



HFM

Hajrá Futás Magazin

DIGITÁLIS KIADVÁNY

Alapítva: 2015

V. évfolyam

2019. február – 13. szám

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

VII. ATLÉTATALÁLKOZÓ 2019

A XX. század magyar futóbajnokai



Gondolatok a futásról – MASZ-kitüntetettek
VII. ATLÉTATALÁLKOZÓ – 90 éves futólegendák
Te miért futsz? – HRSE – Szép múlt

Gondolatok a futásról

Honti Róbert

„Hogyan is lettem futóatléta?

Személyeskedés



Gimis osztálytársam apja a PVSZK atlétikai szakosztályának edzője volt (Verbőczy József későbbi mesteredző), így természetes volt, hogy a pályán kötünk ki többedmagammal. Futkároztunk, gátaztam, hármast ugrottam, télen a teremben kosaraztunk, mellesleg az iskolacsapatban is. Aztán jött egy csalódást keltő országos ifibajnokság, 400 m gát döntő, majd mezeik, és onnan már csak a síkfutás. A 800 m-t gondoltam fő távomnak, de az első 1500 m-es versenyem eredménye eldöntötte, hogy mind a két középtáv futó számban fogok versenyezni. Sikerek és kudarcok követték egymást, az előbbiből talán sokkal több jutott szerencsére. Az első 4×800 m-es serdülő országos bajnokság után sosem gondoltam, hogy valaha is többre viszem, mint egy, az atlétikát szerető fiatal. Felnőtt magyar bajnok lettem 800 és 1500 m-en, sokszoros vidékbajnok és válogatott, olimpión. Szép, de viszonylag rövid élvonalbeli pályafutás után 30 évesen hagytam abba.

Okoskodás

A futás szabadságot ad, és összeköt. Ellenfeleket sodor eléd, és barátokat ad élethossziglan. A futás nem tűri a szabadosságot, mert kivet a peremre, és ott már értelmét veszti az egész tevékenység. Kőkeményen benyújtja a számlát az elvégzett edzőmunka után: jutalmaz, és további erőbedobásra sarkall. A kudarcral (oka lehet rossz lelkiállapot vagy eltúlzott mértékű munka, sérülés utáni állapot) is megkínál időnként, hogy ne felejtse el, hol a helyed, honnan jöttél, és hová akarsz jutni. A futásba fektetett energia sosem vesz el, halmozódik, aztán vagy robban, vagy adagolva visszaköszön. Ezek a gondolatok talán a versenyzőkre igazak, de konvertálva a szabadidős futásokra is igaz! Akár kedvtelésből, vagy kemény edzéseken végzett futás közben a szervezet védekezik a monotonia ellen: tiszta, jó gondolatok sokasága jön létre, melyek aztán segítenek pl. egy 25×400 m-es edzésadagon túljutni, de akár a civil életben is. A futás terápia!

Nosztalgia

Idős korban nagyon szerencsés az, akinek alkalmas a teste, és még engedelmessé válik, hogy ezt az egyszerű mozgásformát gyakorolhassa. Sajnos, az enyém már nem engedi.

Életem szép, tartalmas mivoltát az atlétikának köszönhetem.”

Honti Róbert olimpión (1968. Mexikó), országos bajnokságot nyert 800 és 1500 m-en.

Egyéni legjobb eredménye 800 m-en: 1:49,9 (1968).

ATLÉTATALÁLKOZÓ

A XX. század magyar futóbajnokai

Debrecen, Nagyerdő, 2019. június 22. 10:00 óra



Védnök: Orendi Mihály, a Magyar Olimpiai Bizottság alelnöke
Mindenkit szeretettel vár:

a „HAJRÁ FUTÁS” Egyesület és a Hajdú Rendészeti Sportegyesület

Hajrá Futás!

HFM HAJRÁ FUTÁS MAGAZIN

▪ Futással foglalkozó lap ▪ Főszerkesztő: Cseke István. Szerkesztők: Balogh József, Varga Lajos ▪ A szerkesztőség címe: 4225 Debrecen, Perem utca 25.

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

▪ A „HAJRÁ FUTÁS” Egyesület és a Hajdú Rendészeti Sportegyesület közös digitális kiadványa ▪ Grafikai munkálatok: ifj. Cseke István

▪ Fényképek: Berényi Ibolya, Dremák Albert, Rácz Ildikó ▪ Nyomdai előkészítés: Barna Ildikó

A magazin letölthető 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.

90 éves futólegendáink

Béres Ernő és dr. Szabó Miklós

Béres Ernő olimpián VII. helyezett 5000 m-en, világsúcsot ért el a 4×1500 m-es váltóban, országos bajnokságot nyert 1500 m-en, két alkalommal mezein, három alkalommal a mezei csapatban. Országos csúcsot ért el 1500 m-en, 2000 m-en és 5000 m-en.

Dr. Szabó Miklós olimpián IV. helyezett 5000 m-en, országos bajnokságot nyert két alkalommal 10000 m-en, egy alkalommal 5000 m-en, három alkalommal mezein, két alkalommal az 5000 m-es és a mezei csapatban, egy alkalommal a 4×1500 m-es váltóban.



Béres Ernő

Dr. Szabó Miklós



Az Atlétatalálkozó 2017-ben

Simon Attila olimpikon, Európa-bajnokságon V. helyezett távfutó

„1958 év telén meghívást kaptam Tatára, az edzőtáborba, amit természetesen igen nagy megtiszteltetésnek tartottam. Ifikorból kiöregedve meghívtak a »nagyok« közé, első osztályú minősítéssel ugyan rendelkeztem, de hol voltam én a nagyokhoz viszonyítva. Érkezésemkor érthetően nem fogadott senki, így csak álltam megszeppenve, megilletődve, és csodálkozva néztem, hogy a régiek, a »nagyok« miként rendelkeznek a szobai elhelyezkedésről. Nekem nem voltak még barátaim, így csak vártam. Aztán óriási szerencse ért, mert odajött hozzám dr. Szabó Miklós, és így szólt: Gyere velünk közös szobába. Boldogan mondtam igent, bár nem tudtam, kik lesznek a további szobatársak. Aztán kialakult a »szoba«.

Hát így álltunk fel: dr. Szabó Miklós olimpiai IV. helyezett, sokszoros magyar bajnok, Szentgáli Lajos Európa-bajnok, többszörös magyar bajnok. Parsch Péter akkor már ismert nevű válogatott versenyző, és én, a kezdő. Ettől a szobakialakítástól rendkívül boldog lettem. Befogadtak. Az örömteli meglepetés tovább folytatódott azzal, hogy Miklós

kiadta a »parancsot«: reggelente (7 óra) a szoba együtt végzi az edzést, ami 8-10 km váltakozó iramú futást jelentett. Dél előtt 10 óra körül tornatermi edzés következett a dobókkal. Délután pedig mindenki végezte a saját edzője által előírt adagot. Ettől a fokozott mértékű edzésnövekedéstől borzasztóan elfáradtam. A szobafőnök – Miklós – elmagyarázta, hogy ennyi munka kell ahhoz, hogy megfelelően fejlődjünk. Kezdő létemre éreztem a jó szándékú támogatást. Ez a csodálatos szobai összhang éveken keresztül megmaradt, a következő táborozásnál már mi is jeleztük, hogy együtt maradunk. Hát ennyit jelentett Miklós kedvessége, barátsága, biztatása egy kezdőnek. Úgy kb. 25-30 évvel később egy sporttársunk temetésén a sors úgy hozta, hogy mind a négyen egymás mellé kerültünk, akkor Szentgáli Lajos halkán megjegyezte: a »szoba« újra együtt van.”



Szerényi János olimpikon, Európa-bajnokságon VII. helyezett távfutó

„Fiatal atléta voltam, amikor megismertem Béres Ernőt. Nagyszerű eredményeket ért el. Példakép volt a számomra. Tiszteltem az eredményei mellett, az emberi jelleme okán is. Nagyon jó szándékú, segítőkész volt, hozzám éppúgy, mint a többi fiatal futóhoz. Szerény volt és nagyon jó humorú.

Örültem minden vele való találkozásnak a versenyeken vagy az edzőtáborokban. Ha Tatán voltunk, az edzések mellett igyekezett különböző programokkal színesíteni a mindennapokat. Tanácsait igyekeztem megfogadni. Szinte hihetetlen, hogy 90 évesen is rendszeresen látni versenyeken, ahol leginkább mint versenybíró működik közre. Az atlétika, a futás meghatározó az életében.

A legjobb érzésekkel tölt el és nagyon örülök mind a mai napig, ha találkozhatom vele.”



Te miért futsz?

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

Boda Boldizsár rövidtávfutó



„Amióta az eszemet tudom, mindig is sportoltam valamit. A csapatsportokban sosem remekeltem. Az atlétikában viszont megtaláltam mindent, amit kerestem egy sportágban. A legjobb az egészben az elismerés, amit az ember kap egy egyéni csúcs megdöntése után. Mindig van hová fejlődni, mindig lehet jobbat futni, ugrani, dobni.”

Boros Bence rövidtávfutó



„Nem tudnám futás nélkül elképzelni az életemet, a futás adja meg azt a szabadságot, amire szükségem van, és azt az elszántságot, amire szükségem lesz a továbbiakban.”

Molnár Janka rövidtávfutó



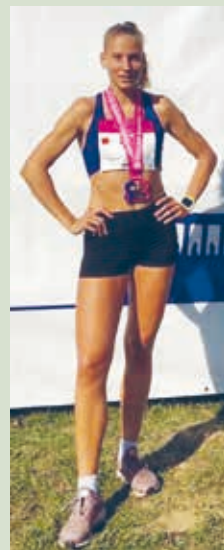
„Azért futok, mert nekem ezzel teljes az életem, nem igazán tudnám elképzelni enélkül az életemet. Fontos számomra az is, hogy a családom, edzőm, barátaim büszkéek legyenek rám. Továbbá azért is futok, mert a futás közben érzem magam a legjobban. Odakerültem 9 évesen, és azóta az atlétaközösség számomra az egyik legjobb hely, ahol legjobban érzem magam.”

Palkovits István távfutó



„Amikor elkezdtem futni, akkor nem voltam a legjobb, de telt-múlt az idő, és egyre jobb helyezéseket értem el. Három éve futottam már, amikor megnyertem az első korosztályos bajnoki címet. Azt az érzést, amit akkor, a győzelmemkor átéltem, sose felejttem el. Ezt a sikertélményt válogatottként is megérezhettem. Imádom azt, hogy ahogy telik az idő, és visszaemlékszem, hogy honnan jöttem, és most hol tartok, és még mi van bennem. Imádok versenyezni! Szeretem, amikor egy kemény futásba oda tudom tenni magam, és egy jó idővel érek be a célba!”

Pataki Anna távfutó



„Eleinte, kisebb koromban csak hobbinak, időtöltésnek fogtam fel a futást, illetve azért csináltam, mert apukám azt mondta, kell valamilyen mozgás a tanulás mellett. Ahogy teltek az évek, kezdtem átértékelni ezt a fiatalkori nézőpontomat. Az edzések kitöltik a mindennapjaimat, most már nem tudnám elképzelni az életemet futás nélkül. A versenyzés hatalmas motivációt ad mind a sportban, mind a tanulásban és az élet más területein is, illetve megtanít arra, hogy tiszteljük egymást. Tehát ez a hobbi egyfajta »szerelemmé« nőtte ki magát nálam. Igazából ezért futok.”

Répássy Hanna távfutó



„Legfőképpen mindig magamért futok, másképpen nem működik. Megfogadtam, hogy elsősorban értékes ember és nem sikeres szeretnék lenni, mert amint megtalálom az értékeket, sikeresnek is érzem magam. Nekem a futás egy érték, és az élsport segít minden területen megküzdenni az életben. Enélkül el se tudnám képzelni az előttem álló éveket. Azért futok, mert ettől vagyok boldog.”

Elmentek 2018-ban

BARTHA LÁSZLÓNÉ SZABÓ ARANKA (1926–2018)



Olimpikon, 1952. Helsinki.
Országos bajnokságot nyert 100 m-en,
három alkalommal a 4×100
és a 4×200 m-es váltóban.
Országos csúcst ért el a 4×100 m-es
váltóban.
Egyéni legjobb eredménye 100 m-en:
12,2 (1952)

MÉLYKUTI BÉLA (1942–2018)



Országos bajnokságot nyert
hat alkalommal a 110 m-es gátfutásban,
Országos csúcst ért el öt alkalommal
a 110 m-es gátfutásban.
Egyéni legjobb eredménye
a 110 m-es gátfutásban:
14,1 (1968)

STOLL LÓRÁNT (1944–2018)



Országos bajnokságot nyert 800 m-en,
Egyéni legjobb eredménye 800 m-en:
1:49,0 (1966)

HRENEK JÁNOS (1954–2018)



Országos bajnokságot nyert 1500 m-en,
két alkalommal a 4×800 m-es
és a 4×1500 m-es váltóban
és az 5000 m-es csapatbajnokságon.
Országos csúcst ért el a 4×800 m-es
váltóban, amely ma is az.
Egyéni legjobb eredménye 1500 m-en:
3:39,5 (1977)

SZÁNTHÓ TAMÁS (1951–2018)



Fedett pályás Európa-bajnokságon
döntős – 1978, Torinó.
Országos bajnokságot nyert három
alkalommal a 4×800 m-es
és a 4×1500 m-es váltóban.
Országos csúcst ért el fedett pályán
1500 m-en, és szabadtéren a 4×800 m-es
és a 4×1500 m-es váltóban.
Világranglista 10. helyezett volt
fedett pályán 1500 m-en.
Egyéni legjobb eredménye 1500 m-en:
3:41,1 (1977)

TÁBORI LÁSZLÓ (1931–2018)



Olimpián IV. és VI. helyezett, 1956.
Melbourne.
Világcsúcst ért el 1500 m-en,
és két alkalommal a 4×1500 m-es váltóban.
Országos bajnokságot nyert 1500 m-en,
a 4×800 m-es
és a 4×1500 m-es váltóban.
Országos csúcst ért el 1500 m-en,
1 mérföldön, a 4×800 m-es
és a 4×1500 m-es váltóban.
Egyéni legjobb eredménye 1500 m-en:
3:40,8 (1955)

MASZ-kitüntetettek

A Magyar Atlétikáért Ezüst fokozat



Ablonczay Bertalan – Adrigán József – Angyal János – Antal Andor – Balasi Péter
 Bányai István – Baráth Béla – Barna István – Bartha László – Benkő Ákos – Bényi Károly
 Bige Lászlóné – Bódosi Mihály – Brozsek Pál – Christián László – Cseke István – Csépe Imre
 Czeglédi Katalin – Czemann Ferenc – Damjanovich Ferenc – Dombóvári Károly – Ecsedi László
 Dr. Ékes Erzsébet – Esztergomi Mihály – Farkas Mátyás – Farkas Pál – Fazekas Miklós
 Fehérvári Béla – Főző János – Fuchs Géza – Gál László – Gáncs Lajos – Gerendási István
 Giba István – Giczei Csaba – Győri Pál – Gyuró Imre – Herczeg Ferenc – Híres László
 Horváth István – Dr. Horváth István – Dr. Horváth Judit Krisztina – Istenes Vilmos
 Játékos Pál – Jeszenszky Lászlóné – John Károly – Kakuszi Ferenc – Karakasné Hasznos Julianna
 Dr. Kardos József – Kenderesi Mátyás – Képešy József – Dr. Kismaraton Károly – Kiss Ernő
 Kmety Ferenc – Kocsis István – Kollár István – Kollmann János – Koltai László – Kömlei Károly
 Kopcsay Péter – Kovács Sándor II. – Kovács Tamás – Krasovec Ferenc – Kun László – László Károly
 Lengyák György – Lóczi Ferenc – Dr. Madarász János – Majercsik László – Marik Lászlóné
 Máthé Géza – Mecser Lajos – Miltényi Márta – Molnár István – Monostori Tibor – Nagy Kálmán
 Nagy Sándor – Nagy Tibor – Nemesdaróczi István – Nemes László – Németh Béla – Németh Ferenc
 Németh Pál – Novák Pál – Orendi Mihály – Palla Dénes – Pálosi László – Parti Tibor – Perlaki József
 Petrillák Gábor – Pikó Károly – Dr. Pünkösty Botond – Rab József – Rádyné Vörös Mária
 Rózsa István – Sátor László – Schmutz István – Siklósi Péter – Subert Zoltán – Szabó Ernő
 Szabó János – Szabó László – Szalay Ferenc – Szepesi Antal – Szigeti István – Szilágyi József
 Szöllősi Miklós – Dr. Sztipits László – Dr. Tölg-Molnár László – Tölgyessy Ferenc
 Ifj. Tomhauser István – Torday Gyula – Tóth Sándor – Tullner János – Ungur Imre – Dr. Urbán Ákos
 Dr. Vargyas Csaba – Villányi Nándor – Ziegner Károly – Zsigmond Mátyás – Zsoffay Róbert

Forrás: MASZ



II. Organica FX Running Nagyvárad–Debrecen Szupermaraton 2019

A Hajdú Rendszeti Sportegyesület idén október 20-án immár második alkalommal fogja megrendezni az Organica FX Running Nagyvárad–Debrecen Szupermaratont.

A Nagyvárad főteréről rajtoló futóverseny az államhatárt átlépve Ártánd, Biharkeresztes, Mezőpeterd, Berettyóújfalu, Szentpéterszeg, Tépe, Derecske, Sáránd, Mikepércs településeket érintve a debreceni Kossuth téren ér majd célba.

A 86 km-es távot idén egyéni, 2 fős, 5 fős és 10 fős csapat kategóriában lehet majd teljesíteni.

A sportesemény ezúttal is szerepel a Belügyminisztérium Sportnaptárában, és nemzetközi rendészeti kategóriát is tartalmaz.

A tavalyi versenyhez hasonlóan idén is kiemelt díjazásban részesülnek a kategóriák helyezettei, a szervezők számos fejlesztést terveznek a verseny lebonyolításában is.

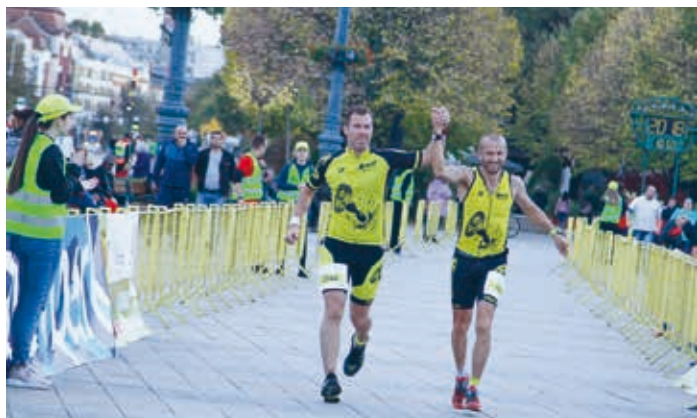
Az Organica FX Running ez alkalommal is széles körű összefogás részeként valósul meg, melyben a főszervező HRSE-n kívül partner egyesületek, mint az Xterra Sportegyesület, a Hajrá Futás Sportegyesület, valamint minisztériumok, önkormányzatok, szervezetek és gazdasági társaságok is kiemelt szerepet kapnak.

Bővebb információ nemsokára a verseny weblapján található, ahol hamarosan indul a nevezés: www.organicafxrunning.com

A verseny Facebook-eseménye:

https://www.facebook.com/events/295647691046123/?active_tab=discussion

Balogh József



Tehetség, munka, céltudatosság



Egykor és az Atlétatalálkozón 2016-ban

Tokióban, 1964-ben az olimpián VII., Budapesten 1966-ban az Európa-bajnokságon IV. helyezett a 4×100 m-es váltóban és VI. helyezett 100 m-en. Fedett pályás Európa-játékokon 1966-ban Dortmundban 60 m-en, 1967-ben Prágában 50 m-en aranyérmes volt **Markó Margit**, a kiváló rövidtávfutó.

Országos bajnokságot nyert öt alkalommal 100 m-en, egy alkalommal 200 m-en, két alkalommal a 4 x 100 m-es váltóban, egy alkalommal a 4×200 m-esváltóban. Országos csúcst ért el hat alkalommal 100 m-en, három alkalommal 200 m-en, tizenkét alkalommal a 4×100 m-es és egy alkalommal a 4×200 m-es váltóban.

– *Mikor, és hogyan kezdődött? Ki fedezte fel az atlétika számára?*

– 1959 nyarán vitt le anyukám a Vasasba.

– *Mi volt az első komolyabb sikere?*

– Nyolcadik osztályos koromig felmentett voltam tornából gerincferdülésem miatt, utána a tornatanárnő vette észre a tehetségem az atlétikához. Az iskolai versenyeken megnyertem a rövid távú futóversenyeket, a magas-, illetve a távolugrást.

– *Melyik eredmény, verseny a legkedvesebb számára, és miért?*

– Első felnőtt országos bajnoki győzelmem, ami 1961-ben volt. Dortmundban, 1966-ban a fedett pályás Európa-játékokon aratott győzelmem és a világcsúcs-beállításom.

– *Kik azok a versenyzők, edzők, akikre a legszívesebben emlékszik?*

– Az edzők közül: dr. Fluck István (Ragambi), dr. Sír József (Kaja bácsi), a versenyzők: Munkácsi Antónia, Kazi Olga, Kulcsár Magdi, Heldt Erzsébet, Rudasné Antal Márta.

– *Milyen emlékekkel, milyen érzéssel emlékszik vissza a versenyzői pályafutására?*

– Tele pozitív érzésekkel, hiszen a sport által kaptam életem legjobb élményeit, lehetőségeket utazásra, jó barátokat, és nem utolsósorban sikerélményeket kaptam.

– *Ön szerint mi kell ahhoz, hogy valakiből sikeres futó legyen?*

– Tehetség, munka, céltudatosság.

– *Hogyan látja, sikerült elérnie azt, amit szeretett volna, sikerült kihoznia magából a maximumot?*

– A célom az 1966-os budapesti Eb-győzelem lett volna, de ez sajnos nem jött össze. Azt gondolom, hogy soha nem tudtam kihozni magamból a maximumot.

– *Van valamilyen kapcsolata a sporttal, az atlétikával?*

– Jelenleg nincs, illetve annyi, hogy időnként összejövünk öreg barátnőimmel, és felidézzük a régi időket, közös táborokat, versenyeket, élményeket.

Munkácsi Antónia olimpián IV. helyezett, Európa-bajnokságon ezüstérmes 400 m-en.



Egykor és az Atlétatalálkozón 2016-ban

Markó Margit nagyszerű futó, igazi csapatember volt a váltóban. Kiváló adottságai voltak, de azt is meg kell jegyezni, hogy edzeni kevésbé szeretett. Meggyőződésem, ha kicsit szorgalmasabb, még jobb eredményeket érhetett volna el. Sok közös, kedves, vidám emlékünks van, a sportpályafutásunk idejéből. Margit is benne volt minden huncut dologban. Egyszer Tatán az edzőtáborból kiszöktünk az ablakon keresztül. Elkötöttünk egy csónakot, és csónakáztunk. A tó öre azonban észrevett bennünket, és jelentette a tábor felügyelő Harmati Sanyi bácsinak. Ő várt bennünket a bejáratnál. Mi azonban bemásztunk hátul az ablakon, így nem vett észre bennünket. Egy idő múlva azonban bejött a szobába ellenőrizni bennünket. Mi elbújtunk a szekrénybe, amin volt két kukucskáló nyílás. Margit pont akkor nézett ki rajta, amikor Sanyi bácsi bekukucskált, és találkozott a tekintetük. Így buktunk le. Másnap jelentkeznünk kellett a szövetségben Kaja bácsinál (Sír József). Ő azonban nem büntetett meg bennünket, mindig megvédte a versenyzőket. Sőt nem sokkal később jutalmat is kaptunk tőle!

Margittal ma is nagyon jó barátnők vagyunk.

Markó Margit kiváló sportoló volt, és nagyszerű ember, jó barát. Eredményeivel beírta magát a magyar atlétika történetének legjobb oldalaira.