudjuk, hogy az egyén élet-, biológiai és edzéskorának, felkészültségének (maximális teherbírásának)

arányában alkalmazott súlyzós felugrások jóval kevesebb terhet rónak a szervezetre, mint a mélybeugrások (Tihanyi, 1976). Az edzésmódszerek sokszori és sokféle szempontú osztályozását Schmidtbleicher (1985) és Grosser-Zintl (1994), Tihanyi (1998), valamint Tihanyi és mtsai (2001) nyomán a gyakorlati alkalmazásnak jobban megfelelő **edzés hatás nézőpontjából** történő felosztásával javasoljuk felváltani.

Az erőfejlesztés módszerei az edzés hatás alapján

Terhelési mutatók

Az erőfejlesztés módszereinek leírásához ismernünk kell a terhelési mutatókat:

- a **heti edzésgyakoriságot**, amelyen a heti erőfejlesztő edzések számát,
- a **gyakorlatok**, azaz azok az edzéseszközök, amelyek végrehajtásával az edzés terhelés megvalósul,
- a **szériaszámot**, amelyen egy gyakorlat egyszeri ismétlésének mennyiségét értjük,
- az **ismétlésszámot**, amely a gyakorlatok egy szérián belüli végrehajtásának mennyiségét jelzi,
- az **időtartamot**, amely az izometriás feszülés fenntartásának időtartamát szabja meg,
- az **intenzitást**, amelyen a mozgás sebességének vagy a feszülés erősségének a maximálisan lehetségeshez viszonyított arányát értjük,
- a **külső terhelés mértékét**, ami az adott gyakorlatban (pl. felguggolás, felállás) megmozgatott legnagyobb súlyzó súlyát (pl. 100 kg=100%) vagy a mélybeugrásnál azt a leugrási magasságot jelenti, amely felhasználásával az adott sportoló a legnagyobb súlypontemelkedést éri el, s ez arra szolgál, hogy a külső terhelést a kívánt edzés hatás elérése érdekében egyénenként ennek arányában állapíthatjuk meg, s ezt kb. 6-12 hetenként ismét mérjük, s e mérés eredményéhez igazítjuk hozzá a következő 6-12 héten az időszerű külső terhelés mértékét, s ezt mindig a maximális teljesítmény százalékában adjuk meg, amit az egyénnél természetesen pl. kg-ra számítunk át,
- a **szériapihenőt**, amelyen azt értjük, hogy két széria közt hány percet pihenhet a sportoló,
- a **szériapihenő tartalmát**, amely pedig azt jelzi, hogy a pihenő néhány perce alatt mit tegyen a sportoló.

Külön ki kell térni néhány sajátos terhelési mutatóra. A vibrációs (rezgéses) erőfejlesztésnél a külső terhelést a hertzben kifejezett másodpercenkénti rezgésfrekvencia (-gyakoriság) és a mm-ben megadott amplitúdó (rezgés kitérés) jelenti. A **mozgás terjedelme** is terhelési mutató. Például a mélyguggolás négyszer akkora terhet ró a szervezetre, mint a magasguggolás (Tihanyi-Harsányi, 1994). Ezért e hosszú guggolásgyakorlatot (**8. ábra**) a lassú sportolóknál (**6. táblázat**) csak 10%-os arányban célszerű alkalmazni. Ugyanígy a **gyakorlatok végrehajtási módja** is szerepelhet terhelési tényezőként. Például míg a lassú sportolóknál a saját testtömeggel szökdelést 80%-ban, addig a guggolásos felállás (legkisebb sebességű) gyakorlatot egyáltalán nem alkalmazzuk.

Megnevezés	Körülbeli térdhajlási szög	Ábrázolás
Mélyguggolás (felugrással) hosszú	50 ° + comb párhuzamos talajjal	
Felguggolás (felugrással) közepes	90 °	
Magasguggolás (felugrással) rövid	135 °	

8. ábra. A különböző guggolásfajták terjedelme (Tihanyi, 1989)

Általános erőfejlesztő módszerek

Az edzéshatás szerint osztályozott erőfejlesztő módszerek az alábbi főbb csoportokba sorolhatók:

1. Az izomkeresztmetszetet növelő módszerek

Döntően 60-80%-os külső terheléssel, 8-15-szöri, 3-5 szériában, közepes és lassú iramú végrehajtással, többségében dinamikus gyakorlatok alkalmazásával (**1. táblázat**) az izomrost vastagságát és ezzel a testtömeg gyarapodását eredményező **maximális erőt növelő eljárások**. A fenti általános jellemzőkből csak az ide sorolható elektrostimulációs és izometriás módszer jelent kivételes eltérést. Az itt felsorolt módszerek közül külön kiemelési igényel az *intenzív body-building* eljárás néhány sajátos, a teljes elfáradást célzó változata. Ezek a következők.

- A *kikényszerített ismétlés* azt jelenti, hogy a széria befejezése után még 2-3 további ismétlés következik egy társ annyi segítségével, hogy a mozgás éppen csak elvégezhető legyen. Például fekvő nyomás 95%-kal, majd az

5. ismétlésszám után a társ enyhe segítségével még legalább 3 ismétlés.

- *Negatív ismétlés* úgy, hogy a legyőző végrehajtást a széria végén még 2-3 negatív (excentrikus) ismétlés is kövesse. Például fekvő nyomás 95%-kal 5. ismétlése után a súlyzót leengedi a sportoló, a társ ezt felemeli még 2-szer, és a sportoló csak a leengedést hajtja végre.

- *Szuperszérián* olyan két egymást követő szériát értenek, amelyek között nincs pihenő.

- „*Bedurrantó*” *ismétlésnek* nevezik azt, amikor körülbelül hat ismétlést végeznek el (kimerülésig), s ezt még 2-4 olyan pozícióban kezdődő további kísérlet követi, amelyek olyan testtartásban kezdődnek, amelyekben a külső terhelés még szubmaximális (maximális alatti) erő-kifejtéssel mozgatható. Például mélyguggolás felállás 6x95%-kal + megállás nélkül 3x95%-kal felguggolás felállás végrehajtása, s ezzel égő fájdalomérzés kiváltása a combfeszítő izomban.

- A *részleges ismétlés* olyan, az izomzat helyi kimerü-

1. táblázat: Az izomkeresztmetszet növelő (hipertrófia- vagy izomfelépítő) módszerek

	M ó d s z e r e k						
	Elektro- stimulációs	Állandó terhelések	Növekvő terhelések	Extenzív body-building	Intenzív body-building	Izokine- tikus	Izomet- rikus
Hatás	Az izomrostok vastagodásával és/ vagy számuk növekedésével a maximális erő gyarapodása						
Gyakorlatok	Dinamikus és statikus						
Terhelés- adagolás	Kb. 6-12 hetenként a választott gyakorlat 100%-os külső terhelésének megállapítása és ezek arányában történő adagolás						
Heti edzés- gyakoriság	4	4	4	4	4	4	4
Szériaszám	1	3-5	4	3-5	3-5	3	3-5
Ismétlés- szám	10	8-10	12,10,7,5	15-20	8-5	15	10
Idő- tartam (s)	10	-	-	-	-	-	10-12
Külső terhelés (%)	30-50	80	70,80,85	60-70 90	85-95	70	
Intenzitás	Közepes-lassú						
Ismétlés- pihenő (s)	50	-	-	-	-	-	-
Szériapihe- nő (perc)	-	3-5	5	2-3	3-5	3	3
Szériapihenő tartalma	Az erősített izmok könnyű nyújtása						

lése után végrehajtott további mozgásvégrehajtás, amikor a technikailag helyes mozdulatok kivitelezése már nem lehetséges. Például mélyguggolás felállás mellnél tartott súlyzóval, majd a kimerülésnél további ismétlés, akár úgy is, hogy a súlyzórúd nem tartható meg pontosan a mellnél.

- *Előzetes elfárasztás* utáni ismétléseken olyan mozgásvégrehajtást értenek, amelynél több izomcsoport vesz részt a munkában, amelyek közül az egyiket előzetesen elfárasztják. Például fekvő nyomás előtt padon hanyatt fekvés, kéziszűzők oldalsó középtartásban és felcsapás a nagy mellizmok elfáradásáig és pihenő nélkül egy széria fekvőnyomás.

- *A további body-building módszereket* Bührle-Werner (1984) részletezte.

2. Szinkronizációs erőfejlesztő módszerek

Alapvetően 90-100%-os külső terheléssel, 1-8 ismétléssel, 3-5 szériában, maximális intenzitással végzett többségében dinamikus gyakorlatokkal az egyidejűleg összehúzó rostok számának gyarapításával a **maximális és gyorsasági** növelése (2. táblázat).

Úgy gondoljuk, hogy a *maximális excentrikus* eljárás különösen magas *külső terhelési értéke* (kb. 150%) miatt ezen módszerhez külön példát is szükséges adnunk. Tételizzük fel, hogy a fekvő nyomás gyakorlatban a teljesítményméréskor megállapítottuk, hogy az 1 ismétlési maximum (1IM), azaz a 100%-os teljesítmény 80 kg volt, tehát ennél többet a vizsgált sportoló nem tudott kinyomni. Ezért a maximális excentrikus módszer alkalmazásakor a **2. táblázat** adatai szerint 3x5x150%-os terhelést kell alkalmazni, azaz 3x5x120 kg-mal kell elvégeztetni excentrikus izommunkamódban, azaz utánaegendő, fékező formában a fekvőnyomó gyakorlatot. Ez a kondicionálóteremben azt jelenti, hogy a pad végén a súlyzótartó állványra 120 kg-ot nyomó rudat és tárcsákat kell előkészíteni. Két segítő a gyakorlatot végző kinyújtott, megfeszített izmú kezébe adja a rudat, a sportoló pedig ellenállva a súlyzóberendezés súlyának, mellig leengedi a rudat. Itt a segítők megfogják, felemelik, s ismét a sportoló kezébe adják és leengedés után még négyszer megismétlődik, amit a 3 percnél szériapihenő követ, amely közben megtörténik a váll- és mellizomzat nyújtása is.

(Folytatjuk)

2. táblázat. Szinkronizációs (intramuszkuláris) erőfejlesztési módszerek

	Módszerek				
	Maximálisnak látszó	Maximális koncentrikus	Maximális izometrikus	Maximális excentrikus	Maximális excentrikus-koncentrikus
Hatás	Egy izmon belül az egyidejűleg (szinkron) összehúzódó rostok számával arányosan nő a maximális és gyorsasági és csökken az erődeficit, de az izom nem vastagszik jelentősen.				
Gyakorlatok	d i n a m i k u s	s t a t i k u s		d i n a m i k u s	
Terhelés-adagolás	Kb. 6-12 hetenként a választott gyakorlat 100%-os külső terhelésének megállapítása és ezek arányában történő adagolás				
Heti edzés-gyakoriság	4	4	4	4	4
Szériaszám	4+1	5	5	3	
Ismétlésszám		1	2	5	
Időtartam (s)	-		5-6	-	-
Külső terhelés (%)	90,95,97,100	100	100	Kb. 150	79-90
Intenzitás	m a x i m á l i s				
Szériapihenő (perc)	3-5	3-5	3	3	5
Szériapihenő tartalma	Az erősített izmok könnyű nyújtása				



Pignitzky Péter
rovata

RÉGI IDŐK BAJNOKA

Beszélgetés dr. Szabó Miklóssal

A mai fiatalok közül már kevesen ismerik. Pedig a világ egyik legjobb távfutójaként, Iharos, Rózsavölgyi, Tábori és Kovács „Bütyök” társaként verte a világot. Talán ezért is kevésbé ismert, ilyen nevek mellett egy olimpiai negyedik helyezés elsikkad. A decemberben 74 éves jogi végzettségű atlétaszakember negyven alkalommal viselte a címeres mez, hat magyar bajnokságot nyert és több éven keresztül a világ legjobb tíz versenyzője között szerepelt a világranglistán.

Két évtizedes szövetségi munka után az MTK-ból ment nyugdíjba. A klub körúti irodájában beszélgettünk a magyar távfutás legendás koráról, a magyar közép-hosszútávfutás helyzetéről.

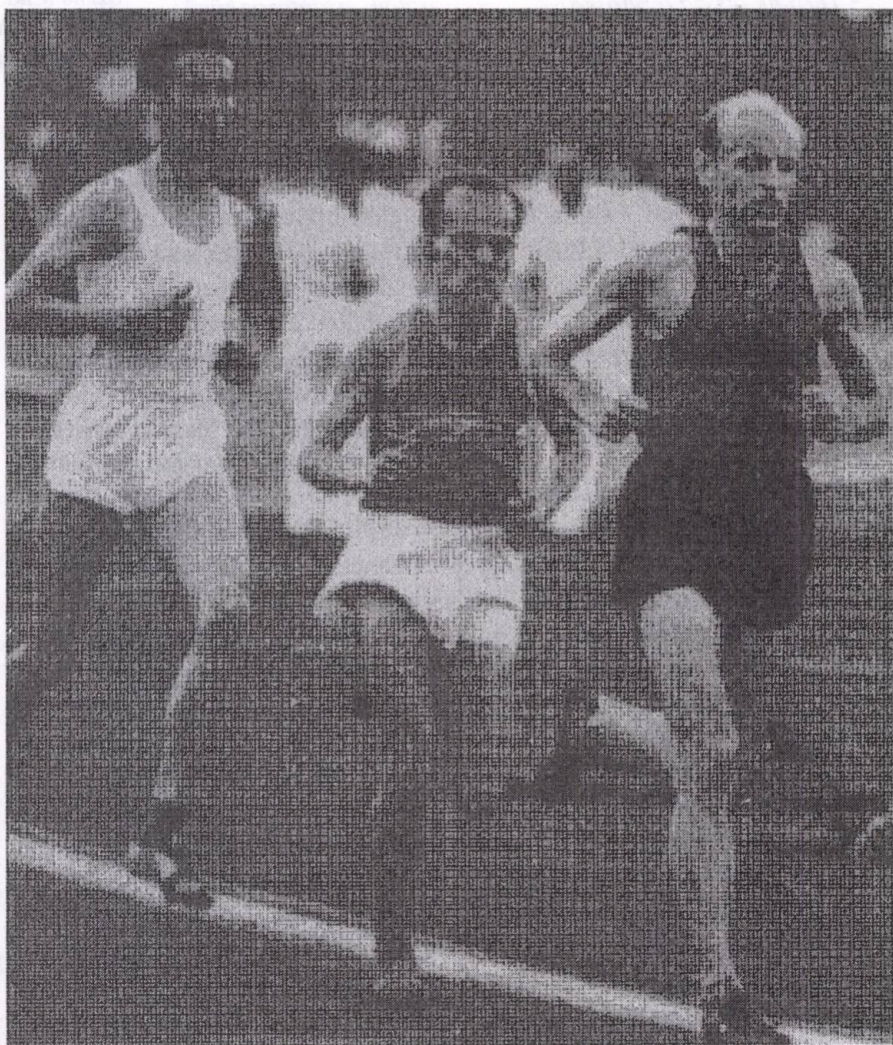
• Az ötvenes években a világ egyik legjobb hosszútávfutója voltál. Nem tévedek nagyot, ha úgy gondolom, már fiatal korodban ezt a sportágat választottad.

– Nagyot tévedtél! Mint minden fiatal, a sport általában érdekelt, de elég későn, mai szemmel túl későn kezdtem el rendszeresen futni. Kecskeméten, a szülővárosomban, az iskolában fociztam és alkalmanként futottam az iskola színeiben, például az október 6. tiszteletére rendezett kegyeleti váltófutáson.

1949 ősszén Budapestre kerültem, mivel elkezdtem a jogi tanulmányaimat. Lementem a BEAC pályára mozogni, pontosabban focizni szerettem volna. Rengetegen voltak, félreállítottak, hogy várjak a soromra. Unalmamban körözni kezdtem a futópályán. Egy idő után az atléták egyik edzője, Nagy Sándor leszólitott, hogy nem lenne-e kedvem a kari mezein elindulnom. Volt, így leigazoltak. Lejárogattam focizni is, de egyre inkább a futásnál ragadtam le. Nem volt kiugró eredményem, de jól esett a mozgás, kezdtem megkedvelni a futást. 51-ben Kismarton Károly kezdett foglalkozni velem, majd, mint középtávfutó, Simek Fe-

renchez kerültem. Micsoda két edző-egyéniesség! Később, szövetségi edzőként, több évig együtt dolgozhattam e két nagyszerű emberrel.

1952-ben kezdtem el rendszeresen edzeni. Mai szemmel kicsit furcsán alakult az életem. Mivel el kellett tartanom magam, napközben dolgoztam, az egyetemet esti tagozaton végeztem. Reggel ötkor edzettem a Margitszigeten, majd az egyetem után, este nyolc óra körül értem ki a pályára és kilencig futottam. A pályán a szertáros



Szabó Miklós az élen, mögötte Kovács „Bütyök” és Iharos Sándor

Gönczi Józsi bácsi és én voltam már csak. Az egyetem elvégzése után, a munka mellett már könnyebb volt edzenem.

• *A munka, gondolom – ahogy az akkoriban megszokott volt – tipikus sportállás volt. Csak a fizetésért kellett bemeni.*

– Úgy néz ki, hogy ez a beszélgetés a tévedések riportjaként vonul be cikkeid sorába. Lehet, hogy hihetetlen, de az ötvenes évek elején még nem volt divat a később bevezetett sportállás. Még a labdarúgók is bejártak dolgozni.

Az én „sportállásaim” a szénhoradásból – ez még 49-ben, az elején volt –, a mázsálásból, majd a könyvelésből álltak. Az én esetemben az jelentette a könnyebbséget, hogy az egyesület könyvelésén dolgoztam. A munkahelyem a pálya mellett volt, így nem volt gond edzeni. Természetesen az egyesületből edzőtáborba, versenyekre könnyebb volt elmenni.

• *Térjünk vissza a futásra...*

– 1953-ban lettem a válogatott keret tagja, amivel már munkaidő-kedvezmény is járt. De ennél sokkal fontosabb volt, hogy Tatán olyan versenyzőkkel készülhettem együtt, mint – a már említettek mellett – Béres Ernő, Juhász Béla, Rozsnyói Sándor. Az eredményeimen ez meg is látszott, 5000 m-en már a címeres mezt is magamra húzhattam. Az 1954-es Európa-bajnokságtól egészen 1963-ig, stabil tagja voltam a magyar válogatottnak.

Annak ellenére, hogy a világranglista első húsz helyezettje közé kerültem, olyan erős volt a hazai távfutó mezőny, hogy a berni Eb-n nem állhattam rajthoz. Igaz, akkor még a szabályok szerint országonként csak két versenyző indulhatott a kontinensbajnokságon.

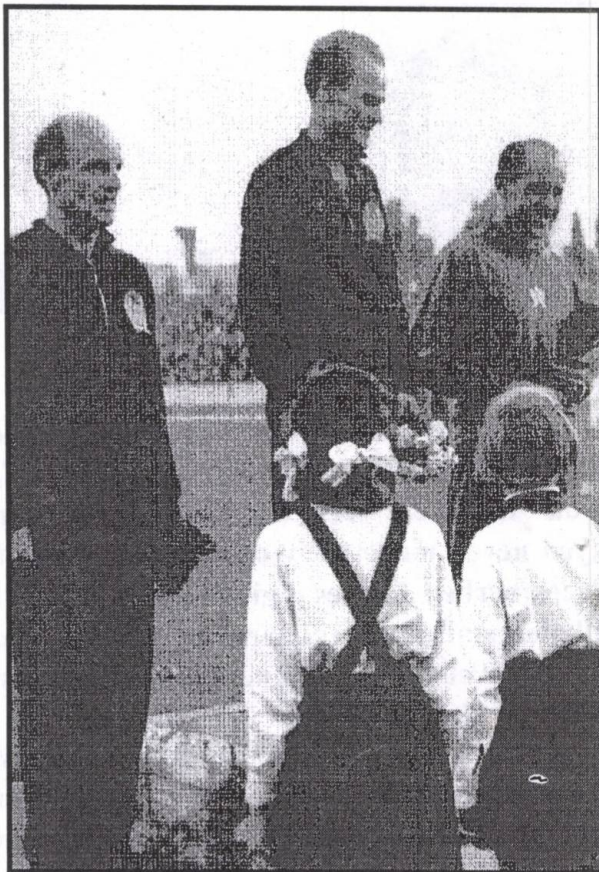
A következő esztendő a magyar távfutás nagy éve volt. Egy sor világcsúcs született, Iharos az év sportolója lett, az 5000 m-es világranglistán az első tízben hat magyar versenyző szerepelt. Én 14 percen belüli (13:59,0) egyéni csúccsal a világ legjobbjai között a hatodik helyen zártam az évet. Ezt az eredményt érde-

kes körülmények között értem el. A lengyel-magyar viadalon, 5000 m-en én voltam Iharos Sanyi „nyúlja”. Ő világcsúcsot futott, én másodikként értem célba, a már említett eredménnyel. Mai szemmel tényleg nyúl voltam, de válogatott versenyen szóba sem kerülhetett, hogy a hosszú vezetés után kiálljak. Mellesleg eszem ágában sem volt ezt megtenni.

• *És jött 1956, a melbourne-i olimpia. Negyedik helyezéssel a magyar távfutás egyik legkiemelkedőbb olimpiai eredményét érted el. Ha az ismert körülmények – forradalom, a kiutazás körüli bonyodalmak stb. – jobban alakulnak, érmet is nyerhettél volna?*

– Nehéz erre válaszolni. Én meg voltam elégedve a versenyzésemmel, az elért helyezésemmel. Az ellenben biztos, hogy semmi sem volt ideális az olimpiát megelőző időszakban. A forradalom alatt nem tudtunk rendesen készülni. Emlékszem, október 23-án Tatára mentünk versenyre. Tudtuk, hogy azon a napon tüntetés lesz. Kérdezték is tőlünk, hogy megyünk-e felvonulni. Franci bácsi (Simek Ferenc. A szerk.) azt mondta, hogy „nekünk versenyezni kell, de lélekben veletek vagyunk”.

A kiutazásunk elég zűrzavaros volt. Itthonról felemás, sokszor a ténylegesnél sokkal rosszabb, rémisztőbb híreket halottunk. A tervezettnél később értünk Ausztráliába. Edzősmódszertani hiba volt, hogy a vezetőség rövid időt tervezett az átállásra. Két hét nem volt elég, ráadásul Szingapúrban több napot töltöttünk. A tropikus klíma miatt edzés helyett csak lézengeni tudtunk. Igaz ezt a lézengésünket több ezer néző figyelte árgus szemekkel.



Szabó Miklós, Kovács József és Emil Zatopek az 1955. évi Csehszlovákia-Magyarország válogatott viadal 10.000 m-es számának eredményhirdetésekor

Nagyon hiányzott egy erős verseny az olimpia előtt. Beterveztük, az ausztrálok meg is ígérték, de valamilyen oknál fogva elmaradt. Én föl voltam készülve, úgy gondolom a többiek is. Szép eredményeket értünk el. Kovács „Bütyök” és Rozsnyói az ezüstérmével, Tábori negyedik és hatodik helyezéssel, jómagam szintén egy negyedik helyezéssel, a magyar távfutás nagyon jól szerepelt Ausztráliában.

Mi lett volna ha? Erre nehéz választ adni. Egy biztos. Kuc akkor, ott Melbourne-ben mindkét távon verhetetlen volt. Én ma is meg vagyok elégedve az ott elért helyezésemmel!

• *Bárcsak a következő ausztráliai olimpiáról is hasonló eredményekkel jött volna haza a magyar atlétaválogatott. De ez egy másik történet.*

A magyar olimpiai csapat eléggé megfogyatkozva jött vissza '56-ban. Mindenfélét lehetett hallani a kint törtétekről...

– Én csak az atléták körüli eseményekről tudok hitelt érdemlően beszámolni. Különböző szervezetek kerestek meg minket. A legkomolyabb a

Svéd Atlétikai Szövetség segítségével, felajánlották, hogy ha nem akarunk hazatérni, a családunkat is kihozzák Magyarországról. Én is családostan voltam már, de hazatértem a csapattal. Pontosabban annak megmaradt részével.

Hazatértem után a Bp. Haladásból „átigazoltam” a MAFC-ba, miután az egyetemi klubok visszakapták régi nevüket. A versenyzők követhették edzőjüket, így kerültem a műegyetemi klubba.

Az 1957-es idény nagyon jól sikerült. Kár, hogy abban az időben csak két évente rendeztek világversenyeket atlétikában. Moszkvában a Világ Ifjúsági Találkozóon nagyon erős mezőnyben, egyéni csúcst (13:51,8) futva nyertem. Ezzel az időeredménnyel egészen október elejéig vezettem a világranglistát. Akkor Kuc, aki Melbourne óta nem versenyzett, „lefutott” a ranglista éléről.

A következő évben újra Eb következett. Nagyon jó formában, sétálva jutottam az 5000 m-es döntőbe, de nem volt szerencsém. A döntő előtt óriási eső zúdult a stadionra. A magyar csapat vezetése nagyon nagyot hibázva, elfelejtett szólni, hogy a döntőt másfél órával elhalasztották a rendezők. Mi magyarok, egyedülként be melegítettünk az eredeti időpontra. A többi már el lehet képzelni.

• Az ötvenes évek végére a világhíres magyar távfutó gárda kezdett elfogyni. Az utolsó fellángolás a római olimpia volt...

– Rómában Rózsavölgyi 1500 m-en elért bronzérme még megmentette hírnevünket, de valóban az a nagyszerű csapat kifutóban volt. Már nem voltunk a világban meghatározóak. Engem ráadásul a szerencse sem kísért. Nem sokkal az olimpia előtt összeszedtem egy tüszős mandulagyulladás, ami igen magas lázzal járt együtt. Azt hittem rendbejövök a játékok kezdetére, de simán kiestem az előfutamban.

1963-ig versenyeztem. Stabillal válogatott voltam, a világranglista első húsz futója között szerepelt a nevem. Tulajdonképpen már a belgrádi, 62-es Európa-bajnokság után be szerettem volna fejezni versenyzői pályafutásomat,

de Sir Kaja, a szövetség vezetőedzője rábeszélte, hogy még egy évig, az új generáció befutásáig folytassam. Így 1963 lett az utolsó versenyidényem.

• A világ nagyot változott. Eszedbe jutott már, hogy a mai viszonyok között, akkori eredményeitekkel dollár-milliomosok lehetnétek?

– Így konkrétan nem. A mi időnkben teljesen más világ volt a sportban. Mi még amatőrök voltunk. A futásért, a versenyzésért csináltuk, amit csináltunk. Természetesen nem jártunk rosszul azzal, hogy élsportolók voltunk. Bizonyos előnyöket élveztünk. Például az utazásaink során behozhatunk olyan árut, amelyeket jó áron el tudunk adni. Én például így vehetem lakást.

Amikor a mai világklasszisok pénzdíjairól, reklámszerződésről hall az ember, egyáltalán nem fordul meg a fejében, hogy mi milyen szerencsétlenek vagyunk, hogy akkor ez nem volt divat. Abban az időben a nyugati futók sem voltak elkényeztetve. Kisebbségi machinációk azért voltak, például az útiköltség-térítéssel vagy a tiszteletdíjakkal. Emlékszem egy angol-magyar viadal után, Gordon Pirie és Ibbotson a bankett helyett elmentek London egyik külvárosába versenyezni. Inkább bemutató volt ez, mint verseny. A körülbelül 20 angol font értékű tiszteletdíjat a felajánló rögtön készpénzért visszavette. Ma ez az összeg az ifjúsági válogatottnál a zsebpénz. De ez így van rendjén.

A legértékesebb díjamat – most a fiatalok biztos kinevetnek – Norvégiában kaptam 1955-ben. Egy szenzációs versenyzés után a rendezők megkérdezték, hogy mi a kívánságom. Én egy Glen Miller albumot kértem. Ez akkor kint is nagy érték volt. Nagyon boldog voltam, amikor teljesült a kívánságom. Itthon a csodájára jártak a lemeznek. Igaz, Iglói Náci, aki legtöbb alkalommal kísért minket a versenyekre, többször pedzegette: „ha nem ilyen világ lenne, nem ilyen csórón utaznánk”.

• Lehet, hogy banális a kérdés. Volt valamilyen magyar titok? Több eredményes „istálló” működött. Eredmé-

nyeivel az Iglói-féle vált legismertebbé.

– Öt kiemelkedő műhely volt, a Csaplár András, a Hires László, az Iglói Náci, a Kelen János és a Simek Ferenc vezette csoportok. Mindegyik más módszer alapján dolgozott.

Titok? Ha titoknak lehet nevezni, akkor az az volt, hogy mestereink nagyon értették és szerették munkájukat. Mi is szerettük a futást. Mindegyik csoportban több világklasszis futó volt, nálunk például Rozsnyói és Béres.

Simek a hosszabb futásokat szerette. Ahogy közeledtünk vissza a pályához, egyre gyorsabban futottunk. Aki elsőnek érintette meg az öltöző kilincset, aznap ő volt a „bajnok”. Valaki mindig jó formában volt, így nem volt edzés, hogy a végére ne alakult volna ki egy komoly versenyzés.

• Más? Talán egy példa...

– 1955-ben egy Csehszlovákia-Magyarország viadal után, amikor az összes távfutó számban kettős győzelmet arattunk, a bankett eléggé elfajult. Későn (vagy inkább korán) kerültünk ágyba és az elfogyasztott alkohollal mennyiség sem volt elhanyagolható. Reggel a csehszlovák csapat szépen felöltözve, egyenruhában készülődött a hazautazáshoz. Mi már akkor, Iglói vezényletével – éjszaka ide, alkohol oda – végeztük az átmozgatást. Amikor Zatopek ezt meglátta, csodálattal hívta fel csapattársai figyelmét a magyarok titkára.

• Befejezve versenyzői pályafutásodat, nem szakadtál el az atlétikától...

– Kutas István, az akkori sportfőhatóság (OTSH – a Szerk.) szakmai elnökhelyettese javaslatára a MASZ főállású edzője lettem. Akkor még csak Sir dr. dolgozott a szövetségben szakmai vonalon főállásban. A közép-hosszútávfutás és a gyaloglás felügyelete tartozott hozzám. Kutas javaslatára 1965-ben létrehoztuk a futókolégiumot. (Zárójelben megjegyezném, hogy Kutas elég érdekes és ellentmondásos személyisége volt a magyar sportnak. Diktatórikus módszereit már abban az időben is sokan támadták, nehezen viselték el. Az azonban biztos, hogy az atlétikának és azon belül a távfutásnak sokat segített.)

A futókollégiumban a legtehetségesebb vidéki futókat gyűjtöttük össze. A Népstadionban, a mai Pilon Szálló helyén laktak. Kovács Zoltánnal (ő volt a tanulmányi vezető), Iharos Sanyival és Béres Ernővel hárman vettük a szakmai munkát. Jó kezdeményezésnek indult, de sok nehézséggel kellett megküzdünk. Teljesen heterogén volt a társaság. Nem azonos korosztályból kerültek ki a versenyzők, a tanulmányi elfoglaltságuk, szabadidejük is különbözően alakult. Amikor kinőttek az ifjúsági korból, Budapesten szerettek volna maradni. Sok-sok kisebb nagyobb probléma után 1971-ben végül is megszűnt a futókollégium.

1970-től 1982-ig a MASz utánpótlásedzőjeként tevékenykedtem. Sok szép évet töltöttem el a szövetségben. Nagyszerű emberekkel – Fejes Zoltán, Mindszenty János, Morvay Béla, hogy csak néhányukat említsem – próbáltuk, több-kevesebb sikerrel fejleszteni a hazai atlétikát.

A szövetséghez kötő szerződéselem lejártával az MTK VM-hez kerültem. Szakmai osztályvezetőként innen mentem nyugdíjba. Ma társadalmi munkában, nyugdíjasként segítek a klubvezetésnek.

• *Beszélgetésünk végéhez közeledve, kikerülhetetlen a kérdés. Te, aki versenyzőként, edzőként nagy időket éltél meg, miben látod a magyar távfutás visszaesését?*

– Ez a kérdés önálló téma, egy külön beszélgetést érdemelne. Valóban nagyon visszaesett a hazai távfutás. Sok gondal küszködik. Igaz – és ez nagy öröm – vannak biztató jelek, néhány figyelemre méltó eredménynek örülhettünk a közelmúltban. De maradván az eredeti kérdéssel, megpróbálom a saját tapasztalataim alapján válaszolni.

Hazánkban egyre kisebb az érdeklődés az olyan sportágak iránt, amelyekben hosszú éveken keresztül, embertelen munkát kell elvégezni a sikerért. Az utóbbi három-négy évtizedben még két komoly tényező játszott közre abban, hogy ez a sajnálatos folyamat felerősödjön.

Akkor veszítettük el a hegemoni-

ánkat, amikor az afrikai futók hihetetlen mértékben árasztották el a világot. A fiatalokra taszítólag hatott ez az áradat. Nem tudtuk felvenni a versenyt ezzel a tendenciával. Az afrikaiak magaslátáról jöttek le versenyezni, míg az európai futók nem tudtak annyi időt fent tölteni, hogy egyenlő eséllyel álljanak rajthoz velük szemben.

A nyugat-európai országok anyagi lehetőségeiknek és természeti adottságaiknak köszönhetően, úgy-ahogy lépést tudnak tartani az afrikaiakkal. Mi ráadásul, amikor még jobb feltételek között készülhettünk, tapasztalatlanságunk folytán edzésmódszertani hibákat is elkövettünk. Mexikó előtt, 1968-ban azt hittük, hogy két-három hét elég lesz a felkészülésre. Az olimpián összehaláloztunk azokkal az afrikaiakkal, akik egész életüket 2000-3000 m között élik le. Európából, Amerikából – akik tehetik – ma már hónapokat, töltenek el magaslaton.

Nálunk a tehetséges versenyzők a könnyebb utat választották, választják. Utcai futóversenyeken vesznek részt és az ezeken keresett pénzből viszonylag elfogadható egzisztenciát tudnak biztosítani maguknak és azt csinálják, amit szeretnek. Meg lehet őket érteni.

• *Nagyon aggasztó, hogy az ifjúsági eredmények nagyon gyengék és egyre kevesebb a versenyző...*

– A sportágak számának bővülése talán leginkább az atlétikának ártott. A különböző önvédelmi sportágak rengeteg tehetséges gyereket szívtak el a hagyományos sportágaktól, tehát nemcsak az atlétikától. Itt is a könnyebb út a vonzó. Ez nem baj, de tudomásul kell vennünk, hogy a világ így változott meg. Az Internet és a tv térhódítása, valamint az egyéb szórakozási lehetőségek mind-mind a hagyományos sportágak kárára bővülnek. A motivációs tényezők is megváltoztak. Ennek ellenére az idej Európában bajnokságon nagyon szépen szerepeltek atlétáink, köztük a távfutók is. Sikerült sérülésmentesen, jól menedzselve felkészíteni a csapatot.

• *Korábban mintha nagyobb formátumú, szakmailag felkészültebb mester irányította volna a versenyzőket...*

– Az előbb említett gondok az

edzők esetében is jelentkeznek. A mi időnkben óriási egyéniségek tevékenykedtek a magyar atlétikában. Már korábban felsoroltam az öt „istállót” irányító távfutó szakembert. Ugyanígy a sprinterekkel és az ügyességi atlétákkal is magasan kvalifikált egyéniségek dolgoztak. A teljesség igénye nélkül ide sorolható Bácsalmási Péter, Kovács Kléri, Balogh Lajos, Harmati Sándor, Báthori Béla, Söjtör József, Kismartoni Károly, Koltai Jenő, Tamás László vagy Irányosy Gézané.

Nem szabad elfelejteni, hogy a magyar közép-hosszútávfutás a háború előtt is nagyszerű, világklasszis versenyzőkkel rendelkezett, akikből később kiváló edzők váltak. Kelen, Csaplár, Szilágyi Jenő, Szabó Miklós... Nagyon jól csengő nevek voltak a harmincas-negyvenes években.

Azért ne legyünk igazságtalanok a maiakkal szemben sem. Például Németh Gyula, Babinyecz József felkészült, elhivatott edzők, akiknél már jelentkeznek az eredményeik is. Más szakágat nézve, Vida József élversenyzőből vált világklasszis edzővé. Erre is kellőképp oda kell figyelni a mostani vezetésnek. A jelenlegi élgárdából kellene kiválogatni és motiválni a leendő edzőket.

Azt se felejtjük el, hogy – érthető okokból – a testnevelők is a könnyebbik utat választják. Az edzőknek hosszú és sok munkával járó utat kell megtennünk, hogy eredményes tanítványaik legyenek.

Megváltozott a világ. Mi edzőként, vezetőként nem elsősorban az anyagi érdekek miatt tevékenykedtünk az atlétikában. Félreértés ne essék, kaptunk fizetést, de az természetes volt, hogy minden napunkat, a hétvégeinket is a pálya mellett töltjük. Versenyző koromban, télen legalább a hétvégeket otthon töltöttem. Edzőként már bejött a fedett pályás idény. A családom hozzászólt, hogy versenyzőként, edzőként sokat vagyok távol. A feleségem mindig arra várt, hogy nyugdíjas koromban végre otthon leszek. Ez most félig-meddig így is van. De azért a komolyabb versenyeken továbbra is fel-tűnök, ugyanis az atlétika nélkül nem tudok élni!

LÁTOGATÁS AZ IKARUS BSE-NÉL „A SPORTÁG SZERETETE MOTIVÁLJA MUNKÁNKAT”

Működik Budapesten egy szakosztály, amelyre sohasem vetült fény, amely soha nem került a sportlapok címlapjára, de 1976-os megalakulása óta (tavaly ünnepelte életre hívásának 25. évfordulóját) elsősorban fővárosi, de jó pár versenyzője révén országos viszonylatban is állandó szereplője atlétikai életünknek. Az IKARUS BSE-ről van szó. Ha szóba kerül, a szakosztály minden atlétabarátnak id. Tomhauser István neve ugrik be. Neve a kezdetek óta egybeforrt a szakosztály tevékenységével. Vele beszélgettünk az általa képviselt nagyon szimpatikus szakosztályról.

• *Hogyan kezdődött a kapcsolata az atlétikával?*

– Az ötvenes évek végén az Ikarusban atletizáltam. 1:51 körüli 800-as voltam, amikor a Honvédhoz igazoltam és Pátkai László lett az edzőm. Sajnos ez még ma is jó eredménynek számít, de abban az időben a tízes ranglistára sem fértem fel. Ezzel a tudással egyszer sikerült egy hetedik helyet elcsípni a bajnokságon.

Edzői pályám érdekesen alakult. Egy alkalommal a Népstadionban fotóztam (több fotópályázaton nyertem díjat), ahol valahogy bekapcsolódtam Nyíró György, a MASz főtitkára és Koltai László, a Honvéd szakosztály-vezetőjének beszélgetésébe. Az ő biztatásukra kezdtem el atlétikát szervezni a XVI. kerületben, az Ikarusban 1976-ban. A pálya adott volt, de meglehetősen elhanyagolt állapotban, amit aztán rendbe raktam és néhány plakátot, fotót helyeztem el a környéken. Összejött 28 gyerek, velük kezdtem. Két évig minden fizetés nélkül végeztem vállalt feladatomat. Bizonyos szempontból óriási lehetőség nyílt meg előttem, hiszen 15 km-es körzetben egyetlen atlétikai szakosztály sem volt és ez mindmáig így van. A XVI. kerület, Kerepes, Kistarcsa, Csömör sok iskolájával, sok egészséges gyerekkel kincsesbánya volt és az ma is. Egyre jobban belelendültem a munkába, előbb segédoktatói, majd középfokú edzői képesítést szereztem.

• *Hogyan sikerült a folytatás?*

– Egyre gyarapodott a létszámunk,

és törvényszerűen egyre több jó képességű gyerek bukkant fel, akikkel jó eredményeket értem el.

• *A szakosztály mindig sok gyereket foglalkoztatott. Emlékszem, hogy a budapesti (elsősorban a mezeifutó- és váltó-) versenyeken az Ikarus vonszította fel a legtöbb résztvevőt...*

– Kezdetek óta járom az iskolákat, a testnevelő tanárokkal jó kapcsolatot építettem ki. Minden iskolai versenyt a környékről a mi pályánkon rendezik. Ezeken a versenyeken válogatok. Minden szülő kap egy levelet, amelyben leírom, hogy milyen sportolási lehetőséget tudunk kínálni. Emellett rengeteget járok a szülői házakhoz egy-egy gyerek érdekében. Évek alatt hagyományosan jó kapcsolat alakul ki a szülőkkel. Bármilyen probléma van (pálya rendbetétele, szükséges javítások, szállítás stb.), a szülők ma is nagy számban jelentkeznek segíteni. Nagyon jó a kapcsolatunk az iskolákkal, innen kapjuk az utánpótlást. A szakosztály igazi bázisát öt iskola jelenti, a versenyzőink zöme ezekből kerül ki.

• *Kezdetektől fogva a jelenlegi szakmai irányultság jellemezte a szakosztályban folyó munkát?*

– Elárulok egy titkot. Mint gyakorló fotós, rengeteg atlétikai mozgást fényképeztem. Érdekes módon a gátfutás lett számomra a legkedvesebb, megfogott ennek a mozgásnak a szépsége. Az évek során a gátfutás és a középtávfutás lett az a két szakág, amellyel kiemelten foglalkoztunk.

Szeretném azonban hozzátenni, hogy minden gyerek kötelezően mindent végigpróbál. Minden tanítványunk gátazik, bizonyos szintig elsajátítják ezt a mozgást. Tizenöt éves koráig mindenki indul összetett versenyeken. Ez még akkor is kötelező mindenki számára, ha e téren nem várható tőle kiugró eredmény. Gyerekeinknek az atlétika minden fontosabb mozgásával meg kell ismerkedniük. Ez alapkövetelmény. Például a kiemelkedő eredményeket elérő középtávfutó Bálint Mónika annak idején jó többpróbázó volt, de ugyanez mondható el Horváth Dóráról, nagyszerű gátfutó versenyzőnkéről.

Egy rövid időre dobószakágunk is eredményes volt. Ipoly Zoltán nevelt tehetséges dobókat (Kovács Jenő, Pintér Attila, Irmes Erzsébet), azonban betegsége, majd halála után nem sikerült életben tartani ezt a szakágat.

• *A szakosztály mindig rendelkezett kiemelkedő tudású versenyzőkkel. A sok gyerekből hogyan nő ki a minőség?*

– Alapelvünk, hogy sok gyerekkel foglalkozunk, így a nagy számok törvénye alapján mindig kiemelkedik közülük öt-tíz olyan, akivel érdemes külön foglalkozni, jobban odafigyelni a felkészítésükre. Ha végignézzük a szakosztály negyed százados történetén, akkor ezt tapasztalhatjuk. Mindig volt kiemelkedő képességű atlétánk a különböző korosztályos versenyeken. Az évek folyamán nagyon sok bajnoki címet és dobogós helyezést szereztünk. Egyébként én soha nem mondom egy gyereknek, hogy bajnokságra esélyes. Mindig csak dobogót említek, így mentesítem őt attól, hogy egy második-harmadik helyet kudarc-ként éljen át. Ez a módszer sokszor vezetett bajnoki sikerhez.

• *Mielőtt a szakosztály jelenlegi helyzetéről érdeklődnék, vessünk egy pillantást az elmúlt esztendőkre.*



Balról jobbra: ifj. Tomhauser István, Kiss Dániel, Nemeslaki Rita, Kleiner Nóra, Horváth Dóra, Lengyel, Judit, Bagdi Zita, id. Tomhauser István, guggol: Benyhe Miklós és Armuth Gábor

– A nyolcvanas évek közepe táján a gyereklétszámmal együtt a szakemberek száma is gyarapodott. Az eredmények javulása szükségessé tette a bővítést. Bekapcsolódott Nagy József, majd a főiskola elvégzése után a fiam, azt követően Szabó Edit, volt versenyzőnk, jelenleg testnevelő tanár.

A szakosztály fennállása során eddig 67 olyan versenyzőnk volt, aki bajnoki érmet vagy dobogós helyezést ért el. Közülük többen lettek sokszoros korosztályos bajnokok. Első felnőtt bajnokunk Bálint Mónika volt, aki ifjúsági létére fedett pályás világversenyen is indult. Versenyzőink (Bálint Mónika, Pintér Attila, Vasas Zsolt, Kiss Dániel, Horváth Dóra) 23 országos csúcsot értek el.

Nagyon büszke vagyok arra, hogy az Ikarus atlétái közül az idők folyamán tizennégyen lettek testnevelő tanárok, akik közül többen a kerületben vagy a környéken tanítanak. A bajnokságok és rekordok mellett, ez szerezte számomra a legnagyobb örömet.

• *Nézzük a szakosztály jelenét. A média sokat foglalkozott az atlétáknak is otthon adó létesítmény sorsával. Hogyan sikerült végül is megtartani?*

– Az Ikarus gyár fokozatosan épült le, ma már szinte nem is létezik. Az új tulajdonos a gyár létesítményeit (művelődési otthon, sporttelep) értékesíteni akarta. Egyszerűen meg akarta tiltani, hogy edzésre járjunk.

Hosszú lenne részleteiben ecsetelni, milyen közelharcot vívtunk azért, hogy a szakosztály működését fenn tarthassuk. Előfordult, hogy lelakatolt pályára hatoltunk be és tartottunk edzést. Ment a huzavona a gyár tulajdonosa és az önkormányzat között, amely bizonyos feltételek mellett hajlandó lett volna megvásárolni a sporttelepet. Az alkudozás mindmáig tart, nekünk a labdarúgókkal együtt sikerült egy határozatlan ideig tartó szerződés megkötésével biztosítani a szakosztályi munka lehetőségét. A pálya fenntartását önerőből finanszírozzuk, itt óriási segítséget jelent a már említett szülői összefogás.

• *Nagy harc árán sikerült megtartani a létesítményhasználat jogát..., de miből él a szakosztály, kitől jön a működéshez szükséges anyagi támogatás?*

– Semmiféleképpen nem a gyártól. A nevünk ma már tulajdonképpen fantáziánévként kezelendő. Az anyagi bázist az önkormányzati támogatás, a pályázati pénzek, a tagdíjak, a szülői, vállalkozói támogatások jelentik. Az éves költségvetésünk 1,7-1,8 millió. Hogy ez mire elég? A legtehetségesebb gyerekek felszerelésére, a legfontosabb versenyeken való részvételt. A szerelés nagy részét a szülők veszik. Edzőink fizetést nem kapnak, csak a költségeik megtérítésével tudjuk honorálni munkájukat.

Nagy segítséget jelent, hogy a ke-

rületi önkormányzat a jó sportoló gyerekek részére sportösztöndíjat alapított, ami nagyban segíti a legjobb versenyzőink sportmunkáját. Létrehoztunk egy alapítványt, majd a budapesti Eb évében *Atlétikai Barátok Clubja* 1998 néven egy másikat. Ezek is támogatják a szakosztályt.

• *Milyen szakmai munkát lehet végezni ilyen – mondjuk ki – szerény körülmények között?*

– Jelenleg négyen dolgozunk a szakosztályban. Ketten 50-50 fős gyerekcsoporttal foglalkoznak. Nagy József – aki egyben a szakosztály elnöke – és Szabó Edit végzik ezt a munkát. Testnevelő tanár fiam és jómagam 25-25 fős csoporttal foglalkozunk. Amikor versenyezni kezdenek a gyerekek, akkor kerülnek hozzánk.

Az ideit, még nem egészen végleges pontversenyben a 28. helyen állunk, a fővárosi szakosztályok közül 7 van előttünk, amelyek összehasonlíthatatlanul jobb körülmények között dolgozhatnak, amellest – a Vasas kivételével – saját műanyag pályával rendelkeznek, szemben a mi saját kezűleg gondozott salakpályánkkal.

Nyolc országos bajnoki címet nyertünk az idén. Kiss Dániel részt vett a fedett pályás Eb-n, Horváth Dóra pályára lépett a junior vb-n. Reményteljes fiatalokat említek, akik bajnokok voltak és dobogós helyezéseket értek el: Kleiner Nóra, Armuth Gábor, Benyhe Miklós, Nemeslaki Rita, Lengyel Judit és Bagdi Zita. Külön szeretném kiemelni Vékony Juditot, aki felnőtt bajnokságot nyert 400 m-es gátfutásban és testnevelő tanárként dolgozik a kerület egyik iskolájában.

Télen a sporttelep területén lévő teremben edzünk, a legjobbak az Olimpiai Csarnokba járnak heti egy-két alkalommal.

Így élünk és dolgozunk. A sportág szeretete motiválja munkánkat. Akik végigolvassák a rólunk szóló tudósítást, nagyon sokan saját problémáikra ismernek. Sajnos sok olyan szakosztály van ma, amely hozzánk hasonló körülmények között kénytelen dolgozni, de csinálják, mert szeretik a sportágat.

Kovács Sándor

Beszélgetés KÁLOVICS ANIKÓVAL

2002 – leszámítva a két közgyűlést és a több tízmilliós hiányt – a magyar atlétika sikerévének tekinthetjük. A müncheni Európa-bajnokságon atlétánk remekül szerepeltek. Ügyességi versenyzőink világraszóló sikerei mellett, végre futóink – 100 m-től maratonig – nemzetközi elismerésre méltó eredményekkel örvendeztették meg e csodálatos sportág hazai rajongóit.

Már a férfi 5000 m-es országos csúcsunk miatt sem kell szégyenkeznünk, bár Iharos, Rózsavölgyi, Mecser stb. nevével fémjelzett hosszútávutásunkban, egy harmincnégy éves rekorddal a Guinness rekordok könyvébe bekerülni is elismerésre méltó teljesítmény.

Tekintélyt teremtő férfi hagyományainkkal ellentétben, az idei év a gyengébbik nem figyelemre méltó eredményeiről volt nevezete. Varga Judit, Kálovics Anikó országos csúcsai, versenyeredményei ékes bizonyítékai, hogy a női közép- és hosszútávutásunkban látványos fejlődés indult meg.

Ami nagyon érdekes, látva dobóatlétáink és futólányaink, asszonyaink idei eredményeit, Nyugat-Magyarország, annak idején Savaria néven elhíresült városa a világ atlétikáját is meglepett.

Kálovics Anikóval, stílszerűen egy maratoni – pontosabban ultramaratoni – táv felmérése kapcsán beszélgettünk Sárváron a pályakezdésről, a sikeréről és e csodálatos dologról, a távfutásról.

• Ismereteim szerint először úszóként ismerkedtél meg a rendszeres sportolással. Aztán rájöttél, hogy unod a faltól falig való úszást, és a laikusok számára szintén unalmas távfutásra – nem is sikertelenül – váltottál át.

– Óvodáskoromban kezdtem úszni, majd versenyezni a Vízmű SE-ben. Közepes szintű eredményeim voltak. Az igazat megvallva, a szüleim azért vittek le úszni, mert a feles energiáimat valamilyen módon le kellett kötni. Mondhatnánk úgy is, hogy nevelési célzattal kerültem az uszodába. Szüleim ma is emlegetik, hogy csak egy kiadós edzés után, amikor már nem pörögtem annyira, tudtak velem beszélgetni.

Általános iskolás koromban, több utcai futóversenyen vettem részt. Jól ment a „szárazföldi” sportolás is. Édesapám a futás felé irányított. Eleinte párhuzamosan űztem mind a két sportágat, de egyre jobban a futás vonzott. Tényleg kevésbé volt egyhangú és jól is ment. Egy biztos, az úszás nagyon jó alapnak bizonyult a későbbi sportolásomnak. Tizennégy évesen

„fájó” szívvel végleg felhagytam a rendszeres úszással és a Haladásban, már igazolt atlétaként a futást választottam. Ma is nagyon becsülöm az úszókat, de sokkal „kényelmesebb” futni. Az azonban érdekes, hogy elevegenségem ellenére, a monotoniságot megszoktam, jól tűröm.

Kivés István kezdett velem foglalkozni, ma is ő az edzőm. Az úszásról történő váltás jogosságát rögtön igazolták az eredményeim. Már az első évben a mezei bajnokságon korosztályomban az első között végeztem. Már a következő esztendőben, 15 évesen mezei bajnok lettem. Rögtön kiderült, hogy nem vagyok elég gyors, de kitartó. A 3000 m lett az igazi versenyszámom. A monotoniatűrősemre jó bizonyíték, hogy kimondottan szeretem pályán a 10000 m-es versenyzést. Igaz, sikerélményeim is ehhez a versenyszámhoz fűződnek. A 3000 és 5000 m-es távot nem szeretem, a tízezret azonban igen.

Kezdetben az motivált, azt a célt tűztem ki magam elé, hogy részt veszek egy olimpián. Nem olimpiai bajnok akartam lenni, csak olimpikon.



Most, hogy már Sydneyben megízleltem az olimpia ízét, úgy döntöttem, még egyre ki szeretnék jutni. Nem tűztem ki magamnak nagy célt. Ott akarok lenni!

Ma már nagyobb az önbizalmam. A kor, az eredmények, a rutin és nem utolsósorban az elvégzett edzőmunkában való hit sokat segített.

• Bár teljesen más szakág, elképzelhető, hogy a szombathelyi dobók sikere hatott rád?

– Érdekes a felvetés. Biztos vagyok benne, hogy igen! Láttam rajtuk, hogy sokkal magabiztosabbak. És nem csak a sportpályán, hanem az élet más területén is. Emlékszem, milyen jó érzés volt kezét fogni velük. Bizonyos, hogy hatott rám az eredményességük.

Ma már vallom, hogyha az ember valamiben sikeres, ha valamiben jó, az előbb-utóbb másban is jelentkezik. Magabiztosabb vagyok, másképp viszonyulok az emberekhez és nem utolsósorban a gondokhoz is. Sokkal pozitívabban tekintek a világra. A sikeres sportoló, a civil életben is magabiztosabb. A jót nehéz lesöpörni.

• A közelmúltban, Udinében tekintélyt parancsoló országos csúcsot futottál. Terveztétek, várható volt?

– 69:16 perccel jelenleg az európai ranglistán a harmadik, a világranglistán pedig a tizenharmadik he-

lyen vagyok. A félmaratoni szempontjából érdekesen alakult az idei versenyyidényem. Tízezer méterre készültem, ezen a távon kerültem ki az Európa-bajnokságra. Münchenben jól futottam és nagyon elégedett voltam a 14. helyemmel. Önbizalmat adott.

A csúcscsújavításom előtt, felkészülés jelleggel, kétszer futottam félmaratont. Az első jól sikerült, Klagenfurttal pályacsúccsal, 73:28 perces eredménnyel megnyertem a versenyt. Na, próbáljunk meg még egyet, terveztük Kivés Istvánnal. Kremsben, szintén pályacsúccsal, ugyancsak első lettem. A 70:26 perces egyéni csúcsmár elgondolkoztatott. Udinében aztán sikerült. Itt elsősorban magamnak futottam, nem görcsöltem, hogy mindenáron nyerjek, és rekordot döntsek. Harmadik helyeztéként, végig ellenszélben, sikerült megdöntenem Barócsi Heléna tízéves, 70:01 perces eredményét.

• 2004, Athén, maratoni?

– Nem, maradok a kedvencemnél, a tízezer méternél. Az udinei eredmény önbizalmat ad, de nem veszem igazán komolyan. A huszonöt körös versenyzés jobban érdekel. Nagyon meg kéne már döntenem Szabó Karolina rekordját (31:55,93). Bár elgondolkodom néha a dolgon. Radcliffe milyen jól fut 10000 m-től maratoniig. Még ráérek. Egy jó maratoni futó tízezren is jó.

A kedvenc távomon gyorsulnom kéne, a világ élvonala nagyon gyors. De azért remélem, még az utcai versenyzéssel is be fogok kerülni az újságokba.

• Magyarországon sokszor támadják a távfutókat, hogy inkább külföldön és sok esetben kisebb rangú utcai versenyeken vesznek részt.

– Nem nehéz ezekre a „vádakra” válaszolni. Szakmai és anyagi okokból keressük a külföldi versenyzési lehetőségeket. Nézzük először az anyagi okokat. Úgyis mindenkit az érdekel. A Haladásnál sportállásban vagyok, de ebből a pénzből egzisztenciát teremteni, a jövőt megalapozni nem lehet.

Hálás vagyok az egyesületemnek,

de a felkészülésem teljes támogatását ők sem tudják állni. A távfutás, ezen a szinten már sokba kerül. A hazai szövetség, a MASz idén egyáltalában nem támogatott. Meg kell teremtenem a felkészülésemhez szükséges anyagi feltételeket. Azért versenyzem kisebb értékű, de fizető versenyeken, hogy a felkészülésem – meleg éghajlat, magaslat – zavartalan legyen.

Hál’ Istennek a hosszútávfutásban, ma már van pénz. A szakmailag valóban kisebb értékű utcai versenyeken sokszor azért veszünk részt, hogy megéljünk. Néha az edzés, a pihenés helyett. Nem olyan édes ez az élet, mint ahogy egyesek gondolják.

A szombathelyi PERFEKT Média Kft. az egyéni támogatóm. Koós-Hutás László a menedzserem, ő tervezi, segíti edzőmmel a versenyzésem és támogatókat is próbál szerezni. Ez sem olyan könnyű dolog Magyarországon. Külföldi versenyzés? Kevés itthon a tízezres verseny – igaz a világban is. Verseny nélkül, jó verseny nélkül nem lehet eredményt elérni. Én úgy futottam meg a szintet az Eb-re, hogy magunk szerveztük meg a versenyt.

Ha itthon is lennének jó versenyek, természetesen hazai pályákon is többet láthatnának.

Külföldön jó nevű, nagy eredménnyel rendelkező futónők ellen ver-

senyezhetek. Meg kell szokni az erős versenyt, meg kell tanulni nem félni a nagy nevektől. Az afrikai atlétanők is legyőzhetők. Sokan vannak, nagy a kiválasztási lehetőségük. Lassan mi fehér futók leszünk az unikum a versenyeken.

Természetesen tervezem, hogy itthon is többet versenyzek. A hazai médiába csak így lehet bekerülni és ma már ez is nagyon fontos.

• **Elég alaposan kiveséztük a futást, a versenyzői pályafutásodat. Lássuk az obligát kérdést, mit csinálsz, ha éppen nem futsz?**

– A barátommal élek együtt. Ő nagyon sokat tud nekem segíteni. Jó nevű triatlonos, Zsodér Zsoltnak hívják. Segít az edzőmunkában, versenyzésben. A sokat szidott utcai versenyeken ő is rendszeresen elindul. Megérti a filozófiámat, értékeli a munkámat, eredményeimet. Ez nyugalmat ad számomra. Nagyon jól egymásra találtunk és ez nagyszerű dolog.

Mit csinálok, ha éppen nem futok? Nem unatkozom. Most éppen festjük a lakásunkat, és ami a legfontosabb, nyelvet tanulok. Na és pihenek.

• **Zárszóként nagyon kellemes karácsonyi ünnepeket, boldog új esztendőt és legalább egy tízezer méteres országos csúcsot kívánok.**

Pignitzky



LAPZÁRTA UTÁN

érkezett a hír, hogy a horvátországi Medulinban rendezett 9. mezeifutó Európa-bajnokságon Kálovics Anikó szoros küzdelemben a negyedik helyen ért célba. Anikó a 6170 méteres távot mindössze két másodperccel gyengébb idő (20:21) alatt teljesítette, mint a bronzérmes török versenyzőnő.

„MOST KEREK AZ EGÉSZ.”

GÉCSEK TIBOR VISSZAVONULT

Nem tudom.

Nem tudom milyen érzés huszonkét esztendő után a szögre akasztani a kalapácsot. Tizenöt éven keresztül minden világvérseny döntőjében – legyen az olimpia, világ- vagy Európa-bajnokság – a dobókörbe állni. Nem tudom, hogyan lehet két év pokol után a mennyekbe jutni és megnyerni minden versenyt, ami egy kicsit is számított 1998-ban. Sőt, azt sem élhettem át, milyen a dobogó legfelső fokán állni, amikor egy ország állt vigyázban, könnyekig hatódva miközben neki játszották a magyar himnuszt a Népstadionban.

Szóval nem tudom milyen Gécsek Tibornak lenni. Egyetlen dolgot tudok, hogy az elmúlt évtizedek kiemelkedő atlétája, kalapácsvetője döntött arról, hogy végleg kilép a dobókörből.

Hiányozni fog!

• November 10-én, a MASZ rendkívüli közgyűlésén köszönt el az atlétatársadalom a kalapácsvető Gécsek Tibortól. Úgy tűnt, mintha meg kellett volna küzdenie a könnyeivel, a szavakkal és nem utolsósorban magával a helyzettel. A meghatottság a néhány másodperces budapesti Eb-győzelme bejátszásának, vagy az immár véglegesnek számító elhatározásnak szólt?

– Inkább magának a ténynek, hogy eljött az idő a váltásra. Az Eb-képeket már nagyon sokszor láttam, bár nem lehet eleget nézni, mert valóban annyira tetszik nekem is.

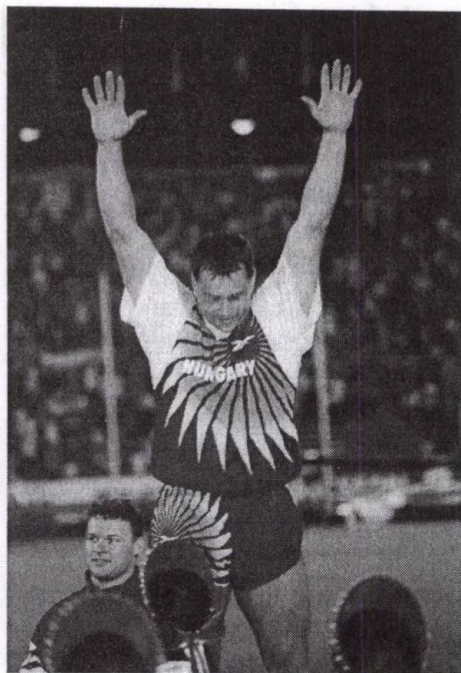
• Nehéz döntés volt?

– Évek óta tudtam, hogy egyre közelebb kerül, amikor ki kell mondan: Vége! Úgy érzem most eljött ez a pillanat. Lehetne még húzni... még éreznék magamban fizikai, lelki erőt, ahhoz, hogy csináljam, de ez már

amolyan időhúzás lenne. Most kerek az egész. És ezt nem szabad kihasználni. Ez alatt értem önmagamot is. Kipihent állapotban, mint amilyenben



Fotó: Uzsoki



Fotó: Uzsoki

most is vagyok, úgy gondolom bármit el tudnék végezni. Na, ekkor kell okosnak lenni! Emlékezni arra az év közbeni időszakokra, amikor különböző pici sérülések zavartak, amelyekből bármikor lehetett volna nagyobb is. Közel a negyvenhez már nem vállalom ennek a kockázatát, hogy utána esetlegesen a civil életemre is rányomja a bélyegét. Az Achilles-ínam állapota évek óta – több orvos szerint is – pengeélen tancol, ami-re vigyáznom kellene. A felfogásom szerint az edzés fogalmával nem összeegyeztethető ez a „kímélem állapot”. Arról nem is beszélve, hogy ugyanazon eredmények eléréséhez egyre több munkát kellett elvégeznem...

• De milyen eredményekhez! Idén 82,45m a legjobbja, az Eb-n hatodik, a GP-döntőn negyedik lett és a világ-ranglistán az előkelő ötödik helyet foglalja el. Ezek nem azok a mutatók, amikor az ember veszi a kalapácsát és a szögre akasztja.

– Valóban, fantasztikus volt a hanguulat Szombathelyen. Magával ragadott engem is és kihozta a nyolcvankét méter feletti nem várt eredményt. S az is igaz, hogy még az idén is többnyire a 80-as határ közelében dobtam, de ehhez háromszor annyit kellett tennem, mint korábban. Lehet, hogy csak ezt éreztem, de azt hiszem így is volt.

• *A taps féltizenkettőkor az aktív sportpályafutását befejező Gécsek Tibornak szólt, majd este félnyolckor már a MASZ alelnökét köszöntötte a közgyűlés. Mi motiválta a jelölés elfogadásában?*

– Több esztendeje folyamatosan kapok megkereséseket, ha egyszer abbahagyom, akkor a tapasztalataimat, a kapcsolataimat vissza kellene forgatnom az atlétikába, csak éppen a másik oldalra. Ez számomra megtisztelő és nagyon komoly feladat. Éveken keresztül láttam, amikor egy-egy atléta visszavonulása után nem került be a sportág vérkeringésébe. A teljeség igénye nélkül most például Szalma László vagy Bakos György neve jutott eszembe. Az okokat pontosan nem tudom, hogy ez a felkérés elmaradása miatt történt, avagy sem, de hogy eddig senkinek sem sikerült, azért az elgondolkodtató.

• *Megfogalmazódtak Önben azok a konkrét területek, ahol hozzá tudna tenni a jelenleg nem éppen irigylésre méltó helyzetben lévő magyar atlétikához?*

– Most volt az elnökség alakuló ülése, ahol felosztásra kerültek a feladatkörök. Hozzám az élversenyzőkkel való kapcsolattartás, valamint az utánpótlás tartozik. Terveim szerint, ha tudok, akkor bedolgozom a Salbert Ferenc vezette marketing ügyekbe is. Bár egyes feladatok egy-egy személyhez kötöttek, mindenki ott segít, ahol tud. A MOB-tagsághoz is megkaptam a bizalmat, ahol az elnök úr mellett Szalay Péterrel képviseljük a MASZ-t, a már meglévő tagok mellett. Biztos vagyok benne, hogy Péter a jövőben is maximálisan támogatja a munkánkat, ahogy tette eddig is. Véleményem szerint az atlétikát, olyan masszává kellene összegyúrni, amit nagyon jól példáznak más sportágak, mint a kajak-kenu, a vízilabda, az úszás, ahol egységes és eladható a sportág olyan kapcsolatok révén, amit nekünk is ki kell aknáznunk. Fel kell deríteni azokat a régi atlétikakötődésű embereket, akik most komoly cégvezetők. Akik nem azért nem segítettek, mert senki nem akarták, hanem azért, mert nem kereste meg őket.

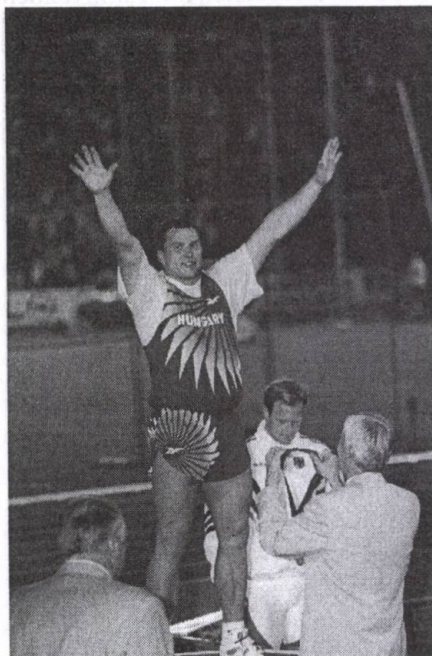
Kiemelkedő nemzetközi eredményei:

Helyezés	Világverseny	Helyszín	Év	Eredmény (m)
1.	Európa-bajnokság	Budapest	1998	82,87
1.	Grand Prix-döntő	Moszkva	1998	81,21
1.	Világkupa	Havanna	1992	80,44
1.	Világkupa	Johannesburg	1998	82,68 (VK csúcs)
1.	Grand Prix-pontverseny*		1988	
2.	Európa-bajnokság	Split	1990	80,14
2.	Grand Prix-pontverseny*		1990	
3.	Világkupa	Göteborg	1995	80,98
3.	Világkupa	Stuttgart	1993	79,54
4.	Olimpiai játékok	Barcelona	1992	77,78
4.	Világkupa	Sevilla	1999	78,95
4.	Világkupa	Tokió	1991	78,98
5.	Európa-bajnokság	Helsinki	1994	77,62
6.	Európa-bajnokság	München	2002	79,25
6.	Junior Európa-bajnokság	Schwechat	1983	64,60
6.	Olimpiai játékok	Szöul	1988	78,36
7.	Olimpiai játékok	Sydney	2000	77,70
7.	Világkupa	Róma	1987	77,56
8.	Világkupa	Edmonton	2001	79,34

* 1988-90-ben még nem rendeztek GP-döntőt, de összetett és számonkénti győzteseket és helyezetteket hirdettek a GP-versenyek pontszámainak összegzése alapján.

• *A maratoni hosszúságúra nyúlt közgyűlés után, legalább egy félmaratoni elnökségi ülés következett. Kalapácsvetőként nem szokhatott hozzá ezekhez a „távokhoz”. Hogy érezte magát az első ülésen?*

– Mivel korábban nem vettem részt elnökségin, nincs összehasonlítási alapom. Az első benyomásom szerint jó viták, ütköztetések folytak korrekt



Fotó: Uzsoki

szellemben. A jelenlegi csapatban sokan vagyunk, akik az élő atlétikából jönnek, ott dolgoznak. Például Benkő Ákos, Adamik Zoltán, Kun László, Madarász doktor. Így a megoldásra váró problémákat közvetlenül a pályáról hozhatjuk be.

• *Évtizedek óta Szombathelyen él, ahol atlétaberkekben mostanság nincs nagy egyetértés és harmónia. Sőt! Saját tapasztalatai vannak a konfliktusokról. A MASZ alelnökeként a megbékélést kellene képviselnie. Mennyire lehet ebben a situációban az egyéni érzelmein és érdekein felülkerekedni?*

– Kötelességem lesz! Azzal, hogy elvállaltam ezt a posztot, nekem mindenféle érzelmen, érdeken felül kell kerekednem. Ez egyértelmű. De csak a reális érdekekkel szabad ezt tennem. Ugyanakkor nem hiszem, hogy békebírói szerepet kellene betöltenem. Szombathelyen élek, onnan jöttem, tudom mi az egyesületek közötti álláspont. Úgy érzem, semmi olyan probléma nincs, amit nem lehetne egy önvizsgálattal helyre tenni, aztán dolgozzon mindenki tovább és tegye a

dolgot. Nem kellene más helyére törni, munkáját ellehetetleníteni. Ugyanúgy kötelességem a Haladás VSE és a Dobó SE lehetőségeit is megteremtenem arra, hogy minél jobban tudjanak dolgozni. De az nem engedhető meg, hogy az egyik a másik munkájába direkt vagy közvetett módon beavatkozzon. Mindkét egyesület nyerte meg a fiatalságot arra, hogy diszkoszvető, kalapácsvető vagy súlylökő legyen. Ez a cél, s nem az, hogy egyik a másiktól rabolja a versenyzőt.

• *Apropó Szombathely. Egyszer már felköltözött Budapestre, aztán mégsem maradt a fővárosban. A most körvonalazódó feladatok lehet, hogy ismét a ide szőlítják.*

– A levezetés, valamint a civil életbe való beilleszkedés része volt a költözés is, hogy kipróbáltuk a családommal, milyen lenne itt élni. Az edzések miatt azonban jobbnak láttam visszamenni. A döntésem helyességét igazolták az eredményeim.

• *Egy gondolat erejéig megemlítette a családját. Tavaly augusztusban született a kislánya. Milyen feladatokat ró Önre az apaszerep?*

– Mindent. A sétától a pelenkázásig nagyon széles a skála, de ez így is van rendjén.

• *Mivel kápráztatja el Fanni a szüleit manapság?*

– Két hete indult el, ami azt jelenti, hogy kicsit későn, hiszen már elmúlt tizennégy hónapos. Szinte ezzel párhuzamosan beszélni is elkezdett. Bár mi még nem értjük, de ő ért minket. Nagyon akaratos, mindent egyedül szeretne csinálni. Szóval már most igazi nő!

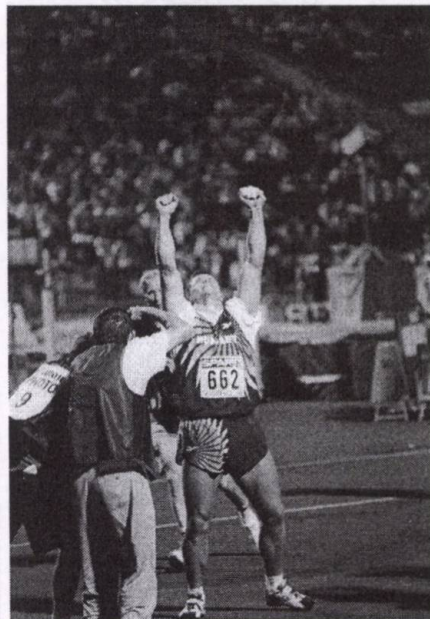
• *A szülei szigorúan fogták, egy-egy atyai pofon is elcsattant, ha helyénvalónak érezte édesapja. Mit hozott a szentgotthárdi otthonból, aminek a saját családjában is szeretne érvényt szerezni?*

– A stabilitást és a biztonságot. A háttért, amelyhez mindig visszanyúlhattam és mindig segítő kezek nyúltak felém.

• *Ha csak képletesen is, de térjünk vissza a dobókörbe. A most lezárt sportolói pályafutásáról minden*

bizonynal készített számvetést. Elégedett?

– Maximálisan, amelyet több alkalommal is hangsúlyoztam. 1980. május 10-én csatlakoztam Németh Pali bácsi csoportjához. Akik ott edzettek már – és ezt nem csak én mondom – jóval tehetségesebbek voltak nálam. Ezt a hátrányt kitartásommal, a munkabírással tudtam ellensúlyozni. 1987-ben kerültem be a nemzetközi vérkeringésbe, majd első magyarként dobtam túl a nyolcvan métert. Ha akkor valaki azt mondja, hogy érmes lehetek valamelyik világversenyen, azzal teljes mértékben elégedett lettem volna. Splitben, 1990-ben Európa-bajnoki ezüstöt nyertem.



Fotó: Uzsoki

Akkor úgy éreztem, mindent elértem, a tehetségemhez mértén kihoztam magamból a maximumot. Aztán Pali bácsitól mindig azt hallottam, hogy az idő nekem dolgozik, várjak türelemmel. A kilencvenes évek elején Abduvalijev, Asztapkovics, Weis uralták a mezőnyt, ahova nekem is sikerült bekerülnöm. Ennek csak örülni tudtam. Ráadás ajándék volt. Soha nem gondoltam volna, hogy ennyit fogok kapni a sporttól erkölcsileg, anyagilag és emberileg egyaránt.

• *Kezdetben a labdajátékoknak hódolt. Tizenöt éves elmúlt, amikor először vett kalapácsot a kezébe. Mi vonzotta a dobókörbe?*

– Valóban nem a kalapácsvetés volt a meghatározó az életemben ab-

ban az időben, de azt hiszem ez érthető is serdülőkorban. Eljöttem otthonról és a nagyon szigorú iskolai, kollégiumi rendből, fegyelemből való kitörést jelentette számomra az edzés. Bekerültem egy közösségbe, ahova jó volt tartozni és mellette megkaptam az áhított szabadságot is.

• *Aztán teltek az évek és ennek a szabadságnak lett a rabja. Mikor érezte először, hogy ez már több, mint kellemes időtöltés?*

– Sokáig csak sodródtam az élettel. A nyolcvanas éveket nem lehet a mai világgal összehasonlítani. A középiskola befejezése után Pali bácsitól fizetést kaptam, ami óriási dolognak számított. Ezért komoly edzőmunkát követelt, amely szép lassan hozta az eredményeket. Egyre inkább az életem részévé vált a kalapácsvetés és mentem az egymással egészségesen rivalizáló csoporttársaimmal. Aztán huszonegy évesen meglepetésre megnyertem a magyar bajnokságot, majd kijutottam a római világbajnokságra.

• *Ha már megemlítette a magyar bajnokságot, amelyen utána még tízszer diadalmaskodott, mit jelentett Önnek az országos bajnoki cím?*

– A magyar bajnokságot mindig kiemelt versenyként kezeltük. Az „Öreg” mindig erre tanított bennünket, ebben nőttünk fel. Ráadásul, amíg nem jutsz ki a nemzetközi porondra, ez a legmagasabb szintű viadal, ahol megméretteted magad. Másrészt ennyivel tartozol a klubodnak, a hazai közönségnek, a sportágnak, az országnak.

• *Mégis sokan gondolják, vagy érzik nyugnek, ha a bajnokságon kell indulniuk...*

– Meg kell találni azokat a motívációkat, amelyek ezt megszüntetik. Az egyéni szerződésben foglaltaknak éppen az a célja, hogy a sztárversenyzőink is jelen legyenek az ország legnagyobb hazai eseményén és ehhez ragaszkodni is kell.

• *Kik játszottak meghatározó szerepet a pályafutásában?*

– Először is Németh Pál, aki a kezembe adta a kalapácsot, akinek a



Fotó: Uzsoki

hitvallása szerint először embernek kell nevelni a tanítványokat, s csak aztán következhetnek az eredmények. A klubtársaim, akik közül *Tánczi Tibor* briliáns technikája – elsőként dobott négy forgásból – meghatározó volt számomra. És a többiek: *Vida József*, *Szitás Imre*, akikkel egészséges versengés alakult ki az egyesületben. A kilencvenes évek elejére kicsit egye-

dül maradtam. Idehaza nem volt igazán ellenfelem. Ezt a magányt oldotta fel *Kiss Balázs*. Hazajött Amerikából és újabb motivációt ébresztett bennem, majd jöttek a fiatalok, *Annus Adrián* és *Németh Zsolt*.

• *Az elmúlt két évtizedben mit élt meg kudarcként, ami még ma is fáj egy kicsit, ha visszagondol?*

– (Néhány másodperces hallga-

tás.) A sevillai világbajnokság 1999-ben. Apróságokon – dobási sorrend, négy eredményhirdetés volt a verseny alatt – múlt a siker és természetesen rajtam is, mert ott, abban a szituációban nem voltam képes ezeken felülkerekedni. Életem legjobb formájában érkeztem a spanyol városba. No, de most már mindegy! Annak azért örülök, hogy úgy utaztam el életemben először világversenyre, hogy én számítottam a győzelemre esélyesnek.

• *Kit tart minden idők legnagyobb kalapácsvetőjének*

– Azt hiszem ezt időben külön kell választani. *Zsvotzky Gyula*, az örök példakép és korának dobói kihozták azt a maximumot, amit a hetvenes évek technikájából lehetett a hetven méter feletti eredményekkel. Ugyanakkor *Jurij Szedih*, a jelenlegi világcsúcstartó fantasztikus alkotott.

• *A döntése mennyire végleges? Előfordulhat, hogy leporolja a kalapácsát és az ügyességi csapatbajnokságon még beáll a körbe?*

– Nem. Az elhatározásom nemcsak a nemzetközi versenyektől való visszavonulást jelentette. Egy ilyen évet, amikor 82,45 méterig jutottam és az utolsó versenyemet 80,03 méterrel fejeztem be, nem szabadna bukácsolva folytatni.

• *Mivel lenne elégedett, ha húsz-harminc esztendő elteltével a civil Gécsek Tibor eredményeit kellene mérlegre tennie?*

– Azzal, ha a sportban átélte örömeit, sikereket a hétköznapi életben, a családom boldogságában tudnám megvalósítani.

• *Mit üzen azoknak a gyerekeknek, akik még csak most ismerkednek a sportok királynőjével?*

– Az atlétika nagyon szép sportág és rengeteg meglepetést tartogat, amelyet elmondani nem, csak átélni lehet.

GÉCSEK TIBOR

NÉVJEGY

versenyszáma:	kalapácsvetés
született:	1964. szeptember 22.
egyesülete:	Dobó SE
nevelőegyesülete:	Haladás VSE
edzője:	Németh Pál
nevelőedzője:	Németh Pál
Egyéni legjobbjai:	83,68 m (országos csúcs) Tizenegyszeres magyar bajnok (1986-1994, 1999, 2001)



Csovelyák Zita

**A Bp. Spartacusban
leginkább fütyülnek az atlétikára**

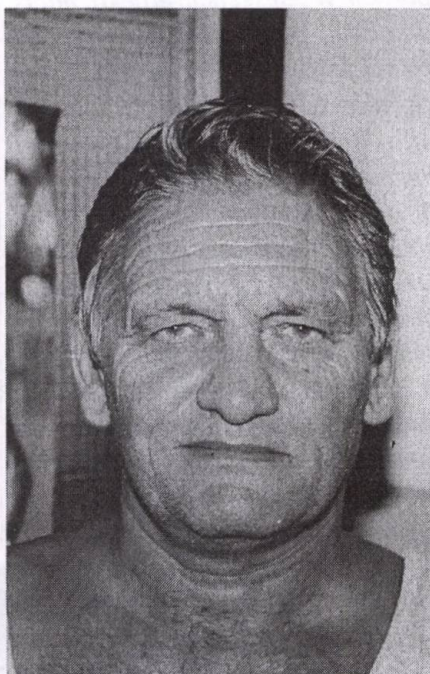
SIMON DÉNES

MÉG IHAROSSAL IS FUTOTT EGYÜTT

Valahol a város szélén van egy meglehetősen mostoha körülmények közepette élő, dolgozó, de leginkább vegetáló atlétikai szakosztály, amelynek vezetőedzője s – amint ő maga magát minősíti – egy személyben mindenese is. Pedig a Kőér utcai bázis valaha sokkal, de sokkal szebb napokat élt meg: olimpiát megjárt versenyzőket is magáénak mondhat a mára szakosztályainak jelentős részéről önként lemondott szövetkezeti klub, amelynek vezetése bizony nem értékén kezeli az atlétikát. Azt a sportágot, amelynek világszervezete, a Nemzetközi Atlétikai Szövetség (IAAF) több mint kétszáz tagországot számlál.

Ez a félelmetesen nagy szám csak alátámasztja azt az ősidők óta közszájon forgó mondást, mely szerint az atlétika a sportok királynője. Bár nyilvánvalóan igaz ez a mai magyar atlétikában meglehetősen szerény szerepet játszó Spartacus szakosztályára is, de a sportkör életében semmiképpen sem játszik meghatározó szerepet a sportág. Ebből az alaphelyzetből kiindulva beszélgettünk Simon Dénes vezetőedzővel, akinek egyéni pályafutása is sokkal több, látványos sikert is megérdemelt volna.

– 1973-ban lettem edző itt, a Spartacusban, ahol 1952-ben Goldmann Ignác (Bundi bácsi) egy személyben szervezőként és edzőként alapította meg az atlétikai szakosztályt. Érkezésemig már komoly sikerlistával rendelkezett a szakosztály, amelyben az évek során olyan kiváló edzők is munkálkodtak, mint Bácsalmási Péter és Somfai Elemér, a szakosztály vezetését pedig dr. Szigetvári Ferenc (Szigibá') tartotta a kezében. Bajnokok közé kerültem hát, hogy azután 1981-ben



én vegyem át a vezetőedzői teendőket is – emlékezett Simon Dénes, aki a ma még aktív edzői gárdából egyetlenként rendszeresen együtt futott a világ középtávfutását forradalmasító magyar klasszisokkal, s elsősorban persze Iharos Sándorral, ami egészen speciális élményt jelentett. – Bizony,

az évtizedek során komoly színvonalat képviselő atléták készültek és versenyeztek a Spartacus színeiben, akikről – legnagyobb sajnálatomra – ma már csak befejezett múlt időben lehet beszélni.

Simon Dénes az abszolút megszálhattak szűk táborába tartozik. 1955-ben, 16 éves korában jegyezte el magát az atlétikával. Az akkor még komoly sportkörrel rendelkezett, mára már csak a történelemkönyvekben szereplő Ganz-Mávagban jelentkezett Simonyi Gábornál, aki a későbbiekben Kanadába került, s ott professzori kinevezésig vitte. Ifistaként még klasszikus középtávfutónak számított: elsősorban 1500 és 3000 méteren állt rajthoz. Közben útja a MAFC-ba vezetett, ahol olyan kiválóságokkal edzhetett együtt, mint Hecker Gerhard, Szekeres Béla, Szabó Miklós dr. vagy éppen Kazi Olga.

Két felnőtt országos bajnoki címét már a Bp. Spartacus versenyzőjeként szerezte: előbb 1965-ben ötezer méteren lett első 13:54,4 perces idővel, négy évvel később pedig tízezer nyert bajnoki aranyérmet, miután 29:17,4 perc alatt teljesítette a távot. Sem Tokióba (1964), sem Mexikóvárosba (1968) nem jutott ki, 1969-ben az athéni Eb-n viszont a maratoni versenyszámban az előkelő 6. helyet szerezte meg, 2:22:58,8 órás, akkor még komoly rangot jelentő idővel. Ennek is köszönhetően 1971-ben bekerült a Münchenre készülő olimpiai keretbe. Esetleges ötkarikás fellépését egy súlyos hasfali sérülés kizárta, ezután vissza is vonult – ekkor kezdett edzősködni.

– Nagy élet volt itt még akkoriban, s a sikersorozat egészen a nyolcvanas évek végéig nyomon követhető – sóhajtott. – Olyan versenyzőink voltak, mint a tokiói olimpiát is megjárt tízezres, Pintér János, vagy a müncheni ötkarikás játékokon (1972) való indulás jogát kiharcoló diszkoszvető, Murányi János, az 1977-es fedett pályás Eb-n 3. helyezett Sámuel Edit, a kitűnő rúdugróiskola egymást követő bajnokai (Tamás István, Kalmár Mihály, Steinhacker Róbert, Makó Ernő,



Molnár Gábor), a gátfutó Mélykúti Béla, Czabán Dánielné (diszkosz), Sulyok Attila (1500 méter), Kiss Zoltán (maratoni), a vágótázó Menczer Gusztáv (400 m) és a szülői olimpiára (1988) is kiutazott Fetter György (100, 200 m), Rozsnyai Huba és Korona László (100 m), Rábold Gusztáv (800, 1500 m), Rudolf Erika (magas), Orbán Károly (50 km-es gyaloglás), Monspart Sarolta (maratoni), Németh Ilona (100 m, 400 m gát), Borka Gyula (10000 m, maratoni), Elekes Tünde (súly), Molnár Márta (400 m gát), Janovecz Tamás (3000 m akadály), hogy csak a legeredményesebbeket említsem.

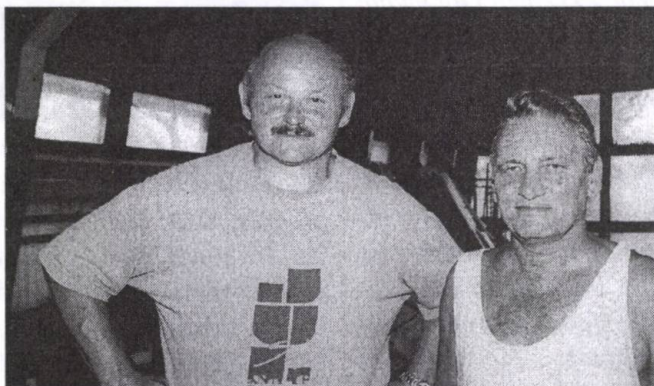
Miként a Spartacus legtöbb szakosztályában, az atlétikánál is beköszöntött a rendszerváltás után a hét szűk esztendő. Versenyzőik lassan, de folyamatosan eltűntek, az utolsó válogatottjuk Janovecz Tamás volt. Kiemelkedőt produkált az ifjúságiak között a vágótázó Farkas Attila, akinek reális esélye volt kijutni a 2000-es olimpiára, de sérülése miatt ez végül nem valósulhatott meg.

– A korábbi eredmények ismeretében be kell vallanom, hogy 2002-ben

már szinte sehol sem vagyunk – von-
ta meg a mérleget Simon Dénes. – A
sportkör vezetését nem érdekli, mit is
csinálunk, pénzt meg végképp nem
kapunk felülről. Mi tartjuk el magun-
kat, azaz teljesen önerőből vagyunk
ott, ahol még vagyunk. Egyébként
minden évben ősszel megyek toboroz-
ni, ilyenkor mindig összejön 20-25
ember. Nekem teljesen elég két-három
hónap ahhoz, hogy nyugodtan meg-
állapíthassam valakiről: tehetséges-
e vagy sem. Azt nem tudom elhallgat-
ni, hogy a kutyát sem érdekli: milyen
körülmények közepette dolgozunk.
Sem nekem, sem Lukács László kollé-
gámnak – aki a dobójelöltekkel fog-
lalkozik –, sem a társadalmi munkát

végző Farkas Tibornak nem hiúsági
kérdés az, hogy mennyire becsülnek
meg, hogy mire vihetjük az adott hely-
zetben eredményesség dolgában. Ha
netán olykor hozzánk került egy-egy
kiemelkedően tehetséges fiatal, az már
csak ráadás. Egyszerűen szeretjük az
atlétikát, s amíg lehet, igyekszünk
mindent megtenni sportágunkért.
Egészen addig, amíg a Kőér utcában
végképp ellehetetlenedik a szakosz-
tály. Azért azt még szeretném megér-
ni, hogy egyszer ismét a megfelelő
besorolást kapja a Spartacusban az
atlétika, minden sportág alfája és
omegája.

Kép és szöveg: Jocha Károly



Lukács László dobóedzővel

A HÉRAKLÉSZ-PROGRAM EGY ÉVE

• **Hogyan tudná egy mondatban jellemezni a Héraklész-program elmúlt esztendejét?**

– *Kísérleti év volt!* A program beindítása azért volt nehéz, mert egy olyan szokásrendet alakított át, amelyet a kényszer szült azáltal, hogy az elmúlt 10-15 évben az utánpótlás nevelésére anyagi, felfogásbeli és egyéb okok miatt egyre kevesebb figyelem vetült.

• **Mik voltak az elmúlt év pozitív tanulságai? Kérdem ezt különösképp azért, mert a program még nem minden érdekelt tudatában nyert egyértelmű elfogadottságot.**

– Nagyon öröndetes volt a program létrejötte, megindítása. Az egyes szakterületek legígéretesebb versenyzői a sokéves gyakorlathoz képest nagyságrendekkel több lehetőséget kaptak a közös munkára, ami edzésekben, felmérésekben, edzőtáborokban nyilvánult meg. Ez óriási motiváció volt. Az edzők visszajelzéseiből tudjuk, hogy a résztvevők két foglalkozás között már várják az újabb találkozást a más egyesületben versenyző társaikkal. Fontos momentum, hogy az edzők között létrejött egy gyakori konzultációs lehetőség, amire nagyon nagy szükség van, mert valamennyire pótolni tudja a sok éve megszűnt továbbképzést.

A szakterületek vezetői olyan edzők, akik bebizonyították, hogy mind az utánpótlás-nevelésben, mind a felnőtt versenyzők képzésében járatosak. Ez azért fontos, mert az általuk adott útmutatás elősegíti azt, hogy a versenyzők edzői a fejlődés nagy állomásainál megtalálják a helyes utat, és a követendő módszereket. Sok olyan edző van, aki valóban segítségnek tekintette és elfogadta a tanácsokat. Sok versenyző ért el látványos

2001. október 5-én az Iharos Tereben zajlott le az az értekezlet, amely – remélhetőleg – új korszakot indít meg az utánpótlás-nevelésben. A megjelent atlétaedzők előtt ekkor ismertették a Héraklész-programot, amely arra hivatott, hogy új alapokra helyezze az utánpótlás nevelését. Az elmúlt több mint egy év során valóban megpezdült a fiatal tehetségek gondozásával foglalkozó tevékenység. Az egyes szakágak első lépéseiről, az indulásnál tapasztalt tényekről a szakágvezetőkkel folytatott beszélgetések során szerezhettünk tudomást. Nemcsak az indulásnál tapasztaltakról, hanem a szakágak tervezet munkájáról is képet kaphattunk. Az elmúlt egy esztendő tapasztalatairól Dornbach Ildikót, a program atlétikai szakvezetőjét kérdeztük.

fejlődést ennek köszönhetően. Sok kolléga, aki kezdetben kételkedett, sőt a program ellen volt, távolmaradt, az utóbbi időben azzal keresett meg, hogy akár saját költségen is csatlakozna a programhoz.

• **Nyilván negatív tapasztalatok, hátráltató tényezők is voltak...**

– Sokan kételkedve fogadták a program indulását. Elsődleges félelmük az volt, hogy így akarják elcsábítani tanítványaikat. Kezdetben eljutottak hozzám ilyen vélemények, de szerencsére idővel mindenki megnyugodott, hogy ez a félelem alaptalan.

Félreértés volt a MASZ és a Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet

(NUI) között a létszám tekintetében. Nem kaptunk jelzést a létszámról vonatkozóan. Igyekeztünk sok gyereket beválogatni, de eleve volt egy határ, ahol meg kellett húzni a vonalat. Emiatt is maradtak ki versenyzők, ami negatív érzelmeket keltett.

Rögzült rossz szokásokat kellett megváltoztatni, évek során kialakult gyakorlatokba nyúltunk bele, amit sokan negatívan értékelték. A legnagyobb negatívumot végül is az jelentette, hogy a kiválasztott versenyzők felkészültsége rendkívül változó volt.

• **Többen kifogásolták a kiválasztást, nehezményezték, hogy a versenyzőjük nem került be a programba, nem érezték megnyugtatónak az elbírálás szempontjait...**

– E tekintetben valóban lehetett különböző kifogásokat hallani. Sajnos a legtöbb esetben én csak a pozitív visszajelzéseket kapom meg, a negatív vélemények többnyire csak áttételesen jutnak el hozzám. Jó lenne, ha a negatív észrevételek egyértelműbben, hangsúlyosabban jutnának el hozzám, mert csak ezek figyelembevételével lehet a programot tökéletesíteni.

• **Hogyan értékeli az egyes szakágak elmúlt évi munkáját?**

– A rövidtávúfutó-gátfutó szakág a legnehezebben működtethető, nagyon szerteágazó a kétféle síkszámban (100-200 m, 400 m), a két gátszámban (rövid és hosszúgát), valamint a váltószámokban végzendő munka. És akkor a férfiak és a nők eltérő edzőmunkájáról még nem is szóltam. Rendkívül nehéz a közös programok megszervezése. A szerteágazó versenyszámok komoly létszámproblémát is okoznak. A programot elsősorban a téli felkészülési időszakra szerveztük, mert úgy gondoltuk, hogy ekkor lehet a legtöbbet segíteni a viszonylag jó körülményekkel (fedett pálya), és az edzőmunka egységesítése is kedvező hatással van a közös munkára.

A középtávúfutó szakágban volt kezdetben a legnehezebb az egységes gondolkodás felé irányítani a résztvevőket, mert régóta ismert a szakágon belüli széthúzás. Ennek ellené-

re az edzői konzultációk hangos vitái kezdenek elülni, és egy sokkal egységesebb munka kezd kialakulni. Egyre többen fogadják el a szakágvezetői tanácsokat, ami abban is megnyilvánul, hogy a részletes tervek kidolgozásánál is igénylik a segítségét. Ez nagy fegyvertény! Sikerült elindulni azon az úton, amely az eredményre törekvő versenyzéshez vezet. Ez már több idei versenyen tapasztalható volt.

A legnagyobb eredménynek végül is azt tartom, hogy kezd általánossá válni a korosztálynak megfelelő terhelés, az aerob képzés és ennek alapvető fejlesztése. E szakágon belül kezdtek meg tevékenységüket a gyaloglók is, akik a tőlük megszokott egységes elvek alapján készülnek.

A *dobó* (súly, diszkosz, kalapács) szakág esetében szembekerültünk az eltérő képességi szintek meglétével. Komoly problémát okozott, hogy a fizikai képességekben előbbre tartanak a versenyzők, mint a technikai képzettségben. Azért probléma ez, mert a túlzott erőszint elfedi a technikai hiányosságokat és nehezíti a mozgástanulást. Ebben a szakágban látványos eredményjavulást ért el egy-egy versenyző, amit egyértelműen a technika tökéletesedésének tulajdonítok. A kalapácsvetők is megkezdtek a közös munkát. A keret 90%-a Németh Pál versenyzőire épül, ezért az ő esetükben, az edzőtáborok kivételével, kevés újat tud nyújtani a program.

A *gerelyeseké* a legjobban működő szakág, ami a szervezetségnek és a jó szakmai irányításnak köszönhető. A legnagyobb kérdés azonban itt is felmerül: hányan teszik magukévá azokat az aprólékos oktatási metódusokat, amelyek elengedhetetlenek az eredményes technika kialakításához? A közös foglalkozások nem múltak el eredménytelenül, mert több gyereknek látványosan fejlődött a mozgása, csak még hosszú út vezet az automatizált technika kialakításáig. Kérdés, hogy az otthoni munkájuk során az edzők ezt hogyan fogják megvalósítani.

Jól működik, a kezdetektől egységesebbnek mondható az *ugró szakág*. A dobóknál említett eltérő technikai képzettség itt is érezhető volt, első-

sorban a kezdeti időkben. Kiegyenlítettebb lett a képzés (az erő és a technika aránya).

A versenyzők lelkesek, edzőik elfogadják a segítséget. Több látványos eredményjavulás volt, elsősorban a 15 éveseknél, ami egyértelműen a technika terén tapasztalható előrelépésnek köszönhető. A kezdetben kimaradt rúdugrók problémája változatlanul nehezen megoldható, mert csak néhány helyen foglalkoznak a versenyszámmal, kevés a kiemelkedő képességű versenyző és ezek is mind más edzővel dolgoznak. Számukra edzőtáborozási lehetőséget ajánl a program.

Többpróba szakág: kezdetben csak a hétpróba került be a programba. Itt a technikai képzés előtérbe helyezése fontosabb, mint az egyéni számokban. Speciális területe ez az atlétikának, több versenyszámban is kiemelkedő teljesítményre van szükség az eredményes versenyzéshez. Sok nézeteltérés adódik a felkészülési-képzési rendszer szemléletében. A közelmúltban egy 10 fős tízpróbázó csoport került a programba, amely Szabó Dezső irányításával kezdte el a munkát.

• Ha jól látom, minden versenyszám bekerült a programba. Ezt azért említem fel, mert a tavalyi induláskor többen kifogásolták, hogy sikeres számok maradtak ki.

– Valóban így van! Az év folyamán sikerült előrelépni ebben a kérdésben, bár változatlanul nehézséget jelent néhány versenyszám részvétele.

• Hogyan lehetne összefoglalni azokat a feladatokat, amelyeket a program végrehajtása megkövetel?

– Számomra az egész utánpótlás-nevelés legfontosabb feladata, hogy olyan versenyzők nevelődjenek, akik nemzetközi eredmények elérésére lehetnek képesek. Az a cél, hogy megteremtjük a felnőttkori nemzetközi eredményesség feltételeit. Mi az idevezető út? Szakmailag (orvosilag, mentálisan) jól megalapozott fiatalokat kell nevelni. Ha ezt sikerül megvalósítani, annak az lesz az egyenes következménye, hogy a legtehetségebbek nemzetközi szintre jutnak. A nemzetközi porondra való kilépés legfontosabb feltételei:

– életkornak megfelelő edzés;
– tökéletes technika kialakítására való törekvés, melynek feltétele a rengeteg technikai gyakorlás;

– 17-18 éves kor felett az átlag fölöttébb versenyzőkkel egyénileg kell foglalkozni (számukra a tömegesített edzés keretében nem lehet megfelelő képzést biztosítani);

– az edzőnek minden mozdulatot látni kell.

A Héraklész-program ezeken próbál segíteni versenyzőknek és edzőknek egyaránt. Néhányan diktatórikusnak tekintik ezt a szemléletet, de én azt vallom, hogy a sportban másképpen nem lehet eredményt elérni. Sokat és jól kell dolgozni a sikerért. Ennek ellenére én úgy fogalmaznék, hogy a Héraklész-program egy központi segítségnyújtás, melyben megpróbálunk mindenről gondoskodni, hogy a versenyzők és az edzők munkája könnyebb, hatékonyabb lehessen. Hogy ez plusz energiát igényel? Igen! Ebben van az eredményesség kulcsa!

• Mire számíthatunk jövőre?

– Gyökeres változás nem lesz! A Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet (NUPI) 125 főben határozta meg az atléták keretét, amiből világosan következik, hogy a szakágak kiterjesztésével az eddig működő szakterületeken létszámleépítést kell végrehajtani. A NUPI részéről egyre nagyobb a nyomás a nemzetközi szintű eredmények felmutatása érdekében, tehát elsősorban nem sportágfejlesztési, hanem tehetségmentesítési programról kell beszélnünk.

A tavaly felállított szaktanácsadói csapat működtetését nem folytatja a MASZ, aminek az az oka, hogy nem váltotta be a hozzá fűzött reményeket és a szövetség anyagi helyzete sem teszi lehetővé. Mindez nem azt jelenti, hogy megfelelő ellenszolgáltatás mellett ne számítanánk szakembereink segítségére.

Remélem, hogy az új helyzetben a MASZ továbbra is fontosnak tartja az utánpótlás-nevelés kérdését és biztosítja azokat a milliárdokat, amelyek elengedhetetlenül szükségesek a program működéséhez.

Kovács Sándor