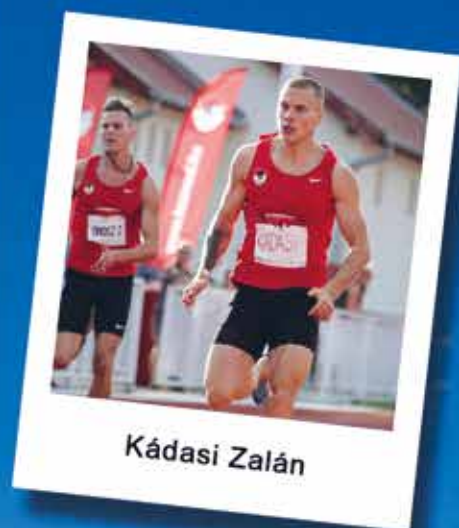
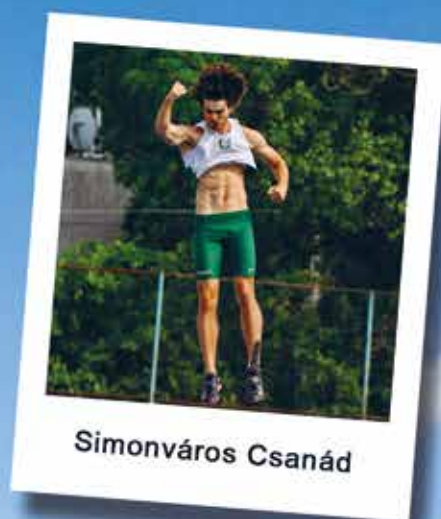
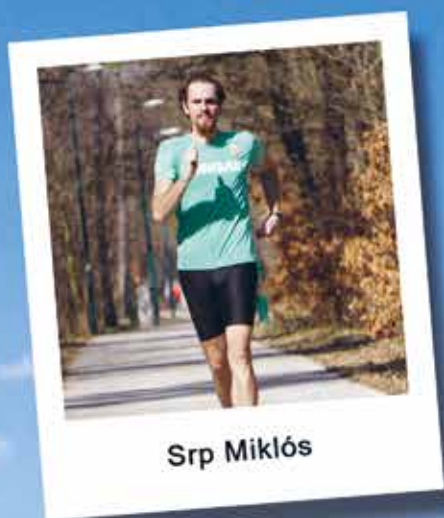


*„Mi a szép a futásban? Az, hogy egyedül vagy, és csak magadra számíthatsz.”  
Rózsavölgyi István*



## Miért az atlétika?



# Az athléta tízparancsolata

1. Örökké fair vagy.
2. Teljes erővel küzdesz az utolsó pillanatig.
3. Megőrized hidegvéredet és nyugalmadat, nem ragadtatod el magad szenvedélyeidtől.
4. Betartod a tréning szabályait és a sportszabályokat.
5. A bíró ítélezéseit minden körülmények között megnyugvással veszed.
6. Inkább veszítesz, inkább legyőzeted magad, mint olyat tégy, amiben nem vagy biztos, hogy becsületes.
7. Győztesnek gratulálsz, képességeit elismered, és igyekszel a jobbtól tanulni, ha legyőzöttél.  
Nem marad harag, bosszú és keserűség szívedben, mert legyőzöd a közös eszmének nagyobb sikerrel áldozott.
8. Ha győzöl, szerény vagy és elismered a legyőzött képességeit is.
9. Mindenkor a test és lélek tökéletes harmóniája az ideáloed, testben és lélekben egyaránt szép és erős akarsz lenni, s ehhez az ideálhoz örökké hű maradsz.
10. Ha nehézséggel kell megküzdened, még nélkülözések árán is sportolsz, az életmód nagy luxusát kerülöd, hogy megismerd akaratomnak tested feletti uralmát.

1928

## 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: [istvanceke55@gmail.com](mailto:istvanceke55@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, Kiss Fruzsina ▪ Nyomdai előkészítés: Barna Ildikó

A magazin letölthető a [www.hajrafutas.hu](http://www.hajrafutas.hu), a [www.hrse.eu](http://www.hrse.eu) honlapokról és a Facebook HAJRÁ FUTÁS csoportban.

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



# Gondolatok az atlétikáról

## SZABÓ DEZSŐ

„42 éve vagyok az atlétatársadalom tagja. 25 évig versenyszerűen atletizáltam, azóta mint edző próbálok sikerélményt adni a fiatal versenyzőknek. Számomra az atletizálás (futás, ugrás, dobás), ez a szabadban, barátokkal végzett, testet-lelket megmozgató tevékenység, a szabadságérzését adja. Az úszás és a torna mellett a harmadik



## FAZEKAS ERZSÉBET

„Mindent a sportnak és az edzőimnek köszönhetek, pedig a véletlenül múlt, hogy sportos általános iskolába jártam. Veszprémben, ahová hatéves koromban költöztünk, a „sima” általános iskolában már nem volt hely, így kerültem a sporttagozatosba. Fantasztikus emberek vettek körül, Szalai Tamás testnevelő tanár és Kungl József



alapsportág. Nagy szükségük van rá a fiataloknak, főleg ebben a „mozgásszegény időben”. Életünk végéig üzhető mozgásforma, az egészségünk megőrzésében fontos szerepet játszhat.

Hogy kinek ajánlanám az atlétikát? Minden fiatalnak, minden középkorúnak és minden székporúnak. Természetesen az életkornak megfelelő edzéstherheléssel. Egy kisgyerek, míg le nem szoktatjuk róla, nagy örömet leli a futkározásban, ugrálásban és mindenféle tárgy eldobásában. Versenysportoló azokból a gyerekekből lesz, akik szeretik megméretetni magukat, akik szeretnék legyőzni társaikat. Ehhez szükség van a rendszeres gyakorlásra, hogy fejlődjön testük, technikájuk és versenyzői képességük. Ahhoz, hogy nemzetközi szintű versenyző lehessen valaki, ennél több kell: jó genetikai adottság, kitartás, céltudatosság, lemondás... stb., amelyek a profi hozzáállás alappillérei. Világszintű atlétává kevesen válnak, de az atlétika lényege nem is róluk szól, hanem arról az örömről, amit akkor érez valaki, amikor teljesít egy futótávot egy olyan idővel, amit ő kitűzött magának, vagy olyan távolra ugrik, amit maga sem gondolt, esetleg olyan messze elhajít egy kavicsot, ami csodálatot ébreszt benne.

Nagyon tiszteltem azokat az embereket, akik munka előtt vagy után elmennek futni, jó példát mutatva a fiataloknak. Például a Margitszigeten is egyre több fiatalot látok „körözni”. Megtapasztalhatják azt a jóleső fáradtságérzést, ami után testük és lelkük is felfrissül. Azt kívánom mindenkinek, hogy élete végéig üzhesse ezt a szép sportágat, a Sportok Királynőjét.”

*Szabó Dezső olimpián IV. helyezett, Európa-bajnokságon két alkalommal ezüstérmes ötpróbában. Országos bajnokságot nyert öt alkalommal tízpróbában, hat alkalommal rúdugrásban, fedett pályán öt alkalommal rúdugrásban és három alkalommal hétpróbában. Országos csúcst ért el szabadtéren tízpróbában és fedett pályán hétpróbában. Egyéni legjobb eredménye tízpróbában: 8436 pont (1990).*

edző, aki szinte pótapám is volt, meghatározó módon terelgették az életemet. Irányításukkal többször nyertem korosztályos bajnokságot magasugrásban és százméteres síkfutásban. Tizennyolc éves koromig Veszprémben éltem, és addig csupa testnevelő igazgatta a sorsomat, a középiskolában Bábán Ferenc.

A Honvédban sportoltam 2000-ig, pályafutásom során négy fedett pályás és két szabadtéri országos bajnokságot nyertem, ifi világbajnokságon hatodik lettem, részt vettem egy-egy fedett és szabadtéri Európa-bajnokságon, és több mint 170 nemzetközi magasugró versenyen szerepeltem.

Életem első 30 évéből 20-at az atlétikapályán éltem, azóta pedig abból élek, amit ott megtanultam, valódi és átvitt értelemben is. Úgy gondolom, hogy a gyerekkoromban megtanult és kialakított értékek a leginkább a sportban találhatók meg, ezért roppantul élvezem, hogy ebben a közegben tölthetem a napjaim. A pályán olyan emberek vettek körül, akik eredményesek akartak lenni, tenni akartak ezért, készek voltak lemondani kevésbé fontos dolgokról, elfogadni mások véleményét és (edzői) útmutatását. Segítették egymást, ha szükség volt rá, ellenfeleim voltak, de barátaim is, sokszor példaképek. Egyfajta család, aminek a tagjaival 1-5-10-20 év elteltével is ott folytatjuk a beszélgetést, ahol abbahagytuk, mert közösek az élményeink és a gyökereink.”

*Fazekas Erzsébet országos bajnokságot nyert szabadtéren két alkalommal, fedett pályán négy alkalommal magasugrásban. Egyéni legjobb eredménye: 190 cm (1995).*

# Miért az atlétika?

*Kiváló sportolók, akiknek az atlétika fontos szerepet játszik mindennapi életükben. Bár különböző versenyszámokban versenyeznek, de egyvalamiben teljes mértékben megegyeznek: az atlétika szeretetében.*

## Kádasi Zalán

országos bajnok rövidtávfutó

„Az atlétika minden sportág alapja, pusztán fizikai erőről és gyorsaságról szól. És a legszebb benne saját határaink feszegetése.”



rettem a sportágam, mert ahogy nőttek a magasságok, annál élvezetesebb és izgalmasabb volt számomra az ugrás. Találkoztam újabb és újabb dolgokkal, mint például az első rúdtörés vagy visszaesés, de akár egy erősebb rúd betörését is ide sorolhatnám, és ezek mind színesítik az edzéseket. Nagyon sokat segített az is, hogy a versenyeken is jó eredményeket tudtam elérni, és ez motivációt is adott az edzésekhez és az esetleges nehezebb időszakokhoz. Tehát ezek a sikerek segítették lejárni az edzésekre és minél motiváltabban edzenem. Ahogy fejlődtem, és egyre többet jártam edzésekre és versenyekre, úgy megismerkedtem szépen lassan az atlétikával, de leginkább a rúdugrással, és rájöttem, hogy itt minden porcikájára szüksége van az embernek, hiszen gyorsnak kell lenni, ruganyosnak, erősnek, ügyesnek, és mindezek a fizikai adottságok nem elegek, mert fejben és lélekben is egyaránt erősnek kell lenni. Szóval mindig akad fejlődési lehetőség és kihívás. Ezenfelül nagyon fontos, ha nem a legfontosabb, hogy barátokat, ismeretségeket kötöttem, és ez is nagyban segített abban, hogy egészen mostanáig is folytassam ezt a sportot. Szóval én ezért választottam az atlétikát és azon belül a rúdugrást.”

## Pázmándi Dominik

utánpótlás Európa-bajnokságon IV. helyezett távolugrásban

„Számomra az atlétika kikapcsolódás, szabad lehet közben az ember, és élvezem, amit csinállok. Jól érzem magam az emberek között, akik körbevesznek ebben a remek sportban, rengeteg új emberrel ismerkedtem meg. Nagyon sokat adott már nekem az atlétika, és remélem, még többet fog. Nagy céljaim vannak az atlétikában.”



## Srp Miklós Domokos

olimpikon gyalogló

„Az atlétika, azon belül pedig a gyaloglás számomra egy hivatás, egy család, ahol önmagam lehetek! Itt érzem igazán komfortosan magam, hisz itt lehetek igazán önfeledt és boldog. Ha ki akarsz szakadni a mindennapokból, csak menj le a pályára, és minden más már nem is lesz olyan fontos! Sokszor elfeledkezünk és belemerülünk dolgokba, amik nem is lényegesek, ilyenkor érdemes futni / gyalogolni, mert áthelyeződik a fókuszunk, és tisztábban láthatjuk a dolgokat!”



## Simonváros Csanád

többszörös országos bajnok rúdugró

„Egészen kiskorom óta sportolok, de az atlétikát 9 éves koromban kezdtem el Gödöllőn a GEAC-ban, Szörényi Istvánnál (Pista bácsi még most is az edzőm). Egyből a rúdugrással kezdtem, és igazából a rúdugrás miatt is mentem le először az atlétikapályára. A nagyapám rúdugró volt, és édesanyám hallotta, hogy van Gödöllőn lehetőség rúdugrásra, ezért elvitt megnézni egy edzést, ami nekem nagyon megtetszett, mert jó volt nézni, ahogy az idősebbek a magasban repkednek. Én pedig azt gondoltam magamban, hogy ezt ki kell próbálnom nekem is. Ahogy fokozatosan beletanultam, egyre jobban kezdtem ráérezni a technikára, és egyre nagyobb magasságokra ugorhattam. Egyre jobban sze-



## Szilágyi Réka

világbajnoki résztvevő gerelyhajító

„Számomra ez a legcsodálatosabb sport, ezen belül a gerelyhajítás. Azért ezt a sportágat választottam, mert itt nagyon sok mindennek kell passzolni, hogy messzire repüljön a gerelyem. Erősnek, ügyesnek, gyorsnak kell lenni, és érezni kell a gerelyt, ügyeskedni kell vele. Nagyon sok képességet kell fejleszteni ahhoz, hogy valaki jó gerelyhajító legyen, tudni kell hajítani, futni és ugrani, mivel mindhárom mozgás benne van a rohamban, és még nagyon sok mindent sokrolhatnék, de ezek az alapok. Imádom nézni, amikor száll a gerelyem.”





# VIII. ATLÉTATALÁLKOZÓ

## A XX. század magyar gyaloglóbajnokai

Debrecen, Nagyerdő, 2020. június



**Védnök:** **Orendi Mihály**, a MOB alelnöke és **Zemen János** olimpiai döntős, Európa-bajnokságon bronzérmes távfutó



**Gruber Orsolya**  
országos bajnok gyalogló

„Nagyon várom már az Atlétatalálkozót! Ez egy jó alkalom arra, hogy rég nem látott ismerősökkel találkozzak, felidézzük a múltat, nosztalgiazzunk. Gyaloglók, gyertek ti is, hozzatok fotókat és a jókedveteket!”

**Czukor Zoltán**

„Kedves gyalogló barátaim! A gyaloglók színe-javát várjuk 2020-ban, hogy ismét megmutassuk magunkat egymásnak, és felidézzük, ami nekünk a legkedvesebb. Mert mi tudjuk igazán Móricz Zsigmondon kívül, hogy „gyalogolni jó”!



**Mindenkit szeretettel vár  
a HAJRÁ FUTÁS Egyesület!**



Leány nyuszi futam

A díjátadó: **Szabó Ildikó**

olimpiai V. helyezett, EB-n ezüstérmes atléta

## VI. HAJRÁ FUTÁS JÓTÉKONYSÁGI VERSENYSOROZAT 2020

Fővédnök: **Béres Ernő** világcsúcsot elért atléta

Védnök: **Dr. Pósn László** országgyűlési képviselő

Rendező: „HAJRÁ FUTÁS” Egyesület  
Szervező: Cseke István

**A versenyen nevezési díj nincs,  
a futók által felajánlott adományt egy-egy óvoda kapja.**

### RAJTOK – KATEGÓRIÁK – TÁVOK

9:30 Nyuszi futam 2013. január 1. után születettek 1,5 km  
9:50 Serdülő I. futam 2010 – 2012 2,5 km  
10:10 Serdülő II. futam 2007 – 2009 3 km  
10:30 Nyílt futam 7,3 km

**Hajrá Futás!**

információ:

[www.hajrafutas.hu](http://www.hajrafutas.hu) – Facebook: Hajrá Futás Versenysorozat

# Gyerekek a futásról



**Haszon Panna**

Berettyóújfalu, 12 éves  
„Azt gondolom, a futás jó időtöltés, egészséges, és formálja a testet és a lelket, ezért szeretek futni. A hosszú futás kitartóvá tesz, és mivel focizok is, ahhoz is nagyon szükséges. A leghosszabb futásom 13 km volt.”



**Juhász Edmond**

Csenger, 9 éves  
„Szeretek futni, és amit a legjobban szeretek, a dobogón állni! A focimeccseken is mindig én szaladok a legtöbbit.”



**Marjai Péter**

Hajdúböszörmény, 9 éves  
Szeretem, mert a futásban jó vagyok, és sok érmet szereztem már versenyeken.”



**Nyüvedei Nándor**

Ebes, 7 éves  
„Azért szeretek futni, mert mindig gyorsabb leszek, és szeretek versenyezni.”



**Nagy Kata Bianka**

Debrecen, 10 éves  
Futás közben nagyon jól érzem magam. Olyankor jó levegőn és jó emberek között vagyok. Biztonságban és szabadnak érzem magam.”



**Nyikon Zsombor**

Debrecen, 12 éves  
„Mert felszabadító érzés, olyan, mintha repülnék. Ez egy belső indíttatás, örömet lelem benne. Ha elfáradok az iskolában vagy mozgásért könnyörög a testem, újult erővel tud feltölteni. Ha túl feszült vagyok, és sok a felesleg energiám, egy kis futás megnyugtat.”



**Tóth Amina**

Ebes, 10 éves  
„Azért szeretem a futást, mert kikapcsolódom, és el is fáradok, télen is kint futunk a szabadban, és szeretem a friss levegőt, nyáron meg a fákat és a madarak csicsérgését.”



**Török Fanni**

Debrecen, 5 éves  
„Azért szeretek futni, mert jó levegő van, és jólesik a tüdőmnek az, amikor beszívom ezt a friss levegőt, és mert én leszek a leggyorsabb és a legerősebb az oviban. Apukámmal együtt szoktunk futni az erdőben, csend van, és csak a madarak csicseregnek.”



## II. Organica FX Szupermaraton 2019

### „A futás szeretete minden határon átível!”

A Hajdú Rendészeti Sportegyesület az idén október 20-án, immár 2. alkalommal rendezte meg a versenyt.

A 86 km-es táv rajtja Nagyvárad főterén, a cél Debrecenben, a Nagytemplom előtt volt.

A versenyen közel 400-an teljesítették a távot, egyéniben, párban vagy 5 és 10 fős váltóban.



#### Bogár János, a férfi egyéni verseny győztese

Csodás helyen, Nagyvárad főteréről rajtoltunk, és Debrecen szintén gyönyörű főterére érkeztünk meg szerencsésen. Szívből gratulálok mindenkinek, aki teljesítette a távját, mindig élmény a futótársaim kitartását látni.

Balogh József szervező csapata előtt le a kalappal, nagyszerű verseny volt. Köszönjük, hogy ott lehetünk.

Köszönöm szépen párocskámnak, Ildikónak a munkáját, hogy végig segített a versenyen. Ezúton szeretném megköszönni a Simonyi Balázs nemaze.blog.hu oldalon óriási segítségért, amit soha sem fogok nektek tudni meghálálni.

Ezen nagyváradai versenyen is csak a ti segítségetekkel tudtam részt venni. Sokat jelentett, hogy a csontkinövést ezzel a kicsit költséges kezelésekkel sikerült úgy ahogy helyrehozni. Óriási segítség volt a táplálékkiegészítő, a futócipő, a vitamin, és sorolhatnám Csodás volt, amit kaptam tőletek. Istentől ezerszer kérem majd, hogy áldja meg mindazokat, akiktől a szívből jövő segítséget kaptam. Köszönöm nektek, barátaim.

#### Makainé Szabó Csilla, a női egyéni verseny győztese

2019. október 20-án immár második alkalommal rendezték meg a versenyt a debreceni HRSE szervezésében, melynek az ORGANICA FX a névadó szponzora és főtámogatója. A futóverseny széles bázisra támaszkodott, hiszen váltók, 2-5-10 fővel, azon belül is 200 és 400 év alatt, valamint feletti korösszetétellel indulhattak, így gyakorlatilag bárki megmérethette magát, aki le tud futni 5-8 kilométert. Lehetőség nyílt idén először egyéniben is lefutni a távot. Maximális biztonság és biztosítás mellett zajlott az esemény, a futók láthatósági mellényben

a biztonságos közlekedés mellett is kiálltak, a rendőri biztosítás futó szemszögből nézve tökéletes volt. Minden frissítőszal, váltópont maximálisan fel volt töltve, a pályabejárás rögzített térkép és track alapján az eltévedés veszélye gyakorlatilag nulla volt.

Kegyes időjárási viszonyok mellett rajtolt a mezőny Nagyvárad főteréről, magyar idő szerint 09:00-kor. Hosszú, ingerszegény egyenes kerékpárúton, később terepultrákat is megszégyenítő, bokáig erő homokban futhattak a résztvevők. A hőmérséklet is próbára tette

a vállalkozó szelleműeket, délre már 26 fok és felhők nélküli égbolt nehezítette a dolgukat. Az egyéni versenyt abszolút elsőként a női mezőnyből HRSE versenyzője, Makainé Szabó Csilla nyerte, a férfi versenyt Bogár János. A rendező egyesület csapata is komoly sikereket ért el, több kategóriában.

A hagyományteremtés jegyében már megvan a jövő évi időpont is: 2020. október 18. Mindenkinek ajánlom, aki egy remekül biztosított, színvonalas és az ORGANICA FX részéről rendkívül bőkezűen támogatott versenyen szeretne részt venni, vagy kipróbálná magát az ultra távok világában.



Makainé Szabó Csilla és Bogár János



Találkozunk 2020. október 25-én  
a III. ORGANICA FX SZUPERMARATON-on!

# Dicsőségem Istené, a szereteté

Sokoldalú, kiváló atléta volt a 70-es években a Csepel versenyzője, Papp Margit. 1978-ban Prágában, az Európa-bajnokságon aranyérmes lett, olimpián, 1980-ban Moszkvában V. helyezést ötéves próbában. Országos bajnokságot nyert hat alkalommal ötéves próbában, két alkalommal távolban és egy alkalommal a 100 m-es gátfutásban.

Országos csúcstól ért el 12 alkalommal ötéves próbában. Egyéni legjobb eredménye ötéves próbában: 4675 pont (1978).

– Mikor, hány évesen ismerkedtél meg az atlétikával? Ki fedezett fedezte fel a tehetséged?

– 1962-ben kezdődött. Vézna, macacs gyerekek voltam, és a szüleim azt akarták, hogy megerősödjem. Ormosbányán a sporttelep nem volt idegen, hiszen édesapám volt a pályagondnok. Hamar beilleszkedtem az atlétacsoportba, ahol Szentgyörgyi János volt az edző, aki egy nagyon jó ember volt. Nem kényszerített semmilyen választásra, csak arra biztatott, hogy érezzem jól magam a csoportban. A fokozatos terhelés módszerét betartva, korán jöttek a jó eredmények, utána már a szülők buzdítására sem volt szükség. Sokoldalú volt a képzés, így az ötéves próba lett a fő számom. De részt vettem mezei futásokon, hárompróba- és csapatversenyeken is. Az edzések számomra nem voltak fárasztóak, mert megvolt a fokozatosság, súlyzót 20 éves koromig nem láttam. Boka- és térdizületeim a hegyekben, a hegyi futásokon erősödtek. Szívesen, szeretettel edzettem, próbálgatva a teljesítőképeségeim határait.

Az első válogatottságom 1964-ben volt Nyugat-Németországban, távolugrásban. Legyőzve idősebb versenyzőtársaimat, még pofont is kiérdemelem tőlük (ez annak idején az avatási ceremónia része volt).

– Emlékszel még rá, mi volt az első komolyabb sikered?

– 1978 Prága, Európa-bajnokság, ahol győztem ötéves próbában. A szovjet versenyzőt doppingvétség miatt kizárták, így én kaptam az aranyérmes. Ekkor már Bakai József volt az edzőm.

– Mennyit edzettél naponta, hetente?

– Sokat edzettem. Az elvégzett munka gyümölcse, az akarata a kitartása, a szereteté, az örömmel végzett, sokszor embert próbáló edzéseknek köszönhető.

Mi motivált? Az azért is, a dafke, a nem adom fel. Mire vagyok képes mint emberi lény? Mi az a tudatállapot, ami erre készíten? Hogy megmutassam, a sport tulajdonképpen függés.

Mit jelent az eredmény? Az úton becsülettel, tisztességgel, örömmel, szeretettel végigmenni.

Az úton levés tapasztalás. Mások tapasztalata soha nem az enyém, sok saját tapasztalás kell, hogy megismerjük a mértéket, ami előrevisz, mindig a középútra, az egyensúlyra törekedve lehet az élet létrafokait átélni, megtapasztalni.

– Melyik eredmény, verseny a legkedvesebb számodra, és miért?

– Három olimpián vettem részt, azonban az Európa-bajnoki győzelem volt sportpályafutásom legszebb élménye, az a bizonyos korona.



De természetesen hatalmas élmény a moszkvai olimpia V. helyezése, illetve minden olimpiai részvétel.

– Kik azok a versenyzők, edzők, akikre a legszívesebben emlékszel?

– Természetesen mindenekelőtt férjem és edzőm, Bakai József, akinek a legtöbbet köszönhetek.

Az élvonalbeli versenyzés nem elsősorban a barátkozásról, kapcsolatokról, hanem egészséges rivalizálásról szól. Ezzel együtt nagyon jó baráti közösség vett körül, hiszen enélkül talán nem is lehet kimagasló eredményeket elérni.

Abban az időben minden eredményem igazolta az örömmel végzett munka szellemi érvényességét. Az igazat megvallva, a cél, hogy olimpián vagy nagy világversenyeven részt vegyek, eszembe sem jutott. Dolgoztam kellő elszántsággal, alázattal, szerető családban, sportot szerető emberek társaságában. Kiemelném a szeretet fontosságát. Legyőzni önmagunkat csak a szeretet állapotában lehet.

– Milyen kapcsolatod van napjainkban szeretett sportágaddal?

– Mondhatom azt, hogy szinte semmilyen. Amíg sportoltam, testnevelő diplomát szereztem. Utána gyermekeket tanítottam. Később elkezdtem foglalkozni a természetes gyógy módokkal, majd önismerettel is foglalkoztam, ahol az volt az első kérdésem: ki vagyok én.

Fordulópont volt életemben, amikor egy baleset során találkoztam a teremtóvel. Fent teljesen fájdalommentes voltam, míg visszatérve a földi síkra tele voltam fájdalommal.

Ezután én elkezdtem keresni önmagam. Bibliai tanulmányaim során megkaptam a válaszokat a kérdéseimre, „Margit, Isten gyermeke vagy, és általam mindenre képes lehetsz. Eszköz vagy számomra.” Istenem, hátal adok neked, hogy angyalok őrizték utamat.

Bármi történt az életemben, az nem az én dicsőségem volt, hanem Istené, a szereteté.

**Szabó Ildikó olimpián V. helyezést, Európa-bajnokságon ezüstérmes távolugrásban.**



pedig ugróedzése volt. Ő már befejezte az edzést, de nekem még volt hátra pár résztáv. Hitetlenkedve kérdezte, hogy Ildi, hogy bírod ezt? Én már rég belehalnék, ha ennyit kellene futnom! Lihegve, fáradtan válaszoltam, hogy én pedig az ötéves próbába halnék bele! Ezen mind a ketten jót nevtünk. A sors fintora, hogy később én is ötéves próbát, és hétpróbát is versenyeztem. Csak szép emlékeim vannak Mazsíról!”

Cseke