



HFM

Hajrá Futás Magazin

DIGITÁLIS KIADVÁNY

Alapítva 2015

IV. évfolyam

2018. december

különszám

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

Életem versenye

Atléta

28 **Verseny**

Győzelem

Balogh Györgyi

Olimpián döntős 400 m-en, Európa válogatott, Európa-bajnokságon ezüstérmes 200 m-en

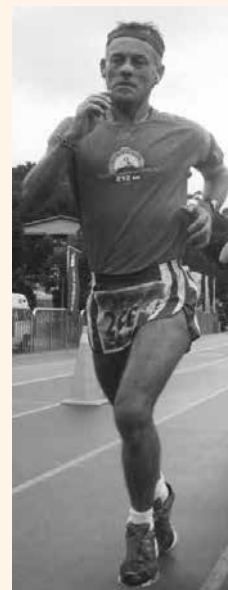
„Minden versenyző álma eljutni egy olimpiára. Eljutottam az első olimpiámra, Mexikóba. Jól éreztem magam, nagy élmény volt. Amikor hazajöttem, elgondolkodtam. Az olimpia a versenyek versenye. Oda azért megy egy futó, hogy győzzön. Ettől kezdve megváltozott minden. Kitűztem, hogy ha török, ha szakad, én Münchenbe nyerni megyek. Lehetne az életem versenye 1969-ben Stuttgartban, amikor Európa-válogatott lettem, és a 4×100-as váltóban legyőztük az amerikaiakat. Vagy 1970-ben az Universiade Torinóban, amikor a főiskolás világbajnokságon 200 méteren ezüstérmes, 100 méteren bronzérmes, a 4×100 m-es váltóval is ezüstérmes szereztem. Vagy 1971-ben az Európa-bajnokság Helsinkiben, amikor 200 méteren ezüstérmes szereztem. De nem. Életem versenye 1972-ben Münchenben, az olimpián volt. 1971-ben felmértem az esélyeket, rövid távon az NDK-s sprinterek mögött mindig csak második lehetek. Tudjuk, miért. Nagy lépésre szántam el magam, váltottam, és 400 méteren indultam. A felkészülés során sérülésekkel küzdöttem. Az olimpia előtt 6 hétig szöges cipőt sem tudtam húzni, speciális emelt sarkú melegítőcipőben futottam, fűvön. Gyógyvizet uszodában 100 hosszokat szkipeltem, és egyéb speciális gyakorlatokat végeztem. Úgy mentem ki az olimpiára, hogy előtte egy versenyen volt rajtam szöges cipő, 300 méteres versenyen, ahol országos csúcsot futottam. 1972-ben, a müncheni olimpián 400 méteren négyszer kellett futni annak, aki döntőbe került. Se előtte, se utána egy olimpián sem. A selejtezőn simán túljutottam. A következő futamot olimpiai csúccsal (51.70 mp) megnyertem. Erre nagyon büszke vagyok, ezért ez életem versenye. Amíg a világ a világ, ez ott lesz az olimpiák történetében. Ezzel az eredménnyel az összes addigi olimpiát meg lehetett volna nyerni, csak ezt nem. Jött az elődöntő, ahol edzőm kérésére tartalékoltam. Nem hajráztam, csak a továbbjutásra figyeltem. Aztán jött a terrortámadás, félelemmel, bizonytalansággal. A döntőt mégis megrendezték. Több százezer ember, a rajtnál kamerák kattogása, ennek ellenére hál' istennek jól elkaptam a rajtot. Arra emlékszem, hogy erő nélkül repülök, hozom be a pályaelőnyöket, mintha nem is a földön futnék. 300 méternél elsőként fordultam a célegyenesbe. Akkor jött a sokk, elmentek mellettem, és lelkileg feladtam. Nyolcadik lettem. Ezért van ma is hiányérzetem.”



Bogár János

Európa-bajnok a 24 órás futásban, Spartathlon-győztes ultrafutó

„Az 1991-ben megrendezett Spartathlon számomra pozitív előjelekkel és bizakodással indult. Úgy érzem, hogy bíztam benne, hogy az előző két évi „tanulmányi út” után, kicsit jobb is lehetek. Mivel 1990-ben bronzérmes lettem, így meghívást kaptam, ami egy repülőjegyet jelentett. Nem úgy, mint az előző években, amikor is egy 24 órás kispolskizás után értünk a verseny helyszínére. Ez jó jel volt. Hála barátaimnak, akik Trabanttal kiutaztak a buli kedvéért, és persze azért is, hogy bíztassanak, segítsenek. A felkészülésemnek köszönhetően jó formában éreztem magam. És nagyon jó érzés volt, hogy ott volt a rajtnál Hári Gyuszi barátom is, aki sajnos ma már nincs közöttünk. Szinte ideális, 35-40 fok várt ránk. Szokásomhoz mérten kicsit jobban elfutottam a táv elejét, de bíztam az akkoriban teljesített 300-350 km-es heteimben. 160 km-nél, a Sanges hegynél, kísérőim kicsit megvicceltek, hiszen azt tudatták velem, hogy szedjem a lábam, mert a második futó, az Iráni James Zarei 1-2 kilométerre van csak tőlem. Ezt hallván erősebb tempóban kezdtem futni. Utólag kiderült, hogy az az 1-2 km bizony volt 5-6 km is. Ennek az volt a hozadéka, hogy így készítve éreztem magam egy jobb iramra, és a végén a 24 óra 15 perc 31 mp alatt teljesítettem a távot. Ezt a barátaimnak is köszönhettem! Beérkezés után a szokásos görög vendégszeretet, kötelező kórházi kényeztetés várt. Mit mondjak, nem ellenkeztem. Telt az idő, és nemsokára Hári Gyula barátomat harmadikként üdvözölhettem a célban. Bevallom, legalább annyira örültem az ő eredményének, mint annak, hogy sikerült nyernem, és így Hári Gyuszival állhattunk ketten magyarok a dobogón! Óriási szerencsém volt abban az évben, hiszen azért győzhettem, mert nem indult a versenyen a nagy Yiannis Kouros, aki toronymagasan nyert 1990-ben!”



Béres Ernő

Olimpián VII. helyezett 5000 méteren, a 4x1500 méteres váltóban világcsúcsot ért el



„1953. augusztus elején Bukarestben rendeztek többnapos nemzetközi versenyt. Hagyományosan az 50-60-as években minden évben megrendezték. 1953-ban szerepelt a versenynaptárban ez a nemzetközi verseny is. A versenyre az edzőmmel 5000 m-re készültünk, azért, hogy új országos csúcsot fussak ezen a távon. A szereplésem nem volt sikeres, rosszul szerepeltem, a mezőny közepén végeztem. A versenyen egyébként futott Zatopek és Kuc mellet Kovács Bütyök is. A nemzetközi verseny egyébként hatnapos volt, az 5000 méter az első napon került megrendezésre. Az utolsó, hatodik napon augusztus 9-én volt az 1500 m, és ha már ott voltam, úgy gondoltam, hogy edzés helyett elindulok rajta. A verseny története a következő volt: A rajt után azonnal 3 szovjet futó állt az élre. Ők diktálták az iramot. Én a szovjetek és a cseh Jungwirtht mögött az 5. helyen futottam, kissé lemaradva. Ez így ment 1200 méterig. Akkor feljebb zárkóztam. 200 m-rel a cél előtt még mindig a 3 szovjet futó volt az élen, de már teljesen a nyomukban futottunk Jungwirthtal. Kb. 120-130 m-rel a cél előtt megelőztük a szovjeteket. A célegyenesbe Jungwirth fordult elsőnek a belső pályán, én pedig a kettesen felfutottam mellé. Az utolsó 100 m-en nagy hajráverseny alakult ki köztem és Jungwirth között, egymást előzgettük, 20 méterenként változott a sorrend, és az utolsó métereken sikerült lehajráznom a cseh futót. Ez komoly meglepetésnek számított, hiszen Jungwirth 47 mp-et tudott 400 m-en, amíg én 51-et. Tehát sokkal gyorsabb volt, mint én. Ráadásul nem is az 1500 m-re készültem elsősorban, mégis győztes lettem, 3:46,6-tal, új felnőtt országos csúccsal. Ezért volt ez életem legemlékezetesebb versenye.”

Zemen János

Olimpián döntős, Európa-bajnokságon bronzérmes 1500 méteren

„Olimpia, Montréal 1976. július vége, 1500 m. 3:40 perces idővel neveztek. Ezzel az idővel akkor a világranglistán a 96. helyet foglaltam el. Nagyszerű formában voltam. Erős voltam. Úgy éreztem, mindenkit meg tudok verni. Az elődöntőben lehajráztam és kivertem Thomas Wessinghagét – aki később Európa-bajnok lett –, azt a német versenyzőt, aki esélyes volt a végső győzelemre is. A döntő előtti napon azt mondtam Schmutz István gyúrónak, hogy holnap nekem fogják eljátszani a Himnuszt. Biztos voltam benne, hogy olimpiai bajnok leszek. Nem féltsem egyetlen ellenfelemtől sem. Az edzőm, a legendás Híres László, aki igazán bízott bennem, sajnos nem volt ott. Nem jöhetett ki. Nem engedték ki. A vezetők nem szerették, mert kimondta az igazságot. Ugyanakkor, a szakmai vezetőktől nem éreztem a bizalmat. Egyáltalán nem. Nem hittek bennem. Nem hitték, hogy komoly eredményt érhetek el. Fontos megemlíteni, hogy az olimpia előtt nem engedtek ki Nyugatra versenyezni, így nem tudtam tapasztalatot szerezni a legjobbakkal történő versenyzéssel. Aki hasonló szinten futott valaha is, az tudja, hogy ez mekkora hátrányt jelentett. Csak 1-2 kelet-európai versenyen vehettem részt. A döntő napján nagyon egyedül éreztem magam. Megláttam az esélyes futókat, és egyszerűen elszállt minden önbizalmam. Teljesen berezeltem. Fejben nagyon gyenge voltam. Ennek lett egyenes következménye a döntőben a gyenge futásom, és az időm, 3:43,02. Az olimpia után közvetlenül versenysorozaton vettem részt, többségében az olimpián döntőbe került versenyzőkkel. Meghívásos világtétőknak neveztek. Helsinkiben 2. helyezett lettem, megvertem az 1500 méteren olimpiai bajnok John Walkert is. Az olimpiai döntő után, 10 nappal Stockholmban győztem, országos csúcsot futva, 3:36,96 perccel. Majd a következő napon Finnországban, Turkuban győztem, 50 méterrel vertem meg 1500-on a négyeseres olimpiai bajnok Lasse Virént. Ilyen formában voltam.”



Bérces Edit

Világ bajnok 100 km-en és a 24 órás futásban, világcsúcsot ért el 100 mérföldön és a 24 órás futásban

„Számomra az egész év 2000-ben egyetlen nagy versenynek tűnt. Az olimpiai év hangulata a nem olimpiai számok képviselőire is kihatott. Augusztusban kifejezetten a szeptemberi elejére tervezett 100 km-es vb-re összpontosítottam, melyre elsősorban a versenyzés visszafogásával és kétételes magaslati edzőtáborozással készültem. Még a nagyatádi hosszútávú triatlon ob-t is kihagytam. Winschotent, a verseny helyszínét már jól ismertem, hiszen két évvel korábban ott arattam életem első 100 km-es nemzetközi győzelmét, méghozzá szakadó esőben, segítők nélkül. Tervek és stratégia: életem legjobbját futni, a világgal nem törődni, a hősséggel nem dacolni, kólát csak 70 fölött fogyasztani. A rajt pillanatára nem emlékszem, csak azt tudom, hogy délben volt. Így nem kellett korán kelni, és a hősségből inkább kifelé mentünk az idő múlásával. A részeredményeimet a 30 memóriás Casio órámön rögzítettem 5 kilométerenként. A 10 km-es versenypálya mentén hol a kertes házak gyepén, hol parkok padjain, hol a kordonok mögött figyelték a helyiek a verseny alakulását, kezükben a rajtlistával, melyek segítségével igyekeztek a futókat rajtszámuk alapján beazonosítani. Az én szállásadóim is ott szurkoltak az út szélén. Így már az első körök egyikén megkértem őket, hogy adjanak kölcsön egy biciklit az egyik segítőtőmnek, Olasz Lacinak, aki így könnyen ingázott a két, egymástól 5 km-re fekvő frissítőtőpont között.

Már az első frissítőtőpontnál hallottam, hogy az egyik japán versenytársam kólát kér. Az bizony még korai, gondoltam. A műsorközlő folyamatosan közvetítette a verseny állását a hangosbemondón keresztül. Féltaóvíg a női mezőnyből csak a kétéves büntetéséből frissen visszatért Maria Bak nevét lehetett hallani. Vegyes gondolatok forogtak a fejemben. Meg lehet-e bocsátani valakinek, ha tiltott szert használ? Ha igen, akkor hogyan fogok majd gratulálni Mariának, az immár feltételezetten tiszta győzelméhez? Maria vétsége miatt szegény Valentyina Liakhova nem részesülhetett a felhőtlen ünneplésben, és nem játszották el neki az orosz himnuszt sem utólag. A hatvanadik kilométer után azonban már csak az előző évi Eb-győztes, az orosz Elvira Kolpakova nevét hallottuk. Mint később kiderült, Maria kiszállt a versenyből. A saját tempójának esett áldozatául.

Annyira sikerült egyenletes tempót tartanom, hogy még a pisiszüneteimre is (egyenként 24 másodperc) harminchárom kilométerenként került sor. Így az első negyven kilométer a szokásos három óra alatt megvolt, az ötven kilométer pedig négy óra negyvenhárom perc alatt ment le. Tudtam jól, hogy száz kilométernek nem ötven a fele, hiszen még csak most jön a neheze. Az eddigiek csak a bemelegítésnek vagy a sprint versenyszámok előfutámainak felel meg. Ez másfajta matematika, mint amit az iskolában tanulunk.

A nyolcadik kört, azaz a nyolcvanadik kilométert, öt óra ötvenöt perc alatt sikerült befejeznem, mely napjainkig a legjobb magyar női hatórás eredménynek számít. A németek reménységével, Constanze Wagnerrel futottunk együtt egy darabig, majd hamarosan utolértem az élen haladó Elvirát. Amikor a tizedik körre indultam, Győri Feri bekiáltott a pálya széléről: „Világ bajnok leszel!” Igyekeztem lerázni magamról a gondolatot, hiszen még tíz kilométeren sok minden történhet. Ráadásul attól tartottam, hogy görcs áll bele a jobb vádlimba. Feri kiáltása József Attila Altatóját juttatta eszembe: „A távolságot, mint üveg golyót, megkapod,Tűzoltó leszel s katona!” A célegyenesbe érve nyakamba akasztottak egy óriási, korábról már ismerős koszorút, melynek szalagján ez állt: „FirstWoman 100 km”, ami ezúttal a világ bajnoki címet is jelentette. Ferinek igaza lett. Időeredményem: 7 óra 25 perc, 21 másodperc (saját mérésel tizenkilenc másodperc), mely másfél perccel jobb, mint az eddigi legjobbam. Újabb magyar csúcs született.”



Lombos Dezső

Sokszoros országos bajnok gátfutó

„Az igazság az, hogy labdarúgó akartam lenni. Térdsérülés, műtét miatt nem lettem az. 1947 őszén kezdtem rendszeresen futni. 1948-ban indultam versenyeken. Nyár végén került megrendezésre az országos bajnokság. A 400 m-es verseny után edzőm, Vadas Szepi azt mondta: indulj el a 400 m-es gátfutásban is. Átugrálok a gátakat, azután lesz, ami lesz. Úgy indított: előtted fut Kiss Jóska (sokszoros országos bajnok gátfutó), az előző évek bajnoka. Ameddig tudod, tartsd az ő ritmusát. A nyolcadik gátig így is történt. Ekkor úgy vettem észre, hogy Jóska elfáradt. Én pedig jól éreztem magam. Ekkor megpörgettem, szerencsére jól jöttek ki a gátak. Megnyertem! Nagy boldogság volt számomra. Jöttek a gratulációk. Ezek után kezdtem el foglalkozni komolyan a gátfutás technikájával, és lett a fő versenyszámom a 400 m-es gátfutás, és lettem válogatott sportoló.”



Babály László

Olimpikon, Európa-bajnokságon VI. helyezett a 4×100 m-es váltóban



„Az egyik legkedvesebb emlékem a középiskolai diákolimpia selejtező versenyéhez fűződik. Az »ókorban«, 1975-ben 100 m-es síkfutásban indultam. A versenyre testnevelő tanárom, Kapitány Ferenc nevezett be. Túl nagy rutinnal akkor még atlétaként nem rendelkeztem, ez az első versenyeim közé tartozott, bár a versenydrukkot már ismerem, hiszen az akkori DVSC NB1B-s csapatában fociztam mint balszélső. Rövid, 10-15 perces bemelegítés után szólítottak a rajthelyhez, ahol ismertették a pályabeosztást is. Legnagyobb meglepetésemre a pályámon egy rajtgép volt elhelyezve. Én akkoriban ezt a szerkezetet még nem ismertem – azután szoros barátságot kötöttem vele. A többiek lázasan szögezték a salakba a rajttámlájukat, én azonban, gondolván, hogy nekem arra nincs szükségem, kivettem a rajtgépet a pályáról, és két kis gödröt kapartam a salakba az induló terpeszemnek megfelelően. A többi versenyző furcsán nézett rám, miért nem használok rajtgépet. Jöttek a vezényszavak: Rajthoz! A többiek elhelyezkedtek a rajtgépbe, én pedig az állórajthoz. Többen rám szóltak, hogy öreg, térdelj már le! A válasz nem sokáig váratott magára, én azt feleltem: ti meg álljatok fel! Az indítóbíró nem látott kivétneivalót az állórajtomban, abban az időben ez nem volt tiltott dolog. A pisztoly eldörrenése után megnyertem az előfutamot, majd a döntőt is. Említést érdemel még, hogy mindezt egy 39-es barna, dorkó cipőben sikerült megtennem, melyet akkoriban 35 forintért vásároltam. A szép emlékü Kerékgyártó László meglepődve meg is kérdezte tőlem: otthon hagytad a szögesedet? Ettől az időtől számítom atlétikai pályafutásom kezdetét.”

Mohácsi Péter

Sokszoros országos bajnok távfutó

„Sok szép versenyem volt, amire szívesen emlékszem, ezért nehéz a választás. Több olyan nemzetközi versenyt nyertem, ahol olimpián részt vett távfutókat sikerült legyőzni. 1971-ben például megfutottam az olimpiai szintet 1500 m-en, azonban az olimpiára már nem vittek ki. 1973. június 17-én a Népstadionban volt egy nemzetközi verseny, amelyen részt vett két nagyszerű finn futó, akik a többszörös olimpiai bajnok Lasse Virénnel edzettek. Az egyik finn futó olimpián döntőben is szerepelt. A verseny előtt jó formában éreztem magam. A célkitűzésünk az volt, hogy az időeredményem 13:50-en belül legyen. A verseny kora délután került megrendezésre. Az időjárás ideális volt egy hosszú távú versenyhez. A versenyen indult az akkori idők két nagyszerű magyar távfutója, Báthori Gábor és Tóth Béla is. Ha jól emlékszem, a mezőny talán 12 fős volt. A rajt után én szokásom szerint a mezőny végén futottam. Az iramot alapvetően a két finn versenyző diktálta váltott vezetéssel, akik igen jó tempóban futottak. Néha Tóth Béla ment előre, de a finnek mindig visszavették a vezetést. Én kb. 2000 m-nél kezdtem el a felzárkózást az élmezőnyhöz. Az iram egyébként tökéletes volt egy jó időhöz. Az utolsó körben, a cél előtt 300 m-nél indítottam a hajrámat, és az élre álltam. A cél előtt kb. 150 m-rel az egyik finn futó visszavette tőlem a vezetést, azonban a célegyenesben még sikerült újítanom és lehajráztam, és ezzel megnyertem a versenyt. Az idő engem is nagyon meglepett, mert új egyéni csúcspot futottam, a legjobbamat, amit valaha futottam 5000 m-en, 13:41,6-tal. Jellemző a versenyre, hogy a két magyar futótársam is ekkor futotta élete legjobbját, Báthori Gábor 13:44,6-tal, Tóth Béla pedig 13:45,8-cal. A verseny után a finn szövetség meghívott egy versenyre, amelyet Helsinkiben rendeztek egy hét múlva. Kvázi visszavágónak szánták. Azonban ott még fölényesebben, mintegy 80 méterrel sikerült győznöm az 5000 m-es versenyen.”



Gresa Lajos

Világcsúcsot ért rövidtávfutó

„1976. január 17-e. Aznap meglehetősen hideg volt. Megérkeztem a budapesti Olimpiai Csarnokba a magyar országos atlétikai bajnokságra, amit 81. alkalommal rendeztek meg fővárosunkban. Amikor beléptem a kapun, az FTC színeiben, még nem is gondoltam volna, hogy aznap megfutom majd a világcsúcsot. Azonban bizakodtam, mert az előző versenyeken már több alkalommal futottam 6.5 másodpercet. Azt már tudtam, hogy nemrég vezették be azt a jelentős fejlesztést, hogy századmásodpercet is mértek a futásoknál. Így sokkal könnyebb volt a holtversenyeknél eldönteni a helyezetteket, és a rekordokat is pontosabban meg lehetett határozni. A versenyszámok nagy csúszásban voltak, ezért eleinte nagyon izgultam. Az idegeskedésben kifáradtam, így hát lepihentem egy kicsit a gyűrőpadra. Mindössze 10 perc alvás után elkezdtem a bemelegítést. A lelátókon rengeteg ember drukolt a sportolóknak. Csak egy pillantásra méltattam őket, aztán már magára a versenyre koncentráltam. Eldördült a rajtot jelző pisztolylövés. Jól kaptam el a rajtot, majd maximális sebességgel száguldottam a cél felé. Szinte egy levegővétellel végigfutottam a 60 métert. Könnyen, lazán röpültem a pályán. Mikor a célba értem, olyan volt, mintha még el sem kezdtem volna a futamot. Ránéztem a versenybírókra, akik összevetették a mért eredményeket. Közel egy perc múlva kijelentették, hogy világcsúcs lett. 6.44 másodperc. Eleinte még fel sem fogtam, milyen jelentős ez. Csak jóval később. Szakmai szempontból volt jelentősége ennek az eredménynek, önbizalmat, bátorítást adott akkoriban. Számomra azt jelezte, hogy jó munkát végeztünk a télen, jó színtről tudtam indulni a tavaszi-nyári versenysorozatban. Az is külön örömet jelentett, hogy úgy éreztem, megtaláltam azt a mozgást, azt a ritmust, amelyből később jó 100 métereket tudtam futni.”



hogy jó munkát végeztünk a télen, jó színtről tudtam indulni a tavaszi-nyári versenysorozatban. Az is külön örömet jelentett, hogy úgy éreztem, megtaláltam azt a mozgást, azt a ritmust, amelyből később jó 100 métereket tudtam futni.”

Kovács Dusán

Olimpikon, egyetemi és főiskolai világbajnokságon bronzérmes 400 gáton

„Mondhatnám az olimpiai, 3-szoros világbajnoki és Európa-bajnoki elődöntőim közül valamelyiket, vagy akár a 6 országos csúcson közül valamelyiket 400 gáton (az utolsó, 1997-ben, az athéni vb-n, a mai napig élő csúcs), mégis van valami, ami nem egy konkrét verseny, de teljesítmény tekintetében feltétlenül az élre kívánczik! 1993-ban, 22 évesen, junior versenyzőként még tízpróbára is készültem a 400 gát mellett, és egy héten belül olyan teljesítményt nyújtottam, amire igazán büszke vagyok! Részt vettem Valladolidban, a felnőtt többpróba EK-n, a győztes magyar csapat tagjaként egyéni csúccsal, 7629 ponttal zártam, mint később kiderült, életem utolsó tízpróba-versenyén. Majd a szombat-vasárnapi verseny után hétfőn egyedül átrepültem az Egyesült Államokba, Buffalóba, mivel ott rendezték meg az Universiadét, az egyetemi és főiskolai világbajnokságot, ahol már 400 gáton versenyeztem. Meg kellett küzdenem az időeltolódás, a tízpróba verseny, illetve az utazás fáradalmaival, edzettem egyet kedden, hogy magamhoz térjek kicsit, majd szerdán a 400 gátas előfutamokban már rajthoz is álltam. Csütörtökön az elődöntőben, majd pénteken a döntőben futottam, ahol 3. lettem, és dobogóra állhattam addigi pályafutásom második legjobb időeredményével (49,96), előtte pár héttel futottam először 50 mp-en belül Brüsszelben, az egyéni EK-n, 49,92-vel. Ez a helyezés az egyetlen pályafutásom során, ahol felnőtt világversenyeven dobogón állhattam, úgy, hogy amúgy is a szívem csücske az ott elért eredményem! Ezzel még nem volt vége a versenyeknek, mivel volt egy 4×400 méteres váltónk is. Mondjuk, szerencsénk volt, mivel végül nem kellett előfutamot is futnunk, és a döntőben óriási meglepetésre harmadik helyet szereztünk, országos csúcsot futva (3:04,27) egy olyan váltóval, amelyben igazából senki nem volt 400 méteres futó (Árpási Miklós, Kiss László, Somfai Dávid, Kovács Dusán)! Az a hét nagyon kemény terhelés volt, mégis eredményesen zárult. Az egyetlen szépséghibája az volt a dolgoknak, hogy mivel egyedül utaztam Spanyolországból az Egyesült Államokba a többpróba EK után, így nem a magyar Universiade-csappal érkeztem végül Budapestre, hanem Buffalóból visszarepültem Madridba, majd onnan még egy frankfurti kitérővel együtt szálltam le Budapesten késő éjszaka, ahol a szüleimen kívül senki nem várt. Jó lett volna megtapasztalnom személyesen is az Universiade-csapat repülőtéri fogadtatásának eufórikus érzését, ugyanakkor ettől a kemény másfél héttől olyan tartást és önbizalmat kaptam, amely sok évig adott még extra motivációt!”



„Mondhatnám az olimpiai, 3-szoros világbajnoki és Európa-bajnoki elődöntőim közül valamelyiket, vagy akár a 6 országos csúcson közül valamelyiket 400 gáton (az utolsó, 1997-ben, az athéni vb-n, a mai napig élő csúcs), mégis van valami, ami nem egy konkrét verseny, de teljesítmény tekintetében feltétlenül az élre kívánczik! 1993-ban, 22 évesen, junior versenyzőként még tízpróbára is készültem a 400 gát mellett, és egy héten belül olyan teljesítményt nyújtottam, amire igazán büszke vagyok! Részt vettem Valladolidban, a felnőtt többpróba EK-n, a győztes magyar csapat tagjaként egyéni csúccsal, 7629 ponttal zártam, mint később kiderült, életem utolsó tízpróba-versenyén. Majd a szombat-vasárnapi verseny után hétfőn egyedül átrepültem az Egyesült Államokba, Buffalóba, mivel ott rendezték meg az Universiadét, az egyetemi és főiskolai világbajnokságot, ahol már 400 gáton versenyeztem. Meg kellett küzdenem az időeltolódás, a tízpróba verseny, illetve az utazás fáradalmaival, edzettem egyet kedden, hogy magamhoz térjek kicsit, majd szerdán a 400 gátas előfutamokban már rajthoz is álltam. Csütörtökön az elődöntőben, majd pénteken a döntőben futottam, ahol 3. lettem, és dobogóra állhattam addigi pályafutásom második legjobb időeredményével (49,96), előtte pár héttel futottam először 50 mp-en belül Brüsszelben, az egyéni EK-n, 49,92-vel. Ez a helyezés az egyetlen pályafutásom során, ahol felnőtt világversenyeven dobogón állhattam, úgy, hogy amúgy is a szívem csücske az ott elért eredményem! Ezzel még nem volt vége a versenyeknek, mivel volt egy 4×400 méteres váltónk is. Mondjuk, szerencsénk volt, mivel végül nem kellett előfutamot is futnunk, és a döntőben óriási meglepetésre harmadik helyet szereztünk, országos csúcsot futva (3:04,27) egy olyan váltóval, amelyben igazából senki nem volt 400 méteres futó (Árpási Miklós, Kiss László, Somfai Dávid, Kovács Dusán)! Az a hét nagyon kemény terhelés volt, mégis eredményesen zárult. Az egyetlen szépséghibája az volt a dolgoknak, hogy mivel egyedül utaztam Spanyolországból az Egyesült Államokba a többpróba EK után, így nem a magyar Universiade-csappal érkeztem végül Budapestre, hanem Buffalóból visszarepültem Madridba, majd onnan még egy frankfurti kitérővel együtt szálltam le Budapesten késő éjszaka, ahol a szüleimen kívül senki nem várt. Jó lett volna megtapasztalnom személyesen is az Universiade-csapat repülőtéri fogadtatásának eufórikus érzését, ugyanakkor ettől a kemény másfél héttől olyan tartást és önbizalmat kaptam, amely sok évig adott még extra motivációt!”

Mecser Lajos

Olimpikon, Európa-bajnokságon ezüstérmes 10000 méteren, Európa-csúcsot ért el 3 és 6 mérföldön

„A helyszín Stockholm, 1968. július 3. napja, nemzetközi 5000 m-es versenyen indulok. Talán egész életemet azért éltem le, hogy ezt a versenyt lefuthassam. Húsz országból a világ legjobbjai indulnak. A verseny kis olimpiának is beillik, mert még a 10. helyezett is országos csúcsot fut! A mezőnyben az ausztrál világcúcstartó Ron Clark, a tunéziai Gammoudi, aki alig több mint 3 hónap múlva Mexikóban, olimpiai bajnok lesz 5000 m-en, a kenyai Keino, aki 1500 m-en, és a szintén kenyai Temu, aki 10000 m-en lesz olimpiai bajnok. Én szokás szerint, izgatottan készülődtem, bár az előzmények nem a legjobbak voltak. A 13-as szobában laktam a szállodában, a 13-as rajtszámot kaptam, és 13 ezer néző előtt futottuk a versenyt. Az a bizonyos zabszem sem fért már be, igen-igen izgultam. De valahogy úgy voltam vele, hogy minél jobban izgultam, annál nagyobb teljesítményre voltam képes.

Kellemes időben indult el a mezőny, éreztük a közeli tenger hűvös leheletét, és ez frissítően hatott ránk. 2200 m-ig együtt haladt a mezőny, Clark 2400 m-nél iramot váltott. Nyolc-tíz fős boly ragadt rá, és ment vele. 3200 m-nél újból robbantott, és ettől kezdve már csak én mentem vele. Ekkor jött egy isteni sugallat, hogy „most, vagy soha”, mennem kell előre. Arra gondoltam, hogy Clarknak is két lába van, ugyanannyit edzettem én is, mint ő, s még nála is több kilométert gyűrtem le. Az élt a tudatomban, hogy elmegyek vele, ha ki is kapok, futok egy országos csúcsot. Ez bizonyosnak látszott.

120 méterrel a cél előtt Clark mögött futottam 1-2 méterrel, kb. 50 méterrel a cél előtt Clark hátra tekintett, érezte a veszélyt, hogy egyre jobban felfutok rá. Láttam az arcán a döbbenetet, hogy őt, aki utcahosszal vezetett általában az utolsó métereken, még követi valaki, és ez a pillanatnyi megtorpanása elég volt nekem arra, hogy megverjem őt! Minden erőmet összeszedtem, és az utolsó métereken szinte már nem is látva semmit, lehajráztam a világcúcstartót, és beértem a célba. Azt, hogy a célba értem, onnan tudtam meg, hogy valaki olyan erősen szorít, hogy majd megfulladtam. Egy Stockholmban élő magyar honfitársam volt az, ahogy utólag megtudtam. Nagyon örült a győzelmemnek.

Az időm 13:29,2 – salakos pályán –, ami új országos csúcs lett, amit 34 éven át nem tudtak megjavítani. Eredményem akkor a világ legjobb időeredménye volt, és abban az évben csak Clark futott később ennél jobbat.”



Szekeres Ferenc

Olimpián XII. helyezett, Európa-bajnokságon VI. helyezett maratonon

„1982. január 31. Tokio Maraton. Ideális időben, plusz 8 fokos hőmérséklet volt a verseny napján. Jó formában voltam. A felkészülés során együtt edzettem Szekeres Jánossal és az angol Hugh Jonesszal, aki nálunk edzőtáborozott Csepelen. Abban az évben ő nyerte a London maratont 2:09:24-gyel. Hétvégeken, vele és több mint 10 edzőtársammal futottuk a budai hegyekben a 30-35 km-es edzéseket. Jones nagy segítség volt az egész magyar maratoni társadalomnak. A versenyen mindhárman indultunk (Hugh Jones, Szekeres Ferenc és Szekeres János). 35 km-ig nagyon jól ment a futás. A 6-7-8. helyen futottunk. Az utolsó 5 km-t enyhén emelkedő szakaszon futottuk, ez meg is látszott az időeredményen. Addig az 5 km-es átlagom 15:33 körül volt, míg az utolsó 5 km kb. 16:46 lett. A végén a 600 métert az olimpiai stadionban futottuk. Az edzőm nagyon biztatott, hogy nyomjam, mert a részidőm nagyon jó volt. Bele is adtam mindent. Az utolsó 400 méterem 68 másodperc körül lehetett, amit egy dán versenyzővel futottam végig nagy hajrában, fej fej mellett haladva. Teljesen kifutottam magam, mondhatom, „meghaltam”. Az időm 2:12:35,4 (felkerékítették 2:12:36-ra) lett, ami mindössze 4 tized másodperccel volt gyengébb, mint az országos csúcs, ami persze kicsit bántott. Viszont nagyon örültem a helyezésemnek, és annak, hogy 30000 m-en 1:33:19-et mértek, ami hivatalosan is országos csúcs lett.”



Menczer Gusztáv

Európa-bajnokságon VII. helyezett 400 méteren

„Az ember általában valamelyik nagy eredményére, sikerére, csúcására emlékezik vissza nosztalgiával. Én most sem a négy országos csúcs megdöntésére, sem a bajnoki aranyérmekre, sem pedig egy felejthetetlen győzelemre emlékszem, hanem egy olyan versenyre, amelyen az indulást egy szomorú apropó előzte meg. Történt úgy 1984 tavaszán, hogy a tatai edzőtáborban készült a válogatott atléták nagy része. Az olimpiára készültünk. Már kihirdették a csapatot, már megkaptuk az olimpiai formaruhát is, amikor a Mester (dr. Oros Ferenc) szólt, hogy a délelőtti edzés és az ebéd után mindenkinek meg kell jelennie egy megbeszélésen, ahol a MASZ elnöke fog beszélni hozzánk. Mindenki a maga módján élte meg a bejelentést, hisz akkor már köztudott volt, hogy sok szocialista ország csatlakozott a Los Angeles-i olimpia bojkottjához. Hallottuk az OTSH-ból kiszivárgott híreket, miszerint vita van, és vannak hangok, akik a részvétel mellett szólnak. Sokan aggódtak, sokan reménykedtek, hogy mégis, de a bejelentés igazából senkit sem ért váratlanul. Magyarország nem vesz részt az olimpiai játékokon, mert a sportolók biztonsága nincs garantálva. Annyira nem volt ott biztonság, hogy a játékokon több száz fő sportvezető, sportújságíró és egyéb funkcionárius vett részt, dacolva az elképesztő veszéllyel. Az olimpiát nem közvetítette élőben az MTV, hanem csak esti összefoglalót adott. Éjjel édesapámmal együtt néztük az MTV székházában az atlétikai versenyeket, mert egy ismerős sportriporter elintézte, hogy ott lehessünk. Tehát az olimpia helyett mi, atléták Moszkvába mentünk a Barátság Játékokra, összemérni erőnket a szocialista országok atlétáival, kivéve a románokat, akiknek volt merszük

(meg olajuk) mégis a részvétel mellett dönteni. Irigyeltük is őket, és így visszaemlékezve az volt az első és utolsó ilyen alkalom az életemben, hogy ez az érzés hatalmába kerített velük kapcsolatban. Mindenki lógó orral készült a továbbiakban, és a Szövetség első embere egy biztató kijelentést, illetve ígéretet tett. A Barátság Játékokon elért eredmények olyan elbírálásban és megbecsülésben lesznek részesítve, mintha valaki az olimpián érte volna el. Olyan nagyon ez se szította fel a harci kedvet, de mivel egy japán verseny lehetősége (Nyolc Nemzet Versenye Tokió) is meg lett csillantva szeptemberre, ezért megpróbáltunk felülemelkedni az elkeseredettségen, és edzettünk. Moszkvában mindent megtettek azért, hogy kárpótolják a sportolókat, még a Luzsnyiki stadionban az olimpiai lángot is meggyújtották. A 400 méter síkfutás előfutama jól sikerült (nagyon jó állapotban voltam, és ez jellemző volt szinte az egész olimpiai atlétaválogatotról), bekerültem a döntőbe. A döntőben, bár esélyes nem voltam, de az előzetes latolgatások alapján az éremért küzdhettem, sajnos az 1-es pályát kaptam, amiről tudjuk, hogy sprintszámban a legelőnytelenebb. Így az ötödik helyet szereztem meg, ami, tekintve az erős mezőnyt, jónak volt mondható. A verseny után a szövetség elnökétől megkaptam a jutalmamat, egy biztató kézfogást. Szóval ennyi járt volna egy olimpiai ötödik helyezéért. Így lettem (később) hivatalosan is olimpiai ötödik egy olyan „olimpián”, amit a hátam közepére se kívántam.”



Munkácsi Antónia

Olimpián IV. helyezett, Európa-bajnokságon ezüstérmes 400 méteren



„Három olimpián vettem részt. A legszebb emlékem, a legsikeresebb olimpiám, az életem versenye 1964-ben volt, Tokióban. A város nagyon tetszett, a körülmények, a szervezés tökéletes volt. Minden rendben volt. Jó formában voltam. A fő versenyszámom a 400 m-es síkfutás volt. Három alkalommal kellett rajthoz állnia, aki döntőt akart futni, három egymást követő napon. Előzetesen a szakvezetés a döntőbe jutást is nagy sikernek értékelte volna. Az előfutamban olimpiai csúcsot értem el, amivel győztem. Szintén megnyertem a középdöntőt is. A döntő napján is nagyon jól éreztem magam. Friss voltam. Könnyűnek éreztem magam. A 4-es pályát kaptam. Előttem nálam jobb idővel rendelkező versenyzők futottak. Taktikai megbeszélés nem volt az edzővel, mint kiderült, talán jó lett volna. Nagyon erősen kezdtem. Ráfutottam az előttem futókra. Nem éreztem, hogy milyen erős a tempó. A táv nagy részén a 2. helyen futottam. Még a cél előtt 50 méterrel is a 2. helyen voltam. Éreztem, hogy jönnek fel rám. Ekkor megpróbáltam iramot váltani, de teljesen lemerevedtem az erős iramtól. Az utolsó 20 méteren elkészültem az erőmmel, így a 4. helyen értem célba, az időeredményem 54,4 volt. Európai 2. helyezett lettem egy angol versenyző mögött, aki ezüstérmes lett. Az arany- és a bronzérmes ausztrál futók nyerték. Nagyon boldog voltam, mert én sem reménykedtem ilyen helyezéskben. Aznap este a tiszteletemre díszvacsorát rendeztek a fiúk szállásán. (Külön épületben voltak a férfi és a női versenyzők.) Pár nap múlva a női 4×100 m-es váltóval 7. helyezést értünk el Heldt Erzsébettel, Markó Margittal és Such Idával. Haza az „aranygéppel” jöttünk (1-6. helyezettek).”

† Mélykuti Béla

Sokszoros országos bajnok, országos csúcsot elért rövidtávfutó



„1970-ben komoly sérüléssel küzdöttem. Csak könnyű futóedzéseket tudtam végezni. Az erős futásoktól fáj az achillesem. Gátas edzés szóba sem jöhetett. Ezért nagyon sok erősítő munkát végeztem. A versenysúlyom általában 81-82 kg volt. Az erősítéseknek köszönhetően felszedtem közel 10 kilót. De ez a 10 kiló izom volt. Így volt ez az országos bajnokság 110 m-es gátfutás döntőjéig. Ezen a távon az előző 5 évben megnyerem a bajnokságot. A verseny előtt csak egy keveset melegítettem. Ugyanakkor nagyon erősnek és lazának éreztem magam. A rajt előtt a fiatalok, Bognár és Millasin barátaim mondták, hogy na most elkapnak, hiszen jól tudták, hogy milyen állapotban vagyok. A gátakra csak egy alkalommal futottam rá a rajt előtt. A rajt egyébként csúszott valamiért, ezért leültettek bennünket. Én izgalmamban – titokban – rágyújtottam, és elszívtam 1-2 slukkot. Ez bizony hibám volt, hogy atléta létemre rágyújtottam néha. Amikor szólítottak a rajtához, sajnáltam a cigarettát eldobni, ezért odaadtam egy gyereknek, és mondtam neki vigyázzon rá, mindjárt jövök. A rajtot tökéletesen elkaptam, és lazán, dinamikusán futva, simán 3-4 méterrel megnyertem a bajnokságot. A célba érkezés után szokásomhoz híven odamentem minden ellenfelemhez, és gratuláltam nekik. Azután pedig odasiettem a gyerekhez a cigimért.

Azért választottam ezt életem versenyének, mert olimpiára, Európa-bajnokságra nem jutottam ki. Pedig a szintidőm megvolt mindkét esetben. Az Európa-bajnokságra a szintidő 14,3 volt. Én több alkalommal futottam 14,1-et és 14,2-öt, sőt az egyik versenyen 13,9-et mértek. A döntő teljesen reális volt, sőt lehetett volna érem is. De az, hogy egy világversenyre ki utazhatott, az 20%-ban volt szakmai, 80%-ban politikai döntés. És ezért nekem nem volt esélyem édesapám múltja miatt. Ezt közölték is velem. Az egy ilyen világ volt.”

Monspart Sarolta

Világbajnok tájfutásban és ezüstérmes maratonon

„Életem atlétikai versenye 1978-ban az atlantai női maraton volt! A meghívtak és az önkéntes női futók, összesen 225 sportoló állt rajtához. Az első nő voltam Európában, 1972-ben, aki 3 órán belül futott maratoni távot Csepelen, a férfiak között. Aztán még 4 maratonon értem célba itthon, illetve Waldnielben (NSZK), így érhető volt meghívásom Atlantába, a nem hivatalos női maraton világbajnokságra. Még készültem is a téli alapozáskor a 42 ezer méterre a tájfutó edzéseim mellett, amit az előző maratonik előtt nem tettem. Simon Dénes edzőm, a Spartacus szakedzője segített a felkészülésben, aki maga is eredményes hosszútávfutó volt, mint ismert, 1969-ben, Athénban, az Európa-bajnokság maratonján 6. helyezést ért el. De az edzőt nem hívták, így egyedül mentem Atlantába. Viszont majd' minden menő versenyző az edzőjével érkezett, még az étkezésnél is kettesben ültek az asztalnál. Én egyedül, a nap 24 órájában. Érdekes volt, hogy a rajtszámot az addigi legjobb időeredményeink sorrendjében kaptuk. A 13-as szám lett az enyém. Így a terv az első tízbe kerülés lett. A taktika: az élmezőnnyel indulni, aztán majd' minden maradni, amíg megy. Szerencsémre a délután 2 órás rajtra hirtelen nagyon meleg lett a reggeli hűvös után! Többen nem szeretik a berobbanó hőséget, engem még Puerto Ricóban sem zavart, ahol 1977-ben nyertem egy utcai 10 km-es versenyt sok amerikai és ausztrál menő előtt, igazi kánikulában. Rajt után 20 km-ig nagy élbolyban futottunk, jólesett, s a hőség is simogatott. Aztán egyre többen maradtak le. Majd' mindenkinek beszólt, drukkolt az edzője a mellettünk haladó teherautó platóján ülve, de magyar hang nem volt. A nyomasztó magány egyre nehezebb társam lett. Mikor 36 km-nél hárman maradtunk elöl, kis izomgörcs is bekéredzkedett a vádlimba, de senki sem mondta, hogy nem én látszom a legfáradtabbnak. Amikor 38 km-nél Martha Cooksey (USA), a későbbi győztes tempót váltott, sajnos nem mentem vele. Senki sem biztatott, hogy bírom a tempót, menjek vele... gyáva voltam?! Így 40 km-nél elhúzva a velem futó némettől, a második helyen értem célba. Fantasztikus boldogság volt, különösen a 13-as rajtszámra pillantva, hiszen 11, nálam addig jobb futót vertem meg ezen a nagy versenyen. Fred Lebow, a New York maraton kitalálója és igazgatója odajött a célba, gratulált magyarul és rögtön meghívott a novemberi New York City maratonijára. Még ezen a napon a Tokyo női maratonra is kaptam teljes meghívást decemberre.”



Kispál László

Sokszoros országos bajnok, országos csúcst elérte távfutó

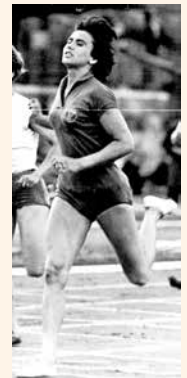


„1976-ban 5000 m-en 14:01,6 volt a legjobb időm, így nem igazán volt esélyem az országos bajnoki cím megszerzésére. A versenyre egyébként jó formában érkeztem. Igen jó napot sikerült kifognom. A versenyen végig az élbolyban futottam példaképemmel, dr. Török Jánossal – Egérrel – és Horváth Béla barátommal, egészen az utolsó 200 méterig. A vizesárokknál a céltól kb. 120 m-re odafutott szinte karnyújtásnyi közelségbe János felesége, Csipán Borbála, és nagy ovációval biztatta Egért, hogy rám vigyázzon a hajrában. Élesen villant át a tudatomban, hogy ha tőlem félnék – a hajrá készségemtől –, akkor ezt a versenyt nekem kell megnyernem. Újult erővel húzódtam ki a 2-es pályára, és nyitottam meg a hajrát. Az utolsó 100 méteren előztem meg a két nagy ellenfelemet, és sikerült elsőként a célba érnem 3-4 méteres előnnyel, és nyertem meg első felnőtt országos bajnokságomat. A boldogságom a célban nemcsak a győzelem öröme volt, hanem az időeredményem is, a 13:47,8, ami jelentős egyéni csúcst jelentett. Ezt a jó formát tartva lettem ezután felnőtt válogatott távfutó.”

Markó Margit

Olimpikon, fedett pályás Európa-játékon aranyérmes 50 és 60 méteren

„Életem versenyét 1966-ban Dortmundban, az első fedett pályás Európa Játékokon futottam. Jól sikerült a felkészülésem, éreztem, hogy jó formában vagyok. Nem érkeztem esélyesként a játékokra, az NDK-s és a cseh sprinter gárda abban az időben rendkívül erős volt. Az előfutamat simán nyertem, akkor átfutott az agyamon, hogy ha jól elkapom a rajtot, akár dobogóra is kerülhetek. A döntőben fantasztikusan gyorsan reagáltam a lövésre, magam mögé utasítottam a mezőnyt, és az előnyömet tartani tudtam, így megnyertem a versenyt. Annyira boldog voltam, hogy sikerült! Amikor pedig megláttam az eredményjelző táblát, nem hittem a szememnek. Beállítottam a világsúcst, 7,3-t futottam. Azt az euforikus érzést, amit akkor éreztem, soha nem felejttem el. A dolog érdekessége, hogy ezt az időeredményt már soha nem fogják megdönteni, hiszen 1966-ban még kézi mérés volt, később vezették be a gépi mérést. Ez volt életem versenye, amire a legszívesebben emlékszem vissza.”



†Szabó János

Olimpikon távfutó



„Legemlékezetesebb versenyem, amire szívesen emlékszem, 1968 júniusában volt, a Brit Nemzetközösségi Játékokon. Ezen a versenyen 24 ország atlétái vettek részt. Csütörtöki napon érkeztünk meg Londonba. Péntek délelőtt, a Wembley Stadionban a döntő előtti napon, úgy döntöttünk Kiss Gyurival, hogy elme gyünk egy kis városnézésre. Délben egy jó adag steak ebéd közben talált meg vezetőnk, Keresztúri Géza bácsi, hogy siessünk, mert előfutamat kell futnunk akadályon 17:00 órakor. Erre nem voltunk felkészülve, főleg nem degeszre tömött tele hassal... Az előfutamat sikerült megnyernem 8:46,6-os idővel. Másnap a döntőben 5. helyezett lettem 8:42,2-es időeredménnyel, ami olimpiai szintet jelentett. Az itt elért időeredményem miatt sikerült kijutnom a mexikói olimpiára, ami, igaz, nem lett olyan „eredményes”, mint szerettem volna, de az olimpia nagy élmény volt.”

Sütő József

Olimpián V. helyezett maratonon



„1964-et írunk, a tokiói olimpia éve. Edzőmmel, Harsányi Gusztávval megbeszéltük, hogy ha ki akarok jutni az olimpiára, akkor csak a maratoni táv jöhet szóba. Emellett persze 5000 és 10000 m-en is versenyzek. Ennek megfelelően állítottuk össze az edzéstervet. 1963 decemberében 3 hétig Tatán, az edzőtáborban alapoztunk. Januárban kezdődött meg az igazi alapozás. Sokak számára talán furcsán hangzik, de 1000 km-t futottam egy hónap alatt. Reggelente 12 km-t, és délben 20-22 km-t futottam. Vasárnap délelőtt 35-40 km volt az edzés. Kétségtelen szerencsém volt, hogy a sérülések elkerültek ebben az időszakban. Júliusban volt a szegedi nemzetközi maratoni verseny. Előtte Londonba futottam 3 és 6 mérföldön, de feladtam a versenyeket, mert annyira fáradt voltam. Szerencsére 2 napra rá Írországból 5000 m-en 2. lettem 14:15-tel. Éreztem, hogy a fáradtság kezd elmúlni. A következő hét végén volt a szegedi maraton. Aki azt a versenyt nyerte, az utazhatott az olimpiára. Emlékszem, 35 fokos meleg volt. Este 6-kor volt a rajt. 2:36-tal nyertem, és gondolatban már Tokióban éreztem magam. Be is válogattak az utazó keretbe. Rengeteg tempós edzést végeztem, futás közben rengeteget váltogattam 200-400 m-es távokat. Az olimpia előtt egy héttel futottam egy 10000 m-es versenyen, ahol 17. lettem 29:30 körüli idővel. Eljött a nagy nap. Október 21-én délután 13:00-kor volt a rajt. 73-an indultunk el. A stadionból kifutva oda-vissza volt az útvonal. 20 km-ig egy 6-7 fős bolyban futottam a

10-12. helyen. Féltávnál a japán Tsuburayával elfutottam a bolytól. Egymást segítve értük utol azokat a versenyzőket, akik egy kicsit erősebben kezdtek, az ír Hogant és az ausztrál Clarkot. Az etióp Bikila a saját tempóját futva hamar élre állt, és simán meg is nyerte a versenyt. Én és Tsuburaya 38 km-ig a 2-3. helyen futottunk. Sajnos ott elfáradtam, és leszakadva tőle a 39-40. km-nél két angol, Heatley és Kilby megelőzött. De az 5. helyezem a célig sikerült megtartanom. Az időm 2:17:56 lett. Ezzel az időmmel több mint 5 perccel megjavítottam az egyéni legjobbam, a saját országos csúcsumat, amit 1962-ben futottam. Az akkori Népsport azt írta: a nap meglepetése Sütő maratoni futáson elért 5. helyezése volt. Eltelt 53 év, és magyar futó, beleértve a középtávfutókat is, nem ért el jobb helyezést. Ez az eredményem az olimpiákon a mai napig a legjobb magyar helyezés. Sajnos a mai eredmények azt mutatják, hogy tömegversenyzők vannak, de minőségi futás Magyarországon nincsen közép- és hosszútávon. Amíg az afrikai futók léteznek, addig európai és talán az amerikai futók nem szólhatnak bele a maratoni versenyekbe. Ahhoz, hogy valaki jó eredményeket érjen el, fanatikusnak kell lennie, egyetlen napot sem szabad kihagynia. Eshet eső vagy hó, lehet nagyon rossz idő, az edzést akkor is meg kell tartani. Remélem, írásommal talán kedvet fogok adni a mai fiataloknak, mert a futás az egy csodálatos sport. Én 80 évesen is napi 8 km-t futok. Hogy miért? Mert borzasztóan szeretek futni.”

Szücs Antal

Többszörös országos bajnok távfutó

„2001-es országos maratoni bajnokság. Már a futás mellett masszörködtem is, és nem én számítottam az esélyesnek. A verseny előtti este felhívott Nagy László, és azt mondta a telefonba, hogy ott fogok sírni, ahol senki sem lát, azt mondtam neki, sosem lehetsz elég kemény. A taktikám az volt, hogy mindig az élmezőnnyel futva ott tudjak maradni a végső hajrára. Nem volt könnyű, mert 31 km-ig több iramváltás is történt, ezeket sikerült átvészelnem, és már csak hárman maradtunk, Nagy László, Baier Tibor és én. A verseny egyben rendőr-világbajnokság is volt, itt utolértünk egy ötfős afrikai csoportot, ami nekem nagyon jól jött ki. Eldöntöttem, hogy őket kihasználva van esélyem a magyar bajnoki cím megnyerésére. Tudtam, hogy csak akkor van remény, ha iramváltásokkal a célig megtöröm a két riválisom akaratát. Ebben volt nagy segítségemre az afrikai különítmény! Mert ezt nagyon szeretik csinálni. Nagy Lászlót 33 km-nél törtük meg! Már csak Baier Tibor tartott velem, de neki szóltam, hogy kezdjünk el futni, mert jönnek föl ránk. Ezzel a mondattal meg is indítottam a célig tervezet iramváltogatást, szerencsémre ezt Tibi nem bírta, és ha lehet azt mondani, a célba már végtelen boldogságban érkeztem. Így visszagondolva büszke vagyok, mert kiváló maratoni futókat sikerült magam mögött hagyni. Ez a verseny – ha lehet mondani – életem legjobb élménye volt.”



Dr. Szabó Miklós

Olimpián IV. helyezett 5000 méteren



„1957. júliusában biztató formában utazhattam ki Moszkvába, a Világifjúsági Találkozó kapcsán rendezett nagy sportversenyekre – amelyet kis „olimpiának” neveztek a nemzetközi sajtóban –, természetesen vonaton. Két napig tartott az út, de szerencsére még 10 nap volt az augusztus 4-i 5000 méteres versenyig, így volt idő megfelelő erős edzésekkel ráhangolódni a szereplésre. Az atlétikai versenyekre a Lenin Stadionban került sor, hatalmas közönség előtt. Vasárnap az 5000 méteres versenyre 60 ezer néző zsúfolódott össze a nézőtéren, amikor a 17 fő induló felsorakozott a hűvös, szeles időben, a rendkívül kemény, de borzasztóan merev salakpályán a rajthoz. Edzésnaplómba azt írtam be, hogy utána napokig fáj és érzékeny volt a lábam. A bemelegítés után olyan gondolatokkal mentem a pályára, hogy jól felkészültem, és szeretnék minél jobban futni. A szovjet Bolotnyikov azonnal az élre állt, és igen erős, 61,5 mp-es első 400-at vezetett. Valószínűleg ezért, de az első 2-3 kör elég nehezemre esett, de aztán egyre jobban belelendültem, és végig jól mozogtam. Bolotnyikov mögött rövidesen kialakult egy ötfős élboly, amelyben Janke, Laurance, Jurek és én futottam, mi fokozatosan elhúztunk a többiektől. Az iram akkori mércével mérve igen erős volt. Ezer méterenként 2:41 - 5:31,4 - 8:22,5 - 11:13,2. 4000 méternél Janke ment előre, én eggyel feljebb mentem, de csengetéskor öten még szorosan együtt voltunk. Ekkor az NDK-s futó hirtelen megugrott, és 8-10 méteres előnyt szerzett. Próbáltam én is menni utána, és a túlsó egyenes végéig sikerült is felzárkózni hozzá, a többiek már mögöttem voltak. Az utolsó kanyarban maradtam szorosan mögötte, majd a célegyenes elején mindketten megpróbáltunk erősíteni, és megnyitottuk a hajrát. A cél előtt 50 méternél mellé értem, és onnan már a győzelemért futottam, és sikerült is győznom. A cél után 20 méterrel, mikor már lelassítottam, villant fel bennem, hogy milyen

nagy versenyt sikerült megnyernem, és öntött el a felszabadult öröm. De hogy milyen idővel, azt nem tudtuk. A verseny után az ott lévő magyar edzők azt mondták, hogy végig jól mozogtam, és biztosabban győztem, mint ahogy azt az időmérők mérték. Az év 5000-es versenyének minősített verseny eredménye végül így alakult: 1. Szabó Miklós 13:51,8 (a világ az évi legjobb eredménye volt), 2. Janke 13:52 (NDK-csúcs), 3. Laurance 13:54,2 (ausztrál csúcs), 4. Bolotnyikov 13:54,4 (szovjet), 5. Jurek 13:57,8 (csehszlovák). Még a 9. helyezett is 14:15-ös román csúcsot ért el. Az én időmet azután októberben egy versenyen csak a szovjet Kucnak sikerült megjavítania. Peterdi Pál, az akkori idők neves komikusa és sportújságírója a Képes Sportban így vezette be a verseny tudósítását: 13:51,8 mp-ig tartott az év legnagyobb 5000 m-es versenye Moszkvában, azon Szabó Miklós csak 2 tized másodpercet töltött az élen, de azt a célban.”

Vári Edit

Sokszoros országos bajnok, országos csúcsot elért rövidtávfutó

„Nagy versenyeim közül a 2007. június 23–24-én rendezett Milanói Európa Kupa volt számomra a legkülönlegesebb. Későn értünk a városba. Emlékeim szerint éjfél után foglaltuk el szállodai szobánkat, ahol mindenkit egy nagy hidegtál várt, tele finomságokkal. Nem akartam enni, mert úgy gondoltam, hogy közvetlenül elalvás előtt nehéz lenne az inycsiklandó pármái sonka, sajt, miegyebek. Szombaton a 4×100 m-es váltóban befutó voltam. A mellettem levő pályán Marlene Ottey futott, aki 2 méteres előnnyel kapta a váltóbotot, és a célig nem nőtt jelentős mértékben a távolság közöttünk. A Kaptur Éva – Listár Nikolett – Rózsa Zsófia – Vári Edit összeállítású váltó V. lett (45.61). A 100 m gát vasárnap következett. Igazából szinte semmit nem melegítettem, csak kocogtam és nyújtottam. Aztán bementem a több száz éves stadionba, és ráfutottam egyszer a gátra. 1-es volt a rajtszámom, és a 4-es pályát sorsolták ki nekem. Nyerni szerettem volna. A rajtom elég jól sikerült, aztán úgy „jöttek a gátak”, majd elestem bennük. Nagy versenyben voltam az olasz Micol Cattaneóval, de az utolsó méterekig tartottam magam. A célba érkezés után felnéztem az eredményjelzőre, engem hoztak ki elsőnek, 13,06-os vb- és olimpiai szinttel. El sem tudom mondani, mit éreztem. Rózsa Zsófi edzőtársam futott felém boldogan. Hálás vagyok neki, hogy mellettem állt ezen a versenyen és az egész éves felkészülés minden edzésén. Köszönettel tartozom Szitás László mosonmagyaróvári nevelőedzőmnek, akitől 1989–1994 között tökéletes alapokat kaptam; Nagy Zsigmond tanár úr, olimpikon súlylökőnknek, aki 2001–2008 között végig hitt bennem, és belőlem is olimpikont faragott; Németh Gyulának, aki figyelemmel kísérte 20 éves sportpályafutásomat, és mellettem állt, amikor kellett.”



Simon Attila

Európa-bajnokságon V. helyezett 3000 m akadályon



„Az MTST és a Népsport a futás népszerűsítésére vándordíjas versenysorozatot indított 1963 május-június hónapban. A versenysorozat öt versenyből állt (2×1500 m, 2×3000 m és 1×5000 m). A vándordíjat (8,25 kg-os ólomkristály vázát) csak abban az esetben lehetett elnyerni, ha az eredmények egy bizonyos szintet elérték.

Ebben az időben „nyulazás” nem volt divatban, tehát a tempóról a verseny résztvevőinek kellett gondoskodni. Legfeljebb annyi segítség volt, ha az iram nem volt megfelelő, akkor Kaja Bácsi (dr. Sír József szövetségi kapitány) a pálya széléről beszólt »talán jó lenne, ha megfognátok egymás kezét is«.

A versenyeket döntően a labdarúgó-mérkőzések szünetében (vagy előtte) tartották, általában több tízezres nézőszám előtt. Jelen versenyt május 29-én, szerdán az MTK-BOLOGNA Közép-európai Kupa-mérkőzés szünetében, 25000 néző előtt tartották. (Érdekes, ekkor milyen jól megvolt egymással az atlétika és a rengeteg nézőt vonzó labdarúgó esemény). A színhely egyébként az atléták szentélye, a Népstadion volt, a versenytáv 3000 m, és ez volt a sorozat második versenye.

Ennek a 3000 m-es versenynek a legnagyobb színfoltja részéről az volt, hogy nagy versenyen legyőzhettem a magyar atlétika kimagasló alakját, Iharos Sándort. Sanyit nagyon tiszteltem, hiszen 1955-ben a világ legjobb sportolójának választották.

Magáról a versenyről Schubert Zoltán személyében az akkori időszak egyik legfelkészültebb újságírója számolt be részletesen a Népsportban:

– Az MTK-Bologna mérkőzés első félidejének befejezése után felmorajlott a közönség, amikor a hangszórón közölték, hogy a fő számban, a 3000-s síkfutásban a teljes magyar élgárda rajt-hoz áll. A 17 főnyi mezőnyt Szekeres vezette 59 másodperces első körrel, majd 1000 méternél már mintegy 15 méterrel haladt a mögötte szoros bolyban futó mezőny előtt. 1500 méternél

Simon Attila vezetésével utolérték Szekereset. Pillanatonként változott a helyzet, az élen állandóan 10-12-en futottak együtt, és a részidőkből már következtetni lehetett, hogy nagyszerű időeredményre van kilátás. A közönség részéből a verseny második felét csaknem végig hangorkán kísérte, hiszen régen láthatott a Népstadionban ilyen nagyszerű, változatos, izgalmas versenyt. 2000-nél Sovák volt az élen, de az első tíz futó között még mindig nem volt tíz méternél nagyobb távolság. Csöngetéskor Simon Attila vágott az élre, nyomában Iharossal, és hiába próbált Simon 2700-nál hatalmas hosszú hajrát nyitni, Iharos végig szorosan a nyomában maradt. Már csak kettejük között folyt a verseny, de Iharos nem bírta Simont megelőzni. Az FTC futója a célegyenesben újított, és világviszonylatban is kitűnő idővel ért elsőnek a célba. Parsch nagy hajrával jött fel a végén, és szerezte meg a 3. helyet, de kitűnően futott a mezőny csaknem valamennyi tagja, s még az utolsónak befutó hosszútávú ötszörös csúcstartót, Sütő Józsefet is melegen ünnepelte a stadion közönsége.

Ismereteim szerint az utolsó 400 m ideje 56 másodperc körül volt. Részletes eredmények:

1. Simon A FTC 7:59,6 2. Iharos Bp Honvéd 8:00,4 3. Parsch Vasas 8:01,6

11-en futottak 8:10-en belül! Ez az 53 évvel ezelőtti eredmény még ma sem lenne rossz Magyarországon.

Hát ez volt életem egyik nagy versenye, amire még ma is büszkén gondolok, és büszke vagyok továbbá arra is, hogy egy akadályfutó síkon is megállta a helyét.

A versenysorozatot én nyertem, mert az öt versenyszámból háromszor győztem.

A vándordíjat egy évig őrizhettem, melyet tőlem a legjobb barátom nyerte el, Kiss György. Az utána következő évben Mecser Lajos volt a győztes.”

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 digitális kiadványa ■ Grafikai munkálatok: ifj. Cseke István
 - Fényképek: 100 ÉV ATLÉTIKA ■ Nyomdai előkészítés: Barna Ildikó

A magazin letölthető a www.hajrafutas.hu honlapról és a Facebook HAJRÁ FUTÁS csoportban.

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

Sasvári Gizella

Olimpián VII. helyezett, Vasutas Európa-bajnokságon ezüstérmes 800 méteren



„Természetesen a legkiemelkedőbb versenyem 1960-ban a Rómában megrendezett olimpia volt. Fledhetetlen élmény, életem álma valósult meg azzal, hogy kijutottam az olimpiára. Büszke vagyok arra, hogy egyetlen döntőbe jutott versenyző voltam a női válogatott csapatból.

Az előfutamban a második helyen biztosítottam a helyem a fináléban úgy, hogy a papírforma alapján nem jósolták azt, hogy bejutok a döntőbe.

A döntő napján a buszon – amely a stadionba vitt – egyedül utaztam, sem vezető, sem edző nem kísért el. A rajt előtt rettenetesen izgultam. Nem láttam, nem hallottam. Amikor a rajthoz szólították a versenyzőket, Csóka néven szólítottak, Sasvári helyett, és én akkor még azt sem tudtam, ki az a versenyző! A felvezető jött oda hozzám és szólt, hogy menjek a rajthoz, de még akkor is alig fogtam fel, hogy én vagyok az, akit szólítottak.

A döntő két percéről nem sokat tudok mondani. Arra emlékszem csak, hogy idegességemben – életemben először és utoljára – kiugrottam. S emiatt – középtávon ez ritkaság – újra kellett indítani a mezőnyt. Az első körben, sőt a második feléig közvetlenül a vezetők nyomában futottam. Az utolsó 150 méteren azonban már nem tudtam velük lépést tartani. Nem is csoda, hiszen erőnlételem sohasem álltam valami jól (39 kg volt a súlyom), ráadásul a verseny napján egyetlen falatot sem tudtam lenyelni. Végül minimális különbséggel a 7. helyen értem célba. Ha a legjobb eredményemet megfutom, hatodikként pontot szerezhettem volna. A 2:08.0-val meg kellett elégednem a hetedik hellyel. A célba érkezés után nagyszerű érzés fogott el, olimpiai döntőt futhattam. Csodálatos volt, azt leírni nem is lehet, azt át kell

élni. Örülök, hogy ez megadatott nekem, amire mindig szívesen gondolok vissza.”

Szerényi János

Olimpikon, Európa-bajnokságon VII. helyezett 10000 méteren



„Az első válogatottságom Modenában, a csodálatos olasz városban volt 1966. július 23-24-én az olasz–svájci–magyar férfi válogatott viadalon. Akkoriban még gyakoriak voltak az ilyen versenyek. Ekkor már rendelkeztem az augusztusi Budapesten megrendezésre került Európa-bajnokság szintidejével, ami 29:20 volt. Nem tudom eléggé kifejezni, milyen felemelő érzés volt számomra felvenni a magyar válogatott mezét. 10000 m-en indultam. A rajt után a másik magyar futóval, már nem emlékszem, ki volt, azonnal az élre álltunk, és felváltva diktáltuk az iramot. A két svájci versenyző hamar leszakadt, a két olasz futó tudta tartani velünk a lépést kb. féltávig, utána már csak egymással versenyeztünk. Végül sikerült győzöm. Csodálatos érzés volt. A válogatott viadalt egyébként a magyarok nyerték. A válogatottban szokás volt az első válogatottságot megelőző avatása. Ez az öregek „feladata” volt. Engem Varjú Vilmos olimpiai bronzérmes, kétszeres Európa-bajnok súlylökő, Nagy Zsigmond olimpikon súlylökő, Eckschmiedt Sándor, olimpián 5. helyezett kalapácsvető, Zsivótvzky Gyula olimpiai bajnok kalapácsvető és Szécsényi József, Európa-bajnokságon bronzérmes diszkoszvető avatott. Jóska javaslatára csak finoman, hiszen megnyertem a versenyt. Mindez azért jutott eszembe, mert napjainkban búcsúztattuk Szécsényi Jóska, aki 85 éves korában egy szebb világba távozott. Sok régi sporttárs búcsúztatta, nagyon meghatódtunk.”

Véninger Katalin

Sokszoros országos bajnok, országos csúcst elérte távfutó



„1984-ben remek formában voltam, hiszen az olimpiára készültem, de sajnos a bojkott miatt nem utaztunk. A Budapest Nagydíj bizonyítási lehetőség volt az itthon maradottak számára. Szerintem azon a versenyen minden magyar sportoló az élete árán is felül akarta múlni önmagát. 1984. augusztus 20. A Népstadion zsúfolásig megtelt, hiszen a verseny sztárja a világhírű amerikai gátfutó, Edwin Moses volt. A női 1500 m-es síkfutást közvetlenül Moses versenye előtt rendezték. Két orosz és egy olasz lány voltak a legnagyobb ellenfeleim. Az oroszok rögtön a rajt után az élre álltak, és nagyon jó tempót diktáltak. A részidőim 64,0 (400 m), 2:09 (800 m) és 3:13 (1200 m) voltak. Az edzőm, Kiss György őrvongott, hogy nem fogom bírni. Nem kell, nem kell, kiabálta. Ami azt jelentette, hogy lassabban fussak. De én megcsináltam! Az utolsó 200 m-en elfutottam az olasz lány mellett, együtt az orosz lányokkal. De nem túl sportszerűen az egyik orosz lány nagyot lökött rajtam, majdnem elestem. Így harmadikként értem célba, hatalmas magyar rekordot futottam 4:03,51-es idővel. Akkor közölték, hogy tiszteletkört kell futnom, amit az istenért nem akartam. Aki ismer, az tudja csak igazán, hogy milyen nehéz volt ez nekem. Nehezebb, mint a verseny, mert ott otthon voltam. Mi lesz, ha senki nem vesz észre? De a hálás szurkolók, amerre futottam, felállva tapsoltak, elismerve a teljesítményemet. Életem egyik legszebb élménye volt, de szívesen elcseréltem volna egy repülőjegyre Los Angelesbe, az olimpiára.”

Zarándi László

Olimpián bronzérmes, Európa-bajnok a 4×100 m-es váltóban



„Az olimpiai bronzérmemre, amíg élek, büszke leszek. Ezt az érmet tartom a sportpályafutásom legjobb és legnagyobb eredményének. Mégis egy másik sporteredményemről mondom el gondolataimat. Egy olyan versenyről, amelynek végső kimenetelét több tényező is befolyásolta. Ez a verseny az 1954-ben, Bernben megrendezett Európa-bajnokság. A verseny előtti értékelésben mind az ellenfelek, mind a sajtó még dobogóra sem tartott esélyesnek bennünket, a magyar 4×100 m-es váltót. Már ez is nagyon bosszantott bennünket, és az első „doppingszerként” olvastuk el a leírtakat. A másik ösztönzést – ez már nagyobb volt az előzőnél – az edzőnktől, Kovács Józseftől, Kléri bától kaptuk. Ő közölte velünk, hogy az akkori OTSH (Országos Testnevelési és Sporthivatal) vezérrel fogadott egy láda sörben a győzelmünkre. Mivel mi Klérit szerettük, így elhatároztuk, hogy nemcsak magunkért, hanem a láda sörért is győzni fogunk. A döntő előtt a szokásos megbeszélésünk után megkezdtük – külön-külön – a bemelegítéseinket. S milyen az élet, a jó Isten számomra adott egy újabb „doppingszert”. És ez nem más volt, mint az, hogy melegítés közben egy ismerős svájci leány rám kiáltott, hogy drukkol értem és a váltó győzelméért. Én visszaköszöntem neki, és azzal a lendülettel hasra is estem. Kezemről, lábamról lejött a bőr, én pedig ülve törölgettem a vérző sebeimet. Az ellenfelek, látva az „ülőhelyzetemben” végzett bemelegítésemet, egyre biztosabbá váltak, hogy mi kiestünk a versenyből. Természetesen Géza, Gyuri és Béla – Varasdi Géza, Csányi György, Goldoványi Béla – is odarahantak hozzám, hogy mi történt velem. Én megnyugtattam őket, hogy a rajtnál ott leszek. Közben az járt a fejemben, hogy nem hagyhatom őket cserben. Bemelegítés nélkül is végig kell futnom a kanyart.

A győzelemért a többiek úgyis megtesznek mindent. A rajtnál ott voltam, és életem legjobb térdelőrajtjával és kanyarfutásával elsőként váltottam Gézát. A végeredmény ismert. 40,6-tal győztesként hallgathattuk a Himnuszt. Hát így történt. De azt is be kell vallanom, hogy az eredményhirdetés után egyedül elmentem a pálya melletti erdőbe, nyakamban az aranyéremmel. Ott szabadon engedtem könnyeimet, miközben magamban mindenkinek megköszöntem azt a segítséget, amellyel hozzájárultak az akkor érzett határtalan boldogsághoz.”

Életem versenye

Babály László Balogh Györgyi Bérces Edit Béres Ernő

Bogár János Gresa Lajos Kispál László Kovács Dusan

Lombos Dezső Markó Margit Mecser Lajos Menczer Gusztáv

Mélykuti Béla Mohácsi Péter Monspart Sarolta Munkácsi Antónia

Sasvári Gizella Simon Attila Sütő József Szabó János

Szabó Miklós Szekeres Ferenc Szerényi János Szűcs Antal

Vári Edit Véninger Katalin Zarándi László Zemen János

Hajrá Futás!