



HFM

Hajrá Futás Magazin

DIGITÁLIS KIADVÁNY

Alapítva: 2015 – VIII. évfolyam

23. szám – 2022. július

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

Újra a dobogón

A XX. század magyar ugróbajnokai



Gondolatok az atlétikáról

Miért az atlétika?

In memoriam dr. Szabó Miklós

Életműdíj

Az akadályfutásról

Emlékek

Gondolatok az atlétikáról

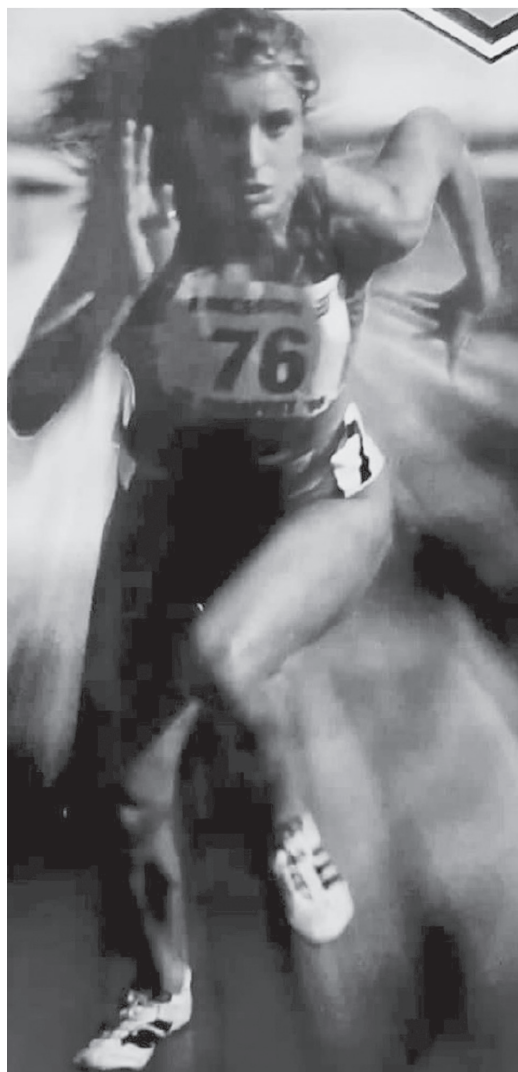
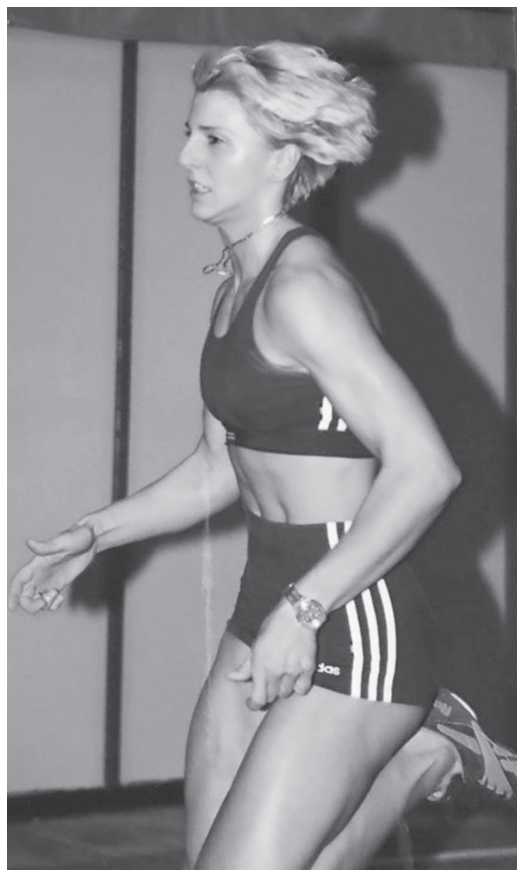
KUN ALICE

„Gyomaendrődön kezdtem el sportolni. Itt nem volt túl sok lehetőség, jó időben atlétika, kézilabda, télen torna. 6-os voltam, amikor egy megyei diákolimpián megnyerem elég sok versenyszámot, ekkor találkoztam Molnár György testnevelő tanárral, aki a békéscsabai József Attila Ált. Iskolában tanított. Ő invitált a sportiskolába tanulni, illetve a csoportjába atletizálni. Ekkor kezdtem magasabb szinten sportolni. 15 éves voltam, amikor Erdős Péter lett az edzőm, aki az egész későbbi pályafutásom alatt velem dolgozott. A serdülő és az ifjúsági éveimben sokat versenyeztem, ekkor még inkább rövidebb sprintszámokban. Utána váltottam a 400 m-re. 1996-ban voltam először felnőtt válogatott. 1997-ben részt vehettem Athénban, a világ bajnokságon, a 4×400 m-es váltó tagjaként, ami meghatározó élmény volt a pályafutásom elején. Csodálatos élmény volt egy 60.000 férőhelyes stadionban versenyezni. Voltak kevésbé pozitív élményeim is ez a 1998-as Budapesti Európa-bajnokság volt, ahol sajnos csak tartalékként számítottak rám, illetve a 2000-es sydney-i olimpia, ahova sérülés miatt nem utazhattam ki. Ekkor már 52,00 mp volt az egyéni csúcsom. A 2001-es év volt pályafutásom legemlékezetesebb éve. Végre sikerült az 52 mp-es álomhatár alatt futnom, időm 51,88 mp lett, ez maradt az egyéni csúcsom. Gdanskban egy csodálatos versenyen futottam, ahol győzni tudtam ezzel az eredménnyel itt ekkor a férfi 400 métert Michael Johnson nyerte, aki akkor

a világcscústartó volt. Hihetetlen élmény volt találkozni vele. Sajnos a 2002–2003-as évben már sokat voltam sérült, így 2004-ben úgy döntöttem, hogy nem folytatom tovább!”

Kun Alice a 90-as évek nagyszerű rövidtávfutója, a Békéscsabai AC sokszoros válogatott atlétája.

Országos bajnokságot nyert 400 m-en, fedett pályán négy alkalommal 400 m-en, és két alkalommal 200 m-en. Egyéni legjobb eredménye 400 m-en: 51,88 (2001).



LŐRINCZ KRISZTINA

Az atlétika számomra nagyon sok szép emléket, élményt, ismeretségeket is adott. Úgy érzem, hogy nem sikerült kihozni magamból azokat az eredményeket, amik bennem voltak. Az edzőim mindent megtettek, hogy a bennem lévő képességek maximálisan megmutatkozzanak az edzéseken és a versenyeken is. Karakas Jutka néni személyében egy „pótanyukát” is kaptam, nagyon sokat köszönhetek neki, a legmélyebb pillanataimban is mellettem állt. Nagyon szerettem az atlétikapályán eltöltött éveket. Szerettem a versenyzőidőszakokat, mert akkor a felkészülés „fáradalmi” már elmúltak, olyankor lehetett megtenni mindent azért, hogy a befektetett munka eredménye megmutatkozzon. Sokszor állhattam dobogón, ami nagyon jó érzés volt. Sokat tanultam kitartásról, küzdelemről, a „nem feladásról” is. Az atlétikának sok szép napot köszönhetek, a mai napig hasznát veszem a versenyző időszakomban tanult erényeknek.

Mi a siker? A sikert az érem színéhez kötik az emberek, a jó helyezésekhez. Szerintem az a siker, ha magadat legyőzöd! Ha újra kezdeném a mostani „tudásommal”, sok mindent másképp csinálnék. Az atlétika szeretete örök bennem!

Lőrincz Krisztina a 90-es évek nagyszerű rövidtávfutója, a Bp. Honvéd sokszoros válogatott atlétája.

Országos bajnokságot nyert 100 és 200 m-en, hat alkalommal a 4×100 m-es, és öt alkalommal a 4×200 m-es váltóban. Fedett pályán 60 m-en.

Országos csúcsot ért el a 4×100 m-es váltóban.

Egyéni legjobb eredménye 200 m-en: 23,84 (1998).

HFM HAJRÁ FUTÁS MAGAZIN

- Futással foglalkozó lap ▪ Főszerkesztő: Cseke István. Szerkesztő: Varga Lajos ▪ A szerkesztőség címe: 4225 Debrecen, Perem utca 25.
 - E-mail: istvancseke55@gmail.com ▪ Telefon: 06-30-695-3880 ▪ A „HAJRÁ FUTÁS” Egyesület digitális kiadványa ▪ Grafikai munkákat: ifj. Cseke István
 - Fényképek: Berényi Ibolya, Dremák Albert, 100 Év Atlétika ▪ 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 részletekben történő másolásához és terjesztéséhez.

In memoriam dr. Szabó Miklós

1928–2022

„Nincs annál nagyobb öröm, mint mikor az ember megindul a hajrában, és a győzelem ízével látja közeledni a célszalagot, az utolsó 5-8 másodperc maga a boldogság.”

Elment a futólegenda, az egykori kiváló atléta, edző, sportvezető.

Az 50-es és a 60-as évek nagyszerű távfutója, a Bp. Haladás és a MAFC sokszoros válogatott atlétája. Olimpián IV. helyezést ért el 5000 m-en. Országos bajnokságot nyert két alkalommal 10.000 m-en, egy alkalommal 5.000 m-en, három alkalommal mezein, két alkalommal az 5.000 m-es és a mezei csapatban, és egy alkalommal a 4×1500 m-es váltóban. A Magyar Atlétikai Szövetség 2018-ban életműdíjjal ismerte el tevékenységét.

Béres Ernő (1928) olimpián VII. helyezett, váltóban világcsúcsot elért távfutó:

„Csodálatos ember volt. Sokszor voltunk együtt válogatottak. Kiváló bajtárs volt. Sokat versenyeztünk egymás ellen is, hol ő, hol én győztem. Ő volt a lelke a közép- és hosszútávfutóknak. Vezéregyéniség volt. Hallgattak rá az atléták. Nagyon hasznos, jó tanácsokat adott. Életem nagyon sok szép emléke fűződik hozzá.”

Dr. Budavári Mária (1950) többszörös országos bajnok távfutó:

„Az eredmény, amit a pályádon elértél, magáért beszél. Mi csodálatos és tisztelettel ötvözve büszkéek vagyunk rád! Az emberi oldaladról örömmel írok, ezzel is köszönetet mondva! Remélem, hogy olvasod a többi csillagközi atlétatársal, akiket szeretettel üdvözlök! Kulcsár Magdi kőkemény edzőtársam volt, én meg nyuszifül voltam mellette. Egy téli hegyi edzésen igen fáradtak voltunk, egyetértésben egy özi-kenyomból vizet tettünk a hajunkra, mintha kilométerek nyoma lett volna. Visszacsámborogtunk hozzád csapzottan, egy szavad sem volt, úgy tettél mintha... Hóban, tűző napsütésben álltál a pálya szélén, és vezetted az edzéseinket. Pályafutásunk befejezése után is mellettünk

maradtál. Vendégségben Magdival az otthonodban, finom ebéd mellett nosztalgiáztunk. Autóbalesetem után »edzéstervet« írtál a mankóim mellé. Gyakran felhívtál. Legutóbbi beszélgetésünk pár hete volt. Az atléták iratlan törvénye egy különleges szeretet a másik iránt, ami az edzések nehézségéből és a győzelem eufóriájából született, amit edzőinknek köszönhetünk nagyrészt! Elköszönünk tőled, de itt maradtál velünk.”

Kulcsár Magdolna (1948) olimpikon, Európa játékokon ezüstérmes távfutó:

„Ő volt az, akire felnéztem, akinek szó nélkül mindent megcsináltam, aki válogatott szintre emelt engem, aki országos csúcstartót és olimpikont nevelt belőlem. Köszönöm, hogy az edzőm lehettem, és tudását, tapasztalatát átadta nekem.”

Mecser Lajos (1942) olimpikon, Európa-bajnokságon ezüstérmes, Európa-csúcsot elért távfutó:

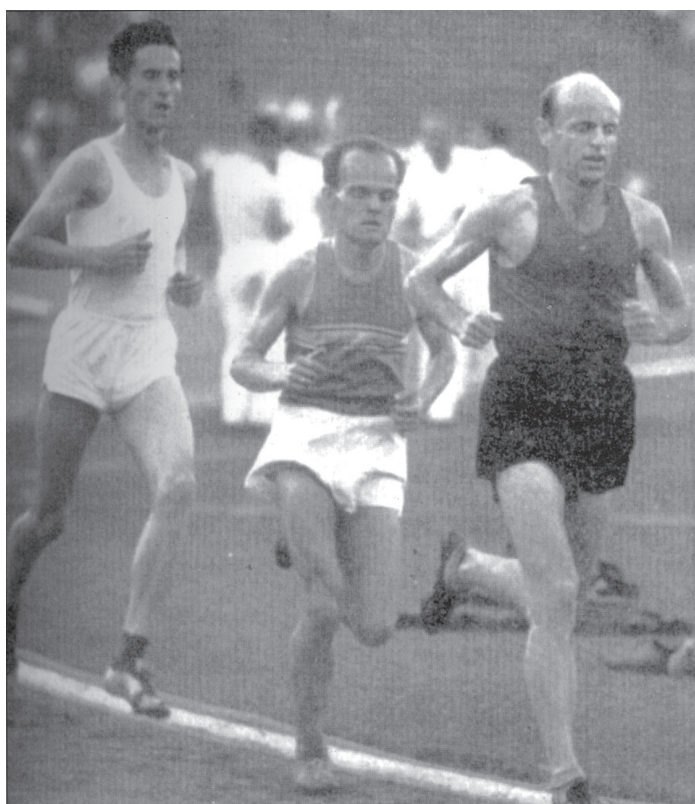
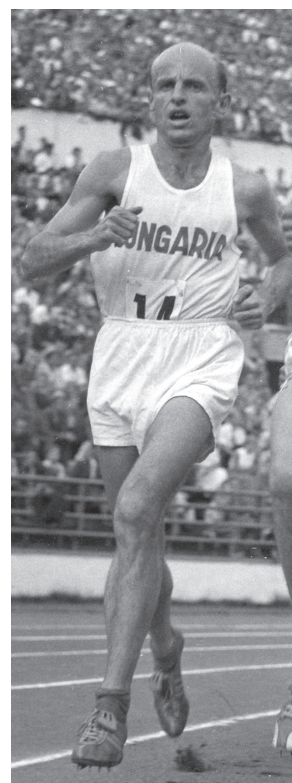
„Miklós nagyszerű atléta, nagyon intelligens, jó közösségi ember volt. Annak idején két évig dolgoztunk együtt, elsősorban tanácsokat adott nekem. Gyakran voltam a lakásán is, ott aludtam, ha Pesten voltam. Nagyon jó emlékeim vannak róla az edzőtáborokból. Értette az atléták problémáit, és segített mindenkinek. Sokat köszönhetek Miklósnak.”

Simon Attila (1939) olimpikon, Európa-bajnokságon V. helyezett a 3000 m-es akadályfutásban:

„Szabó Miklóst 1958-ban ismertem meg úgy istenigazából. Abban az évben a felnőttek közé hívtak meg a tatai edzőtáborba. Eredményeim nem voltak rosszak, de kiemelkedőek sem. Mint minden kezdő, megilletődve érkeztem Tatára, a szobabeosztásnál csak bánatosan állodogáltam, mert nekem nem voltak »menő« ismerőseim. Aztán egyszer valaki megszólított, hogy lenne-e kedvem velük lakni. Ez a valaki, aki felkarolt, dr. Szabó Miklós volt. Így aztán egy igazi menő szobába kerültem, mert rajta kívül lakótárs lett Szentgáli Lajos Európa-bajnok 800-as, valamint a már akkor jónevű Parsch Péter. Igen, Miklós felkarolt, aminek én nagyon örültem, és ez a barátság megmaradt. Szentiványi Gergely – többszörös országos bajnok távfutó – Svédországban él, de gyakran hazalátogat. Ilyenkor mindig megszervezzük egy közös ebédet, amelyre Béres Ernő, olimpián VII. helyezett, váltóban világcsúcsot elért távfutó és Miklós is mindig hivatalos volt. Megtisztelő és örömteli, hogy személyesen ismerhettem.”

Sütő József (1937) olimpián V. helyezett maratonon:

„Először voltam vele válogatott 1960-ban, 23 évesen a Magyarország–Csehszlovákia válogatott viadalon 10.000 m-en. Az akkor 32 éves Miklós nyert, én lettem a második. Nagyszerű vezető volt, mint szövetségi kapitány sokat tett értem is. Az edzőtáborokban gondoskodott róla, hogy jó hangulatban teljenek az edzések. Nagyszerű futó, nagyon jó vezető, kiváló ember volt. Mindig szeretettel gondolok rá.”



Futólegendák

Iharos Sándor – Kovács József – Szabó Miklós

Cseke

Miért az atlétika?

Mottó:

„A futást szeretni, az edzés nehézségeit legyőzni, a versenyzés nemes küzdelmét átélni, célba érkezni, a dobogón állni, a siker magasztos pillanatait megélni, atlétának lenni.”

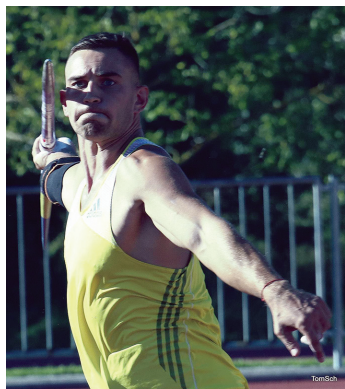
GARAMVÖLGYI PETRA Utánpótlás világbajnokságon V. helyezett rúdugrásban:

„Egy diákolimpiának köszönhetően kerültem le a pályára, előtte nem igazán sportoltam, és nagyon hamar beleszerettem az atlétikába. Egy akkori testnevelő tanárom mondta, hogy menjek el a diákolimpiára. 60 méteren és távolugrásban indultam, rögtön oda is jött hozzám Fekete Viktória, aki utána a nevelő-edzőm lett. Először sprinteltem és távot ugrottam. Tetszett nagyon, hogy az atlétika igazán sokoldalú, és hogy kicsiként mindenben kipróbálhatod magadat. Sok mindent próbáltam, és sokféle versenyszámban is indultam az évek során. A rúdugrás az atlétikán belüli legnagyobb szerelmem, és szerintem az egyik legszebb és leglátványosabb szám. Szerencsém van, hiszen a mostani edzőim voltak azok, akik kipróbáltatták velem, és akik miatt ennyire megszerettem. Úgy gondolom, hogy az atlétikánál sokoldalúbb sport nincs. Ez az a sport, amelyben igazán ki lehet bontakozni, és amiben mindenki megtalálja a magának való versenyszámot. Szeretem, hogy magamra vagyok utalva, és csak én érhetem el azokat a célokat, amelyeket magam elé állítok. Nincsenek csapattársak, saját magad kell megmutasd azt, hogy mire is vagy képes. Ez sokszor nehéz, de amikor eléred a célokat, akkor megállíthatatlan vagy. A legjobb része számomra az, hogy mindig be lehet bizonyítani, hogy mi rejlik benned. Ennél jobb sportot nem is választhattam volna.”



KOVÁCS NOEL országos bajnok gerelyhajító:

„Az atlétika egy egyéni sport, ahol mindig csakis saját magunkra számíthatunk. Véleményem szerint azért is ilyen kimagasló jelenleg a világ atlétikája, mert a világ minden szegletéből érkezhetnek nagy tehetségek és hihetetlen adottságokkal rendelkező sportolók. Kiválasztják, majd elviszik őket komplex edzőközpontokba, ahol kiváló körülmények között, remek szakemberekkel dolgozhatnak. Kamatoztatni tudják tehetségüket, akár egy eldugott kis faluból is, mérsékelt anyagi háttérrel. Sokrétűsége mellett az atlétika minden sportág alapja. Nem véletlenül kapta a »sportok királynője« elnevezést!”



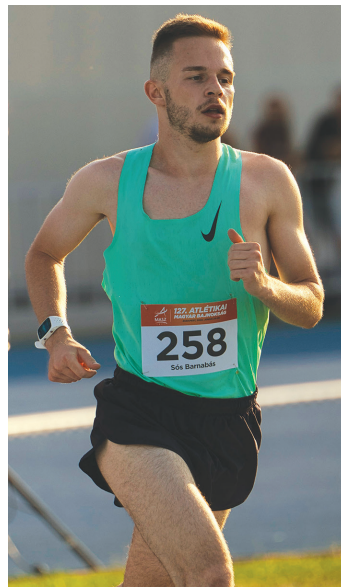
POLK BÁLINT Utánpótlás országos bajnok többpróbázó:

„Mindig is szerettem futni. Mielőtt atletizálni kezdtem volna, mindig is vonzott egy olyan sportág, amely a lelket is és a testet is edzi egyben. Az atlétika pont ilyen. Se nem túl bonyolult, se nem túl komplikált, de eredményt csak akkor tudunk elérni, hogyha

mindent beleadva, kitartóan küzdünk érte. A cél motiválja az embert mindig, minden helyzetben. Sok múlik azon is, hogy milyen szinten küzdünk érte. Nekem a futás a kedvencem, mivel bármikor, bármilyen helyzetben és időben végezhető. Az atlétikát sokan azért üzzük, hogy az élet »sportolói« oldalának nehézségeit megtanítsa. Ha sportolunk vagy akár csak futunk, hihetetlenül jól el tudunk gondolkodni. Ezért a legjobb a futás. Nagyon sokat köszönhetek én is az atlétikának. Megtanított arra, hogy mindig mindenért, amit el akarunk érni, küzdenünk kell. Viszont arra is, hogy bármikor bármilyen helyzetben büszkéek lehetünk magunkra. Én is keményen megdolgoztam a saját eredményeimért. Hálás vagyok az edzőmnek és a családomnak is.”



SÓS BARNABÁS Utánpótlás országos bajnokságon ezüstérmes távfutó:



„Négyéves koromban kezdtem el rendszeresen futni, és már akkor az életem részévé vált. 10 éven át volt édesapám az edzőm Ebesen. Szerettem futóedzésekre járni, mert fejlődtünk, versenyezhattunk, sokat neveltünk, és találkozhattam a barátaimmal. Sok lelkiezt és támogatást adnak a futótársaim, a mai napig. Középiskolásként döntöttem úgy, hogy ez az a sport, amelybe az összes energiámat szeretném befektetni. Így kerültem Debrecenbe, K. Szabó Gáborhoz. Itt viszonylag hamar megtaláltuk a versenyszámaimat, a 800 és az 1500 métert. Az elejétől kezdve nagy terhelést kaptam, így

megtanultam, milyen áldozattal és kitartással jár versenyszinten atletizálni. 2018 volt a legjobb évem, amikor kijutottam a korosztályos Eb-re, és számos egyéni csúcsot futottam. 2020-ban kerültem Budapestre az egyetem révén, ahol Csoma Feri bácsi irányítása mellett folytathattam a versenyzést. Az idei évben érzem úgy, hogy kezdem megtalálni a hosszabb távokban az új irányt, és 1500 métertől 3000 akadályon át, egészen a félmaratoni távig eljutottam, »kezdőként« is egész szép eredményekkel. Még nem tudom, mit hoz a jövő, de szeretném, ha társam lenne az atlétika még hosszú ideig. A futás számomra a belső szabadság és nyugalom érzését hozza el a mindennapokban, de a nagy eredményekhez nagyfokú alázat, kitartás, akarat és elkötelezettség is kell.”

Cseke

Életműdíj

A Magyar Atlétikai Szövetség 2022. május 28-án tartotta évi rendes küldöttgyűlését, ahol a magyar atlétika fontos szereplőit díjazták. Gál László versenybíró, versenyszervező közel fél évszázados tevékenységét életműdíjjal jutalmazták.

Gál László fiatalon első osztályú atléta volt, legjobb eredményét 400 méteren érte el 49,0 mp-cel. 1973-ig atletizált versenyszerűen. Ezután szeretett sportága, az atlétika szolgálatába állt, amely életének, mindennapjainak meghatározó része lett.

Gál László:

Többször megkérdeztek tőlem, „mire emlékszel a legszívesebben pályafutásodról”? Két dolgot szeretnék kiemelni: természetesen meghatározóak voltak pályafutásom alatt a világversenyek hazai rendezései, az ezekre való felkészülések hosszú-hosszú időszakai, majd a végrehajtás, de ki kell emelnem közülük is az 1998-as szabadtéri Európa-bajnokságot. Nagyon nagy örömmel veszek részt a gyermekversenyek szervezésében, csodálom a kicsik eltökéltségét, örömmel nézem a szemükben megjelenő tüzet, küzdeni tudást, az akaratot.

Szívesen emlékezem a versenyeket követő hangulatra, a versenybíró kollégák örömteli, meglegedett arcára. Felemelő érzéssel tekintek egy zajló versenyre, arra, hogy milyen gördülékeny egy verseny folyamata, több tíz, néha száz ember tudatos együttműködése, hibátlan munkája szükséges ehhez a gördülékenységhöz.

Ugyanakkor bosszúsán gondolok az elkövetett kisebb-nagyobb hibákra: egy hibásan felrakott gátsorra, egy elszámolt körre vagy hamarabb becsöngetett utolsó körre, pályát tévesztett maratoni, mezei futóra.



A versenybíró



Az életműdíjas

Persze a rengeteg élményért, sikerért rengeteget kellett dolgozni, ez nem ment egyedül, nagyon-nagyon sokan segítettek. Vég nélkül tudnám sorolni a nekem segítők, velem együtt dolgozók sorát. Nem szeretnék senkit megsérteni, de gondolom, a számtalan segítő neve elhallgatása mellett két embert, tanítót, példamutatót azért ki kell emelnem, ezek pedig Mindszenti János és Mátraházi Imre voltak. A mai divatos megnevezéssel többek között a menedzsereim voltak. Nekik és családomnak köszönhetem azt, amit elértem, hogy a magyar atlétika életműdíját vehettem át.

Álszerénység lenne, ha ezenkívül nem említeném meg az Európai Atlétikai Szövetség ARANYJELVÉNYE és a Nemzetközi Atlétikai Szövetség VETERÁN JELVÉNYE kitüntetését. Ezenkívül, de nem elhallgathatóan rengeteg embert ismertem, rengeteg barátot szereztem, talán kevés ellenséget.

Pályafutásom összefoglalóan úgy jellemezném, hogy az atletizáló „FÜLES” becenevű, Honvédos, MAFC-os, csepeli, kevésbé tehetséges atlétából ötven év alatt GÁLLACI, majd LACI BÁCSI lett.

Orendi Mihály sportvezető, edző:

Vajon létezik-e kis hazánkban olyan atléta szakember, aki nem ismeri? És nemcsak az atlétikában, de az öttusában, vagy éppen a korcsolya sportágaiban? Aligha hiszem. Mert Gál Laci, vagy az utóbbi esztendőkből már egyre inkább Laci bácsi, évtizedek alatt vált több sportágnak is nélkülözhetetlen szakemberévé, versenybírójává, tervező és építő mérnökévé. Nélkülözhetetlen és pótolhatatlan lett. Méltó utóda a nagy elődöknek. Mindszenti Jánosnak, Mátraházi Imre bácsinak. Egyszerűen mindent tud. Ezt számtalan világverseny szervezésének vezetőjeként tapasztalhattam magam is. Európa-bajnokságokon, világ-bajnokságokon, világkupákon, vagy „csak” országos bajnokságokon. Atlétikában, öttusában, vagy éppen műkorcsolyában, vagy short trackben. Ezekben a sportágakban a szervezőbizottságok összeállításában a névsor mindig vele kezdődött. Mert mindenki tudta, hogy biztos lehet abban, hogy az a feladat, amelyet ő elvállal, tökéletesen lesz elvégezve. Talán nem is ez a legjobb kifejezés. Sokkal inkább illik a teljesítményére, hogy tökéletesen lesz megalkotva, mert Laci vagy Laci bácsi mindig alkotva dolgozott. Elképesztő tudással, hihetetlen szenvedéllyel és fáradhatatlanul. Igen, ő ilyen EMBER! Ó, GÁL LACI!

Cseke



A VII. Atlétatalálkozón (2019)

Gál László – Szabó Illdikó – Orendi Mihály

Az akadályfutásról

A 3000 m-es akadályfutás egy speciális futószám. Magyarországon 1938-ban szerepelt első alkalommal az országos bajnokság műsorán. Legnagyobb sikerünket ebben a versenyszámban **Rozsnyói Sándor** (1930–2014) érte el, aki 1956-ban az olimpián ezüstérmet, 1954-ben Európa-bajnokságon aranyérmet nyert, és két alkalommal ért el világcúcsot. A legjobb eredménye: 8:35,6 (1956).

A férfiaknál a világcúcs: 7:53,63, míg a magyar csúcsot Markó Gábor tartja 8:17,97-tel, amit 1984-ben futott.

Egykori kiváló atléták mondják el gondolataikat az akadályfutásról.



Hecker Gerhart

Kocsis László

Markó Gábor

Rozsnyói Sándor

Simon Attila

Varga Gyula

HECKER GERHART (1933) többszörös országos bajnok távfutó:

Egyéni legjobb eredménye a 3000 m-es akadályfutásban: 8:42,4 (1958).

„Nagyon szerettem akadályt futni. Sajnos az én időmben kevés akadályfutó versenyt rendeztek itthon, külföldre pedig ritkán jutottunk el. Párizsban a főiskolai világbajnokságon is akadályon szerettem volna indulni, de a helyszínen derült ki, hogy nem rendezik meg, ezért 5.000 m-en álltam rajthoz. Az akadályokra hol ráléptem, hol gátvétellel vettem, attól függően, ahogy kijött. Én a vizesárkot is szerettem, általában nagyon rákészültem. Egy akadályfutó versenyen nagyon el lehet fáradni. Ha újra kezdeném, újból akadályfutó lennék.”

KOCSIS LÁSZLÓ (1952) többszörös országos bajnok távfutó:

„Ifjúsági atlétaként az 1500 m volt elsősorban a versenytávom. A 3000 m-es akadályfutás a 70-es években lukas számnak számított. Edzőm tanácsára kezdtem el az akadályfutással foglalkozni. Gyakran voltunk edzőtáborban, ahol az egykori kiváló akadályfutó, Jeszenszky László tanította az akadályvételt. Én többségében gátvétellel vettem az akadályokat. Ettől függetlenül minden akadály után, mivel valamennyire megtört a lendület, újból kellett indulni. Egy idő után azonban ezt megszokta az ember. Három alkalommal voltam bajnok, kétszer második és egyszer harmadik a 3000 m-es akadályfutásban.”

MARKÓ GÁBOR (1939) sokszoros országos bajnok, országos csúcsot elért távfutó:

Egyéni legjobb eredménye a 3000 m-es akadályfutásban: 8:17,97 (1984).

„Az akadályfutás a 35-szöri iramváltás miatt nagyobb odafigyelést, koncentrációt igényel, mint a síkfutás. Nagyon fontos verseny közben a helyezkedés, különösen a vizesárknál. Szintén lényeges az akadályvételnél a technika, hogy a futás minél folyamatosabb legyen. A jó akadályfutók síkon is jó eredményeket érnek el, ez for-

dítva általában nem igaz. A sérülés veszélye is nagyobb, amit én is megtapasztaltam, amikor egy versenyen a vizesárknál meglöktek, és nemcsak megfűrödtem, de komoly sérülést is szenvedtem. De volt vidám része is. Balogh Gyula, a kiváló akadályfutó jó barátom volt, azzal versenyeztünk, hogy melyikünk tud a versenyen tovább száraz lábbal futni.”

SIMON ATTILA (1939) két olimpián vett részt, Európa-bajnokságon V. helyezett a 3000 m-es akadályfutásban:

Egyéni legjobb eredménye a 3000 m-es akadályfutásban: 8:40,6 (1960).

„Az akadályfutást fáradtan futni nagyon nehéz. A nehézsége a 35 akadály, benne a 7 vizesárral, a ritmusváltások miatt a maratoni futáshoz hasonlítható. A vizesárkokban volt szerencsém két alkalommal is megfűrödni, többek között azért is, mert a 60-as években jóval szerényebben volt kiépítve. A második alkalommal ezért komoly sérülést is szenvedtem.

Az akadályfutást az választja, aki szereti a komoly kihívásokat.”

VARGA GYULA (1934) sokszoros országos bajnok távfutó:

Egyéni legjobb eredménye a 3000 m-es akadályfutásban: 8:40,8 (1958).

„Az akadályfutás különleges izomcsoportokat kíván. Én nem tudtam gátvétellel venni az akadályokat, ráléptem, így ezt a hátrányomat a síkon kellett behoznom. Igyekeztem a gátvételt elsajátítani, de sajnos egy sérülés ebben megakadályozott. Én sokat sieltem, ami nagyban segítette az akadályfutást, jobban bírtam az akadályvételeket is. Aki akadályfutásban jó eredményt akar elérni, annak síkon is jó formában kell lennie. Mindig megpróbáltam a 4-5-6 kört 4-5 másodperccel jobban megfutni, ezzel gyakran leszakítottam ellenfeleimet. A sikeres akadályfutáshoz megfelelő eredmények kellenek az iramgyorsaság terén, és a gátvételnek minél jobbnak kell lennie.”

Újra a dobogón

X. Atlétatalálkozó – A XX. század magyar ugróbajnokai



Czifra Zoltán

Olimpikon, Eb-n ezüstérmes hármassugrásban

Patakiné Rózsavölgyi Anikó díjátadó, **Gál László** díjátadó

A „HAJRÁ FUTÁS” Egyesület szervezésében július 16-án Debrecenben, a Nagyerdőn találkoztak a XX. század magyar ugróbajnokai.

A találkozóra érkező atlétákat szép, napsütéses idő fogadta. A találkozás örömteli percei következtek. Sokan évtizedek óta most látták újra egymást, utoljára talán akkor, amikor a pályán versenyeztek egymással.

Minden atléta megkapta a névre szóló rajtszámát, majd következett egy közös 100 m-es futás.

Ezután egyenként dobogóra álltak a nagyszerű bajnokok, és átvehették az emlékérmeket, egy pólót, emléklapot és egy kis ajándékot Gál László életműdíjjal kitüntetett szakembertől és Patakiné Rózsavölgyi Anikótól, a futólegenda leányától, az atlétatalálkozó támogatójától.

A HAJRÁ FUTÁS Egyesület célja, hogy 5 évente megrendezze az egykor maradványt alkotó atléták találkozóját. 2023-ban következnek a XX. század magyar olimpiaként atlétái.

AJKLER ZITA olimpiaként, Európa-bajnokságon VI. helyezett távolugrásban:

„A HAJRÁ FUTÁS Egyesület rendezésében, egy ugróatléta-találkozóra voltam hivatalos. Sajnos kicsit megkésve érkeztem Debrecenbe, így pont lemaradtam a közös futásról. Érkezés után mindenki megkapta a saját rajtszámát, rajta a nevével és a születési évével. Már nem emlékszem, mikor tűztem illet magamra, pláne ennyire személyesen! Ez a szuper ötlet később segített abban, hogy könnyen felismerhessük egymást, hiszen sok régi nagy előddel személyesen csak most sikerült találkozni. Szívet melengető érzés volt a találkozó, a maga módján megható, hogy milyen sokan gondolták úgy, hogy eljönnek, és azt a napot együtt töltik a régi társakkal. Kivételes kezdeményezés, profi szervezés jellemezte a rendezvényt, ami egy futóversennyel együtt került megrendezésre. Köszönöm, hogy ott lehettem, és köszönöm az ajándékot, a velem tartó családomnak is felejthetetlen élmény volt!”



MEDOVARSZKI ÉVA országos bajnok hármassugró:

„Július 16-án Debrecenbe voltunk hivatalosak a XX. század magyar ugróbajnokainak találkozására. Ami érdekesség volt, hogy fiatal atlétapalántáknak rendezett futóversennyel volt egybekötve, találkozhattak a fiatal tehetségek az »öregekkel«. A gyerekek futóversenye közben egy jelképes, 100 m-es futásban volt részünk, amit nagyon aranyosan a gyerekek és szüleik tapsa kísért. Minket ért a megtiszteltetés, hogy a fiatalok eredményhirdetésén az érmekeket átadjuk, utána az egykori bajnokokat is egyenként szólították a dobogó legfelső fokára, miközben felsorolták a legszebb eredményeiket. Szerintem jobban izgultunk, mint anno versenyző korunkban. Felejthetetlen élményben volt részünk, előjöttek a múlt szép emlékei. Érdekes volt, hogy olyan atlétákkal találkozhattunk személyesen, akiket annak idején csak névről, újságcikkekből ismerhettünk.

Köszönet érte Cseke Istvánnak és a HAJRÁ FUTÁS Egyesületnek, akik időt és energiát nem sajnálva ápolják az egész magyar atlétika múltját és jelenét. Nélkülük ez nem jöhetett volna létre. Bár nagyon sok bajnok van, sajnos sokan nem tudtak eljönni. Nagyon jó lett volna ennyi idő után találkozni a régi barátokkal, versenyzőtársakkal, de így is nagyon jól éreztük magunkat, és megtisztelő volt, hogy részt vehettünk a találkozón.”

UZSOKI JÁNOS olimpiaként távolugró:

„Köszönöm, hogy találkozhattam azokkal az atlétatársaimmal, akikkel valószínűleg sosem találkoztam volna, merthogy nem egyszerre voltunk a pályán.

Remek érzés volt Czifra Zolival beszélgetni, talán vele még sosem sikerült találkoznom személyesen. Felidézte a mexikói olimpiai versenyét a sérüléssel. Kiderült, hogy mind a ketten szeretünk horgászni. Szabó Ildikóval sem beszélgettem még. Vele is élménybeszámolót tartottunk a régi szép és kevésbé szép élményekről. Elmesélte az olimpiai belépett ugrása történetét... micsoda verseny lehetett! Katona Gabival sokat találkoztam már. Most kielemeztük a héten megjelent Facebook-bejegyzést, amit Czingler Zsolt edzőtársam és barátom írt a 35 éve ugrott ifi csúcsáról, amely valószínű a Gabi csúcsát váltotta. Elhozta két szép gyermekét Ajkler Zita. Ott volt a rúdugrás egyik fenegyereke, Molnár Gábor. Személyesen nagyon jó volt találkoznom Salbert Ferivel, akitől 17 évesen kaptam egy francia válogatott trikót és nadrágot, Szalma Lacitól egy adidas ugrószögést, és ebben a szerelésben ugrottam 1989. július 15-én – azaz pont tegnap 33 éve – az ifi csúcsot távolugrásban, 752 centimétert. Ferinek most meséltem el ezt a történetet. Hiszen erre valók ezek a napok. Feleleveníteni a szép élményeket, és megköszönni egymásnak, hogy vagyunk és voltunk. Régi versenytársak, gyertek el legközelebb többen is, és még több élmény fog felelevenedni. Az sem lenne baj, ha a MASZ-t is képviselné valaki. Ha jól tudom, akkor jövőre az összes atléta olimpiaként meg szeretné hívni, mind a 137 élő olimpiaként.

Hát, rajta, István! Te szervezd, mi pedig azzal tudunk téged és a HAJRÁ FUTÁS Egyesületet támogatni, ha elmegyünk a rendezvényedre. Köszönöm a meghívást.”

Cseke





Oros Ágnes, az egykori kiváló, sokszoros válogatott középtávfutó legszebb eredménye a 3×880 yardos váltófutásban elért világcúcscsa, 6:36,2, amelyet 1954-ben futott Bácskai Annával és Kazi Arankával. Az eredmény egyben 3×800 m-en országos csúcs is volt. Ezenkívül országos bajnokságot nyert 800 m-en, és 4 alkalommal futott országos csúcsot a 3×800 m-es váltóban.

– **Oros Ágnes:** Nyolcvankilenc éves vagyok, s a memóriám már akadozik, nem könnyű felidézni a hetven évvel ezelőtt történeteket. Az ember időnként megpróbál rendet csinálni a múltjában, gondosan becsomagolva elraktároz eseményeket, emlékeket, tárgyakat. Csak ritkán van szükség rá, hogy elővegye, felelevenítse. Most előbb behunyom a szemem, és magam elé vetítem a kispesti Honvéd-pályát.

1950. Gimnazista voltam, az iskolai versenyeket is ezen a pályán rendezték meg. Ezer métert futottunk. A vége felé már nagyon untam a baktatást, utcahosszal nyertem a versenyt. A Honvéd edzője, Tompay Olivér biztatására és irányításával kezdtem atletizálni. Rendszeretlenül jártam edzésre, de már versenyeztem 100 métertől 800 méterig mindenféle távon. Ősre elértem a II. osztályú szintet. Ez még nem volt igazi sport, inkább játék és sok-sok öröm. A futás nekem olyan természetes volt, mint a lélegzetvétel. Sok apró epizód jut eszembe fokozatosan. Különös, hogy néha a fontos események elmosódnak, a jelentéktelenek felerősödnek. Villanásnyi emlékképek erről az időről. Bemelegítés a pálya szélén fűvön, annyi kört futhatok, amennyi jólesik. A szöges cipő élménye. Igaz, hogy „örököltém”, és két szög is hiányzik belőle – de hát öt évvel vagyunk a világháború után. Az első méretre készült gyönyörűséges piros szöges cipő még két évet várat magára. Verseny felázott salakpályán. A szöges cipő a fejünkre szórja a salakot, verseny után nem győzzük kifesülni a hajunkból. Marad-e meleg víz zuhanyozáshoz? Aki fürge, és korán végez, fürödhet. A többiek... Szerencse, hogy nem lakom messze. Épül a Népstadion. Társadalmi munkában téglákat rakosgatunk egy targoncára.

1951–1952. Ez az időszak már nem játék.

1951 tavaszán érkezett Iglói Mihály a Honvédkhoz. Rábeszélte a mindennapos edzésre, ami először irgalmatlan izomlázat okozott. Az ő híresen kemény edzőmódszere következtében öt hónapi rendszeres edzés után a felnőtt válogatott tagja lettem, és a 3×800 méteres váltóban országos csúcsot futottunk. Negyvenhét versenyen indultam ebben az évben.

1952. Nagyon jó évem volt. Felnőtt bajnokságot nyertem, válogatott voltam az osztrákok ellen, felnőtt és ifjúsági csúcsot értünk el 3×800 méteren. Hétszer javítottam ifjúsági csúcsot. 65 versenyt futottam az év folyamán.

1953. Ötször voltam válogatott. Erre az évre is jutott egy országos csúcs 3×800 méteren.

1954. Sok szép és kemény küzdelmet ígérő versenyt tartalmazott a versenynaptár. Júliusban Tatán voltunk edzőtáborban, készültünk az Európa-bajnokságra, amikor érkezett hozzánk a hír, hogy az angolok 3×880 yardon megjavították a saját világcúcscukat. Az időeredmény láttán gyors számolásba kezdünk, ez a rekord túlszárnyalható. Azt is tudtuk, hogy a szovjetek biztosan, és esetleg az NDK futói is képesek az angol csúcs megjavítására. (Ebben az évben a 800-as világranglistán csak három versenyző: Kazi 5., Jurevitz [NDK] 6., Oros 14. helyen tudott beékelődni a 11 szovjet futónő közé.)

A terv megszületett: rövid időn belül, és természetesen a lehető legjobban időt futva megjavítani az angol csúcsot.

Emlékek

Tatán három csapat állt rajthoz. Az A és B csapat első futói: Bácskai Anna és Bánsági Teri nagy küzdelmet vívtak. Második futóként erős első körrel kezdtem. Tudtam, hogy az 500–600 méter közötti kritikus szakaszra kell összpontosítani az erőmet, mivel nem számíthattam szoros küzdelemre, ami rendszerint átsegíti az embert a holtpontra. Hasonló helyzetben volt Kazi Aranka is, aki ugyancsak egyedül kitűnően futott. Összesítve mintegy tíz másodpercet javítottunk a világrekordon. Az a nap az öröme, a gratulációké volt, de másnap reggel hétkor, mintha mi sem történt volna, folytattuk a kemény edzéseket.

Ismét öt alkalommal vettem részt a válogatottban. További eredmények: világcúscs és országos csúcs 3×880 yardon, országos csúcs 3×800 méteren. Világranglistán 14. helyezés. Érdemes sportoló lettem.

Részt vettem a berni Európa-bajnokságon. Kazi Arankával vagyok egy szobában. Reggel csendben öltözöm, edzésre megyek. Ari még alszik. Kopogás. Kelen János bácsi, Ari edzője jön be. Széket húz Ari ágya mellé, és csendesen szólítgatni kezdi: kislányom, ébredj fel, gyere edzésre. Ari fejére húzza a takarót. János bácsi türelmesen addig kérleli, míg sikerül rábeszélnie a felkelésre. Talán soha sem irigyeltem Arit úgy, mint ez alatt a néhány perc alatt.

1955. Kora tavasszal kirobbanó formában voltam, majd hónapokig tartó izomhúzódás, inhvüvelygyulladás, ősszel baleset, bokatörés következett. Újabb félév, amíg edzésbe állhattam.

1956. Versenyeztem, de messze voltam a jó formától.

Ősszel a melbourne-i olimpiáról az edzőm nem jött vissza Magyarországra. A Spartacus sportegyesületbe igazoltam át. Edzőm, Somfay Elemér teljesen más módszerrel dolgozott, mint Iglói Mihály. A gyorsaság javítására törekedett, de túl könnyűnek találtam az edzéseket. Nem épült fel köztünk az a bizalom, ami Náci bácsival természetes volt. Végül visszaigazoltam a Honvédba, de tudtam, többé nem leszek válogatott. Az utolsó versenyt már a lelátóról néztem. Hallgattam a Himnuszt, és csurogtak a könnyeim a napszemüveg alatt. Többé nem mentem ki egy versenyre sem.

Edzőmről, Náci bácsiról.

Kevés beszédű, nyugodt ember volt. Soha nem emelte fel a hangját, de ha megrezdült bozontos szemöldöke, nem maradt más választásom, maradéktalanul teljesíteni az előírt edzésadagot. Sajátságos vetélkedés alakult ki közöttünk. Ha jól ment az edzés, másnap nehezebb feladatot kaptam. Nem fog ki rajtam, gondoltam az edzés befejezésekor, ezt is meg tudtam csinálni. Ha már látta, hogy többet nem bírok, visszavett egy kicsit a tempóból, de mindig a teljesítőképesség határán jártunk.

1953-ban érettségiztem, és lehetőségem nyílt egyetemre menni a Szovjetunióba. Ez viszont az itthoni sportpályafutásom végét jelentette volna. Tanácsot kértem Náci bácsitól, mit tegyek. Tanácsot nem adhat, válaszolta, ezt magamnak kell eldöntenem. Ha itthon maradok, világrekordert nevel belőlem. Itthon maradtam, és egy év múlva Tatán megfutottuk a világcúscsot. Egy ilyen ígéretet kevesen vállalnának. Ő bízott önmagában, és bízott bennem is. Legendás hírét nemcsak célratörő edzőmódszerének, de gerinces egyéniségének is köszönhette. Szinte második, édesapámnál szigorúbb apámnak tekintettem őt.

Lassan végére járok a múltidézésnek. A leginkább elgondolkoztató kérdése ez volt: mit is jelentett számomra a sport.

A sport nálam egyenlő a futással. A futás annyit jelent: tökéletes harmóniában lenni önmagammal, környezetemmel. Minden más, versenyzés, siker, balsiker csak ez után következik.

Sok mindent megtanultam. Mindenért, ami velem történik, én vagyok a felelős, nem lehet másra hárítani. Megtanultam tisztelni a teljesítményt, a kitartó akaratot. Nem biztos, hogy ezek a tanulságok célravezetőek a mai rohanó világban, de már öreg vagyok, nem akarok megváltozni.

Oros Ágnes maradandót alkotott sportpályafutása során, s ha sérülése nem akadályozza meg, bizonyára további szép sikereket érhetett volna el.

Cseke