

*„Mi a szép a futásban? Az, hogy egyedül vagy, és csak magadra számíthatsz.”
Rózsavölgyi István*

A találkozás öröme



Gondolatok a futásról – MASZ kitüntetettek
VI. ATLÉTATALÁLKOZÓ – Az Öreg Bajnok
Te miért futsz? – SVSE – A jövő reménységei
HRSE az Ultrabalatonon – Organica FX Running
Miért szeretsz futni? – Futópálya Ebesen – „Bőregér”

Gondolatok a futásról

Nem tudom, hogy a futás talált meg engem, vagy én a futást!?

Voltak bizonyos jelek! Az általánosban, a 15 perces szünet alatt, kijátszva az éber pedellust, kilógtam a suliból, és hazaszaladtam a kb.1000-1200 m-re lévő otthonunkba, mert mindig ott felejtettem valamit. Talán azért sem voltam figyelmesebb, mert működött a dolog! A sok ücsörgés után jólesett a futás, meg a szökéssel járó izgalom, meg kihívás is!

5.-es koromban kedves tesitanárnóm betett a kézilabdacsapatba. Nem nagyon tudtam dobni, vagyis nagyon nem tudtam dobni. Ellenben gyorsabb voltam labdával, mint az ellenfél játékosai labda nélkül, és a 6-os vonalról beugrottam a kapusig, ott meg már csak helyezni kellett a labdát. Le is igazolt volna a rendező egyesület, de Apukám azt mondta, hogy én atléta leszek, hiszen ő is az volt! Le is vitt az UTE-ba, akkor még Ú. Dózsa, de ott azt mondták, hogy még fiatal vagyok, jöjjenek vissza 2 év múlva. Addig teniszezni vitt Apukám. Ott is jó hasznát vettem a gyorsaságomnak. Talán lehetett volna belőlem jó teniszező!? Akkor még nem kellett hozzá sok-sok pénz, hogy nemzetközi szintre kerülhesen az ember.

Na de hát én atléta leszek úgyis!!!

Úgyhogy újra próbálkoztunk! Kicsi voltam és vékony, de azért elfogadtak! Sőt, olyan



csoportba kerültem, Tenke Zoli bácsihoz, ahol csupa felnőtt, válogatott szintű versenyző volt. Hárman voltunk alig serdülők, de ezt sem az edzőnk, sem a nagyok soha nem éreztették

velünk! A versenyzők mindig segítettek, példát mutattak. Tényleg felnézhattunk rájuk! Az edzőnk legalább annyit foglalkozott velünk, mint a nagyokkal, de lehet, még többet is! Nőttem, fejlődtem, és serdülő koromban már befértem az Ú. Dózsa felnőtt csapatába, egyéniben és váltóban is. Teljesen egyenrangú tagnak tekintettek, akkor is, ha még egy kicsit kajla voltam, meg hát serdülő. A későbbiekben is rengeteg csodálatos élményben, sikerben volt részem, és nagyon sok jó, tehetséges, segítőkész emberrel találkoztam, akikre jó visszaemlékezni!

Nagyon hálás vagyok a sorsnak, Édesapámnak, edzőimnek és a nagyoknak, hogy köztük nőhettem föl, és hozzásegítettek ahhoz, hogy nemzetközi szintű futó-, ugróatléta, és hozzájuk hasonló jó ember legyek!

Tanulság:

Mindegy, hogy te mész a futás után, vagy ő jön utánad, vagy csak úgy odavetődsz, biztos lehetsz abban, hogy jó helyen vagy! Nemcsak akkor, hanem egy életen át!!!

Ziegner Anikó országos bajnokságot nyert fedett pályán 60 m-en és a 4×180 m-es váltóban.

Szabadtéren a 4×100, a 4×200 m-es váltóban és távolugrásban. Országos csúcsot ért el a 4×100 m-es váltóban.

MASZ-elismerésben részesültek

Május 26-án tartotta évi rendes közgyűlését a Magyar Atlétikai Szövetség Budapesten, az Új Hidegkuti Nándor Stadion Konferenciatermében. Életmű Díjat, a Magyar Atlétikáért Arany, Ezüst és Bronz fokozatát, Utánpótlásért plakettet és Dicsérő oklevelet huszonegyen vehettek át.

Életmű Díj: dr. Szabó Miklós, Szakály István
Arany fokozat: Kámán Ferenc, Tóth Sándor, Kollár István

Posztumusz Arany fokozat: dr. Pikó Károly
Ezüst fokozat: Margitai Attila, Szörényi István
Bronz fokozat: dr. Albert Albert, dr. Kriszt Balázs, Könye Irma, Lohn Angéla

Utánpótlásért: Bognár Szabolcs

Dicsérő oklevél: Lengyel Zoltán, Lengyelné Palkó Márta, Machné Harkai Krisztina, Öhlbaum Zoltánné, Szabó Erzsébet, Szatmári András, Török Lilla, Vaskuti András.

Forrás: MASZ



Gratulálunk!

HFM HAJRÁ FUTÁS MAGAZIN

▪ Futással foglalkozó lap ▪ Főszerkesztő: Cseke István. Szerkesztők: Rácz Ildikó, Sós Barnabás, Szolnoki Imre, Varga Lajos ▪ A szerkesztőség címe: 4225 Debrecen, Perem utca 25.

▪ E-mail: istvancseke55@gmail.com ▪ Telefon: 06-30-695-3880

▪ Az Ebese Sportbarátok Egyesülete, a Hajdú Rendszeti Sportegyesület és a „HAJRÁ FUTÁS” Egyesület közös digitális kiadványa ▪ Grafikai munkálatok: ifj. Cseke István

▪ Fényképek: Bíró Sándor, Dremák Albert, Rácz Ildikó ▪ Nyomdai előkészítés: Barna Ildikó

A magazin letölthető a www.ebeseisportbaratok.hu, a www.hajrafutas.hu, a www.hrse.eu honlapokról és a Facebook HAJRÁ FUTÁS csoportban.

A szerkesztőség hozzájárul a magazin egészben vagy részleteiben történő másolásához és terjesztéséhez.

A találkozás öröme

VI. ATLÉTATALÁLKOZÓ 2018.

Napsütés idő fogadta Debrecenben, a Nagyerdőn május 19-én a XX. század magyar női távfutó bajnokait.

A találkozás örömteli percei után a bajnokok megkapták az egyedi rajtszámot, és azután aki akart, részt vett egy 1,5 km-es közös futáson. Ezután egyenként dobogóra álltak a nagyszerű futók, elhangzottak a legszebb eredményeik, és egy emlékérmet kaptak. A díjátadók Mecser Lajos, Mohácsi Péter, Parsch Péter, Simon Attila, Szabó Ildikó, egykori kiváló atléták és a futólegenda leánya, Patakiné Rózsavölgyi Anikó voltak.

Az „eredményhirdetés” után az atléták számára felállított sátorban folytatódott a program. Itt kapták meg a bajnokok a tablóképet tartalmazó emléklapot és a bajnokok nevével ellátott pólót. Lipcsey Irén, a debreceni futólegenda pedig egy kis ajándékkal kedveskedett az atlétáknak.

A találkozóról készült fotók megtalálhatók a Facebook HAJRÁ FUTÁS csoportban.

A rendezők, a „HAJRÁ FUTÁS” Egyesület és a Hajdú Rendszert Sportegyesület köszönetet mondanak a rendezvény támogatóinak:

Orendi Mihály, Patakiné Rózsavölgyi Anikó, AFV Táblaüzem, Megavill Kft, a TE és TE Kft és az FM 90 Campus rádió.

Hajrá Futás!



Mohácsi Péter, Parsch Péter, Sütő József, Szabó Ildikó, Simon Attila, Röder Katalin

Molnár Gizella (Ubi)

Szerencsésnek mondhatom magam, hogy találkozhattam egykori atlétatársaimmal. Nagyszerű volt együtt futni és kéz a kézben áthaladni a célvonalon, átélni a sport legnagyobb örömeit, felállni a dobogóra, ami oly sokszor megadatott valamennyiünknek. Jó volt felidézni az edzőtáborok, utazások, versenyek élményét, az átért kalandokat – az idő ugyan mindannyiunk életében előrehaladt –, a múlt emlékei szinte észrevétlenül barátokká kovácsolta az egykori nagy ellenfeleket. Örülök, hogy együtt lehettem veletek, a nagy bajnokokkal, akik megmaradtatok szerény, tiszta szívű, igazi sportembereknek. Köszönjük a „Hajrá Futás” csapatának ezt a csodálatos eseményt és a nagyszerű lebonyolítást!

Röder Katalin Sokszoros országos bajnok távfutó

Nagyon meghatódva éreztem magam, hogy gondoltam rám, s méltattak arra, hogy ott lehessenek a XX. század magyar női távfutó bajnokai között. Sokat tettünk annak idején azért, hogy bajnokok lehessünk, hogy magyar bajnoknak mondhassuk magunkat. Minden atléta arcán örömet láttam. Nagyon köszönöm, hogy ott lehettem. Szép, lélekemelő volt a találkozó.

Cseke



Jankó Ilona, Visnyei Márta, Molnár Gizella, Simona Staicu

HAJRÁ FUTÁS ATLÉTÁK BARÁTI KÖZÖSSÉGE

Tizenkét egykori kiváló atlétával, egykori bajnokokkal, megalakult a HAJRÁ FUTÁS ATLÉTÁK BARÁTI KÖZÖSSÉGE.



A közösséghez való csatlakozás semmilyen kötelezettséggel nem jár.

Várjuk a csatlakozását minden futónak, aki a XX. században országos bajnokságot nyert vagy/és országos egyéni csúcsot ért el szabadtéren vagy/és fedett pályán.

Aki csatlakozik, az egyben kifejezi abbéli szándékát, hogy részt kíván venni 2019 májusában Debrecenben, a XX. század magyar futóbajnokainak találkozásán.

Jelentkezés: Facebook, istvancseke55@gmail.com, tel.: 30/695 3880.

Akik már csatlakoztak:

Bátori István – Bátori Noémi – Béres Ernő – Budavári Mária – Csapó Lajos – Kalamár Andrea – Lipcsey Irén – Mecser Lajos – Menczer Gusztáv – Mohácsi Péter – Molnár Gizella – Oros Ágnes – Röder Katalin – Simon Attila – Sütő József – Szabó Ildikó – Szerényi János – Varga Gyula

Szeretettel várjuk a bajnokokat!

Hajrá Futás!

Cseke

90 éves az Öreg Bajnok



„Ki tudja megmagyarázni a boldogságot, nekem a futás a szeretőm” – vallja **Béres Ernő**, az egykori kiváló atléta, a nagyszerű távfutó, ahogy önmagát nevezi, az Öreg Bajnok, aki hamarosan 90 éves lesz. Az atlétika meghatározó volt mindig az életében. Nagyszerű eredményeket ért el a magyar atlétika legszebb korszakában.

A helsinki olimpián 1952-ben VII. helyezett 5000 m-en, 1953. szeptember 23-án 15:29,2-vel világcúcsot ért el a 4x1500 m-es váltóban Garay Sándorral, Rózsavölgyi Istvánnal és Iharos Sándorral. Országos bajnokságot nyert 1500 m-en, két alkalommal mezein, három alkalommal mezei csapatban, országos csúcsot ért el 1500 m-en, 2000 m-en és 5000 m-en. Egyéni legjobb eredménye 1500 m-en 3:46,6 (1953), 5000 m-en 14:01,0 (1955).

Még ma is aktívan részt vesz futóversenyeken mint versenybíró. Rendszeresen fut, heti három alkalommal. Mint versenyző, később mint az atlétikáért dolgozó szakember, mindig teljes szívvel tette a dolgát. Lelkiismeretesen, megbízhatóan, odaadással. Mindezek mellett egy csendes, szerény, végtelenül szerethető ember. A legjobb érzésekkel lehet írta mindenki, aki ismeri. Így vagyok ezzel én is.

Isten éltesse még nagyon sokáig közöttünk az Öreg Bajnokot!

Cseke



A HAJRÁ FUTÁS Fővédnöke



Az atlétatalálkozón 2017-ben



A világcúcsért kapott emléklappal



A világcúcsot elért váltó tagjaként. Garay – Béres – Rózsavölgyi – Iharos



Díjátadóként a HAJRÁ FUTÁS versenyen

Te miért futsz?

Kiváló atléták és amatőr futók. A futás fontos szerepet játszik mindennapi életükben. Bár különböző távokon versenyeznek, de egyvalamiben teljes mértékben megegyeznek: a futás szeretetében.

Együd Máté többszörös országos bajnok rövidtávfutó

„A TF-es tanulmányaim során nagyon sok sportággal ismerkedhettem meg, volt, amelyik több, és amelyik kevesebb nyomott hagyott bennem. Mégis számomra az atlétika jelentette az igazi kikapcsolódást, órákon és órán kívül is. Egy fárasztó nap után csak azt



a percet vártam, hogy végre a pályán lehessenek és futhassak, akár gyorsan, akár lassan. Az atlétikát 9 éves koromban kezdtem és az egyetemig édesapám irányítása alatt készültem, elsősorban 200-400 m-re. Az egyetemre kerülve kezdtük el a közös munkát jelenlegi edzőmmel, dr. Gyimes Zsolttal, aki inkább a középtáv futás irányába terelt. Egészen az első országos bajnoki címemig nem gondoltam magamra profi atlétaként, de azóta egyre inkább ez a világ kezdett vonzani. „Coach” már több nemzetközi szintű atlétával is dolgozott együtt, így számomra az ő szakértelme megkérdőjelezhetetlen. Már csak rajtam múlik, mit tudok kihozni a közös munkából. Szeretném a jövőben minél többször megvédeni a bajnoki címem, és egyre magasabb szintre lépni a külföldi megmérettetések terén is.”

Varga Ildikó amatőr futó

„A futás számomra olyan, mint a levegő, sohasem lehet belőle sok, de ha kimarad néhány nap, óriási hiányérzetet kelt. Futás közben kitisztul a test és az elme, egy-egy edzés után sokkal fittebbnek és energikusabbnak érzem magam. Sokkal lendületesebben megy a munka, bármi is legyen az. Szerencsés vagyok, mert vidéken élek, és sokat futhatok szabad levegőn, a természetben. Ezredszere sem tartom unalmasnak ugyanazt az a futó útvonalat, mert naponta más és más arcát mutatja a gyönyörű természet, ami felelteti még a keményebb edzések megpróbáltatásait is. Sajnos 40 után, elég későn kaptam rá a futásra, és ezért nagyon sok km hátrányom van. Ha valaki megkérdezné, mit csinálnék másképp, ha újra kezdeném az életem, minden bizonnyal a válaszom az lenne, hogy jóval korábban, már tizenévesen elkezdeném a futást. Mert futni jó, és a legjobb »szer« az egészséggel megőrzésére.”



Zabari János világbajnokságon 10. helyezett ultrafutó

„Szeretek sikereket elérni. Imádok versengeni. Rendkívül fel-

emelő érzés, amikor szoros versenyben kiváló ellenfeleket győzők le. Örömmel tölt el, amikor egy-egy sikerem után az emberek arcára kiül az elismerés a teljesítményem láttán. Megerősít a hitemben, hogy érdemes küzdeni, amikor egy nehéz felkészülés után el tudom érni azt, amiért keményen megdolgoztam. A futástól olyan önbizalmat, pozitív szemléletet, kiegyensúlyozottságot kaptam, amit az élet más területein is tudok kamatoztatni. A futásnak köszönhetően világszerte gyönyörű helyekre juthattam el. A futás szorgalommal, kitartással, alázattal, küzdelemmel párosul, ezek által biztos, hogy jobb ember lettem. Ha újból sportot kellene választanom, nem változtatnék, hiszen a futás én vagyok, ez az életem.”



Móricz Bálint többszörös országos bajnok rövidtávfutó



„Hogy miért szeretek futni? A legjobb futásaim közben teljesen kikapcsol az agyam, és olyan érzésem van, mintha repülnék. Ezt legtöbbször versenyen, 200 méter közben szoktam érezni. Ilyenkor kitör belőlem az összes energia, amihez fogható edzésen szinte sosem érzek. Ameddig a lábaim engedik, folytatni fogom a rövidtáv futást, hiszen ezt az élményt semmi más nem tudja pótolni.”

Tábor Miklós országos bajnokságon dobogós távfutó



„Életem több területén szeretek időről időre célokat kitűzni magam elé, amelyek rengeteg időt és energiát igényelnek, ezek mégsem tudnak eltéríteni a versenyszerű futástól. Számomra a futás az önmegvalósítás legfontosabb területe, amely megtanít arra, hogy céljaim csak fegyelmezett és következetesen felépített munkával tudom elérni, ami néha persze fáj, de nem céltalanul. Nagyon sokat köszönhetek a futásnak, mert az itt elért sikerek – amelyekhez annyi lemondás és küzdelem kötődik – mindig megerősítenek abban, hogy hogyan álljak hozzá a kihívásokhoz, és segítenek megragadni a pillanatot.”

Cseke

**Antal Ádám (9 éves)**

„Elsősorban nagyon szép helyekre eljutunk. Nagyon jó érzés tölteni el, amikor a dobogóra állok. Nagyon jó érzés, amikor hazaérek, és azt mondom, hogy ez az edzés jó volt. Amikor hazamegyek egy versenyről, és azt mondom, szereztem egy érmet, büszkeség tölti el.”

**Birgés Botond (6 éves)**

„Azért szeretek futni, mert nagyon jó, izmosodik a lábam, mindenünk erősödik.”

**Hajdu Balázs (6 éves)**

„Azért szeretek futni, mert egészséges leszek, szeretek sportolni, és jó a társaság.”

Miért szeretsz futni?

**Mészáros Márta (7 éves)**

„Azért szeretek edzésre járni, hogy gyorsabb legyek a futóversenyeken. Nagyon szeretek versenyezni.

Szeretnék első lenni. Olyan jó legyek a futásban, mint a testvérem, Nórika.”

**Marjai Péter (7 éves)**

„Azért szeretem a futást, mert abban gyors vagyok, és minden osztálytársamat meg tudom előzni. Már van több arany- és ezüstéremem is, amit az iskolában megmutattam, és ezért mindig megtapsoltak a gyerekek. Volt olyan is, hogy edzésen több csoportra osztódtunk, és a nagyobbak engem magukhoz választottak csapatkapitánynak, ami nagyon tetszett. Szívesen megyek edzésre vagy versenyekre is, mert azt már nagyon szeretném, ha egyszer nyernék egy kupát is.”

**Egri Csenge (8 éves)**

„Ha nagy leszek, szeretnék országos futóversenyen jól szerepelni. Jók a futóedzések, és minden edzés végén kidobózunk. Szeretek a futógyerekekkel lenni.”

**Tóth Amina (9 éves)**

„Jó érzés versenyezni és a dobogón állni. Szeretek futóedzésekre járni és a végén játszani. Szeretnék híres futó lenni.”

**Mezei Dániel (10 éves)**

„Azért, mert szeretem gyűjteni az érmeiket, a kupákat, és szeretnék kijutni az olimpiára.”



A Sportolj Velünk Sportegyesület – életkorát tekintve – mindössze néhány hónapos, története mégis hosszú időre vezethető vissza. Az egyesület versenyzői, edzői hosszú évek óta dolgoznak a veszprémi atlétika életében. Én magam 1977-ben lettem igazolt versenyzője a BVTC-nek, majd jogutódjának, a VSE-nek és az abból kivált VEDAC-nak. Egyesületünk több mint 100 igazolt versenyzővel rendelkezik. A versenyzők 99%-a velem együtt lett SVSE tag, miután 40 év szolgálat után a VEDAC menesztett engem. Kollégáim is velem tartottak, így Takács Dávid, Egri-Németh Eszter, valamint az azóta becsatlakozott Nagy Patrik és Bartha László alkotja velem együtt az edzői gárdát.

Egyelőre nem stratégiában, hanem elvekben tudnám megfogalmazni törekvéseinket, céljainkat.

1. A felnőtt élversenyzők magas szintű kiszolgálása, az egzisztencia megteremtése számukra.

2. Az utánpótlás-élvonal menedzselése, versenyzővé nevelése. Fizikai és pszichológiai adottságaik folyamatos figyelése és fejlődésük biztosítása.

3. Egyénre szabott edzőmunka, hogy a később becsatlakozó vagy később érő fiatalok is lehetőséget kapjanak a kimagasló eredmények elérésére.



4. Csapatformálás, közösségi élmények biztosítása, egészséges életre nevelés. Sport utáni életre nevelés, gondolok itt a tanulás fontosságának kiemelésére, a sikeres életút alapjainak lefektetésére.

5. Folyamatos kiválasztás. Minél több gyerekkel megismertetni a munkánkat, és

a versenysportra buzdítani őket.

6. Szabadidő-sportos tevékenységek szervezése és folyamatos biztosítása az érdeklődőknek.

A munkánk működéséhez szükséges anyagi forrás

90%-át Veszprém Város Önkormányzata biztosítja számunkra. Városvezetésünk bizalma nélkül nem tudnánk működni.

Ebben az évben két versenyzővel szeretnénk magunkat képviseltetni a Berlini Felnőtt Európa-bajnokságon. Kéri Bianka 800 m-en már rendelkezik szinttel (2017, 2:02,32), és Kiss Gergő Xavér, aki szintén 800 m-en készül, neki még teljesíteni kell az 1:47,65-ös szintet. (2017, 1:48, 12)

A másik nagy esemény számunkra az Ifjúsági Európa-bajnokság, melynek idén Győr ad otthont. Három-négy versenyzővel tervezünk itt részt venni. Molnár Attila 400 m-en, Zsetnyi Ákos 3000 m-en, Felber Balázs és Magyar Veronika 2000 m akadályfutásban készülnek.

A serdülőink közül is több korosztályos bajnokunk van, kiemelkedik Koncz Kata 1500 m akadály, Varga Gréta 3000 m és Tóth Márton 3000 m, Dabosi Marcell 300 m.

Az U11 és U13 korosztályban a legutóbbi Sport XXI. versenyen csapataink első, illetve a második helyen végeztek.

Kiváló versenyzőink tanulnak Amerikában is. Szőgi István (5000 m) utánpótlás Eb 7. helyezett, Somogyi Anett (3000 m akadály) UP Eb-résztvevő és Ladányi Fruzsina 1500 m-es futónk. Bízom benne, hogy tanulmányaik végeztével még jó pár évig gazdagítják a magyar atlétikát eredményeikkel.

Úgy gondolom, hogy egy eredményesen működő egyesület vagyunk. Fő célunk, hogy ezt továbbműködtessük és fejlődjünk. A 2020-as olimpián szeretnénk SVSE-s atlétának is szurkolni.

Tóthné Stupián Anikó



HRSE sikerek a XII. NN Ultrabalatonon

Egyesületünk 2 csapatot indított a 2018. május 11–13-án megrendezett XII. NN Ultrabalaton sporteseményen, amely hazánk egyik legjelentősebb futóversenye.

A részvételt idén is komoly szervezés, felkészülés és logisztika előzte meg. A tavalyi Ultra Tisza-tós kiváló szereplésünknek köszönhetően a nevezéssel és a versenybe történő bekerüléssel nem volt gondunk, aminek azért örültünk, mert tavaly 3 nap alatt telt be az UB nevezési limitje.



A többnapos csapatverseny kiváló hangulatban telt, csapattársaink nagyszerű élményekkel és a siker büszkeségével térhettek haza.

11 fős női csapatunk, a HRSE Iron Ladies 221 km teljesítése után 18 óra 23 perc 32 másodperces idővel érkezett a célba, aminek köszönhetően az előkelő 3. helyen végzett a 10-12 fős női csapatok kategóriájában.

Csapatkapitány: Sipos Nóra.

Csapattagok: Rácz Ildikó, Dombi Katalin, Papp Zsuzsi, Sipos Boglárka, Szabó Fruzsina, Szűcs Anita, Fegyveres Vanda, dr. Nielsen-Kiss Indrid, Makainé Szabó Csilla, Katonáné Székelyhidi Éva.

A csapat segítői: Szabó István és Erdős Richárd.

Mottójuk: „Az akarat győzhet, a láb nem veszthet csatát, a száj hallgat, a tüdő zihál, az ész tudja – legyőzhető minden akadály!”

A 7 fős férfi csapatunk, a #HRSE-Hétfő fantasztikus teljesítménnyel az 1. helyen végzett.

Csapatkapitány: Horváth Tamás.

A csapat tagjai: Kiss Márton, Kovács István, Bényei Szilárd, Ifj. Bulitka László, Czeglédi Sándor, Csontos Péter.

A csapat segítői: Id. Bulitka László és Balog József.

Mottójuk: „Hard as a rock.”

Az elért eredmények alapján mindkét csapatunk automatikus indulási jogot szerzett a jövő évi XIII. Ultrabalatonra.

Futótársaink az UB fáradalmait kipihenve immár ismét az Ultra Tisza-tó futóversenyre készülnek.

Balogh József



Organica FX Running Szupermaraton

„A futás szeretete minden határon átível!”

- egy sportesemény, amely országhatárokon ível át,
- egy futóverseny, mely a sportról és a csapatszellemről szól,
- egy összefogás, mely megmutatja a sport erejét és a testvérvárosok partnerségét.

A HRSE szervezésében 2018. október 28-án rajtol először az Organica FX Szupermaraton, mellyel régi vágyunkat, elképzelésünket valósítjuk meg. Útjára indítunk egy több éves fejlesztési folyamatot, melynek során létrehozhatunk egy egyedülálló, nagyszabású, nemzetközi sporteseményt. A verseny Nagyvárad impozáns belvárosából rajtol, és Ártánd–Biharkeresztes–Mezőpeterd–Berettyóújfalu–Szentpéterszeg–Tépe–Derecske–Sáránd településeket érintve a debreceni Kossuth téren ér célba.

Az építkezést lépcsőzetesen kezdjük el, idén még 5 és 10 fős csapatokban lehet nevezni, amit a következő években fokozatosan továbbfejlesztünk, újabb kategóriákkal.

A nevezés limitált, összesen 750 futó jelentkezését tudjuk elfogadni, akik váltóban teljesíthetik a mintegy 85 km-es távot.

Célkitűzéseink között szerepel a nemzetközi sportkapcsolatok építésén túl, hogy figyelmet irányítsunk a térség közlekedésbiztonsági és környezetvédelmi fejlesztésének fontosságára, hiszen a Nagyvárad–Debrecen szakasz a térség egyik legszebb és legforgalmasabb útvonala.

Információ: organicafxrunning.com

Balogh József



MIN.
6
PERC/KM

LIMITÁLT NEVEZÉS!

ELŐNEVEZÉS: 2018/09/15
5 VAGY 10 FŐS CSAPATOK

MAX.
750
FŐ



A verseny szervezője a Hajdú Rendszeti Sportegyesület:
+36-70/371-75-42, hersedebrecen@gmail.com

A jövő reménységei

Schein Péter

16 éves az MVSI és Takács Boglárka 17 éves az ARAK fiatal atlétái.

Tehetséges fiatalok. Céljaik vannak. Fiatal koruk ellenére már sok szép sikert értek el.

Péter országos bajnok lett korosztályában az 1500 m-es akadályfutásban, a 4x800 m-es váltóban pedig ezüstérmet szerzett. Boglárka korosztályában országos bajnokságot és diákolimpiát nyert 100 és 200 méteren, az EYOF-on pedig ezüstérmes lett 100 m-en.

– *Hány éves korodban kezdted el a rendszeres sportolást és miért a futást választottad?*



T.B.: 15 éves koromban kezdtem el az atlétikát. A futást nem én választottam. A testnevelő tanárom vitt el egy megyei diákolimpiára, és miután azt megnyertem, Halász Géza edző felvette velem a kapcsolatot, mert azt mondta, ehhez a sporthoz van tehetségem.

S.P.: Mindig úgy voltam vele, hogy kell egy kis mozgás. Kezdetben a testnevelő tanáromhoz jártam edzeni, ahol azt hittem, jó sprinter leszek. Aztán kinőttem azt a környezetet, és ő továbbadott egy másik edzőhöz, ahol rájöttem, hogy inkább a közép- és hosszútáv lesz az, amin jól tudok teljesíteni.

– *Hány alkalommal futsz egy héten, és mennyit?*

T.B.: Egy héten 5 alkalommal van edzésem, és körülbelül 2 óráig tart egy-egy edzés.

S.P.: 4-5 alkalommal futok kb. heti 8-9 órát László István irányítása mellett.

– *Mi a célod a sportban, mi az, amit szeretnél elérni?*

T.B.: Szeretném magam minél magasabb szintre fejleszteni az atlétikában, és különböző rangos nemzetközi versenyeken képviselni hazámat a későbbiekben. Az idei szezonom is bővelkedik nemzetközi versenyekben, úgyhogy bízom benne, hogy már idén sikerül a korosztályomban világviszonylatban is elől végezni. Az ifjúsági Európa-bajnokságon szeretnék minél jobb eredményt elérni, hiszen ez a verseny lesz a Buenos Aires-i ifjúsági olimpiára a kvalifikáció.

S.P.: Szeretnék világversenyeken és olimpián minél többször rajthoz állni és egyéni csúcscsúcsaimat megjavítani. Persze nem hanyagolhatom el a tanulást sem.

Varga Tamás edző:

Takács Boglárkának 2017 tavasza óta irányítom a felkészülését. Fél évvel korábban kezdett atlétizálni. Rendkívüli tehetsége hamar megmutatkozott, eredményei gyorsan fejlődtek. Korosztályának kiemelkedő versenyzőjévé vált. Első teljes idényében rögtön világversenyen indulhatott. A győri EYOF-on nemcsak tehetségét, hanem különleges eredménycentrikus versenyzési adottságát is megmutatva nyert ezüstérmet. Edzéseken az aktivitása és motiváltsága az elvárásoknak megfelelő. Viselkedése tiszteltető és sportszerű. Céltudatosan készül, hogy a nyáron és ősszel ismét sikeresen képviselhesse hazánkat nemzetközi eseményeken.



László István edző:

„Hatodik osztályos korában került hozzám Peti. Kicsi, vékony, csetlő-botló gyerek volt, hatalmas akarattal, és már akkor is nagy elszántságlátszott a szemeiben. Céltudatosan és hatalmas szorgalommal küzdötte fel magát a legjobbak közé. Ebben az évben mindenkit maga mögé utasítva ő lett a bajnok a Serdülő OB-n, 1500 méter akadályon. Akármilyen fáradt is a versenyeken és az edzéseken, mindig a legjobbat hozza ki magából, mert nem bírja elviselni a középverszerűséget. Győztes típus. Taktikailag és fizikailag ugyan sokat kell még fejlődnie, de azért ebben az évben több versenyen is megmutatta, hogy tud meglepetést okozni, és félni kell tőle. Jövőre a legfiatalabb elsőéves ifjúsági korú versenyző lesz, nagy tervekkel felvértezve. Fő versenyszámában, az akadályfutásban a táv is hosszabb lesz (2000 méter), és az akadály is magasabb lesz (91,4 cm). Kemény felkészülés és munka vár még rá, de ismerve a kitartását és az elszántságát, a kitűzött céljait nem lehetetlen megvalósítania. És én azért vagyok, hogy ezek a célok megvalósuljanak.”

Schein Péter és Takács Boglárka két tehetséges fiatal. Bemutatásukkal a cél messze nem a sztárolás, sokkal inkább a figyelemfelhívás, a példamutatás. Ezek a gyerekek értékeket képviselnek, s ez a mai, sok esetben káros számítógépes, internetes, okostelefonos világunkban (nem vitatva ezek hasznosságát) különösen fontos. A mozgás, a sport, a futás kitartásra, küzdeni tudásra, és talán ami a legfontosabb, sportszerű magatartásra, sportszerű életmódra nevel.

Ezért is érdemesnek kiemelt figyelmet. Kívánjuk, hogy továbbra is ugyanazzal a lelkesedéssel tegyék a dolgukat, maguk és mindnyájunk öröme. Reméljük, meg fognak kapni minden támogatást ahhoz, hogy elérjék céljaikat, mert megérdemlik. Hajrá Futás!



Futópálya-avatás Ebesen

Elkészült Ebesen egy 500 méteres salakos futókör, ami hiánypótló szerepet tölt be az ebesi futók és sportrajongók életében. Az ünnepélyes szalagátvágásra április 29-én került sor, majd kicsik és nagyok tiszteletkörrrel és futóversennyel fel is avatták a pályát. A település központjában kialakított futókör révén remélhetőleg még többen tudják majd beilleszteni a mindennapi rohanásba a rendszeres testmozgást, hisz felgyorsult világunkban egyre nagyobb hangsúlyt kap, hogy könnyen elérhető közelségbe kerüljenek azok a helyek, ahol futhatunk, mozoghatunk. A legkitartóbb futók eddig az úttest szélére kényszerültek, de most már biztonságos körülmények között, kiváló csillapítású talajon edzhetnek. A kihelyezett testnevelésórák mellett a futókör alkalmas lesz iskolák közötti atlétikai versenyek megtartására is, a környező települések ifjúságát összefogva. Az iskolai 145 méteres salakpálya monoton körei után igazi felüdülés lesz a gyerekeknek és testnevelő tanároknak használni az új fejlesztést. Pályázati forrás igénybevételével az Önkormányzat egy 200 méteres rekortán futópálya megépítését is tervezi az ősz folyamán, így már mindenki megtalálhatja a számára ideális körülményeket a mozgáshoz. Ebesen erős az együttműködés az Önkormányzat, a civil szervezetek és az intézmények között. Egymás rendezvényeit támogatva és segítve próbálunk közösségi élményeket teremteni a lakosoknak. A sportolni vágyók pedig az Ebesi



Sportbarátok Egyesület 8 szakosztályában is megtalálhatják a számukra legmegfelelőbb sportolási lehetőséget. S ha egyszer megérint és megérezed a futás ízét, életed szerves részévé válik. Hiányozni fog, ha már nem csinálod, pedig ott van a lábaidban. Csak el kell indulni. A fizikai és szellemi felfrissülés, erőnlétünk és egészségünk megerősödése és megfiatalodása csak a kezdet. Akaraterőnk, állóképességünk és keringésünk növelésének legolcsóbb és legegyszerűbb módja a kocogás, a futás. Sportolás közben személyiségünk fejlődik,

és lelki békénk helyreáll. Szelídebbek és érzelmileg nyitottabbak leszünk környezetünkre, a természeti szépségek és emberi értékek befogadására. Reméljük, hogy ez a pálya bölcsője lesz az ebesi gyerekek sportsikereinek a jövőben, hisz eddig is több tehetséges futónk ért el szép eredményeket a megyei sportéletben. Mészáros Nórát, Tóth Aminát, Egri Csengét már egyre többen ismerik, vagy a tavalyi évben 3 távon bajnok serdülő futónk, válogatott és ifjúsági Eb-kerettagunkat, ifj. Sós Barnabást.

Sós Barnabás



„BŐREGÉR”

Garay Sándor (1920–2006) a magyar távfutás kiemelkedő alakja volt. Kezdetben rövid ideig a MAC színeiben versenyzett, de pályafutása döntő sikereit a Vasas színeiben érte el. Két olimpián képviselte hazánkat. 1948-ban Londonban 7. helyezést ért el 1500 m-en.

Gyenge fizikumú gyermek volt, emiatt több egyesülettől is eltanácsolták. Végül a MAC-ban kötött ki, ahol Szabó Miklós és Istenes Gusztáv irányították edzéseit.



A világcúcsot elért váltó, Budapest Népstadion 1953. 09. 23.
Garay Sándor – Béres Ernő – Rózsavölgyi István – Iharos Sándor

1953-ban tagja volt a Garay–Béres–Iharos–Rózsavölgyi 4×1500 m-en világcúcsot elért váltónak.

Országos bajnokságot nyert nyolc alkalommal 1500 m-en (zsinórban 7-szer), három alkalommal 800 és 5000 m-en, hat alkalommal a 4×1500 m-es, négy alkalommal a 4×800 m-es, egy alkalommal a 4×400 m-es váltóban és öt alkalommal az 5000 m-es csapatban.

1946-ban vitte véghez azt az egyedülálló bravúrt, hogy bajnok lett 800, 1500, és 5000 m-en.

De volt angol bajnok és Balkán-bajnok. 1947-ben Londonban megnyerte az angol nemzeti ügynök számító egymérföldes számot. Előtte ez külföldinek még nem sikerült.

Versenyt soha fel nem adott!

Sportpályafutását követően tanszékvezető főiskolai tanárként dolgozott. Húsz évig edzőként adta át tapasztalatát és tudását az utódoknak. 1974 és 1981 között a Magyar Atlétikai Szövetség elnöke volt.



Béres Ernő olimpián 5000 m-en 7. helyezett, a váltóban Garayval világcúcsot elért távfutó

„Sanyi 8 évvel idősebb volt nálam, igazi, nemes harcostársak voltunk. Nagy csatákat vívtunk egymással. Sokat tanultam tőle, nagyon precíz edzésnaplót vezetett, és sokat segített. Versenyzés a magyar rekordért 1500 m-en volt köztünk. Én háromszor javítottam meg, ő egyszer beállította. Világrekordunk alkalmával a 4×1500 m-es váltóban 2 Vasas és 2 Bp. Honvéd atléta szerepelt. Becenevünk is volt (Juhász Béla adta). Sanyié „Bőregér”, az enyém „Vitamin” volt a nagy orrom miatt. A pályán küzdőtársak, a privát életben nagyon jó barátok voltunk, hol a Sanyi, hol én győztem, és örültünk egymás eredményének. Ez vitt bennünket előre. A válogatottban együtt versenyeztünk, az olimpián is a hazánkért küzdöttünk.”



Dr. Szabó Miklós olimpián 5000 m-en 4. helyezett távfutó

„Az 1945-1954 között sokszoros válogatott Garay Sándor 1944-ben nyerte első felnőtt bajnoki címét 1500 m-en, még a MAC színeiben, majd 1945 után a Vasasban versenyzett. Nagy taktikus hírében állt, a versenyeken nem az időeredményt, hanem a minél jobb helyezést tartotta fontosnak. Ha egy nevesebb külföldi versenyzőt a hajrában felnyomulva el tudott kapni a táv végén, arra nagyon büszke volt.

Versenyzői naplót vezetett, amelyekben megörökítette a fontosabb versenyeken történeteket, a főszereplőktől aláírásokat is gyűjtött, még más sportágakból is.”

