

# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/1



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

1. SZÁM

Mint korábban már jeleztük ötödik évfolyamunk ezen első számától megváltozik a

## TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

küldőlapja: formátum, borító és a szöveg betűtípusa.

E B/5-ös nagyság kedvezőbb lehetőségeket biztosít a címlapfotó elkészítéséhez, mind téma, mind a képek élessége szempontjából.

A szöveg az eddigi "egyszerű írógép" helyett már IBM szedőírógéppel készül. Külső munkatársaink figyelmébe: továbbra is kicsinyítéssel készül az újság mégpedig A/3-as lapon 20x30 cm-es tükörbe, 9,5 cm-es hasábközből tördeljük a szöveget, ábrát stb.

A szövegmenyiség nem lett arányosan kevesebb az előzőkhez képest, mert az IBM gép betűi, a nyomdai szedéshez hasonlóan, saját törzsüknek megfelelő helyet foglalnak el, míg az írógép betűi tudvalevőleg egységnyi távolságra voltak egymástól. Így oldalanként az eddigiekkel körülbelül azonos szövegmenyiséggel számolhatunk /2700 betű/ ezt kéziratból két 1,5-es sortávolsággal gépelt - A/4-es oldal adja ki.

Kaptunk javaslatot kedves Olvasóinktól is a kivétel színvonalának emelésére /hat színű térképes borító, szövegközi fotók stb./. Világosan látják velünk együtt a lap további fejlesztésének, terjesztésének távlatait, de elhamarkodott ígéretek helyett fogadják szeretettel egyenlőre így az újságot ebben a formában.

Végül, de nem utolsó sorban megköszönjük a

## TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

szerkesztőségének küldött újságvéleményeket.

## Újévi köszöntő

Ismét eltelt egy esztendő, terveinket lezártuk, az összesen rovatot kitöltöttük. Vizsgálata során nyugodt lelkiismerettel ki-jelenthetjük, sokkal számosabb és rangosabb a pozitív eredményünk, a negatívokhoz viszonyítva. Mindent összevetve úgy lehet summázni, hogy sportágunk néhány területen az elmúlt években jelentősen fejlődött és ez a fejlődés alapvetően az 1973-as évben kulminált, jelentkezett. Így lényeges és jelentős eredményeink közé tartozik többek között, de talán az egyik legfontosabb is, hogy a tájékozdási futás az 1973-as évben minden területen kilépett a nagy nyilvánosság elé. Másrészt pedig egyesületeink, szakosztályaink zöme tovább erősödött, szilárdult, maga a sportág egésze a korábbi években elért eredményeket tovább szilárdította. Igen örömdetes az a körülmény, hogy sportágunkon belül a ténylegesen sportolók száma jelentősen növekedett, hangsúlyozni kell és ez örömdetes, hogy ezen belül is elsősorban a serdülők, az ifik létszáma.

Sportágunk népszerűsítéséhez jelentősen járult hozzá a Zalaegerszegi megrendezett HUNGÁRIA Kupa. E nagy nemzetközi verseny eredménye és tapasztalatainak elemzése után le lehet vonni egy olyan következtetést, ha a tömegek széles rétege megismeri ezt a sportágot, meg is szereti; talán ez a leglényegesebb tapasztalat.

1973. az átszervezés éve is volt. Nem másról van itt szó, mint arról, hogy sportágunk irányításának is alkalmazkodni kell azokhoz az elvekhez és határozatokhoz, amelyeket az OTSH részünkre meghatároz. Ezek új feladatokat jelentenek és ezek valamennyi szinten jelentkeznek. Azt azonban egyértelműen le lehet szögezni, hogy az irányítás rendszerén belül a legfontosabb a különböző szervek erősítése, elsősorban szakmai vonatkozásban. Másrészt pedig az aktivahálózat további szélesítése és szilárdítása.

A tájékozdási futás az elmúlt években és ezen belül sportolóink jelentős eredményeket értek el, ez kézzel foghatóan érzékelhető nemzetközi viszonylatban is. Nem dicsekvésképpen mondjuk, de beszélnek a magyar tájékozdási sportról és annak eredményeiről. Az eredmények köteleznek bennünket. 1974-ben világ bajnokság kerül megrendezésre. E világ bajnokságon éppen a fentiek miatt jól kell szerepeelnünk, bizonyítanunk kell, ez azonban csak úgy lehetséges, ha erre a viadatra képességeink és lehetőségeink szerint szívós odaadó munkával készülünk fel.

Az 1973-as nem volt könnyű év, de az 1974-es sem lesz az. Az elmúlt évben végzett munkát az Elnökség nevében köszönöm sportolóink- sportágunk minden tagjának és a fentiek szellemében kívánok a további munkájukhoz sok sikert, erőt és egészséget.

SLEZÁK ISTVÁN ezredes  
az MTFSZ elnöke

# Az MTFSZ-ből jelentjük

Az OTSH 36 országos szakszövetségét - sulyuk, jelentőségük és főképpen elterjedtségük alapján - három kategóriába sorolta és ennek megfelelően határozta meg az elnökségek tagjainak létszámát: első kategória 19-25 fő, második 11-17 fő, harmadik 7-9 fő.

Megítélésük szerint a tájékozdási futás meglehetősen elterjedt hazánkban, ezért 19-25 fő elnökség kialakítását hagyták jóvá.

E határozat értelmében lehetőség nyílik olyan társszervek, illetve személyiségek bevonására, akik nagymértékben segíthetik a tájékozdási futás további elterjesztését és fejlődését, valamint az MTFSZ elnökségének munkáját.

## 1974. ÉVI VÁLOGATOTT KERETEK

### FÉRFIAK

#### Felnőtt válogatott:

Horváth Attila	OSC
Hegedűs András	BEAC
Boros Zoltán	Egri Spartacus
Bozán György	Spartacus TE
Vajda Géza	Bp. MÁV SC.
Sóter János	BSE
Hegedűs Zoltán	OSC
Egervári Ottó	Spartacus TE
Vincze István	MEAFC

Utánpótlás válogatott:

Erdélyi Tibor	VM Egyetértés
Klimstein László	Schönherz SE
Balla Sándor	Zalka KFSE
Bokros István	MEAFC
Honfi Gábor	BSE
Hegedűs Ábel	BEAC

#### Ifjúsági válogatott:

Harkányi Ádám	K. Lombik
Vigh Sándor	Tipográfia TE
Tóth János	Tipográfia TE
Pap László	Tipográfia TE
Hrenkó László	Nyíregyházi TITÁSZ
Vekerdy Zoltán	Vasas

#### Felnőtt válogatott:

Monspart Sarolta	Spartacus TE
Szopori Éva	Spartacus TE
Horváth Magda	OSC
Turchányi Pirooska	BEAC
Cser Borbála	BEAC
Fodor Cecília	BEAC
Hegedűs Ágnes	BEAC

#### Utánpótlás válogatott:

Schmidmeiszter Ilona Spartacus TE

#### Ifjúsági válogatott:

Piróth Eszter	BSE
Dobosi Erzsébet	Spartacus TE
Takács Ágnes	Szegedi Radnóti
Jenővári Gabriella	Spartacus TE
Kalló Annamária	DVTK
Kozák Éva	Egri Vasas

## 1973. - II. félévi felnőtt ranglista

### Férfiak

1. Horváth Attila	OSC	100,56
2. Hegedűs András	BEAC	102,38
3. Boros Zoltán	Egri Spart.	105,66
4. Bozán György	Spart. TE	107,05
5. Vajda Géza	Bp. MÁV SC	107,05
6. Sóter János	BSE	110,88
7. Hegedűs Zoltán	OSC	111,92
8. Vincze István	MEAFC	112,06
9. Egervári Ottó	Spart. TE	114,13
10. Balogh Tamás	Spart. TE	119,07
11. Gyurkó László	Spart. TE	121,69
12. Erdélyi Tibor	VM Egyetért.	124,21
13. Gyalog László	VM Egyetért.	125,39
14. Klimstein László	Schönherz SE	125,59
15. Kempelen Miklós	OSC	127,53

### Nők

1. Monspart Sarolta	Spart. TE	100,00
2. Szopori Éva	Spart. TE	120,06
3. Horváth Magda	OSC	122,66
4. Turchányi Pirooska	BEAC	122,98
5. Cser Borbála	BEAC	123,03
6. Fodor Cecília	BEAC	126,77
7. Danovszky Mária	BSE	127,91
8. Schmidmeiszter Ilona	Spart. TE	131,63
9. Hegedűs Ágnes	BEAC	133,82

Budapest Főváros Tanácsa VB Testnevelési és Sporthivatala tanácskozást tartott a fővárosi szakszövetségek vezetőivel az elvégzendő feladatokról, s ez alkalommal Kapcsos Lajosné, a BTSH elnöke kinevezte a budapesti szakszövetségek vezető tisztségviselőit.

#### Tájékozdási futásban:

Elnök: Szőnyi László

Főtitkár: Hosszu Aurél

További munkájukhoz a Tájékozdási Futás Szerkesztősége is kíván sok sikert, egészséget

Az MTFSZ Elnöksége 1973. november 28-i ülésén meghallgatta a válogatott keretek edzőinek jelentését az elmúlt évben végzett munkáról. Élénk vita kerekedett az ifjúsági élversenyző utánpótlás fejlődésének nehézségeiről, problé-

máiról. Ujságunk olvasótáborra előtt folytatjuk a véleménycserét az illetékes szakemberek, az érdekeltek és mindazok bevonásával akik tehetnek valamit az ifjúsági utánpótlás helyzetének holtpontonról való kimozdításáért.

## Ifjúság válogatott szinten

Az utánpótlás nevelése minden sportágban sokoldalú, körültekintő munkát igényel. Az edzés módszerek igen sok változáson mennek át, s ezt az edzőknek figyelemmel kell kísérni, nem egy esetben alakítani kell. Így van ez az atlétikában, a hosszútávfutásban, ahol az intervall és maratoni edzés módszer a két általánosan alkalmazott edzésforma, de ezeknek számtalan változatával találkozhatunk, kiegészítve sok egyébvel. Az ausztrál futóiskola például dűnéken futott. Iglói mester tanítványai pályán futották a határterhelésű edzéseket is, mivel a verseny a 400-as körön van, tehát ideigleg is el kell bírni ott az edzéseket. Nurmi főleg erdőben, terepen edzett. Zatopek mikor katona volt a laktanya kerítése mellett lévő hosszson futhatott, s evvel egy sajátos intervall edzést végzett.

Az uszói sportban már nem mer jósolni senki, mert az utóbbi időben csodálatos eredmények születtek. S kik érték el ezeket? Nem egy esetben még gyermek számba menő fiatalok.

A két klasszikus sportág, az atlétika és az uszás is hozhat újat. Fokozottan áll ez a fiatal, fejlődésben lévő sportokra, így a tájékozdási futásra is. Edzés módszereink még csak alakulhatnak. Lehet és kell is keresni az új, eredményesebb edzés módszereket. A módszer azonban nem minden. Edzeni kell. "Ez természetes"- mondják edzőink. De valóban edzenek-e, például ifjúsági versenyzőink, s ha edzenek, dolgoznak-e eleget? A terhelés és a pihenés aránya vajon megfelelően van megválasztva? Ennek eldöntéséhez hosszantartó vizsgálatra lenne szükség. Rövid ideig tartó megfigyelés, néhány edzésnapló ellenőrzése ehhez kevés. Ahhoz azonban elég, hogy néhány szembeötlő jelenségre felfigyeljünk. Mik a hiányosságok? Erről szeretnék néhány mondatot ejteni.



Miután az ifjúsági válogatott keret egy részének edzésnaplóját átnéztem, meg kellett állapítanom, hogy mennyiségileg keveset edzenek. Hogy ezt ellenőrizni tudjam, elővettem tizenegynéhány éves edzésnaplóimat, s igazolva láttam előző megállapításomat. Az ötvenes évek közepén, egy ifjúsági atléta körülbelül 25-30%-al futott többet, mint manapság válogatott ifjúságunk. Lehet, hogy a minőségben van a különbség? Nem hiszem, mert akkor a hatos pályán köröző ifik is csipkedték magukat,

mert a belső pályán futó Iharos, Rózsavölgyi, Tábori hármas ösztönzőleg hatott. Lehet, hogy ez az összevetése a munkának nem tökéletes, egy azonban biztos, hogy egy mai ifi élversenyzőnek kellene annyit edzeni, mint egy 15 évvel ezelőtti ifi atlétának. Másik elgondolkoztató tény, az ifjúsági válogatottak viszonya a technikai edzésekhez. Az év második felében megtartott nyolc edzés mellett öt alkalommal volt mód a felnőtt keret edzéseinek látogatására. Az edzést látogatás azonban száználmas képet mutatott. A lelkesebbek 4-5 alkalommal vettek részt. A rekordot jelentette mikor 7 versenyző jelent meg. Az átlagos 4-6 fő volt edzésenként.

Ha figyelembe vesszük, hogy 13 kerettag budapesti, akkor kiderül, hogy 50% alatt maradt az edzést látogatottság. Tény az, hogy az edzések mostoha körülmények között zajlanak. Egy esőház, vagy sátor az öltöző, s patakban vagy kútnál kell mosakodni. Sportágunk mai helyzetében ennél többet nyújtani nem lehet. Ha azonban valaki eredményei javulását tűzte ki célul, annak a változatos terepek érdekében ezt vállalnia kell. Talán a szakmai munka volt alacsony színvonalú? Lehet, de akkor miért nem jelentek meg a köztudottan magas színvonalon megtartott felnőtt keretedzéseken? Az edzésnaplók pedig arról árulkodnak, hogy a klubszintű technikai edzések száma alacsony.

Pedig olyan versenyző nincs, főleg nem ifjúsági korban, akire a heti egy alkalommal megtartott technikai edzés rá ne férne. Ezen a területen szükség van az ifjúsági élversenyzőkkel foglalkozó edzők szemléletének változtatására, hiszen az ő munkájuk értékéből nem von le semmit, ha közös munkában versenyzőjük részt vesz.

Mi volt az oka tulajdonképpen a nagyfokú hiánynak, azt a szakvezetés majd eldönti. Egy azonban tény! Az az ifjúsági versenyző aki 13 válogatott edzéslehetőség közül egyet sem vesz igénybe, mint sportember nem alkalmas arra, hogy a nemzeti válogatottnak tagja legyen.

Rövidesen kezdődik a kemény munka, amivel az idei év eredményeinek az alapját rakjuk le. Nem ártana ha a fiatalok "vattába csomagolását" az idén abahagynánk. A mi sportágunk nem szertorna, ahol ott áll az edző a szer mellett és elkapja a nyújtóról lepottyant tanítványát. El kell érni a versenyzők minél nagyobb önállóságát, hiszen a tájékozdási feladatot is egyedül kell megoldani. Nálunk nem áll a pálya szélén az edző és nem mondja a részidőket. Arra kell törekedni, hogy versenyzőink igényeljék a céltudatos, komoly edzéseket. Ha ennek az igénye megvan, az eredmény nem marad el. Mert hiába a legtökéletesebb edzés módszer, ha versenyzőink csak a munka felét végzik el.

Balogh Tamás

Kempelen Imre

## Két számítás, egy eredmény

A "Tájékoztató Futás" 1973. február havi számában megjelent egy cikkem, amely az országos bajnokságokon elért helyezések alapján 7-5-4-3-2-1 pontozással rangsorolta a szakosztályokat. A rangsor és a hozzáfűzött rövid elemzés után közltem egy táblázatot, amely az egyesületeknek az országos bajnokságokon az utolsó öt évben elért pontszámait tartalmazta.

Hasonló cikk jelent meg Dr. Tóth Imre sporttársam tollából is a Szélerősában. Kettőnk felfogása között azonban lényeges különbség volt. Én az ifjúsági eredményeit csak fél pontszámmal jutalmaztam. Tóth Imre az ő teljesítményüket is 100%-osnak vette, sőt elemzésének hangjából az csillan ki, mintha az ifik eredményét tartaná jelentősebbnek. Én kiartok az eredeti felfogásom mellett két okból. Egyrészt, mert minden igazi nagy világverseny a felnőtt sportolóké, másrészt, és ez a döntőbb, az ifjúsági versenyző még csak ígéret, akiből nem tudjuk, mi lesz felnőtt korára. Sajnos az ifi versenyzők egy része felnőtt korára elvész, akármilyen kitűnő volt ifjúsági korában. Hogy saját szakosztályomból hozzak példát, ott volt Tóth Tamás, volt országos ifjúsági bajnokunk, az ő idejében talán a legtehetségesebb és sokat ígérő versenyző, mégis felnőtt korában eltűnt. Többszörösen bajnok női ifi csapatunk tagjai közül egyedül Horváth Magdi szerepel felnőtt korában ifi korához hasonlóan. Felsorolok azonban más szakosztályokból is neveket: s akik régóta foglalkoznak sportágunkkal, azok előtt nem lesznek ismeretlenek: Borosznok Ferenc, Kalmár Vilmos, Kotányi Zoltán, Budai János, Szarvas András, stb. Mind megannyi sokatígérő tehetség ifi korukban, és mi lett belőlük felnőtt korban?

Mivel minden értékelés szemlélet dolga, fenti érvelésem ellenére az idén két sortrendet közlök. Az "A" táblázatban az ifi eredményeket /a juniort is/ 50%-nak veszem, a "B"-ben teljes értékűnek. Ki-ki azt válassza, ami az ő ízlésének jobban megfelel. Az első négy sorrendje - pedig a negyedik után következik egy nagy cezura - ugyanaz mindkét variációban.

"A"

1. BEAC	57,75
2. Spartacus TE	47,50
3. BSE	36,25
4. OSC	23
5. Bp. MÁV	9
6. Bp. Postás	7,50
7. Tipográfia TE	6,50

8. K. Lombik	6
9. Egri Spartacus	5
10. VME	4,50
Szegedi Kender	4,50
Vasas SC	4,50
Tatabányai Árpád G.	4,50
14. Zalka KFSE	3,50
15. DEAC	3
Tatabányai Bányász	3
17. Egri Vasas	2,50
18. MEAFC	2
Kazincbarcikai	.
Irinyi SK	2
MAFC	2
Szegedi Radnóti G.	2
22. Szfv. Volán	1,50
23. Almásfüzitői TSC	1
Soproni Széchenyi G.	1
Váci FORTE	1
26. Ny. TITÁSZ	0,50
PEAC	0,50

"B"

1. BEAC	79,50
2. Spartacus TE	58
3. BSE	46,50
4. OSC	23
5. K. Lombik	12
Bp. Postás	12
7. Tipográfia TE	10
8. Bp. MÁV SC.	9
Tatabányai Árpád G.	9
10. VME	8
11. Szegedi Kender	7
Vasas SC	7
13. Zalka KFSE	6
14. Egri Spartacus	5
Egri Vasas	5
16. Szegedi Radnóti G.	4
MAFC	4
MEAFC	4
Kazincbarcikai	.
Irinyi SK.	4
20. DEAC	3
Tatabányai Bányász	3
Szfv. Volán	3
23. Almásfüzitői TSC	2
Soproni Széchenyi G.	2
Váci FORTE	2
26. Ny. TITÁSZ	1
PEAC	1

A kétféle kimutatásban alig van különbség, csak a pontszámokban. A négy elsőnél a sorrend ugyanaz, és utánuk nagy pontkülönbséggel következnek csak a többiek. Ha megvizsgáljuk a megelőző öt esztendő, akkor azt látjuk, hogy abban az időszakban is ugyanez a négy klub osztozott az első négy helyen. Ez most, a hatodik évben sem változott, ami arra mutat, hogy a sportágnak évek óta ugyanazok a vezető egyesületei.

A BEAC biztosan szerezte meg az első helyet a tavalyi első, a Spartacus TE előtt. A Spari tavaly csak 1 ponttal előzte meg nagy vetélytársát: a BEAC az idén tíz ponttal előzte meg őt. A visszavágás tehát alapos volt. Még nagyobb a főlány a "B" táblázat szerint, több mint 20 pont./Ha az ifiket egyenrangunak vesszük a felnőttekkel, akkor tavaly is a BEAC az első./ Ha csak a felnőtt kategóriák alapján állítanánk össze a rangsort, a Spari lenne a győztes, igaz, csak 1 ponttal. A BEAC felnőtt férfi csapata 1973-ban eléggé gyengélkedett, de Hegedűs András két országos bajnoksága, a nők és az ifik mégis biztos győzelemre segítettek az egyetemistákat a szövetkezetiek felett.

Az első kettő párharcában a 3. és a 4., a BSE és az OSC nem szólt bele. Az OSC annak ellenére, hogy felnőtt férfi csapata megnyerte a csapatbajnokságot, a váltóban 2.lett, az OSC-s lányok pedig mindkét kategóriában harmadikok lettek, és ezzel jelentős, 7 pontnyi előnyre tett szert a BSE előtt, mégsem tudta megvédeni tavalyi 3.helyét. Az egyéni bajnokságon, ahol nagyon érezték Horváth Magdi hiányát már csak 3 pontot szereztek. Az ifiben pedig és az éjszakain, ahol Horváth Attila nem indult, semmit. A BSE pedig ezekben a számokban is gyűjtögette a pontokat. Sőtér 2.helye az éjszakain, Honfi ifi bajnoksága és az ifi lányok pontszerzése biztosan hozta fel a 3. helyre őket. De vajon mi lesz jövőre? A BSE-ből Honfi és Píróth Eszti kivételével az egész ifi gárda kiöregszik. A kevés ifjúsági versenyzővel rendelkező BSE tudja-e pótolni ezt? Vajon tovább tart az OSC gyengélkedése az ifi vonalon, vagy az idén már igen biztatóan mozgó szépszámu serdülő gárdája átsegíti a nehézségeken? Ezekre csak jövőre kaphatunk feleletet...

Az 5. helytől lefelé igen szoros a mezőny. Egy vagy fél pont különbséggel követik egymást a szakosztályok, sok az azonos pontszámu is. 1972-ben 24 klub szerzett pontot, most 27, tehát hárommal több. A létszám tehát majdnem azonos, de az alsóbb régiókban szereplő egyesületek már korántsem azonosak. A tavalyiak közül hiányzik 8, /FŐKERT-HSC, HÓDGÉP, Szfv. Vasvári G. Nagykanizsai Gazdász, Bakony Vegész, Hódmezővásárhelyi Frankel, Pécsi Tanárképző, Tatai Eötvös G./ 11 pedig új a tavalyihoz képest. /Tipográfia, K.Lombik, DEAC, Tatabányai Bányász, Kazincbarcikai Irinyi, Szegeci Radnóti G., Szfv. Volán, Almásfüzitől Timföld, Soproni Széchenyi G., Nyiregyházi TITÁSZ, PEAC/. A kimaradtak közül a FŐKERT és a BVTC az utolsó négyben, ha nem is előkelő helyen, de mindig ott volt a legjobbak között. A Frankel és a Gazdász

3-3, a HÓDGÉP 2, a többiek 1-1 alkalommal szerepeltek ott. Általában csekély pontszámmal. Az "ujak" közül a K.Lombik emelkedik ki a Tipográfiával együtt. Mindketten betörték a középmezőnybe, amit az 5-13. helyek közé tehetünk. A többiek kevés pontot szereztek. Ha a "B" sorrendet vesszük figyelembe, a K.Lombik feljön az 5. helyre, mert valamennyi pontját az ifjúsági csoportokban szerezte. Ez a klub kitűnő nevelő munkáját dicséri, és szép reményekre jogosít a jövőre. Ez annál is biztatóbb, mert a K.Lombiknak nemcsak egy-két kiemelkedő ifije volt, mint a BSE-nek, hanem igen szépszámu, jó képességű versenyzője. Meglepően kevés pontszámmal rendelkezik a VM Egyetértés. Szerintem sokkal több van a szakosztályban, mint amit ez a sorrend elárul. A nagymultu MAFC, amely az idén lényegesen jobban szerepelt, - ha az egész évi összteljesítményt nézzük, a tavalyinál, az OB-k tükrében - még mindig a mélyben van.



A 27 szereplő egyesületből 15 a vidéki és 12 a budapesti. A budapestiek főlánye ennek ellenére nyomasztó. A legjobb vidéki, az Egri Spartacus 5 pontjával a 9. helyen áll. Ezt az 5 pontot is egyetlen versenyzője Boros szerezte az egyéni bajnokságon elért 2. helyével. Egy gyenge hajszálal kedvezőbb a helyzet, ha a "B" sorrendet nézzük. Itt a vidékieket vezető Tatabányai Árpád Gimnázium holtversenyben 8-9. Eszerint a táblázat szerint az Egri Spartacus a 14-15. helyre esik vissza. Megelőzi őt a vidékiek közül az Árpád G. és a Szegeci Kender, és pontszámában beéri egri vetélytársa az Egri Vasas.

A két sorrendet még sokféle nézőpontból sokféleképpen boncolgathatnánk. De elégedjünk meg ezzel. Ez a rangsor az OB-k jegyében készült: az egyesületeknek csak az OB-s rangsora.

Ez a legfontosabb, mert mint minden sportágban a bajnokságok haladnak az élen. A mi sportágunkban azonban a versenyek zöme kupaverseny. Ha bajnokság központuak vagyunk is - magam is az vagyok - a nagyszámu kupaverseny miatt meg kellene néznünk a szakosztályokat a kupaversenyek tükrében is. Meg kellene néznünk mind a csapat, mind a váltó, mind az egyéni teljesítmények alapján, és össze kellene vetni az egész évi munkát. Szeretnék erre is sort keríteni a lap hasábjain.

Bozán György

## AZ ÉV TÉRKÉPE

Az 1973-as év rendkívül jó térképértékmest hozott. A versenyterképek átlagszínvonalának ugrásszerű emelkedéséért viszont azt az árat kellett fizetni, hogy helyesbítők hiányában az 1971-es év 26, és az 1972-es év 28 kiadott térképével szemben tavaly csak 20 lap jelent meg.

A kiadványok számának csökkenése mellett szerencsére eltűntek a tévnyomatok is. A Hungária Kupa három térképéről készült szürke nyomat viszont kitűnő lehetőségeket rejt magában könnyített domborzati technikai edzésekhez, amennyiben favorizált terepekről is jelenik meg hasonló nyomat.

Az Év Térképe értékelést a tavalyi évhez hasonlóan Hegedűs András, Vajda Géza és jómagam végeztük, úgy hogy a legjobbnak ítélt térképre 10, a leggyengébbre 0 pontot adunk. Hangsúlyoznom kell, ez a pontozás nem jelenti azt, hogy a leggyengébb térkép /0 pont/ semmit sem ér, vagy hogy a 10 pontos térkép kétszer többet érne az 5 pontosnál. Ez a skála csupán annyit fejez ki melyik térkép jobb a másiknál, melyik két térkép van színvonalban nagyon közel vagy távol egymástól. A rangsorolás fő szempontját a helyesbítő/k/ teljesítménye képezte. Teljesítmény alatt elsősorban nem a helyesbítési munkát értem, bár kétségtelenül nagyobb teljesítmény a 20 km-es Bánkut kijavítása az 1 km-es Csabonynál, se nem a rendelkezésre álló alaptérkép avultságából adódó plusz munkát, jóllehet ugyanolyan részletszegény alap állt a Csácsi erdő és a Királyut helyesbítőinek rendelkezésére, hanem az adott terep térképi ábrázolásának legsikerültebb megoldását.

Mindhárom értékelő egybehangzó véleménye szerint a mezőnyből messze kimagasló BĀNKUT került az első helyre. A 72-es év első három helyezett helyesbítője fogott össze, hogy az eddigi rangsorokban 9-dik helynél előbbre még nem jutó egyéni bajnokság térképe a legjobb lehessen.

Tájékoztató szempontból maga a terep is legjobbjaink közül való, alaptérképén szinte meg sem száradt a nyomdafesték. A kedvező alapfeltételekhez öt helyesbítő egyöntetű munkája járult, mely eredményeként részletgazdagságban és pontosságban felülmutat minden eddigi magyar térképet. A térkép rajza világos és az apró szikla lépcsőktől eltekintve jól olvasható. Szerencsés megoldást tartalmaz az elhagyott mésztegetők jelzésére, a széngetők jelölésére tett kísérlet /barna x/ is figyelemre méltó. Bosszantó apróság, hogy a térképen nincs feltüntetve az északi irány, pontosabban a skandináv mintára készített kelet-nyugat irányú zöld északi sáv nem merőleges a kék tájoló

vonalakra illetve azok nem pontosan párhuzamosak egymással.

A helyesbítők bár egységes szép munkát végeztek megőrizték egyéniségüket. Lux Iván a tájékoztatóra alkalmas fák gyakoribb jelölésével és az erdőrészek eltérő futhatóságának részletes jelölésével tűnik ki. Skerletz Iván szén és mésztegetők felkutatására és jelölésére helyezte a hangsúlyt. Sikhegyi Ferenc területi zsi-bong a sziklaalakzatok hajszálfinom sokaságától. Bojársky Dezső és Láng Csaba kiegyensúlyozott egyöntetű, a terep jellegéhez alkalmazkodó.

A BĀNKUT rajzának értékelésénél, többször területéről lévén szó ki kell emelni az eséstűskék példamutató használatát.

Az eséstűskékkel akárcsak a kiegészítő szintvonalakkal csinján kell bánni. Tulzott használatuk zsufoltta teszi a térképet és általuk néhány domborzati idom tulzott hangsúlyt kap. Eséstűskével kiegészített gerinc vagy kup élesebbnek, elnyújtottabbnak tűnik a valóságosnál. Eséstűske nélkül is egyértelműek a lejtés viszonyok mindaddig, míg többször nem ábrázol a térkép. Többször esetén viszont elegendő a legalsó szintvonalra rajzolni eséstűskét.

A BĀNKUT rajzának egyetlen észrevehető hiányossága, hogy néhány rét ill. a kis tó kiszínezése elmaradt. A sziklaalakzatokról tett megjegyzésemet azzal egészíteném ki, hogy a kis sziklalépcsők jelölésére alkalmazott T alakú jelek könnyen összetéveszthetők a vadlesek T jelével pláne akkor mikor néhány vadles jel 45 fokok szöggel elforgatva került a térképre, anélkül, hogy ez a jelkulcskiegészítésben helyet kapott volna.

A BĀNKUT után érdemes végigtekinteni az év többi térképén is:

1. Bánkut	10.00
2. Zuppa	8.35
3. Királyut	7.80
4. Pótharaszt	7.45
5. Pácod	6.89
6. Károlymagaslát	6.67
7. Szirtes tető	6.30
8. Csillebérc	6.01
9. Salgó	5.90
10. Nagyerdő	5.90
11. Peskő	5.83
12. Mánchegy	5.20
13. Dögállás	4.60
14. Csabony	4.27
15. Ledna	3.50
16. Ilona völgy	3.33
17. Városi erdő	2.53
18. Borbolya hegy	1.93
19. Ányási sziget	1.83
20. Csácsi erdő	0.40

ZUPPA: térképével kapcsolatban több elmarasztaló észrevételt kaptam. Ahhoz hogy a tér-



kép a nemzetközi színvonalat valóban elérhese a jó 10 ezres alaptérkép ellenére a domborzati helyesbítésre több figyelmet kellett volna fordítani. Szándékosan szelektáltam viszont a terep ezernyi gödre között úgy, hogy a térképre csak a 2 m-nél nagyobb átmérőjűek kerüljenek. Gödrös területet cseh mintára barna pontok adják úgy hogy minden pont egy definiált gödörre vonatkozik. Sok időt töltöttem a határozatlan jellegű ábrák /zöld árnyalat váltás határa/ felvételével, de feleslegesnek és erőn felülnek tartottam háromnál több futhatósági fokozat megkülönböztetését: fehér=futható erdő, halvány zöld = iránymenet végrehajtására még alkalmas erdő, sötét zöld = futhatatlan erdő.

A dán hangafüves területekhez hasonlóan megpróbáltam halvány barna raszterrel jelölni a legfeljebb térdig érő, futást alig akadályozó tarvágást. Ennél jobb megoldásnak itélem utólag még a BÁNKUT tele sárgáját is. Ott ugyan nem voltak művelt területek így nem támadhadt félreértés sem. Az igazi megoldás az ilyen "tar" tarvágásokra a sárga raszter lenne az ideális, de térképeink halvány sárga színe mellett észrevehetetlen. A magasabb és nehezebben áthatolható "benőtt" tarvágások megfelelő zöld árnyalatot kaptak.

Ez uton szeretném köszönetemet nyilvánítani Erdélyi Tibornak a ZUPPA megrajzolásánál nyújtott értékes segítségéért.

KIRÁLYUT huszonöt ezres alaptérképről készült. Minden elismerés a helyesbítőké, hogy ilyen hátrányos helyzetből is az élvonalba tudtak törni. A térképen alkalmazott ábrázolási megoldásokról részletesen olvashattunk a TF augusztusi számában. Itt azt emelném ki, hogy a helyesbítők találtak egy ábrázolási fogást, a fák ültetési irányának jelölését, amivel a terep jellegét ki tudták fejezni.

Ugyanez sajnos nem mondható el egy alföldi térképről sem. Az 1 m-es szintközű alaptérkép elragadott minden helyesbítőt, akik megfedkeztek a futók igényeiről és képességeiről és nem változtatták legalább 2 m-re a szintközt. Az 1 m-es szintköz, különösen 50 cm-es felező szintvonalakkal zsufolt domborzati képet ad egy teljesen lapos terepről. A versenyzőkben hosszú idő alatt kialakult egy szintvonal olvasási rutin, mely a nemzetközi normák szerint 5 m-es szintközön alapul. Ezt a beidegződést törli meg a szinte érzékelhetetlen 1 m-es szintköz és juttat előnyhöz olyanokat, akik nem is figyelik a szintvonalrajzot.

Nagyon szép helyesbítői feladat lett volna az 1 m-es alaptérkép birtokában egy olyan pl. 2,5 m-es szintközűt rajzolni, természetesen a terepen, mely a legjobban adja vissza a futó által is érzékelhető domborzati alakzatokat.

PÓTHARASZT: jól olvasható pontos térkép. Hűen adja vissza a valóságot nem akarja többnek tüntetni fel a terepet annál mint ami. A

helyesbítők mellőzték a felezőszintvonalakat és takarékosan bántak az eséstüskékkel is. De az előbb elmondottak miatt csak az alföldi térképek között tudott a legjobb lenni.

A NAGYERDŐ is versenyben volt az alföldiek között, de erősen érződik, hogy felemás alapról készült. A szintvonalak 0,25-5 m-ig megjegyzés - ismerve a lehetőségeket és látva a segéd szintvonalakat is - humorosnak hat.

PÁCOD, szép részletes térkép. A domborzat finom rajza 2,5 m-es szintvonalakkal szembevetendő. Kérdés azonban hogy ilyen lapos dombvidéki terepen ahol a metszódések és horhosok jelképi jelöléssel és nem szintvonalredőkkel kerültek a térképre 5 m-es szintköz nem lett volna-e elég.

A KÁROLYMAGASLAT-nál a válasz egyértelmű, a 2,5 m-es szintköz indokolatlan, mert a térképet zsufoltá tesz, de többlet információt nem nyújt.

A CSILLEBÉRC feltétlen figyelmet érdemel. Az árkok és horhosok jelölését nagyon kifejezően oldották meg szintvonalakkal ill. barna pontsorrall. A terep részletgazdagságát tekintve azonban a 10.000-es méretarány nem indokolt.

PESKŐ talán a legszebb rajzu térkép. Tartalmán érződik a helyesbítők felfogás és lelkiismeretességéből különbözősége. Egyes részei felveszik a versenyt a legjobbakkal. Szemléletét tekintve a részletes sziklaábrázolást helyezte előtérbe, de helyenként sokkal sziklásabbnak sejteti a terepet a valóságnál.

Az elmúlt évben került sor az IOF Térkép-bizottságának ülésére, mely néhány ábrázolástechnikai és jelkulcsi változást hozott. Mivel lépést akarunk tartani a nemzetközi követelményekkel mielőbb alkalmaznunk kell ezeket az újításokat. Miután jelenleg a jelkulcs nem kapható célszerű és oktatási szempontból hatásos lenne minden térkép szélére egy jelkulcs oszlopot feltenni. Ez a jelkulcs tartalmazna egy állandó részt, hogy a teljesen kezdők verseny vagy edzés közben megnézhessenek egy egy jelet és egy változó részt: a térképen alkalmazott speciális jelek listáját, melyek természetesen a Térkép-bizottság jóváhagyásával a nemzetközi gyakorlatból merítve kerültek a térképre.



Az ÉV TÉRKÉPE díj átadására és a helyezettnek jutalmazására a MTFSZ Bajcsy-Zsilinszky u. 31. alatti helyiségében 1974. február 18-án 18 órakor kerül sor. Egyben térkép kiállítás is lesz Észak-Amerika tájékozdási térképei címen. Minden érdeklődőt szívesen látunk.

Boros Zoltán

## Edzéstervezés

Indokolttá vált egy sorozat ismételt életre-keltése, amely a tájékozdási futáshoz szükséges fizikai képességek fejlesztésével foglalkozik. Módszereket, problémákat és az azokkal kapcsolatos véleményeket szándékozunk olyan folyamatossággal közzétenni, ami megfelel a sportági munka rendszerességének.

### AZ EDZÉS FOGALMA ÉS TERVEZÉSE

1. / A sportoló teljesítményének javításában legfőbb eszköz az edzés. A szűk értelemben vett edzés mellé sorolhatjuk még a versenyeket is, amelyek nagyban hozzájárulnak az edzettségi szint javításához. A terheléshez való alkalmazkodásnak ez a módszere nagyban különbözik a testnevelés alkalmasságot üző formáitól, mert eredményként a szóbanforgó sportágban bizonyítani lehet - versenyeken.

Az ujkori sport történetének lapjait hajtogatva megtaláljuk azt is, hogy milyen módszerekkel készültek évtizedekkel ezelőtt a legjobbak, s hogyan változtak, tökéletesedtek azok. Tartalmilag és módszertanilag különböző edzésformák ugyanazon szintű teljesítmény elérését tették lehetővé.

A tájékozdási futásnál edzésről, mint sportfogalomról, mintegy másfél évtizede lehet beszélni. Sok szemtanuja van ennek, de a megtett út még nagyon rövid és keskeny. Kiszélesítését a teljesítményre való törekvés, a szakemberek jelentkezése és a sajátosságoknak megfelelő szakanyagok megjelentetése, törvényszerűen hozza magával.

Monszpart Saci mesélte egyszer, amikor a nemzetközi mezőny fejlődése került szóba, hogy 1964-ben, a svájci EB előtt lementek a Városmajorba repülőzni, mert úgy érezték, hogy edzeni mégis csak kell. Ma már egy maraton futó munkáját végzi az élenmaradás érdekében. Kemény, rendszeres munka az.

Néhány neves atlétaedző besegítése a tájékozdási futó szakosztályok, versenyzők munkájába szintén fejlődést eredményezett. Egyre korábban kezdődnek az alapozások, pályaedzések keverednek a terepfutásokkal, szögescipőben növelik az izomerőt. Kevesen csinálják ezeket, de ők kerültek a mezőny élére. Magyarázat nélkül is el kellene fogadni módszereiket, és csinálni. Az edzéseknek a szervezetre gyakorolt hatásának megértése mégis jelentős erővé válhat bizonyos esetekben. Ha valaki tudja, hogy az 5 szervezetére a 6 km megtétele nem azt eredményezi, mint a 25 km-és a 40 másodperces 200 m hatástalánabb, mint a 32 mp-es; a télen kihagyott napok nem pótolhatók nyáron; az már tudatosan

is átlendítheti magát a holtpontjain.

2. / Sportágunk követelményei megfelelnek a hosszútávú futás "nehézségeinek". Ahhoz, hogy valaki eljusson a nemzetközi szintig, ma már 10-15 évet kell eltölteni a készüléssel. Ez az időszak magában foglalja a kezdés utáni általános, majd a speciális munkát.

A kezdő esetében meg kell tervezni pályafutásának fontosabb szakaszait, akár a csucsig, a következők figyelembevételével:

A gyermekek, serdülők maximális terhelése nem engedhető meg. Legfontosabb a fejlődő szervezet egészségének megóvása. A gyermek nagyarányú terhelése idegi kimerüléshez, pszichikai telítődéshez vezethet, ami egyenlő a sporttól való elfordulással. /Érdemes ezen elgondolkozni a nagy fluktuációval dolgozó klubjainknak! /

A sokoldalú hatások kedvezőbbek a széles alap megeremtéséhez. Ebben a korban /13-14 év/ változatos edzésekkel fejleszteni lehet a gyorsaságot, az ügyességet, valamint játékokkal már az alapállóképességet is megeremthetjük.

A 16-17 évesek légzési, keringési és anyagcsere alkalmazkodása már kedvező, de ezt még mindig nem a felnőttek terhelési elvei alapján kell elérni. Nem felel meg az a gyakorlat, amikor a felnőttek csökkentett adagját végzik. A csontozat ebben a korban még nem elég szilárd, az ízületek érzékenyek, idegrendszerük labilis. Több pihenő kell számukra. Az erőteljes, hosszantartó gyakorlatok, futások adagolásával óvatosan kell bánni. Gimnasztikával meg kell erősíteni az izomzatot, elő kell készíteni a nagyobb terhelésre.

Ennél és az előző korosztálynál figyelembe kell venni a sporttevékenységen kívüli /munka, iskolai testnev., stb./ terheléseket is.

Aki felnőtt korban már a tájékozdási futás fizikai követelményeinek akar eleget tenni, annak feltétlenül szükséges éveket megfelelő, rendszeres edzéssel eltölteni, hiszen az alapján lehet tovább emelni a terhelését. A képességek közül a 19. életév után már leginkább az állóképességet és az izomerőt lehet növelni. A gyorsasági szint még tartható 24-25 éves korig. A maximális gyorsaságot tehát már előtte meg kell szerezni.

Kisebb időszakokra konkretizálva a felkészülés éves periódusaiban is elkülönülnek az életkori feladatok. /Az éves terhelés grafikonját az ábra szemlélteti./

"A ma olcsó sikeréért ne áldozzuk fel a jövő nagy lehetőségét". Az elmúlt év megfelelőnek tartott munkáját nem lehet megduplázni. Növelni lehet, de úgy, hogy az ne csak egy képesség jobb kibontakozását szolgálja. A kizárólagos gyorsaságfejlesztés nem jár együtt az állóképesség szintjének növekedésével. Az

arányokat kell változtatni az időszaknak megfelelően, és akkor már éves szinten is előre lehet lépni.

Ismét a fiatalok, kezdők foglalkoztatását példánzmál először. Számukra a tél még ne a versenyekre való készülést jelentse! Tornatermi edzéseken, közös játékokon, más izmokat foglalkoztató mozgások elsajátításán van a hangsúly. Ők még nem érzik a hosszú téli hónapok fontosságát. A szabadban történő futkározás jelentessé számukra élményt. A jó idő beálltával ezek száma emelkedhet majd.

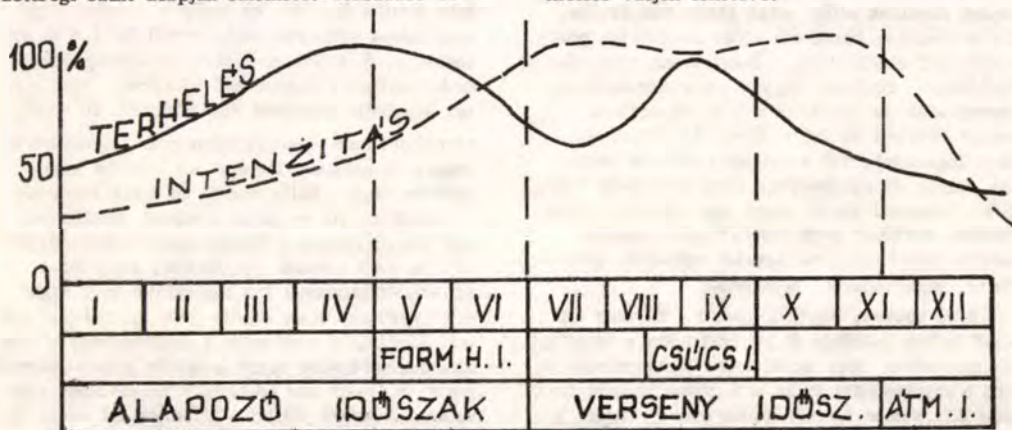
Az általános alapokkal rendelkező 16 éves fiúk és a 14 éves lányok már terhelhetők. A testi érés folyamatának befejeződése után komolyabban veszik a felnőtt edzés követelményeket, ekkor képesek nagy önmegtartóztatásra, lemondásra az edzés érdekében. A kondíció minden elemét /erő, gyorsaság, állóképesség/ lehet fejleszteni. Értelmi szintjük megkönnyíti a mozgás végrehajtását.

A felnőttek terhelése a már meglévő edzési szint alapján emelhető. Részükre rö-

tempóju munka, de a futóizmok regenerálódását el kell érni a pihenési időben. A gyors résztávok egybeeshetnek egy-egy emelkedő megrohamozásával.

Az INTERVALL-edzés már hat a szívre a magasabb pulzusszám elérésével. Lényeg a pihenési idő és az, hogy a pulzusszámot meddig engedjük le. A 200 m-nél hosszabb résztáv lefutásával emelhető ez a szám 180-ra. A befejezés utáni 30 mp-ben a szív tágul. Ennyi tehát a minimális pihenési idő! 120-130-as pulzusszám esetében újra lehet kezdeni a munkát. Ha ez nem következik be 90 mp-en belül, akkor a végrehajtás túl gyors volt, vagy túl hosszú ideig tartott. A pihenő lehet séta, vagy egészen könnyű futás. Minél rövidebb a résztáv annál nagyobb lehet az ismétlésszám.

200 m-nél rövidebb résztávok futásánál nem az előző hatást érzük el, ezért rövidebb pihenési idő is elegendő a résztávok között. Az intenzitás olyan legyen, hogy sokszori ismétlés váljon lehetővé.



vid ismertetés következik három edzésmódszerről, melyeket egymással váltva kell használni. Megkezdésétől ügyelni kell a fokozatos terhelés fontosságára.

#### MARATHON - INTERVALL-FARTLEK

A MARATHON kizárólag az állóképesség fejlesztésében játszik szerepet. Egyenletes, aránylag lassu futás ez. Az izomtevékenység számára fontos hajszálerrendszer növeli, de az izomerőt, a szívet nem erősíti. Emelkedő tendenciával el lehet jutni a 30-35 km-es táv lefutásáig. Megfelelő pulzusszám 150 körül mozog.

Az iramjátéknak nevezett FARTLEK már változatosabb forma, de a végrehajtása nem mindig megfelelő. Jellemzője a hegyes terepen való hosszú futás, amelyben a gyors vágások és az ellazulást szolgáló dzsoggok, séták, gimnasztikák váltakoznak. Ez már nagyobb

Példák a heti alkalmazásra, téli időszakban:

MARATHON	1-es szám
FARTLEK	2-es szám
INTERVALL	3-as szám

Hétfő	1	1	1	1	1	3	1	3	3
Kedd	1	2	3	1	3	3	1	1	2
Szerda	3	1	1	3	2	2	3	2	1
Csütörtök	1	1	3	3	1	-	1	3	3
Péntek	1	3	1	1	3	1	3	1	3
Szombat	3	-	2	-	2	3	-	2	1
Vasárnap	2	1	-	2	-	2	2	3	2
	9	10	11	11	12	12	13	13	14

Az alapozás első harmadában 9,10,11-es nagyságú edz.

Az alapozás második harmadában 11,12,13-as " "

Az alapozás utolsó harmadában 13,14,16-os " "

Vajda Géza

## Térképjavítás a Vitosán

A tájékozdási futás Bulgáriában, legalább is a mi, illetve a tőlünk északabbra fekvő országok szemszögéből nézve - még gyermekkorát éli. Az utóbbi években jó néhány magyar tájékozdási futó szakosztály, vagy egyéni induló vett részt Bulgáriában rendezett versenyeken. Mivel bolgár sportolók is elég gyakran indulnak a mi versenyeinken, így elég megbízható kép alakulhatott ki bennünk Bulgáriának a tájékozdási futó sportban elfoglalt helyét illetően. S erre mondtuk mindig, ez a sport Bulgáriában még gyermekcipőben jár. De ez a gyermekcipő már kamaszméreteket kezd ölteni, s ha a fejlődés - mely tavaly megindult töretlen lesz, 3-4 éven belül még a nemzetközi összecsapásokon is - nem csak otthonukban - komolyan számolni kell bolgár barátainkkal. Bármennyire is a győzelem s a győzni akarás lebeg szemünk előtt, csak akkor van értéke, ha azt szoros küzdelem előzi meg. Ezért pozitívan kell értékelnünk a Bulgáriában megindult fejlődést - amellyel hogy a mi felkészítésünk intenzitását is fokozzuk - s az egyetemes sport érdekeit is figyelembe véve örömmel kell fogadnunk, sőt segítenünk kell ha lehet. Az elmúlt év októberében erre lehetőség nyílt. Sötér Jánossal kb. 10 napot kint töltöttünk Szófiában, térképet javítottunk. Erről a néhány napról szeretnék írni egy-két epizódot, gondolatot, tapasztalatot, benyomást.

A jó verseny egyik alapvető - ha nem az első számú feltétele a jó térkép. Ezt a tényt az is bizonyítja, hogy azokban az országokban, ahol a tájékozdási futás a fejlődés kezdeti fókán áll, szinte kivétel nélkül /itt a "szinte" a Kolozsvár környéki Bük térképre utal/ nagyon gyenge térképeken folyik a versenyzés. Így volt, s helyenként van /hiszen egyszerre semmi nem megy/ Bulgáriában is. Annak ellenére, hogy nagy mezőnyök vesznek részt egy-egy versenyen, s tehetséges versenyzők is kerülnek közülük, a nemzetközi porondon mégsem tudnak felmutatható eredményeket elérni. S ennek oka elsősorban a nagy nemzetközi versenyek térképei valamint a hazai versenyek térképei közti nagy színvonal különbségben rejlik. Elsősorban az elv az, melyet szerencsére már megváltoztattak: /nem is oly régen Bulgáriában még azt tartották/, ha térkép tulságosan pontos, s hűen tükrözi a terepet, akkor a verseny túl könnyű lesz. /Emlékezzünk csak, hogy kezdetben nálunk is voltak hasonló nehézségek az indulás időszakában./ Ezért a viszonylag jó alaptérképről gyakran sok fontos részletet lehagytak, nem hogy még javították volna. /Ezt egyébként most konkrétan tapasztaltuk is./

Szakítottak ezzel az elvvel, s elkezdődött az

alaptérképeknek a helyszínen bejárással történő javítása, így kerülhetett sor kiutazásunkra. A térkép javítására a Szófia mellett emelkedő magas "Vitosá" hegységben 1600-1800 m körüli magasságon, nem is túl meredek oldalában került sor. Az ember azt gondolná, hogy nem túl ideális terep a tájékozdási futásra a magas hegység. Ez az oldal azonban, mivel meredeksége a szintbeli átmenetekre kiválóan alkalmas, s mivel elég tagolt /metsződések, völgyek, lejtőkupok, kis pihenők, stb./ véleményünk szerint egészen elfogadható verseny rendezésére. A terepfedezet, növényzet /nagy fenyőerdő/ a sziklás altalaj, sok kis időszakos vízfolyás ér, a viszonylag gondozatlan erdő engem a finn és svéd terepekre emlékeztetett. Északon kevesebb a szint, talán csak ez a különbség. Norvégiában lehetnek hasonló terepek bár ott nem jártam még, csak térképeket láttam sok szinttel, és hallottam az ottani terepek nehéz futhatóságáról.

Itt Bulgáriában a Vitosán még egy - különösen magyar tájékozdási futó számára - nagyon érdekes specialitás hívta fel magára a figyelmet javítás közben, ez pedig a moréna vagy más néven kőfolyás. 20-30 m-től 80-100 m szélességig, 3-4-500 m hosszú hossz tengelyével, és ésvonalban elhelyezkedő hatalmas, több méter átmérőjű kövekből álló kőmező. Itt erdő, s termőföld nem lévén, minden más növényzet hiányzik. Csodálatos látvány, az embert szinte földhöz vágja. /Különösen ha át akar kelni rajta szintben, ha mondjuk a másik oldalán van egy ellenőrzőpont. / Persze nem kell megijedni tőle csak eleinte volt furcsa, meg lehet szokni. Mi Jánossal 1-2 nap múlva már vígan átlavítottunk /még mindig jobb mint 4-500 métert kerülünk/ s ez esetben a szintvesztés sem lebecsülendő. Még azért is nehéz volt a dolgunk mert kb. 10-15 cm hó tette bizonytalanná lépeteinket a kövek között - különben az egész terepet néhány centis hó borította, szóval nagyon szép környezetben, jó levegőn, jó időben, ideális körülmények között /leszámítva a havat/ készült a térkép. De eddig még nem esett szó az egyik lényeges tényezőről, az alaptérképről. Különleges papírra /két réteg papír között alumínium fólia biztosítja az állandó mérettartást /fotózott 1:10000 léptékl 10 m-es alapszínvonalakkal, 2 m-es segédszínvonalakkal készült egészen kiváló térképet kaptunk. Mivel ez kb. 10-15 évvel ezelőtt készült /légfelvétel alapján/ így néhány országút, néhány azóta épült útdűlő nem volt rajta. Viszont a domborzat szinte teljesen visszaadta a terep fi - nom redőit, s a kisebb-nagyobb tisztások, kőfolyások is elég jól azonosíthatók voltak. Jellemző a cikk elején említett "térkép-prontó" elvre a következő: erről a terepről készült egy színes tájékozdási futó térkép néhány éve. Ennek a léptéke 1:20000, szintvonalak 10 méterenként. A két térkép közti különbséget szinte nem is lehet szavakban visszaadni. Az utóbbin, bár

már rajtavoltak a később felépült országutak és házak /ez is bizonyítja, hogy amikor készült már rendelkeztek a korábbi 1:10000-es alappal/. A durva domborzatábrázolás és néhány nagyobb moréna kivételével szinte más nem is tartalmazott./Egyébként minden érdeklődőnek szívesen meg tudom mutatni a térképet./ Tehát az alaptérképeikkel nem lehet hiba, most már a hozzáállásukkal sem, mert ők is elkezdtek komolyan térképet javítani. Így egy 6-8 fős stáb egy hétig volt október elején Várnában, ahol a jövő évi "Béke és Barátság" egyéni-és váltó verseny kerül megrendezésre.

Együtt az Eho nevű kupaversennyel, mely egy nappali és egy éjszakai egyéni-csapatból áll, így május 22-26-ig 4 versenyzőnek kínálkozik a kiutazóknak. A jövő évi verseny minden bizonnyal az első olyan bolgár verseny lesz, ahol a térkép már a mi térképeink színvonalát képviseli. Erről kezeskedni ugyan nem tudok /már csak azért sem, mert a nagyon lelkiismeretes javítók nem rajzolhatják meg térképeket, mint ahogy eleinte nálunk is idegenkedtek ettől a hivatalos helyeken/ de látam a helyesbített alaptérképet, s ez elég garancia arra, hogy bátran kijelenthetem: ilyen térkép Bulgáriában eddig még nem készült.

Ők is rájöttek, hogy részletes, jó hazai versenyterképek nélkül a nemzetközi összecsapásokon rendre alul maradnak, hiszen egész más versenyzői stílust követel ez, mint a korábbi elnagyolt térképpel való "durva" tájékozódás. Anyagi gondjaik nincsenek /ők nem is panaszkodnak/. A szövetség évi költségvetése - annak ellenére, hogy az ország nem sokkal nagyobb mint Magyarország, s a versenyzők száma is kb. azonos - több mint fele a mi költségvetésünknek - de levában. S mivel 1 leva = 17.-Ft., így nem nehéz számolni, hogy kb. tízszeresét fordíthatják évente sportjuk fejlesztésére mint mi. Miután ezt hallottuk már azon sem csodálkoztunk, hogy jelenleg ugyan még egy van/Troján város felett/néhány év múlva azonban már három /még Leningrádban és a Szófia melletti Vitosán is/ speciális tájékozódási futó iskola fog működni. Ezekben szállódi szoba színvonalu 2 fős hálók /külön mind-egyikhez fürdő, WC, konyha, étterem/felhasználással/ s oktatás célját szolgáló 3-4 tanterem található. A Trojáni már meglévő iskolájukban mi is voltunk Jánossal, mivel részt vettünk a bolgár Maratoni Kupa versenyen, melyet itt rendeztek meg. Láttuk ezt a most épült, csodálatos kis edzőtábornak nevezhető komplexumot, s bizony fáj a szívünk. Bár nekünk volna egy ilyen, csak tájékozódási futók részére. Azt hiszem a fent leírtak kellőképpen bizonyítják, hogy előbb-utóbb számolni kell a bolgárokkal. /Még akkor is ha vannak akik azt mondják, nem eszik olyan forrón a kását./

Egyébként a vendéglátás, ellátás s minden ezzel kapcsolatos dolog osztályon felüli volt

/szállodában laktunk, anyagilag mindent fedeztek vendéglátóink/. Naponta más-más vitt el bennünket vacsorázni, vagy vendégségbe magához, külön bucsuestet rendeztek számunkra. Szóval rendkívül kellemesen telt el ez a 10-12 nap. Lehetőséget kaptunk ott tartózkodásunk ideje alatt a versenyzésre is. Így indultunk a Maratoni versenyen, ahol az optimális táv 30 km, az ideális szint 1200-1300 m volt, 24 ellenőrző ponttal. Hriszto Angelov nyert 3:13 körüli idővel, én második lettem 3:23, harmadik Stefan Csolakov 3:25, negyedik Angel Draganov 3:30, ötödik Sötér János 3:33. Különböző térképpel /mindhárom javított/, 2 frissítóponttal nem kifejezetten technikás pályán folyt a verseny, mely a maga nemében/mivel maratoni/nem is volt rossz. János hazajött a November 7-re, a bolgár "November 7-Kupa" versenyen már csak én indultam a magyar színekben. Két napos verseny volt Karlovo mellett.

Első nap 35 svéd tömörítette a mezőny elejét, így az első nap kb. 12-ik voltam/pontos eredményt nem láttam, mert nem stencileztek/, második nap jobban ment, s mivel a svédek akkor már Romániában jártak, összetettben ismét sikerült elcsipni a második helyet Lubomir Stoev mögött másfél percre.

Szóval összeségében nagyon kellemes élményeket gyűjtöttünk, melyekből lehet, hogy sok kimaradt e cikkből, s lehet, hogy az itt közöltek is kissé ziláltnak vannak leírva, de mentségemre legyen mondva, hogy ezeket a sorokat csak spontán írom úgy, ahogy itt belül most érzem, amikor visszagondolok Bulgáriára, a sok szép, kedves emlékre, barátokra s mindenre ami jó volt, vagyis az első perctől az utolsóig, egész kinttartózkodásunkra. Igérem, ha eszembe jut még egy cikkre való gondolat, emlék, s ha nem fogok tiltakozó levelet kapni olvasóimtól, úgy azokat megírom bizva abban, hogy ezzel sokak ismeretanyagát sikerül kiszélesíteni Bulgáriáról, Bulgária tájékozódási futó életéről.



#### AZ ÉV LEGJOBBJAI

Az MTI sportrovata a sportszövetségek véleménye alapján az elmúlt évben tízszer készítette el az egyes sportágakban az "Év legjobbja" listáját. Ahogy az újságok külön kiemelik: világbajnoknőnk, Monspart Sarolta egyedülálló teljesítménnyel 1973-ban két sportágban is listavezető lett, tájékozódási futásban, mint a Spartacus TE, sífutásban pedig mint a Vasas versenyzője.

Ezzel a teljesítménnyel - Rejtő Ildikó, Földi Imre és Hargitay András társaságában - ötszörös győztese lett a szavazásnak.

## KIVONATOS NEMZETKÖZI VERSENYNAPTÁR

Január	12.	B	Rennsteig sl-OL	e	NDK	Brotterode
Április	7.	B	Kilián emlékverseny	e	H	Budapest
	28-29.	A	Vasutas Kupa	e, v.	H	Budapest
Május	5-6.	B	Május 9. emlékverseny	e, v.	BG	Szófia
	11-12.	A	Fredericia-Munkebjerg	e, v.	DK	Vingsted/Vejle
	22-26.	A	Béke és Barátság, Echo Kupa	e, v.	BG	Aranypart/Várna
	25. 26.	A	Vásárvárosok Kupája	e, v.	CS	Brünn
Junius	1.	B	Praha	e.	CS	Prága
	2.	B	Ceské Budejovice	e.	CS	Ceské Budejovice
	8-9.	B	Mazura-Kohász Kupa	e, v.	H	Ozd
	15.	B	Pokal-Lokomotiva	e.	CS	Brünn
	16.	B	Kromeriz	e.	CS	Gottwaldov
	29.	B	Pezinok	e.	CS	Pozsony
	30.	B	Raca	e.	CS	Pozsony
Julius	3-8.	A	Rodina-74 ifj. hét	e, v.	BG	Szófia
	8-12.	A	O-Ringen - 5 napos	e.	S	Kristianstad
	13-14.	A	Ostsee-OL-74	e, v.	NDK	Rügen-sziget
	19-21.	B	Interpokal 3-napos	e.	NDK	Berlin
Augusztus	2-4.	A	3-napos	e.	CS	Opava
	11-12.	A	Eötvös emlékverseny	e, v.	H	Budapest
	16-20.	A	Hungária 5-napos	e.	H	Debrecen
Szeptember	15.	A	Jubileum OL	e.	DK	Silkeborg
	20-22.	-	Világ bajnokság	e, v.	DK	Viborg
Október	5.	B	Novy Bor	e.	CS	Ceská Lipa
	6.	B	Jicin	e.	CS	Jicin
	28-29.	B	Buchenwald emlékverseny	e.	NDK	Erfurt
November	2-13.	A	November 7. emlékverseny	e, v.	H	Budapest

### Egyéb események

Május	18-19.	Csehszlovák-NDK nemzetekközötti	NDK
Julius	4-6.	Főiskolás világ-találkozó	S
		Ifjúsági tábor	S
		Nemzetközi konferencia	S
	14-21.	VB-Edzőtábor	DK
Szeptember	9-18.	VB-Edzőtábor	DK
Október	30-31.	Magyar-Csehszlovák-Svéd Nemzetekközötti	H

## Előzetes naptár - 1975.

Március	29-30.	A	Jan Kjellström Kupa	GB
Julius	7-11.	A	O-Ringen 5-napos	S
	16-20.	A	Osztrák 5-napos	A
	23-27.	A	Svájci 5-napos	CH
Augusztus	9-14.	A	A S-40 5-napos	SF
	16. 20.	A	Hungária 5-napos	H

## Előzetes naptár - 1976.

Április	17-18.	A	Jan Kjellström Kupa	GB
Julius	5-9.	A	O_Ringen 5-napos	S
Augusztus	16-20.	A	Hungária 5-napos	H
Szeptember	15-18.		Világ bajnokság	GB

A nemzetközi tájékozdási életbe is betört a szükségszerű tervezés. Célja, a fontosabb versenyek ütközésének kiküszöbölése. "A" verseny az olyan verseny, amely minden vonatkozásban betartja a nemzetközi verseny szabályokat és normákat, továbbá valamennyi IOF tagország részére nyílt verseny.

A "B" verseny annyiban tér el az előzőtől, hogy nem okvetlen tartja be valamennyi nemzetközi verseny előírását, azonban az illető ország szövetsége részvételre ajánlja. Ebbe a csoportba tartoznak azok a versenyek is, amelyek megfelelnek ugyan az IOF előírásainak, de nem mindenki részére nyílt versenyek/pl.: hosszútávu versenyek, nemzetek közötti találkozók/.

A naptáregyeztető értekezleteket kongresszusok és VB-k idején rendezik.

Évente május 1-ig kell beküldeni a tervezett események időpontjait, tehát 1974. április végéig beküldendő az 1975-1976-1977-es időpontok. Egyeztetés során 3 évvel előbb véglegessé válik a VB időpontja és felveszik az "A" és "B"

versenyek kívánt időpontjait.

2 évvel előbb az "A" versenyek végleges időpontjai és "B" versenyek kívánt időpontjai kerülnek a tervbe /véglegesek a Nord bajnokság, CISM VB, Vásárvárosok Kupája és egyéb többnapos versenyek is/.

1 évvel előbb véglegesen kialakul "A" és "B" verseny időpontja.

A "B" versenyek időpontjait a Technikai Bizottsági tagok a naptárértekezlet előtt tájékoztatásul megkapják.

Megjegyzés: a távlati naptárjavaslatokat be-nyújtó Svédországban komolyan veszik a tervezést.

Már tudják az 5 naposok teendőit is, és javában készülnek a 75-ös térképek.

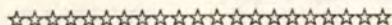
1974. Skane-Rinkaby

1975. Stockholm-Västerhaminge

1976. Värmland-Ransäter

1977. Gottland

Hardicsay Mária



## Sportvilág

Ausztráliát továbbra is úgy kezelik mint fehér foltot a tájékozdási futás térképén. Azonban a fejlődés mérföldes léptekkel halad. Az elmúlt három évben gyorsan terjedt a sportág. Ausztráliában arra számítanak, hogy az 1974-es dániai VB-n már igazán jó "futókból" álló csapattal tudnak majd kiállni.

A VB-re készülő ausztrál csapatban nem kisebb nevek találhatók, mint Ron Clarke és Herbert Elliot. Az előbbi ma is keményen edz

minden nap, heti 100 km-es adagokkal. Ugy hírlik az olimpiai bajnok Elliot is jó formában van.

Ha Ausztrália valóban elindítja korábbi atléta hírességeit a VB-n, ez bizonyára az esemény javát fogja szolgálni, ha másképpen nem a közönségre ható vonzerejével. -NOF Posten-

Franciaországban szeptember 1-6. között tartották a nyugati hadseregek tájékozdási világbajnokságát. A szükséges versenytérképeket svédek készítették és rajzolták.

## SPARTACUS VERSENYEK

### NEMZETKÖZI NOVEMBER 7 EMLÉKVERSENY

Aki figyelemmel kíséri az egyesületek által rendezett versenyek színvonalát észrevehette, hogy a nagyobb, eredményesebb klubok jobban, gondosabban rendezik versenyeket, sőt a versenyek színvonalából a klubban folyó egyéb munkák színvonalára is lehet következtetni.

Ameddig a Spartacus volt a "legfényesebb csillag" a magyar tájékozdási futás egén a November 7 emlékversenyek mindig tartottak valami újdonságot, különlegességet, pl. az első "zöld" térkép, lyukasztók használata, föliázás, stb. Az idei versenyen "mindössze"- és ez is nagy szó - gyors, gondosan felépített pályákon, korrekt térképen versenyezhetünk.

Újdonság persze mostan is akadt, legalábbis annak aki észrevette a barna raszterrel jelölt tarvátságokat a térképen - a terepen könnyebb volt felismerni - nyugodtan kaphatott volna sárga jelölést is, hiszen jól futható volt...

A verseny legfőbb varázsa és vonzereje az évről-évre rajthoz álló északi vendégekben rejlik idén nem a megszokott svéd O-Ring klub tagjaival mérhettük össze erőnket, hanem a finn válogatottnal - élükön az első nap után mindjárt becenevet is kapott "Maki"-val /Matti Makinen/ aki ebben az évben a dán 3-naposon és a svéd Önaposon is jól szerepelt.

A gyors, főleg utvonálválasztási lehetőségeket kínáló pályán 2 perccel verte országos bajnokunkat, utána 7 percig mélységes csend, és csak azután jött a következő magyar. Több ilyen éles, fokozott iramu összecsapásra lenne szükség legjobbainknak, hiszen mint ezt az eredmények mutatják: hazai terepen sem mi szabjuk meg a győztes időt...

A váltón Boros első futóként ismét bizonyította, hogy el lehet szakadni a "futógépektől", jelentős előnyt hozott csapatának - ez azonban a végeredményt nem nagyon befolyásolta, mert a legjobb magyar váltó csak 4. lett!

A nőknél ismét Monspart nyert, utána 10 perccel az idén második helyét egyre inkább stabilizáló, serdülőkorú Fodor következett. Az ifjúsági fiuknál a Harkányi testvérek osztottak a dobogó első két fokán, a lányoknál Dobosi Erzsébet győzött.

Végül egy kis történettel szeretném befejezni beszámolómat. A verseny előtt szokás szerint izléses programfüzetet kaptak a résztvevők, melyben a tudnivalókon és a rajtlistán kívül szerepelt a pálya logikus utvonálszintmet-szete is. Verseny közben összeakadtam egyik futótársammal, aki ezt a metszetet vitte magával és azzal "fárasztott", hogy állandóan mondogatta: ezt a pontot felülről kell fogni, ebben a nagy átmenetben közepén meg kell mászni

egy nagy hegyet, erre a pontra szintben kell menni a logikus utvonalon, és hasonlókat... Lám a versenyzők leleményességben kifogyhatatlanok.

Erdélyi Tibor

### ÉJSZAKAI KUPA

Az év első éjszakai versenye a Spartacus TE rendezvénye, az Éjszakai Kupa volt. Illetve csak részben, mert a májusi versenyen egy pontot elloptak, így két kategóriát ki kellett emelni. November 10-én este rendeztük meg a kiemelt két kategória versenyét. A késő őszi időpont ellenére kellemes este volt. Egy hangulatos verseny kerekedett az újrendezés során. A 20 felnőtt és 16 ifi versenyző közül a legtöbben egy idényvégi levezetésnek szánták a szombat esti futást. A mezőny néhány tagja pedig mint utolsó minősítés szerzési lehetőséget igyekezett kihasználni a verseny. Így a felnőtteknél győztes Szemlernek például evvel sikerült az első osztályát megszerezni. Az ifiknél az őszi jó formáját bizonyította ezuttal is Kiss, a Postás ifi válogatott versenyzője.

A fenti néhány sorban semmi rendhagyó nincs. Van azonban néhány tanulsága a versenynek, ami lehet közérdekű is.

A budapestiek részére tavasszal és ősszel is, egy közeli terepen, a korai sötétedés miatt könnyűszerrel le lehet bonyolítani egy éjszakai versenyt. Ezuttal pl. 8 órára befejeződtött az eredményhirdetés is. Rajtszám nélkül, csak a karton segítségével tökéletesen le lehet bonyolítani az értékelést. A befutás után egy sorszám kerül a kartonra, ez és az időmérők által készített kutyanyelv elég az értékeléshez. Az önkiszolgáló frissítő rendszer, marmonkánában lévő szörp, kis létszámú, fegyelmezett mezőny esetében tökéletes módszer, a rendezőség munkát takaríthat meg vele.

Összességében azt lehet leszögezni, hogy igen van az éjszakai versenyek rendezésére! Ezek beillesztése a versenynaptárba tavasszal és kora ősszel a legcélszerűbb.

Balogh Tamás

### NOVEMBER 7 EMLÉKVERSENY

Vasárnap délelőtt - ellentétben a szombati nappal -, sok induló volt /295/, budapesti és vidéki futók, vegyesen. Tíz kategória és még két meghívásos, népes mezőnyökkel, - kivétel az N 17 C, ahol alig volt induló.

A rajt félórás csuszással, hideg időben, 1 percnél, tejszerű ködben, 30 m-es látási viszonyok között történt, így a versenyzők elég hamar eltűntek. Idényzáró versenyre készült pályák voltak, amelyek a sűrű ködben keménnyé váltak, de nem nehézé.

Falrengető meglepetések nem születtek, az eredmények szorosak voltak minden kategóriá-



ban, az egy F 17 C kivételével. Az N 17 B kategória színvonalát hagyott maga mögött kívánmivalókat, az indulók tekintetében.

A szoros eredmények szerintem a jó pályakitűzésnek köszönhetőek a pályák nagy többségében. De néhány pont beszerzésének pontossága, a pont közvetlen környékének javítása, bizony szükséges lett volna. A versenypályán egy frissen, /november 7-én/ felszántott szántófölddel mindenki megvívta ádáz csatáját, többek nem-tetszésére, de a rendezőket menti, hogy a pályát másképpen vezetni nem lehetett. Szélezte a cél, fagyoskodó célszemélyzettel, kitarító nézőkkel és már befutott versenyzőkkel várta a befutókat. Melegítőt ki a sátorból, és irány a versenyközpont, ahol a melegvizet fűrdő mindenkit felmelegített.

Elég sokat kellett várakozni az eredmények felolvasására, sajnos érme hiányában eredményhirdetésről nem beszélhettünk.

Mindenki elindult haza, közben mérlegelte az évi teljesítményét, tervezgette a jövő évet, és közben - lehet, hogy még fel sem fogta, - egy versenyévet csendben lezárt...

Zsigmond Tibor

Gombkötő Péter

## Rangjukhoz méltóan

Hüvös, szeles őszi időjárás: szerény rendezés, gyors, egyszerű pályák, finn futókkal kibővített mezőny: ennyiben lehetne röviden összefoglalni a Semmelweis emlékverseny krónikáját. Ennél azonban többet érdemel, nézzük meg tehát kissé részletesebben, hogyan zajlott le a verseny.

A vonaton, gépkocsin érkező versenyzők nagy tömege özönlött a piliscsibai sportpályára ültözője felé, kissé tanácstalanul megállva az utközben felbukkanó eligazítótáblák előtt. A táblák az egyes kategóriák ültözőit mutatták, de a jelentkezésről semmi információt nem adtak. Az ültözőbe menet ott találták rajtszámukat, de a versenyzőkartonért külön a versenyirodára kellett menni. Nem lehetett volna a kettőt együtt? Avagy: miért egyszerűen, ha komplikáltan is lehet? No de végül is mindenki megkapta mindkettőt, s áttöltözve elindulhatott a rajtba.

A rajtban a térképre vetett egyetlen pillantás elegendő volt ahhoz, hogy megállapítsuk: tájékozódási képességeinket nem fogják túl nagy feladat elé állítani. A verseny térképe az ezévi Vásárvárosok Kupájára javított térkép volt. A sűrű uthálózat, tájékozódásilag könnyű terepen a pályák felépítése jobbára csak utnovonalasztási feladatok megoldását követelte a mezőnytől. Sajnos olyan teprészre is került ellenőrzőpont, amelynek ábrázolása -

illetve az ábrázolás helyessége - erősen vitatható, s ennek a pontnak a megtalálása még a legjobbaknak is súlyos percekkel jelentett.

Ennek ellenére a könnyű pályák, a jól futható szálerdők miatt a verseny gyors volt, s az első két helyezettet az F 21 kategóriában mindössze 1 másodperc választotta el egymástól.

Érdekes színtöltés volt a versenynek a November 7 emlékversenyre érkezett finn futók indulása. A Spartacus TE vendégeket hazánkban tartozkodó finn sportolók ezen a versenyen is bebizonyították képességeiket, s azt, hogy náluk lényegesen több azonos képességű versenyző van az élen, mint nálunk.

A történetek rövid ismertetése után vessünk fel néhány kérdést a verseny rendezőjével az OSC-vel kapcsolatban.

Létszáma és eredményei alapján is az OSC vezető klubjaink közé tartozik. Több válogatotat ad, elméletileg és gyakorlatilag jól képzett versenyzők, tájékozódási futó edzők találhatók soraikban. Ennek ellenére évek óta az az érzésem, mintha nem lenne elég energiájuk a versenyrendezéshez. Vezető szerepük alapján elvárhatnánk tőlük, hogy egy-egy térkép kijavításával is hozzájáruljanak sportágunk fejlődéséhez. /A Semmelweis Ev. évek óta meglévő térképen kerül megrendezésre. / A rendezés szerény körülményei talán anyagi okokkal magyarázhatók, de voltak olyan problémák is, amelyek csak szervezésen multak, ami tudvalevőleg nem anyagi kérdés. Például a rendezők egy csoportja, akik között olyanok is voltak akik a jelentkezést intézték, ugyanazzal a vonattal, ugyanakkor érkeztek, mint a versenyzők. Így aztán érthető a cikk elején említett tanácstalanság, hiszen jó husz perc is eltelt mire a rendezők soraikat rendezbeszedték.

Ugyanakkor csak a legnagyobb elismeréssel lehet szólni arról a rugalmasságról, amellyel a nevezések módosításait intézték. Itt érződött, hogy a rendezők egyben aktív versenyzők is, akik tudják: a sokszor másfél hónappal előbb elküldött névszerinti nevezések későbbi nehézségek miatt gyakran módosulnak.

Amit a rendezésről mondtam vonatkozhat a pályakitűzésre is. Színvonalasabb pályát kitűzni nem anyagi kérdés. A terep és a térkép ezt lehetővé tette volna, s ha itt-ott kisebb korrekciókat kellett volna a térképre átvezetni, ez megintcsak energiát és nem pénzt igényel.

Összefoglalva az eddigieket, úgy látom, hogy pillanatnyilag hiányzik az a rendező egyéniség, aki egy nagyobb szabású verseny minden részletét átlátná, s közben nem merülne el azokban. Remélhetőleg egy-két éven belül ebből a tehetséges és fiatal gárdából kinőnek ezek a vezetésre alkalmas egyéniségek, s akkor a Semmelweis emlékversenyt - az OSC rangjához méltóan - az év legszínvonalasabb kupa-versenyei között üdvözölhetjük.

# Tülevél

## KEZDŐDIK A SIIDÉNY!

Megjött a tél, a sísportot kedvelők nagy öröme. A hozzánk közel álló sitájékozdási versenyek is mind népszerűbbek lesznek. Itt is szükség van a modern, korszerű pályák kitűzésére. Vajon képes-e a mi versenybíró gárdánk jó sitájékozdási versenypályát kitűzni? Minden bizonnyal igen! Ezt mutatja legalábbis az 1973-as finn sí-pályakitűző verseny eredménye. A 10 ország 50 pályakitűzője között az 5. magyar férfi a 14. helyen végzett, míg a nőknél 22 résztvevő között a 3.-nak kiküldött magyar pályamű a 10. lett. Ez igen szép eredmény. Van öt férfi és három női pályaki-tűzőnk, aki képes a mezőny első harmadában végezni. És a többiek? Hát igen! Ez az amit szeretnék szóvá tenni.

Az elmúlt évi bírálatnál ugyanis a bírálók nem állítottak össze további sorrendet, mondván hogy gyenge volt a beküldött pályaművek nagy része. Az lehet, de ha az ötödik férfi például 35 külföldi versenyzőnél készített jobb pályát, esetleg a hatodik is a mezőny közepén végezne. Ezért elhamarkodott az a döntés, hogy a bírálók nem készítenek rangsort. Nem beszélve arról, hogy a pályakitűző verseny is verseny, tehát minden induló szeretné tudni, milyen eredményt ért el. Azért nem haragudott volna meg senki, ha a rangsorban a végére kerül, de ha munkáját csak arra értékelik, hogy ABC - sorrendben bekerül egy névsorba, azért esetleg ...

Jó lenne, ha a rövidesen sorra kerülő sí-pályakitűző verseny bírálói ezt már figyelembe vennék. Az értékelés ugyanis megtörtént, nem jelent külön munkát ennek közzététele, és talán néhány résztvevőnek nem veszik el a kedvét a további versenytől.

Balogh Tamás

Tisztelt Szerkesztőség!

Az utóbbi időben nagyon kevés cikket olvastam a Tájékozdási Futásban az edzésről. Nem tudom, talán ezt a kérdést háttérbe szorították? Nekem, és gondolom sok más társamnak rendkívül jó lenne, ha valami tájékoztatást olvashatnánk a fizikai felkészülésről! Sok szakosztály dolgozik még hozzáértő edző nélkül, és a régebbi cikkekhez, írásokhoz nem mindig lehet hozzáférni.

Sporttársi üdvözlettel

Major Attila  
honvéd

## ÉJSZAKAI KUPA

Szombaton kora délután nem túl sokan gyülekeztek az év utolsó I. osztályu versenyére. A mezőny, mindkét kategóriában elég kicsi, és foghíjas volt, de akik elindultak, biztosan nem csalódtak.

A korai rajt, - a hamar beálló sötétedés miatt - valamint az időjárás kedvező volt. A pályák a már sokat használt, és közismert terepen, jól sikerültek, csak távjuk lehetett volna hosszabb.

Szoros eredmények születtek, többen megszerzték a még hiányzó minősítési pontot. Nyolc-kor eredményhirdetés volt, mindenki ment haza, egy kellemes verseny tapasztalataival, de akadt azért hiba is. Pl. számomra érthetetlen egyes versenyzők tartózkodása általában az éjszakai versenytől, s ettől a versenytől is. A verseny megérdemelt volna egy kevésbé közismert térképet, terepet. A kereskedelem is sikeresen közbeszólt, nem volt kapható 3,5 V-os izzó, így voltak pontok, amelyeken a versenyzők érkezését nem tudta megvárni a 2,5 V-os izzó, tehát a pont nem volt kivilágítva. Az eredményhirdetés sajnos érmekek nélkül zajlott le.

Zsigmond Tibor



## TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkesztő a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Sikerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktille János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI. Bajcsy-Zsilinszky út 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614 - Kiadja a Sportpropaganda Vállalat (1146 Budapest, Istvánmezei út 3.). Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál (KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1.) közvetlenül vagy postautólevéllyel, valamint átutalással a KHI, 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3,- Ft. Előfizetési ára egy évre: 30,- Ft (megjelenik havonta). Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, Budapest VIII., Rákóczi út 57/a. Indexszám: 25827



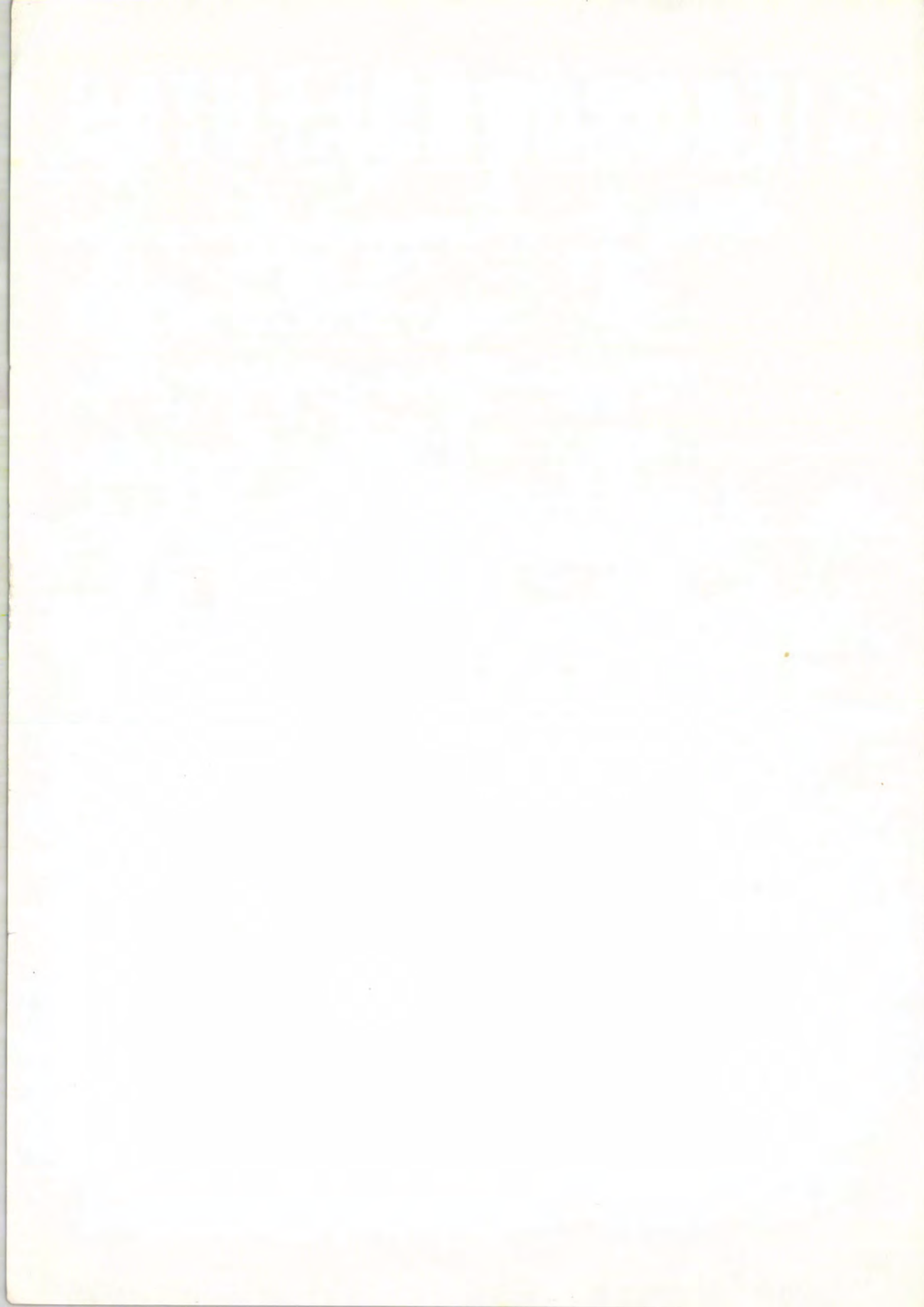
Ára: 3,- Ft



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974 / 2



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

2.SZÁM

"Nem tudom milyen elvek szerint szerkesztik a lapot, ha egyáltalán van valamilyen elv?" - olvasható a

**TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS**  
szerkesztőségének küldött egyik anyag mellé csatolt levélben. Néhány szó e kissé elmarasztaló megjegyzés kapcsán:

Ujságunk kíván szólni a sportág szakvezetőihez, versenybírókhoz, rendezőkhöz, versenyzőkhöz és minden érdeklődőhöz aki bármilyen módon részese - ha csak csendes szemlélőként is - a magyar tájékoztató futó sportnak; ezt a feladatot havonta 16 oldalon megoldani bizony elég nehéz.

Nyilvánvalóan más a szakcikkek aránya télen, mint versenyévadban, mikor a beszámolók, eredmények kapnak több teret.

Mindamelllett, hogy a lap változatos, kötetlen szerkezete sokak számára lehet rokon-szenves is, idén három fő csoportba rendszerezzük az anyagokat: hivatalos közlemények - MTF SZ-ből jelentjük, Döntvények, Ellenőri jelentések, stb. - szakcikkek - térképésztetés, pályakitűzés, felkészülés, versenyzés, vita, stb. - és magazin - hazai és külföldi eseményekről beszámolók, riport, hírek, Túlevél, Keresztretjtvény, Versenyeredmények stb.

Szerkesztőségünk tervez egy nagyszabású felmérést, többek között az ujság szerkesztésével kapcsolatos igények, vélemények megismerésére; melyhez várjuk a

**TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS**  
előfizetőinek legfrissebb listáját a Posta Központi Hirlapirodától. Ujságunk hivatottságának taglalására egy hosszabb cikkben még kitérünk.

## Közös reményeinkért

Már számtalanszor emlékeztettük Olvasóinkat, versenyzőinket, egymást arra, hogy az idei év nem közönséges, hanem a dániai VB éve, azé a világbajnokságé, amely igazolni hivatott tavalyelőtti csehszlovákiai sikereinket. Éppen ezért és erre készenlnek fel válogatottjaink különös gonddal az 1974-es versenyévadra.

A szakvezetés részletesen elemezte tavalyi eredményeiket és arra a következtetésre jutott, hogy többeknek erőnléti problémát jelentett a második félév. Ez az alapozás hiányosságára vezethető vissza. A VB időpontja szeptemberre esik, tehát aki saját alapozásából addigra már nem bírja "cérnával", az teljesen esélytelenül, azaz feleslegesen indulna. A válogatást megnehezíti annak igen korai időpontja. Már július elején, a dániai nemzetközi versenyen megtörténik, éppen azért, hogy a "kiválasztottak"-nak legyen elég idejük nyugodtan, a hazai konkurenciától mentesen felkészülni. Ám a válogatás idejére még annak a teljesítménye sem mutatna jelentős hanyatlást, aki az alapozás ideje alatt nem gyűjtött kellő mennyiségű energiát. Azért kell minden kerettagnak a maximális alapozási terhelést elszerveznie, hogy nyárra közel egyformán megerősödvé, őszig biztosan kitartó energiatartalékkal állhassanak a válogatók elé.

A terhelés valóban - sportágunkban eddig - példátlanul hatalmas, 4 egyhetes edzőtáborozás, kéthetenként többnapos közös edzősorozat és a kötelezően előírt versenyeken történő indulás vár azokra, akik megpályázhadják a dániai repülőjegyet. Sok lemondással jár mindez, kevesebb idő jut a tanulásra, a családnak, a szórakozásra. Természetes, hogy nem mindenki tudja a magas követelményeket vállalni és ezt őszintén bevallva, önként lemond a válogatottságról, előnyeiről és hátrányairól egyaránt. Volt is erre példa. Sokkal sportszerűbb ezt így elintézni, mint munka közben, a fogadkozások ellenére akkor cserbenhagyni a keretet, amikor már nincs mód a megtűresedett helyek méltó személyekkel való feltöltésére.

Nyitrai György

## Az MTFSZ-ből jelentjük

Az Országos Testnevelési és Sporthivatal  
elnöke kiemelkedő sportmunkájuk elismeréséül

Kempelen Imre

az Orvosegyetem SC szakosztályvezetője részé-  
re és

Reisch György

a Sopron városi Tájékoztató Futó Szövetség  
titkára részére a Testnevelés és Sport Érde-  
mes Dolgozója kitüntetését adományozta.

Az MTFSZ elnöksége január 8-i ülésén meg-  
bizta

Sikhegyi Ferencet

a Térképbizottság titkári teendőinek ellátásával.

Az Elnökség felkérte az Edzőbizottságot tegyen  
javaslatot sítájékoztató futás elvi kérdéseinek  
tisztázására - tekintettel az 1975-ben Finnor-  
szágban megrendezésre kerülő 1. Sítájékoztató-  
si futó Világbajnokságra.

Az MTFSZ elnöksége január 8-i ülésén  
meghallgatta Vasvári Viktor beszámolóját, a  
szövetségi ellenőri rendszer 1973. évi tapaszt-  
alatairól. Mérlegelve a szövetségi ellenőrök  
munkájának eredményeit és hiányosságát az  
elnökség úgy döntött: e rendszer fenntartása  
és hatékonyságának fejlesztése továbbra is in-  
dokolt. Az ellenőri keret összetétele az előző  
évvél azonos.

Megkezdődtek az 1974. évi Hungária Kupa  
előkészületek. A szervezőbizottság megalakítá-  
sára Slezák István ezredes az MTFSZ elnöke  
és Skerletz Iván főtitkár felvette a személyes  
kapcsolatot az illetékes Hajdu-Bihar megyei  
szervekkel.

Az előzetes számítások szerint az ötnapos  
versenysorozatra - mely egybeesik többek kö-  
zött a híres debreceni virágkarnevállal - több  
mint 1000 résztvevő várható.

### 1. OSZTÁLYU SPORTOLOK

Nők:

1. Cser Borbála	BEAC
2. Fodor Cecília	"
3. Hegedűs Ágnes	"
4. Turchányi Piroska	"
5. Danovszky Mária	BSE
6. Hanusz Mária	OSC
7. Horváth Magda	"

8. Monspart Sarolta	Spartacus TE
9. Schmiedmeister Ilona	"
10. Szopori Éva	"

Férfiak:

1. Vincze István	DVTK
2. Hegedűs András	BEAC
3. Boros István	BSE
4. Honfi Gábor	"
5. Sötér János	"
6. Zánkai András	"
7. Gombkötő Péter	Bp. MÁV Ig. SC
8. Vajda Géza	"
9. Kotik Andor	Bp. Postás SE
10. Kovács Attila	DEAC
11. Boros Zoltán	Egri Spartacus
12. Csongrádi Jenő	"
13. Okos Ernő	"
14. Klimstein László	MAFC
15. Molnár Gábor	"
16. Csáki Tibor	OSC
17. Hegedűs Zoltán	"
18. Horváth Attila	"
19. Kempelen Miklós	"
20. Balogh Tamás	Spartacus TE
21. Bozán György	"
22. Egervári Ottó	"
23. Gyurkó László	"
24. Komár Béla	Tipográfia TE
25. Szemlér István	"
26. Erdélyi Tibor	VM. Egyetértés
27. Horváth György	"
28. Gyalog László	"
29. Balla Sándor	Zalka Máté KMFSE

### ARANYJELVÉNYES IFJUSÁGI SPORTOLOK

Nők:

1. Kaló Annamária	DVTK
2. Fodor Cecília	BEAC
3. Gubás Tünde	"
4. Muray Rita	"
5. Kertész Krisztina	BSE
6. Píróth Eszter	"
7. Horváth Erzsébet	BVTC
8. Samu violetta	"
9. Kozák Éva	Egri Vasas SE
10. Herczeg Éva	HÓDGÉP SE
11. Vizi Judith	"
12. Mándi Irén	Karcagi Vörös Meteor
13. Bakos Martann	Kőbányai Lombik
14. Kiss Beatrix	"
15. Ónódi Katalin	Kőbányai Lombik
16. Kovács Márta	Nagykanizsai Gazd. SE
17. Nagy Anna	Salgótarjáni BTC
18. Báthori Gabriella	OSC
19. Dobosi Klára	Spartacus TE
20. Dobosi Erzsébet	"
21. Jenővári Gabriella	"
22. Szopori Éva	"
23. Szabó Anna	SZKVSE
24. Szakátos Anna	SZVSE



25. Takács Ágnes	Szegedi Radnóti G.SK
26. Dornyi Erzsébet	Székesfehérv. Volán SC
27. Bakai Erzsébet	Szentesi Közgazd.Sz.SK
28. Gelei Zsuzsanna	Szolnoki MÁV. SC
29. Ladányi Olga	Váci FORTE SC
Neuhauer Margit	Székesfehérv. Volán SC

55. Petőcz László	"
Menyhért György	Székesfehérvári Volán SC

## Ranglista 1973

Az elmúlt években többször felmerült él-versenyzőink részéről az igény, hogy más sportágakhoz hasonlóan a féléves ranglistákon kívül egész éves értékelés is készüljön. Ezeket az igényeket szeretném kielégíteni az alábbi összeállítással, ahol a számok közlése mellett egy mondatban értékelem a ranglistára került versenyzők teljesítményét is.

A ranglista összeállításához az év rangsoroló versenyei közül azokat vettem figyelembe, ahol a nőknél rajthoz állt Monspart Sarolta, a férfiaknál pedig a világbajnoki keret többsége. E szempontok alapján a nőknél 12, a férfiaknál 13 versenyből a legjobb 6, illetve 8 eredmény számtani közepárányát kiszámítva alakult ki a rangsor. A versenyzők neve után zárójelben olvasható szám a rajthoz állások számát jelzi.

N 19

### Férfiak:

1. Dosek Ágoston	Bp VASAS SC
2. Vekerdy Zoltán	"
3. Somlai Gábor	Tatabányai Bányász SK
4. Sztics László	"
5. Varga János	"
6. Horváth János	Álmásfüzitői Timf.SC
7. Nagy Jenő	Balatonfüredi Vasas SC
8. Hegedűs Ábel	BEAC
9. Krolopp Frigyes	"
10. Kovács Gábor	"
11. Nagy András	"
12. Nemes Zsolt	"
13. Honfi Gábor	BSE
14. Kiss Zoltán	Bp Postás SE
15. Németh László	BVTC
16. Sákovics Csaba	"
17. Lakatos László	Egri Vasas
18. Balázs Oszkár	Gyöngyösi Energ.SE
19. Tóser Emánuel	Jászapáti Gimn.SK
20. Veres Sándor	Karcagi Vörös Meteor
21. Ádám András	Kazincbarcikai Irinyi T.
22. Harkányi Ádám	Kőbányai Lombik
23. Harkányi Csaba	"
24. Könyves T. Mihály	"
25. Bokros István	MEAFK
26. Francia Vilmos	M. magyaróvári Timf.SE
27. Bagladi Péter	Nagykanizsai Gazd.SE
28. Salamon Tibor	" Postás SE
29. Tóth János	" Gazdész SE
30. Hrenkó László	Nyiregyházi Elektr.
31. Krajcsovicz András	"
32. Józsa Ferenc	107-es ITSK Nyiregyh.
33. Kóger Gyula	PEAC
34. Szabó László	Soproni Erd. Tech.SK
35. Dira József	Spartacus TE
36. Soros László	"
37. Kunfalvi Csaba	Szegedi Dózsa
38. Nagy Róbert	Szegedi Kinizsi
39. Szokol Lajos	"
40. Szalóky Béla	"
41. Farkas Béla	Székesfehérv. Volán SC
42. Sztatker János	"
43. Túrjék György	Székesfehérv. Volán SC
44. Timár Béla	"
45. Györgypál Zoltán	Szombathelyi Haladás
46. Fűrész Béla	Tatabányai Árpád GSK
47. Király László	"
48. Kálazy Sándor	"
49. Petrovicz Tibor	"
50. Papp László	Tipográfia TE
51. Tóth János	"
52. Vigh Sándor	"
53. Kerekes Gábor	Váci Forte SC
54. Petőcz József	"

1. MONSPART SAROLTA	/Spart. TE/100,00/12/
2. HORVÁTH MAGDA	/OSC/ 118,14/9/
3. CSER BORBÁLA	/BEAC/ 119,07/7/
4. Fodor Cecilia	/BEAC/ 119,80/9/
5. Szopori Éva	/Spart. TE/123,97/12/
6. Turchányi Piroska	/BEAC/ 125,61/10/
7. Hegedűs Ágnes	/BEAC/ 127,39/10/
8. Danovszky Mária	/BSE/ 132,23/6/
9. Hanusz Mária	/OSC/ 134,00/7/
10. Schmidmeister I.	/Spart. TE/134,16/10/

Mint a női rangsorból kitűnik, elsősorban Spartacus, BEAC vetélkedésről beszélhetünk, amibe legfeljebb az OSC és a BSE tudott beleszólni. Mindössze négy klub versenyzői találhatók az első 10 között, és csak Fodor Cili számítható az év felfedezettjének.

Kevés az új név!

Címszavakban egyenként:

Monspart Sarolta nem tudott százalékosan jobb lenni mint tavaly, de ez is 100,00 százalékot jelent.

Horváth Magda helyezése önmagáért beszél. Ha nem kell egyszerre két szerepre készülnie, /tápanyag/bizonyára kisebb is lett volna a különbség a legjobbhoz képest.

Cser Borbála sajnálatos sérülése ellenére, jó átlaggal 7 versenyből 3. hely=akaraterős + rutin.

Fodor Cecilia örvendetes a keret legfiatalabb tagjának szoros 4. helye, bár a 2. hely csak a gyengébben sikerült Hungária Kupán mulott.

Szopori Éva eredményei igen kis szórást mutatnak, reméljük ezek átlaga a jövő évben még javulni fog.

Turchányi Piroska

Hegedűs Ágnes, túlük sérülések és egyéb problémák figyelembevételével is jobb teljesítményt lehetett várni. A VB évében lényeges javulásra lesz szükség a csapatbakerüléshez.

Danovszky Mária, jó kezdés után a II. félévben komoly visszaesés.

Schmidmeiszter Ilona megbízhatósága már megvan, még gyorsulni kell.

A férfi mezőnyben az év eseménye Hegedűs Zoltán szereplése volt. Az élen az évek óta megszokott néhány név sorakozik, csak tavaly a szokásosnál jobb átlag kellett az első helyhez.

1. HEGEDŰS ANDRÁS/BEAC/	100,73/13/
2. HORVÁTH ATTILA/OSC/	101,99/13/
3. BOROS ZOLTÁN/E.Sp./	104,38/10/
4. Bozán György/Spart. TE/	105,40/10/
5. Vajda Géza/Bp. MÁV/	109,89/10/
6. Hegedűs Zoltán/OSC/	110,96/13/
7. Sötér János/BSE/	112,01/12/
8. Egervári Ottó/SPART. TE/	113,03/10/
9. Vincze István/MEAF/	117,05/10/
10. Balogh T./Spart./	117,87/12/
11. Klimstein László/MAFC/	120,92/9/
12. Erdélyi Tibor/VM/	122,12/9/
13. Gyurkó László/Spart./	122,78/11/
14. Gyalog László/VM/	123,15/11/
15. Kempelen Miklós/OSC/	124,80/12/

Hegedűs András az 1973. évi magyar bajnok rendkívül jó átlaga nem kíván külön értékelést.

Horváth Attila gyengébb első félév után kitűnő nyári formájával szoros küzdelemben volt az első helyért.

Boros Zoltán harmadik helye félgőzzel nem rossz, a VB évben ennél több kell majd.

Bozán György klasszisát csak a magyar bajnokságon mutatta meg.

Vajda Géza tavaszi kihagyásai után egyenletes teljesítménnyel biztosította előkelő helyezését.

Hegedűs Zoltán egyenletes fejlődéssel, hullámvölgy nélkül felzárkózott a legjobbak mögé.

Sötér János tavaszi sérülései után közepes formában versenyezve ezuttal a 7. helyre futott be.

Egervári Ottó gyakran nem használta ki futógyorsaságát.

Vincze István máris jó maratoni futó és még mindig jó tájékozódási futó - lehet.

Balogh Tamás, mint az utóbbi két évben mindig, most is jelzi, hogy eddig tart a mezőny krémje.

A ranglistán ezután következésként dicsőretni teljesítmény, hogy bekerültek az első tizenötbe, de azt hiszem ők sem elégedettek egészen teljesítményükkel.

Végül valamennyi tájékozódási futónak eredményes versenyevet kíván a számszaki szak: Csongrádi Jenő

Nyitrai György

## Aranyhíd

/Hozzászólás Balogh Tamás: Ifjúság - válogatott szinten c. cikkéhez./

Sportágunk eredményes éveit zárta. Az 1972-es világbajnokság látványos sikereit tavaly csendesebb, de szintén fontos események követték - gondoljunk csak Monspart egyenletesen jó nemzetközi eredményeire, vagy válogatott csapatainknak a nagy vetélytárs: Csehszlovákia ellen, annak otthonában elért győzelmére /Hármasviadal/.

Az elért eredmények arra köteleznek, hogy törekedjünk hasonló, vagy még jobbák elérésére a jövőben. Ennek érdekében tervszerű munkával készül az új versenyevadra és a közelgő világbajnokságra a válogatott keret - amint az már évek óta történik.

És itt álljunk meg egy szóra. Válogatottjaink neve egyre inkább közismertté válik. Ma már nemcsak Monspartot említik ott, ahol a tájékozódási futásról szó esik. A Népsport rendszeres olvasói előtt a Boros, Hegedűs, Horváth, Turchányi, stb. nevek sem hangzanak idegenül. Nem is lehet, hiszen már idestova egy évtizede találkozhatnak velük! Ami azt jelenti, hogy válogatottjaink zöme régi, kipróbált és "bevált" versenyző, akiből érett, összeforrott együttes kovácsolódott az évek folyamán.

Bizonyításul egy kis statisztika arról, hogy a jelenlegi keretek régi tagjaiból ki mikor szerepelt először a válogatottban/zárójelben a férfiak mostani életkorá/:

Boros Zoltán	1970.	/26/
Bozán György	1967.	/30/
Cser Borbála	1964.	
Hegedűs Ágnes	1967.	
Hegedűs András	1967.	/24/
Egervári Ottó	1968.	/26/
Danovszky Mária	1967.	
Monspart Sarolta	1962.	
Sötér János	1968.	/28/
Turchányi Piroska	1967.	
Vajda Géza	1970.	/30/
Horváth Attila	1965.	/26/

Mint látjuk, a nőknél már négyen is a "hétévesek klubjának" tagjai. Mégis, náluk találkozzunk a több új névvel. Pl. Szopori, Fodor, Schmidmeiszter, stb. az utóbbi évek eredményes és ígéretes "szerzeményei". A fenti két csoporton kívül még néhány "közép-csoportbeli" /Horváth Magda, Horváth Antónia, Mohácsi Márta, Tass Emőke, stb./ alkotta évek óta a női felnőtt keret. Ebből az derül ki, hogy női vonalon van fejlődés, a rutinos régieket

kiegészítik, majd felváltják tehetséges ukaj, így a fiatalítás megoldottnak látszik. Ezért a továbbiakban velük nem is foglalkozom.

Más a helyzet a férfiaknál. A kerettagok nevei sokkal lassabban változnak. Különösen, ha azokat vizsgáljuk, akik a jelentős nemzetközi versenyeken valóban képviselik is nemzeti színeinket, tehát az "A" válogatásban indulnak. /Számos kerettag sohasem lett válogatott./ Még különösebb, ha azokat nézzük, akik ifjúsági korukból kinöve rögtön a nagyválogatott tagjai lettek. Mint pl. korábban Hegedűs A., Horváth A., Kempelen M., stb., vagy mint még korábban Skerietz I., Schönviszky Gy. Pedig az ő idejükben sem volt könnyű új embernek bekerülni a legjobbak közé!

Tudom és állítom, hogy a tájékozási futás nem a tizenévesek sportja /ti. "menő" szinten/, mint pl. az uszás, vagy a torna. Versenyzőink általában 23-26 éves korukra érik el egyéni teljesítményük tetőpontját és ezt még sokáig tarthatják. Nálunk is voltak pl. I.o. 30-évesek /Balogh T., Schönviszky Gy. Laczkó T./ és északon még több menő ismernek a harmadik X-en túl. Ennek sportágunk kettőssége: a szellemi és fizikai követelmények összessége az oka. U. i. a tetőpontig /pl. 24 életév/ mind a szellemi, mind a fizikai fejlődés emelkedő irányú. A tetőpont után a fizikaiakban kétségtelenül hanyatlás lép fel /amit csak igen erős edzéssel lehet - ám azzal elég sokáig - elodázni/, de a szellemiekben a fejlődés még mindig emelkedő irányú! Gondolok itt az érettebb, megfontoltabb gondolkodásra, a versenytapasztalatok megfelelő kiértékelésére, stb., stb., ami az idő teltevel egyre gyarapítja a versenyző tudását.

Mind ezek ellenére nagyobb szükség lenne a fiatalításra. Nem azért, mintha a jelenlegi válogatottak nem lennének képesek a közeljövőben is megismételni a közelmult teljesítményeiket, hanem azért, mert kérdéses, hogy a tavalyi teljesítmények elegendők lesznek-e a jövőben? Ellenfeleink biztosan fejlődnek! Legjobbainktól pedig - bocsánat a kemény kifejezésért - a tetőpont után többet már nem várhatunk. Viszont olyan ifjakat állítani helyükbe, akik még elődeiket teljesítményére sem képesek, nyilvánvaló esztelenység. Tehát: fiatalítani - de kivel?

Ifjúsági versenyzőink szép számmal vannak. E területen a vidék is jól, sőt Budapestnél sokkal jobban áll. Van ifjúsági válogatott is, szintén szép létszámmal. Azonban az ifjúsági és felnőtt válogatott keretek között nincsen meg az elvárható fejlődési kapcsolat. Ez alatt azt értem, hogy az ifi kerettagság egyáltalán nem biztosítéka, sőt nem is feltétele a későbbi nagyválogatottságnak. Mégpedig azért nem, mert manapság általában 22-24 éves kor után jut el valaki a felnőtt kerettagságra - tisz-

telet az egyre ritkább kivételnek. Igazolással pár adat az első válogatottság idejéről:

Bozán Gy.	24 év	Egervári O.	20 év
Hegedűs Z.		Sötér J.	22 "
Boros Z.	22 "	Vajda G.	26 "

Vagy régebbiről:

Arató J.	29 év /1/
Nyitrai Gy.	26 "

És a szabályt erősíti kivételek:

Hegedűs A.	17 év	Horváth A.	17 év
------------	-------	------------	-------

/Adatok Bárány László gyűjtéséből./

Szerintem az ifjúsági és felnőtt válogatottság követelménye között már most szakadék tátong, ami az idő múlásával csak szélesedni fog. Ugyanis ahhoz, hogy valaki az ifi keretbe kerülhessen, csak a saját, szűk korcsoportjába tartozók közül kell kiemelkednie, és elfoglalni egy "kiöregedett" helyét a keretben. Ebben a keretben automatikusan cserélődnek a nevek, hiszen a 19 évesek kiesnek belőle. Tehát az ide jutás nem jelent különösen nagy erőpróbát, szinte a mindenkori ifi ranglista első helyezettejének nyújt bizonyos előnyöket.

De mi lesz az onnan kikerülőkkel? Folytathatják pályafutásukat, a jó értelemben vett karrierjüket a nagyválogatott tagjaként? Szó sincs róla! Ehelyett - mint aranyjelvényesből lett II.o.-uak - belecsoppennek a "B" kategória rendkívül változatos és kiismerhetetlen mezőnyébe. Egyik szezonról a másikra szembe kerülnek visszaminősított, néhai menőkkel, az I.o.-t évek óta ostromló öreg rókákkal, ismeretlenségből feltörő őstehetségekkel, felfelvillogó percemberekkel, akik merőben más légkört jelentenek számukra korábbi ifi társaságuknál. Itt már sokkal nagyobbak a követelmények és sokan a volt ifi kerettagok közül csak itt találják meg, hogy milyen nehéz is a boldogulás a felnőttek között... Ez a mezőny igen kemény tud lenni a kis menőhöz, akinek itt kell, sokkal nehezebb körülmények között újra kezdenie a harcot a sikerért, az eredményességért, az elismerésért, a nagyválogatottságért! Ahol már nem várja Őt a kiöregedettek meleg helye, hanem egy-egy nagy nevet kell kiturnálnia onnan - ha sikerül.

A fentiek tudata olyan érzést válthat ki az ifi keret tagjaiból, ami ennek a pozíciónak értékét csökkenti. Tudat alatt ott bujkál bennük az, hogy ezt már elértem, most már minék törjem magam? Akik közülük előre tekint, az tudja, hogy egy-két év múlva a felnőttek között újra kezdeni a hajtást a felnőtt válogatottságért, s ezt a megújuló hajtást vagy vállalja, vagy nem. Előbbi esetben szinte rákésztül, /szoktuk mondani: rápihen/ erre - utóbbi esetben pedig már befejezettek tekintik sportpályafutásának emelkedő szakaszát. Tudja és érzi - mert tudatjuk és éreztetjük vele - hogy most ugyan menő, válogatott, címes

sportoló, - de ugyanakkor pl. nem veszik be szakosztálya OB-s felnőtt csapatába, mert az azt évek óta alkotó öreg rókákra még mindig jobban lehet számítani... Felemás helyzet ez, kérem! Együtt a babérkoszoru és a tartalépad. Számos más sportágban az ifik legjobbjai a felnőtt nagycsapat eredményes és elismert tagjai is, válogatott és clubszinten egyaránt. Mi pedig kettészakítjuk - mégpedig az ifi kerettség korhatárával - az élmezőny utánpótlási vonalát. Pedig az ifjusági keret foglalkoztatásának nem lehet más a fő feladata, mint a nagyválogatott utánpótlásának nevelése!

Ifjusági sportolókra, kategóriákra természetesen szükség van. És szükség van utánpótlás jellegű keretre is. De - szerintem - nincsen szükség ifjusági válogatott keretre, mert ifjusági versenyző nem lehet "utánpótlás" a jelenlegi menő számára! Ez csa' a junior koruktól várható, de én még ennek a korcsoportnak a felső határát is alacsonynak tartom ehhez, éppen a fentebb részletezettek miatt.

Az utánpótlással kapcsolatban az alábbiakat javaslom:

1. Tartsuk fenn és fejlesszük az utánpótlás válogatott keretet /nem új dolog! / 22 éves felső korhatárral. Természetesen ebben akár serdülők is helyet kaphatnak - ha a bejutás feltételeinek eleget tesznek.
2. A junior korcsoportot terjesszük ki a 19-22 évesekre. Junior kategóriát -esetleg több fokozatban is - minden olyan versenyen legyen kötelező rendezni, ahol ifi és felnőtt kategória együtt szerepel. Ifjuságiak számára az "egy korcsoporttal feljebb versenyezhet" szabály egyértelműen a junior korcsoportban való indulást jelentse.

Az így kibővített junior mezőnyökben jobb körülmények között fejlődhetnek azok a tehetségek, akik valóban alkalmasak a felnőtt válogatottságra. Számukra az utánpótlás keretben lehetne megadni az ehhez szükséges edzési-képzési többletet. Tudom, Balogh Tamás cikéből, hogy ezt a lehetőséget ma is megkapnák az ifi keret tagjai, de nem élnek vele. Szerintem nem is tudnak. Mert akár mit is csinál, hármennyit is edz ma egy ifjusági koru versenyző, 19 évesen akkor sem tud bejutni a nagyválogatottba, a nemzetközi versenyeken induló "A" csapatba. Ami végső soron mégiscsak a célja... Erre csak a juniorok lehetnek - fiziológiai adottságaik miatt - képesek. / Itt van a nagy különbség a hamarabb "beérő" nők javára! / Tehát a 19-22 éveseknek kell a hivatás képezni az ifjuságiak és a nagyválogatottak között. Hivatás - az újabb aranyérmek felé.

Mindezt nem az ifjuságiak lebecsüléseként, hanem melegségtükre írtam. Bocsásson meg, akit megbántottam.

SZ.B. Jelahoovszkij:

## Tanulságos hibák

/Részletek a "Futás láthatatlan céllal" című könyvből./

Miközben az erdőben futunk két legyet ütünk egy csapásra. A fizikai és a szellemi sport legeit. És mindenki közülünk igyekszik ezt a többieknél gyorsabban tenni. A nagy sietésnek ebben az állapotában, természetes hogy hibázunk. Mindenki hibázik a győztes is és a kiesők is, olyan gyakran hibázunk, hogy sokszor a tájékozdási futó verseny úgy tűnik merő egy hibázásból áll. Ezekből is elég-ségesek csupán a jelentősek, amikor az időt percekben ritkábban tíz percekben számolják, az olyan apróságot pedig hogy nem jó oldalon kerül meg valaki egy bokrot és elveszít 2-3 mp.-t, most még észre sem veszik. Láthatóan a mi sportágunk már ilyen.

Hat év alatt amióta tájékozdási futással foglalkozom több mint 200 versenyen vettem részt. Ezek közül mindegyiken elköttem általában 5-7 hibát, melyek lényegesen befolyásolták végső eredményem. Ezer hiba... Ezek mind fel vannak írva egy vastag füzetbe és összeségükben érdekes gyűjteményt alkotnak. Az így egy csomóba összegyűjtött hibák mint valami jelvény gyűjtemény: vannak hasonlók, vannak különlegesek, de nincs két azonos /csere alap ilyen gyűjteményből nincs/.

Osztályozni a hibákat különböző elvek alapján lehet: vagy az eredményre történő végső kihatásuk szerint, vagy a verseny rangja alapján. Itt minden elv elfogadható, mivel saját hibáinkban történő kutatás annyira intim dolog, hogy bármilyen kánon felállítása lehetetlen. Mégis úgy hiszem, hogy az egyéni hibák analízise nem csupán egyénileg érdekes. Érdemes és főleg hasznos róluk nyilvánosan is beszélni, valamely feltételes rendszer szerint sorba véve őket.

Nagyon durván, a hibák lényegében nem behatolva, három csoportra oszthatók:

1. A kezdő hibái.
2. A közepes sport-szint időszakának hibái.  
- amikor megizletted a tájékozdási futás igazi izét és lelkesen résztveszel minden versenyen. /"A fejlődés hibái"/ Ennek a szakasznak jellemzője az érezhető, de nem egyenletes javulás az eredmények tekintetében.
3. Az élsportoló hibái.  
- Az igazi mesterek hibái az élvonal létezett konkurencia harcában a ranglista helyeiért.

Az első versenyek hibáinál nem időzve, amely hibák néha kedvesen naivak./pl. a pálya

fordított irányu megtétele/ de elkerülhetetlenek, mint a gyermekbetegségek és a tejfogak amik idővel úgy is kilullanak, átmevnek azonnal a középső szint hibáira melyek, szabály szerint, mindjárt a második szezontól számíthatók az az a versenyek második teljes ciklusától.

A tájékoztatósi futó tapasztalatok összes variációinak megszerzése és az eredmények javulása általában néhány évig tart, és ennek a periódusnak hozzávetőlegesen azonos hiba kollekció a jellemzője. Azonban a hibák maguk különbözők, jellegűek, és az eredményre történő hatásukat tekintve is.

Igy tehát milyenek a leglényesebb hibák, amelyeket a nyári versenyeken követhetünk el? Idéesség a pályá elején.

Gyakori és ragályos betegség, amelyet "első ellenőrző pontnak" lehet nevezni. Valóban napok óta várod a versenyt, hogy végre jó eredményt érjél el. /Ugy érzed azt már teljesen megszolgáltad./ Várom elégedetlenül előző szerepléseddel, és elérkezett ime itt a lehetőség: térkép a kezdedben, teli vagy erővel, és ott valahol az erdőben rejtik az első ellenőrző pont piros fehér bójája, amelyet te természetesen mindenkinél előbb fogsz megtalálni. Erős akarattal kell rendelkezni vagy sokszor súlyosan meg kell szenvedni az elkapkodott rajtért, hogy az első pontra vezető átmenetet megtanuld úgy leküzdeni, mintha nem verse nyen, hanem edzésen lennél és a leglényesebb itt nem a gyorsaság, hanem a megbízhatóság. Szerencse még ha a pályakitűző jószívű és az első pontot közel és egyszerűen helyezi el, bár gyakran a fő erőprobat éppen a pályá eleje tartalmazza. Itt pedig meghalsz ha kapkodsz. Hány reményteljes terv hullott el az első ellenőrző ponthoz vezető uton! Jól meg kell tanulni hogyan adjon az ember 2-3 percet ennek a vadállatnak, az első ellenőrző pontnak, hogy megnyugodjon. Ez nem is olyan nagy áldozat, mert akár huszat is lenyelhet.

Sietség a következő átmenet utvonálasztásában.

A legelterjedtebb hiba, bár az idővesztéget tekintve nem jár olyan komoly következményekkel, mint az előző. Azonban az a baj, hogy egy verseny alatt ezt a hibát nem csak egyszer lehet elkövetni és így az ára összegyűlik. Ugy tűnik minden nagyon egyszerű: pécsetteltél az ellenőrzőpontra, megtaláltad a térképen a következő pontot, Áttekinted a haladás minden lehetőségét, először pl. balra az egyenestől, aztán jobbra; kiválasztottad a legjobb utvonalat, levetted az irányt: és előre.

A valóságban ez a tevékenység rövidebb: A legjobb utvonalt rendszerint nem jutunk el /nehéz állni amikor a többiek futnak és ráadásul hallatszik az ágak ropogása a ponthoz közeledő ellenfél lábai alatt / és kiválasztjuk az első többé-kevésbé jó utvonalat, vagy pedig egyszerűen ami a szemünk elé kerül.

Lehetséges hogy így kell lennie? Természetesen nem. A legjobb utvonalt soha nem elrontója a jónak. Az erre szükséges időfelhasználás: 10-30 kiegészítő másodperc, ami átlagosan legalább 3-5 perc időmegtakarítást eredményez.

Magától érthető, és figyelembe kell venni, hogy a kiegészítő időnyereség függ az átmenet hosszától és a nagyon rövid átmeneteken melyek hossza 100-400 m az utvonálasztás problémája, rendszerint eltűnik az egyes vonalú iránymenettel, /a távolságot mérve/ kevesebbet vesztesz, mint valamely nagyon ravasz utvonalt kiválasztásával, amely térképen történő kikeresése, akár egy teljes percbe is telhet. - Nem tudom eléggé tanulságos-e az én személyes tapasztalatom, de a flizetektől, amikbe minden verseny után felírtam hibáimat, kérelhetetlenül következik: az utvonálasztás elcsúszásából eredt az első két teljes nyári szezon össz-idővesztésének átlagosan negyede.

Érdekes, hogy versenyzésem első három évében az utvonálasztás elkapkodásából eredő hibák gyakorlatilag nem csökkentek sem viszonylagos mennyiségüket, sem az idővesztésüket tekintve. Láthatóan, ez azért történt, mert a megszerzett gyakorlattal párhuzamosan nőtt a versenyek feszültsége is, mivel egyre reálisabbá vált a mind magasabb helyezéserő folyó harc, az ilyen küzdelem izgalmában pedig gyakran úgy tűnik, hogy másodperceket vesztegetni a térkép tanulmányozására különösen lehagoló./elkeserítő/ Nyilvánvaló, kevés felismerni a hasonló hiányosságokat, el kell érni hogy az utvonálasztásra automatikusan annyi időt használjunk fel, amennyi a konkrét szakaszra szükséges. Az automatikussá tételt viszont csak edzés útján lehet elérni, kialakítva az utvonálasztást mint az általános technika egy elemét. Például, fizikai edzés közben minden percben megállni, és a térkép más és más részén új és új utvonálasztási feladatot megoldani. Így 50-100 feladatot egyetlen edzés alatt. Ahogy a teniszező, vagy a futballista gyakorol az edzőfal mellett.

Figyelmetlenség a "fix pont" /bemérési pont/ kiválasztásában.

Nem eléggé határozott elképzelés az utolsó "fix pontról" a következő ellenőrzőpontra történő futás megkezdésekor, megalapozatlan megváltoztatása utközben, és ellenőrzésének hiánya amikor elértük azt. Súlyos következményekkel járó hiba mivel a versenyző közvetlenül a pont körzetében elveszítheti pontos helyzetének ismeretét a térképen. S mikor már újra helyre tennie nincs hol magát, idegessé válik, ami pedig hibák egész sorát vonja maga után. Ismerve az ilyen hibák fontosságát, gyakorlott versenyzők az utvonálasztást /különösen hosszú átmenetben/ általában a farkától az utolsó fix

ponttól kezdik. De ez mint kiténik csak fél munka. Gyakran az átmenet alatt a korábbi elképzelés a legjobb utvonallal revízió alá kerül, vagy feltrúnnak utbaeső a térképen nem jelölt ösvények, vagy az erdő futhatósága válik jobbá. Az utvonallal megváltozását általában a fix pont megváltozásának kell követni, de mivel ilyenkor az utvonallaválasztás feladatának megoldása haladás közben történik, a fix pontig nem mindig jut el a dolog. Igen gyakran erről valamilyen határozatlan elképzelés jön létre, - valahol itt -, hogy pontosan hol, majd meglátjuk.

Ilyenkor könnyű megnyugtatni magunkat, hogy a váratlan időnyereség /amit pl. az ösvény ad/ megengedi a pont kevésbé pontos és megbízhatatlanabb fix ponttól való vételét. Lassabban, ovatosabban, de még mindig nyereségben leszünk az első utvonallal összehasonlítva. Azonban az óvatosság figyelmen kívül marad, futsz az új fix ponttól éppen olyan gyorsan, tovább növelve az időnyereséget, és ... az árna nem kell sokáig várni.

Ez ellen a hiba elleni harcnak láthatóan csak egy módja van. Mindig meg kell állapítani a fix pontok prioritását az átmenet megkezdése előtt. Akármilyen utvonallal változtatás esetén újra a fix ponttól kezdve kell azt végig gondolni. És mindig le kell ellenőrizni a fix pontot, azaz a pontra történő ráfutás utolsó szakasza előtt meg kell győződni, hogy éppen ott állunk, ahol azt gondoljuk.

/folytatjuk/

Boros Zoltán

## Edzéstervezés

### A "LASSUSÁG" SZÉPSÉGE

A tájékozdási futás állóképességi sportág. Az elfáradás elleni küzdelem legfontosabb eszköze az edzések, amiket a versenyzők már évek óta végeznek: az állóképesség fejlesztéséről van szó. Ennek reciproka: a sportág önmaga is fejleszti azt. Igazolja ezt a tény az is, hogy ismert sífutók a nyári alapozásokat teszik szívesebben a mi versenyzőinkkel.

A tájékozdási versenyek terhelését, illetve az azokra történő felkészülést szinte mindenki a hosszútávfutáshoz és annak követelményeivel hasonlítja. Az időtartamot és terhelést vizsgálva nem sorolható egyértelműen a sífutás terjedelmi faktoraihoz.

Terhelés szerint a legmagasabb kategóriákban már meghaladja a 10.000 m "vizontagságait". Időtartamát vizsgálva szembeötlik a plusz időráfordítás. A versenyek közötti 30-100 perces tartós terhelések 2,5-18 km közötti távok megtételét eredményezik "csak". Ilyen lassúak volnánk? Ez lenne a tájékozdási futás irama?

Nem. A versenyek irama jelentősen növekedett már, mi is gyorsultunk, s ráadásul fi-

tás közben egyre több, s egyre nehezebb problémát meg kell oldanunk.

Példaként kiragadhatjuk azokat a cseh versenyeket, amelyekben lendületesen lehetett futni, s a tájékozdás sem okozott problémát. A légvonalról eltérő utvonalaink hossza 16 km, az időeredményeink pedig 80 perc körül alakultak. Ugyanezek a versenyzők /mi/ képesek lefutni hasonló nehézségű terepen, tájékozdás nélkül, az előbbi távot 60 perc körül.

A 20 perces eltérés láttán mindenki arra gondol, hogy a tájékozdás, a térkép, a bélyegző és egyéb eszközök használati idejét kell és lehet levinni a "0"-hoz. Az érzékszervi és az agyi munka hatásfokának abszolút feljavításáról is szó lehet.

Igaz, mert a tájékozdási technika állandó javulása egyre folyamatosabbá teszi majd a futást.

Nem igaz viszont azért, mert a tájékozdási futás nem válik soha egyoldalúvá nem fog "elbutulni" csupán futásra. Szépségét nem veszítheti el.

A fejlődés nem ma kezdődött. Külföldön már régebben. A folyamat következményei érdekesen hatnak majd, hiszen a jelenlegi "térképnevezéssel" stílus nagy-nagy pihenőket engedélyez a szervezetnek. Az ellenőrzőpontoknál eltöltött értékes fél, sőt egész percek ideje alatt a futót még a kihülés veszélye is fenyegeti. Az a híres atléta, aki ragadóként végigszaladja a mi versenyünket, nyilván máskor is szívesebben rajtol térképpel a kezében.

A sportág kettőssége megköveteli alkotóelemnek együttes emelését is. Nem érdemes a tyúk és a tojás elsőbbségének problematikájához hasonlóan ebből is vitát kerekíteni. Egyéneknél ugyanis változó, általánosságban pedig az egymásraépültségnek kell érvényesülnie. Valójában is és az újság oldalain is.

### AZ ÁLLÓKÉPESSÉG FONTOSSÁGA

A futás folyamatossága, valamint a tempo megnövekedése az elfáradás idő előtti jelentkezéséhez vezethet. A végzetes leállást kell ez alatt érteni, hiszen a futás megkezdésétől végigkíséri a versenyzőt egy bizonyos fáradtságérzés, ami megnehezíti a tevékenységét.

A fáradtság fokozódása, ami a hibák előidézője, ami miatt bizonytalanná válik a kéz mozgása, de ekkor kezd problémás lenni a látás, a megfigyelés és a memorizálás is. A szükséges munkavégzési szint fenntartását, az elfáradás hatásának eltolását segíti elő a fizikai felkészülés.

A tájékozdási futásban, mint hosszantartó versenyformában, legnagyobb szerepe az állóképességnek van. Az eredményesség szempontjából döntő jelentőségű ennek kialakítása. Nem mindegy, hogy milyen a jelenlegi alap-állóképességi szint, s ezt hogyan, milyen módszerekkel javítjuk. Mindennemű törekvének fi-

gyelembre kell venni azt, hogy a futómunka mellett a gondolkodás, a memorizálás, a logikus kényszerválasztás a megfigyelés és a felismerés sem szorulhat háttérbe.

A futás és a vele párhuzamos cselekvésként lezajló tájékozódás szinkronban tartásának elengedhetetlen feltétele, hogy a szervezet oxigénigénye és felvétele között is mindvégig megmaradjon az egyensúly. Ez nagyon fontos. Számunkra ez jelenthet fejlődést, hogy ezen az egyensúlyi állapoton belül minél magasabb iram alakuljon ki, és ezt minél hosszabb ideig tudjuk tartani. Ez az állapot a steady state - népszerűbb nevén.

### AZ AEROB MUNKAVÉGZÉS

A kellő mennyiségű oxigén jelenléte mellett történő sporttevékenységet nevezzük aerob munkavégzésnek.

Egy mérsékelt iram megkezdése esetében a szervezet már a terhelés elején alkalmazkodik, kialakítja az egyensúlyt. Az így megkezdett edzésen is el kell jutni addig a pontig, amikor az intenzitás fenntartása érdekében erőfeszítéseket kell tenni. A létrehozott elfáradással lehet kényszeríteni a szervezetet az alkalmazkodásra, mely a következő összetevők fejlődését eredményezi:

- a keringési-légzési rendszer
- gazdaságos futómunka, mozgásszervezettség
- alkalmazkodás a nagy terhelésekhez
- az erőfeszítés képessége
- az akaratli tulajdonságok magas szintre kerülése

A következő táblázat az aerob és az anaerob teljesítőképesség szerepének megosztását mutatja az atlétikai versenyszámoknál.

	100m	150m	500m	1000m
aerob munka / % /	50	65	90	95
anaerob " / % /	50	35	10	5

A táblázat /Suslow/ szerint a távok növekedésével fokozatosan kerül előtérbe az aerob állóképesség. A kis százalék anaerob energiamozgóító képesség automatikusan kifejlődik. A hegyre, emelkedőre való felfutások sok esetben okoznak oxigénhiányt.

Az aerob munkavégzés határai:

- 1./ Növeli a maximális légzést, a tüdő vitálkapacitását.
- 2./ Az egy percre eső felhasznált levegő mennyisége emelkedik.
- 3./ Csökken a nyugalmi pulzusszám, illetve a terhelés után meggyorsul a helyreállása. /Különleges értékek: 30-40 között./
- 4./ Javul a vérellátás, a hajszterek száma növekszik. A vér oxigénzállító kapacitása növekszik a vértérfogat gyarapodásával és a vérben lezajló kémiai változásokkal.
- 5./ A terhelések folyamán egyre gazdaságosabbá válik az energia-és az oxigénfelhasználás.

### Az aerob állóképesség edzésanyaga

Szinte valamennyi edzés módszer lehet használni az alap-állóképesség fejlesztésére.

- Tartós futások 2-30 km-ig.
- Futás növekvő intenzitással.
- Intervall futások rövid, aktív pihenőkkel.
- Gyors járás, hosszú turázás és a sífutás.

Az adagolásnál figyelembe kell venni a növekvő intenzitást és a nagy terhelést, gondolni kell az alapelve: az oxigén felvétel és felhasználás mérlegen tartására.

Mérvadó lehet a pulzusszám, amely 150-180 közötti érték esetén már megfelelő terhelést tanúsít.

Az alap-állóképesség szinten tartására egész évben kell gondolni, hiszen enélkül magasszintű sportági edzőmunkát végezni nem lehet.

Az alapozás jelentősége ebben van, mert hihetetlen mértékben lehet javítani az állóképességet, de állandóan "emlékeztetni" kell rá a szervezetet, mert a tájékozódási futás nem ismer akkora terhelési különbségeket, mint az atlétika a sífutás versenyszámaiban. Itt nem lehet lemenni rövidtávra.

Bozán György

## Angol utakon

Geoff Dyson az Amatőr Atlétikai Szövetség jónévű edzője egy walesi kollégium futóversenyén felfigyelt egy jómozgású fiúra, aki élete első három mérföldes versenyén megjavította a kollégiumi rekordot. Verseny után az edző elbeszélgetett a 18 éves John-nal és megkérdezte; akar-e olimpiai érmet nyerni hat év múlva, mert ha igen, úgy két év múlva jelentkezzen. Addig fusson amíg jól esik, élvezze a tinédzser kort. A husz éves fiatal ember jelentkezett és megkezdődtek az edzések. A sífutásról, melyben csak negyedik legjobb eredményt tudta elérni az országban, John átállt az akadályfutásra. Sorra javította az országos csúcsokat és Moszkvában 8:44,2-es idővel világcscsot futott.

A hat év letelt és az 1952-es helsinki olimpián bronzérmet nyert. John nem hagyta abba a futást, Melbourneben hatodik volt és csak egy sérülés akadályozta meg, hogy részt vegyen a római olimpián is.

Még a helsinki olimpia után történt 1953-ban, hogy kicáncsiságból részt vett Stockholm mellett egy tájékozódási versenyen, melyet tanítónők számára rendeztek. A híres akadály futó négy hellyel végzett az utolsó előtt. Az eredmény cseppet sem szegte kedvét, sőt két év múlva, mikor tanári állását felcserélte a Snowdonia-i Hegymászó Központ vezetésével 1955-ben, maga is rendezett egy tájékozódási versenyt. A versenyen 25 induló volt, de a 4-es pont közelében lévő darázs-fészkek miatt

senki sem teljesítette a távot. Ez a verseny volt az első tájékozdási verseny Nagy-Britanniában és John, azaz John Disley pedig a Brit Tájékozdási Szövetség megalapítója és jelenlegi főtitkára, az IOF elnökségi tagja.

A tájékozdási futás elterjedéséhez döntő lökést adott a Svéd Tájékozdási Szövetség, akik Skócia remek adottságaira való tekintettel 1962-ben csapatot küldtek Edinburgh-ba és segítettek megrendezni az első skót bajnokságot. A nyolc svéd futó után a legjobb hazai eredményt Brian Jamieson érte el, aki jelenleg is a válogatott keret tagja, és az 1976-os angol világbajnokság egyik főrendezője. Az ő szíves meghívására tölthettem egy hónapot London melletti házában. Itt ismerkedtem meg az angol tájékozdással és egy, a miénktől sokban különböző életformával. Lássuk csak, hogy is volt:

A svéd segítség szárnyakat adott a tájékozdás fejlődéséhez. 1966-ban 6 férfiből álló brit csapat veti részt a finn világbajnokságon. A legjobb eredményt A. Patten érte el, aki 2:33:09-es idővel 42. lett. A legjobb magyar ugyanakkor Örsi András volt, aki 2:17:42-es idővel 34. helyet szerzte meg. Sokat tett a tájékozdás népszerűsítéséért az országszerte kedvelt, korábban európai bajnok és világsúcstartó Gordon Pirie, aki a szögést stoplis cipőre cserélte fel. Ő az, aki Ausztrália után tavaly már Új-Zélandon is meghonosította a tájékozdást, lévén sportinstruktor és sportszerkereskedő.

Az 1968-as svéd világbajnokságra már brit női csapat is utazott. S ha a nők eredménye nem is, de a vöröshajú, szeplős edinburghi egyetemli hallgató Geoff Peck 19. helyezése figyelemre méltó. Előtte csak két kontinenslakó végzett; a későbbi VB bronzérmes Hulliger/Svájc, 14. hely/ és a korábbi EB helyezett Schwager/Svájc, 15. hely/.

A fejlődés türetlenül ivelt. Az 1969-es brit tájékozdási bajnokságon már javított színvonalon futottak a versenyzők. A következő évben az Egyesült Királyság minden részén megalakultak a területi tájékozdási szövetségek, beleértve Észak-Irországot is.

Az 1970-es NDK VB-n a fiúk újra javitanak, Wells-Cole a 18. lett, 1972 pedig ismét Peck éve, a tiszteletre méltó 11. helyet éri el Stare-Splavy-ban. Ugyanakkor a brit tájékozdás elismeréseként a szigetország megkapta az 1976-os VB rendezésének jogát.

John Disley nyilatkozata szerint, már most megteszik a lépéseket az elektronikus időmérés és az elektronos eredményjelző tábla összekapcsolásának megoldására.

A tájékozdás ma már ezeket von búvkörébe, de szoros kapcsolata az atlétikával mindeztideig sem szakadt meg. Így beszél erről Chris Lindsay az 1960-as évek ünnepléi bajnoka:

"Nekem, mint atlétának 400 m volt a kedvenc távom, amit akkoriban csak 440 yardnak hívtak. Ez a verseny áll egy rajtból, csaknem ugyanazon a helyen lévő célból és egy két vonal közötti futásból. A tájékozdásra való átállás éppen ezért rendkívül könnyű volt számomra, mivel itt szintén van rajt, valamint nem messze tőle egy cél. A fő különbség, hogy a vonalakat most szintvonalaknak nevezik és ahelyett, hogy közöttük kellene futni, a rendezők azon törik magukat, hogy a futó minél többet keresztezzon belőlük."

A brit tájékozdás másik támasza az aktív hegymászó élet. Mint láttuk, John Disley is akkor karolta fel a versenyzést, mikor Snowdonia Hegymászó Központ vezetője lett. Snowdonia az 1085 m magas Snowdon környékén lévő természetvédelmi terület és síparadicsom Wales-ben. Egyébként Disley már korábban is érdeklődött a hegymászás iránt, csak a helsinki olimpia miatt mondta le az 1953-as első sikeres Mont Everest expedícióban való részvételt is.

Az utánpótlás tehát megvan, és aki egyszer elkezdte a tájékozdást, az nem is tudja abbahagyni, hacsak nem... de jobb, ha a történetből tudjuk meg.

A legidősebb senior versenyző szemel elött györobér barna köddé homályosult a száraz páfrányokkal borított hegyoldal. Igen, ezek az Szik szeművegek, ettől aztán akár a pont mellett is elfuthatok. A tetejébe állandóan bepárasodik. Hát talán legjobb újra megmászni a hegyet azért a rohadt gödörért. - Most már abbahagyta a futást, vagyis azt a lassu dzsong-trot-tot, amivel az erdőben szokott közlekedni, és kezdte megbánni, hogy ilyen egészségi állapotban elsősztályban indult. Mikor az emelkedő feléhez ért, fülében a monoton zakatolás elviselhetetlen kaotikus dobolássá vált. Hirtelen gyöngesség és hányinger fogta el, térdre esett, amikor hirtelen felvilámlant előtte az ominózus pont piros-fehér bójája. A pont közelségének tudata még erőt adott, hogy átkusszon a száraz páfránylevelek között, míg habzó szájjal levegő után kapkodva el nem nyult a gödör szélén. Erejének végső megfeszítésével lecsusszant a gödör fenekére, hogy elérje a lyuksztót, amivel csak a megfelelő négyzetbe történő lyukasztás érvényes. A másodosztályú, aki egy vagy két perccel később fogta a pontot, azonnal felismerte a helyzetet és megkérdezte: "Beletört a tájoló a pályába, most aztán feldobod a stoplistot?"

Közben a kartonját lyuksztotta. Egy állg hallható hang válaszolt: Gödör 2 x 1 m a letérés D-i szélén, oda temess. Kis domb 1 m, mesterséges, legyen felettem. Tűzz oda egy táblát: Az erdőben tűzet rakni és dohányozni tilos! Szemetet csak a kijelölt gyűjtőbe dobja! - Meg-lesz, - mondta a másodosztályú és ki-lőt.



Harmínchét perc és tizenhárom másodperc múlva a másodosztályú átfutott a célvonalon. Miatán megitta a frissítőt, megevett egy szelet csokoládét és négy körözöttes kenyéret, odaszólt a pályakitzűzőnek. A pálya jó. Csak a négyesre tettem. Az öreg Albert most lyukasztotta az utolsó. A nyolcason fekszik.

- Ugy érted, hogy színe elé kérte a Nagy Pályakitzűző?

- Hát persze. Holt zihér. Már most beirhatok neki hat hibapontot.

Néhány rendező erre rövid tanácskozást tartott. - Valaki meg kell, hogy mondja a feleségének. Az öreglány biztos a kocsihoz köt. A hölgyet nem volt nehéz megtalálni.

- Mély részvételt kell közölnöm, hogy az öreg Albert most futotta utolsó versenyét.

Ő már csatlakozott a Legnagyobb Clubhoz.

- Szsz, szisszent fel a hölgy anélkül, hogy felnevezett volna a kötésből, most miattatok elvesztettem egy szemet.

- Talán nem értett minket asszonyom. Az öreg Albert sohasem fogja meg az utolsó hat pontot. Eltávozott a versenyterületéről, nyomta meg szinte a szót a pályakitzűző.

- Ja, ugy. Most már tökéletesen értem, változott az özevgy, miközben először nézett fel a kötésből. Tehát ezek szerint vasárnaponként tovább alhatok.

«»

Komoly problémát jelent a szigetországban a versenyterep hiánya. A hazánknál háromszor nagyobb országban kevesebb az erdő, mint nálunk. Nemcsak a nagy távolságok jelentenek problémát, hanem az, hogy az erdők szétszórtságban fordulnak elő. Sok a magántulajdonban lévő erdő, és az egyes parcellákat kerítések választják el egymástól.

Ma már nyilvántartásba vették az összes erdőt, és úgy csoportosították a terepeket; melyik alkalmas nemzetközi versenyre, melyik bajnokságra, kupaversenyre, edzésre. A rendezésénél a kategorizálást szigorúan figyelembe kell venni. Nem kis gond az 1976-os világ-bajnokság terepének kitzűzése sem. A tipikus angol terep ugyanis a nyiladékhálós dombvidéki erdő, de ezeket többnyire leversenyezték, mivel ezek esnek az ország közép- és déli részére.

Több tengerparti, lapos, homokos, mocsaras erdő is akad, de ezek jelentőségét a tájékozódásban még nem ismerték fel.

Rejtett tartalékként ott van a skót felvidék, sziklás, töredezett tagolt vidéke, ami bizony olyan, mint a svéd terep, hiszen a linköpinigi svéd VB földrajzi magasságán fekszik. Igaz, ott fenn alig van erdő, a terepet térdmagas, nehezen futható hangafü borítja - ez a Steverson regényekből is jól ismert fényér. Azért az angolokat nem kell féltetni, odakint kezembe került egy hirdetés:

## MÁR MOST RENDELHET

Miért vesződik távoli, eldugott, versenyezésre alkalmatlan erdővel. Rendeljen az ERDŐÉRTÉKESÍTŐ-től területi, országos vagy nemzetközi követelményeket kielégítő erdőt! Az erdőt pontokkal, versenykész állapotban szállítjuk. Erdőink réten, repülőtéren, bárhol felállíthatók, használat után lebonthatók. Ne töprengjen tovább! Keressen egy versenyközpontot, a többit bizza az ERDŐÉRTÉKESÍTŐ-re!

## TEKINTSE MEG ÁRAINKAT

Fák: fenyő, bükk, tölgy darabja 5 penny. Erdeinket ötféle, sokszorosan kipróbált futhatóságban szállítjuk. Fokozatok: /1/ Futható, /2/ Járható, /3/ Kuszható, /4/ Szaggatható, /5/ Feladható.

Szederinda métere 3 p. Mélyedés: á 3o p. Kup á: 4o p. Patakok, mocsarak a részletes árjegyzékben. Kivánságra bármilyen objektumot elkészítünk.

Próbálja ki üvegszálas, végtelenített 5 m széles erdősávainkat!

RAJZOLJA MEG A TÉRKÉPET - A TÖBBIT BIZZA AZ ERDŐÉRTÉKESÍTŐ-re!

## SENZÁCIÓS AJÁNLAT

Már a legközelebbi versenyen használhatja ECHO típusú hangérzékelőnk, mely a pont 15o m-es környezetében kimutatja a lyukasztó hangját. Kivánságra beépítjük tájolójába.

Hát ilyen a tájékozódás Angliában. Talán nem annyira komoly, nem megy vérre, mint nálunk, nem is olyan eredményes, de sokkal élvezetesebb, szórakoztatóbb és korrektebb, ami bizony nem csekélység.

## Figyelem!

### TEREPFUTÁS

Immár hagyományos terepfutó versenyét idén is megrendezi a Péti MTE Tájékoztató Futó Szakosztálya. A bírókkal ellenőrzött, szalagozott pályák az előző évvel azonosak. A versenyzők percenként rajtolnak.

Helye és ideje: Pétfürdő, március 1o. délelőtt 1o óra.

Kategóriák, távok:

Férfiak: felnőtt 12 km, ifjúsági 8,2 km, serdülő 3,2 km, uttórdó 1,8 km, gyermek 1 km, szenior 8,2 km.

Nők: felnőtt 5 km, ifjúsági 3,2 km, serdülő 1,8 km, uttórdó 1 km, gyermek 6oo m, szenior 3,2 km.

## Románia bajnokai

Sajnos időm nem engedte meg, hogy Önöket tájékoztassam az 1973-as év Romániában lezajlott nagyobb tájékozási futóversenyeink eredményéről, de most az országos bajnokságok végeztével közlöm az eredményeket.

A Román Természetjáró - Alpinista Szövetség keretében működő Tájékozási Futás Országos Bizottsága jóvoltából bizonyos mértékben módosítottuk a versenyszabályzatot, s ez a sportág működésének javulását célozta.

A bajnokságok színhelye a Jasi várost övező Bucium, Repedeá és Poeni erdő volt, lebonyolítására pedig augusztus 31. és szeptember 8. között került sor. A fenti erdők meglehetősen tagolt, de nagy szintkülönbségű terepet fednek.

Első ízben tavaly volt egymást követő napokon az országos bajnokság minden versenyszáma.

Bajnoki címek a következő számokban és korcsoportokban kerültek kiosztásra.

- VIII. 31. - IX. 1. gyerekek, kisserdülők, nagyserdülők
- 2 - 2 nappali forduló

### Felnőttek

- IX. 2. váltó 1 nappali
- IX. 3-4. női csapat 2 nappali
- IX. 3-4-5. férfi csapat 2 nappali +  
1 éjszakai forduló
- IX. 6-7-8. egyénik: ifjúsági, felnőtt "A",  
felnőtt "B", veteránok  
3-3 nappali

### Gyerekek

A három-fős csapatokban az 1959-1960. évben születettek indulhattak tartalék nélkül.

A kétfordulós versenyen ugyanakkor 2 külön kupaverseny is volt.

Az első forduló a "SZÉLRŐZSA KUPÁ"-val, melyben az iskolák versenyzői, míg a második forduló az "UTTÖRŐ HÁZAK KUPÁJA"-val díjazott verseny, melyen az uttörőházak versenyzői indultak.

Ezenkívül résztvettek a megyei bajnokságok, függetlenül attól, hogy sportegyesületek, klubok, iskolák vagy uttörőházak versenyzői. Természetesen egyenlő joggal küzdöttek a bajnoki címekért. Részt vettek a Szövetség által meghívott csapatok is, de csak a két kupaverseny egyikén.

Győztesek:

#### I. forduló "SZÉLRŐZSA KUPA"

Lányok:

- A 4. számú Borzesti ált. iskola/Ignat Luminita, Ignat Silvia, Badic Valerica/  
10 p. 3770: 80 m: 54:10 p

"Olimpia" Sportegyesület /Kernar Tibertu, Selmenti Adrian, Roca Stelian/  
9 p. 4090 m: 110 m: 32:31 p

#### II. forduló "UTTÖRŐ HÁZAK KUPÁJA"

Lányok:

- "VOINTA" Cluj /Zágonyi Iuliana, Bányai Anna, Orosz Iulia/  
6 p. 3570 m: 110 m: 43:30 p
- "VOINTA" Cluj /Kiss Andrei, Topan Remus, Tulii Alexandru/  
7 p. 4060 m: 130 m: 32:21 p

#### GYERMEKEK ORSZÁGOS VERSENYE Összetett eredmények.

Lányok:

- 1. A Borzesti ált. isk. /Ignat Luminita, Ignat Silvia, Badic Valerica/  
"Gh. Gheorgiu Dej" 100:57 p
- 2. "AKARAT" SK Kolozsvár 105:42 p
- 3. Stefesti községi 4 sz. ált. isk. 126:08 p  
Prahova megye

Fiúk:

- 1. "AKARAT" SK Kolozsvár /Kiss Andrei, Topan Remus, Tulii Alexandru/  
67:11 p
- 2. "Olimpia" SC Satu Mare 74:26 p
- 3. Beszterce-Naszód megyei  
uttörőház 82:41 p

#### KISSERDÜLŐK ORSZÁGOS BAJNOKSÁGA

Résztvettek az 1957-1958-as évben születettek. A kétfős csapatoknak joguk volt tartalékot is nevezni. Indulhattak a megyei bajnokságok győztesei, valamint a Szövetség által meghívott csapatok.

Lányok: 16 pont, 8340 m: 380 m:

- 1. "Olimpia" SC Satu Mare 80:06 /Kormányos Mária, Antal Rita/
- 2. "Szamos" SC Satu Mare 107:07
- 3. "CUTEZATORII" beszterce-Naszód 112:34 p

Fiúk: 19 p: 11210 m: 380 m.

- 1. "Rulmentul" SC Brassó /Honigberger W, Zimmer N./ 100:07 p
  - 2. "Metalul Rosu" SC Kolozsvár 104:12 p
  - 3. "Rulmentul" SC Brassó 108:48 p
- A fenti idők a két forduló összetett eredményeit jelentik.

#### NAGYSERDÜLŐK ORSZÁGOS BAJNOKSÁGA

Résztvettek az 1955-1956 évben született ifjak. A csapatok tartalékot indíthattak s tagjai egyénilag versenyeztek azonos pályán.

Lányok:

- 1. Jasi "Nicolin a" SC /Stan Nely, Luchian Mária/  
107:55
- 2. "Clujana" SC Kolozsvár 109:42
- 3. "AKARAT" SK Kolozsvár 131:00

A fenti idők a két forduló összetett eredményei.  
Fiúk: 21 p: 14090 m: 615 m

1. "Vörös Csillag" SC Csikszereda /Farka Lajos, János Zoltán/ 340:41
2. "Dumbrava" SC Szeben 362:30
3. "Metalul Rosu" SC Kolozsvár 372:40

A fenti idők az egyéni eredmények összege.  
Az említett korcsoportokban csak 1973-tól lett kiírva országos bajnokság, addig csak a 17-18 évesek indulhattak.

#### ORSZÁGOS VÁLTOBAJNOKSÁG

Indultak a megyét képviselő csapatok, melyek a sportegyesületek közti selejtezőkből kerültek ki. Egy megyéből csak egy-egy női és férfi csapat vehetett részt, valamint az előző O B bajnoksápa, de csak azonos összetételben. A csapatok a nőknél 3, férfiaknál 4 taguak /ezt az előírást az 1973-as évtől vezették be/.

A megye, amely nem képviselte magát a gyerekek országos versenyén az illető nem csoportjában, az nem vehetett részt a váltó bajnokságon. /1973-ban hozott döntés/

Nők: 21 p: 14770 m: 500 m

1. Bukarest Municipium I. 171:09
2. Bukarest Municipium II. 173:22
3. Kolozsvár megye 177:49

Bukaresti a következő összetételben állt rajt-hoz:

- Lita Georgeta "AKARAT" SK, Cotitosa
- Alieta "AKARAT" SK., Chiurlea Paula
- "J. T. B." SE.

és egymásután harmadszor nyert bajnokságot.

Férfiak: 30 p: 22060 m: 190 m

1. Bukarest Municipium 175:35
  2. Kolozsvár-Clujana SE. 200:27
  3. Brassó megye-Rulmentul SE. 204:22
- Bukarest: Ticleanu Mircea Dacia SE, Albici  
George J. T. B. SE, Angheluta C-tin Akarat SC,  
Gheuca Joan J. P. G. SE.

#### FELNŐTTEK ORSZÁGOS CSAPAT-BAJNOKSÁGA

Résztvehetek a megyei bajnoksapatok, a Szövetség által meghívottak, valamint az 1972. évi bajnok. Minden csapat tartalékot nevezhetett, de az csak akkor lett díjazva, ha indult az egyéni pályák egyikén. A versenyzők életkora nem kötött /kivéve a serdülő korcsoportot/, mindenki indulhatott. /Azok a nagyszerűek akik az előző napokon saját korcsoportjukban versenyeztek és betöltötték az előírt 18 évet indulhattak mind a váltó, mind a csapatbajnokságon./

A női csapatok kétfordulós nappali egyéni versenyen indultak, míg a férfiak a két nappali egyéni forduló után éjszakai csapat-versenyyel fejezték be a küzdelmet.

Csak azok a női vagy férfi csapatok indulhattak a bajnoki döntőn, amelyek ugyanolyan nemű serdülő csapattal vettek részt a megyei bajnokságon /ez is 1973-as döntés/.

A csapatbajnokság - legrégebb formája a hazai

bajnokságnak - sportegyesületi szinten kezdődik. Bajnoki címmel tüntetik ki az iskolai, egyesületi, sportklub, városi, municipiumi, és megyei szinten győztes csapatokat. E bajnokságok - kezdve a gyerek, kis és nagy serdülő korosztálytól a felnőttéig - márciustól augusztusig tartanak.

Nők:

1. Bukaresti "Akarat" SK /Lita Georgeta, Sculy Ileana/ 298:13
2. "Metalul Rosu" SE Kolozsvár 316:25  
1972. év bajnoksapata
3. "Bukaresti Dacia" SE 26 p. 14550 m:  
570 m: 316:28 p  
Két egyéni forduló

Férfiak:

1. Jasi "Nicolina" SE /Apavaloie C-tin, Rosu Gheorghe/ 369:15
2. Kolozsvári Cluj SE 372:33
3. Kolozsvári "Metalul Rosu" SE 390:47

A fenti idők a nappali és az éjszakai csapat eredmény-összegezéséből adódnak.

három forduló - 6 p. 25970 m: 100 m:

#### FELNŐTTEK EGYÉNI ORSZÁGOS BAJNOKSÁGA

Háromfordulós verseny a következő korcsoportokban

Ifjúsági női + férfi az 1951-54-ben születtek

Nők "A" az 1943-1950

Nők "B" az 1933-1942

Férfiak "A" az 1938-1950

Férfiak "B" az 1933-1942

Öregfiúk az 1927 év előtti születtek

Ahhoz, hogy valaki résztvehessen az egyéni bajnokságon, előzőleg meg kellett nyerni az illető korcsoportban az évben megrendezett megyeközi kupaversenyek egyikét.

Az 1973-as évben a Szövetség versenynaptára 6 válogató versenyt tartalmazott, ugyan-ezen kupaversenyeken sportolóink pontokat szerezhettek az év legjobb versenyzője címért rendezett pontozásos küzdelem keretében. A versenynaptár 37 megyeközi, egy vagy többfordulós kupaversenyt is tartalmazott.

Nők:

Ifjúsági:

1. Jancu Elena 263:39 Fieni "Cement" SE
2. Szántai Éva 266:47 Kolozsvári "Clujana" SE
3. Motaru Angela 288:15 Kolozsvári "Akarat" SE

Felnőtt "A":

1. Szabó Klára 204:32 Kolozsvári "Metalul Rosu"
2. Chiurlea Paula 228:18 Bukaresti "J. T. B." SE
3. Szabó Piroška 229:16 Kolozsvári "Metalul

Felnőtt "B":

1. Lita Georgeta 231:31 Bukaresti "Akarat" SK
2. Ciuleac Mariana 259:32 Temesv. "Akarat" SK
3. Lázár Margit 352:31 M. vásárhelyi "Confectio"

Férfiak:

Ifjúsági:

1. Apavaloie C-tin 214:06 Jasi "Nicolina" SE

2. Rosu Gheorghe 221:03 "Nicolina"SE  
 3. Ungureanu Nic. 248:31 Jasi "Egyetem"SE  
 Felnöttek:  
 "A"  
 1. Ciobanu D-tru 221:38 Kolozsvári "Clujana"  
 2. Lexen Gerald 238:45 Brassói "Tulmentul"  
 3. Gheuca Joan 240:42 Bukaresti J.P.G.G.  
 Felnöttek "B":  
 1. Angheluta C-tin 270:34 Bukaresti "Akarat"  
 2. Petitjean Virgil 310:59 Temesvári "Akarat"  
 3. Schuller Richard 327:52 Brassói "Rulment"  
 Öregfiúk:  
 1. Márton Sándor 478:06 Kolozsvári "Akarat"  
 2. Hemning Kurt 512:39 Szebeni "Dumbrava"  
 3. Damian Ion 527:03 Bukarest "J.S.P.A."

Párhuzamosan a bajnoksággal külön ranglistát állítottunk össze azokból akik résztvettek minden fordulón. Ez a ranglista az 1973-as évi "ROMÁNIA KUPA" eredményeit adta.

Nők:

1. Szabó Klára 344:09 Kolozsvári "Metalul Rosu"  
 2. Ghiurlea Paula 370:39 Bukaresti "J.T.B."  
 3. Sculi Ileana 384:14 Bukaresti "Akarat"  
 4. Lita Georgeta 385:32 Bukarest "Akarat"

Férfiak:

1. Rosu Gheorghe 431:01 Jasi "Nicolina"  
 2. Apavaloale C-tin 444:13 Jasi "Nicolina"  
 3. Gheuca Jon 462:32 Bukaresti "J.P.G.G."  
 4. Horváti György 507:42 Kolozsvári "Metalul Rosu"

Ugyancsak az 1973-as évtől kezdve szövetségünk egy új pontozásos rendszert indított az év legjobb versenyzője címért, de mivel a küzdelem még nem ért véget, a ranglistát még nem közölhetem.

Az idei versenydény befejezése után megírom az említett ranglistát, valamint szemelvényeket az 1974. évi versenynaptárból.

Simionescu Simicel Paul  
 a Román Turista-Alpinista Szövetség mellett működő Tájékoztató Futás Országos Bizottság titkára

Vass Zoltán

## Namvaskói pályák

Befejeződött az Országos Pályakitűző verseny, sorrendben a hatodik.

A versenyt 1972. őszén írta ki a Magyar Tájékoztató Futó Szövetség a Hajdu-Bihar megyeiek által rendezett versenyek utódjaként.

A versenyre területi elődöntős, országos döntős rendszerben került sor. Bár minden átállás hoz bizonyos nehézségeket, így is kár, hogy a verseny rendezése során sok időpont eltolást kellett végezni, s ezért a végeredmény csak a nyár közepén, a versenyek sokaságában alakult ki: így csak most télen kerülhet sor

annak kihirdetésére, a díjak kiosztására.

Bár a verseny előtt nem kapott névszóló meghívást egyetlen versenyző, vagy szakosztály sem, mégis a négy területi elődöntőre közel 300 nevezés érkezett be a rendezőséghez. A versenysorozat négy területi elődöntőjét Banya, Borsod, Veszprém megye és a Budapesti TFSZ irányította.

Az elődöntő eredményei alapján, a döntő rendezésével megbízott Hajdu-Bihar megyei Tájékoztató Futó Szövetség, 120 fő részére küldött meghívót a négy kategóriában.

A meghívottak közül 92 küldte vissza bírálatra elkészített pályázatát.

A bírálatra érkezett 92 pályázat 14 megye és Budapest területéről való. A döntő értékelt résztvevői között mindössze 5 megye: Bács-Kiskun, Békés, Pest, Somogy és Tolna megyék képviselőit nem találjuk. A bírálat nehéz időt rabló munkájában a hatodik verseny döntőjének értékelésénél Halász Miklós, Bácskay György és Hornák Zoltán vett részt.

A felnőtt kategóriák bírálatát Halász Miklós egyedül végezte, mivel partnere Monspart Sarolta egy hónappal a bírálati anyag megküldése után elfoglaltságára és egyéb problémákra hivatkozva feldolgozatlanul visszaadta az anyagot a rendezőségnek. Mivel junius elején, amikor a versenyek már egymást érték, helyette nem sikerült más valakit a bírálatra felkérni, a rendezőség úgy döntött, hogy e kényszerhelyzetben Halász Miklós bírálatra adja a felnőtt kategóriák végeredményét.



Az ifjúsági kategóriák bírálatát Bácskay György és Hornák Zoltán készítették. E versenyenél a résztvevők létszáma tovább emelkedett, s hogy volt-e színvonal emelkedés, azt majd elmondják a bírálok, amikor megjegyzéseiket, mondanivalójukat a pályázatokkal kapcsolatban a Tájékoztató Futás más helyén leírják.

Örvendetes az az érdeklődés, amely a pályakitűző versenyeket kíséri. Éppen ezért fontos a jövőben, hogy az előző versenyek hagyományainak megfelelően pontosan betartott rendezési program szerint haladjunk úgy, hogy a versenyt még az évi versenydény kezdete előtt befejezzük.

Miután a verseny egyik célja az elméleti továbbképzés, így a fejlődésnek a továbbiakban is követni kell, és mindjobban meg kell közelíteni a gyakorlatot, hogy ezáltal is segítséget kapjanak a verseny résztvevői.

Kempelen Imre

## Hosszútávu

Az év első "A" fokozatu versenye március 24-én a hosszútávu verseny lesz a Spartacus Kupa keretében.

A "Hosszútávnak" még nincsenek hagyományai. Talán ősenek tekinthető a 60-as évek elején a "Hegyi Maraton". Ez azonban még nem volt tájékoztató verseny. Mindegyik évben ugyanazon az előre megadott pályán futották le.

A Spartacus TE rendezett először hosszútávu versenyt, 1971-ben. Az év végi nem minősítő versenyen mindössze 16-an álltak rajtjhoz, köztük 8 északi futó. Győztes a svéd Johansson Arne lett Sötér János /BSE/ és a norvég Larsson Karl Martin előtt.

1972-ben is az évad végén volt a hosszútávu. Akkor csak tizenöten indultak. Az egyéni versenyt Hegedűs András/BEAC/ nyerte Gyurkó László /Vörös Meteor/ és Gombkötő Péter/MÁV/ előtt. Csapatverseny is volt, amelyben a BEAC diadalmaszkodott a BSE első és második csapata előtt.

Tavaly, 1973-ban már a versenyév elején rendezték s már minősítő jellege volt. Ez a két tényező meg is tette a hatását. 50 futó állt rajtjhoz, akik közül 49 végig is futotta a 22 kilométeres pályát. Igaz csak 36 versenyzőt lehetett értékelni. A végig izgalmas, érdekes és változatos versenyen Horváth Attila /OSC/ diadalmaszkodott, 2. Hegedűs Zoltán /OSC/, 3. Gyalog László /VME/ lett. A csapatversenyt fölényesen nyerte az OSC Horváth-Hegedűs-Kempelen hármasa. A csapatverseny másik két dobogója a Spartacus és a BEAC lett.

A tavalyi év azt bizonyította, hogy a hosszútávu verseny népszerűsödik, és így bizonyára az idén is szépszámu indulóval, komoly és kemény küzdelmet hoz majd.

A budapesti szövetség december 8-9-én Dunavarsányban tartotta évvégi kibővített elnökségi ülését, amelyen a bizottságok és a körzeti szövetségek számoltak be munkájukról és jövő évi terveikről.

Csongrád megyében is meghirdette a KISZ a "jó tanuló - jó sportoló" versenyt. Az 1972-73-as tanév ezen értékes díját nőknél TAKÁCS ÁGNES a szegedi Radnóti Miklós Gimnázium tanulója, ifjúsági válogatott tájékoztatósi futó kapta. Gratulálunk!

A FŐKERT-HSC Budapest Bajnokságban szereplő Tájékoztatósi Futó Szakosztálya anyagi problémák miatt megszűnt, - közölte az egyesület.

A FŐKERT-HSC egyébként összes verseny-sport-szakosztályának működését beszüntette.



Lapzártakor érkezett a világbajnokság 3. számú bulletinje, melynek részletes ismertetésére következő számunkban kerül sor. Előfőljárolan néhány érdekesebb, ismertté vált adat:

Egyéni versenyek:

Nők: táv: 8 km, optimális utvonaltáv 9,2 km, szint 340 m.

Férfiak: táv 15,8 km, optimális utvonaltáv 17,3 km, szint 575 m.

Váltóversenyek:

Nők: távok 5,9-6,1-6, 1 km, optimális utvonalon 6,9-6,9-7 km, szint 240-240-280 m.

Férfiak: távok 10-10,5-9,9-9,9 km, optimális utvonalon 11,8-11,8-11-11 km, szint 365-365-385-385 m.

A 73/9. számban megjelent keresztrefejtvény megszívlelendő megfigyeltése: "Egy térképről alkotott vélemény közvetlenül a verseny után nem lehet tárgyilagossá."

A nyertesek: Földesi Elek, Veszprém  
Kovács Győző, Szandaszőlősi  
Major Attila, Kiskörös  
Zentai László, Salgótarján  
Somlay Gábor, Tatabánya  
Németh Ferenc, Kaposvár  
Máthé István, Szentendre  
Fodor László, Éliás Vilmosné,  
Jenővári Gabriella, Budapest.

## Meghívó

Kedves sporttárs, nagyon örülnénk, ha Te mint a tájékoztatósi futás megszálottja, aki bizonyára szívesen viseled a versenyterképek ügyét is, észrevételeiddal, javaslataiddal elősegítenéd térképeink további tökéletesedését. Evégből szeretettel várunk

1974. MÁRCIUS 29-én 17 ÓRAKOR

az

OTSH KULTURTERMÉBEN

(Budapest, V., Rosenberg hp. u 1.) rendezendő

TÉRKÉP ANKÉTRA

A megvitatásra kerülő témakör felöleli a versenyterképek tartalmával vagyis a pontossággal, olvashatósággal, részletességgel kapcsolatos kérdéseket, valamint a térképek formai megjelenésére ugyminnt méretarány, szintköz, színek, jelek, papírméret stb., vonatkozó észrevételeket.

Örömmel látjuk ha 6 percesre tervezett hozzászólásod témáját egyeztetés végett előre megküldöd az anktét szervezőjének (Bozán György 1114 Bp. Fadrusz u 5.). De szívesen vesszük 3 perces spontán felszólalásokat is.

Térképbizottság

## Jelentkezési felhívás

### SEGÉDEDEZŐI TANFOLYAMRA

A Budapest Fővárosi Tanácsa VB Testnevelési és Sporthivatala az 1974/75-ös tanévben tájékoztató futásban is felvételt hirdet segédedezői tanfolyamra.

Jelentkezési feltételek:

- a) betöltött 18 éves életkor;
- b) általános iskolai, vagy 35 év felettinél - legalább - elemi iskolai végzettség;
- c) sportegyesületi tagság és az egyesület elnökségének javaslata;
- d) gyakorlati jártasság, sportolói múlt sportágunkban.

Jelentkezési határidő: 1974. február 28.

Jelentkezési lap a BTSH Szervezési Osztályán.

(Bp. V., Váci u 62-64. III.em.28.) kapható, amit kitöltés után az előírt javaslatokkal és mellékletekkel ellátva ugyancsak kell leadni.

Hiányosan kitöltött és határidő után érkező jelentkezési anyagot nem fogadják el.

A felvétellel kapcsolatos tudnivalók:

Azok a jelentkezők, akik a jelentkezési feltételeknek megfelelően, felvételi vizsgát tesznek. A felvételi vizsga:

- a) elméleti: tájékozottság a sportág története, technikájának, taktikájának és szabályainak alapvető kérdéseiben és
- b) gyakorlati.

A segédedezői tanfolyamra azokat a jelentkezőket veszik fel, akik a felvételi vizsga követelményeit sikeresen teljesítik.

A tanfolyam ismertetése:

Az oktatás 1974. szeptemberében kezdődik.

A tanulmányi idő egy év. Az elméleti anyagot hetenként esti foglalkozásokon (4-4 óra) dolgozzák fel.

Az elméleti oktatás vizsgával zárul. A sikeresen vizsgázott hallgatók gyakorlati táborozáson - 10-15 nap - vesznek részt, melyre a hallgatókat munkahelyükről hivatalosan kikérik.

A gyakorlati tábor eredményes befejezése után a hallgatók oklevelet és igazolványt kapnak, amely segédedezői fokozatu, mellékfoglalkozásként edzői tevékenységre jogosít.

Felhívjuk a sporttársak figyelmét, hogy a megyei sporthivatalok is tartanak segédedezői tanfolyamot, s ezért a vidékiek ott érdeklődjenek.

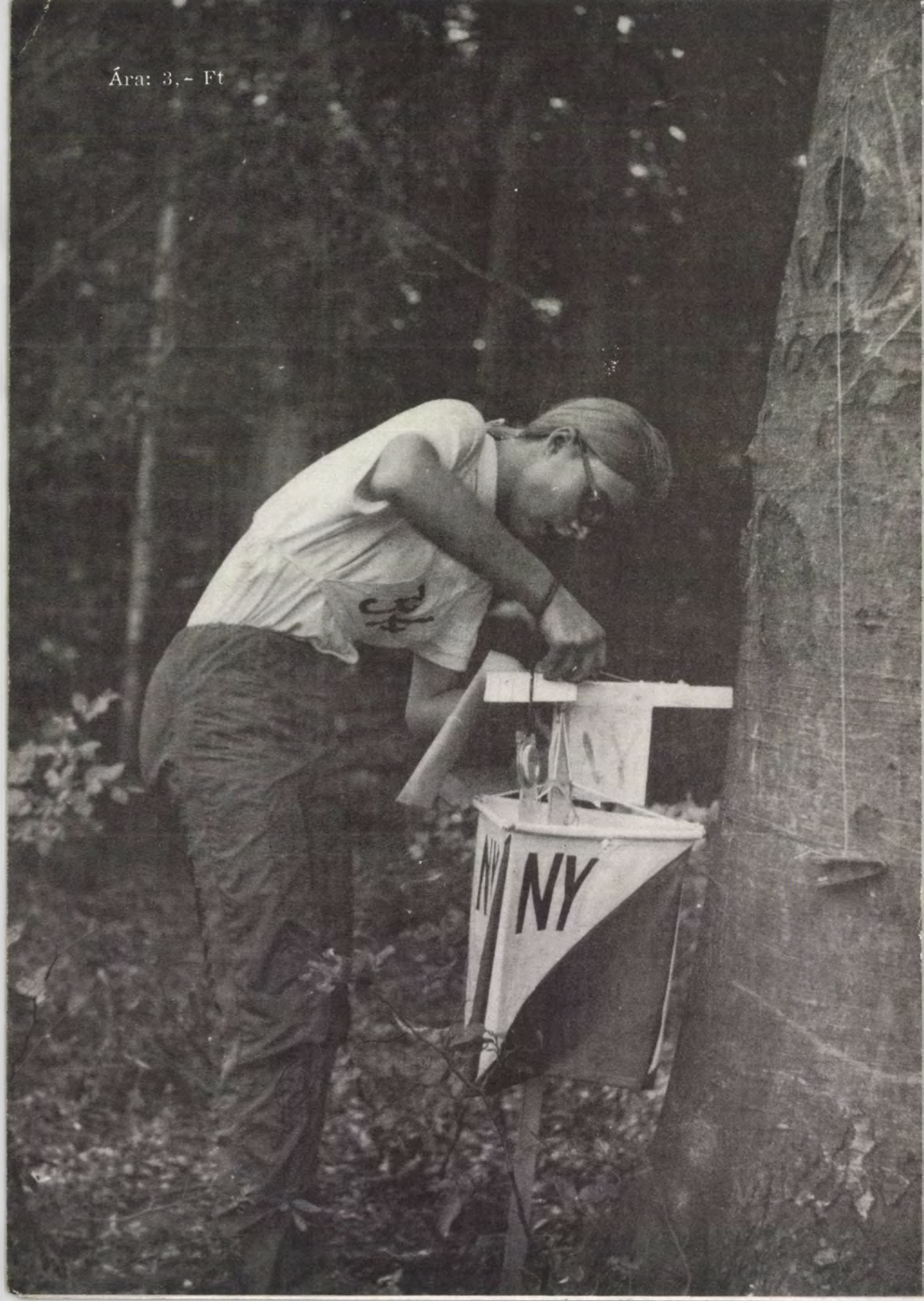
## TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkesztő a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI., Bajcsy-Zsilinszky út 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614 — Kiadja a Sportpropaganda Vállalat (1148 Budapest, Istvánmezei út 3.). Kiadásért felel: Báros Tibor igazgató. — Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál (KHL, 1900 Budapest, József nádor tér 1.) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHL, 215-96182 pénzforgalmi jelzőszáma. Egyes szám ára: 3.— Ft. Előfizetési ára egy évre: 30.— Ft (megjelenik havonta). Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, Budapest VIII., Rákóczi út 57/a. Indexszám: 25827



Ára: 3,- Ft

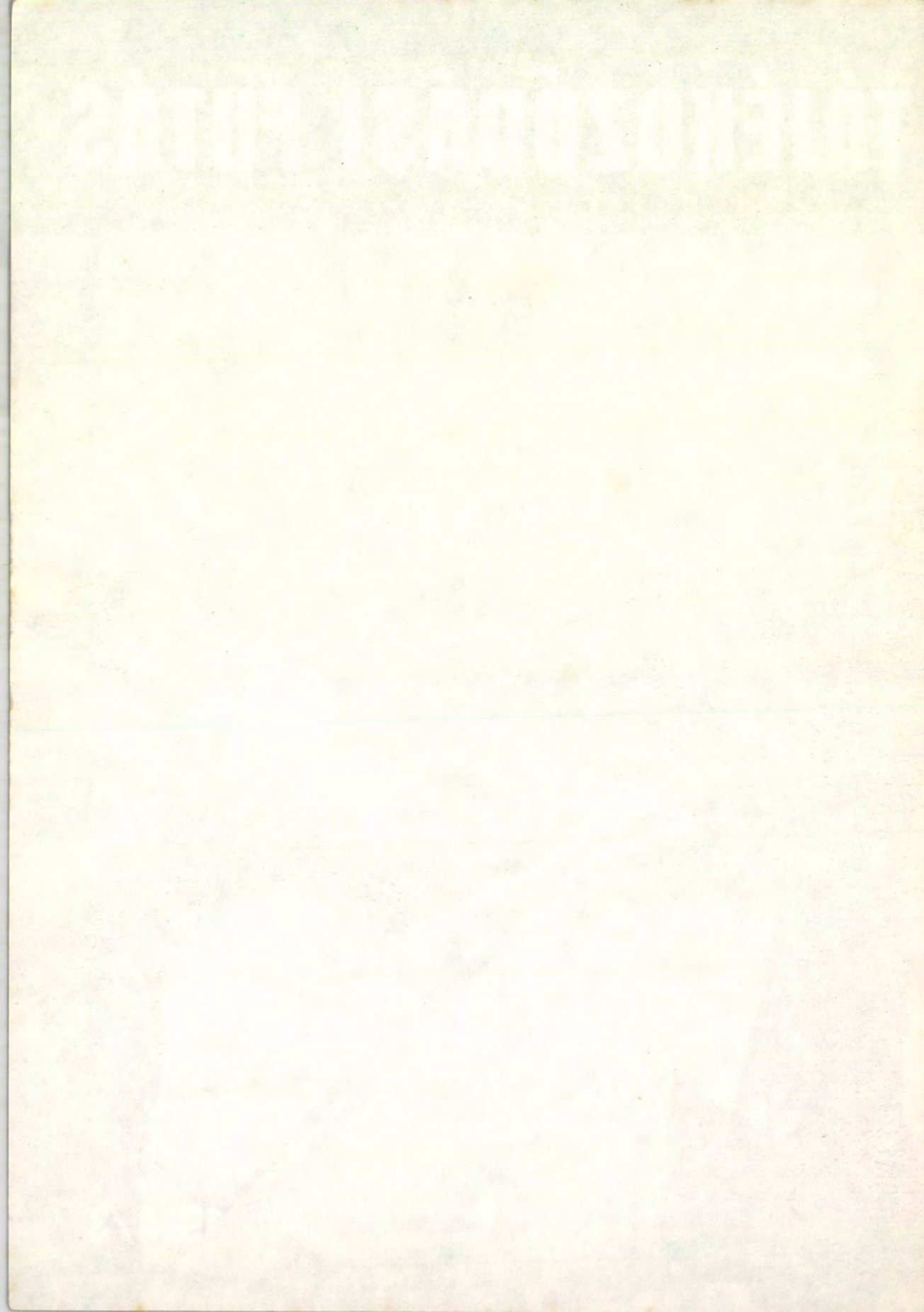




# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/3



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

3. SZÁM

Már ugyan irtunk a témáról a TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS egyik korábbi számában, de most a versenyévad kezdetén nem lesz érdektelen visszatérni rá.

Mint tudják kedves Olvasóink, híradónk Szerkesztősége társadalmi munkában végzi feladatait. Aki rendszeresen olvassa ezt a háztáji "fülszöveget", tájékozott problémáinkról, terveinkről; érezheti - és mi ezt szeretnénk magáénak is a bajokat, örömeiket, melyek minden munkának velejárói

Többször fordultunk már az egyre szélesedő előfizetői táborhoz segítséget kérő -őszintén megvallva szerény sikerrel - mégis, most is ezt tesszük.



Szeretnénk bővíteni sorainkat, lelkes krónikásoknak helyet biztosítani, akik az országos - sőt egyre nagyobb külföldi - Olvasótábor tájékoztathatják egy-egy eseményről, szűkebb hazájuk rangos versenyéről, rendezvényeiről stb. Gondolunk itt megyei bajnokságokra, B fokozatu kupaversenyekre, tanfolyamokra, értekezletekre, új szakosztályok alakulására és lehet folytatni a sort...

Örömmel fogadnak a TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS szerkesztői minden közérdeklődésre számot tartó anyagot egy mondattól a többoldalas gépellt kéziratig.

## Utazni jó

Mindannyian szeretünk új tájakkal, új terepekkel megismerkedni s a megismertek határát tovább tágítani. A "felfedezés sportjának" természetes velejárója a gyakori utazás, melynek eszköze igen változatos, HÉV-től a katonai teherautóig, gépkocsitól a különvonatig terjed. Leggyakrabban, legtöbbit azonban menetrendszerű vonatot veszünk igénybe s élvezzük annak valamennyi kényeszerű velejáróját.

Tudomásul kell vennünk, hogy nem vagyunk egyedül s nem mindenki szórakozni, sportolni utazik. A tömegközlekedési eszközökön gyakran többen vagyunk, mint szeretnénk, sőt mint amennyi hely van rajta. Különösen hétvégeken, amikor is - nem kis létszámmal - növeljük az utazók tömegét. Ezért gyakran vagyunk tanúi olyan veszekedésnek, ülőhelyvitának, amely nagyon alkalmas arra, hogy megrontsa a versenyzők és "civiliek" közötti békés egymás mellett élest.

Arról sem szabad megfeledkeznünk, hogy a közlekedés veszélyes dolog. Mindennap olvashatunk súlyosabb-könnyebb balesetekről és - sajnos - már sporttársaink nevével is találkozhattunk a szomorú listán. Egyre több fiatal kapcsolódik be sportunkba, közöttük sokan olyanok, akik először velünk kerülnek távol a szülői háztól. Vigyázzunk rájuk, nehogy helyettük csak esetleg egy kórházi cím kerüljön haza a versenyről! Ne ilyen módon növeljük emlékversenyeink számát...!

Versenyszervezőink gondoskodnak arról, hogy szállító járműveikhez felelőst jelöljenek ki, akinek utasítása minden résztvevőre kötelező. Szakosztályaink csoportjait csak komoly, megbízható vezetővel indítsák utra, mert az önálló haladásnak csak a terepen van helye. A közforgalmu járművek hivatalos személyeivel pedig kerüljük az összetűzést, mert az könnyen egy-egy kedvezmény csökkenéséhez vezet, aminek egész sportágunk látthatja kárát.

Az utazások gyakran hosszú, unalmas idejét töltjük ki hasznosan, pl. a várható terep és térkép tanulmányozásával, a lefutott pályák értékelésével, a vétett hibákból történő okulással.

## Az MTFSZ-ből jelentjük

Az MTFSZ Elnöksége a Versenybizottság javaslata alapján

Hornák Zoltánnak az "Országos versenybíró" minősítést,

Schmidt Ferencnek az "I. osztályú versenybíró" minősítést adományozta.

Engedélyeztetett a zsirkrétás ellenőrzés is a bélyegzésen és lyukasztáson kívül, azzal a kikötéssel, hogy közvetlen közelben lévő ellenőrzőpontokon nem lehet azonos színű zsirkréta.

1974. évben nyugati országba szóló kontingenst /Ausztria, Svájc/ a BEAC, szocialista országba szólót az OSC szakosztálya kapott, azzal a kitéllel, hogy az utazások a válogatott felkészülési programját ne befolyásolják.

Az MTFSZ Elnöksége felhívja a megyei és területi szövetségek, egyesületek vezetőit és aktívait; támogassák a KISZ "Forradalmi Ifjúsági Napok" alkalmából rendezendő tömegsport akciót.

Az Elnökség törölte az elmúlt évben az ifjúsági versenyzők minősítésének megkönnyítésére hozott döntést, miszerint bajnoki versenyeken nem feltétel a három megfelelő szinten minősített versenyző indulása.

A Spartacus TE tájékoztatói futó szakosztálya közleménye szerint - mivel a minősítő verseny rendezésének nincsenek meg a feltételei - a Petőfi Vándor Kupa versenysorozatát nem minősítő jelleggel rendezik.

Kiemelkedő sportmunkájuk elismeréseképpen az MTFSZ elnöksége:

Kossuth Lajos őrnagyot,  
Sikhegyi Ferenc,  
Szaktilla János és  
Vasvári Viktor

sporttársakat jutalomban részesítette.

Március 15-17 között kerül sor a versenybíró-pályakitűző továbbképző tanfolyamra, melyen megyénként 3-3, Budapestről 5 fő -országos, I. illetve II. osztályú minősítésű versenybíró vehet részt.

E továbbképzéssel egyidőben: március 16-án tartja meg a versenybizottság a szövetségi ellenőri konzultációt.

Szövetségi ellenőri keret és megbízásai 1974 évre:

Argay Gyula Uttörő Olimpia  
Bátky Lajos Bányász Kupa  
Halász Miklós Országos Éjszakai Egyéni Bajnokság  
Hornák Zoltán Országos Váltóbajnokság  
Maác Benedek Velence Kupa  
Dr. Szarka Ernő Bp. "A" Nappali Egyéni Bajnokság  
Valtynyi László Orsz. Nappali Egyéni Bajnokság  
Vass Zoltán Mazura-Kohász Kupa  
Vasvári Viktor Csongrád megyei "B" Nappali Egyéni Bajnokság  
Dr. Vizkeleti László Országos Csapatbajnokság  
Szigmond Tibor Hungária Kupa

Az Elnökség határozatában jóváhagyta a Tatabányai Bányász által - szeptember 1-én, A, B, C, fokozatokban - megrendezendő Bányász Kupa alapítását.

Ifjúsági rangsoroló versenyek:

I. félév:  
Kilián EV  
Május 1 EV  
Vasutas Kupa  
Simmelweis Kupa

II. félév:

Bakony Kupa  
Országos Nappali Egyéni Bajnokság 1-2. forduló  
November 7. EV



Hírek  
hangáról,

### homokról

A világbajnokság előkészületei rendben haladnak, a rendező szervektől megérkezett a 3. értesítő is. Ebből közlünk most kivonatos fordítást, néhány magyarózó szóval kiegészítve.

A. Az egyéni versenyek rajtja a hagyományos rendszerű lesz, azzal a változtatással, hogy a versenyzők a térképet a rajt pillanatában kapják.

B. A váltóversenyek rajtmegoldása a VB-n.

"Az első futók mezőnyrajttal indulnak, és a váltások folyamatosan történnek.

A tervezett "Farsta" módszer abban áll, hogy az első két /esetleg három/ etappot részpályákra osztják. Ezeket osztják fel az első két /vagy három/ futó között úgy, hogy az etappok lefutásával minden csapat minden résztávot teljesítsen, de nem feltétlenül azonos sorrendben. /a részszakaszok Motolája. /

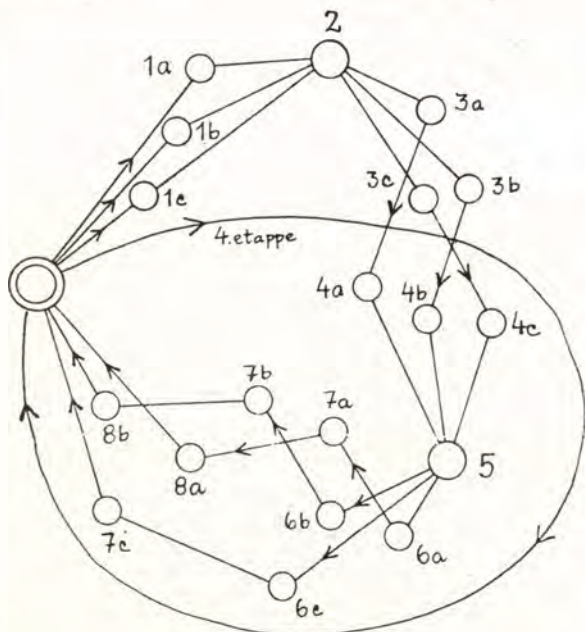
A részszakaszokat természetesen úgy igyekeznek a rendezőség kijelölni, hogy a futók a pálya eltérő volta ellenére azonos időben érkezzenek a váltóhelyre /azonos teljesítmény esetén/. A kombinált etappok lefutása után /2 vagy 3/ a csapatok sorrendje reális, ezután következik az utolsó etapp azonos pályán. A rajz egy példát mutat a "Farsta" módszerre /1 sz. ábra/

A 2. és 5. pontok az u.n. csomópontok. Ezeket mindenki felkeresi, innen rádió-idejét jelentenek. Két csomópont

között annyi részzszakasz lehet, ahány etapp rendelkezésre áll azok szétosztására. Két vagy három a VB esetében. A részzszakaszon akárhány pont lehet, annak nincs jelentősége."

Méretarány 1:20.000, szintköz 5 m. A hálózati vonalak 500 m-ként. Az IOF térkép-bizottsága az alábbi hazai jelek használatát hagyta jóvá a VB térképen:

a/földszín fekete



I. ábra

A váltó lebonyolítási rendjéből kitűnik, hogy a rendezőség, és a skandináv szövetségek még mindig nem nyugodtak bele abba, hogy ebben a számban a taktika fokozott szerepet játszik. Megkísérlik most egy újabb módszerrel "megerőszkolni" ezt a versenyformát, úgymond az "igazság" érdekében. Hogy mi lesz az eredménye a kísérletnek, azt majd meglátjuk. Egy biztos a verseny ily módon való megrendezése igen komoly felkészültséget és gondosságot kíván. A legkisebb melléfogás nagy bajt okozhat /a szerk./

D. a VB-térkép.

"A VB-térképek jóváhagyott szabályai szerint készült. A térképeket 1974. nyarára /napra kész állapot/ készítik, az akkori állapotnak fognak megfelelni.

b/Árok: barna

c/Hanga füves terület: barna pontraszter

d/Lakott terület: fekete pontraszter, folyamatos határvonalall.

e/Patak, vizesárok: kék színnel jelölendő.

/Mérete változó, futást nem akadályozza. A felvétel feltétele: határozott medervonal./

f/ Mocsár: 5 méternél keskenyebb kék pontsor.

F. Terepleírás.

"A terepek jellemzője elsősorban az, hogy különféle tereptípusok váltogatják egymást verseny közben, és ezáltal változatos tájékozódási feladatok kitűzését teszik lehetővé.

a/Lapos csak kismértékben tagolt terep, tiszta erdők-

kel, párhuzamos tagoltsággal/vágások, utak/ és helyenként határozott szélű sűrűbb erdőfoltokkal.

b/Kis kupokban gazdag lapos terep, nyílt erdővel, sok könnyen eltéveszthető vágással /Keresztül futja a versenyző, anélkül, hogy észrevenné./.

c/Közepes től erősen szintes, gazdag domborzatrajzu terep természetes erdővel, amely jól futható, de nem mindig átlátható.

d/Erősen szintes terep, kevésbé tagolt domborzattal, de helyenként részletgazdagabb területekkel. Sokféle futhatóság, markáns jelleghatárokkal.

e/Szálerdő határozott szélű bozotosokkal, domborzatiilag és síkrajzilag részlet-szegény.

Általában elmondható, hogy a terepeken sok az ösvény és ut, de kevesebb a dáiiai átlagnál. A talaj mindenütt szilárd.

Hangsúlyozzuk, hogy az itt adott felsorolás nem mérvadó sem a tereptípusok előfordulási gyakoriságára, sem a sorrendjére, se más egyéb rendjére."

G. Egyebek:

Szállás Viborgban, a Sport- vagy Mezőgazdasági Főiskola.

Érkezés legkésőbb:

szept. 18. -án 12.00.

Elutazás legkésőbb:

szept. 23. -án 10.00.

Előzetes nevezés:

június 1./mi csak lészámot fogunk ekkor még nevezni/

Nevezési díj:

600,-DKr. személyenként.

Hivatalos edzőtábor.

A rendezőség nyári időszakban egy szervezett táborra biztosít lehetőséget. Ennek hallatlanul magas költsége miatt mi magyarok nem tudunk résztvenni. Egy személy költsége 950,- és 600,-DKr között mozog, ami 2400,- 3800,-Ft-nak felel meg, és ebben nincs benne a meglehetősen távoli terepekre va-

lő utazás. Ez csak bérelt autókval oldható meg, ami igen drága.

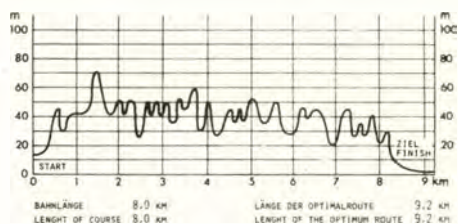
H.

Megküldték a pályametszeteket is. Ezek közlését a VB szabályzat előírja, mégis úgy tűnik, a rendezők csak a rend kedvéért készítettek ilyet, mert csak igen általános információkat ad. A vastag vonal és túlzott mérettorzítás következtében ugyanis a szintelosztásokra oly nagy toleranciák adódnak, hogy a verseny nyugodtan lehetne a Vértesben, vagy Göcsejben Dánia helyett.



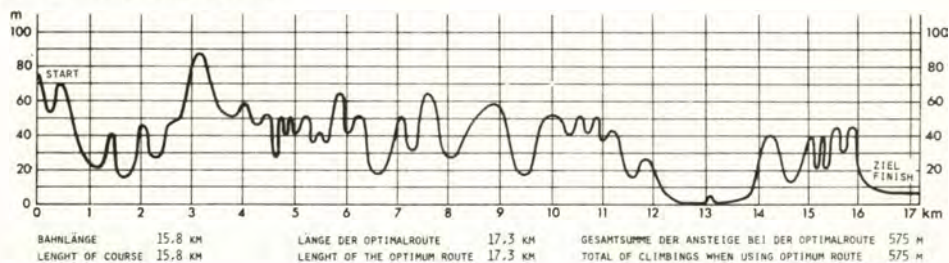
NŐK EGYÉNI

Táv: 8,0 km, szint: 340 m



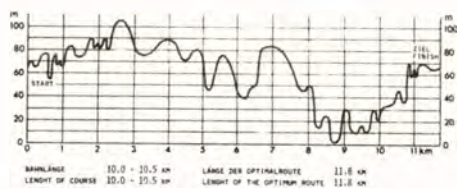
FÉRFIAK EGYÉNI

Táv: 15,8 km, szint: 575 m



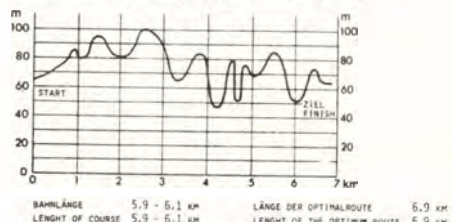
FÉRFI VÁLTÓ, 1-2. FUTÓK

Táv: 10,0-10,5 km, szint: 365-365 m



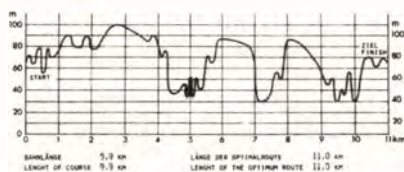
NŐI VÁLTÓ, 1-2. FUTÓK

Táv: 5,9-6,1 km, szint: 240-240 m



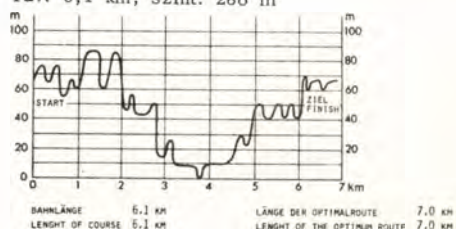
FÉRFI VÁLTÓ, 3-4. FUTÓK

Táv: 9,9 km, szint: 385-385 m



NŐI VÁLTÓ, 3. FUTÓK

Táv: 6,1 km, szint: 280 m



Boros Zoltán

## Szélesedik az alap

/Hozzászólás az ifjúsági vitához/

Az MTFSZ Minősítési és Nyilvántartó Bizottságának jelentése szerint az elmúlt évben több mint 1200 ifjúsági koru versenyzőt igazoltak. Az előző években is hasonló számú fiatal kezdte meg pályafutását.

Szélesedik az alap. A piramis teteje még-sincs magasan. Ez a helyzet az ifjúsági versenyzőket illetően.

Az aranylépcsős minősítésük száma ugyan 56, de erre, a szint elérésének könnyű lehetősége ad magyarázatot. A mezőnyök kiegyensúlyozatlansága is lendít a statisztikán.

Az ifjúsági keret megszilárdulásának idején érdemes foglalkozni a tehetségek hullámokban történő jelentkezésével, visszahullásával és a befutottak életutjával is.

A tehetségek adottságait vizsgálva megállapíthatjuk, hogy azok szellemi érettségük és u.n. tájékozódási érzékük révén jutottak korosztályuk élvonalába. A kezdők oktatásában jelenleg is a térkép és a terep ismeretének oktatása a domináns. Az ismeretek és a meglévő fizikai adottságok használata vezethet korai sikerekhez.

A versenyeik felgyorsulása néhány év alatt átforgatta a kiválasztás szempontjait is. A szakemberek szeme a jó mozgású fiatalokat kereszte. Fejről a lábra terelődött a figyelem, s ezzel kialakult a versenyzővé fejlődés másik utja is.

A tehetségek jöttek, de sajnos mentek is, mindkét uton. Visszaesésüket a következők okozhatták:

- A kezdeti gyors sikerek /serdülőkori fogékonyság, a tájékozódási érzék felszínre kerülése, motiváció stb./ után nem került sor a fizikai felkészítésre. Elszaladtak a pótolhatatlan évek.
- Az atlétikus felépítésű, jó mozgású gyerekek gyakran csak taktikai kellékei a csapatnak. Nem kapnak az átlagnál több térképes feladatot, ugyanakkor fölényt éreznek lassabb ellenfeleikkel szemben és értetlenül állnak rossz eredményeik előtt.

Az utóbbi évtized néhány tehetsége - szerencsére - azonban sikerrel fennmaradt a rostán. Példaképpül szolgálhat Horváth Attila, vagy akár Hegedűs András pályafutása is. Berobbantak az élvonalba, majd egyéniségüknek megfelelő edzésmódszerekkel tovább folytatták emelkedésüket. A válogatott keretben nem ők futják a legtöbb kilométert.

Munkavégzőképességük magas szintre emelésével jutottak a csúcshoz közel, - nem lebecsülésként említem - Balogh Tamás és Sőtér János. A néhány perces térképezési hibát valahol be kellett hozniuk.

Ma már elengedhetetlen, hogy mindkettőt sőt még néhány további társképességet is, az élettani átalakulás, a tökéletesedés folyamatának megfelelően kezdjünk fejleszteni.

### A képességek fejlesztése

A gyermekkorban lévő versenyzők rendszeres foglalkoztatásánál figyelembe kell venni, hogy 14-15 éves kor előtt, anatómiai sajátosságok miatt csupán csekély, vagy közepes erőfeszítéseket lehet tenni. Nincs helye például az erőltetett dombfutásoknak. A kirándulás tempója is hatásos lehet.

Az egyoldalú, sorozatos erőfeszítések a későbbi fejlődés gátjává válhatnak. Nem lehet mindennap a "nagy kör"-t futni. Jellemző, hogy az egyszeri terhelést gyorsan kipihenik, s szívesen futnak, /futkároznak/ folyamatosan de még a közepes erősségű, állóképességi terheléseket sem szabad a kimerültség végeztetni.

Az emberré nevelés, az egészség megvédése a fontos. Az edzések gyakorisága, a szabad idő tulságos lefoglalása gyakran vezet a sporttól való elforduláshoz. Intelligens sportágról van szó, s ez megköveteli, hogy a testi fejlesztés mellett kellő idő maradjon a szellemi ki-nevelődésre és az értelmes szórakozásra.

A gyermekek mozgékonyak és fáradhatatlanok. Érdekes módon az alkati változás után erősebbek robbanékonyabbak lesznek, ugyanakkor a keringési és a légzési tevékenység javítására szükséges a munkavégzőképesség további emelése.

A központi idegrendszer és az izom kapcsolatán alapul a mozgás. Ingerek hatására történik az izmok összehúzódása. Ha a gyermek és a serdülő versenyzők idegrendszerét sorozatosan megerőltetjük, akkor idő előtti kiegészés következik be.

A tájékozódási futásban szellemileg és testileg érett felnőttek - 22-28 év közöttiek - érhetnek el csúcsteljesítményeket. A mozgás-készség az ügyesség megszerzése után a 16-19 éves ifjúsági versenyzőknél fejleszthető a gyorsaság, majd csak ezután kezdődhet az intenzív állóképességi munka.

Állóképességi munka már végezhető a felnőtt évek előtt is, de a 16 évesen aluliak nem képesek elviselni az oxigénadósság mellett munkavégzést - károsodás nélkül.

A tájékozódási technika elsajátításának folyamata is nagy jelentőségű. Az optimális erővel rendelkező fiatallal lehet végezteni technikai feladatokat. Gyakorolni mozgás közben, versenyfeltételek mellett érdemes. Egyszerre nem lehet mindent elsajátítani.

A kezdők hibái leggyakrabban a térkép ismeretének hiányából, a terep érzékelésének kifinomultatlanságából adódnak, de nagyon gyakori az egyéni teherbíróképességtől való eltérés. A küzdő fiatal idegileg hamar elfárad. A versenyíram kialakításán túl ezt a jelenséget

meg is kell magyarázni nekik.

Már a gyermek is személyiség. Ennek megfelelően rendelkezik örökletes jegyekkel. Egy a sok közül, a kéz használatának problémája.

Az agy két féltékjének különböző fejlettsége folytán alakul ki a jobb-vagy a balkezesség. Ez tény. Megváltoztatni nem lehet. Befolyásolása könnyen járhat a személyiség károsodásával is. A tájoló helyes használatának az "ügyetlen" kézzel való gyakoroltatása energia és időpazarlás. Az "ügyes" kézzel kell kezdeni az oktatást, kényszerből ugyanis átkerül a tájoló a versenyző másik kezébe is.

A versenyzés sokoldalúságot kíván, összetett értékű sporttevékenység, amelyre alaposan fizikailag, szellemileg és idegileg is készülni kell. A felkészülés hosszú időt vesz igénybe. A tervezettnél gyorsabb sikereket lehet elérni, de sietteti azt a felnőtté válás kárára nem szabad.

Az írás és annak elolvasása nem helyettesíti a munkát. Ez a téma most több szót is megérdemelne, de ennyiből is érezni kell, hogy a pótolhatatlan évek "ellezserkedése", ezzel együtt a tehetség elpazarlása komoly gondokat okozhat a tájékozási futás "felnőtté válásának" folyamatában.

Nyitrai György

## Lefelé a lejtőn

Gyakran hallani a versenyzők panaszát a lassu pályákra. Tehát nem arra, hogy Ők futnak 7-10 perces kilométerenkénti lassúsággal a pályán - bár ez a helyzet - hanem arra, hogy azon a pályán eleve nem is lehetett gyorsabban haladni! S a futást lassító tényezők közül soha nem a térkép tulzott részletességét, a jelek hemzsegségét említik, hanem a domborzat és a növényzet által eléjük emelt akadályokat.

A kifogás keresésén túlmenően sok igazság van ebben. Ma már a legjobb, legváltozatosabb pálya értékét is lerontja, ha sok benne a kikerülhetetlen színt, vagy bozót. Sajnos, hazai terepeinken mindkettő gyakori jelenség. Az ideális versenytérp mint többek előtt ismert: aprólékos, részletgazdag domborzat, tiszta szálerdővel borítva. Ez az, ami nálunk alig van. Különösen a kettő együtt ritkán fordul elő. Ezért vagyunk kénytelenek sokszintű, markáns, bozótos helyeken versenyt rendezni és ezért különös gond a jól futható - de nem futó - pálya kitűzése.

A két hátrányos tényező ellen természetesen más-más módon lehet védekezni. A bozótot a minél pontosabb jelöléssel, a háromféle zöld szín helyes alkalmazásával, a jelleghatár részletes ábrázolásával tehetjük ártalmatlanná. Így minden versenyző előtt egyenlő le-

hetőség nyílik a kikerülés és átvágás közötti döntésre.

Más a helyzet markáns domborzattal, a nagy szintekkel. Tul vagyunk azon a koron, melyet a turista hagyományok továbbéléseként az óriási szintkülönbségek, megfuthatatlan meredek jellemeztek. /Klasszikus példái voltak a Börzsöny-és Mátra kupák./ Ezek a "steig"-ek csak fizikailag nehezítették a versenyt, szellemileg könnyítették, hiszen a hosszú kapaszkodókon bőven volt idő a térkép tanulmányozására, memorizálására. Nem kellett kikapkodni a pontokat, lehetett komótosan bélyegezni, tájolni, előre-hátra metszeni, a pontörökkel beszélgetni, stb.

Ma általános jelenség és igény a haladási tempó növelése. De nem a gondolkodnivalók számtízése árán, hanem a pályák megfelelő vonalvezetésével. Kerülni kell a meredek emelkedőket, általában a sok szintkülönbséget. Egyes kategóriákban a Szabályzat maximálja a lehetséges szintet, de ez csak a szélsőségek lefaragására alkalmas. Az engedélyezettet is el lehet úgy osztani, hogy tönkreteszi a legjobbakat sejtető pályát is.

Gyakran kell nagy hegyek között versenyt rendezni, ahol elkerülhetetlennek látszik a meredek oldalak megmászása, vagy völgyekben történő megkerülése. Mindkét ut elveszíti tájékozási értékét. Pedig akár a Magas-Börzsönyben is lehet jó pályát kitűzni, ha az alábbi szempontokat figyelembe vesszük.

1. Ne helyezünk ellenőrző pontot meredek hegycsúcra, vagy közvetlen közelébe! Tájékozási értéke ugyanis nulla, hiszen a környék legmagasabb pontjára mindenki feltalál, fizikailag pedig felesleges erőfeszítés, mert onnan biztosan lefelé kell továbbmenni.
2. A főbb átmenetekben mindig legyen választási lehetőség egy rövidebb, de sokszintű /meredek/ és egy hosszabb, de kisszintű utvonalon között. /Tehát ne csak az legyen a "választék", hogy ugyanazt a meredek kapaszkodót jobbról, vagy balról indulva mászhatom meg./ A versenyzők között vannak "futó" és "mászó" típusok, ne hozzuk egyiket sem hátrányos helyzetbe.
3. A Rajt mindig szintben a Cél-nál magasabban legyen! Nyilvánvaló, hogy így a pályán leküzdendő szintkülönbség jóval kevesebb lesz, mintha pl. fordítva helyeznénk el a végpontokat, vagy teljesen zárt körpályát /Rajt=Cél/ tűznénk ki.
4. A nehéznek szánt ellenőrzőpontokat a ráfutás irányával párhuzamos lejtőre telepítsük! A pontatlanul, vagy túl gyorsan futó versenyzők, főleg bolyok így könnyebben tulfutnak rajtuk, értük visszafutni pedig kétszeres fáradtsággal és idővesztéssel jár.
5. Ellenőrzőpontot ne telepítsünk a menetiránnyal párhuzamos meredek emelkedőre! Az ilyen terepszakasz lényegében teljes egé-



szében felfogóvonalként -"felfogó terület"-ként - hat. A futás lehetőségének hiányában a versenyző lassan halad, jobban van ideje szintben kitérve keresgélni a pontot s itt a bolyók is könnyebben összegyűlnek.

6. Kerüljük az esésvonalban /szintvonalakra merőlegesen/ haladó logikus utvonalszakaszokat! Akár lefelé, akár felfelé kell rajtuk haladni, egyaránt fárasztó, balesetveszélyes, unalmas az, tájékozdási értéke csekély.
7. A meredek hegyek között nagyobb a veszélye annak, hogy a versenyzők által választott utvonalak völgyfenékre és gerince korlátozódnak, ahol pedig általában utak, ösvények, vagy más, jól követhető terepvonalak vezetnek őket. Ezért az ellenőrzőpontok helyének gondos megválasztásával kell őket a tényleges terepen való futásra készíteni. /Ez minden terepen pályakitűzési szempont, de a szintes terepen több figyelmet kell rá fordítani./
8. Ha kikérülhetetlen, hogy sok szintet nyertünk, akkor azt lehetőleg egyenletesen és minél hosszabb emelkedő szakaszon kell elosztani, rövid lejtők közbeiktatásával.
9. Bátran tűzzünk ki oldalazó átmeneteket, de úgy, hogy a kezdő-és végpont között bármely irányú szintkülönbség legyen. Így nem olyan könnyű azon végighaladni, a lejtőzetet /t. i. a követendő utvonalt/ pontosan meghatározni és betartani.
10. A meredek és a bozót hatásai összegeződhetnek, ill. kiegyensúlyozhatják egymást. Pl. a sűrű bozótávot lejtőirányban könnyebb futva legyőzni, míg ugyanez meredek emelkedőn szinte lehetetlen.

A fenti bölcsességek a rutinos pályakitűző számára természetes ismeretek. De talán nem volt felesleges mindannyiunk - és a gyors pályák - érdekében összefoglalni őket.

## Nem kísérlet, eredmény

Az 1973. évi Wolf József emlékversenyről szeretnék beszámolni, melyet szakosztályom a PVSK rendezett. A versenynaptár értelmében C fokozatu verseny. Ilyen rendezésében bőven volt részem ez évben. Valami újon törtem a fejem. Mi a verseny célja? Versenyalkalom biztosítása, alkalom minősítési pont szerzésre. Ezt meg kell hagyni, de új tagokat is szeretnénk toborozni sportágunknak. Rendeztünk D fokozatu versenyt is? És most jött az igen is és nem is.

A versenykiírás értelmében a versenyzőknek két részből álló pályát kellett teljesíteni. Egy első részt, mely minősítés szempontjából számított ez kategóriánként különböző volt és folytatólagosan egy rövid 1,5 km-es másodikat. A két rész összideje a verseny végeredményében számított. De . . . A második részt min-

denkinek egy általa meghívott vendéggel kellett lefutni, olyannal aki még nem indult tájékozdási versenyen. Ez volt az ötlet.

A pálya kitzűzésénél a második részt úgy terveztük dr. Szűcs Györggyel akinek ez volt első versenyrendezése és mindjárt milyen nehezé, hogy abban egy utvonalkövetés, egy metsződé futas, egy szintmenet, egy iránymenet és a végén egy kis szint is szerepeljen. A tájékozdási futás minden szépsége és kinja.

Izgatottan vártuk a verseny napját. Az Országos Éjszakai bajnokságról azonnal hazautaztunk. Mire a misinai silesikló pályához értünk öröm volt látni a nagy nyüzsgést. 86 versenyző és 57 vendég várta a rajtot. 7 éves kislány édesapja befutását, 63 éves, volt atléta társának érkezését és élete első tájékozdási versenyét.

A célban minden vendég műanyag emlékérmét kapott. Ezzel is igyekeztünk számukra emlékezetessé tenni a versenyt. A vendég nélkül futó versenyzőket a második pályára nem engedjük ki. Őket csak minősítés szempontjából értékeltük. A végeredmények számításánál a vendég korától és nemétől függően 2-6 perc időjövahagyást alkalmaztunk. Az első célban leszedtük az első versenyzőkartont, a második kartont a versenyző vitte az első rajtidővel. Így csak az első pálya hibapontja it kellett volna átvezetnünk, de erre nem volt szükség. Ugy érzem jól sikerült verseny volt. Idén újra hasonlóképpen rendezzük a Wolf versenyt.

Ijjász István  
PVSK

## Tanulságos hibák II.

Pontatlan iránymenet. /és pontatlanság a távolságmérésben/

Valamilyen mértékben minden tájékozdási futónak hibája ez, még a legkiválóbbaknak is, mert az iránymenet távolságméréssel egyike a tájékozdási futás legnehezebb technikai elemeinek. Az erdőben lehetetlen teljesen egyenesen futni mivel utba esnek kidült fák, sűrű bozót, vizes mocsarak, ezeket ki kell kerülni és módosításokat kell tenni a mozgás irányán, ami hibákkal terhes.

Lehetetlen a távolság pontos mérése is. Kezdjük azzal, hogy apró hibák kerülnek a térképre már a térkép javításakor. Nagyobb hibák akkor jelentkeznek, amikor a versenyző lépéssel méri a távolságot a fix ponttól, ugyan is soha nincs pontosan olyan terep, pontosan olyan futási tempó, és pontosan olyan szakasz amilyenek az edzések voltak amikor a standard lépés kialakítására sor került. Érzés szerint módosítani kell a számolást. Azonban az ellenőrző pont helyes kitzűzése és pontos iránymenet esetén ezek a kimutatott "természetes" hibák nem képesek a gyakorlott versenyzőt el-

vinni az ellenőrzőponttól. De ez lelkiismeretes haladás esetén van, és olyan gyakran tesszük ezt? Rajta van igaz, a pont jele a térképen, és megvan a pontmegnevezés is, de ha akarjuk, apró elemekben gazdag terepen nem is olyan nehéz valami hasonlót találni egészen máshol.

Legjobb eszköz az iránymenet hibák ellen a pontosság. Pedantikus pontosság, amit csupán az irány-futás minden egyes edzésen történő sokszori ismétlésével lehet automatikussá tenni. De léteznek a hiba következményeit enyhítő módszerek is - az ellenőrzőpont megkeresésére, amely a sok apró terep alakulat egyikén van és nem találunk az iránymenet végén. Ezek a módszerek ismertek - "Dobozolás", "Spirál", "Cikk-cakk" vagy egyszerűen gyors kimenet egy másik fix pontra és ismételt ráfutás a pontra. Melyiket használjuk minden konkrét esetben csupán az intuíció mondja meg.

#### Nem kielégítő figyelem a pont közelében.

Ez a hiba általában így néz ki: futsz az ellenőrzőpontra a fix pontról tudod, hogy a pont egy kis huplin van pl. 200 m-re a fix ponttól, és tényleg ebben az irányban és hozzávetőleg ebben a távolságban találsz egy dombocskát. Felrohansz rá előkészítve a kartont lyukasztáshoz, de a pont nincs. Benézel a bokrok alá, a fák mögé - nincs. Elfutsz, értetlenül, egy másik fix pontra és ott figyelmesen megnézed a térképet, észreveszed hogy az előtt a hupli előtt, amelyiken az ellenőrzőpont van, a térkép még egy huplit jelez ...

Másik a pont körzetében meglévő figyelmetlenségből eredő hiba típus - szórakozottság a bója keresésekor: valamilyen érthetetlen vakság. Amikor majdnem felrugod lábaddal a bóját, elszaladsz és egész más helyen kezded el keresni. Oda pedig, ahol volt, már nem térsz vissza.

Hogyan küzdjünk ezekkel a hibákkal? Magáról értődik, hogy a pont körzetének tanulmányozását nem lehet az utolsó pillanatra halasztani - már az utvonálválasztásakor kell hogy legyen elképzelésünk a következő ellenőrzőpont körzetének terepéről és azután ennek egyre teljesebbé és pontosabbá kell válni a "futtatásban" történő térképolvasás eredményeként valahol egy jó ösvényen vagy uton. Ezt a fix ponton már csak felfrissíteni kell, különösen a pontra vezető egyenes mentén.

Az ellenőrző pont környezetében meglévő vakságtól csak a rutin szabadít meg. Kezdő versenyző koromban gyakran elfutottam a jel mellett 2-3 lépésre tőle, a két legutolsó szezonban - egyszer sem. És tekintet nélkül arra, hogy a bóják lényegesen kisebbek lettek és manapság eldugottabban rakják ki őket. A bója megkeresését, mint bármely más technikai elemet, láthatóan, edzésen történő nagy szá-

mu ismétléssel kell beidegezni. Pl. kirakni össze-vissza valamilyen lineáris terepelemekkel határolt területen néhány tucat bóját és megkeresni ezt követően mind az utolsóig.

#### Az ellenfél figyelése.

Néhány nappal a verseny után végigmenve a pályán hibáidat értékelve, egyszerűen elképesztő, minden olyan egyszerű volt, és te kifutottál a világból ... Azután eszedbe jut, hogy erről az ellenőrzőpontról derékszögben mentél el az eredeti irányhoz képest, mert elől ágreccsést hallottál és féltél, hogy a pontra ráviszed valamelyik bolygó ellenfeledet, azután korrigáltad magad de nem eléggé aminek eredményeként "kifutottál a térképről". Itt pedig letértél az utról 200 m-rel hamarabb, csupán azért, mert ugyan ezt tette az előtted futó versenyző is. Azután mindketten féltékenyen vigyázva egymásra kerestétek az ellenőrzőpontot 200 m-rel délebbre, mint ahol keresni kellett volna. Egyszerű az erdőben tájékozódni, amikor az üres, de nagyon nehéz amikor telve van különböző irányba csörtető ellenfelekkel. Ha nagy gyakorlatod van, még segítségére is lehetnek: viselkedésükből, mozgási irányukból, és végül hangulatukból értékes információkat nyerhetsz, de csak nagy gyakorlattal. A tájékozási futó versenyzés első éveiben igyekezni kell senkit sem észrevenni. Azt gondolni, hogy egyedül vagy az erdőben, térképpel és tájolóval és csupán a pontok halgatag bójái függnek valahol.

#### Szellemi restség két pont közötti átmenetben /közepes és hosszú átmenetben/.

Ennek a hibának lustaság vagy fáradtság az oka, amikor, kifutva egy hosszú uton haladó szakaszra, rohansz rajta, tisztára álomban, csupán azzal törődve, hogy el ne tévedsz a következő elágazást vagy kereszt nyíladékot. Pedig csak egy egész kicsit kell csökkenteni a sebességet elveszítve 5-10 mp-t és megnéznél a térképet - lehetséges szembe ötlík egy jobb utvonálváriáció, mint az eredetileg kiválasztott, vagy erősebben bevésődik az emlékezetedbe a következő pont környezetének terepe. Meg lehet nézni a következő átmenetet is és kijelölni hozzávetőlegesen a lehetséges haladási variációkat. A szellemi munkanélküliség a futó szakaszon azért is kellenetlen, mert előkészít más jellegű hibákat amik súlyosabb idővesztésekkel járnak.

#### Komolytan felkészülés a rajthoz.

Itt nem a fizikai edzetlenség vagy valamely felszerelési tárgy hiányáról van szó /ez ugyanis nem hiba- hanem a sporthoz való komolytalan hozzáállás/, hanem egy konkrét versenyre történő felkészületlenségről. Azon belül is első sorban az információk hiányos ismeretéről amiket a terepről és a verseny térképről kaptak. A pont megnevezésének hiányáról /ha azt korábban kiadták/ vagy a pontatlanul átmásolt, lefordított pontmegnevezésekről. A szükséges

rajtláz hiányáról és taktikai passzivitásról /pontatlan elképzelés arról, milyen feladatot tűztél ki az adott versenyre és hozzávetőleg hogy kell azt megoldani/.

Különösen kellemetlen a térképről és a terepről való hiányos információ. Például 1967-ben Moszkva bajnokságán én /mint sok más Burevesztnyik versenyző/ részben saját, részben a csapatvezető hibájából nem tudtam, hogy az É-i mágneses irány körülbelül 30°-os szöveget zárt be a térkép függőleges oldalához képest. Ennek következtében az iránymenetekben taláalomra futottam és perceikig ácsorogtam gondolkodva, mi lehet, mire /már a pálya második felében/ rájöttem miben áll a dolog. Más-kor pedig az információnál nem hallottam, hol van a térképen nem ábrázolt hid amely átvezet a folyón, és aztán fel-le rohagáltam a folyóparton, keresve, hol sekélyebb míg uszás-ra nem adtam magam.

#### Szórakozottság a pályán.

Következmenyei különfélék lehetnek, de minden hiba amit a térkép vagy a tájoló elkapkodott kezelése okoz nagyon hasonló értelmetlenséget tekintve. Vagy a tájoló a déli irányra állítod nem pedig az északira és azután a pontról ellenkező irányba rohansz, más-kor, behajtva a térképet, kihagysz egy kört és kihagyva az 5. ellenőrzőpontot egyből a 6.-ra sietsz, vagy elcsuszik a sorrend a pontok és megnevezéseik között: keresel egy bóját csatornáknyövekben amikor az két hupli közti nyeregben vár rád. A szórakozottság természetbeli adottság ami kellemetlen a mindennapi életben is, a tájékozdási futásban egyszerűen türehtetlen de éppen a tájékozdási futás segítségével lehet tőle megszabadulni. Egyszerűen tartalék nyugalmat kell magadra erőltetned. De még eredményesebben hatnak a pályán szórakozottságból elszenvedett vereségek.

Tulzottan élénk reakció az éppen elkövetett hibára.

Mondják a baj nem jár egyedül. Tájékozdási futásban ez biztos. A bajok sorozatban jönnek: hibáztál egy ponton, megtaláltad és gyorsabban, hogy behozd hátrányodat, rohan-tál a következőre, de nem jó irányba, rájöttél erre még jobban gyorsítottál, és elment... De így csak a kezdők és a tulzottan forrófejű versenyzők viselkednek. A tapasztaltak eltérít-hetetlenül követik a bölcs tanácsot: "játsszál, de ne kockáztass!" Még súlyos hiba után is folytat-ják a harcot, tudván, hogy az utolsó ellenőrző-pont még előttük van, és senki nem tudhatja még, mindenkinek sikerül-e elérni azt vesz-te-ségek nélkül...



Sz. B. Jelahovszkij: Beg k' nyevigyimoy celi.  
Moszkva 1973.

Fordította: Hajdu Kálmán.

A következőkben részleteket közlünk Erich Hanselmannak, a svájci válogatott vezetőjének, szaklapjuk decemberi számában megjelent cik-kéből. Versenyzőknek javasoljuk - áttűltetve a hazai rendezési és versenyzési viszonyokra - megszívlelni megállapításait.

## Önelemzést!

Feltétlenül szükséges, hogy egy versenyidőszak előtt az elmúlt év jelentékeny versenyait rendszeresen elemezzük, oly célból, hogy a teljesítményt behatároló tényezők, amelyek az egyéni teljesítménynek a versenyben mindig korlátokat szabnak kikristályosodjanak. Csak az, aki keresi és felismeri a saját "gyengéit", fogja ezeket céltudatosan leküzdölni. Aki fokozni akarja teljesítményét, annak meg kell találnia a leggyengébb tagot a láncban, hogy ezt céltu-datos edzéstervvel megerősítse.

A legkülönbözőbb feltételek alapján kell az egyes versenyeket vizsgálat tárgyává tenni. Így remélhető, hogy a különböző versenyteljesít-mények összehasonlításánál egymáshoz hasonló pontokat találunk, amelyek a hasonló tünetek összefoglalását adják s kirajzolódnak a láncolat gyenge és gyengébb pontjai.

#### 1. A teljesítmény elemzése

##### a/ A sportoló egyénisége

A teljesítményt mindenkor a sportoló egyénisége valósítja meg, az edző, a szervező, az orvos, a pszichológus, a gyuró segéd munkások, akiknek arról kell gondoskodniuk, hogy a versenyzőt felkészítsék, hogy az optimális feltételekkel kezdhesse versenyezni. A teljesítményt végeredményben a sportoló egyé-nisége szüli. Ez a teljesítmény az, amely egyes részleteiben a "segéd munkás funkciókkal" van/rajtelőkészítés, vezetés, tervezés/összefüggésben és ezt kell ele-mezni és felülvizsgálni.

##### b/ Környezeti hatások

#### 1. Minden versenyteljesítmény pozitív és negatív környezeti befolyásnak van alávetve. Ezeket a környezeti tényezőket pontosan és kritikával kell tanulmányozni oly cél-ból, hogy a kedvező és teljesítményt gát-ló behatások felismerhetők legyenek.

Ha már ezeket felismertük, célravezető ellenintézkedéseket tudunk tenni. Aki például észreveszi, hogy esős időben min-dig rossz teljesítményt ér el, annak meg kell kísérelnie, hogy esőben, foko-zott térképes edzéssel segítsen ezen a bajon.

Azt is meg kell vizsgálni, hogy az ilyen kör-myezetbe folyások - tudatosan vagy öntudatlanul - milyen mértékben hatnak a teljesítőkészségre. Minél erősebbek az ilyen külső befolyások pozitív vagy nega-

tív értelemben, annál inkább figyelembe kell venni!

## 2. Környezeti hatások, amik tájékozódási versenyen előfordulhatnak:

- térkép: pontosság a felvételben, rajzi ábrázolás, áttekinthetőség, ellentétek erőssége /bozót-fokozatok/
- versenypálya: szakaszok hossza: sok-kevés pont, sok-kevés utvonaltörvényművelés, pontok elhelyezkedése: világos-nem világos, egyszerű, finoman elhelyezett, pontok leírása, felpuhult talaj.
- rajt: rajtidő /élelmiszer/ korán-későn, rajthelyzet erős-gyenge: ellenfél hátul-elöl.
- rajtelőkészület: túl kevés idő a rajt előtt, túl hosszú idő /ideges várakozás/, befutás, koncentráció-gyakorlatok jó-rossz. Versenytársak, ellenfél, barát, barát, házastárs, gyermek, edző, aktívák, orvos: befolyásuk pozitív-negatív volt. Tárgyi előkészítés jó, nem kielégítő pontok leírása, időjáráshoz alkalmazkodó viselkedés, felszerelés, szellemi felkészülés a versenyre jó-rossz.

## c/Teljesítőképeség:

### 1. szellemi teljesítőképeség: térképismeret

térkép hibák gyakorisága:

- milyen nagyok az átlagosan fellépő időveszteségek tájékozódási hibák következtében
- hol fordulnak elő rendszerint térkép-olvasó hibák, röveddel a rajt után /idegesség/, az első harmadban, a futás utolsó harmadában /elfáradás/, mindenütt, szabálytalanul.
- versenyeken korai rajtidővel hasonló eredmények találhatók-e, mint késői rajtidőknél /későnkel/.
- Terepjelleg és térkép hibák: mindig hasonló természetű térképproblémáknál állnak elő a hibák? Mindig bozotos pontoknál, leggyakrabban irány és távolságmérést követelő pontokkal, mindig finoman helyezett domborzati pontoknál?
- Térkép pontossága, ábrázolás és hibák: mindig akkor fordulnak elő hibák ha a térkép pontatlan, nem tökéletes, vannak-e jelek, színárnyalatok, amiket rosszul vettek fel vagy helytelenül rajzoltak.
- Milyen fiziológiai körülmények idézik elő a térkép hibákat? Nagy megterhelés a "Steady-state" fölött, mindenkor végigfutott emelkedés után, normális versenytempónál, fokozódó általános elfáradással.

- Térkép-döntésekre fordított idő és térkép hibák térkép hibák állnak elő, mert túl kevés időt fordítottak a térképre, tipikus helyzetek adódnak, amikor ismételtül túl kevés /vagy túl sok/ időt "áldoztak" a térkép tanulmányozására, tájoló-eltérések állnak elő, mert az tájolót futás közben csak pontatlanul állították be, időveszteség származik túl sok megállásból is a térkép tanulmányozásánál.
- A térkép-munka befolyásolása az ellenfél által: ha hibák lettek, mert ellenfelek a saját térkép-munkát bizonytalanná tették és a futó nem hajtott a végre saját önálló döntését: ha tudatában van, hogy erős ellenfél üldözi, ez rossz utra vezet vagy az ilyen tudat pozitív hatással van a térkép-munkára. Hibák származnak, ha nyomok maradnak az előző futótól az öt követő ellenfél elleni küzdelemben, vagy ha az előző futót feltétlenül be kellene érni.

## 2. Fizikai előfeltételek: futóképeség a versenyterepen

- Elegendő az általános tartós teljesítőképeség vagy van egy befolyásoló tényező a versenyteljesítményre.
- Ha a terepfutás-készsége eléggé fejlett, van egy bizonyos terep-alkat /megerősített növényzet, kövek, bozót stb./
- Ha az állóképesség eléggé fejlett, vagy ha a túlerőltetést csak nehezen viselik el./kihatás a szellemi képességekre/.

## 3. Fizikai-szellemi koordináció

Térkép-olvasás és futóképeség /futás-  
tempó/ között van kiszámított egyen-  
súly: a futástempó /megerősítés/ al-  
kalmazkodik a mindenkor felmerülő  
térképproblémákhoz: a szellemi tel-  
jesítmény /térkép/, vagy inkább a  
fizikai teljesítmény /futástempó/ a  
teljesítmény határait megszabó té-  
nyező. A verseny folyamán a pályát  
az egyes szakaszok terhelési erőssé-  
ge tekintetében előreláthatóan felül-  
vizsgálták a tempót megfelelően al-  
kalmazták, vagy egyszerűen futnak,

## 4. Teljesítő-készség

- Elegendő volt a motiváció az egyes versenyekre.
- Vannak bizonyos motivumok, amelyek a teljesítményt előnyösen vagy hátrányosan befolyásolják:  
"jónak kell lenni", hogy egyáltalán válogatott legyen;  
"jó akar lenni", hogy domináljon, győzzön

/sikere legyen/;

A teljesítmény-célok mindig világosak voltak /aspiráció szintje pl. győzelemre, 10. helyre, 15. helyre, stb. pályázik/ mindig volt előtte cél, amit feltétlenül el akart érni, vagy egyszerűen arra törekedett: lehetőleg jó legyen.

- A törekvés szintje értelmesebben irányított az adott körülményekre /terep, ellenfelek, stb./
- Mennyire hatottak fizikai megterhelések /jónak kell lenni, akar, környezet, sajtó, rádió, stb./ pozitív vagy negatív értelemben a teljesítményre; emelkedik vagy süllyed a teljesítmény színvonalára növekvő megterhelésnél.

Összefoglalva: csak az kaphat tiszta képet erős és gyenge oldaláról, aki saját versenyeredményeit pontosan és rendszeresen értékeli. Minél magasabbra emelkedik a teljesítmény szintje, annál nehezebb azt még fokozni. Csupán céltudatos versenyelemzésekkel lehet itt a gyenge pontokra rátalálni. Aligha lehet a teljesítmény fokozásával számolni, ha az edzés mindig arra irányul, amit az ember már amugyis jól tud és ezért sokkal szívesebben is csinálja, mint azokat az átkozott dolgokat, amiket éppen nem tud.

Erich Hanselmann  
a svájci válogatott vezetője

Skerletz Iván

## Szótárban böngészve

A magyar könyvkiadás egyik legtöbbet dícsért kiadványa a Magyar Értelmező Kéziszótár. Érdekes és tanulságos játékok böngészni benne és természetesen mi mást, mint sportunk szavait keresi az ember. No lássuk!

"TÁJÉKOZÓDÁS fn. 1. Az a tény, hogy vki vhol, vmiben tájékozódik. 2. Sp Terepen térkép és iránytű segítségével gyors célbajutás mint /verseny/sport." Tehát jelen vagyunk! Szerencse, hogy nem régebben készült el, mert nyomunk sem lenne. Igaz, hogy lehetne kicsit pontosabb, mivel inkább tájolóval futunk. De menjünk tovább!

"HORHOS fn 1. táj vizmosta mélyút. 2. Föld hegycsúcsban vizmosta mélyedés". Számunkra persze nem mélyedés, hanem közel függőleges falú árok, több méter mély. És lám: fölfelé a második szócikk a horhó, amit persze csak a vajtűfülbűb s lassan már öregedő versenyzők ismernek. Egyébként a szinonimája. A horhos jelent még mást is: éles sziklagerincen keskeny bevágást. Ez hiányzik, pedig még földrajzi névként is előfordul.

Keressük szelidebb változatát a vizmosásnak: a metsződést! Sehhol semmi. Van metszés, metszet, metszéspont, metszévonal,

metszet, csak éppen az hiányzik, amit leginkább harna vonalkával jelölünk, és ami sokkal gyakoribb, mint a horhos.

Maradjunk a domborzati formáknál! Kedvenceim a töbrök, ha úgy tetszik tebrék.

"TÖBÖR fn. Föld karsztos vidéken: tölcser alaku viznyelő mélyedés. /döbör/" Nem az! Erre fogadni meretem volna. Ez fáj! Mert a töbör a legritkább esetben tölcser alaku és még ritkábban nyeli a vizet, habár van olyan is, amelynek alján viznyelő van. A töbör üst alaku, vagy éppen teljesen vízszintes talpu. Lásd egyéni bajnokság: Tányéros töbör. De úgy látszik e téveszme örökké fog élni. Ha már a karsztnál tartunk, nézzünk egy igazi lyukat, a zombolyt!

A szótár utolsóoldalti oldalán: ZOMBOLY fn. Föld Karsztban tölcser alaku, vízszintes barlangot a felszínnel összekötő mély üreg. /? ném/" Csodálatos ez a természet, itt minden tölcser alaku, még a feltehetően német eredetű zomboly is. Holott a szerencsétlen: lyuk; másként aknabarlang, csak igen kisé tölcser szerű, de akkor is felfordított tölcser. Tehát lefelé bővülő. És még egy lyukat keressünk!

"VIZNYELŐ 2. Föld Karszton: tölcser szerű nyílás, amelyen át a felszíni vizek a föld üregébe tünnek". Szerencsére a tölcser itt is megvan! De ez legalább igaz.

Nem hiába a karszton nehéz tájékozódni, hátha a vadaknál jobban járunk!

"VADETETŐ fn Vad Szabadban elhelyezett, fedett jászolféle, amelyben télen élelmet helyeznek el a vadak számára".

"VADLES fn Vad I. Vadász számára készített leshely. 2. Itt való várakozás". Hátha van magasles is!?

"MAGASLES fn Vad Vadászoknak fára, oszlopra szerelt leshelye." Azt hiszem szokásos szeptemberi gondjaink eredetében ez is egy tükröződése. De a szó már nem szerepel. De így is ha végignézzük a vad kezdetű szövegeket...! Más.

"TARVÁGÁS fn Erd A fakitermelésnek az a formája, hogy az erdő egy-egy részén minden fát kivágnak". De mennyire!

"ÖSVÉNY" fn Keskeny, kitaposott, nem épített gyalogut. /?/" Tehát eredete bizonytalan, ismeretlen, mutatja a zárójeltes kérdőjel. Hogy honnan jött nem tudjuk, de sokszor azt sem, hogy hová megy.



És végül:

"VILÁGBAJNOKSÁG fn Sp 1. Vmely sportágban a világ legjobbjai számára meghatározott időközökben rendezett nemzetközi verseny. 2. A világbajnok címe. Megvédte ~-át. Nem rossz példa.

## Futóhírek

Felhívjuk a sporttársak figyelmét arra, hogy a BTSZ Tájékoztató Szolgálatánál sportágunk nyomtatványainak árusítása megszűnt. Térképek az MTFSZ-ben igényelhetők, versenyzőkarton és a TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS számonként kapható a Sportpropaganda üzletében /1081 Budapest, Rákóczi ut 57/a./



Ismerős nevek az atléták 1973. évi ranglistáján: Danovszky Ferenc a BSE tájékoztató futója, a Bp. Építők színeiben, 4:23:15,8-as idejével az 50 km-es gyaloglás rangelsője lett. Ez a magyar bajnokság megnyerésekor elért idő több mint 7,5 perccel jobb az 1972-es listavezető Dalmati János teljesítményénél.

Nőknél Monspart Sarolta a Bp. Spartacus versenyzőjeként 3000 m-en 9:36,8-as idővel 4./rangelső: Völgyi Zs. -Bp. MEDOSZ, 9:12,2/, míg 1500 m-en 4:32,2-vel 9./listavezető: Völgyi Zs. és Kulcsár M. Vassas 4:14,4/.

Baranyából érkezett hír egy figyelemreméltó teljesítményről: Ijjász István a PVSK tájékoztató futója 5 órán belüli idővel keresztülfutott a Mecsekben. 48 km-es, sok szinttel megtűzdelte távot tett meg Mecsek-nádastól - Bükkösdik. Komoly sportteljesítményéről szerényen csak baráti körben tett említést.

A finn tájékoztató futó válogatott Magyarországra ké-

szül. A 30 tagú keret a tervek szerint április 10-17 között hazánkban alapoz a VB-re.

Szabolcs-Szatmárban tovább nőtt a minősített versenyzők száma. Az 1973. évi eredmények alapján már 68 minősített versenyzőjük van tájékoztató futásban, köztük három ifjúsági aranyjelvényes.

Február 2-án aktívairta kezletet tartottak Nyiregyházaán. Tervbe vették a versenybírók továbbképzésének megvalósítását, hogy egységes szemlélet érvényesüljön a versenyek rendezésénél. A szakosztályok összefogásával közös edzőversenyeket rendeztek február végén és március elején a sóstói és a Nyírség I. terepeken.

Az Egyetemi és Főiskolai Országos Bajnokság időpontja megváltozott. Az egyéni május 10., a váltó 11-én lesz. Versenybírószám elnöke: dr. Tihanyi László ellenőrzőbíró: dr. Hódossy Lajos Nevezési cím: Baranya megye Tájékoztató Futó Szövetség 7621 Pécs, Megye u. 21. Nevezés időpontja: április 15-ig beérkezőleg. Mindegyik verseny kategóriája: "A"

Monspart Sarolta világbajnoknőnk és Deseő László szakfelügyelő nagy sikerű élménybeszámolót tartott Hódmezővásárhelyen.

A programban a FIM. Alföldi Porcelángyár KISZ Szervezete által patronált Uttörő Tájékoztató Futó Szakkör, majd a Frankel Leó Szakközépiskola Mozaik Klubjának meglátogatása szerepelt.

Mosa beszélt a fiataloknak sportágunk szépségeiről, sportpályafutásának eddigi állomásairól, versenyekről, edzésekről, győtrelekekről és a mindenért kárpótoló sikerélmények-

ről. Mint mondta: "Aki egyszer megismerte a győzelem szép és feledhetetlen érzését, az mindent elkövet, hogy újra és újra érezhesse azt."

Deseő László a kezdőket érintő szakmai kérdésekről adott tájékoztatást.

A gyári fiatalok díszes porcelánserleggel ajándékozták meg kedves vendégeiket tizedik, jubileumi magyar bajnoksága alkalmából.

Az 1973. évi utolsó, decemberi számában közölte a szovjet TURISZT c. folyóirat az 1972. december 1-én elfogadott hivatalos tájékoztató futó térképjelkulcsot. A jelkulcs 60 jelet tartalmaz. Érdekessége, hogy nem tartalmazza a futathatóság ábrázolására nálunk is használatos zöld fokozatokat annak ellenére, hogy ez a jelölési mód a balti köztársaságokban általánosan használt.

A Lett Szovjet Köztársaság Sporthivatala által a tömegsport fejlesztéséért kiírt megérdemelt 1973-ban a Lett Tájékoztató Futó Föderáció kapta.

Hírek az 1974. évi O-Ringenről

A versenyközpontban a főrendező egyesület az OK Pan gárdája ma már csak rész-kérdések megoldásával foglalkozik. Kijelölték - többek között - a sátor-táborát is. 1970-ben jól bevált a Rinkabyfált-i kemping, ahol a hennfentesek szerint bármennyi eső esik is, a sátorozóknak nem okozhat gondot. A rendezőség bejelentette, hogy mindent úgy terveznek és készítenek elő, akár 15000 indulót is fogadni tudjanak. Ennyien ugyan nem lesznek a jelek szerint, de 11000-12000 induló biztos. A versenyek színhelyei eléggé elszórtan helyezkednek el Skane-ban, ezért gyakorlatilag bárhol lakik is valaki, előnyösen közzelitheti meg a versenyeket.

## A jövő erdeje a jelen gondja

Minél nagyobb hatalma van az embernek a természet erői felett, minél fejlettebb eszközök igénybevételével alakítjuk át a természetet, az emberi célok, a társadalom érdeke javára, annál gondosabban kell gazdálkodnunk ezekkel az értékekkel. A tudományos - technikai haladás további kibontakoztatása, az urbanizáció számos olyan kérdést is felvet, amelynek megoldására csak közös összefogás alapján kerülhet sor.

Világméretű és egyre jelentősebb kérdés: megtudjuk-e őrizni levegőnk és élővizeink tisztaságát, a termőtalaj kedvező szerkezetét, tudunk-e olyan emberi környezetet teremteni a magunk és utódaink számára, amelyben zöld fű virít, fák virágoznak és teremnek, madarak dalolnak, egészséges gyermekek nevelődnek, egészséges felnőttek pihenhettek?

Ki lehetne ennek az ügynek lelkesebb szorgalmazója mint mi, fiatalok? Udvarias figyelemzetéssel is gátoljátok meg a környezet szennyezését! Vigyázzunk a fűre, a vízre, az erdőre, a rétre!

A környezetvédelemmel szebbé tesszük a ma és a holnap emberének életét.

KISZ KB  
Mezőgazdasági Ifjúsági Tanácsa

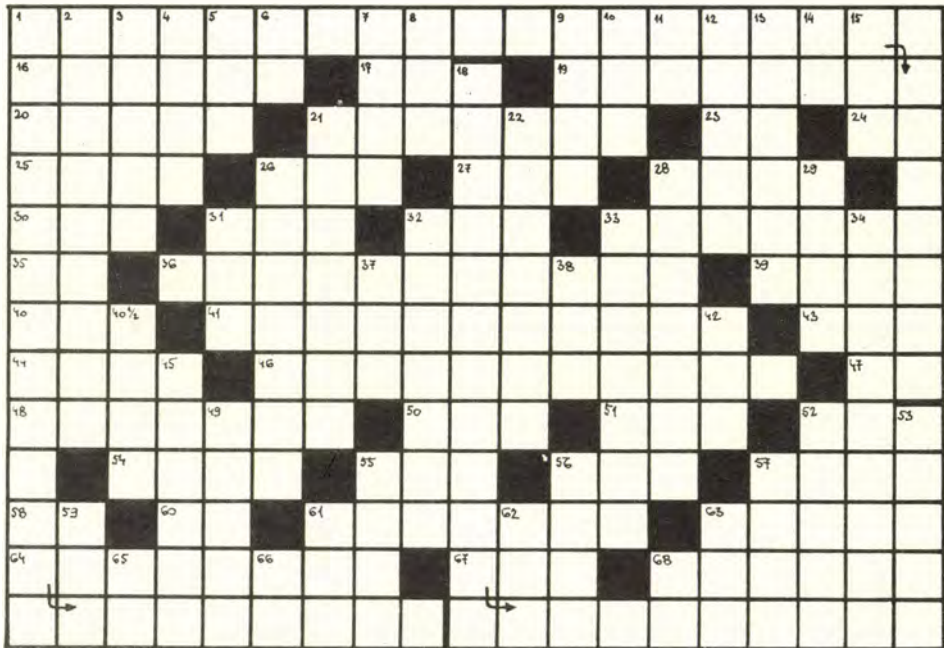
### Takarítsunk!

A technikai edzések száma örvendetesen növekszik. Ennek kapcsán jelentkezik egy probléma is, az edzőpontok megjelölése. Erre edzőink, leleményességük szerint, a legkülönböző módszert alkalmazzák. Ha valaki több nappal edzés előtt tesz ki pályát, igyekszik vízhatlan anyagot használni az edzések biztonsága érdekében, ugyanakkor a pontok bontása nem megoldható. Itt jelentkezik a nehézség. Budapest közelében lévő terepeinken több száz pont van már maradandóan megjelölve. Ez pedig nem túl előnyös, mind az erdő tisztasága, mind a szakmai munka szempontjából. Erdőgazdaságaink nem örülnek az etetőkön, vadlesekén, vagy az erdő bármely pontján létesített karácsonyfáknak, főleg, ha egész évben ott éktelenkednek. Ez az egyik szempont. A másik pedig saját szakmai munkánk. Kezdő versenyzőknél nehézséget jelent, hogy a keresett pont közelében vagy fél tucat különböző pontot talál, főleg akkor, ha egyik - másik még hasonlít is edzője által használt jelöléshez. E kettős szempont figyelembevételével, van egy igen egyszerűen megoldható javaslatom. A pontokat kirakó edző, vagy megbízott személy, minden esetben tüntesse el az edzés nyomait. Így, ha bármelyikünk pályát rak ki, s olyan jelzéseket talál, amelyek már egy lefutott edzésnek a pontjai, azt eltávolíthatja. Tehát, alig több, mint egy tucat edző összefogása elegendő ahhoz, hogy ezt a mindjobban jelentkező problémát megoldjuk.

Balogh Tamás

Tóth Viktor: Kiparizsov állé





Egy, a ragadásról szóló mondatot olvashatunk a vissz.1., függ.1. és függ.18. sorokban.

**Vizszintes:** 1. A beküldendő sor első része. /Zárt betűk: G, A, K, E, N/ 16. Zeneszerző, a Zeneművészeti Főiskola igazgatója. 17. Pl. Mohamed Reza Pahlavi. 19. Régebben gyakori mezői munkacsoport. 20. A pecsét és a lyukasztó új "konkurrenciája". 21. Ritka férfinév. 23. Rubidium vegyjele. 24. Kettősbetű. 25. Oszkár becézve. 26. "... szabadon éltek, haltak" 27. A Nilus német neve. 28. Nagy áremelkedés a tőzsdén. 30. REL. 31. Karddal hadakozik. 32. Lehel vezér régi neve. 33. Burma fővárosa. 35. Római kettes. 36. Magyar film címe volt. 39. Neves színművész volt. 40. SLP. 41. Többnyire hétpettyes. 43. Mi az a végén! 44. Kést szurat bele. 46. Ellentmondásosnak látszó dolgok. 47. Házasság által lesz rokon. 48. Kisebbségi hibákat kijavít. 50. Lon..., kambodzsai tábornok. 51. A panasz szava. 52. Kenyeret vajaz. 54. Közél-keleti légitársaság. 55. Ráby Mátyás hosszú ideig ez volt. 56. Ez az állat is az izeltlábuakhoz tartozik! 57. Vittorio de... 58. Sokat kell belőle lefutni. 60. Világgá. 61. Új érkezőt jelez. 63. Zeneszerző. 64. Jó érzés. 67. Csomó. 68. Perem.

**Függőleges:** 1. A mondat második része. /Zárt betűk: Ö, E, D/ 2. Francia kikötőváros. 3. Példának felhozta. 4. Humorista volt, tőle ered a "Lepsényénél még megvolt" szöveg. 5. Német névelő, keverve. 6. India vége! 7. Gyakori, de bosszantó válasz. 8. Fél sablon! 9. Fidel Castro öccsének keresztnéve. 10. Ilyen

angyal is van. 11. Autóbusz-rendszám betűi lehetnek. 12. Királyi szék, névelővel. 13. Előkelő hely a versenyeken. 14. Opus rövid. 15. Csontokból is állhat. 18. A fősor befejezése. /Zárt betűk: Ö, I/ 21. Packázni is szokott, ha hinni lehet Hamletnek. 22. Nagy nehezen kivergődik 26. Kígyómlál. 28. Déligyümölcsök. 29. Divat, régiesen. 31. Japánban számára is rendeznek tájékoztató versenyt. 32. December 13-án van. 33. Van alanyi és tárgyias. 34. Pl. a "Héj" c. verseskötet. /Két szó/ 37. Kurir vége! 38. Egy sportág idegen neve. 40. 1/2. Élet-csira. 42. Rokka eleje! 45. A katasztrófa után megmaradó. 49. Boszorkányairól híres város. 52. Könnyekkel kicsal. 53. Brazília kikötőváros /NATAL/. 55. Luxemburg keresztnéve! 56. Győr négy folyójának egyike. 57. Angol uralkodók megszólitása volt. 59. Verseny után többnyire ki lehet csavarni. 61. Körület, rövid. 62. Korcsolyaféle. 63. Házikó. 65. Római szám és a tiszterese. 66. Éjjelfelkor véget ér. 68. KS.

Méző László

A 73/12. számban megjelent keresztrejtvény helyes megfejtése:

(A tájékoztató futás...)... nem bujócseke, vagy kincskeresés az erdőben, hanem navigálás ismeretlen terepen".

Helyes megfejtők az alábbi sporttársak:

Zsigmond Tibor, Miskolc, Szabó László, Hajdusoboszló, Máthé István, Szentendre, Kemenczés Ildikó, Cegléd, Ladóczki Attila, Nyiregyháza, Faltisz János, Pécs, Kelemen János Kaposvár, Tüskés Endre, Veszprém, Éliás Vilmosné és Fodor László, Bp.



## Sportvilág

Japánban 1970-72. között 150 fix pályát alakítottak ki, 1973-ra további 100 db-ot terveztek. - Tokióban tíz tájékozdási klub alakult. 1973-ra 320 rendezvényt terveztek, ez a szám az edző-és népszerűsítő "TRIM" megmozdulásokat is tartalmazza. - 33 db 1-6 napos tanfolyamokat tartottak, összesen ezer résztvevővel. Az első rangos bajnokságra a tavalyi évben került sor. - A svéd 5 napon 25 fős delegáció, a Kongresszuson 5 fős küldöttség /közülük két nő/vett részt, majd hazamenetelük előtt a svájci 5 napon indultak.

Argentínában 1973. szeptember 20-án alakult meg a tájékozdási szövetség. Nem egészen véletlenül, hiszen Peo Bengtsson egy társával az előtte levő héten meghívásnak eleget téve Buenos Aires közelében tájékozdási tanfolyamot tartott. A tanfolyamot a CISM /Nemzetközi Katonai Sportszövetség/ szervezte 20 fő részére. December közepén térképész "brigád" utazott Argentínába.

Ausztráliában szintén a svédek "működnek", apróság, de a svéd konzul az ausztrál szövetség tiszteletbeli elnöke. Ausztráliában eddig kb. 20 színes versenytérkép készült. Melbourne környékén volt olyan versenyük, ahol a résztvevők létszáma meghaladta az 500-at. Tervezik, hogy 1974-ben 25 fős csoport rándul át az öreg kontinensre, azzal a nem titkolt szándékkal, hogy részt vegyen a Skane-i 5 naposon. Kanada és az USA után idén októberben Japán meghívásnak tesznek eleget a svéd OL-misszionáriusok. A meghívók oktatási és propaganda szakembereket kértek. Ennek megfelelően a hét főből álló csoport: kiképzés, oktatás, szervezés, riporter, térképkészítő, női versenyzés, elit versenyzés és szervezési szakemberekből áll.

Nincsenek távolságok! Télen északon friss déli narancsot vásárolnak, és az északiak december 30-tól március 3. között hetenkénti váltással repülhetnek edzeni Spanyolországba. Egy ilyen hetes edzés 4 Madrid környéki és 4 Benidorm-i "nyári" edzőversenyt biztosít 600 - 700 svéd koronáért, félpanzióval.

Kempelen Imre

## Április elején

### FELSZABADULÁSI VÁLTÓ

Az első igazi nagy verseny az idén is a "Felszabadulási" váltó lesz. A "Tájékozdási Futás" tavalyi áprilisi számában röviden írtam a "Felszabadulási Verseny" multijáról. Írtam arról, hogy régen az egyesületek közötti

pontversennyel kapcsolták össze. Megemlítetem, hogy bár régi fénye kopott, még ma is igen nagy tömegeket vonz. Nem szeretnék most ismétlésekbe bocsátkozni. Így inkább az utolsó évek eredményeiről szólnok. Csak az I.o.-u /"A" fokozatu/ kategóriákról, mert a többinek ilyen rövid ismertetésben nem lehet helyet szorítani.

A "Felszabadulási" 1966 óta váltóverseny. Ebben a 8 évben a férfiaknál a Spartacus háromszor, az OSC kétszer, a BEAC, a MÁV és Praha egy-egy alkalommal diadalmaskodott. A nőknél még egyszerűbb volt a helyzet, a BEAC négyszer, a Spartacus háromszor állt a dobogó legmagasabb fokán, a nyolcadik győzelem pedig a prágaiaknak jutott.

A nagy klubok fölénye még jobban kidomborodik, ha nemcsak a győztes, hanem az összes "dobogós" helyeket vesszük figyelembe. A 48 dobogós helyből a BEAC-nak jutott 15, az OSC-nek és a Spartacusnak 10-10, a fennmaradó 13 helyből a prágaiak három alkalommal kerültek ki a prágaiak közül ugyancsak három maradt a Pedagógusnak, 2-2 a MAFC-nak, 1-1 a BSE-nek, a Meteornek és a Vasasnak.

Ebben a nyolc évben volt egy rendkívüli év, 1970. Ekkor felszabadulásunk 25. évfordulója-ra a verseny nemzetközi és kétnapos volt. A váltó a második napon szerepelt, az első napon egyéni-csapatversenyt rendeztek. Ennek eredménye nem szerepel a fenti számokban. Itt a férfiaknál Spartacus - Gottwaldov - Kosice, a nőknél BEAC - Spartacus - OSC volt a sorrend.

Az I. osztályú férfi és női összetett versenyt ebben a nyolc évben a BEAC négyszer, a Spartacus kétszer, az OSC és a prágaiak egyszer-egyszer nyerték meg.

Az összes kategóriák összetett versenyére kiírt vándordíjat hat alkalommal a BEAC, egy alkalommal az OSC és utóbb a K. Lombik vitte el.

A tavalyi évben a férfi váltót a Kempelen Mihály Hegedűs Z.-Horváth A. összeállítású OSC váltó nyerte a Spartacus és a BEAC előtt. A nőknél a Spartacus lett az első Schmidmeiszter I.-Szopori É.-Monspart S. összeállításban, őket az OSC és a Vasas váltója követte, míg nagy meglepetésre a BEAC csak a 4. helyen végzett.

Mi lesz az idén? Bár az évad elején nehéz az esélyeket latolgatni, de az előjelek alapján valószínűleg ismét azok kerülnek az élre, akik eddig is ott végeztek. A férfiaknál OSC-Spartacus párharcra van kilátás. A BEAC aligha tud beleszólni küzdelmükbe. Hamarabb okozhat meglepetést az Egri Spartacus /ha indul/ a Vörös Meteor és a BSE. Valamelyik dobogós helyre a MÁV is pályázhat.

A nőknél a Spartacus-BEAC küzdelmébe más nem szólhat bele, mert a BEAC tavalyi fiaskója aligha ismétlődhetik meg. A meggyen-

gült OSC a 3. helyet is nehezen tarthatja, erre a BSE látszik esélyesebbnek, bár ebbe a küzdelembe beleszólhat a Vasas, a Postás, és ha indul, a HÖDGÉP is.

Az "A" fokozatu férfi-női összetett versenyben a Spartacus győzelmét egyetlen klub sem veszélyeztetheti. Az összes kategóriákra kiirt összetett verseny sorsa attól függ, hány egyesület tud minden számban váltót kiállítani. Erre jelenleg négyen képesek: a BEAC, az OSC, a Spartacus és a K.Lombik. Más aligha. Kívánatos lenne, hogy valóban rajthoz is állítsa mind a négy az összes lehetséges váltót.

#### KILIÁN GYÖRGY EMLÉKÉRE

A KIMSZ egykori titkáráról, a háboru vége felé ejtőernyős bevetésnél nyomtalanul eltűnt. a magyar munkásmozgalom egyik kiemelkedő alakjáról, Kilián Györgyről elnevezett rendezvény a MAFC régi, nagy hagyományokkal rendelkező versenye. Az idén már 26-szor kerül kiírásra. E hosszú idő alatt formája sokat változott. Volt kétfordulós éjjel-nappali verseny, egyfordulós csak éjjeli, egyfordulós csak nappali. 1967 óta változatlanul ebben a legutolsó formában rendezik meg. 1971 óta nemzetközi verseny, de inkább csak nevében, egy-két osztrák versenyző - akik mindig a mezőny hátulsó felében foglaltak helyet - jelentette a nemzetközi mezőnyt. 1972-ben a dán Leif Nörgard is elindult a Kiliánon, és a 11. lett. Az idén is nemzetközi verseny lesz, de nem valószínű, hogy a nemzetközi mezőny jelentős lenne. Az év első rangsoroló versenye.

Abban az utolsó 7 évben, amióta állandóan egyfordulós nappali verseny a férfiaknál a következők voltak a győztesek:

- 1967. Horváth Attila /OSC/
- 1968. Schönviszky György /Spartacus/
- 1969. Bozán György /Spartacus/
- 1970. Bozán György /Spartacus/
- 1971. Bozán György /Spartacus/
- 1972. Boros Zoltán /Egri Spartacus/
- 1973. Hegedűs András /BEAC/

Bozán György tehát az egyetlen, akinek az utolsó hét évben többször, egymásután háromszor, sikerült győznie. Ha Bozán győzelmei mellé hozzátesszük még azt, hogy ebben az idő-

szakban még kétszer állt a dobogó alacsonyabb fokán is, öt tekinthetjük az utóbbi évek legeredményesebb "Kilián-versenyző"-jének. Nem sokkal marad mögötte Hegedűs András, akinek ugyancsak a tavalyi évben sikerült győznie, de 1969-t kivéve mindig a dobogón állt, legtöbbször valamennyiük közül, hatszor. Győzelmé mellett Boros Zoltán és Horváth Attila még 1-1 alkalommal állt dobogón, míg azok közül, akik nem kerültek magasabbra Balogh Tamás /Spartacus/ és Vajda Géza /MÁV/ 2-2, Szabó József /OSC/ 1 alkalommal szerepelt a legjobbak között.

A nőknél kevesebb név szerepel. A győzelmet mind a hét évben Monspart Sarolta /Spartacus/ szerezte meg, míg a 14 második-harmadik hely így oszlott meg: Turchányi Piroska /BEAC/4, Cser Borbála /Pedagógus, majd BEAC/ és Hegedűs Ágnes /BEAC/ 3-3, Horváth Magda /OSC/ 2, Völgyi Zsuzsa /OSC/ és Szopori Éva /Spartacus/ 1-1.

A "Kilián" mindig egyéni-csapatverseny volt. A hét év alatt hatszor egymásután a Spartacus nyerte meg, és csak tavaly sikerült a Hegedűs Zoltán-Horváth Attila-Kempelen Miklós-Csáki Tibor összetételű OSC csapatnak elhódítani tőlük az elsőseget.

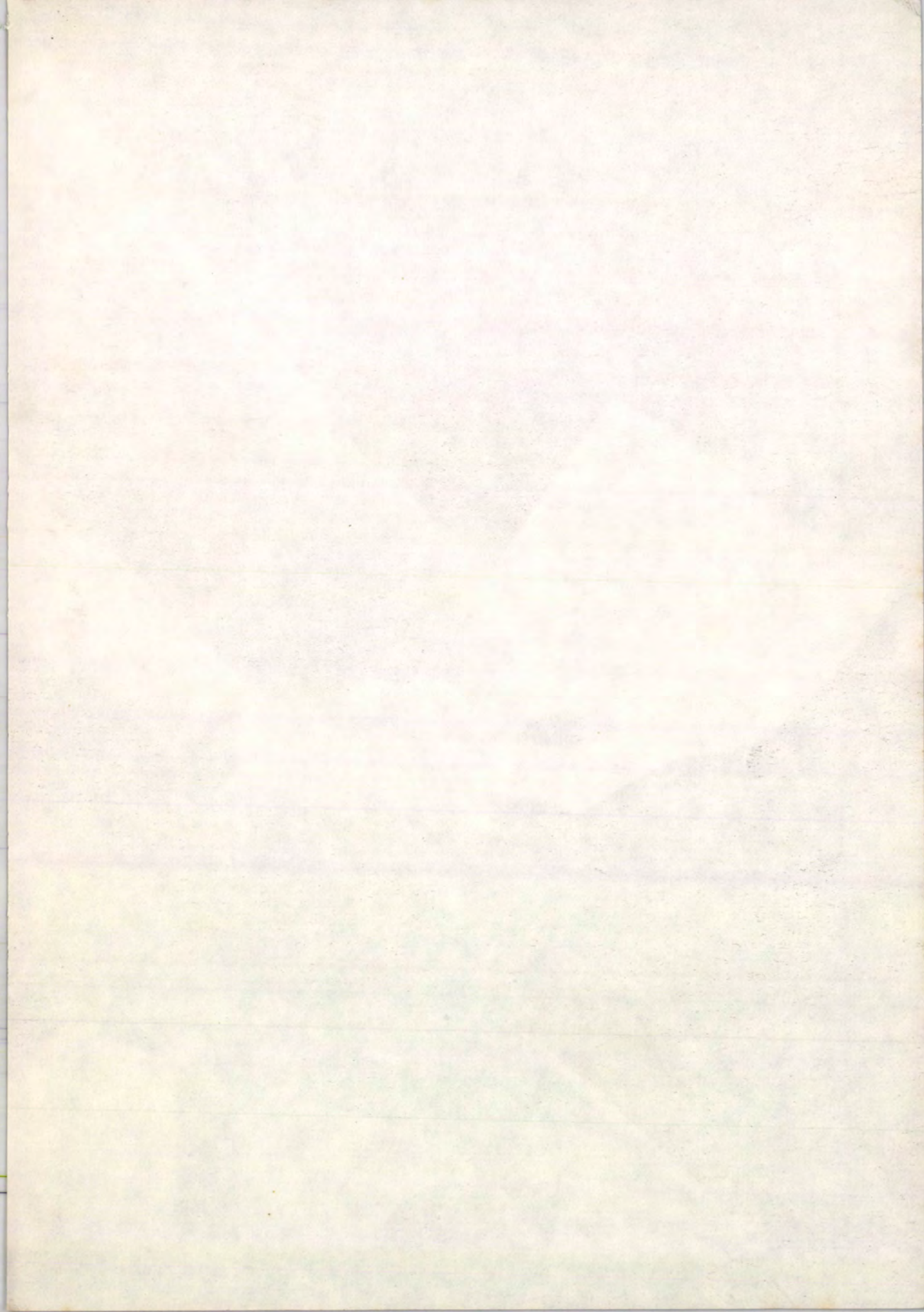
A 14 második-harmadik helyből a BEAC-nak 4, az OSC-nek 3, a BSE-nek és a MÁV-nak 2-2, az Egri Spartacusnak, a MAFC-nek és a Spartacusnak 1-1 jutott.

A nőknél három Pedagógus győzelemmel kezdődött a sorozat, majd egy BEAC győzelem következett, az utolsó három évben pedig a Spartacus csapata állt a dobogó legmagasabb fokán. A tavalyi győztes csapat Monspart Sarolta - Szopori Éva összeállítású volt. Az alacsonyabb dobogós helyekből 6-6 jutott a BEAC-nak és az OSC-nek, 2 a Spartacusnak.

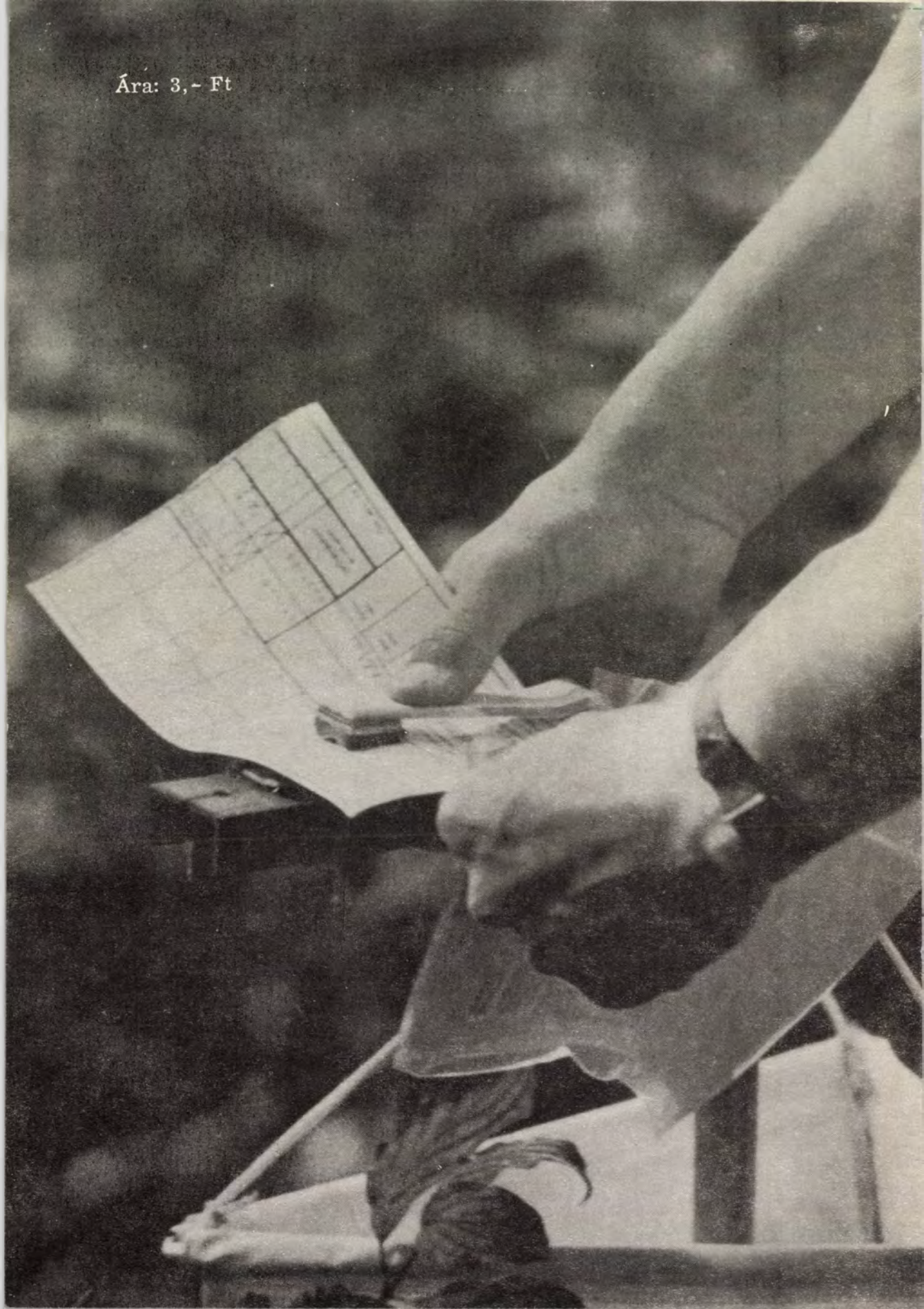
Győzteseket idén nem jósolhatunk. Ez csak Saci esetében vehető biztosnak. A férfiaknál a négy fős csapatok miatt csak a nagy klubok várhatóak az élre, hogy egyénileg ki fog kiugrani, arra még máskor sem, nem az évad elején, nem lehet számítani. A női csapatnál a két fő miatt sok minden lehetséges. Érdeklődve várjuk a nőknél a HÖDGÉP és a KSZVSE szereplését, akiknek a terep inkább lesz "hazai" mint a többieknek, és akik tavalyi szereplésük alapján csapatban betörhetnek az élbolyba.

#### A MAGYAR TÁJÉKOZODÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktilla János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31.II.em., telefon: 126-820. Levelkezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614-Kiadja a Sportpropaganda Vállalat/1143 Budapest, Dózsa Gy.u.3./ Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál /KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1./ közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI, 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3.-Ft. Előfizetési ára egy évre: 30.-Ft /megjelenik havonta/. Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, 1081 Budapest, Rákóczi ut 57/a. Indexszám:25827



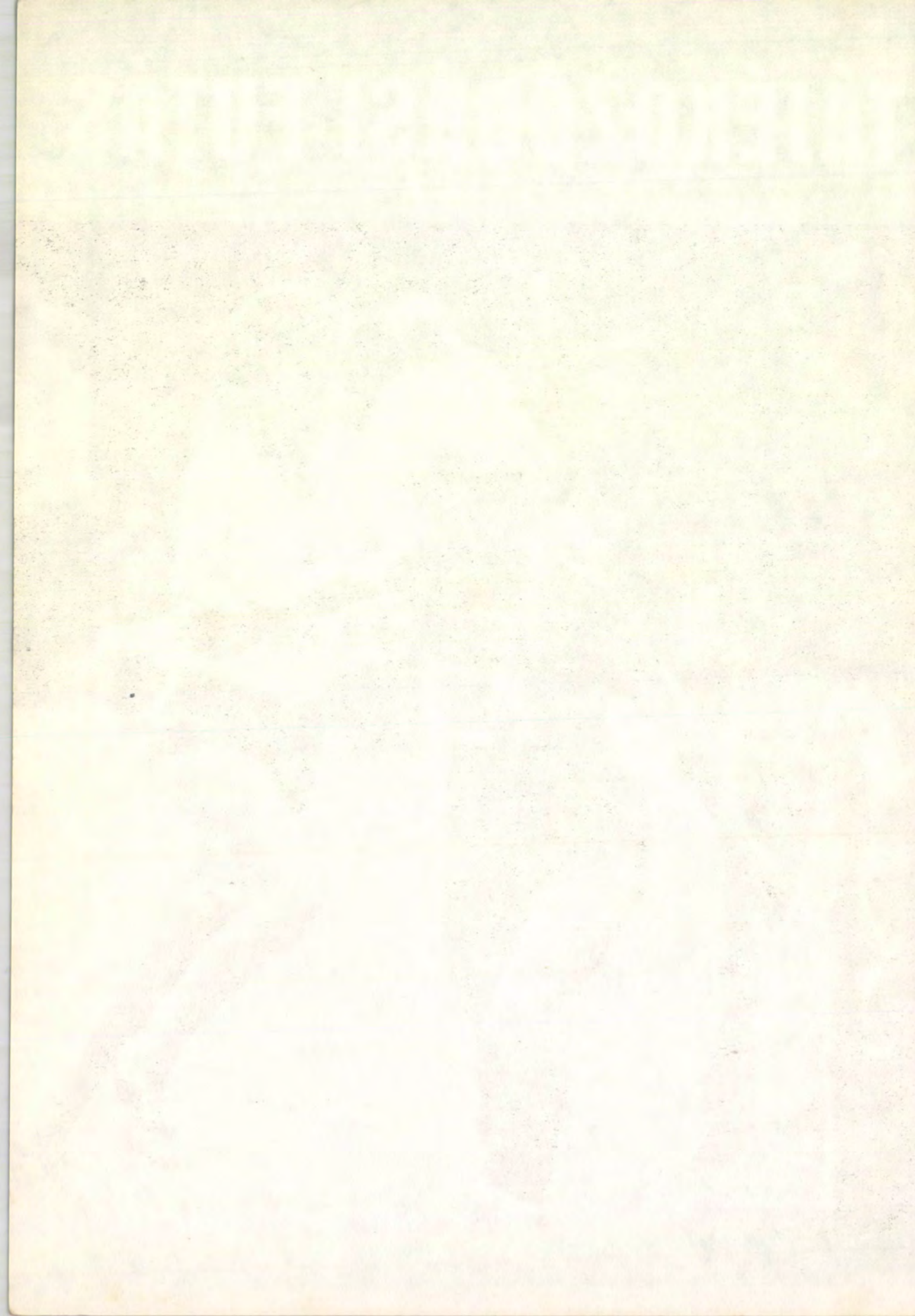
Ára: 3,- Ft



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/4



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

4. SZÁM

Ebben az évben is megkaptuk a Póstától a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS előfizetőinek jegyzékét. Ebből a friss névsorból kiderül, hogy a lap olvasóinak száma növekszik. Ha valaki előveszi a III. évfolyam januári számát, pontos adatokat talál a két évvel ezelőtti helyzetről. Az előfizetett példányszám 670 db volt, míg ma 880. Városokra lebontva természetesen Budapest vezet, ami nem is csoda, hiszen itt van sportéletünk központja. Budapesten több mint 300 példányt kézbesít havonta a Posta. Pécsre 37, Szegedre 34, Veszprémbe 28 lap jár.

Ez örvendetes fejlődés, de mi telhetetlenek vagyunk. Szeretnénk elérni az 1000 megrendelőt. Ennek érdekében kampányt indítottunk. Miből áll ez? Néhány lelkes ifju hetenként megszállja egy-két-szer a szerkesztőséget. Lázás pecsételés, címzés, borítókészítés folyik. Azoknak a versenyzőknek küldünk egy-egy levelet, akik az utóbbi években igazoltak le, és még nem járatták ujságunkat.

A toborzást még egy hónapja sem kezdtük el, és máris vagy 50 új név kerülhet az előfizetők névsorába. Ezután is kérjük, hogy mindenki olvashatóan írja le nevét és címét is! Irányítószám/Aki rendszeres olvasóink táborába szeretne lépni, az a versenyeken személyesen is előfizethet Jenővári Gabriellánál vagy Szaktila Jánosnál. Ez a legegyszerűbb módja, hogy mindenki zökkenőmentesen juthasson hozzá lapunkhoz.

Aki hallja, adja át: fizess elő a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁSRA, és reméljük, nem bánod meg.

Jenővári Gabriella

## Elnöki beszámoló

Részletek Slezák István ezredesnek, az MTFSZ elnökének sportágunk 5. országos értekezletén elhangzott beszédéből:

"Országos értekezleteinken néhány állandó jellegű problémán kívül - térkép, utánpótlás, propaganda - mindig más és más kérdést vizsgáltunk meg és hívtuk fel egymás figyelmét az akadályokra vagy újabb lehetőségekre. Ennek az értekezletnek is az a célja, hogy a további fejlődés legfőbb mozgatórugóit tárja fel."

"Ha az 1973-as évet jellemeznem kellene, azt mondanám: a nyugodt fejlődés éve volt. Szakszövetségeink, szakosztályaink erősödtek, nőtt tekintélyük a többi sportág között. Hazánk több mint 200 szakosztályánál 1502 versenyzőt igazoltak le az 1973-as évben - ebből közel 1200-at vidéken, ami igen örvendetes. Külön meg kell említeni Somogy és Tolna megye növekvő aktivitását, ugyanakkor a kép teljességéhez tartozóan Vas és különösen Bács megye passzivitását.

Somogy és Tolna, e két nem sokat emlegetett megye különböző sportmult nélkül nekilendült a fejlődésnek. Ha e két sok szempontból hátrányos helyzetben lévő terület - legalábbis a mi szempontunkból - tud fejlődni azt bizonyítja: ezt máshol is meg lehet tenni."

"Sportunkban van annyi vitalitás, hogy folytatni tudja hódító utját ifjak és kevésbé ifjak közt egyaránt. De ehhez az uthoz még sok munkára van szükség!"

Elsősorban szervezettel kell megerősödnünk minden szinten. Senki sem tagadhatja, hogy szakosztályaink, szövetségeink - beleértve az országos szövetséget is - munkájának egyik legnagyobb akadálya a feladataihoz mért viszonylag gyenge szervezettség és a még nem kielégítő szakmai alap."

"Felkérem a szakszövetségeket mérjék fel lehetőségeiket, határozzák meg terveiket és cselekedjenek is aszerint. Ha így dolgozunk nem lesznek megyék ahol csak egy szakosztály van, nem lesznek nagyvárosok több tízezer lakossal, akik közül a városi park térképét senki sem tudja helyesbiteni és nem lesznek megsemmisített pályák tömegével, mert a feladatok egyformán fognak megoszlaní."

"Állandóan visszatérő témánk a térkép jobbítása elé komoly akadály már nem tornyosul. Megszületett hosszu és alapos előkészítő munka után az OTSH és a Honvédelmi Minisztérium között az együttműködési megállapodás a tájékozdási futó térképek kiadása tárgyában. Térképbizottságunk irányításával évente 15 db 20 km<sup>2</sup>-es és 10 db 5 km<sup>2</sup>-es területről tudunk térképet kiadni ujonan."

"Sportágunk legnagyobb szabásu hazai rendezvénye a Hungária Kupa. A magam és elnökségünk nevében ismételtén köszönetet mondok a zalaiaknak a tavalyi emlékezetes napokért és kérem a debrecenieket fogadják ők is megértéssel, szeretettel sportolóinkat. Idén ugyanis Debrecen ad otthont 5 napra, előreláthatólag 1000 versenyzőnek."

"A Hungária Kupa is jól példázza, hogy sportunkban nem ismerjük az élversenyzés és tömegesítés merev szétválasztását: csak tájékozdási futókat ismerünk, akik különféle szinten úszik e szép sportot."

"Mint említettem szervezetiesen kell erősödnünk, hogy képessé váljunk újabb feladatokra. Ezért módszereinket is változtatni kell. A sokszor általánosságban mozgó értekezleteket fel kell hogy váltsák az elmélyültebb munkára alkalmas adó szűkebbkörű, a szakemberek, vezetők egy-egy csoportjának értekezletei. A jövőben országos értekezleteket, továbbképzéseket rendezünk edzőknek, versenybíróknak, térképhelyesbíróknak, szakszövetségek elnökeinek, főtítkárainak."

"Néhány szó a tömegsportról: 1973. kísérleti esztendő volt. Próbára tettük elképzeléseinket, rendezési tudásunkat. Ennek formájaként először nem tájékozdási futást választottunk, hanem ennél egyszerűbb alapvető sportolási formát a fitást illetve kocogást. Megállapíthatjuk, hogy eddig soha nem látott tömegek vonultak fel az alkalmi vetélkedők rajtjához bizonyítva, hogy van kinek tömegsportot rendezni."



1974-ben megérték a feltételek ahhoz, hogy a kocogást végleg átadjuk jogos tulajdonosának a tömegsport szervezeteknek és új, most már tájékozdási futó tömegsport elterjesztésének programját hirdessük meg."

"Ezt a sportágat 1974 végére, de legkésőbb két év múlva minden magyar embernek ismer-

nie kell és ha jól dolgozunk ismerni is fogja."

"1973. jó eredményeket hozott nemzetközi szereplésünk terén. A magyar versenyzők 33 versenyen álltak rajtjához. 12 győzelmet, 14 dobogós és 9 IV-VI. helyezést értek el. Megállapítható, hogy élvonalunk szerepeltetésére minden lehetőséget megragadtak a Szövetség, s nemzetközi versenyrutin tekintetében nem vagyunk hátrányos helyzetben senkivel szemben sem."

1973-ban a válogatott keret felkészítését Deseő László vette át, s ma már egy jól kiegyensúlyozott gárda készül nagy lendülettel és szorgalommal a dániai világbajnokságra."

"Sajnos nem lehetünk elégedettek ifjusági válogatottunkkal: legjobb 18 éveseinket nem tudják olyan eséllyel felvenni a versenyt a környező országok és a sportág hatalmasainak fiataljai ellen, mint a felnőttek. Utánpótlásunk számszerű elégtelenségén kívül ez a színvonalbeli elmaradottság is gondjaink közé tartozik."

"Ismeretes az OTSH elnökének azon utasítása, mely szerint kívánatos, hogy a turista vagy látogató uton külföldön tartozkodó sportolók szakmai szempontból arra alkalmas versenyeken is részt vegyenek. Az ilyen indulások engedélyezése a szövetségek jogkörébe tartozik. Mi ezzel a jogunkkal messzemenően élni fogunk és olyan politikát folytatunk, mely sportágunk és utánpótlásunk fejlődését maximálisan elősegíti."

"Az elkövetkezendő időszak főbb feladatai: Az edzőképzés színvonalának, tartalmának javítása. Az ehhez szükséges szakanyagok szerkesztése, számuk további növelése."

Az ifjuság körében végzett munka javítása szemelőttartva azt a körülményt, hogy a különböző sportágaknak igen nagy az elszívó ereje."

Tovább kell erősíteni minden szinten a szervezeti életet. Törekedni kell a széles társadalmi alapokon működő aktívahálózat kialakítására. Nagyobb gondot fordítva munkájuk megbecsülésére és elismerésére."

További fejlődésünk jelentős feltétele a jó tájékoztató és propagandamunka. Itt nemcsak a központi tájékoztatásról van szó, hanem éppen arról, hogy minden szinten művelni kell, így a megyéknél is."

"Néhány szót a világbajnokságról. Igaz ugyan, hogy az erre történő felkészülés feladata közvetlenül nem kapcsolódik valamennyiükhöz, de gondolom az eredmények annál inkább. Mert van-e jobb propaganda a világbajnoki érremnél. Elnökségünk az érintett szakemberek bevonásával mindent el fog követni, hogy válogatottunk a lehető legjobb körülmények között készüljön fel. Úgy gondolom nemcsak az elnökség, de az Önök igénye is: jó volna ismét bizonyítani."

"Tisztelt Sporttársak! Arra kérem Önöket az elhangzottakat, az ajánlásokat vegyék figyelembe és használják fel a további munkájuknál."



Hanusz Mária

## Az ifjúsági vitához

Ahhoz, hogy valaki bármilyen sportágban kiemelkedő eredményt érjen el, fizikai, technikai, taktikai és pszichikai képzettséget kell magas szintre emelnie. Jelenlegi követelményeink mellett ez mást jelent ifjúsági és felnőtt versenyzőink számára.

Már a fizikai követelményekben is jelentős az eltérés. Egy átlagos felnőtt verseny terhelése kb. kétszerese az ifjúságiaknak /itt, és a továbbiakban is a legmagasabb kategóriákat hasonlítom össze: elsősorban az élversenyzőket/. Ez, figyelembevéve a biológiai sajátosságokat rendjén is van./Régebben az ifjúsági fiúk pályája hosszabb volt, jobban megközelítette a felnőtt versenyek fizikai igénybevételét./ A gyakorlatban ezek a pályák a felnőtt női pályákkal szoktak megegyezni. Vitatható, hogy a legjobb fiúk és a legjobb nők fizikailag ugyanarra képesek-e. Szerintem nem. A fiúknak már ekkor minőségileg többet kellene nyújtaniuk. Sajnos a fizikai felkészülés általában nem megfelelő. Edzőink - néhány negatív példa árnyékában - a túlterheléstől féltve óvják versenyzőiket az edzések fáradalmaitól. Pedig, ha végignézzük ifjúsági sportolóinkat, bőven akad olyan közöttük, aki biológiailag érettebb koránál, és komolyabb edzőmunkát is elviselne. Ezek a versenyzők különösebb fizikai erőlködés nélkül is bírják a versenyeket, így természetesnek tartom, hogy nem törik magukat.

Versenyeink technikailag sem készítenek elő a jövődőlő elsősorbtályu versenyeke. Le-számítva azokat az eseteket, amikor az első-osztályu pályák pontjait teszik be az ifi pályákra, a küzdelem többnyire primitív pályákon folyik. Nincs mód készség szinten elsajátítani a felnőtt versenyeken előforduló technikai elemeket. Technikai edzéseken bizonyos gyakorlás elképzelhető, de köztudott, hogy a technikai edzések színvonala nem kielégítő: továbbá más az edzés és más a verseny. Ez a különbség régen azért nem volt ilyen szembeötlő mert sportágunk fejletlenebb volt. Kezdetleges térképeink hasonló szellemű pályakitűzést tettek lehetővé, mind az ifjúsági, mind a felnőtt kategóriák számára.

A fiatalnak ahhoz, hogy taktikailag és pszichikailag megközelítőleg olyan legyen, mint "nagyjaink": érettnak kell lennie. Ez elsősorban életkor kérdése, azok vannak előnyben társaikkal szemben, akik ezen a téren megelőzik korukat.

A felkészítés ezeken a problémákon is segítene. A szakkönyvek egyenrangúnak tartják a fizikai, technikai, taktikai és pszichikai felkészítést. Sportágunkban ez az elv nem érvényesül. A felsorolás sorrendjében csökken az

egyek képességek fejlesztésére fordított idő. Heti négy edzésből minimum három fizikai, jó esetben van egy technikai. A taktikai és pszichikai képzés pedig legtöbbször ilyen edzői utasításokban merül ki: "Aztán le ne szakadj róla!", vagy "Ne busulj, majd legközelebb jobban mész!". A gyakorlás, rendszeres ráhatások pedig döntőek lehetnek. Éppen ez az a kor, amikor versenyzőink a taktikai feladatok és lélektani ráhatások iránt a legfogékonyabbak.

A problémák megoldása elsősorban edzők, pályakitűzők, szakvezetők feladata. Alapvető a versenyek színvonalának kérdése, hiszen ezekre készítjük fel sportolóinkat, így ezek határozzák meg a mindenkori felkészítés tartalmát.

Versenyeink hasonlítanak a felnőtt versenyek-re! Más országokban, pl. a cseheknel az ifjúsági pályák éppoly gyorsak mint a felnőtteké. Úgyanolyan éles harc folyik versenyzők között a másodpercekért, mint a felnőttek között. Az ő számukra nem hoz minőségileg sok újat a felnőtt korcsoportban való versenyzés. Ráadásul az ottani felnőtt versenyek győztes ideje alacsonyabb a miénknél, ami azt is jelenti, hogy a pályák rövidebbek. És milyen furcsa! A cseh ifik "kiszottták" már néhányszor a mi ifi versenyzőinket itthon. Nem másodpercekkel, hanem sokszor fantasztikusnak tűnő idővel, több perccel. Közülük a kiöregedettek nem egyszer képviselték már felnőttek között a nemzeti színeket, és nem is rosszul. A siker forrása - bár nem ismerem edzőmódszereket - nyilván a következetes, céltudatos edzőmunka. Olyan munka, amely a felnőtt versenyekre való átállást megkönnyíti számukra. Nálunk is erre kellene törekedni. Talán akkor lennének jók ifjúsági versenyzőink, ha felnőttünket is ifi pályán elindítva /ez jó kísérlet lenne/ nem szenvednének számottevő vereséget.

A versenyekre való felkészülés átgondolt edzőmunkát igényel. A terhelést az akceleráció figyelembevételével érdemes elfogadni. Nem tartom szerencsésnek, hogy általában egyesületeken belül nemként külön, de egyébként teljesen egyforma edzést végez minden ifi. A legjobbak differenciált foglalkozásokat igényelnek. Valóban nem a mennyiségi munka a döntő ebben az időszakban, bár a többség az eddiginél többet dolgozhatna. Fontos, hogy megadják a rendszeres edzőmunkát. Ezekben az években kell a technikai elemeket is úgy begyakorolni és megtanulni, hogy a versenyeken valóban automatikusan alkalmazhassák őket. Talán egyike a legfontosabbnak, hogy a technikai elemek, feladatok megoldása folyamatosan történjen, ne csökkentse jelentős mértékben a futósebességet. Ez elérhető, ha a fizikai edzéseket és technikai feladatokat rendszeresen kombináljuk. Természetesen szükség van csak fizikai edzésekre is, de ezek mellett legyenek napirenden a fizikai mellett

technikai készséget párhuzamosan fejlesztő edzések. Versenyen komplex alkalmazásukra van szükség.

A technikai és fizikai edzésekbe sikerrel beépíthető a taktikai és pszichikai képességek fejlesztése is. Versenyek elemzésével, speciális taktikai feladatok megoldásával alakíthatjuk sportolóink ilyen irányú képzettségét.

Úgy tűnik, hogy a pszichikai kérdések vizsgálatában a motiváltság hiánya jelentkezik elsősorban. Ezen javítana ha több olyan verseny lenne, amelyeken élmezőnyünk a külföldi élversenyzőkkel mérhetné össze erejét. Ezek a versenyeken szigorú válogatás alapján lehetne indulni, így ez is bizonyos rangot jelentene. Együttal pedig összehasonlítási alapot.

Az edzésmunkában való részvételt mind változtatni, mind klubszinten meg kell követelni. Mivel tömegbázisunk jelentősen növekedett egyik versenyzőnk sincs "monopolhelyzetben", nem pótolhatóan.

Utolsóéves ifjúsági versenyzőinket már előkészíthetjük a felnőtt versenyeken való versenyezésre. Gyakran indítsuk el őket felnőtt váltóversenyeken - ezek terhelése nem sokkal haladja meg az övéket - néha egyéni versenyen is. Ezek lehetnek a speciális alapozó munka éveit. Ebben az időszakban az eredményesség igénye nélkül rendszeresen rajthoz kell állni felnőtt versenyeken. Ha valaki rendszeresen dolgozott ebben a korban megérti, hogy ezek az évek elengedhetetlenül szükségesek ahhoz, hogy bekerüljön a felnőtt élmezőnybe. Csak a versenyzés szempontjából kedvezőtlen pszichikai tulajdonságokkal rendelkezőket törli le, hogy ifiként "menő" volt, felnőttéknél pedig nem az. Nem lenne jó, ha kiöregedett ifjúsági versenyzőink automatikusan tagjai maradnának valamilyen keretnek. Ez nem ösztönző hanem demoralizáló. Bármilyen válogatás alapja csak becsület, eredményes munka lehet. Nagyon fontosnak tartom, hogy az edzők felhasználják a rendelkezésre álló szakirodalmat. Nem azért mert van, hanem azért mert valóban hasznos lehet. Különösen az ifjúsági versenyzők edzéseinek megtervezésekor használhatók fel könyveink alkotó módon. Sajnos a tájékozási futás fizikai problémáit elemző könyv egyelőre nincs. Így - bár nem azonosak, atlétika és tájékozási futás - az atlétika szakirodalmát kell megfelelő módon értelmezve használni.

★

Ifjúsági versenyzőink edzéseiben tehát a minőségi munka legyen a döntő. Ez a fizikai felkészítésben az ifjúsági versenyek lefutásához szükséges állóképesség megszerzésén túl a gyors iramra való törekedést jelentse. Technikai téren a gyors, pontos, biztos tájékozódást kell elsajátítani! Sikerrel oldjanak meg egyszerűbb taktikai feladatokat. Végezetül pedig szíjják meg a rendszeres, tervszerű edzéseket és igényeljük, kedvvel végezzék azokat.

## Árva bója

Sportágunk fő jelképévé vált az átlósan felezett piros-fehér négyzet, amely nem más, mint az érintendő pontot jelölő bója egyik oldala. Ez jelenti a versenyző egyik legnagyobb boldogságát, az apró felfedezést, amelynek izgalma semmi máshoz nem hasonlítható.

Ha nem a bemért, ha nem a legegyértelműbb helyére teszik, akkor a versenyző úgy érzi: becsapták. Talán igaz is van. A legcsodálatosabb átmenet sem ér semmit, ha a bója rossz helyen van. Éppúgy, mint ahogyan a legszebben ivelő kupola is rombadől, ha a zárókövet rosszul helyezik el. Versenybíró, versenyző kínos pedantériával igyekszik a tökéletes elérésére. A terepen ...



És írásban!? Kétségbeesítő! Nap, mint nap olvasok leveleket, kéziratokat, könyveket és lehanganltan veszem tudomásul, hogy a mások a méterekért, deciméterekért, a pontmegnevezés finomságaiért harcoló tiszteletreméltó betűtűtő sporttársaim, erdei sportunk egyik leggyakoribb szavát, a bóját képtelenek helyesen leírni. Legyintéssel is el lehet intézni, mondván, teljesen mindegy: lényeg a pont hibátlan elhelyezése. Én képtelen vagyok rá, mert gyanus nekem az ilyen vállrándító vélemény. Mert aki képtelen megérteni egy szó - és milyen fontos, döntő kifejezés - írását, az hajlamos arra, hogy mások is csak jó vagy rossz megérzésére támaszkodják. Pedig a terepen mindig tudni kell, mit miért csinálunk. Hiszen minden pont környéke térképphibás kisebb-nagyobb mértékben. Van ami törvényszerű, van ami esetleges. Ha tudjuk a hiba okát, a jelenség indítékait, akkor mérlegelve oda is lehet pontot elhelyezni, ami egyébként alkalmatlan lenne. Miért nem tudjuk ezt írásban is úgyanugy csinálni?

Sportági önbecsülésünk is megköveteli, hogy az évente százszor, ezerszer látott tárgy nevét le tudjuk írni s ne oktanl iskolás módjára, az ly-tól való félelmünkben ott is e raras kettős betűt használjuk, ahol semmi értelme sincs. Pedig tavaly nyáron Zalában, a Hungária Kupán a nyitott füllel járók megtanulhatták volna, hogy nem egymás bosszantására teszünk különbséget j,l és ly között.

Kölyökkoromban úgy tanultam, hogy két l-lel írjuk a harangszó észlelését, mert két füllünk van, továbbá két lábunk van, tehát két l-lel állunk. Valami ilyesmit eszeljen ki magánhasználatra az, ki csak a vakvéletlenre bízta, hogy hogyan kanyarodik a tolla. Saját gyatra szójátékom szerint: a bója a verseny sója.

Úgy vigyázok.

-tz

Nyitrai György

## Új lehetőségek

A Tájékoztató Futás előfizetőinek zöme bizonyára érdeklődéssel olvassa a különböző külföldi versenyekről számról-számra megjelenő színes beszámolókat, de tudatában van annak, hogy Ő soha nem vehet ilyesmin részt, mert sem a válogatottba, sem a hivatalosan kiutazó klubcsapatokba nem fog bekerülni. Legfeljebb szurkolóként állhat a célkordon mellé- kívülről.

Ebben a sokakat érintő kérdésben hozott kedvező fordulatot az OTSH azon állásfoglalása, melynek értelmében azok a sportolók, akik külföldi turista utazásuk során sportáguk versenyét látogatják meg, a versenybírókhoz hozzájárulásával indulhatnak is. Teljesen új dolog ez, mert eddig az ilyesmi "fekete", azaz rajtengedély nélküli indulásnak számított és fegyelmi büntetést vonhatott maga után.

Az új rendelkezést nem jelenti azt, hogy a klubok, a szakosztályok ezután korlátlanul utazhatnak külföldi versenyekre! Ezt továbbra is az eddigi rendelkezések, az u.n. "kontingens"-elv határozza meg. Mint köztudott, az MTF SZ évente általában 2 csapat- és 2-4 egyéni kontingenssel, azaz nemzetközi rajtengedéllyel rendelkezik, vagyis az ország szakosztályai és versenyzői közül ennyinek teheti lehetővé a külföldi versenyen történő rajtolást. /Természetesen a válogatott csapatok külön jóváhagyott programján kívül! A kontingenseket - az utóbbi évek gyakorlata szerint - az országos bajnokságokon osztozó legnagyobb szakosztályok kapják.

Egyes társadalmi szervek /szakszervezetek, OKISZ, Uttörőszövetség, testvérvárosok, stb./ is adhatnak engedélyt olyan szakosztályok külföldi versenyzésére, mellyel kapcsolatban állnak. Sportnaptárakat ezek a szervek is egyeztetik az OTSH-val. A kontingens rajtengedélyen kívül az utlevelet is biztosítja, de a valutát csak minimális mértékben, ezért a külföldi versenyeket kölcsönös meghívásos alapon kell megszervezni.

Rajtengedély hiányában a szakosztályok elvileg most sem utazhatnak külföldre. Egy-két versenyzőjük azonban - saját költségén - az engedélyezett módon rajtolhat. Még az is megoldható - ha a szakosztály költségvetése bírja - hogy a sportklub a kiutazó költségeinek egy részét megtérítse. Ezt azonban előre be kell tervezni az éves költségvetésbe.

Már az is nagy haladást jelent, hogy a kisebb szakosztályok versenyzői is tapasztalhatják a nemzetközi versenyek légkörét, rendezési elveit, erőnyeit, hibáit. Tény, hogy külföldön nagyon sokat tanulhatunk mind a versenyzés, mind a rendezés területén. Azonban hiba lenne azt hinni, hogy a határainkon túl mindenben előtűnk állnak!

Hazánkban a tájékoztató futás nemzetközileg elismert szinten áll. Lemérhető ez nemcsak legjobbaink sikeres nemzetközi szereplésén, hanem azon is, hogy évről-évre mind több külföldi látogat hozzánk, versenyreinkre, sőt - pl. az osztrákok és finnek - edzőtáborozásra is. Sokan elismerik, hogy van tőlünk tanulnivalójuk és szívesen élnek ezzel a lehetőséggel.

És mit várhatunk mi külföldön?

Országoként mást és mást. Minden nemzet sportéletének vannak olyan előnyös vonásai, amit érdemes lesz megismernünk, átvennünk. Más dolgokat lehetetlen lemásolni, mert objektív akadályai vannak. Nyilvánvaló, hogy hazai versenyreink mindegyikét nem lehet fűrésze alkalmas tó közelébe rendezni, mint Finnországban. Svájci méretű hegyeink, "alpesi" jellegű terepünk, tengerpartunk nincs. Sőt, még minden versenyzőnknek saját személygépkocsija sem. De ezek nem befolyásolják szükségszerűen károsan sportunkat. Van viszont olyan önálló újságunk, amelyhez hasonló tartalommal és terjedelemben Európa kontinentális részén másutt sehol nem jelenik meg. Ez ugyan nem pótolja a tavakat, autót, de utal sportéletünk szervezetszerepére.

Az alábbiakban szeretnénk rövid ismertetést adni arról, hogy melyik országban mire számíthatunk.



Leglátogatottabb uticélunk C s e h s z l o v á k i a. Északi szomszédaink évente sok jó versenyt rendeznek, különösen a közép- és nyugati országrészekben. Közülük legismertebb a váltakozva Opava és Brűnn környékén rendezett, augusztus eleji 3-napos. A nagyobb versenyek térképei és pályái élvonalbeliek, versenyzők - ellenfélként - félelmetesek. Élmezőnyük tömör és kiegyensúlyozott, minden versenyszám sokesélyes és nem ritkán 1000 fő is indul. A szocialista országok közül egyedül itt gyártnak stoplis futócípőt - ennek személyes "importja" sem utolsó szempont.

Az N D K-t is sok magyar turista keresi fel. Télen-nyáron szinte folyamatos a versenyeik sora, több si-tájékoztató is rendeznek. A sportélet központjai Drezda, Lipcse és Berlin. Hegyi terepeik szinte azonosak hazáival, de jelentős erdők találhatóak - és ki is használják őket - a sík vidékeken/Keleti tenger melléke, Berlin környéke/. Új térképek nagyon, sőt néha már túlzottan részletesek, de a mienktől eltérő rajzolata és színezete gyakran okoz problémát. Gyakori a régi és fotózott térképek használata. Itt gyártják és olcsón árúsitják a SPOR T típusu laptájolókat.

Az "északi"-nak kijáró tisztelettel fogadják versenyzőinket B u l g á r i á-ban. Versenyéletük sok turista vonást őrzött meg, az ünnepélyes külsőségek, a dus program és a szívélyes vendéglátás hagyományában. Vadregényes, ősfenyvesekkel borított kles hegyvidékeikről még nem jók a térképek, de nemzetközi segítséggel már elindultak a módszeres helyesbítés útján. Versenyzők a hazai terepen a legjobb külföldieknek is erős ellenfelei.

S z o v j e t u n i ó-ban még kevés versenyzőnk állt rajthoz, válogatottjaink más országokban találkoztak egymással. Csak hírekből tudjuk, hogy főleg a balti köztársaságokban /Észt, Lett, Litván Sz. Sz. K./ folyik élénk sportélet, jó kapcsolatban a szomszédos finnekkel. Terepeik is hasonlóak - a jégkorszak csiszolta le a sok-sok kis dombról, szikláról a talajt. Színes térképek vázlatosak, de pontosak. A SZU. bajnokságban az egész országból, még az Uralon túlról is indulnak résztvevők. A hosszú, kemény tél siléce állítja őket, a legtöbb versenyző egyben sífutó is.

Amint a SZU, ugy R o m á n i a sem tagja az IOF-nek, ennek ellenére mind jobban terjed a tájékoztató. Egymás mellett él a régi és az új irányzat. A központi rendezésű versenyek általában a Kárpátok havasai között, sokszintű, fizikailag túlzott követelményeket támasztó pályákon zajlanak - legismertebb a Hegyek Kupája. Kolozsvár környékén azonban helyesbített térképpel gyors, korszerű pályákról is hallottunk.

L e n g y e l o r s z á g tagja az IOF-nek, mégis "fehér folt" Kelet-Európa tájékoztató térképén. Kevés versenyről hallani, ezek természetjáró jellegűek, turista-, vagy fotózott térképpel. Szívesen látják a külföldi, különösen magyar versenyzőket, de ezzel a lehetőséggel eddig csak közvetlen szomszédaiak éltek. Pedig az ország nagyrészt szintén a jégkorszak alakította, finom domborzat, sok erdő és fő jellemzi, tehát versenyzésre kiváló lehet.

Csak elvétve érkezik hír J u g o s z l á v i a sportjáról. Zágráb környékén főiskolások és turisták kis csoportja műveli, többnyire természetjáró keretek és formák között. Önálló szervezetük nincsen, versenyek alkalmassal rendeznek.

Nos, ennyit dióhéjban az európai szocialista országokról, ahová viszonylag könnyen és olcsón eljuthat a magyar turista. A többi országról pedig csak "mogyoróhéj"-ban szólnunk, mert

1. az északi országok sportjáról éppen eleget cikkeztünk eddig is,
2. aki a 3 évenként kiváltható valutás utlevél versenyezés céljára használja fel, az ugyanis jóelőre alaposan tájékoztodik a lehetőségekről,...
3. ... melyekről a nagy szélsőségek miatt csak hosszú beszámolóban tudnánk teljes képet festeni.



F i n n o r s z á g, S v é d o r s z á g és N o r v é g i a változatlanul a sportág élvonalában halad. Hétről-hétre számos jólszervezett versenyt - közöttük többnaposokat, 6-10 fős váltókat, nemzetközi éjszakait, nőknek is, stb. stb. - rendeznek, melyek nagy tömeget mozgatnak meg és sok külföldit vonzanak. Évente együtt rendezik meg a NORD bajnokságokat D á n i á v a l - amelyről az ideai VB kapcsán még sokat fogunk hallani. N a g y - B r i t a n n i a főleg mint a közvetítő VB házigazdája tarthat számot érdeklődésre, nemzetközi versenye a Jan Kjellström Kupa.

Nyugati szomszédunknál, A u s z t r i á-ban még fiatal sportágunk, de egyre több térképet helyesbítenek. S v á j c viszont már régi tájékoztató "nagyhatalom", ezt EB-rendezése, VB-eredményrel és népes mezőnyel bizonyítják. Kétévenként rendeznek svéd mintára 5-napost. Az N S Z K-ban néhány sífutó, F r a n c i a o r s z á g-ban főiskolások honosították meg a sportot. B e l g i u m tagja az IOF-nek, de nem sokat tudunk tájékoztatói életükről.

Biztos, hogy mindenhol található a sportág területén érdekeset, látványosat, hasznosat. De sose felejtsük el, hogy mi magunk is "érdekesség" lehetünk egy távoli országban, s a versenyzők mindenhol érdeklődéssel figyelik a mi sportunkat is. Viselkedésünk az általános illem szabályokon felül olyan ritka iratlan törvényeket is tartson be, hogy pl. mazzsola létünkre ne az elit mezőnyben induljunk, mert nagyon leégni még itthon sem való... De főleg ne kolduljunk végig az amatőr sport ürügyén a gazdagabb országok sportklubjait, még kedvezményért sem. Gondoljunk arra, hogy a szerény, illetudó, de önrézetes és sportszerű vendéget máskor is szívesen látják.

## Pontverseny Csongrádban

Az idény befejezését követően, rendszeresen megjelennek a legkülönbözőbb statisztikák sportágunkkal kapcsolatban is.

Kézhez kapjuk az ifjúsági aranyjelvényesek, az I. osztályúak névsorát, elkészül az OB-s helyezések alapján az egyesületek rangsora is, mégis hiányérzete van az olvasónak!

Mi van a "gula-csucsá" mögött illetve alatt? A szakosztályok egészének tevékenységét figyelemmel kísérni országosan nem lehet, hiszen erre külön apparátus, vagy legalábbis néhány társadalmi aktív beállítása válna szükségessé. Ez utóbbiból viszont egyre kevesebb van!

Mi lenne, ha az egyes szakszövetségek a maguk területére vonatkozóan - esetleg e g y s é g e s szempontok szerint pontoznák az egész éves tevékenységet?

Csongrád megyében már második éve az alábbi szempontok figyelembe vételével értékeljük szakosztályaink egészének /valamennyi aktív versenyzőnek/ tevékenységét. Sok bíráló akadt, nem mindenki értett egyet a pontozási elvekkel, ennek ellenére úgy gondoljuk elértük célunkat, megmozdultak a szakosztályok, mindenki előbbre óhajt kerülni a ranglistán! És ez már jó jel!

Tudjuk, máshol is folyik hasonló felmérő tevékenység, pl. Szolnok megyei Néplap február 12.-i számában is olvashattunk a megyei szakosztályok értékeléséről: "... a legjobb szakosztály a Szolnoki MÁV, mivel versenyzői 84 pontot szereztek" - kérdés milyen szempontok alapján? Hogyan értékel a Szolnok megyei Szakszövetség?

Ugy gondoltuk közreadjuk a Csongrádban korábban meghonosított módszert, azt remélve, hogy a szolnokiakon kívül mások is hozzájárulnak és az egyes területek ennek kapcsán is közelebb kerülnek egymáshoz.

A számok nem hazudnak, ezek tények, ezek megőrzése, méginkább kijavítása minden vezetőknek, versenyzőknek egységes érdeke.

★

A Csongrád megyei Szakszövetség elnöksége által jóváhagyott szakosztályok közötti pontverseny értékelő táblázata

1./Minden versenyző éves bejegyzett minősítése alapján - alappontot kap:

I.o.	60 pont
II.o. - arany jelvényes	30 pont
III.o. - ezüst jelvényes	10 pont
IV.o. - bronz jelvényes	5 pont

2./Valamennyi a megyei szakszövetség kiírásában, rendezésében lebonyolított kupaverseny alkalmából - rajthoz állásonként, versenyzőnként 1 pont

3./ Az iskolai szakosztályok nevelőmunkájának értékelése és a kiadások rendszeresítése érdekében - kiadott versenyzőnként

arany jelvényes	60 pont
ezüst jelvényes	20 pont
bronz jelvényes	10 pont

jár a kiadó egyesületnek /csak a kiadás évében/!

4./ A megyei TSH, a KISZ MB és a megyei Művelődésügyi Osztály által kiírt "Jó tanuló, jó sportoló" mozgalom népszerűsítése és minél több tájékozódási futó részvétele érdekében külön díjazni kívánjuk a megyei értékelés alapján helyezést elért versenyzőket:

I-III. helyezés esetén	30 pont
IV-VII. " "	15 pont
VIII-X. " "	10 pont

5./ Az előző éves minősítési eredmények megtartása, az eredményesebb munkára ösztönzés érdekében - levonást kell eszközölni abban az esetben, amennyiben a versenyző előző évi bejegyzett minősítését nem teljesítette. Itt nem szabad figyelembe venni az ifjúsági kategória miatti automatikus bejegyzések témakörét. Abszolút eredményeket kell figyelembe venni. Levonás versenyzőnként:

-25 pont

6./ A megyei minősítő nyilvántartó bizottság által kialakított anyagot mind a szakosztályok, mind a sajtó nyilvánosságára kell hozni, alkalmas időpontban - feltétlen nagy nyilvánosság előtt - ki kell adni a legjobb eredményt elért iskolai illetve társadalmi egyesületi szakosztálynak az erre a célra alapított vándordíjakat.

Dr. Tóth Imre  
Csongrád megyei Szakszöv. elnöke

Az 1973. évi brit ranglista

1. M. Wells Cole	1. A. Reed
2. A. Barnes	2. B. Blackhall
3. A. Wood	3. A. Aikmann
4. T. Farnell	4. C. McNeill
5. B. Jamieson	5. E. Mills

Több élversenyző kevés versenyen indult, és így a pontozásos rendszerű ranglistán eleve behozhatatlan hátrányba került. Ezért nem találjuk a legjobb férfi versenyzők között G. Peck-et sem.

Kuba sportvezetői 1973 tavaszán érdeklődéssel hallottak a tájékozódási sportról az NDK-ban, majd többórás eszmecsere-t folytatnak a Német Vándor, Hegymászó és Tájékozódási Szövetség képviselőivel.

Boros Zoltán

## Edzéstervezés

### CSAK IFJUSÁGIAKNAK I.

Igéretes vita van kialakulóban Balogh Tamás: Ifjúság-válogatott szinten c. cikke körül. Örülni kell ennek. Különböző emberek sajátos megfigyelései révén az érdekeségek mellett bölcs felismerések, javaslatok is leíródnak. Reméljük, hiszen még csak most kezdődött...

Most még nem érdemes az előző felszólaló érveléseit nagytű alá venni. Később sem. Összegezni kell a jó mondatokat.

A vitaindító cikk egy korosztály, a 16-19 évesek problémájával foglalkozik. Nekik kell adni a tanácsokat is, mert a Nyitrai féle "aranyhidnak" ők a pillérjei. A pillérek építése viszont megalapozottságot, türelmet és gondos munkát igényel, mert az egyik gyakori hiba ennek felgyorsítása, illetve hézagos végrehajtása.

Az ifjúságiak esetében örülni kell annak, ha valamennyi képességük fejlesztésére megvan a lehetőség. A tájékoztatósi futás esetében: gyorsaság és erőfejlesztésre ebben az időszakban van az utolsó lehetőség: az ügyesség, a lazaság és a hajlékonyság állandóan tárgya lehet az edzéseknek: az állóképesség fejlesztésének pedig új időszaka kezdődhet.

Hiba abból eredhet, ha kiragadják az állóképesség fejlesztését, mert gyors eredményeket akarnak elérni - a többi terület "kiaknázása" előtt.

### ERŐFEJLESZTÉS

"A tájékoztatósi futáshoz több erő kell, mint a síkfutáshoz". -hangzott az egyik kerettag felismerése, nem is oly régen. Igaza van.

Ugyanis minden mozgás végzéséhez erőre van szükség. A gyorsaság és az ügyesség kifejlesztéséhez pedig létfontosságú. A megerősödés éveiben, az izomzat fejlődésének idejében lehet megszerezni a robbanékonyságot, amit később, a felnőttkori versenyeken is kamatoztathat a versenyző.

Konkrétan a kar, a törzs és a láb izomzatának megerősítésére kell gondolni.

Karunkkal nemcsak egyensúlyozunk a terepen. Az emelkedőkön néhány erőteljes karmozgással szinte fellendíthetjük magunkat. Nem is beszélve arról, hogy metsződéskből, gödörből való kímászásnál, meredek hegyoldal és sziklafal leküzdésénél is igénybe vesszük. A karmozgás ritmusa összhangban van a lábmozgás ritmusával, aminek alapján felülről is megindíthatjuk a gyorsulást. Sokat segíthet a rendszeres gimnasztika, néhány kéziszülőzés gyakorlat /élénk ritmusban/, és a természetes edzés-mód.

A törzs ereje pluszként járulhat a lábéhoz. Önmagában véve nagy jelentősége van a különböző testtartású futásoknál, amikor a növényzet miatt hajlogatni kell, sokszor még kuszni is. A láb megemelésében is nagy szerepet játszik a törzs ereje. A hasizom a belső szervek, a mellkas izomzata pedig a tüdő és a szív működésében segít.

A láb végzi a legtöbb munkát. Saját súlyunk, és a különböző ellenállások /szél, talaj, növényzet/ legyőzésében van segítségünk. Az emelkedők megfutása, farönkre és kövekre történő fel- és lelépés valóban más igénybevételt jelent, mint a síkfutás. Ugyanezek gyakorlása a terepfutások alkalmával, tornatermi edzéseken, elősegítik a speciális mozgásokhoz szükséges erő kialakulását.

Erőfejlődéshez dinamikus gyakorlatokon keresztül vezet az út. Ezeket elfáradásig szabad végezni. Az egyes izomcsoportok erősítése pedig, váltogatva történjen.

Sportágunkban a láb izomerejének fejlesztésében legdivatosabb gyakorlat a rövid, de meredek emelkedők energikus megfutása. Ezt csak pihenés és elszántan szabad csinálni. A rövid pihenés és a lassu iram már nem kedvező - állóképességivé válik a hatása.

Nagyon jók még a súlyzók, a saját és a társ súlyának leküzdésével végezhető gyakorlatok. Néhány kiegészítő sportág, mint a síelés és az uszás is kellően fejleszt a test erejét, mert csak az összetett erő adhat jó kondicionáltsági érzést, fitteget.

A gyors, dinamikus jellegű gyakorlatokat csak alapos bemelegítés és rávezető gyakorlatok, gimnasztika után lehet végezni, meleg helyiségben, a jó idő beálltával szabadban is. Legmegfelelőbb időszakai a tavaszi és a korai nyári formabahozó hetek, valamint a nyári és az őszi hónapok.

### A GYORSASÁG EDZÉSE

Felültesen vizsgálva a gyorsaságot megállapíthatjuk, hogy a testi érés befejezése után különböző gyorsaságú ifjúságiakkal találkozunk. Ennek oka a már korábban tárgyalt környezeti hatások, amelyek a fiatal szervezetet az addigi élete során érték. Egy ifjúságit, akit tehetségnek nevezhetünk, megfelelő korban értek spontán vagy tervszerű ráhatások.

Az is igaz, hogy a mozgáskészség fejlődése már a gyorsaság javulásához vezet, de...

A gyorsuláshoz erő kell, amit az izomműködés idejében kezdünk el fejleszteni. Tehát az ifjúsági kor első éveiben különös gondot kell fordítanunk a kellő alagyorsaság kialakítására.

Tájékoztatósi futó szempontból nézve döntő a távközbüeni gyorsaság, ami fölöttébb változó. A terep adta lehetőségek nagyban meghatározzák a haladási sebességet. Befolyásoló tényező lehet még egy-egy taktikai feladat megvalósítása. Így nézve a tájékoztatósi futó gyorsasága már

relatív, mert különböző hosszúságú és iramu tempófutásokat végez versenyén. Viszont ezeken a távokon a sebesség már függvénye az alapgyorsaságnak. Ezt az utóbbit 100 méteren mérhetjük. A mi esetünkben viszonyításul mégis a 400 és az 1000 méteres időket használjuk fel. Sokkal jellemzőbbek ezek.

A gyorsaságban benne van az is, hogy a láb milyen szaporán képes érinteni ill. elhagyni a talajt. Rádásul az egyenetlen talaj miatt mindezt még szabálytalan időközökben is kell csinálni. A lusta, lassu láb nem képes ezt nagy sebességgel követni. Lassítás, gyakran még esés is bekövetkezik.

Gyakori eset az is, hogy a lejtőn lefelé, fák között bégyorsul a versenyző, miközben váratlanul felbukkanó fatörzsek között egyik pillanatról a másikra meg kell változtatni a mozgás irányát. Lényeges tehát az egyes szituációkban a reflexek gyorsasága.

A gyorsaság fejlesztésének alapja: az izom-erő növelése, az ideg-izom összhang magas szintre emelése, valamint a reflexszerű gyorsaság finomítása.

#### Módszerek

- Mozgásgyorsaságot fejlesztő gyakorlatok: rövid ideig tartó futások, speciális futógyakorlatok, versengéssel egybekötött futójátékok.
- Gyorsasági és erőfejlesztő gyakorlatok: szökdelések, ugrálások szerrel vagy nehezített öltözékben és ugyanezek akadályokon át.
- Reakciógyorsaságot fejlesztő gyakorlatok: megadott jelre mozgásfeladatok végzése, gyors iram és irányváltoztatások. /pl.: "fogcska"/

A gyorsaságot, hasonlóan az erőhöz, kellően előkészített, bemelegített izomzattal külön edzésen, de minden esetre az állóképességi feladatok előtt kell és lehet csak fejleszteni.

Vigyázat! A gyorsasági gyakorlatok - pl. 60-100 méteres futása - sokszori ismétlése a sebesség állandósulásához vezet, ami egyenlő a fejlődés megállításával. Ritkán végezzünk maximális vagy éppenséggel szubmaximális erősségű résztávfutásokat.



Szöveg nélkül

Per-Ake Hellman, Bob Kaill, Lars Uno, Rystedt, Leo Gustavson: Versenyszerű tájékozódás. Megjelent: Orienteering USA I. évf. 2. szám 1973. Fordította: Hidas Sándor

## A legjobbak mondják

1./ Általában felméréd-e előre az átmenet nehézségi fokát?

Kalle Johansson: Néha. Ha az átmenet nehéznek tűnik felfigyelek rá, és ennek megfelelően választom meg utvonalamat.

Sture Björk: Igen. A sok apró, hasonló részlet könnyen okozhat elcsuszást. Ilyenkor nem szabad idegeskedni. A pont körüli sok apró részlet gyakran lassu tempót, pontos iránymenetet és lépés-számlálást követel.

Ulla Lindkvist: Mindig megpróbálom felmérni előre a problémákat, hogy a megfelelő technikával tudjam azokat leküzdeni.

Inga-Britt Bengtsson: Nem szoktam mérlegelni, de néha arra gondolok: "ez túl nehéznek látszik, jobban kell figyelnem."

Stig Berge: Ritkán törődök az átmenet technikai nehézségeivel. Számomra az a legfontosabb, hogy mindig megtaláljam a leggyorsabb utvonalamat, de mérlegelni szoktam a pont nehézségét és megpróbálom utvonalamat úgy megválasztani, hogy az utolsó métereken a legbiztosabban tudjam megközelíteni.

Karl John: Azt fontolgatom csak, hogy melyik a leggyorsabb út. Az átmenet nehézségi fokát nem figyelem, kivéve ha két azonos sebességű utvonaltól lehet választani. Ilyenkor a kevésbé bonyolult mellett döntök.

Összegezve: Egy jó pálya, minden átmenete állandóan változó nehézségű. Nagy lépést tesz a siker felé az a futó, aki képes arra, hogy először tudatosan, majd tudat alatt is, a különböző technikai fogásokat váltogatva haladjon a verseny különböző szakaszain. Más szóval, fel kell készülni előre a problémákra /nehézségekre/.

2./ Hogyan választod meg utvonalamat?

Sture Björk: Mindig a végével kezdem: hogyan kell fognom a pontot?

Ulla Lindkvist: Előnyben részesítem a gyorsabb utvonalamat a biztosabbal szemben. Ha úgy gondolom, hogy a gyorsabb túl kockázatos, akkor választom a lassabb, de biztosabb utvonalamat.

Stig Berge: Az én választásom nagy mértékben függ a terepről szerzett tapasztalataimtól. Skandináviában /kevés ösvény, egyfajta és aránylag nyílt erdő/ rendszerint az iránymenetet nézem először, azután ehhez igazítom a főlegesen emelkedők, mocsarak, és hasonló

nehéz terepek elkerülését. A kontinensen azt a legrövidebb utvonalat keresem, amelyben főleg uton tudok futni, ehhez igazítom a helyi domborzatot.

Karl John: Nem mindig választom meg a teljes utvonalat, egyik ponttól a másikig. Helyette támadópontokról fogom a pontokat. Általában a lehető legrövidebb utvonalat választom.

Összegezve: A menők eltervezik, hogyan hajtják végre az egyes átmeneteket, és nem vágnak neki vaktában. A döntés villámgyors. Egy technikás versenyző utvonaltámasztását támadópontok keresésével kezdi. Utvonaltámasztásnál súlyoznod kell a gyors és biztos utvonali közötti különbségeket. Az ideális utvonalmemcsak gyors, de biztos is.

### 3. / Mindig ragaszkodsz az eredetileg választott utvonallhoz?

Inga-Britt Bengtsson: Rendszerint ragaszkodom a tervezett utvonallhoz, bár esetenként változtatok. Ez olyankor történik, amikor futás közben egy másik utvonall könnyebbnek tűnik.

Kalle Johansson: Gyakran változtatok a terephez alkalmazkodva.

Ulla Lindkvist: Rendszerint, ez azonban függ a láthatósági viszonyoktól. Dél-Svédországban, ahol a láthatóság korlátozott többnyire ragaszkodom eredeti utvonalamhoz. Nagyobb láthatóság mellett jobb a lehetőségek az azonosításra, és az utvonall változtatására.

Sture Björk: Néha rögtönözni kell a váratlan dolgok miatt. A lényeges tényező, amely meghatározza milyen utvonalt választok, valamilyen váratlan dolog esetén az a hely, ahonnan a pontot fogom majd. Futok amerre a legkönnyebb, kikérülve a mocsarakat, dombokat, stb. de a támadópontot állandóan szemelött tartom.

Stig Berge: Majdnem mindig, és ha nem teszem, utólag gyakran sajnálom. Ha véletlenül eltérek az utvonalamtól, mindig felülbírálom az új utvonalt attól a ponttól kezdve, ahol eltértem.

Karl John: Nem. Mindig változtatom utvonalamat két pont között.

Összegezve: Kockázatos megváltoztatni az eltervezett utvonalt. Ujra kell kezdeni mindent az elejéről, foglalkozva az újabb problémákkal. Ez nagy technikai tudást igényel, különösen, ha a terep sok, egymáshoz hasonló részletet tartalmaz, ahol figyelni kell az elcsuszásra.

Kisebb a kockázat, ha a láthatóság jó, de a gyakorlatlan versenyző jobban teszi, ha ragaszkodik az eredetileg megválasztott utvonallhoz.

### 4. / A pálya melyik része tűnik veszélyesnek?

Eivor-Steen Olsson: Veszélyes résznek én csak a pontos iránymeneteket tartom. Talán azért gondolom így, mert ebben az egy dologban nem vagyok teljesen otthon, de ha van lehetőség arra, hogy az iránymenetet összekapcsoljam térképoltással, akkor minden rendben.

Sture Björk: Azoktól a pontoktól félek, amelyeket részletszegény területre helyeznek. Ilyenkor a pályakitűzőtől függ, hogy a pont nehéz vagy túl könnyű, megfelelő vagy nem megfelelő.

Olle Morelius: Megfigyeltem, hogy ha félsz egy átmenettől, vagy ponttól, rendszerint hibázol. Ha a térkép pontos, egy nehéz pontot megfogni jó szórakozás. Ha verseny közben észreveszed, hogy nehezebb pont következik, le kell lassítanod és nem szabad idegeskedned. Így minden rendben fog menni.

Stig Berge: Számomra a pálya veszélyes része az első pont, ahol még túl ideges vagyok, és az utolsó néhány pont, ahol már túl fáradt vagyok, vagy megpróbálok hajrázni.

Karl John: A verseny első és utolsó negyede. Az első rész, mert hozzá kell szoknom a térképhez, a terephez és a pontelhelyezéshez, az utolsó rész pedig a fáradtság miatt.

Összegezve: A menők nyilatkozataiból láthatod, fontos hogy tudd, minden technikai elemnek mestere vagy-e? Ez adja az önbizalmat és ez a siker alapja. Ha a térkép kevésbé részletes és ki vagy szolgáltatva a pályakitűzőnek, óvatosságnak kell lenned. Ha a feladat "trükkösnek" látszik, lassíts! Ezek különösen érvényesek az első és az utolsó pontnál, ahol egy kicsit ideges, mohó vagy fáradt vagy.

### 5. / A verseny legnehezebb részein milyen technikai fogásokat használsz?

Kalle Johansson: Gyakran használom a tájoltót, a lépésszámlálást és a térképen a pályát hüvelykujjal követem. Az átmenet elején nem vagyok nagyon gondos, különösen a térképoltásban. Ha az átmenet bonyolultabb lesz, lassítok, és megpróbálok jobban átnézni a térképet. Ha elszállok, megállok, és megpróbálok felidézni és felmérni azt az utat, amelyet az utolsó biztos ponttól addig megtettem. Ezek mellett mindig lépést is számolok.

Brigitte Larsson: Lassítok tempómon, hogy jobban felismerjem a részleteket, futás közben próbálok nézni a térképet. Ugyanakkor használom a pontos iránymenetet és lépésszámlálást is, egy szóval a három alapelemet: térképoltás, iránymenet és lépésszámlálás.



Elvor-Steen Olsson: Minden pályához szükségesek technikai fogások. Ha óvatos vagyok a térkép-olvasásban és sokat nézem a térképet futás közben, igaz hogy időt veszítek, de véleményem szerint azt biztosan behozom azzal, hogy kevesebbet hibázok.

Ulla Lindkvist: Természetesen a pontokat hiba nélkül kell fogni. Ehhez nyugalomra és önuralomra van szükség, különösen a pont előtti utolsó métereken, ahol én mindig használom a három alapelemet: iránymenetet, térképolvasást és lépésszámlálást. Ez feltétlenül néhány másodperc veszteséget jelent, de a pályán nemcsak egy pont van.

Sture Björk: Ha részlet szegény terepen lévő pontot kell fognom, iránymenetet használok és távolságot mérek. Részletekben gazdag terepen lassítom tempómat, hogy több részletet tudjak megfigyelni. Néha ha a terep részletekben igen gazdag, kénytelen vagyok megállni, hogy megfelelő biztonsággal tudjam tanulmányozni a térképet. Normál terepen is ha csak a tájolókat használom többször megállok ellenőrizni a helyes irányt.

Mindig lépést is számolok és minden biztosan azonosítható tereprészlettől újra kezdem a lépésszámlálást. A támadóponttól távolságot mérek és egy bizonyos számú lépés után megállok, ha nem találom a pontot.

Stig Berge: Általában lassítok, és gondosabban nézem a térképet vagy a tájólót /mindig azt, amelyik a leghasznosabb az adott helyzetben/.

Karl John: Többet futok uton. Gyakran nézem a térképet. Ha lehetséges, kikerülöm a nehéz részt, persze ha nem okoz nagy idővesztést.

Összegezve: A menők nem futnak mindig egyformán nagy sebességgel. Az átmenet nehezebb részeire nagyobb gondot fordítanak, különösen óvatosak pontközben.

A biztonságos pontfogás módszere valamennyire eltér különböző futóknál. Módszerükben közös, hogy együttesen alkalmazzák a hüvelykujjas térképolvasást, a pontos iránymenetet és a lépésszámlálást.

Az elit versenyzők biztonságának és következetes eredményeinek titka abban a képességben rejlik, hogy kritikus helyzetben le tudnak lassítani és nem rohannak tovább. /Igy tudnak összegyűjteni a futó és technikai képességeik segítségével "apró" másodperceket a verseny során/. Tudatában vannak annak, hogy a biztos pontfogás időnyereség és fokozza a versenyzési kedvet.

6./ Mik voltak az okai hibáidnak az 1968-as és 1970-es világbajnokságon?

Kalle Johansson: 1968-as világbajnokságon érdekes módon a két legkönnyebb pontnál hibáztam. Valószínűleg azért mert alábecsültem a pont nehézségi fokát. Minden jól ment a negye-

dik pontig és az is egyszerűnek látszott...

Sture Björk/1968/. Az első pont felé haladva nem tudtam koncentrálni a tájolómrá. Valószínűleg a túlfutott izgalom és idegesség volt az oka. A hatos pont előtt valaki megpróbált ragadni. Nem vettem észre a térképen egy pár fontos részletet. Így egy pontatlan képet alakítottam ki magamban a pont körüli terepről. A végén is hibáztam, valószínűleg a fáradtság miatt.

Olle Morelius:/1968./ Minden hibámat figyelmetlenség okozta. Az egyes, kettes pont közöttül felületesen kezeltem a tájólót, és ez elcsuszást eredményezett. Később kereszteztem egy ösvényt, amely nem volt jelölve. Helyzetemet javíthattam volna, ha nem vagyok olyan figyelmetlen.

Bernt Frilen:/1968./ A második átmenetben túl kevés azonosítási pontom volt, így elcsusztam. Pontközben pedig túl figyelmetlenül kezeltem a tájólót. Második hibám az idővesztés miatti csalódottsággal függ össze. Az elcsuszás ritkán jár egyedül.

Stig Berge:/1970./ Hibám lelassították, és a térkép, tájoló gondosabb tanulmányozására készítettek.

Karl John:/1970./ A negyedik és tizennegyedik pontnál nem néztem eléggé gondosan a térképet. /A múltnál megzavart a hangszóró!!!/ Minél előbb vissza akartam jutni az erdőbe, nem néztem meg a térképet, így nem tudtam, hogy merre futok. Az utolsó előtti pont felé haladva megzavart egy utkereszteződés. Ennek oka a fáradtság volt, de idegesség is lehetett, mert addig jól mentem.

Összegezve: Nem szabad zavarni a menőket a koncentrálásban a rajt előtt vagy a verseny közben, mert ez gyakran hibát okoz. Az idegességből adódó legtöbb hiba a verseny elején adódik, amikor még nem teljesen uralkodnak idegeiken.

Fontos a rajt előtti percben egyedül lenni, és koncentrálni. Azok a futók, akik ki tudják szűrni a mellékes, zavaró körülményeket /pl. ragadás/ értékes tulajdonsággal rendelkeznek. Általában elmondható, hogy a hibák nagy része az alábbi helyzetekben adódik:

- Az első pontnál, amikor még nem vettek fel a megfelelő ritmust.
- A pályán, ha minden rendben megy és elkezdted tudat alatt leértékelni a problémákat.
- Versenyzők feltűnése. Különösen zavaróak azok a versenyzők, akik ragadni akarnak, vagy közvetlenül a pont előtt tűnnek fel, különböző irányból, nem tudva, hogy hol vannak.
- Az utolsó átmenetekben, amikor már fáradt vagy és nem tudsz koncentrálni.

A cikkben szereplő világnagyságok nemzetisége és legjobb eredményeik:

ULLA LINDKVIST - svéd, európa bajnok /1962./, világbajnok /1966, 1968./, világbajnoki váltó tagja /1968, 1970./, VB ezüstérmes /1970./, többszörös svéd és Nord bajnok.

KARL JOHANSSON - svéd, világbajnok /1968./, világbajnoki váltó tagja /1966, 1968./.

STIG BERGE - norvég, világbajnok /1970./, világbajnoki váltó tagja /1970./, VB ezüstérmes /1972./.

STURE BJÖRK - svéd, világbajnoki váltó tagja /1968./, VB ezüstérmes /1968./.

BRIGITTE LARSSON - svéd, világbajnoki váltó tagja /1970./, VB bronzérmes /1972./, VB ezüstérmes váltó tagja /1972./

BERNT FRILEN - svéd, világbajnoki váltó tagja /1972./, VB bronzérmes /1972./.

E.S.OHLSSON - svéd, világbajnoki váltó tagja /1966, 1970./.

O MORELIUS - svéd, többszörös svéd bajnok /1971, 1972, 1973-ban éjjel is/.

INGA-BRITT BENGTTSSON - svéd, többszörös svéd váltó bajnok /1965, 1966, 1972./.

KARL JOHN - svájci, VB ezüstérmes /1970./



PÉTI TEREFFUTÓVERSENY  
/Pétfürdő, 1974. III. 10./

Felnőtt férfiak /táv=12000, 25 induló/

1.	Szivák Béla	Veszpr. BVTC	51:09
2.	Bertalan András	"	51:23
3.	Tüskés Endre	"	51:40
4.	Klimstein László	" Schönhercz	52:15
5.	Lódi János	Ajkai Alumin.	52:16
6.	-7. Felber Gyula	V. Schönhercz	53:12
6.	-7. Horváth Béla	B. füredi Vasas	53:12
Pályacsucs: Mayer Miklós Péti MTE-1973 44:00			

Felnőtt nők /táv=5000 m/

1.	Kolnár Éva	Veszpr. BVTC	28:59
2.	Kobor Márta	"	31:54

Senior férfiak /táv=8200 m/

1.	Pály Tibor	Szfvár VIDEO.	38:04
2.	Pintér István	Ajkai Bányász	46:27

Ifjúsági férfiak /táv=8200 m, 21 induló/

1.	Papp László	Veszprém BVTC	35:55
2.	Sáfrán Zoltán	Szfvár VIDEOTON	35:57
3.	Takács László	Veszprém BVTC	36:01

4.	Sákovics Csaba	"	37:09
5.	Tultz József	"	37:40
6.	Pisch József	"	38:15
Pályacsucs: Tóth Gyula, Várp. Bány -1973 32:53			

Ifjúsági nők /táv=3200 m, 5 induló/

1.	Horváth Erzsébet	Veszprém BVTC	18:09
2.	Simon Judit	"	20:11
3.	Simon Erika	"	20:57

Serdülő férfiak /táv=3200 m, 15 induló/

1.	Tokolics János	Ajkai Alumínium	15:22
2-3.	Szabó Ferenc	"	15:29
2-3.	Benedek István	Veszprém BVTC	15:29
Pályacsucs: Ézsias Ferenc Várp. B. -1973 12:57			

Serdülő nők /táv=1800 m, 4 induló/

1.	Vass Ibolya	Veszprém BVTC	9:05
2.	Czirják Ildikó	"	9:40
3.	Kovács Erika	Szfvár VIDEOTON	10:18
Pályacsucs: Nagy Mária Várp. B. -1973 7:43			

Uttörő fiúk /táv=1800 m, 11 induló/

1.	-2. Márciz József	Ajkai Alumin.	7:57
1.	-2. Lantos Attila	Péti MTE	7:57
3.	Dallos Zoltán	B. füredi VASAS	8:00

Uttörő lányok /táv=1000 m, 10 induló/

1.	Morvai Aranka	B. füredi VASAS	5:12
2.	Erdélyi Mária	Péti ált. isk.	5:37
3.	Schmidt Julia	"	5:41

Gyermek fiúk /táv=1000 m, 10 induló/

1.	Horváth Tibor	Ajkai Bányász	4:53
2.	Horváth Zoltán	"	5:01
3.	Kósa Zsolt	"	5:07

Gyermek lányok /táv=600 m/

1.	Márkus Ágnes	Ajkai Bányász	3:57
2.	Vass Magdolna	"	4:10
3.	Pintér Melinda	"	4:16

Kinevezték a Bács-Kiskun megyei Szövetség elnökségét:

Elnök: Sáfár József  
Főtitkár: Beke György  
Elnökség: Balla Klára  
Herczeg Lajos  
Papp Imre

A Békés megyei Szövetség is felhívta szakosztályai figyelmét a TÁJÉKOZODÁSI FUTÁS-ra. Várjuk az előfizetési szándékozók jelentkezését.

Mint Horváth Zoltán szakosztályvezetőtől értesültünk róla - az előzetes hírekkel ellentétben - tovább folytatja működését az Ajkai Alumínium tájékozási futó szakosztálya. Gombkötő Zsuzsa szakmai irányításával 15-en készülnek a versenyekre.

Monspart Sarolta

## Elővilágbajnokság

Minden évben - immár harmadszor hasonló című cikk jelenik meg ujságunkban, hogy végre jövőre leírassuk első VB Finnországban - tájékozdási sífutásban. Igaz arról már nem biztos, hogy lesz beszámoló, hiszen hivatalos VB-on csak szövetségi kiküldetéssel lehet indulni és arra kevés a remény, mivel a szövetség szerint ez inkább tájékozdás, a miénknek pedig nincs rá pénze./Svédországot kivéve tudtommal mindenütt a tájékozdásiakhoz tartozik./ Így marad a várakozás: mi lesz? No, meg esik-e hó. Igen ez a hó kérdés az idén is elolvastotta a kedélyeket, a kiirt versenyt, a lelkesedést itthon. Kár.

Ketten, Egervári Ottóval vettünk részt a 2 napos versenyen, és megint egy másfajta sífutással találkoztunk. Hiába, évi két versenyen való futás után mindig akad ujszerű a következő pályán. Míg tavaly Svédországban tájékozdásilag kimondottan nehéz versenyek voltak, addig most a sífutás volt a döntő és a térképész szinte csak rétszél-követésre módosult. A sífutó technikának egy általunk alig-alig használt és gyakorolt változatát kellett a tükörsima és kőkeményre fagyott havon bemutatni. Az a bizonyos korcsolyázó lépés siléccel a réteken át, s erőteljes karmunka. Nem volt érdemes behuzni az erdőbe, ott sem volt nyom - ki vagy mi tudna a jégbe olyat mintázni - és így nagy láthatósággal száguldoztak a versenyzők egymás hegyén-hátán, a siléccel talpán. A terep szándékosan erre kiválasztott, csupa rét volt. A térkép hozzá 1:40000 méretarányú és a célnak százszázalékosan megfelelő pontosságú, az időjárás szép tavaszias-napsütés 0°C körül, de éjjel erősen fagypontra alatti, így a hó tetejét borító jégréteg halmazállapota meglehetősen szilárd volt, kivéve dél felé, mikor kissé vizes lett és természetesen lényegesen lassabb. Ezt világegyetem sem mentesítünkre írom, de a kevés külföldi résztvevő miatt, a svéd- finn országok közötti párosviadalt is beolvastották az első VB-be, s ezért először ők rajtolnak, sűrűn egymás után, majd mi páran egy félórás szünet után, délfelé. Tudja csuda, talán mégsem kellett volna beneveznünk, hogy ne zavarjuk a párosviadalt? És a viaszolás is, reggel más volt, majd változott mire mi futottunk fogalmunk se volt erről a rétfazonu tájékozdásról: Nap sűti a jeget, és a vizes jégen szörnyül lassu lett a hidegre viaszolt léctünk. Így lassan, de biztosan értünk célba, sokat nem hibáztunk tájékozdásilag, igaz lehetőség sem volt rá...

Az eredmények - a gyors hó-jég miatt - nagyon szorosak voltak. Kis felkészüléssel nem lenne lehetetlen a jövő évi VB-on elől végezünk, ha kiküldenének egy csapatot.

Lebontva az eredményeket külön-külön kiderül, hogy Egervári Ottó az első napi tanulmányozás után, sajnos nem volt terepbemutató a versenyek előtt/ a második napon 8 perccel a harmadik helyezett mögött lett 10. Ezenkívül itt minden finn menő elindulhatott és kétszer akkora volt a mezőny, mint előző nap. Gondolom még 1-2 napi gyakorlás és oda a skandináv hegemonia. Én nem voltam ilyen veszélyes a hölgyekre, ugyanis egyik nap a tájolóm veszett el - megtaláltam, ne tessék keresni - a másik nap a szállóban hagytam a botot, de szerencsére kaptam kölcsön egyet a rajtnál, igaz rudgráshoz méretezesebb lett volna. Ilyen jellegű szétszórtsági hibákat tájékozdási futó versenyeken még nem adtam elő. Olyan öncélú, szórakoztató játéknak tekinthettem csak, mint ahogy itthon támogatják, segítik ezt a sportot.

No, nem panaszkodni szeretnék, csak jó lenne, ha végre valaki kezébe venné és íci-picit segítene: így kezdődött a nyári változatával is 15 éve. Végül az eredmények:



### Tájékozdási Sífutás Elő-VB 1974.03.02. Sahamäki

Férfi: 22,0 km 4 pont

1. Olavi Svanberg	SF	1.37.47
2. Jorma Karvonen	SF	1.38.29
3. Timo Hyttiäinen	SF	1.42.35
7. Stefan Persson	S	1.47.31
21. Egervári Ottó	H	2.15.06

Női: 12,0 km 3 pont

1. Sinikka Kukkonen	SF	56.50
2. Lena Samuelsson	S	1.02.00
3. Marianne Bogstedt	S	1.04.37
6. Monspart Sarolta	H	1.07.26

1974.03.03. Nyílt verseny, Vinti

Férfi: 19,6 km

1. Pekka Pökälä	SF	1.21.32
2. S.-Ake Bergvall	S	1.21.54
3. Stefan Persson	S	1.30.27
10. Egervári Ottó	H	1.38.58

Női: 9,9 km

1. Marianne Bogstedt	S	47.08
2. Anita Knutsson	S	50.01
3. Lena Samuelsson	S	50.27
8. Monspart Sarolta	H	53.37

Hegedűs András

## Márciusi melegben

Csak ne lenne ilyen meleg! Ezen a márciusi időnyitón a versenyzők legnagyobb ellenfele a hőség lesz. A pár héttel ezelőtti fagyokhoz szokott futókat a 25 fokos meleg legalább úgy meg fogja győttörni, mint az augusztusi kánikula. Így, amikor a rajtban nyakamba akasztom a rajtszámot csak egyet tudok biztosan: ma nem fogok fájni.

Kikapom az első két pontot, és már nem vagyok egyedül. Néhány előttem indult "jó futó" várja, hogy diktáljam a kemény tempót, de csatlódnuk kell. A lefelé futástól görcsöt kap a lábam. Ettől félttem. Lassítok, óvatosan, kicsit sántikálva teszek meg körülbelül két kilométert. Ha erősödik a fájdalom, fel kell adjam a versenyt, ha enyhül még jó lehetek.

Közben megfogom a hármast, állapotom nem változik, kezdem megszokni. Ez is valami, újra reménykedem, csak az idegesít, hogy egy bizonyos sebességnél nem tudok gyorsabban futni, mert a lábam rögtön tiltakozik.

A négyesen ül Mokey /Kempelen Miklós - szerk./, részdíket ír. "Jók vagytok"-mondja. "Jók, jók, de mennyire?"-kérdésem magamban. Szerencse, hogy nem hangosan kérdeztem, mert mint utóbb kiderült, Atesz /Horváth Attila - szerk./ itt három perccel jobb volt. Ez a görcs logikus következménye, de akkor elkésé-ritett volna. Így azt hittem, hogy nem is hátráltat az a görcs olyan nagyon, és vidáman mentem az ötösré.

A hegyoldalon hirtelen visszafordulok: mint ha egy agancsot láttam volna a földön. De nem, csak egy ág. Ha agancs lenne, akkor is ott hagynám, nem érdemes egy lépést sem cipelni. Pedig valamikor hogy szerettem volna agancsot találni! Visszatérő álmom volt: sűrű bozótokban csörtetve egy gyönyörű szarvasagancsot találok... /Valaki azt mondta a szarvasok sűrű bozótokban hullatják el a fejdíszüket./ Aztán tavaly egy hónapon belül találtam hármat, és az álom azóta nem tér vissza. Egyébként mind a háromra szálerdőben bukkantam rá, a legszébre egy kocsit közepén. Ugy látszik, a szarvasok nem hordják be a bozótosokba agancsukat, hanem otthagyják ahol elhull.

No de fő, hogy meg van az ötös. A hatosra menet Bircsiéket /Cser Borbála-szerk./ látom, Szegény lányok a férfi C kategóriában futnak versenyen kívül, mert nem rendeztek női A versenyt. Pedig ők is alig várták: az alapozás többhónapos szenvedése után végre versenyez-hessenek.

Most jön a legszebb átmenet, igazi pályaki-tűzői remek. Három jó utvonalon közül is lehet válogatni. Én szokásom szerint a piros vonalhoz legközelebb haladót választom, ez a leg-

rövidebb, de a legszintesebb, végig jól futható, az erős emelkedőkben kísérem egy részétől meg is szabadulok. Nem bántam meg, hogy ezt választottam. Utánamértem, 2800 méter hosszú volt 265 méter szinttel. A jobboldali kerülő 3400 méter 220 méter szinttel, a baloldali is 3400 méter 195 méter szinttel, de ez a legrosszabbul futható: sokat kell színtezni egy me-redek oldalban. Még utólag is nehéz a választás, így a legfőbb tanulság az: nem érdemes sok időt eltölteni a töprengéssel, ha az utvonalak közel egyenértékűek.

A kilencesnél utolértem Zoltánt, majd hamarosan Ábelt is: a tizes pontot együtt fogja a három Hegedűs. Történelmi pillanat, ilyen még nem volt! Én vagyok a legmagasabb rajtszámú közülük, ma még én vagyok a jó. De vajon mi lesz pár év múlva? Meddig érvényesül az eredménylistán is a születési sorrend? Zoltán ta-valy már megvert egy párszor. Nehéz lenne megszokni...

A tizenégyesen kis hijján véget ér a verseny. A bőja két oldala hiányzik, a harmadik-ról is kitépték a kódbetűt. Micsoda vandaliz-mus! Felelőtlen turisták, mérges vadászok vagy óvatos katonák tették? Nem kérem, maguk a versenyzők tépték így szét a verseny nélkülöz-hetetlen kellékét, a pont helyét jelző bóját. Nem látták a zsirkrétát, mert valamelyik előttük futó leszakította, és nem volt ideje visz-szakötni, ezért úgy gondolták, hogy legjobban a bőja egy darabjával tudják igazolni, ott jártak. Nem csak a verseny létét fenyegető felelőtlen-ség, amit tettek, hanem értelmetlen is. Kódbet-ű legfeljebb hármuknak jutott, a többiek, akik a bőja többi részét szakították le maguknak, semmit sem igazolhattak ezzel, legfeljebb szel-lemi színvonalukat. Nem tudom, hogyan fogad-ták a célban azokat a versenyzőket, akik büsz-kén húzták elő zsebükből az "igazolós" bójama-radványokat, de félek, hogy rendezőknek nem volt idejük mindegyikkel külön foglalkozni. Nyíl-ván kezdő versenyzőkről van szó, ezért szeret-ném a szakvezetők figyelmét felhívni, csak o-lyan embert állítsanak rajthoz, aki tisztában van a tájékozdási futás alapvető szabályaival. És ugy látszik, a rendezőségek sem árt min-den verseny előtt közétenni, mi a teendő a pontfelszerelés megrongálódása esetén, különö-sen akkor, ha papírboját és zsirkrétát al-kalmaznak.

Nagyon mérgesen futok tovább a tizenötös felé. A pontnál érem utol egyik klubtársamat, aki mikor meglát, hanyat fekszik, és így pihen-ve vár be, hogy egy átmenetet velem futhasson. Igen, ez a hosszutávu. Én egyszer készültem ki annyira, hogy le kellett feküdjek a pályán, az normál távu verseny volt, igaz a legnehezeb-bek közül való, de sajnos a legfontosabbak kö-zül való is: az 1970-es világbajnokság.

Azóta nem futottam el magam, most is jó erőben vagyok, erősíteni tudok. Ez persze rög-

tön megbosszulja magát, a tizennyolcas alá futók, három perc keverés. Az igazság az, hogy ez a pont nem egészen korrek. A közeli köfajtól, ahonnan a rendezők bemérték, nyilván stimmel, de a versenyzők másik irányból érkeznek, és onnan sem a közeli tisztáshoz, sem az uthoz képest nincs a helyén. Szóval rossz a térkép, kár volt ide pontot rakni.

Mikor végre megtalálom, nekivágok az utolsó emelkedőnek, s ezzel összesen több mint 1200 méter szintet teljesítek. Kevesebből is meglehetett volna uszni, de akkor nem csak 25 kilométer lenne az utvonalam hossza. Nem is hosszútávnak kellene ezt a versenyt nevezni, hanem "sokszintűnek".

Egy utolsó nekirugaszkodás, befutó pont, cél. A cél körül nevetgélő versenyzők biztatják az érkezőket, mesélik élményeiket, - ők a normál távú verseny résztvevői. A bokrok alatt elszórtan néhány sápadt, mozdulatlan haldokló fekszik - ők a hosszútávú indultak. A célban nincs víz, még két nehéz kilométer választ el az annyira óhajtott hűsítő cseppektől. Aztán ezt is legyűröm és iszom, iszom...

Ezután az eredményekhez fordulok. Horváth Attila: 137:25. "Ez a győztes idő" mondják, és én igazat adok nekik. Aztán engem is kitesznek: 137:15. Első gondolatom az örömé, a második már az Ateszt sajnálja. Tíz másodperccel kikapni egy hosszútávú nagyon bosszantó dolog. Ilyenkor jut csak igazán az ember eszébe, ha ott ezt csinálom, ha ott meg azt, ha ha... Balczó András szerint a "ha"-val kezdődő mondatoknak a sportban nincs helye. És ha valaki, akkor Atesz tudja ezt. Mosolyogva lép hozzám: "Dúdúkém, csunyan lemostál..."

Kempelen Imre

## Visszapillantás

### VASUTAS KUPA-CSIK JUDIT EV.

Április 28-29-én kétnapos versenyre került sor, a Vasutas Kupára, amelynek női kategóriáit a MÁV fiatalon, tragikus körülmények között elhunyt bajnokjéről "Csik Judit" EV-nek nevezték el.

Az egyik legnagyobb multu versenyünk, amely rendezésében és külsőségeiben mindig az év egyik legkiemelkedőbb eseménye volt. Az idén különösen nagy szabású lesz, mert mind a klub, mind a verseny 25 éves jubileumát ünnepli. Az évforduló alkalmából a verseny fővédnökségét dr. Csanády György közlekedési-és postaügyi miniszter vállalta el.

A verseny központja Kismaros lesz, ahova ingyenes különvonat szállítja a talán 1000 főt is meghaladó mezőnyt, mert a rendezőség ennyire számít, ami rekordszám lenne a magyar tájékozdási futás történetében. A ver-

senyt új térképen és olyan terepen rendezik meg, ahol több éve nem volt verseny.

A 25 éves jubileumnak megfelelően 25 kategória szerepel a programban. A 11 éves korcsoporttól a 35 évesig, az elit fokozattól a "D" fokozatig minden megtalálható. Mindenki a saját korának és képességeinek megfelelő kategóriában indulhat, nem kell senkinek nála jóval idősebb, vagy jóval nagyobb tudásuakkal küszködni.

A Vasutas Kupa évek óta nemzetközi verseny, és bár a nemzetközi mezőny nem szokott olyan erős lenni, mint a Hungária Kupáé, a "November 7" vagy az Eötvös EV-é mindig nagyszámú volt a külföldi, főleg a külföldi vasutas versenyzők részvételével. Tavaly megjelentek az északiak és a finnek személyében. Mindig ott voltak a legjobb csehek, és több érdekes Monspart-Handzlova küzdelem emléket őrizik a Csik Judit EV-k. Az idén a finnek kivül más északiak is jelentkeztek, így a külföldiek minősége el fogja érni a legnagyobb nemzetközi versenyek színvonalát.

28-án az egyéni-csapat, 29-én a váltókra kerül a sor. Ez utóbbit 5 kategóriában rendezik, és kisebb létszámra számítanak. A külföldiekre ugyan teljes számban, de a hazaiakból a munkanap és a kevesebb kategória miatt már kevesebbet számolnak.

A történetét nehéz lenne e nagy hagyományú versenynek összefoglalni, így csak annyit, hogy az utolsó 5 évben a férfiaknál csapatban 2 Spartacus, 1-1 Egri Spartacus, OSC és Vörös Meteor, a nőknél 2 BEAC, 2 OSC és 1 Spartacus győzelem született.

Egyénileg Monspart Sarolta 3, Boros Zoltán 2, Horváth Magda, Turchányi Piroška, Desseő László, Horváth Attila és Bozán György 1-1 alkalommal diádalmaskodott.

### MÁJUS 1. EMLÉKVERSENY

A Vasutas váltó után egy nap szünet, majd a "Május 1" EV következik mintegy lezárva a Vasutas Kupával kezdődő verseny-sorozat.

A "Május 1" EV szintén a nagymultu versenyek közé tartozik. Nevét a munkásosztály nagy ünnepéről, nemzetközi harc seregszemléjéről, Május 1-ről kapta. A rendező egyesület, a Vörös Meteor Egyetértés bizonyára azért választotta ezt a nevet, mert a klubnak egyik jogelődje a Munkás Testező Egyesület volt, ez pedig ennél méltóbb nevet nem választhatott volna versenyének.

Az 50-es években, a 60-as évek elején az egyik legszínvonalasabb versenye volt a sportágnak, majd némi visszaesés következett, de az utóbbi években ismét felfelé ívelt pályája, és tavaly már az év egyik legjobb versenye volt.

Az idén a Gerecse hegységben rendezik 73-as jó térképen. A VME szépszámu élverseny-

zöje bizonyára az idén is jó pályákat tűz ki, és a megszokott gondos rendezés jó küzdelmet ígér. Emelni fogja a színvonalat az is, hogy bár hivatalosan nem nemzetközi verseny, a Vasutas Kupa külföldi vendégeinek egy része, elsősorban az északiak itt maradnak erre a viadalra is.

Multjából csak az utolsó három év, mert ezelőtt megszaktítás volt a verseny rendezésében: három Monspart, két Boros és egy Bozán győzelem, míg a csapatban a férfiaknál Spartacus, BSE, OSC, a nőknél két BEAC és egy Spartacus siker.

#### ORSZÁGOS EGYETEMI ÉS FŐISKOLAI BAJNOKSÁG

Az országos bajnokságokat mindig az Egyetemi és Főiskolai Bajnokságok vezetik be. Mindig valamelyik egyetemi városban rendezik, az idén Pécsen.

Ezen a bajnokságon csak a főiskolai hallgatók vehetnek részt. A jelenlegi rendszer szerint minden induló klub, akár főiskolai, akár más egyesület tagja, ha nem főiskolai klubhoz tartozik, annak az egyetemi klubnak a színeiben indul, amelyiknek hallgatója. Az összes verseny közül ennek a bajnokságnak a leghetőségesebb a mezőnye, mert indulnak rajta válogatottak és kezdők is, ha főiskolások. Ezt a nagyon vegyes mezőnyt 1973-ban kissé megszigorították azzal, hogy legalább II.o-u minősítést kívánjanak meg az indulóktól, de ha valamelyik főiskolának nincs négy ilyen versenyzője, négyig kiegészítheti alacsonyabb minősítésűekkel is. Így még mindig vegyes a mezőny, de a gyengék száma ezáltal mégis csökkent.

A verseny kétnapos, az első napon az egyéni csapat, a második napon a váltóra kerül a sor.

Itt érdemes volna hosszabb időre visszamenőleg felsorolni a bajnokokat, de erre sajnos nincs hely, így itt is elégedjünk meg az utolsó 5 évvel. A férfiaknál az az érdekesség, hogy négy éve megszaktítás nélkül Hegedűs András a bajnok. 1969-ben volt utoljára más: Horváth Attila, azóta ő, és lesz valószínűleg idén is.

A nőknél ugyancsak 1969 hozta Monspart utolsó bajnokságát, ekkor lejárt főiskolás kora: 70-ben Hegedűs Ágnes váltotta fel, majd azóta háromszor egymás után Turcsányi Piroska következett. A csapatversenyekben a nőknél mind a csapatban, mind a váltóban az utolsó 5 évben csak BEAC győzelem volt. A férfiaknál, váltót és csapatot együttvéve: 5 MAFC, 4 BEAC és 1 OSC siker.

#### VASAS KUPA

A főiskolai bajnoksággal egyidőben, április 12-én kerül sor a Vasas Kupára.

E verseny őse a Börzsöny Kupa volt. Mindig a Vasas Szakszervezet rendezte, és nevének megfelelően mindig a Börzsönyben. A 60-as évek végén megszűntek a Börzsöny Kupák, és Vasas Kupa néven folytatódtak, de most már nem kötötte a rendezőséget a név a Börzsöny hegységhez. Ezután a leggyakoribb terep a Vértes lett, bár rendezték másutt pl. a Mátyásban is.

Az idén sik terepre viszik, amit versenyzőink egy része igen kedvel, és az ideai világbajnoki felkészülést is segíti az enyhe, hullámos, homokos vidék.

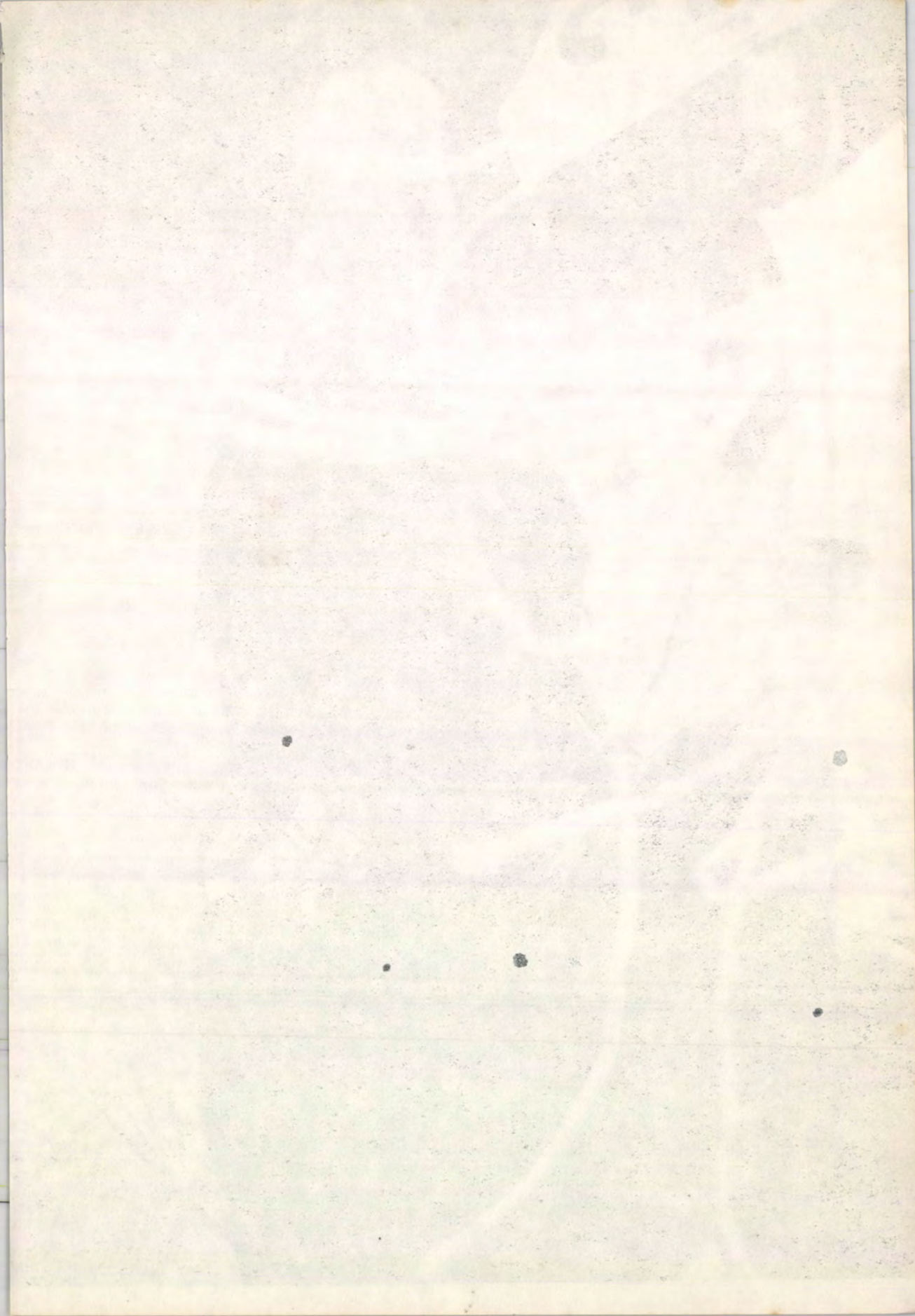
Sajnos a Vasas Kupánál az utóbbi időben elég sok volt a hiba, kategóriák megsemmisítése. Ennek a balszerencse sorozatnak azonban már meg kell szakadnia, hiszen az eseményt mindig nagy gonddal készítik elő. Bizunk is benne, hogy az egyébként népszerű verseny méltó lesz multjához és a ráfordított nagy energiákhoz, és hamarosan a legjobbak között emlegetik.

Ha itt is átfutom az utolsó 5 évet ezt látjuk a férfiaknál kétszer Boros Zoltánnak jutott a palma, egy-egy alkalommal Bozánnak, Kempennek és Horváth Attilának, csapatban két-két Spartacus és BEAC, egy OSC győzelem született. A nőknél Saci kétszer állt a dobogó legmagasabb fokán, egy-egy alkalommal Hegedűs Ági, Horváth Magda és Hanusz Mária, csapatban háromszor a BEAC egy-egy alkalommal az OSC és a Spartacus nyert.

## TÁJÉKOZDÁSI FUTÁS

### A MAGYAR TÁJÉKOZDÁSI FUTO SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktilla János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II. em., telefon: 126-820. Levelkezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614-Kiadja a Sportpropaganda Vállalat/1143 Budapest, Dózsa Gy. u. 3./ Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál /KHL, 1900 Budapest, József nádor tér 1./ közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHL, 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3.-Ft. Előfizetési ára egy évre: 30.-Ft /megjelenik havonta/. Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, 1081 Budapest, Rákóczi ut 57/a. Indexszám: 25827

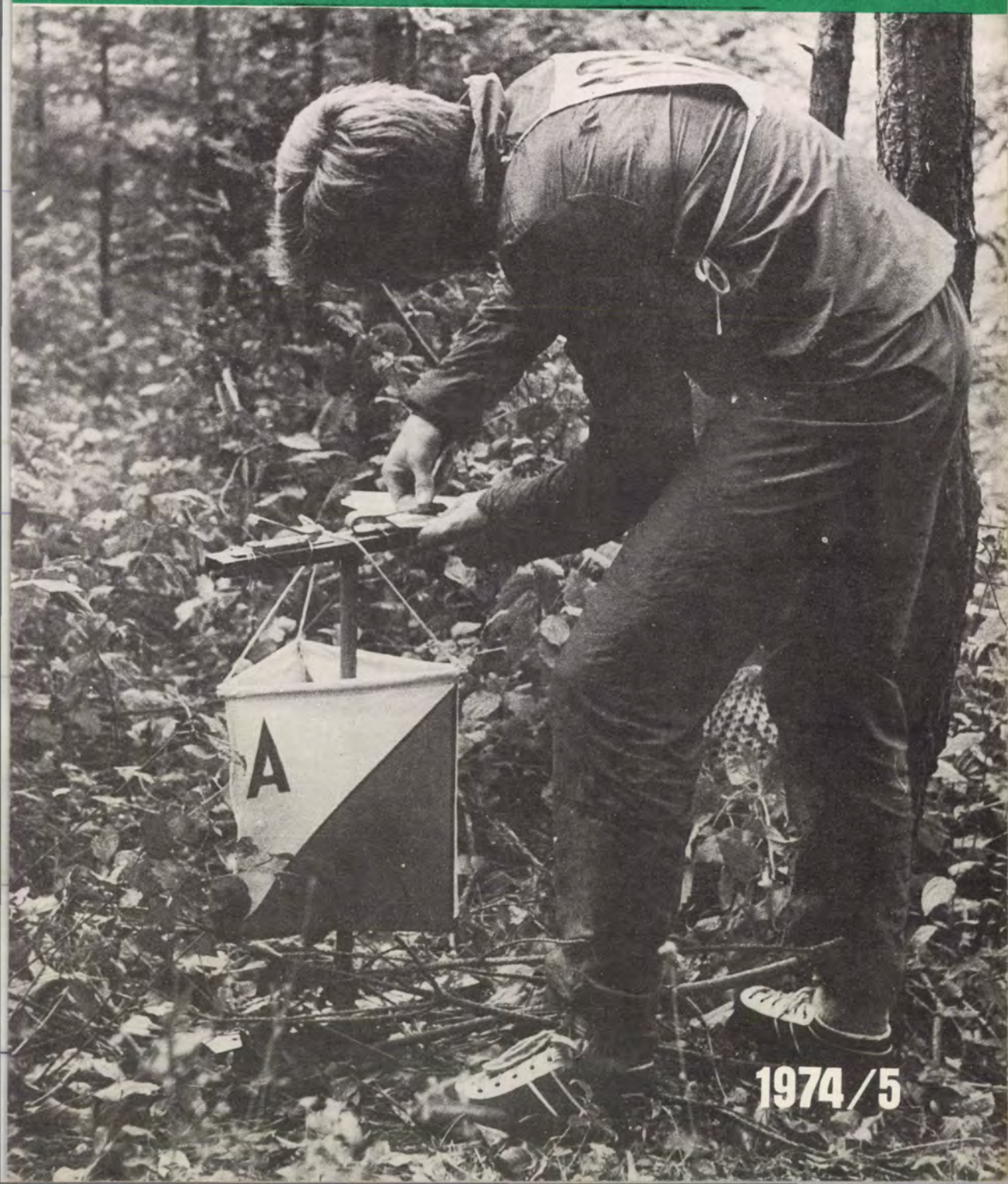


Ára: 3, - Fr.





# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/5

2474 1200501111

# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

5. SZÁM

Előző számunkban szerkesztőségünk kampányáról irtunk melyet a TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS újabb előfizetőinek toborzására indítottunk. A lelkes pecsételés - címezés - borítékolás eredményeként már ennek eredményéről is beszámoltunk: átléptük az első bűvös határt, Kármán Katalin, az Egri Spartacus versenyzője személyében megszületett sportágunk országos szaklapjának 1000. előfizetője.

Ez alkalomból fiatal olvasónk - a dániai világbajnokságra készülő válogatottakkal Tatán edzőtáborozáson vehetett részt - következő számunkban közelebbről is bemutatjuk őt - reméljük ez hasznos ajándékoknak bizonyul majd további sportpályafutásához és kedvet ad további előfizetők megnyeréséhez.



Ha a befizetések száma továbbra is ilyen folyamatos lesz, valós célkitűzésnek látszik év végére az 1500-as létszám elérése.

Ismétlen felhívjuk a sporttársak figyelmét: rózsaszín postautalványon Szerkesztőségünknel is előfizethető lapunk - egy évre 30.-Ft: olvasható cím irányítószámmal. TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

1374 Budapest, Pf. 614 - illetve egyes versenyeken - (plakáttal hirdetjük) közvetlenül a megjelölt személyeknél.

Valtyni László

## Néma közvélemény

Többször érte már jogos bírálat az MTF SZ különböző bizottságait vagy tisztségviselőit. Elsősorban azért, mert sokszor elkésünk intézkedésben, határozatban, alapvető szakanyagok összeállításában. Azután pedig azért, mert az intézkedés, a határozat, a szakanyag rossznak, elhamarkodottnak, korszerűtlennek tűnik vagy bizonyul. Mindkét esetben kideríthető, hogy kevés az ember és kevés az idő. Érdemes lenne egyszer utána számolni nemcsak annak, hogy mennyi idő kell egy négyzetkilométer versenytérkép tökéletes vagy közepes helyesbitéséhez, hanem például egy fellebbezés körültekintő elbírálásához, egy továbbképző tanfolyam, vagy egy éves versenynaptár tervezetének összeállításához.

Ez azért vetődött fel, mert március közepén elkészült a versenyszabályzat új kiadásának szövegtervezete, 120 stencilezett példányban. Minthogy ennél közérdekűbb és alapvetőbb anyag talán nincs is, az MTF SZ Elnöksége nem akart körültekintés nélkül dönteni. Ezért az anyagokat szétküldtük, kérve és várva a hozzászólásokat, bírálatokat, javaslatokat. Azóta csaknem két hónap telt el, de a beérkezett hozzászólások száma nem érte el a tizet! Még olyanok sem irtak akik ezt személyes beszélgetés során bizonyosra ígérték.

Vajon mi lehet az oka? Lehet, hogy a tervezet tökéletes? Lehet, hogy mindenki hozzászól, csak a többi levél elveszett a postán? El tudok azonban képzelni mást is. Mindenki megkapta az anyagot, el is olvasta, aztán eltette a többi papír közé. A szakszövetségekhez küldött példányokat elolvasta egy-két versenybíró, meg is beszéltek /- majd meglátjuk, - már megint miket akarnak, - ez ugyem fog menni/, aztán ebben maradtak.

Köszönet azoknak, akik elküldték kemény, óvatos vagy humoros bírálatukat, leírták javaslataikat, ellenvéleményüket vagy kiegészítéseket. Mert csakis így lehetne dolgozni körültekintően és együttesen. Minden hozzáértő, és jószándéku vélemény segítségét jelent és igényeljük is. Nem igényeljük viszont az utólagos morgást és méltatlankodást, ha nem volt időben elhangzott jogos előzménye.

## Az MTFSZ-ből jelentjük

Az országos szövetség könyvtára az érdeklődők rendelkezésére áll. Keddi napokon 17-19 óráig Hardicsay Máriánál igényelhetők a külföldi szakirodalom egyes példányai, fordítások stb. valamint helyben olvasásra tájékoztatósi futó folyóiratok, idegennyelvű szaklapok.

Május 6-1 ülésén az MTFSZ Edzőbizottsága úgy döntött, hogy Fodor Ceciliát, a BEAC versenyzőjét az idei évben mutatott nem kielégítő edzőmunkája és sorozatos hiányzásai alapján a válogatott keretbe nem veszi számításba.

Bővült az ifjúsági válogatott keret. Az első negyedév leteltével, három válogató verseny után az edzőbizottság két új ifjúsági versenyző kerettségét hagyta jóvá: Kiss Zoltán /Postás/ és Dira József /Spartacus TE/. A fenti két versenyzővel a férfi ifjúsági válogatott keret létszáma 8 főre emelkedett.

## Térképklub

Minden hónap első pénteki napján délután 5 órakor szeretettel várja lelkes rajongóit a

### TÉRKÉPBARÁTOK KÖRE

Nagy nemzetközi egyesülés - az International Cartographie Association - keretén belül a Magyar Térképtörténeti Munkacsoport hozta létre.

Házigazdája a TIT, találkozóhelye a Kossuth Klub /VIII. Múzeum utca elején/.

A tájékoztató sport legteréképsebb aktivái - élen a főtítkárral - már az első alakuló találkán szép arányban jelentek meg. A jelenlevőknek éppen 40%-át tették ki!

Remélhetőleg ez a mi klubunk lesz, mert a mi körünkben van a legtöbb igazi térképbarát. Mit kaphatunk a Térképbarátok körétől?

Kitekinthetünk a térképek másvilágába. Nemcsak az erdőben van fehér folt! Tanuljunk meg például tájékozódni a turistatérképeken is. Kérhetünk szakvéleményt. Megrendelhetünk hazai és külföldi térképeket. Hozzájuthatunk prospektusokhoz.

Láthatunk szép gyűjteményeket. Megtudhatjuk mi nincs másoknak. Csereberélhetünk is. Legszébbéért szébbet. Megszabadulhatunk feleslegeinktől /Ne a szemétkosárba!/. Mindenki remélhet ajándéktérképet - legközelebb többszáz éves térképek faximile nyomatait /Ne hagyjunk ott egyet se!/. Ezt akartuk. Itt van. Még nincs arculata. Teremtjük saját képünkre és hasonlatosságára.

Hajdu Kálmán

## A lista rangja

Versenyzés, Rangsorolás, Minősítés.  
/Hozzászólás az utánpótlás helyzetéről indult vitához./

Megkezdődött az 1974-es évad, mindjárt két nagy hagyománnyal rendelkező nemzetközi versenyyel/Kilián, Vasutas/. Nem sokkal előbb megjelent szaklapunk hasábjain az 1973. évi ranglista. Ezeket az eseményeket néhány versenyző és edző megjegyzései követték, amelyekben megkérdőjelezték a női elit versenyek létjogosultságát. A megjegyzéseket meghallgattam, és mivel a dolog minősítési oldala engem érint /nem véletlen, hogy a Kiliánon nekem tettek fel kérdéseket/ utána néztem egy kicsit a problémának.

Mit mutatnak az 1973. évi minősítések? 1973-ban 10 nő szerzett I. -oszt. minősítést, de közülük 3-nak hazai versenyen nem volt 6 minősítési pontja, a hiányzó minősítéseket külföldi versenyen /az esetek zömében klubversenyen/ szerezte meg. Mellettük további két olyan versenyző van, aki elért 4 illetve 5 minősítési pontot hazai versenyen, de kis vagy vidéki klub versenyzői lévén külföldi versenyeken nem vettek részt. Ezek a versenyzők éves statisztikájuk alapján joggal igényelhetik, hogy ők is helyet kapjanak a sportág ranglistáján, már csak azért is, mert egy kis klub versenyzője, és szakosztálya számára nem közömbös /még pénzügyileg sem/, hogy akár 9. vagy 11. -ként, de az országos ranglistán szerepel. A ranglista készítője őszinte sajnálattal írhatta le: a 4 nagy klub 10 női versenyzőjén kívül más nem rendelkezik elég versenynyel, hogy rangsorolható legyen. Ez nem véletlen: hiszen a 12 rangsorolt versenyzőből 8 db elit volt, ahol csupán az I. osztályiak indulhattak. Így már a versenyek kiválasztása eldöntötte: csak az I. osztályiak lesznek rangsorolva. Ez nyilván alapjaiban valós is, de éppen a nagyobb érdemi támogatást igénylő kis klubokra nézve hátrányos, és a sportág elterjedtségét sem tükrözi megfelelően, hiszen nem lo nő úzi rendszeresen ezt a sportot /érdemes megnézni az atléták, de akár a tolaslabdázók ranglistáit!/.

Másik a színvonal és minőség problémája. Itt sem egyértelmű a helyzet. Feltétlenül hátrányosnak látszik, hogy az 1974-es évben megrendezésre kerülő I. -oszt. minősítő versenyek 39%-ból kizárunk a négy nagy klub 12 /13/ versenyzőjén kívül mindenkit/vagy még ezt a számot is csökkentik egyes versenyzőknél/. Ez nem lehet, sem az élvonalra, sem az utánpótlásra jó hatással. Ezeket a versenyeket hiányzik az esetleges klugráások, váraklanul

jó helyezések stimuláló hatása és /a Vasutast és Eötvöst kivéve/ az utánpótlás rutin /minősítési/ szerzési lehetősége is. Kár az egyébként is vérszegény és előbb utóbb utánpótlás gondokkal szembekerülő női mezőnyt mesterségesen visszafogni.

Mivel a nőknek nincs kora nem írom meg a ranglista átlag életkorát, de aki ismeri I. osztályú versenyzőnőinket könnyen megbecsülheti azt.

A ranglista elkészítése természetesen nem azonos a válogatással, a ranglista első helye a válogatottal. A válogatás lényegesen összetettebb és felelősegteljesebb feladat. Szakvezetésünk ezt a feladatát, miként azt az eddigi évek tapasztalatai, és igen szép nemzetközi eredményeink mutatják kiválóan látja el. Az viszont feltétlenül indokolt, hogy a férfiaknál kiválóan vizsgázott elit kategória létjogosultságát megvizsgálja a Versenybizottság a férfiaknál lényegesen kisebb női mezőnyben. Az 1973 évi minősítési tapasztalatok e tekintetben negatívak.

Ezzel a cikkkel szerettem volna hozzájárulni a Balogh Tamás által kezdeményezett vitához, csatlakozva Hanusz Mari által a női utánpótlás helyzetéről írt cikkhez. Nagyon fontos lenne ezeket a formai kereteket komoly vizsgálódás tárgyává tenni, hiszen férfi utánpótlásunk számára külön átmeneti kategóriát biztosítunk a zökkenőmentes beilleszkedéshez /F-19 A/ a nők számára viszont az erőösszemérés lehetősége is sokszor hiányzik.

Sportágunk legszebb nemzetközi eredményeit női versenyzőinknek köszönhetjük, ezért az utánpótlás megérdemli, hogy kiemelten törődjünk vele.



## FIGYELEM!

Edzőtáborozási lehetőség! az edzői tanfolyam gyakorlati tábora kapcsán

július 29-től - augusztus 4-ig  
edzési lehetőség kínálkozik különböző hosszúságú és nehézségű pályákkal a

Sástó-i Camping

környékén egyesületek és egyénileg campingező versenyzők részére. Szállásról, ellátásról és térképekről /Mátra 5/ mindenki maga gondoskodik. Részvételi költség nincs, jelentkezés a helyszínen - időmérésről a rendezők gondoskodnak.

Kempelen Imre

## Egy év után

1973-ban új minősítési rend lépett életbe. Az új rendszer logikus felépítésű, de ahhoz, hogy beváltja-e a hozzáfűzött reményeket, legalább egy év tapasztalata kell. Egy év eltelt, szeretném észrevételeimet közreadni.

Az I. osztályú minősítésnél a minősítés szigorítására törekedtek. 1972-ben 45 I. osztályú versenyzőnk volt, 38 férfi és 7 nő. Az új minősítés bevezetésekor mindenki azt jósolta, hogy az I.o-u férfiak száma 20-25-re, a nőké 3-5-re fog csökkenni, összesen 25-30 I.o-u versenyző marad. Nem ez lett az eredmény. A férfiak száma ugyan lecsökkent, bár nem a várt mértékben, 29 I.o-u férfi maradt, a nőké viszont 10-re emelkedett, összesen tehát 39-en vannak, csak 6-tal kevesebben, mint a szigorítás előtt.

Mi lehet ennek az oka? Kiegyenlítettebb lett a mezőny, vagy kevés volt a szigorítás? Ki tudja. Boncolgassuk azért egy kicsit, nézzük, mit tapasztaltunk.

A szigorítás hármas volt.

1. A mezőnyben legalább 3 I.o-u versenyzőnek kell indulnia, /a többi kategóriákban is így, az illető fokozatnak megfelelő minősítési versenyzőnek/. Ez helyes intézkedés, mert a mezőny megfelelő erősségét akarják biztosítani. Azonban a férfiaknál ez semmit sem jelentett, mert mindig volt három, sőt ennél jóval több I.o-u versenyző. A nőknél is ugyanzólván csak a váltóknál okozott nehézséget, mert összesen három olyan verseny volt /Jurisich, Sopron, Herman/, ahol nem jött össze 3 I.o-u minősítésű nő. Ráadásul a bajnokságokat kivették ez alól a rendelkezés alól, és így olyan mezőnyben, ahol csak egy /Budapesti női egyéni bajnokság mindkét fordulója/ vagy egyetlen I.o-u versenyző sem volt /Vidéki egyéni bajnokság két fordulója, ugyancsak a nőknél, továbbá a Budapesti és Vidéki Csapatbajnokság/ is lehetett I.o-u minősítést szerezni. Tehát a szigorítás a gyakorlatban alig jelentett valamit.

2. A váltók félértékűek. Ez sem jelentett sokat, erre azt hozhatom fel példának, hogy az egész magyar mezőnyben egy versenyző van, aki elérte volna az I.o-t, ha a váltók nem félértékűek. /Rostás Irén./

3. A legerősebb szigorítás: az eddigi 115% helyett leszállították a százalékot 110%-ra, csak az elit versenyen hagyták meg az eddigi 115 %-t. Itt is van egy bökkenő. A versenyeket általában négy csoportra oszthatom.

1. Kiemelt fokozatu /elit/ versenyek.

2. Olyan "A" fokozatu versenyek, ahol a teljes élmezőny rajthoz áll.

3. Olyan "A" fokozatu versenyek, ahol a magyar válogatott tagjai nincsenek jelen.

4. Olyan "A" kategóriájú versenyek, ahol ugyanazon a versenyen elit fokozat is van.

Az első két csoportba tartozó versenyek teljes értékéhez nem férhet szó. A 3. csoportba tartozók teljes értékéről már vitatkozhatunk, de azért itt mégsem mondhatjuk ki, hogy ezeknél szigorubb elbírálás kellene, hiszen a magyar válogatott tagjai ritkán vannak teljes számban idegenben és az itthon lévő "menők" olyan időket futhatnak, amiknél esetleg akkor sem született volna jobb, ha a teljes élmezőny rajt-hoz áll. A VVK-n indult Boros Zoltán, a Dóbbón Vajda, a Jurisichon Vajda, Sötér, Erdélyi, a Sopronon ugyanők + Egervári, egyedül a Hermanon nem volt egy nagyság sem 1973-ban.

Komoly problémám van azonban a 4. csoporttal, amikor ugyanazon a versenyen van elit és "A" fokozat is. /A VVK-t nem számítottam ide, mert ott csak a válogatott indult az eliten./

Ilyenkor az eliten indulnak a jobb képességű I.o-uak, az "A"-n a gyengébb rész. Az eredmény: a gyengébbek sokkal több I.o-u szintet futnak, mint a jobbak az eliten. Ilyenkor az "A"-ban olyanok futják meg az I.o-t, akik az eliten a mezőny második felében lettek volna. Ennek lett a következménye az, hogy még válogatottunk is volt, aki izzadva szedte össze az I.o-hoz szükséges szintet /Egervári/, viszont gyengébb képességű versenyzők ugyancsak szedegették az ugyanakkor rendezett "A"-ban. Néhány számadat: Az Eötvös EV-n az eliten 9, az "A"-ban 11, a Hungária Kupa négy fordulóján az eliten 26, az "A"-ban 40 I.o-u szint született.

A II.o-u minősítésnél az új rend nem lett szigorubb a réginél. A váltó itt is félértékű, de az eddigi 6 szint helyett csak 5 kell. Az "A" fokozatu versenyen szigorubb lett a százalék, a "B" fokozatban enyhébb. Amit nyertek a vámon, elvesztették a réven. A II.o. tábor a legheterogénebb. Vannak olyan versenyzők, akik alig maradnak le az I.o-ról és a II.o-u szintnél szinte sohasem futnak rosszabbat, és vannak olyanok, akik 20-25 III.o-u és IV.o-u szintjük mellé kiszorítják az 5 II.o-t. Tul sok szerintem a II.o-u minősítés. Azt mondják: nem baj, mert ez a bázis. A bázisnak a III.o-nak kell lenni. Valamikor az iskolákban nem páratlan számú, hanem páros számú jegy volt: 4. Ez azért volt helytelen, mert nem volt közép. Az emberek zöme viszont átlagos, közepes, hiszen maga a szó is ezt fejezi ki. 5 jegy a helyes. A zöm közepes /átlag/, aki ennél jobb, de még nem tartozik a legjobbak a jelesek közé, az a jó, aki az átlagnál gyengébb, de még megfelel az az elégséges. Így kellene lenni nálunk is. Az átlag III.o-u, aki ennél jobb, de még nem a legjobb az a II.o-u, aki ennél gyengébb, de már megfelel, az a IV.o-u. Az élen van az I.o, legalul, akinek nincs minősítése.

Még az ifjúságiakról és a serdülőkről szeretnék szólni valamit. Az új indulási szabályt 73-ban nem nagyon tartották be és ez fokozot-

tan állt az ifikre. "A" fokozatu versenyen bronz-jelvényesek, "B" fokozatu rajtengedélyesek is akadtak. Sokszor az indulási jogosultságot nehezen lehet megállapítani, de az az érzésem, hogy sokszor a versenybírók maguk sem ismerik. De most nem erről akarok szólni. Az volt a benyomásom, hogy 1973-ban nehezebb volt ezüst-jelvényt szerezni, így itt azután tényleg nincs meg a kívánt három ezüst jelvényes. Hiába futja meg a versenyző nem ötször, de ennél jóval többször a szintet, ezüst jelvényesek hiányában nem kapja meg. Még olyankor sem, amikor megvan a megkívánt hármass létszám, de az igazolványba nem vezették be az évközben megszerzett szintet, a nevezési lapon nem tüntetik fel, tehát hiába van meg az "erőssége" a mezőnynek, csak a győztes profitál. Volt olyan "C" fokozatu ifi verseny, ahol a mezőnynek fele már régg megszerzte az ezüst-jelvényt, de még legtöbb rajtengedélyesként, nem is bronz-jelvényesként szerepelt.

Az év közben szerzett minősítések frontján valami rendet kell teremteni. Tudok olyan esetekről, ahol az a versenyző, akinek az igazolványában III.o. szerepelt, de miután már megvolt az II.o-ja, az "A" fokozatu versenyeken a nevezési lapjára II.o-t irtak, és elindították, később pedig a "C" fokozatu versenyen mint III.o-u indult. Vagy kötelezővé kell tenni a megszerzett minősítést beírását /ez viszont összefügg a késedelmesen érkező jegyzőkönyvek problémájával is/, vagy félévenként kötelezően zárni kell, és közben nem lehet magasabb szinten szerepelni, vagy megszüntetni az évközi előlépést.

Amikor három évenként változtatni lehet a minősítési renden, mindig kérik, hogy tegyünk javaslatokat, de kellő tapasztalatok hiányában ez nehéz. Amikor már kipróbáltunk valamit, akkor jelentkeznek a buktatók. J, ha már most gyűjtjük a tapasztalatokat az elkövetkezőkre. Ha tőlem függne, a következő változtatásokat csinálnám.

1. Olyankor, amikor ugyanazon a versenyen van elit és "A" fokozat is, az "A" fokozatu mezőnyben csak a győztesnek, vagy legfeljebb 5%-nak adnám meg az I.o-u szintet.
2. Talán logikátlanom tűnik, de mindenhol megkívánám a 6 szintet, a II.o-nál pedig I.o-t.
3. Az ifi és serdülő "C" és "D" fokozatu versenyeken nem kívánám meg a három "C", illetve "D" minősítésű versenyző indulását.
4. A bajnokságokat sem venném ki /kivéve az OB-t/ a többi kategóriánál az előírt három I.o-u /illetve a megfelelő minősítésű/ kötelező indulásából.
5. Ami az első pont mellett a másik legfontosabb, és az új minősítési rend előtt is bevezethető: rendezni kell az évközi minősítések adminisztrációját.

Dr. Szarka Ernő

## Térképet helyesbíték...

A "Nagyfőnök" újból belém helyezte bizalmát és szépen megkért, helyesbítsek egy térképet, hiszen ez nekem olyan könnyen és gyönyörűen megy, és a térkép nagyon kell a "Főkupa" küzdelmeire. Én feledve a legutóbbi "Főkupa" győzelmét, ígént mondom, különösen arra a szép ígéretre, hogy egész télen át dolgozhatok, októberben kezembem az alaptérkép. No, mondom, ezt megeszem, egész télen ezzel játszom, ami kevés még marad, abba besegít majd Kovács, Szabó, Kiss és Nagy. A beadási határidő április 1. nagyon méltányos.

Februárban nincs még térkép, de "Középső főnök" közli, hogy az egy térkép tulajdonképpen két térkép, a feladat ugyanaz, mert az egyik terep felőlől libalegélőt csináltak, a másik terepen pedig a kongói óriáslepke /Pragmatica sanctio/ lepusztította a fél erdőt. "Nagyfőnök" pedig megígéri, egy héten belül kész az alaptérkép. Közben Kovács közli megszületett tizenegyedik gyermeke, nem igen ér rá, Szabónak lumbágója van, Kiss elvállalta az "Alkupa" elnökségét. Nagy még megmaradt. Levelet írok Némethnek, Lengyelnek, Péknek és Lakatosnak, vállaljanak valamit. Németh megsértődik, mert későn szoltam, Lengyel csak április 1. után ér rá, Pék csak akkor jön, ha az ismerős hölgynek is szerzek szállást. Lakatos jön.

Április 15. Megjön az alaptérkép. Kettő darab. Egyik tizenkilenc, másik egy híján husz - mármint négyzetkilóméter. Nincs kongói lepke és libalegélő. Kell az egész, mert a helyi szövetség még évekig itt rendez versenyt. Közlöm a "Nagyfőnök"-kel és a "Középső főnök"-kel, hogy erre nincs elég erőm. Vállukat vonogatják: én vállaltam! Leköltözöm egy hétre Naggyal és Lakatossal, elkészítjük a harmadát. Közben előkészítem Péknek a szállást a hölgyvel, Lengyelnek megírom, hogy április 1. után is jó, Kovácsnak megírom, hogy vállalom a 11 gyerekre egy nagymosást júniusban, Szabónak megírom, hogy a lumbágó ellen direkt hasznos ezen a vidéken járni. Mindegyik vállal egy hétvégét. Így kész kb. a fele.

Irok Verebesnek, pedig tudom, hogy tul élénk a helyesbítői fantáziája, Sassnak pedig tudom, hogy tul szegényes a térképhelyesbítői fantáziája. Mindketten kapnak egy szép darabot, vállalják.

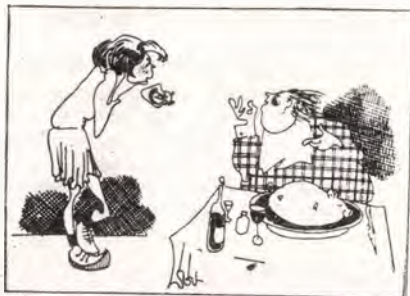
Ujabb egy hétre megyek le. Kész van a háromnegyede. Feleségem nem enged be a lakásba. Hosszas könyörgés után megmenekülök a csövezéstől, ha megígérem, hogy soha többé, és ez volt az utolsó eset...

Megígérem. Következő héten berendezek egy sarkot a mosókonyhában és újból leutazom a terepre. Befejezem május közepén. Utánna haza -- de már mosókonyhába.

Sorba leadják munkájukat, ki hogyan tudja. A két térképen kilenc név szerepel. Ugyanaz a fiatal akácérdő Lakatosnál és Nagynál, 1-es zöld, Péknál 2-es zöld, Lengyelnél sárga, Kovácsnál liget, Szabónál sárga alapon 1-es zöld, Ver ebesnél fenyő, mert talált benne két tobozt, Sassnál futható erdő.

A mosókonyhában a pauszokat néhány napig védem az egerektől, majd leadom a rajzolónak. A rajz jó eredménnyel zárul, az utak és objektumok csaknem 80%-a rákerül a rajzra.

A nyomda jelzi, hogy ők április 1-re várják az anyagot, és nem érdeklí őket, mikor kaptuk az alaptérképet. "Legnagyobb főnök" közbelép, így a "Főkupa" előtt három nappal kész a térkép. Ez idő bőven elegendő 40 pálya kitűzésére, 120 pont bemérésére és ellenőrzésére, 2500 térkép berajzolására. El is készül. Pályakitűzés 2 óra. Bemérés 6 óra, ellenőrzés 4 óra, berajzolás 6 óra, alvás 0 óra.



### Nyilatkozatok

Kartenecker Henrik térképellőnr: Nem volt alkalmam a térképet ellenőrizni, nem tudom, helyes volt-e egyáltalán kiadni. Az objektumsűrűségi koeficiens elmarad a nemzetközi normáktól. Semmiféle felelősséget nem vállalok. Robogám Tőhötöm, szövetségi ellenőr: Nem mutatták be nekem időben sem a térképet, sem a pályát. A serdülők pályája tul hosszú, a felnőtt férfiaké tul rövid, a felnőtt nőknél tul sok, a szenioroknál tul kevés a pont, a sör nem elég hideg. Semmiféle felelősséget nem vállalok.

Breznovics Hugóka, 15 éves: A sárgát zölddel kellett volna, a zöldet sárgával, a vastagot vékonytal, a vékonytal szaggatottal, a kereket szögletessel. A 3. pont 8,5 méterrel arrébb volt. Általában rossz a térkép, rosszak a pályák, Pista bácsi is megmondta, hogy a "Főkupa" rendezői nem értenek hozzá, mind hülyék...

NINCS IGAZA ?!

Boros Zoltán

## Edzéstervezés

### CSAK IFJUSÁGLIKNAK II.

#### AZ ÁLLOKÉPESÉG

Az állóképesség fejlesztése mindenképpen megkívánja a távlatokban való gondolkodást. Nem kényszernek kell ezt venni, hanem megfelelő tartalmu munkának. A kezdés és a változtatás évei közötti időszakot kell megtöltenie az elgondolásoknak.

Nálunk egyenlőre 23-30 évesek a jó versenyzők, akik már a tájékozdási futáshoz megfelelő speciális állóképességgel rendelkeznek. Ha példájukból kiindulva visszafelé számoljuk ki a felkészülés lépcsőit, akkor a következő tennivalók adódnak:

- a speciális állóképesség kifejlesztése előtt nagy mennyiségű munkát kell végezni az általános állóképesség magas szintjének eléréséhez.
- a gyorsaság, az erő és az ügyesség fejlesztése csak megfelelő életkorban történhet/16-18 év/.
- időközben nagy gondot kell fordítani a harmonikus fejlődésre, pl. a haladási sebesség növekedésének megfelelő tájékozdási technika kialakítására és állandó tökéletesítésére.

Az állóképesség fejlesztésének módjai előtt érdemes átgondolni miért oly fontos ez a képesség.

#### AZ ELFÁRADÁS

Tulajdonképpen ez ellen kell védekeznünk, mert az állóképesség az a képesség, amellyel az elfáradásnak ellent tudunk állni. Ebből adódik, hogy a nagyobb állóképességgel rendelkező versenyző később fárad el. Mindenki elő tud halászni kellemetlen emlékei közül olyan példát, amikor edzésen vagy versenyen utolérte őt egy jobb képességű futó, vagy egyszerre indultak de "leszakadt róla". Miért? Előkerült az a fránya kellemetlen érzés, amit ha nem győz le akkor hirtelen aláhagy a sebessége: joggolni kell!

Megfelelő akaraterővel viszont tovább lehet azonos sebességgel futni, követni az ellenfelet, tehát az akaraterő fejlesztése hozzájárulhat az állóképesség szintjének fenntartásához.

Amennyiben ez a példa szerinti egyúttal haladás netán tovább tart, akkor a gyengébb képességű egy idő után már akarati erőfeszítések árán sem tudja tartani az addigi futóképességét. Az izmok fáradtsága mellett fellépnek egyes szervek működésében is olyan működésbeli - érezhető - elváltozások, amelyek

uralkodóvá válnak. "Nem tudom mi volt velem, de nem bírtam tovább."

- Ez a leggyakoribb magyarázat.

Az ifjúsági koru versenyzőkre is érvényesek az elfáradásnak ezen lépései. Probléma nélkül elfutnak egy bizonyos távon, vagy egy bizonyos ideig - tetszőleges iramban. Ez függ az alkati felépítéstől, az addigi sportolásban megszerzett alapképességtől és természetesen az objektívnek nevezhető körülményektől is /időjárás, terep, hangulat/.

Az ifjúsági koru versenyzőknek is lehet már akaraterője amivel tovább hajthatják magukat az ellenfelük után, vagy éppen a jobb eredmény eléréseért. Ezt állóhelyzetben nem fejleszthetjük csak edzéseken. A hosszabb távok lefutása, a terep nehézségeivel való küzdelem, a sok résztávos edzés végrehajtása akaraterőssé tehet mindenkit.

A szervek alkalmazkodása és az akaraterő növekedése elősegíti az elfáradás határának kitolódását. Egyszerű ez. A futás közbeni fáradtság kihat a tájékozdásra, a térképezésre és a gondolkodásra. Végzetes hibák jelentkeznek ilyenkor.

#### A FÁRADTSÁG ALAPTÍPUSAI

- 1./ Szellemi fáradtság. Előfordul egyszerű olvasás, matematikai feladatok megoldása, vagy sakkolás közben, de a tájékozdási gyakorlatok végzése /memorizálás, utnonal követés/ is előidézhetheti.
- 2./ Érzékszervi fáradtság. A mi esetünkben a szem fontos szerepet játszik, amely el is tud fáradni. A térkép nézése futás közben az ellenőrzőpontok és a tereptárgyak keresése, valamint az ellenfelek állandó figyelése nagy munkát ró a szemre. A versenyek utáni TV műsor nézése alatt nagyon is észre lehet ezt venni.
- 3./ Érzelmi fáradtság. Ez az ami fiatalok esetében rendkívül bonyolult, hiszen rengeteg oka lehet. Tipikusak az ifjúsági versenyzők érzelmi problémái. A bánatos fiatal elkedvetlenkedik az edzésektől. A társak tapintatlansága tovább ronthat ilyen helyzetben. Egy-egy időrefutás nehézségétől, vagy a verseny esetleges kudarcától való félelem is okozhat észrevehető fáradtságot. Az eltévedés veszélye, a kockázatvállalás, a felelősség ugyanúgy szerepelhet okként, mint például a versenyt megelőző időben megtekintett izgalmas film, elolvasott regény.
- 4./ Izomfáradtság. Az izomrendszert tekintve megkülönböztetünk:
  - helyi fáradtságot. Ha valaki érezte már a szöges futócípő okozott izomláz fájdalmát az alsó lábszárbán, akkor az annak a következménye. Kevés izomcsoport fáradtsága ez.



- regionális fáradságot, amely az izomtömeg 1/3-2/3 részébe terjedhet ki. Rövid edzőversenyek, hosszabb résztávok erőteljes futása okozhatják.
- általános fáradtság. Ezt lehet a tájékozási futás hatásával azonosítani. A speciális edzések és maguk a versenyek is hosszú ideig tartanak, minden izom részt vesz a tevékenységben. Futni, kuszni, mászni hajlongani és ugrani, ez együttvéve olyan mozgást alkot, amely talán nem is fordul elő más sportág esetében egyszerre.

A fáradtság típusainak és eseteinek felsorolása segít megmutatni tulajdonképpen az edzések feladatait. Világosan kitűnik a jó előképzésnek, és az ifjúsági korban fejleszthető képességek kimunkálásának szerepe.

#### TANÁCSOK ÉS KIVÁNALMAK

A fiatalok állóképességi edzéseinek a terhelések, az adagok nagyságát mindig az egészségügyi szempontok: a több éves távlat, a teljes kifejlődés szempontjai: továbbá a korosztályokban elérhető eredmények mérlegelésével szabad csak emelni.

A tulzolt óvatosság a lehetőség elszalasztása gyakori hiba. /Ez a mostani ifjúsági probléma egyik okozója/ Az edzők nem mernek terhelni a jó és hatásos adagokból "a tanítvány pedig kényelmes". Az akaraterő hamarabb lehangol, a futósebességénél. Tisztelet a kivételnek.

Az állóképesség növelésének útja az edzések számának szaporodásához vezet. A gyermekkorúak két-három edzése rendszerint elegendő, néhány klubnál ez már kulcskérdés. A 16-17 évesek heti 4-5 alkalommal futnak, illetve kellene futniuk a versenyen kívül, de gyakran számolják bele az asztali edzéseket is. A 18-19 évesek heti 6-7 edzése biztosítaná az átmenetet a későbbi emelés lehetőségéhez. Ez viszont nincs meg, kivéve az évi 1-2 hét edzőtáborozást.

Az sem lényegtelen, hogy mennyit és hogyan futnak, mégis a többet és gyorsabban irányynak, ha hosszabb szakaszokban is de együtt kell emelkednie. Nem szabad könnyelműen elhatározni, hogy egy adott évben csak a kilométereket kell szaporítani. Később visszahat. Az sem elegendő ha egy "ifi" csak 8-10 kilométereket fut, de azokat egyre erősebben, mert megáll a fejlődésben.

Nem vitás, hogy az állóképesség következetes fejlesztésén múlik minden, a módszerek sem kiforrottak még, sajátossága is van a tájékozási futásnak, de talán az utóbbi teszi sokszor a munkát, az edzés monotonitását elviselhetőbbé. A fiatalokra ennek pozitívan kell hatnia.

Többet és gyorsabban!

Folytatása következik!

Monspart Sarolta és Hegedűs András

## Tizennégy futás

Budapest-Koppenhága repülő, Koppenhága-Esbjerg vonat és hajó:

1. Egész éjjel utaztak, átszálltak és utaztak, hogy a husvétii 3 napos első versenyének rajtját elérjék. Esbjerg Dánia legnyugatibb partján lapos, homokos, sűrű fenyőbózós területen terpszkedik - talán leginkább hasonlító ahhoz a magyaros elképzeléshez, amit a VB várható terepéről teljesen tévesen alkottak és ezért az 5 napos versenyt is a debreceni homoktengerre telepítették. "A VB terep egészen más jellegű..." -közölték széles vigyorral az érkezőkkel és kíváncsian várták a messzi tájról érkező fiú és lány barátkozását a térdig érő homokkal. Nem az üres gyomor, nem az álomosság és a nehezen futhatóság, hanem a finom homokdomborzat nagyvonalú ábrázolása készítette a versenyzőket több perces pontkörű csavargásra, s ez az eredménylistán is kifejeződött ahol a lány csak a második, a fiú még ennél is rosszabb helyen diszelgett. A célból részhajrával fel a hajóra, ahol csatlakoztak a 70 fős svéd turnés csoporthoz.

Esbjerg-Harwich hajó, Harwich-Epping/London autó:

2. A 18 órás hajóutat majdnem végig aludták, majd autóba ültek és elhajtottak London irányába. Természetesen a jobb oldalon. De szemből hamarosan érkezett egy másik autó, mire észbekapott a svéd fiú a kormányánál és áttért a másik oldalra. Harwichban még sűrűn álltak a táblák az ut mentén: Balra hajts! - de gyorsan elfogytak és egy-egy megállás vagy kanyar után mindig újra a jobb oldalon folytatták az utat, míg nem jött szembe újabb "ellenfél". Végül szerencsésen megérkeztek Eppingbe, ami egy London közeli kiránduló erdő, teljesen parkszerű sok uttal, tóval: sík vidék. Sajnos bozót akadt benne, fényes, kemény levelű, szurós végű mahónia bokorszerű fák tolongtak sűrű sorokban. Átmozgató és ismerkedő edzésnek jó volt, de semmiben sem hasonlított a másnapi verseny terepéhez.

Epping-Cardiff autó, Cardiff-Forest of Dean autó/másik/:

3. Az angolok legnagyobb nemzetközi versenyére kapott az 1973. évi magyar bajnok fiú és lány meghívást, a "Jan Kjellström Tro,hy" 3 napos viadalra. Io ország 800 futója tolongott a rajtnál, meghozta a skandináv országok versenyzőiből a VB-i csapatokból, helyezettekből is szép számmal átrándultak. Több japán, néger és arab diák is elindult angol klubok színeiben.

A legkisebb létszámú, de szinte legjobb "minőségi" klub az OK NUTS rendezte 12/11/ fővel a versenyt élén M. Murray és M. Wells-Coll-lal akik a ranglista legjobb háromjába tartoznak. Fantasztikus munkát végeztek 48 óra alatt, a hangos beszélő kérte a ráérő angol versenyzőket egy kis segítségre a célnál eredmény számolásra. A terep és a térkép no meg a pálya jó volt, magyaros erdők és hegyek, jó szint-elosztású vonalvezetésekkel. Mindenki elismerően nyilatkozott a verseny bármely részletéről, de nehéz lenne valami érdekességet valami mást, eltérőt írni a magyar olvasóknak erről a versenyről. Talán ezért is futott a két magyar olyan jól és a legnagyobb ünneplést eredményhirdetésnél ők kapták: minden tenyeret összeverték a lány tiszteletére, hogy ilyen messze utazott hozzájuk s még világbajnok is ráadásul. A fiu ünneplése nem volt kisebb, mint a győztes Rolf Pettersoné, aki egymásután harmadszor nyerte ezt a versenyt. Méghozzá a 14,2 km hosszú 22 pontos pályán 78 percet futott! A kiemelt svéd VB-i keret tagja /4 fiu és 3 lány a szűk keret/ így talán érthető, a fiu nem tudta elképzelni hogyan lehetett ilyen időt futni, míg ő 86 perccel ötödik lett és elégedett volt eredményével: ebben a mezőnyben. Nem csoda, hiszen Sven Jakobssen /N/ a 73-as Nord Bajnokság 2. helyezettje, Timo Peitola finn VB-i kerettag, és még egy norvég válogatott végeztek csak előtte.

A lány 8,8 km-es 16 pontos pályán 62 percet futott, ami kilenc perccel volt jobb a másodiknál: célbaérkezésekor az újságírók zuhogó kérdéseire azért még mogorva mosollyal válaszolt, hogy hibázott 2-3 percet s futhatnak jobbat a későbbben rajtolók...

4. A váltóban vegyes csapatokkal indultak, a fiu két svédvel, a lány két angollal, a helyezés nem is volt érdekes. Viszont a mezőnyrajtban együtt indult a férfi egyéni verseny első hat helyezettjéből öt, köztük a fiu is, így megértette, hogyan érte el Rolf Petterson azt a kitűnő időt előző nap. A svéd fiu hiba nélkül rohanta végig a pályát, méghozzá olyan tempóban, hogy a sarkában lihegők a térképüket sem tudták megnézni. A magyar fiu egyébként második lett, 22 percet futottak az 5 km-es 12 pontos pályán...
5. Harmadnap a "Pihentető verseny"/Relaxation event/ következett. Örök rejtély, hogy miért ezt a nevet viselte, hiszen a mezőny azonos volt az előző két napival, a táv íci-picit rövidebb, de jóval színtesebb, a terep erdően bozotos, így a győztes idő is azonos volt a szombati egyénnel. A fiu 1 perccel a győztes mögött lett harmadik, a lány 19. - a férfiak mezőnyében. Verseny után ünnepélyes vacsora egy kínai

vendéglőben. Szerencsére másnapra felépültek...

Cardiff-Reading kisbusz:

6. Edzőversenyen futottak Reading közelében, amin még 6 svéd fiu és jópár angol ur állt csatasorba, hogy legyen edzőpartnerük, és legalább öt helybeli tette ki a 23 pontot a 10 km-es pályára. Munkamegosztás, a kedves vendégeknek mindent! A fúthatatlan bozót és erdő angol változatát itt alaposan megismerték, ezenkívül állandó mocsaras pontok és térdig érő csalánok nehezítették már csak az előrehaladást. Célbafutáskor a lány mondta, csak mondta, szerencsére nem értettek jól magyarul a többiek - főleg ezeket a szavakat.

Reading-London vonat:

7. Este kérték a házigazdát /válogatott versenyző/ keltse fel őket reggel fél 7-kor szeremének a szembenlévő parkban rövid kis edzést tartani. Mikor magához tért közölte: Angliában 8 óra előtt csak a teljes emberek kelnek és sehol nincs fél kilenc előtt munkakezdés: ekkor a fiu és a lány terült el az ámulattól. A következő rohamot akkor kapták mikor kiderült abban a parkban nem lehet edzeni, mert 7-8-ig kutyasétáltatásra kijelölt terület. Végül is sikerült másik közeli parkban könnyű 50 perces reggeli mozgást végezniük...

Reading-Dorking autó:

8. Déliben abba kellett hagyniuk a városnézést, két angol barátjukkal elutaztak, hogy lefussák az 1971-es Jan Kjellström Trophy pályáját. Jó terep, jó térkép - nagyon élvezték a futást. De a java még hátra volt: este megnézték a Jézus Krisztus Szupersztár című rock-operát a Palace színházban. Igaz, hogy csak a legolcsóbb helyre tellett a költségetvetésükből, így a harmadik emelet feletti kakasútlón gubbasztottak, szédültek ha lenéztek, de hát a lényeg a zene, az pedig oda is felhatolt. Nagy élmény volt!
9. A felkelő nap ismét a parkban találta őket, résztávokat futottak. Edzés után újabb rohanás - ezuttal be a városba, hogy minél többet lássanak az esti továbbutazásig. Egy nap alatt megnézni Londont persze lehetetlen. "Ha a 76-os világbajnoki csapat összeállításánál még szöbajvúnk, még vízszontláthatjuk ezt a csodálatos várost" - mondta a lány és a fiu egyetértően bólintott, ahogy visszanéztek a vonat ablakából.
- London-Harwich vonat, Harwich-Esbjerg hajó:
10. Ujra pótolták az alvást a csendes vizen cammogó hajón és délután Esbjerg erdőparkjában 1:0000 méretarányú szép rajzu, színes "TRIM"/kocogó/ térképpel futották a résztávot edzést. Volt ebben a parkban minden: stadion, edzőpályák tömegei, golf pályák, tavak halakkal és uszkáló kacsákkal,

lovas pálya, ligetes ösvények, sétányok füves töbrök, egy lesikló dombocská, ahol atléták épp lefelé futást edzettek - és egy erdei tornapálya, felszört 1 km-es ösvény-csikjával. Ezen a körön futottak időre egy-egy km-t, hiszen olyan rég volt már verseny...

Utazás kivételesen csak városon belül volt a szálláshelyre.

11. Reggel 7-re előállt egy autó és alig 20 km-re a várostól Nrreskoven nevű kis "karácsonyi" vidám rajzu szintén TRIM-es térképpel futottak. Ez a térkép a lakosság-nak készült, az első próbálkozásukat karácsonykor futották a szép számtani rendben ültetett fenyők között. A térképre pálcika emberek kerültek különböző "keverő" és "kereső" pózokban. A lány egész bemelegítés alatt csak a térképet nézegette, majd memorizálva egy kört futott - kis hibával. A fiu takarékon edzett, komoly ellenfelek vártak még aznap este rá.

Esbjerg-Frosler / a legdélibb erdő Jylland szigetén/ autó:

12. Mikor előző héten megtudták, hogy a Jylland bajnokság, amire beneveztek egy éjszakai és egy váltóversenyből áll, úgy néztek egymásra mint akik citromba haraptak. Aztán gyorsan megegyeztek, hogy az éjszakai majd lefutják a mezőny előtt délután, mert mindketten gyűlölik a lámpással való szaladgálást. De amikor Angliából visszatértek Dániába az újságok már mind megírták: a magyar bajnokok is rajthoz állnak az éjszakai bajnokságon, néhány újságíró személyesen felkereste őket, hogy fényképes riportot közöljön róluk a lapjában, versenyzőtársaik már csodálatos fényű és sulyu fejlámpákkal várták őket - lehetetlen volt meghátrálni.

A verseny nem volt jó, mert igaz, hogy itt figyelembe vették a pályakitűzők, éjszakai a verseny, a terepen sok volt az ut, markánsak a pontok és rövid a táv, de a térkép néhol gyengédkedett, egy pontot pedig kifejezetten elmértek.

Az éjszakai versenyzés népszerűségének bemutatására ime egy nemzetközi beszélgetés:

Dán fiu: Hány éjszakai verseny van nálatok?

Magyar fiu: A bajnokságok és egy-két kupaverseny.

Dán fiu: Szegények! Nálunk csak az országos bajnokság.

Egy szörnyű hideg éjszaka alvás és takaró nélkül - az utazás helyett.

13. A váltón a fiu kezdett. A mezőnyrajt után beállt a sor végére, gondolván, hogy később is ráér robbantani. Akkor kapott észbe mikor a többiek pecsételtek, de az

nem az ő pontja volt. A váltó ugyanis Farsta rendszerű volt, tehát nem mindenki azonos pályán futott, a ragadások kiküszöbölésére. Ezt dán nyelven közölték is a résztvevőkkel... A fiu azért nem keseredett el, megfogta a saját egyes pontját aztán szívós munkával felküzdötte magát a mezőny élére. 10 másodperc előnnyel elsőként futott be a részlegén. A váltó második tagja a lány volt - ismét fiuk között remek futással harmadik helyen tartotta a váltót. A harmadik futó egy dán volt, de ez már nem is érdekes.



Frosler-Odense-Koppenhaga autó és vonat.

14. Délelőtt városnézés, délután edzés a stadionban - ez volt a koppenhágai program. A stadionban átöltöztek, majd a közeli parkban futottak. A park tele volt sportpályákkal és sportolókkal, mindenki edzhetett, ha akarta. A stadionban ellenvetés nélkül megkapták az öltöző kulcsát, mikor tört angolsággal elkérték. A sport mindenki számára hozzáférhető. Ez volt Koppenhágában a legnagyobb élmény.

Koppenhága-Berlin vonat, hajó: Berlin-Budapest repülő.

★★★★★★★★★★★★

Boros Zoltán az Egri Spartacus és Schmie-dmeiazter Ilona a Spartacus TE válogatottja április 20-án házasságot kötöttek. Gratulálunk!

Megkértük az Ausztriából hazatért csapat vezetőjét Faskó Károly alezredest számoljon be élményeiről és Deseő László edzőt adjon utazásukról rövid szakmai értékelést.

## Pinkafeldi napok

Faskó Károly alezredest:

"Április 8-12-ig a Magyar Néphadsereg versenyzői Pinkafelden az Osztrák Szövetségi Hadsereg meghívására kellemes öt napot töltöttek el. Már a határállomáson szívélyes fogadtatásban volt részünk, ahol az osztrák vezetők üdvözöltek. Ezután szállásunkra vittek, mely egy kis fogadó volt Pinkafeld határában étteremmel és tekepályával felszerelve. A fogadóban ideális körülmények között csak mi laktunk, kényelmes szobákban/zuhanyozóval ellátva/, szép kilátással a környező dombokra.

Délután rövid átmozgató edzést tartottunk a szemben fekvő közeli dombos-erdős terepen. Még aznap este fogadáson vettünk részt, ahol a két csapat vezetőinek és versenyzőinek bemutatására került sor, ezt követően pedig élénk eszmecsere, ismerkedés következett a két csapat tagjai között.

Az elkövetkezendő két nap délelőttjén az osztrákokkal közös edzéseken vettünk részt, délutánonként pedig városnézés volt a program. Többek között résztvettünk a polgármester fogadásán, egy technikum megtekintésén és jutott időnk a város uszodájában egy kis fürdőzésre is. Sőt a közös edzésen kívül még barátságos tekepartit is játszottunk, ahol az osztrákok-a hazai pálya előnyét élvezve - győzelmet arattak felettünk.

Negyedik napon került sor a verseny lebonyolítására 10-10 futó részvételével, melyből a csapateredménybe 7-7 fő teljesítményét számították be. Az időjárás jó, a verseny megszervezése kifogástalan volt, levezetése körültekintő, zökkenőmentes.

Eredmények egyéniben az osztrák Mayer mögött Sötér, Hegedűs, Egervári volt a sorrend. Csapatban az osztrákok végeztek az első helyen.

A pályán két ponton és a célban egy-egy rádiókészülék volt elhelyezve, így verseny közben is áttekinthettük a versenyzők szereplését, részeredményét.

A versenyt követő délutánon Pinkafeld közepében Bernstein várát és Bad-Tatzmannsdorf gyógyüdülőhelyét tekintettük meg. Ezt követően este igen szívélyes, baráti hangulatban került sor az ünnepélyes eredményhirdetésre, egyben a bucsuvacsorára, melyet betetőzött még egy spontán szervezett tekeparti.

Az ötödik napot kikapcsolódással töltöttük, amely abból állt, hogy az osztrák sportvezetők kíséretében versenyzőink Bécs városával, nevezetességével ismerkedtek, amennyire 4-5 óra

alatt erre mód és lehetőség nyílt. A látogatás befejező aktsa volt a bucsuztatás az osztrák határállomáson.

Összességében kellemes öt napot töltöttünk el Pinkafelden, sok gazdag élménnyel és hasznos szakmai tapasztalattal tértünk haza, melyet itthon kívánunk további sikereink érdekében felhasználni."

Deseő László:

"Meglepetten láttam, hogy szomszédaink az utóbbi 1-2 évben hatalmasat fejlődtek a sportág minden területén. Néhány edzésalkalmunk során 1970-73-as kiadású térképeken futottunk, melyek közül az újabbak kifogástalan sikrajzi és egyre javuló, jól olvasható domborzati ábrázolásuk voltak. Térképkiadásuk számszerű fejlődése is figyelemreméltó, hiszen csak Pinkafeld 50 km-es körzetéből jó feltűt az új térképet adtak ki a közelmúltban.

Kétségtelen az egész ország tájékoztatósi futó sportjának 80%-a Pinkafelden, a mindenben aktív Franz Maier köré összpontosul - ez ma jó erőkihasználást tesz lehetővé és néhány év múlva az innen kikerülő szakemberek elterjeszhetik az egész országban. Ottjártunkkor éppen húsvéti gyermektáborot tartottak több mint 100 résztvevővel. Ezek a kicsik már komoly felkészültséggel rendelkeznek és nagyon ügyesen mozognak az erdőben. /Zárójelben említem, hogy 10-15 perces TV filmjük is van - oktató, népszerűsítő céllal - tehát e téren már megelőznek minket./

A versenyt illetően: előre nehéz lett volna jóslni. Ismertük a tavalyi Hungária Kupa junior győztesét - ő várakozásunkkal ellentétben nem indult - de Kainrath és Boubela is veszélyesnek látszottak: rohamosan javuló 20 évesek mindketten. A versenynapon mégsem ők voltak a legjobbak ellenfelünk csapatából, hanem a 36 éves Maier, aki igen jó napot fogott ki, végigvitte magával fél csapatát is - akiket befogott. A pályakitűzés nagyban hozzájárult régi barátunk sikeréhez, mert - mint ő maga mondta - teljesen kifutotta magát a rövid 9,5 km-es, 60 perces pályán: ez a maximum amit még tud, hosszabb, normál egyéni pályára már nincs felkészülve. /Az igazság az, hogy ez a párosverseny megérdemelt volna egy másfél óra körüli pályát./

A pályakitűzés korrekt volt, a ma divatos elvek szerint, finom pontokkal, rövid átmene-tekkel. Talán az utolsó 2 km volt túl egyszerű, de ez is azért, hogy a befutót a helyi sportpályára vezethessék.

A mieink jól futottak és végeredményben a csapatverseny sorsát - mint annyiszor - itt is a gyengébb emberek döntötték el.

Az egész ut igen tanulságos tapasztalatokkal szolgált elsősorban azzal, hogy osztrák szomszédaink nemsokára erős ellenfeleink lehetnek több kategóriában - érdemes tehát erősíteni velük a sportkapcsolatokat."

Gyalog László

## Háromtusa

Régmult verseny hangulatát idézi ez a szó az "öreg" versenyzők körében. Igen, 1964-ben, amikor még a Velencei tavon kellett evezni... A fiatalabbak csak hírből hallottak róla, de most itt volt újra a lehetőség!

A Spartacus TE meghirdette ismét a HÁROMTUSÁ-t, igaz a kerékpáros és éjjeli szakasz után "csak" egy nappali szakasz következett.

Szombat délelőtt a Pénzügyőr pályán sorra gyűltek a gépek. Volt, aki csak egy kemping biciklit tudott szerezni, - de nagy önbizalommal karikázott a melegítés során a különböző "szupergépek" között - mert a kis mezőny /15 fő/ alaposan felkészült, legalábbis kerékpárgárdából. A gépek zöme sebváltós, hajlított kormányú versenygép volt, így a néhány hagyományos "bicikli" tulajdonosa szinte félt felülni régimódi gépére ezeket a csodákat látva.

10 órakor aztán kétpercenként nekivágtak a mezőny a 19 km-es távnak. A térkép is egyéni volt, 1:30.000-es méretarányú, kézzel színezett. Minősége ugyan nem érte el egy tájékoztatósi futó térkép színvonalát, de kerékpárhoz megfelelt. A javasolt utvonalon részben országúton, részben földutakon vezetett. A pálya eleje mindjárt "kissé" emelkedett: az első pont a Határnyeregben volt. Többen hamar rájöjtünk, hogy az emelkedőn leggyorsabban haladási lehetőség, ha az ember futva tolja felfelé a kerékpárt. Többen már ekkor a kerékpározás mellett szerelési munkákat is végeztek, mint a "profil".

Serdülőknek /Erdélyi Tibor -szerk./ már háromszor leesett a lánca - ujságotla az egyes ponton Ágika /Hegedűs Ágnes - szerk./, de a nagykovácsi uti emelkedőjén is profikhoz hasonlóan nyomta fölfelé a mezőny zöme. Remeteszurdok után még néhány kis kaptató, és már a Zsiroshegy tetején karikáztunk a cél felé.

A kerékpáros szakaszt a "legspécibb" géppel rendelkező Szaktilla "Lala" nyerte fölényszeren. Mögötte azért a versenygépek közé több közönséges géppel rajtoló ember is bekerült. A Zsiroshegyről a szerencsésebbek és firssebbek teherautóval, a többiek továbbra is a pedálat taposva kerültek haza, felkészülve az esti második szakaszra.

Ez már "igazi" viadal volt, nemcsak a "tusások" hanem mások is indultak, hiszen minősítő verseny volt. A 8,5 km bizony próbára tette a versenyzőket, amit az is mutat, hogy Horváth Atesz mögött csak Vajda Gézának sikerült I. osztályt futni. A 2. pont előtt hatalmas bolyban rohanguztunk föl-alá egy rossz gerincen, míg végül a "kályhától", egy vastag uttól újra elindulva simán megfegtük a pontot.

Keverni később is lehetett - az aprólékos térképből adódóan technikás volt a pálya - így a dupla hurok második szárának sokan már nem is indultak neki, inkább bekocogtak a turistaházba.

Egyik srác azonban ezt sem tette, ő csak másnap délelőtt érkezett meg, Kaponyának /Balogh Tamás-szerk./ nagy izgalmakat és "epefájást" okozva.

A harmadik tusára, a tömegrajtos nappali szakaszra még mindig 15-en álltak rajthoz, igaz ezek közül nem mindenki indult a kerékpáron. Ez a verseny - a mezőny fáradtságára tekintettel: lerövidítve - nem hozott, az egyszerű pályának megfelelően váratlan eredményeket.

A tömegrajt szerencsésen volt elhelyezve, mindjárt utána sűrű fenyvesben szóródott szét a mezőny, és az egyes pont felé már legtöbben külön-külön "nyomták". A kettesig egy emelkedő már teljesen szétzilálta a sorokat, innen csak a kondíció számított. A szakaszgyőzelmet sikerült megszerezni, de az összetett győzelem a végig kiegyensúlyozottan szereplő Madárnak /Gyurkó László - szerk./ jutott.

Eredményhirdetésnél a rendezők értékes tiszteletdíjakkal jutalmazták a helyezetteket, akik egy kellemes hétvégén versenyezhetek, talán kevésbé olyan komolyan, mint egy hagyományos versenyen, de legalább olyan lelkesen.

### Végeredmény:

- I. Gyurkó László Spartacus TE
- II. Szaktilla János Tipográfia TE
- III. Gyalog László VM Egyetértés



A Brit Tájékoztató Szövetség 8 férfi, 4 nő junior versenyző indítását tervezi az 1974. évi Eötvös emlékversenyen és a Hungária Kupán.

Angliában júniusban a brit bajnokság után, 5 válogató verseny alapján állítják össze a 11 férfi és 7 nő versenyzőből álló válogatott keretet. Ezek a versenyzők szeptember elején Dániába utaznak, ahol további három válogató verseny alapján jelölik ki a világbajnokságon szereplő 6 férfi és 5 nő versenyzőt.

Danovszky Mária

## Váltó a Pilisben

Év elején természetes, hogy mindenki kíváncsi a "menők" formájára, no meg arra, hogy a vetélytársak mennyit javultak tavaly óta.

A "Felszabadulási váltó"-n azonban, - mely hét év óta az év első jelentős versenye - a szakosztályok vizsgálznak. Milyen erős csapatot tudnak felállítani és nem utolsósorban hányat?

Színhely: Piliscsaba. Idő: gyönyörű. Tömeg: nagy.

Térkép: Szirtestető. Kár, hogy ilyen tekintélyes versenyre nem készült új térkép. A "Szirtestető" tavaly már több versenyteret megért, szinte minden versenyzőnek "hazai pálya". A rendezők dicséretére legyen mondva, hogy igyekeztek a kevésbé lefutott részeket kihasználni a pályakitűzésnél. A pályák elég változatosak voltak, gyorsak, nem túl technikásak, de a váltóversenyeken megfelelőek.

Rajt: A Piliscsabán már megszokott ezer... méteres gyaloglás után, a hegy tetején. A versenyzőknek jó, mert nem felfelé mászással kezdődik a pálya. A nézők számára viszont kényelmetlen, hogy a természet által odakészített tribünt a befutó utolsó pár métere foglalta el. A térképek kategóriánként egy-egy fára voltak felszerelve. Több versenyző csak ideges keresgélés után találta meg térképét, vagy vette el egy más kategóriájét. Nem ide tartozik ugyan, de Csehszlovákiában többször láttam egy praktikus módszert a térképek önkiszolgálásához való elhelyezésére:

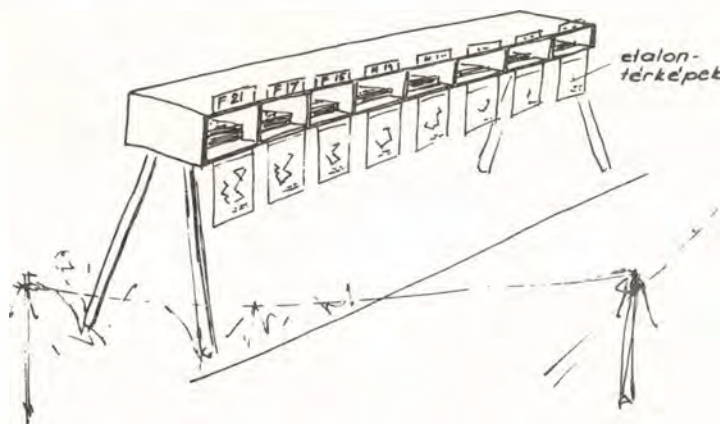
A verseny kimenetelét tekintve legérdekesebb az F 21 kategória volt. A győztes BSE váltó első tagja Honfi Gábor pár perccel az élboly után futott be. Ezt a helyet tartotta Zánkay, majd Sötér következett. Pályája közepén befogta az elsőket, onnan jobb utvonálválasztással megszökött tőlük, s a BSE-nek értékes győzelmet szerzett. További sorrend:  
2. MAFC I.  
3. EGRI SPARTACUS



A felnőtt nők első futói közül két BEAC versenyző váltott elsőnek. A második futók közül már négyen futottak be majdnem egy percen belül, így csak a harmadik futók döntötték el az első hely sorsát.

1. Spartacus TE 2. BEAC I.  
3. BEAC II.

Eredményhirdetés után azt hiszem mindenki elégedetten utazott haza, mert érdekes, jól pergő, igazi "kedvcsináló" versenyen vett részt.



Vajda Géza

## Ásotthalom homokján

Nehéz helyzetben vagyok e cikkem megírásakor. Olvasóim két táborra oszlanak: a többség indult a versenyen, mások nem. Ha csupán néhány kiragadott gondolatot írnék le az utóbbiak nem kapnának teljes képet. Az események tényszerű felsorolása ugyanakkor valószínűleg untatná azokat akik úgy is átélték. Inkább az arany középutat választom s igyekszem rendezni nagy összevisszaságban feltört gondolataimat.

Esemény: Kilián György Emlékverseny  
Időpont: 1974.IV.7. - Ásotthalom

Időjárás: Az évszaknak megfelelő hőmérséklet 10-15 C<sup>o</sup>, kissé felhős, ideális futóidő. A korábbi meleg napok kissé megijesztették a versenyzőket. A különböző buszokon még a verseny reggelén is többször hallottam ezt a szót: Tázlár, annál is inkább mivel ott mentünk el néhány kilométerre a majd tíz éve nagy hőségben megrendezett Honvéd Kupa terepéről: apropó!

Utazás: fárasztó és hosszú. Ez sajnos természetes ha az embernek közel 300-400 km-t kell megtennie egy nap. A rendezők igyekeztek elviselhetőbbé tenni legalább a férfi elit kategóriában indulók számára Budapestről közvetlen autóbusszal. A többiek bizony meglehetősen viszontagságos vonatozással, többszöri átszállással tudták csak megoldani.

Mezőny: egészségét tekintve meglehetősen heterogén /hiszen legkiválóbb finn futók mellett sokan voltak akik most indultak először tájékozási versenyen, mint általában minden nagy versenyen, kategóriákon belül viszont elég tömör, erős. Ez különösen áll a két elit /azon belül is inkább a férfi/ kategóriákra.

Az első komolyabb verseny minden évben a Kilián. Ez eleve biztosítja a sok versenyzőt, akik már alig várják, hogy a hosszú unalmas alapozás után végre kissé felszabadulva versengjenek is egymással. A neves külföldi versenyzők indulása mindezt tetézte, nem is annyira számbelileg, mint inkább a mezőny rangosságát illetően.

A rendező MAFC mindent megtehet, hogy minél nagyobb legyen a mezőny. Nagy igyekezetében megelégedett arról, a sportszerűség diktálta szabályról, miszerint: amíg egy térkép nem kerül a nagy nyilvánosság elé a térkép helyesbítői nem indulhatnak azon a terepen és térképen /saját térképeikön/ megrendezett versenyen.

Hangsúlyoznom kell nem azért írom le ezt, mert így hátrább kerültem az eredménylistán /egyikük sem vert meg/, hanem egyrészt azok védelmében, akik bizony hátrább kerültek egy vagy két hellyel, másrészt e

nagyon szép és állandóan szélesedő tömegeket megmozgató, de a versenyek tisztaságára különösen kényes sport érdekében.

Térkép: a célnak megfelelt, az átlagnál úgy érzem nem jobb, nem rosszabb. Rajza lehetett volna finomabb. A térképjelek mérete kissé túlzott. Nem tudom milyen volt az alap-térkép, de ilyen sik terepen viszonylag könnyebb javítani: többet ki lehetett volna hozni belőle... néhány apró hibák okoztak bosszúságot, de a gazdag ut és nyiladékhálózat csökkentette ezeknek a versenyzőkre gyakorolt hatását.

Pályák: sajnos csak a felnőtt pályákat ismerem, de azokból talán lehet következtetni a többire is. A terep adottságai nehéz feladat elé állították a rendezőket. Ez részben meg is haladta képességeiket.

Néhány éve versenyzem s tapasztalatom: ha egy pálya túl könnyű technikailag a versenyzők nem szidják a rendezőket /Miért is? Hiszen "minden egyből jött", mindenki magát okolhatja ha nem tudott elég gyorsan futni/. Ilyen verseny után egy "igazi" tájékozási futó legyen akár győztes, vagy dobogós helyezett, kissé kesernyész szájjal gondol vissza a küzdelemre, mert a siker értékének nagysága mindig és mindenhol a legyőzött akadályok, nehézségek nagyságával egyenesen arányos. A hazai mezőny technikailag már magasabb szinten áll: főleg a férfi elit kategóriában a tájékozási nem jelentett olyan nehéz feladatot mint amilyent a versenyzők szerettek volna.

Hangsúlyozom, ilyen terepen nehéz igazán technikás pályát kitűzni, - értem ezalatt az alföldi terepeket. Az átlagos színvonalat ez a verseny is elérte.



Rendezés: szinte zökkenőmentesen, szervezeten, rugalmasan bonyolódott le a verseny, s ez a körülményekre való tekintettel /Budapesttől való nagy távolság, egy napon történő - tehát szállás nélküli rendezés, nagy versenyzői részvétellel stb./ még inkább dicséretes.

Ugy gondolom, hogy összességében az ez évi Kilián Emlékverseny jó volt, s ha az összbonyomlás alapján pontoznánk a versenyeket /ebben minden benne van/ 1-10-ig, szerintem ez a verseny 6-os vagy 7-es osztályzatot érdemelne.

Gyarlók vagyunk, mert csak a hibákat vesszük észre s jegyezzük meg, ami jó hajlamosak vagyunk természetesnek venni. Én is így tettem, de mentségemre szóljon, csakis azon nagy cél érdekében, hogy egyre jobbak legyenek a hazai versenyek, s egyre több nemzetközi siker koronázza erőfeszítéseinket.

Jenővári Gabriella

## Vándorúton

1844: vándor, kis batyu a vállán, mezitlábosan nekivág a nagyvilágnak: Petőfi Sándor.

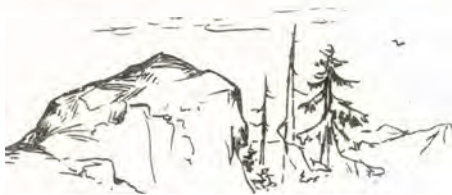
1974: diákok, sportolók, finnek - magyarok nekivágunk a nagyvilágnak: II. Petőfi Sándor Vándor Kupa.

Minden valamire való tájékozódási futónak van legalább egy pár stoplis cipője - ha más nem is - nem megyünk mezitláb. Kis batyunkat valamilyen szállítóeszköz viszi - nem indulunk gyalog. Manapság egyre több a saját gépkocsival, motorral rendelkező versenyző vagy tehetősebb egyesület, amelyek néha "kibuliz" magának egy buszt s az így kialakuló karaván az ország legtávolabbi, még ismeretlen, szűz terepeit is bejárhatja.

Az elmúlt évben ezen a versenysorozaton 5 napot töltöttünk a Dunántúli Középhegységben, 9 versenyen állhattunk rajtához, s befejezésül a már elpilllett társaság résztvett a Mecsek Kupán.

Idén, mi tanulók jól beosztottuk tavaszi szününket: a Kilián emlékverseny után két nap pihenés következett, majd friss erővel, kedvvel vágtunk neki a "Petőfinek". Három és fél nap alatt hét verseny...

Mindjárt az elején színvonalas pályákon futottunk a Királyut terepén. A sik vidék után "valamivel" szintesebb következett a Mátrában, majd az Ó-Bükk 2 térépén. Közben a 40 fős külföldi vendéhsereg a mátraházi edzőtáborban - mi a Hotel Toprongyban töltöttük az éjszakát. Szálláshelyünk - egyesületi sportház - nevéből messzemenő következtetéseket lehet levonn... A pihenéssel tulajdonképpen nem lett volna semmi baj, ha az "ifjabbak" nem hancurozással töltik az éjszakát - még mondják, hogy nincsenek generációs problémák!



Ezek után következett a mazsola: Bánkut - Év Térképe. Különleges, kitudó terep - felejtethetetlen élmény a töbrök - szabdalta Bükk-fennsíkron ilyen jó térképpel versenyezni.

Utolsó nap a Bükk 5 lappal futottunk, mezőnyrajtos indítással, s ezzel Jávorkuton véget is ért a sorozat. Hazafelé ijeszten csodálatos szerpentinén ereszkedtünk le, gyönyörködve az elénk táruló kilátásban. Ide a versenyeken tul kirándulni is boldogan eljövök bármikor...

A verseny résztvevőinek száma 150 körül volt, ennek nagy részét a finn válogatott keret tagjai tették ki. Sajnos a szőke északiak általában a rajt után egy-két órával jelentek csak meg, s áraztották el az erdőt. Versenyzési stílusukat - tájékozódási technikát, iramot - csak a mezőnyrajtmál figyelhettük meg. Finn barátainknak talán azok örültek a legjobban, akik "élve", sőt győztesen" kerültek ki a bányai nagy melegítő és trikócserékből. Felmerül egy kérdés: miért nem minősítő ez a versenysorozat? Kategóriák nem voltak, 2-3 különböző hosszúságú és nehézségű pálya körül választhatott minden induló izése vagy edzőjének utasítása szerint. Előfordult, hogy csuszott a rajt, nem volt pontos az időmérés - egy ilyen versenysorozat megrendezése igen komoly feladat - de mindezek nem csökkentik a "Petőfi Vándor Kupa" értékét. Nem felelhetett meg minősítő verseny követelményeinek, úgy érzem nem is ez volt a célja, hanem változatos terepeken, technikás pályákkal felkészülés, edzéslehetőség biztosítása.

Sajnálom, hogy kevesen használták ki ezt a lehetőséget, melynek színvonalát a jó térképek és rangos ellenfelek emelték. Jövőre érdemes lesz nagyobb figyelmet fordítani erre az új és - állítom - bevált kezdeményezésre.

---

A Kőbányai Lombik tájékozódási futól a Gyógyszergyár KISZ szervezetével közösen jól sikerült "kocogódelutánt" rendeztek március 22-én a Lombik Sporttelepen.

---

Új szakosztály alakult Hódmezővásárhelyen a Porcelán SK-ban, 60 felnőtt, 5 ifjúsági és 20 serdülő "versenyzőjelölttel". A felnőttek edzéseit Esch János irányítja.

---

Március 31-én nyílt váltóversenyt rendeztek Hódmezővásárhelyen a Városi Parkerdőben. Első futók uttörő fiúk, serdülő lányok és fiúk, második futók ifjúsági fiúk, kezdő felnőtt nők és férfiak, míg a befutók a minősített felnőtt nők és férfiak voltak.

---

A Soproni Városi Szövetség 30 fix ponttal edzőpályát létesített. A pálya térképe és használatát elősegítő tájékoztató megtekinthető a szövetség helyiségében /Ifjúság tér 27./. Hivatalos órák: csütörtökön 17,30-19 óráig.

---

A sportszerű viselkedés jó példáját mutatta meg Moór Sándor, a Zalka SE versenyzője a "Május 1" emlékversenyen. Pályáján segítség-re szoruló versenyzővel találkozott: a bokáján megsérült kislányt bekisérte a célba és ezzel a verseny feladására kényszerült.



## Az ikrek havában

### BAJNOKSÁGOK

Junius sportágunk egyik "nagy" hónapja lesz. Ekkor kerül megrendezésre az Országos Váltó-és az Országos Csapatbajnokság.

Még a legnagyobb nemzetközi versenyt, a Hungária Kupát sem előzi meg olyan készülődés, feszült várakozás és érdeklődés mint ezt a két bajnokságot. Érthető is, hiszen a bajnokságok a legfontosabbak. Ez adja meg a klubok igazi rangját, az egyesületek elsősorban a bajnokságokon való jó szereplést várják el szakosztályaiktól.

Először a Váltóbajnokságra kerül sor, június 2-án, Nagykanizsa környékén.

A váltóversenyek több tekintetben eltérnek az egyéni versenyektől. Itt érvényesül legjobban a taktikai harc. Döntő lehet a futók sorrendjének az összeállítás. Azt is iparkodnak kifürkészni, hogy a vetélytársak futóinál milyen a sorrend, mert ez is különféle taktikai megoldásokhoz vezethet. Messze itt a legnagyobb az idegek harca. Az idegfeszültség fias-kóhoz is vezethet, gondoljunk az 1971-es évre, amikor ugyszólván az összes élklub első futója rossz pontot hozott be. A váltóversenyen a befutás azonnal adja a végső sortrendet, ezért ez a versenyforma követhető legjobban, és ez a legizgalmasabb, különösen ha szorosak az eredmények. Tavaly a felnőtt férfiaknál a Spartacus-OSC párharc az utolsó futókig izgalmasan alakult.

Az OVB-nek nincs olyan nagy multja mint az OCSB-nek. Először 1967-ben rendeztek Országos Váltóbajnokságot. Eddig 7 alkalommal. Ezen a 7 bajnokságon a férfiaknál három klub osztozott. A Spartacus 3, a BEAC és az OSC 2-2 alkalommal lett váltóbajnok.

A nőknél az első két VB-t a Pedagógus nyerte, hogy azután átadja helyét a Spartacus-nak és a BEAC-nak. Előbbi háromszor, utóbbi kétszer győzött.

Az ifi fiuknál a BEAC három alkalommal lett első, a másik négy év bajnokságán négy klub osztozott: Ajkai ALU, Honvéd, Meteor és MAFC.

Az ifi lányoknál a Spartacus és az OSC 2-2 váltóbajnokságot mondhat magáénak, míg a MAFC, a Bakony Vegyész és a BEAC 1-1-et.

Mi lesz az idén? A csapatbajnokságra is nehéz jósolni, a váltóra még nehezebb, itt annyi tényező játszik szerepet. Egy bajnokság látszik biztosnak az ifi lányoknál a Spartacusé. A felnőtt férfiban a Spartacus-BEAC párharcot várhatjuk, bár a Meteor vagy a BSE győzelme sem lenne nagy meglepetés. Másé már igen. A nőknél a Spartacus és a BEAC küzdelmét a többiek csak nézhetik. Itt a 3.

helytől a kiesésig egyenlők az esélyek. Az ifi fiuknál nincsen esélyes.

A váltóbajnokságnál éves felkértetés van, és mindössze 6 csapat marad állva az OVB-ben. Ennek az a hátránya, hogy a férfiaknál a negyedik futóknál a váltók fele már rendszerint érdektelen.

A csapatbajnokságnak nagyobb a multja. Története egyidős sportágunk történetével. Az évek folyamán formája sokat változott. Régen többfordulós verseny volt, éveken át négyfordulós. Majd egy évig három, utána ismét hosszabb ideig kétfordulós. Most már évek óta egyfordulós, ami nem találkozik a klubok többségének tetszésével, mert a több forduló realitásabbnak tartják. Tavaly óta itt is, a váltóhoz hasonlóan bevezették az éves felkértést és a 6 bentmaradót. Ez mégkevésbé népszerű. Bár itt nem lehet a verseny utolsó harmadában-negyedében előre látni a biztos kiesőket mint a váltóban, a csapatok egy része eleve a bentmaradás reménye nélkül indul. De most nem erről akarok vitatkozni.

A klubok határozzák meg, hogy melyik futójuk melyik részlegben fut. Itt a taktikázás ezért inkább a verseny előtt van. Vajon kit hol indít az ellenfél? A küzdelem igen erős, de nem olyan idegtépő mint a váltónál. A CSB-n a csapatlétszámmal eggyel több futót lehet indítani, ha tehát egy futó "kiszáll", még nem olyan katasztrófális mint a váltónál.

A CSB nagy multja miatt nem szorítkozhatom az összes eddigi bajnokok felsorolására. Elégdjünk meg az utolsó 6 évvel. Kezdjük a felnőtt férfiaknál. Itt mégis tullepek a 6 éven. A Spartacus ugyanis egy ritka bravurt teljesített. Az utolsó 13 évben 11-szer volt bajnok, Sorozatát csak 1971-ben szakította meg a MÁV és tavaly az OSC.

A nőknél 3 BEAC, 2 Spartacus és 1 Pedagógus siker született.

Az ifi fiuknál a BEAC ugyancsak háromszor, az OSC, a MAFC és a Meteor 1-1 alkalommal, az ifi lányoknál a Spartacus háromszor, a BEAC kétszer, a Tatabányai Árpád Gimnázium egyszer volt bajnok.

Az esélyesek latolgatása hasonló a váltóéhoz: csak a Spartacus ifi női csapata látszik verhetetlennek. A felnőtt nőknél Spartacus vagy BEAC, más nem jöhet szóba. Nagy kérdés, hogy a felnőtt férfiaknál megvédi-e bajnokságát az OSC, vagy ismét visszahódítja a Spartacus, esetleg új bajnokot avatnak? Itt is a BSE és a Meteor gondolhat erre. Van még egy-két érdekes probléma: vajon az OSC női csapata, amelyik mind a váltóban mind a csapatbajnokságon a 6 évben 5-5 alkalommal állt dobogón, most hogy erősen meggyengült tudja-e tartani dobogós helyezését vagy akár a bentmaradását? Vajon az ifi fiuban az idén nagyon megerősödött MÁV, amelynek igen sok egyenlő jóképességű versenyzője van, ha igazán kiemelkedő egyenlőre nincs is köztük, a CSB-ben, ahol

döntő a sok jó átlagu eredmény, eléri-e a bajnoki címet és így tovább...

#### SEMMELEWEIS EMLÉKVERSENY

A Semmelweis EV őse a Vörösmarty Kupa volt. Ezt 1960-ban alapította a Vörösmarty Gimnázium Tájékoztatói Futó Szakosztálya. Eleinte csak ifjúsági verseny volt, majd fokozatosan lépett előre felnőtt másod-, majd elsőosztályú versennyé. Legutoljára a női I. o.-u kategória került megrendezésre, ez már Semmelweis EV idejére esik. A vándorserlegek a "Vörösmarty-korszakból" különböző elnevezésűek voltak. Volt Vörösmarty Kupa, Hittrich József serleg /a gimnázium egyik kiváló igazgatójáról/ Szép Ilonka Kupa stb. Amikor 1966-ban a Vörösmarty SK /mert már csak nevében volt kimondottan iskolai klub/egyesült az OSC-vel, akkor lett a Vörösmarty verseny az orvosegyetem névadójáról, Semmelweis Ignácról, a nagy magyar orvosprofesszorról, a magyar szabadság és az emberi haladás egyik éliharcosáról elnevezve.

Sokat változott helye a versenynaptárban. Eleinte, még "Vörösmarty-korában" koratavaszi verseny volt. Azután őszre tették, majd a MTFSZ kérésére, hogy az OVB előtt legyen váltóverseny /ekkor az OVB még ősszel volt/váltóvá alakították. Azután egyre hátrább szorult a naptárban, amikor utoljára volt váltóverseny, két éve, már az OVB után került sorra, aminek így túl sok értelme nem volt. Tavaly újra egyéni verseny lett, és az idén ismét tavaszra került, e viszontagságai most sem szűntek meg. Évek óta gyakori a terepnehézség: az őszi vadászati időszak miatt többször kellett változtatni, volt év, amikor el is maradt. Az idén új terepet kapott, de mire kijött a térkép, és a munkát meg lehetett volna kezdeni kiderült hogy a területen olyan katonai építkezés folyik, ami lehetetlenné teszi a verseny megrendezését. Így megint elmarad az új térképen való rendezés...

Végül Salgótarján térségére esett a választás. A jó térkép és a jó időpont reméljük segíteni fog a nehézségekben, talán egyszer majd csak sikerül megfelelő időben megfelelő

terepet kapni, és a verseny felfejlődik a klub sportágban elfoglalt helyének megfelelő színvonalra.

A sok változás /egyéni, váltó, egyéni/ miatt nem sorolom fel az utóbbi évek győzteseit, csak a tavalyi évet.

A férfiaknál Matti Mákinen, a nőknél Monspart Sarolta, a csapatban a BSE és a Spartacus győzött.

#### MAZURA EMLÉKVERSENY ÉS KOHÁSZ KUPA

A Mazura Károly EV és a Kohász Kupa az ősziak versenye. Nevét Mazura Károlyról az ősziak szerencsétlenség következtében elhunyt versenyzőjéről, illetve az egyesület jellegéből - őszi Kohász SE - kapta.

Valamikor csak Mazura EV volt, és éjszaka rendezték, majd előlépett kétnapos nappali - egyéni, egy váltó - versennyé. Ekkor lett a váltó rész Kohász Kupa. Pár év óta nemzetközi verseny, és ezért tavaly óta elit kategóriát is rendeznek. A nemzetközi jelleg eddig kevésbé domborodott ki: a környékbeli szlovák versenyzők képviselték a nemzetközi mezőnyt. Ezért nem szerencsés, hogy pl. a női kategóriában csak elit szám szerepel, hiszen ezen az egész országból maximum 15 versenyző indulhat, de miután úgy tudom a BEAC nem lesz itthon, már csak 9. Ehhez jöhet egy pár külföldi, és senki más, vagy ismét a jogtalan indulók töltik fel a mezőnyt?

A versenyt általában Ozd környékén az Ó-Bükkben szokták rendezni. Az idén felviszik a Bükk fennsíkra. A tavalyi OEB kitűnő térképei bizonyára nagy vonzóerőt gyakorolnak majd a nem éppen olcsó versenyre. /Távoli utazás, szállás./ A kétnapos verseny vonzó, az elit kategória miatt a minősítési lehetőség is biztosabb, így a férfi mezőny bizonyára nagy lesz.

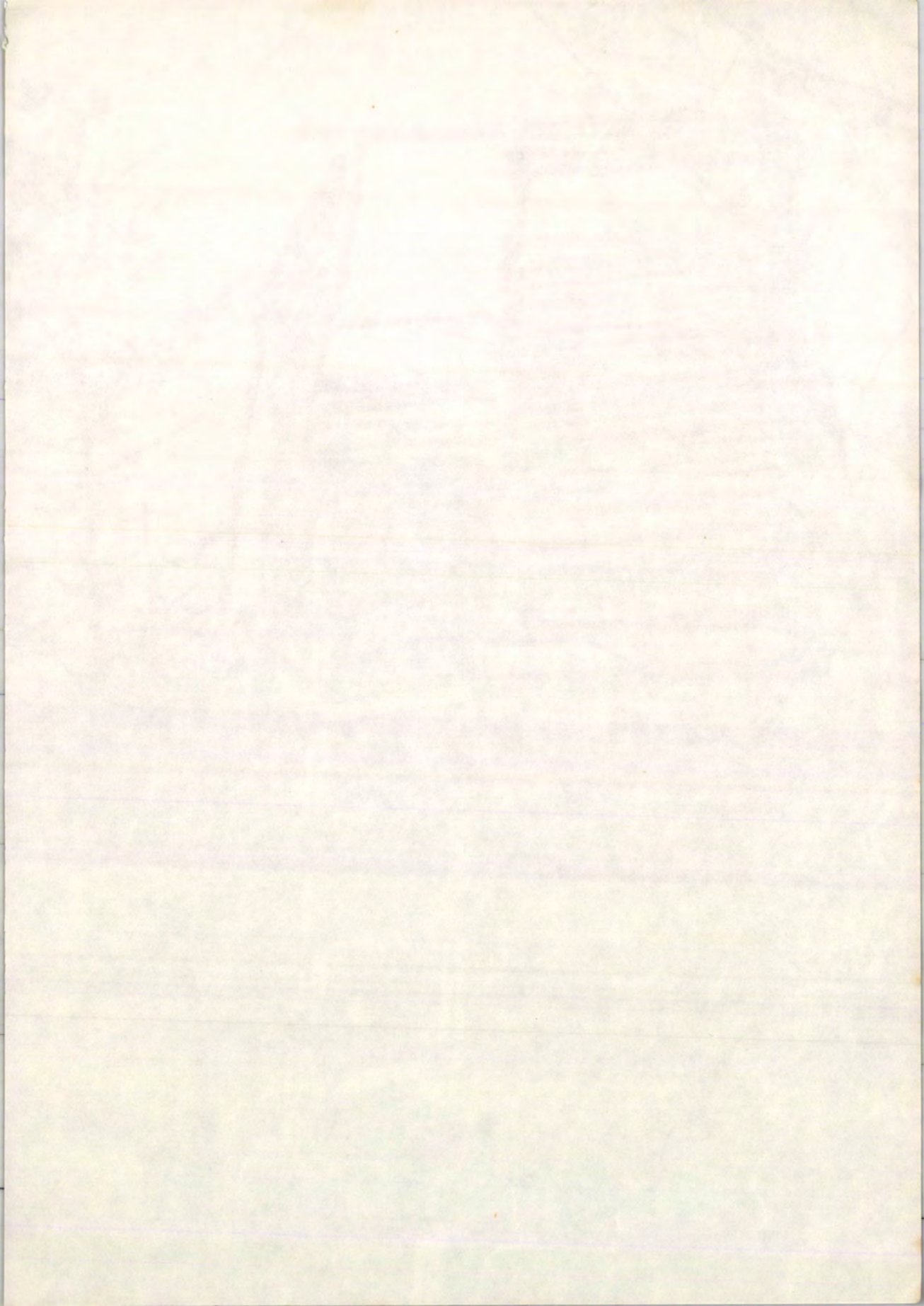
1970 óta a férfi csapatversenyt kétszer nyerte a Spartacus, egyszer az OSC, egyszer a Meteor, a nőknél háromszor a Spartacus egyszer a Pedagógus.

A váltót a férfiaknál MÁV, BSE, Spartacus, a nőknél egyszer a Pedagógus, kétszer a Spartacus. Tavaly a váltó eredményét megsemmisítették.

### TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614-Kiadja a Sportpropaganda Vállalat /1143 Budapest, Dózsa Gy. u. 3./ Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál /KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1./ közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3.-Ft. Előfizetési ára egy évre: 30.-Ft. /megjelenik havonta/. Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, 1081 Budapest, Rákóczi ut 57/a. Indexszám: 25827

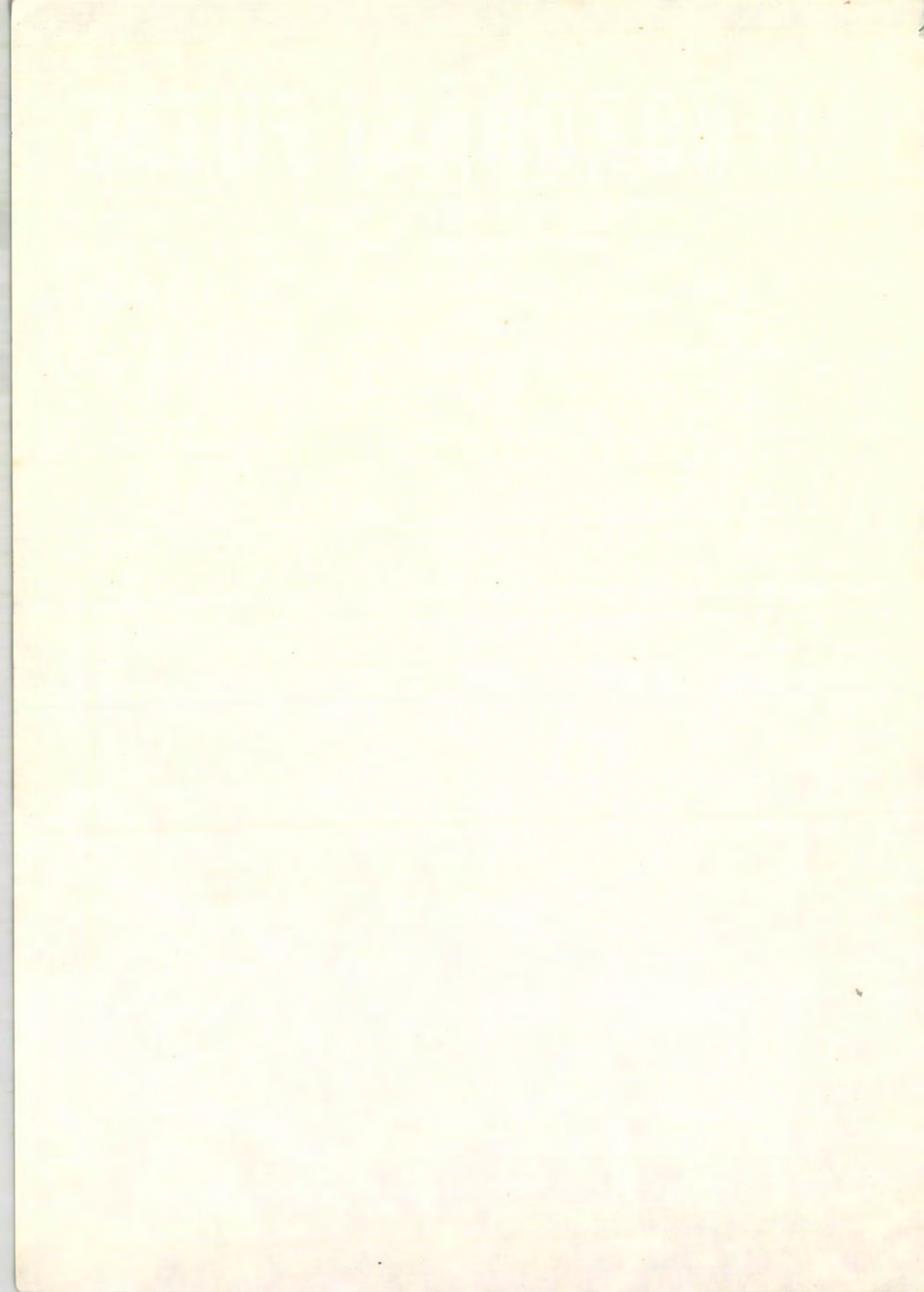




# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/6



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

6. SZÁM

## Merre kocogunk?

Lapunk ismét késve jelenik meg! Pedig a szerkesztőség igyekszik. Az olvasót persze az igyekvés nem érdekli. Ők a lapot várják, nem a mentegetődzést. Nagy igyekvésünkben, sietségünkben lassan ott tartunk, hogy átolvasni sincs időnk és energiánk a fotóezett anyagot, mert sietünk vele a nyomdába. Mint utóbb is. Amiről dr. Praefort László irt megértő sorokat:

"Megindulásától kezdve lelkes olvasója vagyok a lapnak, s ezért nem mulasztatom el, hogy felhívjam figyelmüket a lap ezévi 5. számának 2. oldalán megbujt elírására. /Bizonyára a "nyomda örödöge" a tettes.../ Az első hasáb alulról számított 4. sorában a "faximile" szó olvasható "facsimile" helyett /az előbbi alak hibás, mivel az utóbbi - helyes - alak valójában két szó, csak szakkifejezésként összeolvadva használható./"

Ilyen csunya hiba valóban ritkaság, párját ritkítja csak a tréfásan emlegetett "tyuxem" hasonlítható hozzá. Olvasónk sorait köszönjük, mert jól esik értesülni arról, hogy figyelemmel olvassák szerény írásainkat. Annyit azonban hozzátennénk: Ha lett volna időnk, szemünk, akkor kissé modernebbül, uj módokban fakszimilének vagy még helyesebben hasonmásnak irtuk volna.

Lassan három hónapja, hogy a Magyar Rádió által meghirdetett és a Magyar Tájékozdási Futó Szövetség rendezésében harmadszor megrendezett kocogó verseny, fesztivál vagy isten tudja micsoda utolsó résztvevője is elhagyta a pesthidegkuti vitorlázórepülőteret. De hátramaradt a mérhetetlen szeméten kívül a kérdés: ezt akartuk mi? A szándékunk mindenestre az volt, hogy aktív - s mint sportszövetség az egyetlen - részese legyünk e divatnak és lassan - lassan sportunk képére formáljuk a divatá vált kocogást. Indulásunk helyes volt, legutóbbi elképzelésünk is az: ezt kevesen vitatják. De az eredmény!

Tízezer ember a tavaszi réten! Kocogás, futás, rohanás, túlekedés, gyermeksisírás, sorsolás véget nem érően, rendezők szidása és hadd ne folytassam, mert az minden volt csak az nem amit mi szerettünk volna. Persze lehetne jobban rendezni, ravaszabb szisztémákat kieszelni a tömeg fékentartására, de a szellem kiszabadult s elsöpört minden józan megfontolást sokak, sajnos tulsokak fejéből.

Változtatni kell, alapvetően! Nem lehet célunk tízezer - legközelebb talán huszezer - levegőre, futásra vágyó egy időben, egy helyre való összetömörítése évente egyszer. Persze ennek az egyszeri monstre megmozdulásnak propaganda értéke igen nagy - ezért is csináltuk - de veszélyei is nagyok most már.

Keressük, kutatjuk a rendszeres, állandó, de azért időszakonként nagyobb versenyeket is lehetővé tevő kocogó formákat. Mert nem a szintiszta tájékozdási futást akarjuk megkedveltetni. Ez hiba lenne, hanem a sportunkhoz vezető fokozatokat kedveltetnénk meg.

Ötlet is van már elég. Jó részük biztosan megvalósíthatatlan, de még kipróbálni sincs erőnk. Nincs aki segítsen pedig - nem lebecsülve az egyesületek szervező szerepét - de ez is egyik módja továbblépésünknek.

A magyar tájékozdási futó sporttársadalom célja most már nem a mindenhol, mindenáron, mindenkinek való szervezkedés, hanem célja sportunk ha még oly kezdetleges formában való megkedvelterése.



Skerletz Iván

Erich Hansellmann: Az utánpótlás helyzete a svájci tájékozdási futásban, részletek, OL-1974/4. Fordította: Kempelen Miklósné

## Svájci utánpótlás

Az élsportban manapság egyre jobban elterjedt az az irányzat, miszerint versenyzőket minél fiatalabb korban kell megnyerni a sport számára, hogy idő legyen a kiképzésre és a lendő élversenyző megfelelő felépítésének kialakítására. Elismert tény, hogy a mozgásfajták fiatal korban sokkal jobban elsajátíthatók, mint felnőtt korban. Már a pubertás előtt többféle mozgást kell megismernie a kezdőnek, hogy a pubertás beköszöntése után elegendő idő maradjon e mozgások finomításához. Természetesen ez olyan sportágakra vonatkozik, melyeknél igényes technikai elemek állnak a középpontban /pl. művészitorna, gyorskorcsolyázás, sí, labdarúgás stb./.

A tájékozdási futásnál is megfigyelhető ez a fejlődés. Mindenesetre itt nem elsődlegesen a mozgás elsajátításán van a hangsúly, hanem inkább azon, hogy a fiatal futó sok térképtechnikai tapasztalatra tegyen szert, melyre majd mint élsportolónak szüksége lesz. Ehhez kell kapcsolódnia - az éveken át - tervszerűen végzett futóedzéseknek, hogy e képességet is az optimális szintre lehessen emelni.

Ahhoz, hogy valaki sportágunkban élsportoló legyen 12-14 éves korban kell elkezdenie a sportot, hogy a felnőttkorig elérhesse a megfelelő technikai és fizikai szintet.

A tájékozdási futásban nem a mozgásfajták begyakorlása az elsődleges. A terepen való futás azonban ide tartozik és minél előbb el kell kezdeni! Ha egy futó a felnőttkor elérésére nem képes elsajátítani az uthálózat nélküli terepen való futást, akkor fáradtságos feladat lesz megtanítani őt erre. Ezt a futástechnikát már 12-14 éves korban intenzíven kellene gyakorolni, lehetőleg játékos formában az aerob és anaerob kapacitástól függetlenül.

Mint válogatott edző, azt a feladatot kaptam, hogy a női csapat edzőnőjével együtt dolgozzam ki és kísérjem figyelemmel az utánpótlás nevelést.

1. Helyi utánpótlási szervezetek kiépítése Svájcban.

E pontban említett feladatok megvalósításához Svájcban különböző utánpótlási szervezeteket kell kiépíteni. Ez részint már megtörtént, részint folyamatban van. Ezek a szervezetek a következő feladatok előtt állnak:

a. Tehetségek felkutatása.

A tehetséges fiatalokat fel kell kutatni és meg kell szerezni az egyes területeken kijelölt szakembereknek. Ezeket a tehetségesnek ítélt sportolókat, tanfolyamokon, kisebb versenyeken /iskolai futásokon/, vagy már helyi iskolai bajnokságokon kell kiválogatni.

A futó kiválasztásánál ne csak az eredménylistán elfoglalt helye legyen az irányadó. A kornak megfelelő szellemi és biológiai fejlődéstegymás vonatkozásában kell megnézni /gyors, lassu/ növekedési eltéréseket figyelembe véve. Nem hanyagolható el továbbá a futó közvetlen környezete sem /az otthon, az iskola/.

b. Kiképzés.

Az egyesületek a kezdőknek világos és célratörő kiképzést adjanak. Meg kell tanítani a tájoló és a térkép használatára, és azt is: a futóedzéseket hogyan kell tervezni. Mint korábban említettem itt az ügyességre, utak nélküli terepen való futásra külön figyelmet kell fordítani.

Az élversenyzőknek már nincs ideje az alapvető képzésnél felmerülhető problémák megoldására. Előkészületeit céltudatosan a fontos versenyekhez, bajnokságokhoz, a terep és térkép sajátosságainak megfelelően végzi.

4. Foglalkozás a sportolókval

Ujra és újra azt hallani, hogy a túl fiatalon leigazolt tájékozdási futók elvesznek, mert hamar megunják a sportot. Ehhez csak a következőt szeretném mondani: Egyesek már 15 éves korban észreveszik, hogy rossz sportnál kötöttek ki, mások csak 25 éves korban, és vannak akik egyáltalán nem veszik észre... Ez a félelem kicsit megalapozott.



A fejlődés időszakában 12 és 20 év között a fiatalnak nagy problémákkal kell megküzdenie, melyet egyedül nem tud megoldani. A sport segítség lehet abban, hogy ezeket az éveket jobban átvészelje. Meg vagyok győződve arról, hogy a tájékozdási futás nagyon alkalmas erre. Az edzőknek fel kell ismerniük a tehetségeket, meg kell szerezni, majd kiképezni, és fiatal éveik során kísérméi és segíteni őket. Nevelési eszköz a sport. Szerintem nem elegendő, hogy az edző csak mint szervező vegyen részt a versenyeken. Sokkal fontosabbnak tartom, hogy az edző a fiatalokkal foglalkozzon, ellenőrizze az edzést, tanácsokkal lássa el őket, együtt állítsa velük össze az edzéstervet, kísérje el sportolót a versenyekre és beszélje meg velük az elért eredményeket.



Hanusz Mária

## Egy felmérés tapasztalatai

Az elmúlt évben a Budapesti Ifjúsági Bizottság megbízásából Sódor István, Hegedűs Zoltán és én foglalkoztunk az ifjúsági és serdülő versenyzők pályakitűzési problémáival. Hogy valamilyen elveket egyáltalán kialakíthassunk felmérést végeztünk. A felmérés célja a kezdő versenyzők ismereteinek megállapítása volt. Ugy gondolom, hogy az értékelés a kiindulási problémától függetlenül is érdekes lehet azok számára, akik kezdőkkel foglalkoznak.

Először felmérésünk hiányosságaira szeretnék rámutatni:

Általánosítható megállapításokhoz nagyszámú kísérletet kell végezni. Objektív körülmények ezt nem tették lehetővé: mi harminc gyerekkel végeztettünk el a feladatokat. Igaz őket teljesen véletlenszerűen választottuk ki, így véleményem szerint helytálló következtetésekre jutottunk.

Apróbb hibákat vétettünk a kérdések feltevésénél. Nem vettük figyelembe, hogy ilyenkor célszerű úgy feltenni a kérdéseket, azokra igennel-nemmel, vagy bizonyos - előre adott - változatok közül történő választással lehessen felelni. Végül is az "egyéb" rovat mindig rendelkezésre áll. Ez azért lett volna fontos, mert csak azokat a dolgokat írták le, illetve tudták megfogalmazni, amelyeket tudatosan végeznek. A teljes tudatosság viszont nem lehet követelmény kezdő versenyzők esetén.

Jó lett volna, ha az általunk körrel megjelölt objektumok közepét tüvel is beböjtük, mert sokszor logikátlanul is messze a kör közepétől fekvő pontszerű, vagy vonalas domborzati, vagy sikrajzi jelölést vették figyelembe, nem pedig a közepén levő szintvonalas domborzati objektumot.

Igyekeztünk némi elméleti ismeretekkel rendelkező, de kevés rutinnal bíró versenyzőket kiválasztani. Más kiválasztási szempontunk nem volt.

A vizsgált 30 versenyző nem szerinti megoszlása: 14 leány, 16 fiú. Életkoruk 12-17 évesig változott. Versenyzésük idejének megoszlása:

Még egy évet sem versenyezett:	18 fő
egy-két évet	5 fő
két-három évet	7 fő

Mindössze hatan indultak, edzőversenyeket is beleszámítva, tiznél kevesebb versenyen. Tiznél több, de husznál kevesebb esetben rajtoltak, és ugyanennyi azok száma, akik husznál is többször indultak. Többségük - tizen-nyolcan - hagytak ki pontot eddigi versenyek során.

Töbnyire ismerősök, illetve iskolai propaganda segítségével kezdtek el ezzel a sporttal foglalkozni. Sokuknak nem ez az első sport-

ja. A tájékozódási futással kapcsolatos terveik az élsport szempontjából nem túl biztatók: mindössze két fiú szeretne élversenyző lenni. Jó eredményekre a későbbiekben hat fiú és nyolc leány törekszik. A többiek kedvtelésből úzik, vagy nem adtak kielégítő választ.

Megkérdeztük őket a verseny előtti és alatti tevékenységükről. /Itt lett volna jó, ha más kérdést teszünk fel/

Bemelegítést kilenc fiú és három leány véghez. A térképet /méretarány, északi irány, pályafelépítése, stb.../ áttekinteni 2 fiú és 4 leány szokta. Az utvonálválasztás 4 fiuban és 3 leányban tudatosult, a térképolvást csak 1 leány említette.

Verseny előtti /adminisztratív/ teendőikkel tisztában vannak. A versenyzés lényege többségükben nem tudatosult.

A kérdéseket konkrét elméleti feladatok megoldása követte. Az első feladat térképen bekarikázott objektumok felismerése volt. A 17 alakzathól 10-eggyütt valamilyen domborzati is.

A feladat megoldásában általában a fiúk teljesítménye volt a jobb, de az övüké sem kielégítő. A domborzati idomok, különösen a szintvonalakkal ábrázoltak, felismerése szinte mindig egyiküknek problémát jelentett. Pl. egy meglehetősen markáns völgyet mindössze ketten ismertek fel, a többiek valamennyien gerincnek vélték. Az ismert idomok megjelölésénél is hiányzik a precizitás. Pl. metsződésselágazás, illetve metsződés vége helyett 23-an írtak egyszerűen metsződést.

A második feladat metszetszerkesztés volt.

Az eredmények itt sokkal jobbak. Tizenkilencen jó rajzot készítettek. A megoldások helyessége többnyire az életkorral párhuzamosan változik: az idősebbeké a jobb. Nyilván a térszemlélet életkortól való függése miatt tapasztaltuk ezt. Szinte valamennyiükben adott a domborzatlátás, csak fejlesztésre szorult. /A térképjeleket is meg kell tanítani, el kell sajátítani! /

Ezt követte egy egyszerű pályán az elképzelt utvonál berajzolása. Ezt a pályát igyekeztünk úgy kialakítani, hogy a pont sikrajzi alakulatok mentén minden esetben elérhető legyen, de ne ez a lehetőség legyen az optimális utvonálválasztás. Itt igen érdekes észrevételeket tehetünk az utvonálválasztást alapvetően a sikrajz határozza meg. A fiatalabbak kizárólag az utakat használják, logikátlanul is. Az utak közül sem mindig a jókat választják. Az idősebbek más sikrajzi vezetővonalakat is figyelembe vesznek. Közülük szép számmal találunk olyat is, aki irányban halad nem törődve pl. a sötétzöld jelzéssel. Az emberben az a meggyőződés alakul ki, hogy néhány egyesületben az iránymeneteket tanítják a tájékozódási feladatok egyetlen megoldásaként. A domborzatot, mint utvonál befolyásoló tényezőt csak akkor veszük figyelembe, ha nincs más lehetőség.

vagy ha a domborzati alakulaton ut halad. Bár akkor sem valamennyien. A térképet nem képek komplex módon felfogni. Utvonalválasztásukban alapvető szempont a biztonságra való törekvés. Inkább nagyot kerülnek, vagy rossz utvonalat választanak.

Végül valamennyiüknek egy olyan pályát kellett tervezniük, amelyen szívesen elindulnának.

Érzésem szerint ez a feladat többségük képességeit túllépte. Jó lett volna, ha az általuk elképzelt utvonalat ezen a pályán is berajzoltatjuk. Sajnos elfogadható pályát csak 14-en tudtak tervezni. /Ez is azt bizonyítja, hogy nem tudatosan versenyeznek. / A tervezett pályánál a rajt és a cél helyét ötletszerűen adták meg. A pontokat általában utra, markáns sikrajzi vezetvonalak kereszteződésébe helyezték el. /Öten adtak meg finom domborzati objektumot. / Az átmenetek többsége - a logikus utvonalon - felülmulta saját technikai színvonalukat, bár a pontok többsége uton is megközelíthető kevés utválasztással.

A pályák hosszának megadása elég szélsőséges volt. Többségük kevés szintes, 5-6 ellenőrzőpontos pályákat tervezett.



#### Összefoglalva:

A kezdő, vagy serdülőkorú versenyzők versenyzése nem tudatos. A térképjelek közül elfogadható mértékben csak a sikrajzi jeleket ismerik. Domborzati objektumokat általában nem, vagy csak körülbelül ismernek fel. Domborzatlátásuk alapjai megvannak, de felületek és fejlesztésre szorulnak. Utvonalat a sikrajz alapján választanak. A térképet nem komplex módon figyelik. Bár a vizsgáltak alacsony száma miatt nem igazolhatjuk, de véleményünk szerint képzettségük elsősorban a versenyzéssel eltöltött időtől és az életkortól függ. A nemüket azért vizsgáltuk külön, mert versenyen is elkülönülnek.

Jó lenne, ha a versenyzők felkészítésének folyamatában nagyobb szerepet kapna az ellenőrzés. Ezen azt értem, hogy az edzők nem csak tanítanak az ismereteket, hanem többiben meggyőződésnek azok elsajátításának mélységéről.

## Az ezredik

Óvodás korom óta sportolok. Anyu szolnoki asztalitenisz bajnoknő volt. Nagyon szerettem a sportot. Így természetes, hogy engem is sportszeretetre nevelt. Először balettozni tanultam. Mivel a csoport feloszlott más csoportot kerestünk. Sportiskolába iratkoztam tornászni. A következő évben is szerettem volna beiratkozni, de az igazgatónő nem engedte, hogy másik iskolában sportoljak. Következett az uszás. Uszni nagyon szerettem. Elég jól ment, de sajnos az uszoda vízére allergiás lettem, ettől a sporttól is el kellett bucsuznom. 1968 telén egy sítáborban vehettem részt Bánkuton. Nagyon megszerettem a síszt. Voltam városi serdülő bajnok is. Az edzőm Kozák Pista bácsi csak egy vitt télen színi, ha nyáron a tájékozdási futást csinálom. Végül annyira megszerettem a tájékozdási futást, hogy a síszt azóta csak kedvtelésből űzöm.

A IX. Nyári Uttörő Olimpia megnyerését Pista bácsinak és szüleimnek köszönhetem. A Megyei Uttörő Olimpia egybeesett ballagásommal. Először lefutottam a pályát. A célban Apu várt. Ő vitt át kocsival a ballagásra.

Sajnos az Egri Vasasban a tájékozdási futás megszűnt, ezért kerültem át az Egri Spartacushoz. Nehéz napok következtek... beilleszkedés az új csapatba. Ebben mindenki segített. Új edzőm dr. Nagy Árpád. Tőle kaptam becenevem a Macerát. Azóta a csapat Macerája, ha jó hangulat van Macerkája vagyok...

Tavasszal előfizettem a "Tájékozdási Futás"-ra. A Hermann Ottó emlékversenyen közölték velem, hogy a "Tájékozdási Futás" 1000. előfizetője vagyok, ezért egyhetes tatal edzőtáborozáson vehetek részt a VB-re készülő válogatott kerettel. Nagyon jól éreztem magam Tatán. Együtt edzhettem a nagyokkal. Nemcsak az edzések, hanem a beszélgetések során megismerhettem őket, tanulhattam tőlük.

Érdekes volt előfizetni! Kívánom, hogy a 2000. előfizetőnek is ilyen élményben legyen része.

Kármán Katalin

Edzőtáborozási lehetőségi az edzői tanfolyam gyakorlati tábora kapcsán  
július 29-től - augusztus 4-ig  
edzés lehetőség kínálkozik különböző hosszúságu és nehézségi pályákkal a  
Sátor-1 Camping  
környékén egyesületek és egyéni campingező versenyzők részére. Szállásról, ellátásról és térképekről /Méter 5/ mindenki maga gondoskodik. Részvételi költség alacsony, jelentkezés a helyszínen - időmérésről a rendezőt gondoskodnak.

Deseő László

## A pálya neheze

Álposan vizsgáljuk meg a tájékozdási versenypálya nehézségi fokát, annak összetevőit. Általánosságban úgy fogalmaznánk, annál nehezebb egy átmenet, minél távolabbról kell egy kis tereptárgyat támpont és vezetővonal nélkül megközelíteni - ha iránymenetről van szó: illetve minél kisebb támpontok, és vezetővonalak minél nagyobb száma egyenrangú és eltéveszthető variációja áll rendelkezésre - térképolvásós résztáv esetén. A kérdés azonban, tul szer-teágazó ahhoz, hogy mindenre kiterjedően meg lehetne fogalmazni. Sok minden befolyásolja még:


- A kitűzhető versenytávot minél több - teljes értékű - tájékozdási feladatra kell felosztani. Teljes értékű a feladat akkor, ha egy ponttól a következő pontig teljes koncentrációra van szükség ahhoz, hogy a versenyző maximális sebességgel, hibátlanul eljusson. A koncentráció fordítottan arányos a futó biztonságérzetével. Ez a biztonságérzet a ponton, vagy más ezzel egyenrangú fix ponton 100%-os, attól távolodva a "vakrepülés" hosszával arányosan egyre nő egy sajtóságos szorongás, amely csak a pont, vagy annak közvetlen környezetét felismerésekor szűnik meg. A szorongás, bizonytalanságérzet a döntő oka annak, hogy a versenyző soha nem futja - még hibátlan menet esetén sem - azt az időt, amit kiszalagozott pályán tudna. /Ez készletti őt ugyanis térképezésre és a tempó csökkentésére, akár tudatosan, akár akaratlanul. /Ez az oka annak is, hogy lejtéviszonyoktól és más futhatósági tényezőktől eltekintve, a sebesség a pontról kiindulva általában csökkenő tendenciát mutat, egészen a következő pont észrevételéig.

- Főiránymeneteknél van egy bizonyos hosszúságú szakasz - az indulás után - amíg a pontos helyzet /álláspont/ nem lényeges a versenyző számára, hanem csak a ponthoz közeledve - mintegy 200-400 m-re - kezdik egyre inkább szükségét érezni, hogy "helyre" tegye magát. Ez mindig lassuláshoz vezet, időbe kerül, eddig igyekszik minél gyorsabban főirányba futni. Ebből következik az ilyen típusú átmenetek ritkán nehezebben azáltal, hogy 800-1200 m-nél hosszabbak.

- A rövid átmenetek /sokszor van rá szükség a jó pályán/ általában - hacsak nem bozótosak - nem okoznak a versenyzőben kellő mértékű szorongást. Tul közel van a pont. Ezért sok esetben a pecsételést beleszámítva is gyorsabb az átlagos futósebesség ezeken a szakaszokon, mint egy hosszabb átmenetben. Ezt bizonyítják a sok pontos pályákon futott jó kilométer átlagok is.

- A hosszú átmenetek általában akkor jók, ha döntően különböző utvonalak választását ki-

nálják. Ezek hossza akár 2-3 km is lehet, de a hosszú átmenetek összhossza ne legyen mértéktelenül sok, mert nem marad kellő kilométerük az egyéb fontos feladatok kitűzésére. Nem jó, ha főiránymentes résztávot nyújtunk hosszúra, mert a lassu "önmagát helyreállítás" és a gyors főirányítás aránya túlzottan eltolódik az utóbbi javára, és így egy bizonyos feladat megoldására tul nagy távot használunk fel.

- A hosszú, közepes és rövid átmenetek helyes aránya nagyon fontos. Rövidből sem - hosszúból sem lehet tul sok. Törekedni kell a kb. 800-1200 m-es átmenetek minél nagyobb számban és a lehető legmagasabb nehézségi fokban való kitűzésére, a hosszú átmenetek szükség esetén, a rövidet mindig célszerű ezeknek alárendelni. Nagy átlagban az a jó, ha a teljes távot tekintve 800-1000 méterenként esik egy ellenőrzőpont. /Gyerekekre, kezdőkre nem érvényes!/  


Az előbb említetteket "általában" tartom érvényesnek, a konkrét helyzet megítélésében figyelembe kell még venni a lehetséges futósebességet és a verseny formáját, taktikai célját stb.

- A futósebesség az a tényező - azonos átmenetben - amelytől a végrehajtás biztonsága, illetve pontossága elsősorban függ. /Lassan haladva bármilyen feladatot a pályakitűzés pontosságával végre lehet hajtani. /Ezért a verseny nehezítése érdekében tegyük lehetővé, hogy a versenyző a térképileg / az előbb tárgyaltak alapján/ nehéz szakaszokat a lehető leggyorsabban futhasson végig. Elérhető tiszta erdővel, enyhe lejtővel, jól futható ösvényekkel stb. A pályán elkerülhetetlen szinteket adagoljuk lehetőleg olyan finoman, hogy minél kevésbé csökkenjen a sebessége. Ha nagyobb szintet kell egyszerre felvenni, ott oly lassan halad a versenyző, hogy csökken számára az átmenet technikai nehézsége. Az ilyen átmenetet szabhatjuk könnyebbre is, ha ezáltal egy előző vagy következő gyors technikás átmenethez jobb kiinduló helyzetet kapunk. Innen következik az a természetes megoldás, hogy vigyük a rajtot minél magasabban a cél fölé.

Az eddigiekben a nehéz pályát általában taglaltam, átmeneteire bontva. Az igazi jó pálya azonban azon kívül, hogy nehéz - még a verseny céljának is meg kell feleljen. Figyelembe veszi az első pont bevezető jellegét, a táv közötti változatosság, a taktikai lehetőségek, a helyenkénti gyors futás stb. igényeit is. Ha pedig nem egyéni, hanem csapat-vagy váltóverseny pályáiról van szó, még további taktikai szempontokat kell "beépíteni" és a tisztán elvi nehézséget helyenként ezeknek alárendelni.

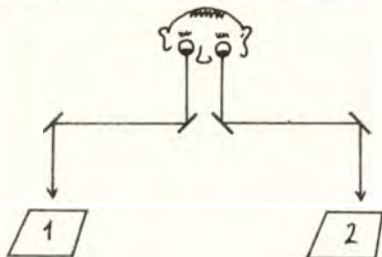
Hrenkó Pál

## Térben látva

Mér Euklédész görög matematikus felismerte, hogy például egy gömb felületéből két szemmel többet látunk, mint egyvel. Egyik szemmel ugyanis az egyik oldalból, a másikkal pedig a másik oldalból látunk többet.

Mondhatjuk úgy is, hogy egy kissé a tárgyak mögé látunk jobbról is és balról is. Ez a tér-látás vagy sztereoszkópia lényege.

Kepler rámutatott arra, hogy a térhatás két sílapon ábrázolt képpel is előidézhető. Természetesen olyan két különböző nézőpontból készített képről vagyis sztereo képpárról van szó, amelyek a térhatás előállítására alkalmasak. Wheatstone angol fizikus /1830/ ugyanannak a tárgynak két különböző nézőpontból látott képét rajzolta meg és úgy szemlélte, hogy egyik szemével csak az egyiket a másikkal csak a másikat látta. A két különböző perspektívájú kép egyggyé olvadt és az ábrázolt tárgy nem síkban, hanem térben látszott elhelyezkedni.



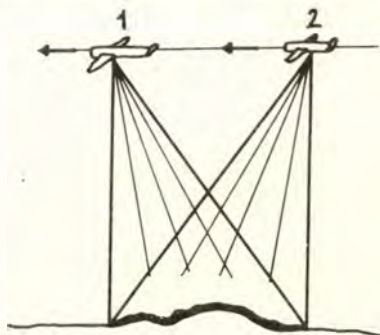
A szemlélet megkönnyítésére tükrös vetítési nézőberendezést, vagyis sztereoszkópot készített és ezzel megalapozta a sztereoszkópiát vagyis a perspektív képpárok térhatású szemléletét.

A fényképezés feltalálása lehetővé tette, hogy a földfelszín egyes részleteiről két különböző álláspontból térhatást nyújtó képpárt készíthessünk.

A térhatás csakis két szemmel érhető el. Fél-szemű embernek térlátása nincsen. Ő csak a kisebbedés és a távlati fátyolosodás alapján következtet a térbeliségre.

Az emberi szemközti távolság közel 6,5 cm. Ilyen kis távolságkülönbségből csak a közeli kis tárgyak mögé látunk kis mértékben, tehát csak ezeket szemléltetjük térben. Repülőgépről nagy magasságból ezért látszik a földfelszín síknak vagy laposnak.

A térbeli szemléletet úgy tudjuk javítani, ha szemtávolságunkat sokszorosára növeljük. Ennek egyik kézenfekvő módja a légifényképezés egy olyan módja amikor egyazon térképről készítünk két légifényképet egymástól többszáz méteres, esetleg kilométeres távolságra lévő felvételi pontból.



A térhatású légifénykép nézésekor a sztereoszkópban ugyanúgy látjuk a terepet, mintha egyik szemünk az egyik felvételi pontban lenne, a másik pedig a kilométeres távolságra eső másik pontban.

Rollmann/1853/rájött arra, hogy a képpár szétválasztására nem szükséges sztereoszkóp, mert a térhatás a szinkép kiegészítő színeivel is előidézhető.

Legalkalmasabb a célra a piros és kékeszöld kiegészítő színek alkalmazása. Az egyik perspektívájú képet piros, a másikat kézzel rajzoljuk vagy nyomtatjuk egymásra. Ebből a piros kékeszöld színzavarból úgy áll elő a térhatású kép, ha azokkal megegyező színű szemüvegen át szemléljük. Szemüveg helyett színezett celofán vagy fólia "szemüveget" használunk, amelyek egyik szeme piros a másik kék. A piros-kékeszöld színben nyomtatott térképet szemlélve a fólia piros színe a piros képet nyeli el, a kékeszöldet pedig sötétben láttatja sötétben. A megfelelő szem tehát így csak a megfelelő perspektív képet látatja és megjelenik előttünk a vizuális térbeli kép.

Rollmann eljárása alapján 1891-ben kezdte meg F.L.D. du Hanron a szabadalmazott szín-térhatású képpárok nyomtatását. Ő nevezte el színes nyomatait anaglypheknek, és innen kapta ez az eljárás az anaglif eljárás nevet.

Az anaglif görög szó, reliefet, vagyis domborművet jelent, tehát az anaglif hatás nem fedi az általa megnevezett kiegészítő színek, segítségével előidézett /hatást/ térbeli látást, a szintérhatást.

Ez azonban mint sok más esetben is, nem akadályozta az anaglif szó használatának.

Szín-térhatású térképek előállításával már a huszas években kísérleteztek. A Honvéd Térképészeti Intézet is már akkor kiadta a Budapest és környéke a Kékes és a Badacsonyi szintérhatású térképeit, illetve légifényképeit. Ezeket speciális fotogrammetriai műszerekkel állították elő. Kidolgozták a térbeli szemléltetés másik ügyes módját, amikor nem a terepet fényképezzük két felvételi szempontból, hanem a kis méretarányú térképet domborítjuk ki és ezt a kis domborképet fényképezzük a légifényképezéshez hasonló módon. Az így ké-

sített sztereo hatású képpárt azután kiegészítő színekkel nyomjuk egymásra és a nyomószínekkel azonos színszűrőkön át szemléljük. A mi általunk kiadott Pesthidegkut nevű szintérhatású térkép oktatás céljára készült. Rendkívül plasztikus szintérhatását ujszerű megoldással nyerte. Dombosztása és anaglif-ábrázolása Balla Sándor szakvezetése alapján készült.

Alapját a mintegy hét évvel ezelőtt készült 1:25000 méretarányú térkép képezte. Sok változással számolhatunk rajta. A Rozmaring TSZ például azóta már óriási kiterjedésű kertésztévé nőtt, de gombamódra nőnek a hétvégi házak is.

A részletes alaptérkép szintvonalrajza alapján domborforma készült. Kijelölt szintvonalak mentén kivágott réteglapok egymásra ragasztásával nyertük azt a formát, amely a felszint optimális mértékű domborítással szemlélteti. A domborforma alapján ezután a térképet speciális formázógépben domborítottuk. Domborításhoz a térképet eredeti nyomóleme-

zekről eredeti színeiben műanyaglapra nyomtatuk. Ezt a színes műanyagterképet a formázógépbe helyezve, megfelelő mértékű melegítéssel és légritkítással a domborformára mintegy rálöttyentettük. A domborformához simuló műanyagterkép lehülve markáns dombortérképpé alakult.

A színes dombortérképről két nézőpontból fényképfelvételt készítettünk. A felvevőgép pontos beállítása, a nézőpontok magassága és a köztük lévő távolság pontos meghatározása a jó domborhatás biztosítja.

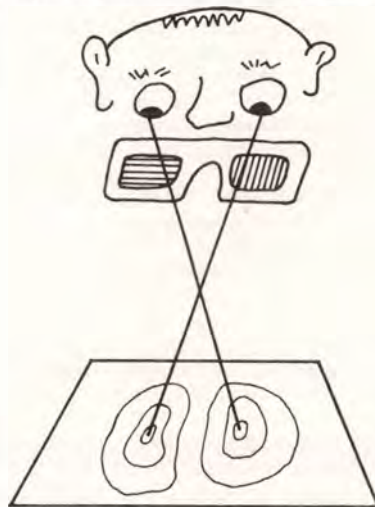
Ez a beállítás éppúgy mint a domborforma magassági torzítása vagy mondjuk hangsúlyozása szigorú szakszerűséget igényel.

A jó térhatást a domborítás és a felvételi adatok optimális torzítása mellett a térképen ábrázolt domborzatárnyékolás /summer/ is növelte. A színes domborított térkép két különböző nézőpontból készített, térhatást biztosító képpárját pontrácson /raszterfólián/ át másoltuk külön-külön nyomólemezeire. A nyomás piros és kékeszöld színekkel történt. A nyomószínek-

ben eltérés nem engedhető meg, mert a legkisebb színeltérés is a térhatás rovására megy. A nyomószínekkel szigorú összhangban készült a "színszűrő-szemüvegek" színezése is.

Az anaglif térkép helyes szemlélete megkívánja, hogy:

- a nyomatot egyenletes és tükrözésmentes fény érje, tehát a megvilágítás jó legyen.
- A színszűrő-szemüveget úgy kell szemünk elé illeszteni, hogy a piros a bal szemünk elé kerüljön, ezáltal helyes domborhatást nyerünk. Ellenkező esetben a tér negatív képe áll elő, vagyis a kiemelkedő idomok bemélyednek.
- Nézőpontunkat a térkép középponti részére főleg hajolva, afelett mintegy 25-30 cm maga-



san célszerű megválasztani. Ezáltal a térkép térarányai a legvalóságosabbak lesznek. A térkép felett jobbra-balra, illetve fel-lehajolva tapasztalhatjuk, hogy a hegyek nagymértékben eltorzulnak, megdőlnék, elnyulnak, a csúcsok hegyesednek és ellapulnak.

- Az anaglif nyomokat összehajítani, bepiszkolni, ráírni nem célszerű, mert ezáltal a térhatás nagymértékben elromlik.



Boros Zoltán

## Edzéstervezés

CSAK IFJUSÁGIAKNAK III:

Az erő, a gyorsaság és az állóképesség boncolgatása után, még a technikai képzés sajátosságainak ismertetése előtt okvetlenül szólni kell néhány, másodlagos képesség fontosságáról, azok fejleszthetőségéről.

Az ügyesség, a hajlékonyság, a lazaság, az egyensúly, vagy akár a térérzék is olyan tény, amelyet nagyon sokan született képességnek tulajdonítanak. Ez nem helytálló így. A korán felbukkanó tehetségek természetesen magukon hordozzák azokat a jegyeket, amelyek alapján gyorsan elsajátíthatják a mozgást, és a végrehajtás is gazdaságos. Ugyanakkor más fizikai képességekhez hasonlóan, ezeket is lehet gyakorlással fejleszteni és megszilárdítani.

Azt nem kell magyarázni, hogy egy tájékoztatósi futónak miért kell hajlékonynak lenni az erdőben és hogy miért fontos az egyensúly megtartása bizonyos tereptárgyakon vagy a térérzékelés haladás közben. Az ügyes versenyző a pusztán futómozgás mellett gyorsan elsajátítja és végrehajtja sportágunk speciális mozgásait is. A könnyed mozgás párosul a lazasággal, ami azt jelenti, hogy gazdaságosabban, kevesebb energia mennyiség ráfordításával leküzdhető egy-egy pályaszakasz, sőt maga a verseny is.

"Könnyű a fiataloknak"- állapítják meg az "öregebb" versenyzők, amikor már nehézkesen hajladoznak a bozótokban. Igazuk van, mert serdülő és ifjúsági korban lehet maximálisan kifejleszteni a most sorra kerülő képességeket.

### Az ügyesség

Nehéz meghatározni egy mondatban. Példákkal sokkal jobban lehet érzékeltetni, miről is van szó:

Abban a bizonyos Balogh Tamás-féle cikkben összehasonlítás történik a sok évvel ezelőtti serdülő korú atléta eredményei, edzésadatai és a mai ifi tájékoztatósi futók munkája között. Nehéz felfedezni az igazságot, mert az atlétáknak csupán a futómozgást kell elsajátítaniuk, azt az írás alapján meg is tették, pedig a monoton futás nagyobb pszichikai erőlködést kíván, mint a terepfutás. A térképes futóedzésekről pedig ne is beszéljünk.

A tájékoztatósi futónak szükséges egyik speciális ügyesség, a futás közbeni térképnézés, amikor a kéz mozgás ritmusának el kell térnie a lábétól. Méghozzá úgy, hogy maga a futósebesség lehetőleg jelentősen ne csökkenjen. A tájolóhasználat még mélyebbre visz a problémában, hiszen még nagyobb stabilitást kell biztosítani.

Az északiak rengeteget futnak térképpel. Ez óriási előnyt jelent a bejégződésben, hiszen

nagy tempó mellett is rááll a kezük a pontos iránytartásra.

Váltóversenyeken az együttes kifutásnál gyakori eset, hogy néhányan csak az első pont után tudják eldugni térképüket a térképtartóba. Ez lehet taktikai húzás is, de sokszor az ügyetlenség jele.

Az ellenőrzőponton a bélyegző és a karton kezelése "súlyos" másodpercekbe kerülhet az ügyetlenség révén.

A példából kitérünk, hogy a kézzel végzett mozgásokban döntő jelentősége van az ügyességnek.

### Hajlékonyság

Az a képesség, melynek segítségével a mozgásokat nagy kiterjedéssel tudjuk végrehajtani. Aki ezen a téren hátrányban van, az nehézkesen mozog az erdőben. Egy-egy nagyobb köre, farönkre a fellépés problémás. Az árkokon való átugrás gyakran rövidre sikerül, mert az első láb nem éri el a másik oldalt. Ezek után a hajlékonyság előnyeit már könnyű elképzelni.

A hajlékonyságot kedvezően befolyásolja a környezeti hőmérséklet. A verseny előtti bemelegítés mértékét is ez határozza meg. A reggeli órákban az izmok és a szalagok egyaránt rugalmatlanabbak, mint a későbbi napszakokban. Az ébredés utáni hajlító-nyújtó gimnasztikai gyakorlatok "felérnek egy edzéssel". Ami fontos: erőgyakorlatok egyoldalú alkalmazása rossz hatással van a hajlékonyságra.

Sportágunkban nagy szerepe van a vállizletőknek, a csípő és a gerinc-háti szakasz hajlékonyságának. Nem kell a tornászokat utánoznunk, de a könnyed, gazdaságos mozgást elő kell segítenünk a kifejlesztésével. A sérüléseket is megelőzhetjük ily módon.

Mivel a hajlékonyságot a serdülő és az ifjúsági korban a legkönnyebben fejleszteni, így ebben az időszakban kell az alapot lerakni. Az elért színvonal tartását a rendszeres gyakorlás biztosítja.

### A lazaság

Mozgás közben az izmok összehúzódnak és elernyednek. Az edzés, vagy a versenyzés folyamán általában mindig bekövetkezik az az állapot, amikor az elernyedés már nem teljes mértékű, sőt még később az egészen megszűnik. Az addigi harmonikus mozgás görcsössé válik. A kötött izmokkal folytatott darabos mozgás rohamosan fáraszt, ami egyben a sebesség csökkenéséhez vezet.

Az egész test tartásában, továbbá a hosszantartó munkában résztvevő izmok laza mozgásával jelentős erőt takarítunk meg. A fiatalok edzésében törekedni kell arra, hogy edzéseiket könnyedén, gimnasztikai gyakorlataikat pedig szabadon hajtsák végre.

Az állandó erőltetések, az edzés módszerek monotonosága, a minduntalan időrefuttatás ellensége a szép mozgásnak.

A lazaság elérésének sok fordítva van. Melegben sokkal kedvezőbb a mértéke. A téli futásokhoz melegen kell öltözni, a lazító-nyújtó gyakorlatokat megfelelő hőmérsékletű teremben szabad végezni, rendszeresen kell gimnasztikázni, a bemelegítés ne csak egy kis lötyögésből álljon. Az önszuggesztív edzés, amely közben minden izmunkat el tudunk lazítani, nagyon hatásos. A jógával foglalkozó könyvek bőséges tanácsokat adnak ehhez...

#### Az egyensúly:

a/ Az egyensúly az erőnléttel összefüggésben van.

b/ Az edzéseken is igyekezni kell nehéz, iabilis helyzetbe kerülni, illetve abból visszanyerni az elvesztett egyensúlyi helyzetet.

c/ A terephez, az egyenetlen talajhoz, a hirtelen irányváltoztatásokhoz hozzá kell szoktatni az egyensúlyt érzékelő szervünket.

#### Térérzék:

Nagy jelentőséget tulajdonítok ennek a képességnek. Nem úgy, mint egy artista esetében, de a nagyvonalú tájékozódásban, a látható tereptárgyak távolságának gyors és pontos megállapítása /"saccolás"/ fontos.

Azzal tisztában kell lenni, hogy az értékelés pontossága a távolság növekedésével romlik. Gyakorlati haszna az, hogy nem kell minden tereptárgyhoz odamenni, valamint keverés esetén megbecsüljük - emlékezetből - a megtett utvonall hosszát.

A távolságbecslést lehet gyakorolni sokféleképpen, uton-utfélen. Először durva különbségeket kell kijelölni és megmondani. Később már finom differenciálás lehet a feladat. Pl. 75 és 100 m. megbecsülése.

#### Z Á R S Z Ó

Minden képességet nem lehet egyidőben fejleszteni, de egyik sem élvezhet előnyt a másik kárára.



Schell Antal

## Vendéglátók sikere

Az idén immár negyedik alkalommal került lebonyolításra az európai Vásárvárosok Kupája. A rendezést ezúttal a csehszlovákiai Brno vállalta. Örvedetes, hogy az eddigi 5 vásárváros - Brünn, Budapest, Lipcse, Plovdiv és Poznan - mellett az idén már Bécs versenyzői is rajthoz álltak. Budapest válogatottja Cser, Fodor, Hegedűs, Schmiedmeiszter illetve Erdélyi, Hegedűs, Honfi, Horváth összeállításban utazott a versenyre. A csapatvezető Bánkuti János volt.

A csapat jó hangulatban érkezett Brűnbe, majd rövid ottartózkodás után tovább utazott szálláshelyére Jedovnicebe. Női csapatunk tulajdonképpen csak itt lett teljes, miután a BEAC versenyzői svájci turájukról visszatérve percnyi pontossággal érkeztek a kempingbe. Másnap délelőtt terepbemutatót vettünk részt, majd délután a Punkevní cseppkőbarlang és a Macocha szakadék megtekintése volt a program. Este került sor az ünnepélyes megnyitásra. Ennek keretében - a jedovnicai gyerekek legnagyobb örömeire - egy fuvószenekear kíséretében a csapatok a kempingtől elindulva végigvonultak a kis városkán, majd a fellobogózott sporttelepen megtörtént a verseny ünnepélyes megnyitása.

Szombaton reggel autóbuszszal indultunk a verseny tulajdonképpeni színhelyére Olsany-ba. A terep jellege fenyőerdővel borított dombvidék, helyenként meredek oldalú kis völgyekkel szabdaltva. A rajt idejére az eső is eleredt, de csendes nyári zápor lévén hamarosan el is állt, hogy aztán rövidesen újra rákezdhesen. Versenyzőink közül elsőnek Schmiedmeiszter rajtolt, majd Hegedűs Z., Fodor, Horváth, Hegedűs Á., Erdélyi, Cser és végül a mezőny utolsó futójaként Honfi vágott neki a pályának, amely a férfiaknál 11,6 km, a nőknél 6,3 km hosszú volt. A "kanyargós" célban izgulva vártuk a befutókat. Tartottunk a brűnni versenyzőktől, akik tavaly ugyan Budapesten nem indultak, korábban azonban jól szerepeltek, és most hazai terepen még veszélyesebbek lehettek. A sejtés nem volt alaptalan. Mind férfiaknál, mind nőknél az első két helyet hazai versenyző szerezte meg. Cser Borbála nem egészen két perc hátránnyal szorult a harmadik helyre, míg Horváth Attila ugyanilyen szoros eredménnyel szintén a harmadik helyet szerezte meg. A nőknél Fodor Cili a 6., Schmiedmeiszter a 10., Hegedűs Ági a 12. helyen végzett. A férfiaknál Hegedűs Z. 7., Erdélyi 8. és Honfi a 15. lett. Mindezek az eredmények azt jelentették, hogy a férfi és női csapat is a második helyen végzett, tehát az összetettben, a kupáért folyó küzdelemben is a másodikok lettünk. A gyönyörű hollóházi porcelán kupa - amelyet a BTFSz a tavaly általunk véglegesen elnyert plovdivi kupa helyett készíttetett - tehát Brűnben maradt.

Vasárnap voltak a váltóversenyek, ugyanazon a térképen, az egyéni versenyekkel azonos cíllal, illetve váltóhellyel. Vendéglátóink ismét bizonyították jó formájukat és mindkét kategóriában győztek. Mi ismét a második helyet szereztük meg.



Vasárnap délután a splovi barlang egyik hatalmas, cseppkövel gazdagon díszített termében került sor az ünnepélyes eredményhirdetésre, amely a blansko kamara együttes hangversenyével ért véget. Minden résztvevő számára örök élmény marad.

Még néhány szó a versenyről. Összesen 18 kategóriában 7 ország mintegy 600 versenyzője állt rajthoz. A térkép 1974-ben helyesbített 1:20000 méretarányu, benyomtatott pályákak: részletgazdagsága azonban lehetővé tette volna tájékozódásilag nehezebb pálya kitézését is. A térkép jó néhány értékes része nem volt kihasználva, több ellenőrzőpont markáns fel-fogóvonalon, vagy annak közvetlen közelében volt. Mindezeket a tényezőket a győztes idők is alátámasztják. A cél kialakítása első nap az S kanyar miatt hibás volt, még hazai versenyzők is leálltak a cél előtt 50 méterrel mert nem látták a kordon végét. A váltóhelyen a tájékoztatás nem volt megfelelő, az induló versenyző nem látta a befutót a sok várakozó miatt. Egyébként e néhány apróságtól eltekintve a térkép, a szervezés, az ellátás, a versenyen kívüli programok nagyon jók voltak és úgy gondolom, hogy minden résztvevő kellemes emlékekkel tért haza. Viszontlátásra Poznanban 1975-ben!

## Eredmények:

## Női egyéni:

1. Procházková Dana	Brno	49.28
2. Novotná Dobra	Brno	50.05
3. Cser Borbála	Bp.	51.14
4. Kretzhmar Heidrun	Leipzig	54.15
5. Radková Vera	Brno	54.25
6. Fodor Cecilia	Bp.	54.40
10. Schmiedmeiszter I.	Bp.	63.20
12. Hegedűs Ágnes	Bp.	64.00

## Férfi egyéni:

1. Tichacek Jiri	Brno	67.00
------------------	------	-------

2. Cigos Evzen	Brno	68.50
3. Horváth Attila	Bp.	69.00
4. Telecky Martin	Brno	73.15
5. Csenkei Harald	Wien	75.31
6. Lenhart Zdenek	Brno	76.20
7. Hegedűs Zoltán	Bp.	77.01
8. Erdélyi Tibor	Bp.	79.10
15. Honfi Gábor	Bp.	93.38

Csapat /női/	Csapat /férfi/
1. Brno 153.58	1. Brno 209.05
2. Budapest 169.14	2. Budapest 215.11
3. Leipzig 177.52	3. Wien 252.40
4. Wien 215.47	4. Leipzig 270.53
5. Plovdiv 219.40	5. Plovdiv 315.23
6. Poznan -	6. Poznan -

## VVK összetett:

1. Brno	363.03
2. Budapest	394.25
3. Leipzig	448.45
4. Wien	468.27
5. Plovdiv	535.03
6. Poznan	-



## Női váltó:

1. Brno /Radková, Novotná, Procházková/	95.19
2. Bp. /Fodor, Schmiedmeiszter, Cser/	105.30
3. Leipzig /Kretschmar, Unger, Keller/	114.05
4. Wien	124.02
5. Plovdiv	151.13
6. Poznan	-

## Férfi váltó:

1. Brno/Lenhart, Cigos, Tichacek/	118.31
2. Budapest/Erdélyi, Hegedűs, Horváth/	129.16
3. Leipzig /Tonn, Hohmann, Koch/	152.52
4. Wien	169.21
5. Plovdiv	219.52
6. Poznan	269.54



Danovszky Mária

## A Barátságos tengernél

Május 21-én reggel kis csapatunk repülőgépre szállt, délelőtt Várnában autóbusszra ült, s ebédre megérkezett a bulgárok nemzetközi versenyének színhelyére. A Zlatni-pjaszaci /Arany-homok/ nevű szép tengerparti üdülőhely lakója volt ekkor még egy-egy szovjet, német, román, osztrák, angol és két bulgár csapat.

Szerdán terepbemutatón vettünk részt. A terep nem túl szintes, eléggé tagolt, bozótos, dúss növényzettel. A térkép szemre jónak látszott, de futás közben hamar kiderült, hogy sem a sikrajz, sem a finom domborzat ábrázolása nem fedti a valóságot. Ezután másnap az egyéni verseny térképe kellemes csalódást okozott, úgy látszik csak ezt a darabot javították. Igaz, több helyen találtunk fehér-tiszta erdőnek jelzett, de inkább sötétzöld színt kívánó területeket is. Mindkét pálya inkább fizikailag volt nehéz, mint technikai szempontból. Az eredményeket erősen befolyásolta, hogy ki mennyi bozóton vágta át magát a fehér területeken. A férfiaknál feltűnő volt a szovjet fölény a nőknél váratlan az NDK-s Rita Winkler győzelme!

Eredmények:

Nők:

1. Rita Winkler	DDR	1.07.31
2. Monspart S.		1.08.23
3. Klepickaja		1.09.00
8. Danovszky M.		1.19.54
10. Szopori É.		1.21.31

Férfiak:

1. Gluckó A.	SU	1.25.37
2. Krupfganz R.	DDR	1.27.03
3. Korezsevszki G.	SU	1.29.02
5. Vajda G.		1.29.35
13. Sótér J.		1.35.50
15. Bozán Gy.		1.38.43

Csapat/nők/

1. Magyarország	2.28.17
2. Bulgária	2.28.20
3. NDK	2.28.59

Csapat /férfiak/

1. Szovjetunió	2.54.39
2. Bulgária I.	3.00.19
3. Bulgária II.	3.00.56
5. Magyarország	3.05.25

Másnap a váltó következett. Félelmetes volt a tömeg, a rendezés, pontosabban a káosz.

Szerencsére a nemzetközi kategória első futóit a hazai mezőny előtt indították, a következőképpen: a rendezők sorsolással eldöntötték, hogy pl. a 6 női első futó közül kettő az első, kettő a második, kettő a harmadik pályát futja. Ugyanugy sorsolták a második futók pályáit, a

harmadikok vitték ami maradt. Mivel mindenki borítékban kapta a térképét, amit csak a rajt



pillanatában bonthatott ki, s a célban rögtön elvették, senki sem tudta, hogy ki milyen pályát futott, illetve, hogy minden csapat minden pályát lefutott-e.

A ragadás viszont veszélyes volt, rossz pontot is bélyegeztek néhányan /szovjet női csapat/. Számomra külön meglepetést is tartogatott a boríték, mivel térképen sem egyenes, sem ferde, semmilyen északvonal nem volt. Reklamálásomra mutogatták a térkép szélét. Az tényleg volt. Sajnos ez az egy nyomdahibás térkép verseny után nem került elő. A pálya is nagyon tetszett, gyors volt, változatos, sok ponttal, szerintem az egyéninél sokkal jobb térképen.

Nyerni itt sem tudtunk, de lenyűgözött engem az, hogy ebből a váltóversenynek nevezett hatalmas rendtelenségből nyertesek és helyezettek kerültek ki...

Ezek:

Nők:

1. Bulgária	2.00.31
2. Magyarország	2.06.03
3. NDK	2.18.43

Férfiak:

1. Szovjetunió	2.00.58
2. Magyarország	2.05.50
3. Bulgária II.	2.09.54

Harmadik nap. Éjszakai verseny férfiaknak, nőknek. Rengeteg induló volt itt is, csak a női mezőny legalább 80 fős. A terep: lakóhelyünk környéke. A pályák második fele az üdülőlőhely parkjai, szállodái, táncparkettjei, kivilágított sétányai között vezettek a vacsoráról hazatérő nyaralóközönség örömeire. A térkép egy-két furcsaságtól eltekintve egészen jó, nekem az volt váratlan, hogy a pontok nem voltak megvilágítva. A magyar csapat itt szerepelt először jól a várakozásnak megfelelően.

## Férfiak:

1. Sötés J.		1.19.38
2. Conrad H.		1.24.16
3. Bozán Gy.		1.28.35
5. Vajda G.		1.34.44

## Nők:

1. Sukvieva	BG	47.48
2. Kaneva	BG	52.08
3. Monspart S.		1.03.25
26. Danovszky M.		1.32.33



Negyedik nap. "Echo" kupa egyéni verseny, szintén az üdülőlőhely térképén. Minden kategóriában kb. 2000 ember rajtolt a helység centrumából. Ez is félelmetes volt, mivel mindenki más irányba indult. A nők 10 pontjából 6, a férfiak 16 pontjából az első 10 tetszőleges, a többi kötelező sorrendben éríndhető. A férfi pálya rendezésébe kis hiba csuszott, a 10. pontra előbb értek a versenyzők, mint a bója, ezért a versenyt itt többen befejezték. Sötér Janó ekkor már ismerte a helyi elvet, miszerint versenyt feladni vétek, így megnyerte az Echo" Kupaversenyt is.

## Férfiak:

1. Sötér J.		1.15.10
2. Stoev L.	BG	1.24.22
3. Harper	GB	1.24.23

## Nők:

1. Monspart S.		1.02.21
2. Szabó K.	R	1.08.15
3. Stepanova	SZU	1.08.16
5. Danovszky M.		
11. Szopori É.		

Simionescu Simicel Paul

## Szomszédok példája

1974-re Romániában több változtatást vezetünk be a tájékoztató sport fejlődése érdekében. Először azonban a tavalyi év legjobb versenyzőit közlöm.

## Nők:

1. Szabó Klára	98	6. Scully Ileana	59
2. Chiurlea Paula	94	7. Sisu Auróra	41,5
3. Szabó Piroška	83	8. Horváti Ildi	41
4. Ticleanu Georgeta	74,5	9. Simon K.	38
5. Baicu Ecaterina	65,5	10. Lita Georgeta	37

## Férfiak:

1. Ciobann Dimitru	126	6. Lexen Gerald	73
2. Gheuca Ion	107	7. László Kálmán	70
3. Horváti György	97	8. Ticleanu Mircea	69
4. Konreich Tiberiu	91	9. Laza Stefan	61
5. Albici Gheorghe	85	10. Mutu Ion	59

A rangsorolás pontozás alapján történt, amelynek rendszerét 1974-ben megváltoztattuk, mivel az országos bajnokságok rendszere is megváltozott.

Ebben az évben a pontozás a következőképpen történik:

Helyezés	Balkán-bajnokság		Egyéni felnőtt bajnokság	
	N	F	N	F
1.	50	50	35	35
2.	30	30	27	28
3.	20	20	24	26
4.			21	24
5.			18	22
6.			15	20
7.			12	18
8.			9	16
9.			6	14
10.			3	12
11.				10
12.				8
13.				6
14.				4
15.				2

Helyezés	Egyéni		Csapat	
	N	F	N	F
1.	12	15	10	10
2.	10,5	14	8	8
3.	9	13	6	6
4.	7,5	12	4	4
5.	6	11	2	2
6.	4,5	10		
7.	3	9		
8.	1,5	8		
9.		7		
10.		6		

A nőknél 5, férfiaknál 4 verseny eredményét vesszük figyelembe. A legmagasabb pontszámot elérő nő vagy férfi az év legjobb sportolója. Egyenlő pontszám esetén előnyben részesül az, aki kevesebb versenyen magasabb pontszámot ért el. Ami az országos bajnokságot illeti bevezettük a férfi éjszakai csapatbajnokságot, melyen 2 fős csapatok indulhatnak, 2 térképpel, de csak egy kartonnal.

A nő nappali csapatbajnokságot megszüntettük.

1975-től címet kívánunk adományozni azon sportegyesület 3 férfi és 3 női versenyzőből álló csapatának, mely az egyéni felnőtt "A" bajnokságon a legjobb összesített időt éri el. Megegyeztünk, hogy ezt a címet nem ítéljük oda, ha az egyesület nem vett részt a junior /kis junior: 14-16, nagy junior 16-18 évesek/ bajnokságon legalább egy-egy fiú és leány csapattal.

Országos bajnokságaink Beszterce-Naszód megyében lesznek szeptemberben: 2-3-án a gyermek, a kis-, és a nagy juniorok: 4-6-án ifjúsági és felnőtt "A", "B", valamint veterán bajnokság mindkét nemből. 1-én és 2-án férfi éjszakai csapat-, majd 7-én férfi és női váltóbajnokság lesz.

Az FRITA-CCOT Kupa /a szövetség tájékoztató bizottsága a szerk./

- téli szakasz március 1-2 Paltinis
- éjjeli szakasz június 21 és 22. Branesti-Cernica

VOINTA egyesületek /kisipari szövetkezetek egyesületei/ bajnoksága zónánként: V. 26. Arad, VI. 2. Olt, VI. 9. Suceava, VI. 16. Maros, VI. 23. Braila.

Döntő: Brassó Pojána, október 10-13.

A szakszervezeti egyesületek bajnokságának döntője: VII. 11-14. Ifjúsági Kupa: egyetemistáknak döntő Kolozsvárott, gyermekeknek /2 fős csapat/ és ifjúságiaknak Branesti-Cernica VI. 28-30.

Ezenkívül a CCTO naptár még 8 nemzetközi pontszerző versenyt és 42 megyei versenyt tartalmaz. A felnőtt "A" kategóriás bajnokságain csak azok a sportolók indulhatnak, akik évközben ellenőrző próbákon vesznek részt.

A jobb eredményekre való ösztönzést szem előtt tartva új osztályozási rendszert vezettek be.

- érdemes mester - világbajnokságon egyéniben I-III. helyezést kell elérnie.
- mester - az alábbi követelmények egyikének kell eleget tennie:
  - IV-VI. helyezés világbajnokságon
  - I-III. " Európa-bajnokságon
  - I-III. " 5 nemzetközi versenyen, melyen legalább három ország vett részt.
- öt országos bajnoki cím

Kötelező legalább két megyék közti versenyre alkalmas terep térképének helyesbítése.

- I. osztályú - következő követelmények egyikének felel meg:
  - az év legjobb sportolója rangsorolásban 1-10 hely nőknél, 1-20 férfiaknál.
- I-III. helyezés olyan versenyeken, ahol megyei vagy "departamentális"/pl. Vointa/ válogatottak vettek részt.
- legalább három, FRITA-CCOT naptárban szereplő versenyen a győztes idő +15%-nál kevesebbet futott.

Kötelező módon részt kell venni, mint a versenybizottság elnöke vagy mint pályakitűző legkevesebb három gyermek vagy junior számára kiírt verseny rendezésében.

A II. osztályú feltételeket kevésbé érdekeselek, ellenben a III. osztály helyett bevezettük a juniorok kategóriáját.

A versenyek jobb minőségének és tárgyilagosságának biztosítása érdekében 1974-től központi bírói és ellenőrző testületet hoztunk létre.

Ezeket a bírókat az I. oszt. bírók közül válogatták ki és a testület összetételét minden évben felújítják.

A tájékoztató minőségi fejlesztése érdekében kijelöltünk 15 terepet, melyek alkalmasak megyék közötti versenyek rendezésére.

Az 1974 évi válogatott keret a következő: Felnőtt férfiak: Ciobanu Dimitru, Horváti György, Tőkés Béla/Kolozsvár/, Gheuca Ion, Albici Gheorge, Ticleanu Mircea, Galateanu Lucian, Bacs Andrei/Bukarest/. Mutu Ion /Szeben/ Felnőtt nők: Szabó Klára, Szabó Piroksa, Horváti Ildikó, Szántai Éva/Kolozsvár/, Churlea Paula, Ticleanu Georgeta, Baicu Ecaterina, Scully Ileana, Sisu Aurora, Cotitosu Alieta /Bukarest/

Férfi ifjúságiak: Fey Sándor, Pölnitz László /Kolozsvár/, Henning Kurt, Pisu Nicoale, Bögendorfer Mihai, Fleischer Günther/Szeben/ Barkász Dániel/arad/, Papuc Constantin /Bukarest/, Rosu Gheorge/Jászvásár/, Músham Gerald, Acker Reinhold /Brassó/ Ifjúsági nők: Oprisiu Cornelia, Moraru Angela Ispas Natalia, Tanase Mariana/Kolozsvár/, Stan Neli, Luchian Maria/Jászvásár/, Patroi Sanda /Craiova/ Anitas Crina, Moldovan Rodica /Szatmár/, Iancu Maria/Fieni.Dbv./

Junior férfiak: Kiss András, Podar Horia, Popovici Adrian, Horváth Zoltán, Roth Ion, Marton Sándor/Kolozsvár/, Honigberger Wolfgang Graef Klaus/Brassó/, Zimmer Herbert, Kéméndi Kálmán, Bögendorfer Ion /Szeben/, Land Arthur, Jiga Florin/Beszterce-Naszód/ Farkas Lajos, János Zoltán/Csiksztereda/. Junior nők: Kormanics Márta, Antal Rita, Sonkodi Ildikó, Strut Ileana/Szatmár/, Tulbure Daniela, Cirmaci Maria, Vintu Rodica, /Beszterce-Naszód/, Zágoni Julia, Orosz Julia, Sandu Rodica/Kolozsvár/, Ignat Silvia, Ignat Luminita, Badec Valentina /Gh.Gh.Dej/, Pienteanu Lucia/Giorgu/

Kempelen Miklós

## Vasutasok jubileuma

A Vasutas Kupa évek óta sportágunk nagy rendezvényei közé tartozik. Ezévből különös nyomatékot adott a 25 éves jubileum, és a Bp. MÁV SC élt is a lehetőségekkel - monstre versenyt rendeztek.

Külsőségeiben a verseny tartotta színvonalát - jó propaganda, szép kiállítású versenyfüzet - pontos rajtlistákkal - csucslétszámú induló stb. - és az a tény, hogy a Bp. MÁV erőit nem a külsőségek továbbfejlesztésére, hanem a verseny lényeges elemeire koncentráltta, nagyot lendített a rendezvény színvonalán. Nem ártott az eseménynek, hogy a tavalyinál néhányal kevesebb zászló lengett, de sokat segített az a hatalmas erőfeszítés, amit az eredményközlés és hirdetés pontossága, gyorsasága érdekében tettek. Nem ártott, hogy nem volt jubileumi fejléc, és benyomatott pálya, de sokat használt, hogy ezuttal jó minőségű, és egységes felfogásban javított térképpel futottunk.

A terep kiválasztása jól sikerült. Budapest közelében gyakorlatilag idegen terepen, reális feltételek között versenyeztünk. Természetesen a hatalmas létszám nem tette lehetővé a versenyzőközpontnak a terep közelében való telepítését. Ilyen tömeg öltözési és egyéb ellátási feltételeire csak Vácot kínálkozott megoldás. Az ebből adódó szállítási feladatokat az autóbuzskonvojok jól megoldották. Örvedetes tény, hogy sportágunk fejlődésével időszerű problémává válik a versenyzőközpontok kérdése. Az ezres nagyságrendű résztvevővel bonyolódó versenyek időszakába léptünk, kinőttük a terepek közelében lévő falvak kéttantermes, három lavóros kerekasztal általános iskoláit. /Lásd a három nappal később készített, rendezett Május 1. ev-t./ A Budapest MÁV rendezői ezen a téren előre tekintettek.

A verseny egyik leglényegesebb elemén a pályakitűzésen látszott, hogy a Bp. MÁV SC élversenyzőinek "terméke". A krónikás nem mondhat részletes bírálatot a pályákról, mivel a 25 kategória pályáiból mindössze egyet futott végig. Önmagáért beszélő tény azonban, hogy itt verseny után nem a pálya, hanem az eredmény volt a fő téma. Ha az Év Pályája díjra nem is pályázhat majd a Vasutas Kupa, de a pályakitűzők munkáját dicséri: egyöntetű a vélemény: átlagosnál jobb és reális pályákon alakultak ki az eredmények. Jól sikerült a pontok felszerelése is. Egységes felfogású volt az elhelyezés, kivételként csak a váltóverseny sokat vitatott "nyiladék"-pontja említhető. Pontosabban megnevezéssel és kevésbé "szigoru" elhelyezéssel ezt a "kis" hibát kiszűrheték volna. És ha már a "mini-hibák"-nál tartunk, megjegyzést érdemel az egyéni verseny

rajtjának nem túl szerencsés elhelyezése, melynek közelében bemelegítésre gyakorlatilag nem volt lehetőség lökdösbédés nélkül. Külön említést érdemel viszont a zsirkréta-elhelyezés. A tavaly bevezetett újítás ezuttal feladata magaslatán állt. A pontokon jól láthatóan és hozzáférhetően elhelyezett nagy számú kréta tökéletesen kiszűrte mind a bolyban futásból, mind az egy-egy zsirkréta leszakadásából, megsemmisüléséből adódó zavarokat. Ennek különösen a váltóversenyen volt nagy jelentősége.



A váltóverseny pályáiról az egyénihez hasonló vélemény alakult ki. Sajnálatos volt viszont a verseny időpontjának kitzűzése. Nem tudjuk mi kényszerítette a rendezőseget, hogy hétfőn rendezzék a váltószámokat - bizonyosan kényszerítő ok volt - de az tény, hogy ez a mezőny "krémjének" távolmaradását okozta. Így történt, hogy a váltó a jó feltételek ellenére is másodrangú eseménnyé süllyedt, nem volt méltó folytatása a nagyszabású egyéni-rendezvénynek.

Befejezésként elmondhatjuk, hogy idén a Vasutas Kupa végre minden tekintetben annyit, vagy valamivel többet nyújtott, amennyit már évek óta joggal várhattunk. Remélhetőleg ez nem csak a jubileum tiszteletére van így. Nem további fejlődést, hanem az ideit szint hosszú ideig való tartását várjuk.

## Újra a Zuppán

Április végén, május elején 8 nap alatt 5 versenyt futhattak a vállalkozó szellemű, s kellően felkészült versenyzők. Ez, az alig több, mint egy hét tulajdonképpen tökéletesen beilleszthető volt a formábahozó időszakban.

A Vasutas Kupa két napja, egy nap szünet, Május 1. ev. ujjabb két nap szünet után a Bükki Kupa és a Hermann Ottó emléktverseny következett. Az ötös széria közepén volt a Május 1. emléktverseny.

Hagyományait tekintve régi versenyt: bár rövid kihagyás volt a sorozatban. Az ujjakezdés után a rendezőgárda "fiatalított", s a pályakitűzés szemléletében közel került a versenyzők-höz. Az egyébként rutinos, sok tapasztalattal rendelkező "öregék" s a bevont fiatalokból álló rendezőgárda az utóbbi években az év egyik legjobb versenyt produkálta. Így volt ez ebben az évben is. Nem csináltak semmi különöset, de szervezésben, jó pályákon fúthatott az igen szép számú, külföldiekkel gyarapodott mezőny. Munkájukat ugyan nehezítette az a két tucat bulgár versenyző, akik a versenyt megelőző napon jelezték részvételi szándékukat, de ment minden simán...

Az elmúlt év őszén, a November 7. emléktversenyre készült térkép az ideai év elején több versenynél volt színhelye, de jól sikerült vonalvezetéssel a pályák nagyrészt egyenlő feltételeket biztosítottak. A férfi felnőtt I. o. pálya például a térkép peremén vezetett körbe, s szinte valamennyi versenyzőnek új területet jelentett.

Mivel a verseny napján ömlött az aranyat érő májusi eső, megnehezítette versenyzők és rendezők dolgát egyaránt. Ennek ellenére simán, jól zajlott le a viadal.

Az I. o. kategóriákban a férfiaknál a térképismeret előnyét élvező Bozán György győzött, nőknél Monspart szerezte meg az első helyet, ezuttal szoros küzdelemben, Cser Borbála előtt.

Az alsóbb osztályok közül az ifjúságiaknak volt válogató a verseny. Itt a fiuknál Harká-

nyi /K. Lombik/ győzött, a leányoknál Dobosi E. /Spartacus TE/ szerezte meg az első helyet.

Összegezve: jó szervezés mellett, jó pályákon zajlott a verseny, noha az időjárás 8-10 perccel meghosszabbította a győztes időket.

Pataki Zsolt

## Cáfolat

Nem tagadom, az ideai Vasas Kupára is egyes érzelmekkel indultam el. Indultam, de nem készültem, mert egyrészt az én korosztályom esetében nem róható fel, ha néhányunkat egyre gyakrabban már csak Coubertin eszméje vezérel ki az erdőbe, másrészt e vegyes érzelmeket - úgy hiszem - egy-két korábbi Vasas Kupa indokolta is. Ne firtassuk, ezek balsikerét mennyire befolyásolták objektív vagy szubjektív tényezők már csak azért sem, mert a "rontott" verseny nem kizárólag Vasas specialitás. Az viszont tény, hogy az ideai verseny rácaffolt a kétkedőkre.

A Nagyszentjános környéki terepen most is a Vasas régi /nem életkori jelzőként értelmezendő/ rendező gárdájának tagjaival találkozhattunk, akik bizonyították igényes, jól szervezett-rendezett versenyt tudnak produkálni. A térkép növényzetábrázolása a fúthatóság tekintetében helyenként félrevezetett, erre a pályakitűzők a tájékozatóban utaltak is, a pontok elhelyezésénél az ebben rejlő buktatókat kivédtek. A térkép azonban, összességében az ideai is jó benyomást keltett. Hogy nemcsak a térkép miatt marad meg bennem kellemes versenyélményként az ideai Vasas Kupa az első sorban a jó lebonyolításnak, jól felépített pályáknak köszönhető.

Jövőre készülni is fogok erre a versenyre, ami a színvonal emeléséhez /ennyi önrónia engedtesék meg/ esetleg semmivel sem fog hozzájárulni, de ezek a gondolatok ahhoz talán pozitív hozzájárulást jelentenek, hogy a jövőben mások is bizalommal, egy színvonalas verseny reményében utazzanak el a Vasas Kupára.



Hegedűs Ágnes

## Töbrök közt

Májusi eső aranyat ér! - mint minden népi mondás ez is általános érvényű igazság megfogalmazója, de hogy a "népi" mondásoknál maradjunk Kivétel erősíti a szabályt! A tájékozdási futó versenyeken nem nagy öröm az eső. Esőben futni még csak hagyján, de viszonylag száraz ruhában berohanni a vizes bokrok közé kellemetlen hidegzuhany. Ami pedig a verseny lebonyolítását illeti, az esős, hideg idő komolyan próbára teszi a rendezőket is.

A Bükk Kupán és a Hermann O. emlékversenyen áztunk-fáztunk eleget. Ennek ellenére kellemes benyomásaim maradtak, mert ami a lényegét, a pályákat és a térképeket illeti mindkét verseny jó volt. A Bükk 5 /Sugár/ térképen a pályakitézésnél elsősorban a sok szint kiküszöbölése nehéz feladat. Sikerült a rendezőknek ezt úgy megoldani /az N 19 A pályát futottam, ennek alapján tudom felmérni a helyzetet/, hogy a logikus utvonalon egyetlen átmenetben sem volt megfuthatatlan meredély. Akadtak rövidebb-hosszabb emelkedők, amelyek a versenyzők állóképességét próbára tették, de többnyire jól futható, gyors átmenetek voltak. Az egyetlen hiba, amely sajnos nem először fordul elő versenyinken, térképeinken: a legallyazott erdőt futhatóság szempontjából nem különböztetik meg a tiszta erdőtől. Kétségtelen, ilyen jellegű erdésze-

ti beavatkozások történnék térképjavítás után is, sőt feltehető, hogy a legallyazott erdőt előbb-utóbb tisztítani fogják. Ezért elfogadhatónak tartom, hogy nem nyomtatják a futhatatlanságot jelölő megfelelő zöld árnyalatot, de szerintem utólagos javítással mindenképpen jelölni kellene ezt a változást, mert pl. aki nem bízik eléggé saját tájékozdási tudásában, hogy irányba menve vagy színtezve közelítsen meg egy pontot, és inkább választ egy hosszabb, de utakat felhasználó utvonalat, az végző soron jól jár, mert sokkal gyorsabban halad, mint aki a gallyak között csetlik-botlik, ugrándozik /mert futni, azt nem lehet/. Pedig a térkép technikás, jól futható szakaszt ígér...

A pályák értékéből sokat levont a férfi és női felnőtt kategóriák utolsóelőtti, barlang pontja. A térképen sem a több emelet magasságu sziklafal, sem a horpadás, sem maga a barlang nem volt jelölve. Sajnos jó térképeinken is előfordulnak hibák, ezeket a pályakitézésnél kell figyelembe venni!

A Bánkut térkép keleti részén van legideálisabb versenyterepeink egyike. A pontosan javított térképen, a finom domborzatu, soktöbrös vidéken élmény a tájékozdás. A sok pontos /nőknél 13, férfiaknál 23/ gyors pályák kellően próbára tették a versenyzők koncentráció képességét.

A Bükkfennsík nyugat-magyarországi, délföldi és a budapesti versenyzők számára is elég nehezen megközelíthető. Ezért különösen jó ötlet volt, hogy egy hétvégén két egyéni versenyen futhattunk ezen a terepen.

HUNGÁRIA KUPA

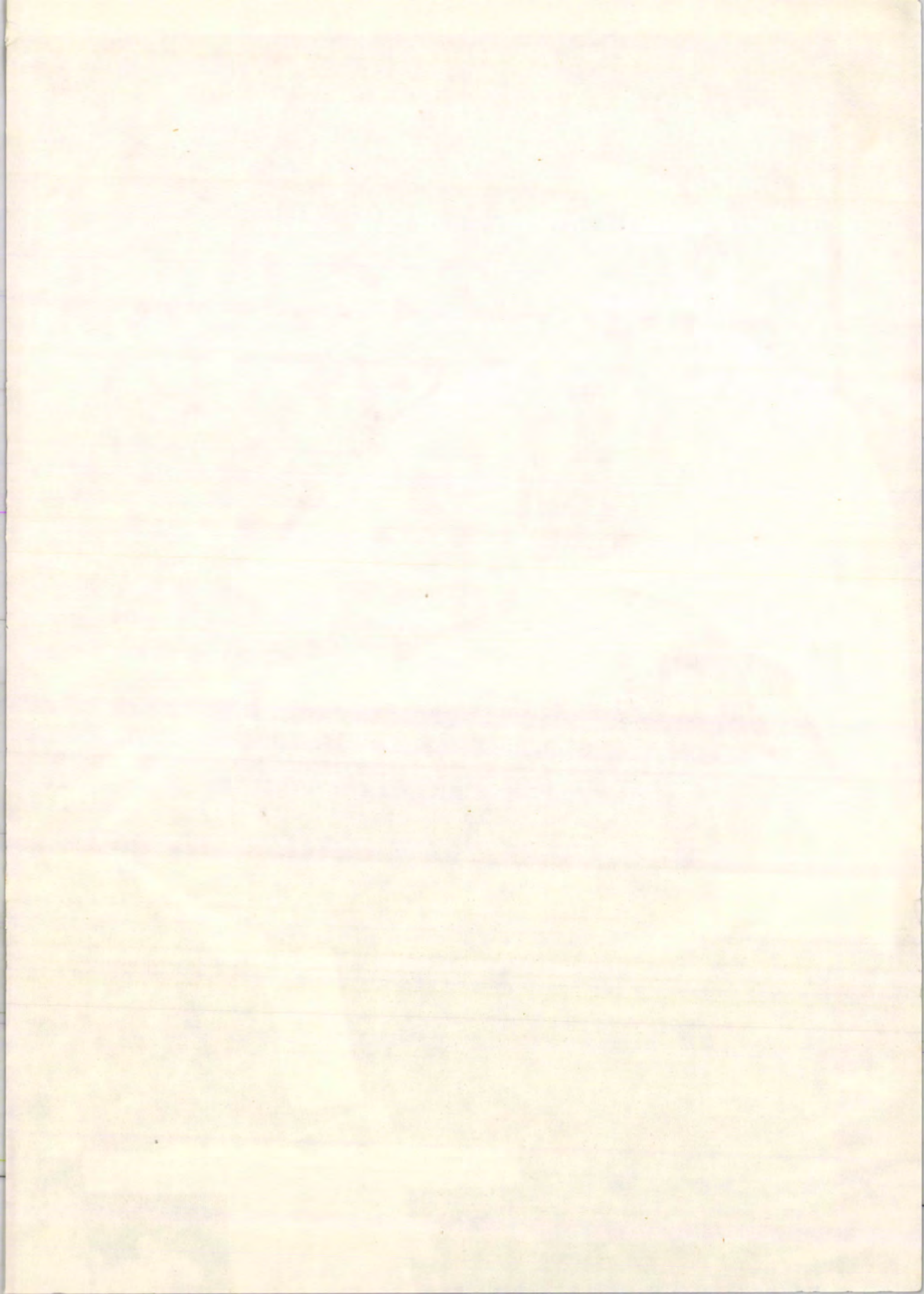


HUNGARIA POKAL

### TÁJÉKOZODÁSI FUTÁS

A MAGYAR TÁJÉKOZODÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA  
Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván.  
Szakszerkesztő: Szaktilia János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György.  
Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI.,  
Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím:  
1374 Budapest, Pf. 614-Kiadja a Sportpropaganda Vállalat/ 1143 Budapest,  
Dózsa Gy. u. 3./ Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a  
Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál /KHI, 1900 Budapest,  
József nádor tér 1./ közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámmra. Egyes szám ára:  
3.-Ft. Előfizetési ár egy évre: 30.-Ft./megjelenik havonta/.  
Számunként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály,  
1081 Budapest, Rákoczi ut 57/a. Indexszám: 25827



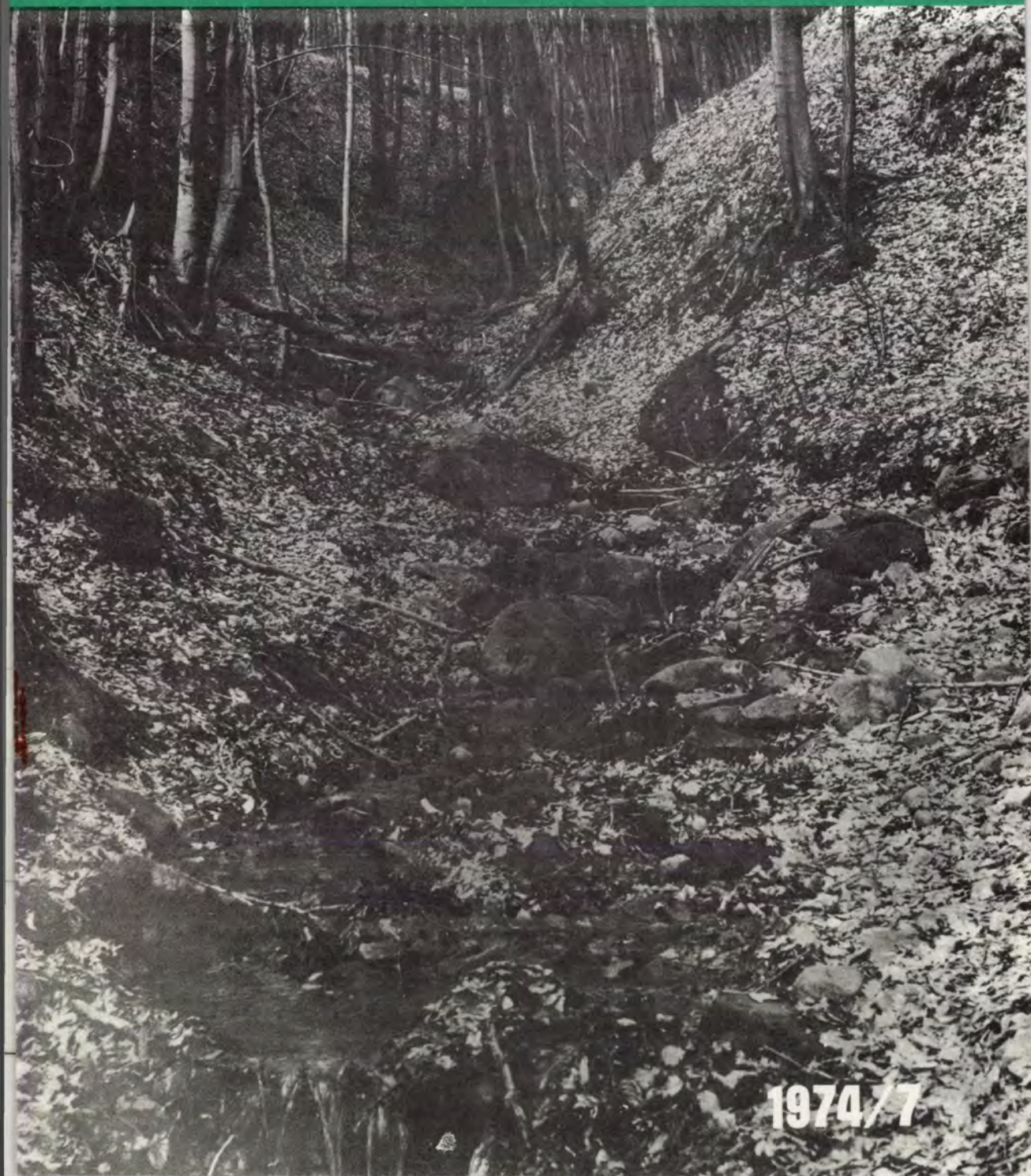


Ára: 3, - Ft

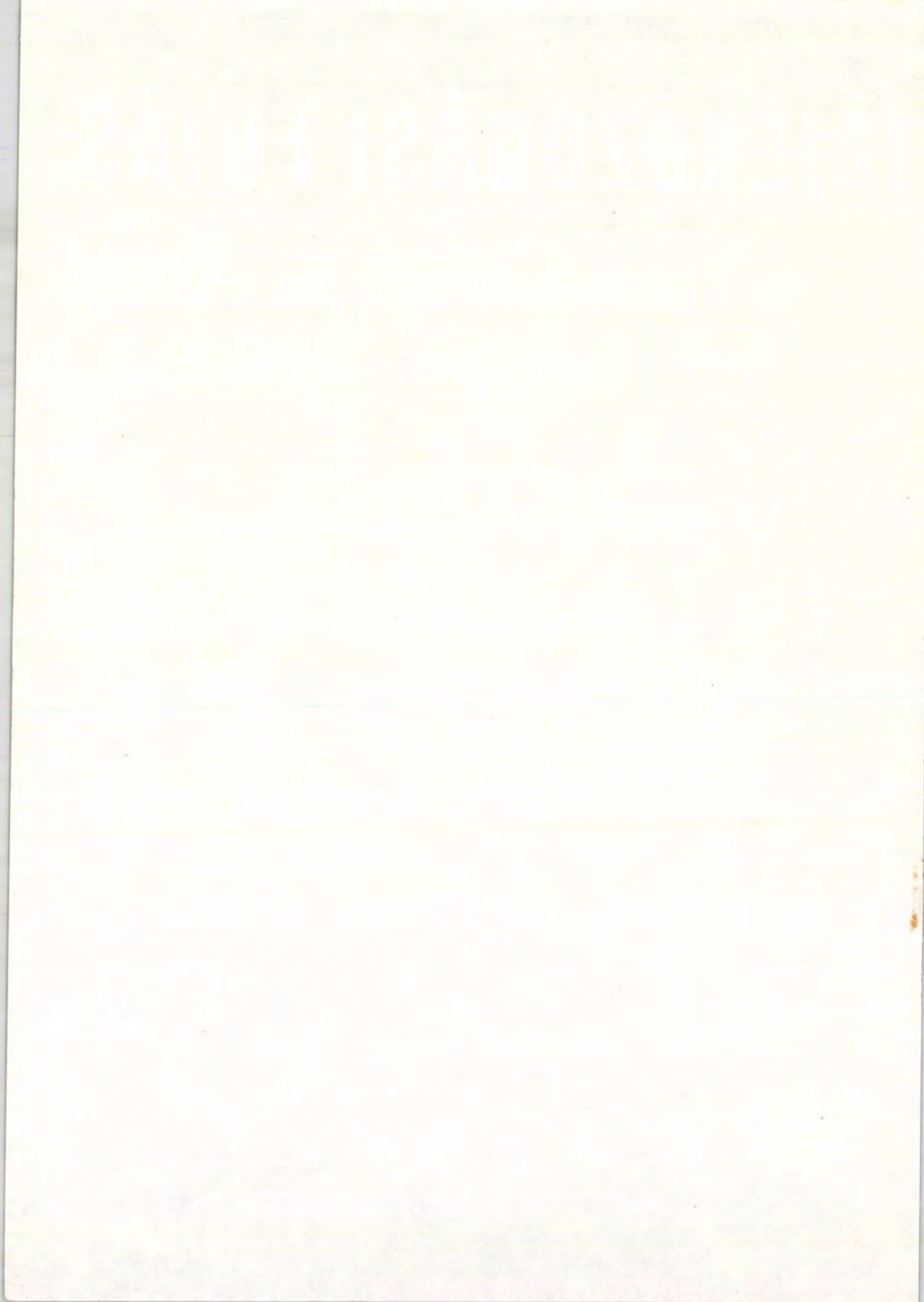




# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/7



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

7. SZÁM

## Minőség és mennyiség

E két fogalom ellentéte, pontosabban a valamelyikükre való törekvés ismerhető fel az utóbbi évek versenyrendezési gyakorlatában. A minőség előtérbe helyezése eredményezte, hogy mind több nagy versenyünk térben és időben szétválik egy "elit"-re és egy tömegesítőre. Így a November 7. Kupa nemzetközi és hazai kategóriáit más-más terepen és napon rendezik, az Eötvös Lőránd ev. pedig több, alacsonyabb fokozatu, de szintén BEAC-rendezte versenyen biztosítja a tömegek sportolási lehetőségét.

A másik irányzat képviselője - többek között - a Vasutas és a Hungária Kupa. Mindkettő jellemzője a sok kategória és igen sok induló. A résztvevők és kísérők számát, a lebonyolítás külsőségeit illetően sportágunk valóságos ünnepei ezek a versenyek. Valódi tömegversenyek - annak árnyoldalával együtt. Mert éppen ez a nagy látogatottság okoz a terepkiválasztásban, a versenyközpont elhelyezésében, a rajt-cél kialakításában olyan megkötöttségeket, melyek az "ideális" pályák kitzűzését nem kis mértékben akadályozzák. /Pl. nyilvánvaló, hogy az ezer fő részére készült rajthely nem lehet több kilométerre az autóbuszok hatósugarától, mégha egyes pályák optimális vonalvezetése kívánja is azt. / Persze ezek a korlátok nem teszik eleve lehetetlenné számos jó pálya kitzűzését, de egyes kategóriák - és ezek általában éppen a legigényesebbeké, az elit mezőnyöké - menthetetlenül hátrányt szenvednek.

Mindezek ellenére napjainkban a "demokratikusabb" tömegversenyek örvendenek nagyobb népszerűségnek - amennyiben ezt a részvétellel mérjük. A pillanatnyi hazai létszámrekorder az ezévi Vasutas Kupa, 884 ténylegesen indult versenyzővel. /A névezés már ezer felett volt. / Tavaly a Hungária Kupa 14 fővel győzte le a Vasutast. Lehet, hogy idén is csak augusztus 16-ig él a tavaszi rekord és talán megszületik az első hazai 1000 fős mezőny. /Az ODOT-on már volt ilyen, de ott zömmel hivatalos rajtengedély nélküli futók indultak. / Ehhez - és a jövőbeli újabb csúcshoz - elsősorban az kell, hogy gondos szervezéssel, körültekintő pályakitűzéssel a minimumra csökkentsük a tömegverseny hátrányait. A minőség és a mennyiség klasszikus ellentmondását ezzel lehet és ezzel kell feloldani.

Évente néhányszor olyan levelet kapunk, amelynek írója szerkesztőségünkhez fordul vélt vagy valós sérelmeinek orvoslása céljából. Minden esetben megtisztelő ez a bizalom, hiszen az olvasó és szerkesztőség közvetlen kapcsolatát bizonyítják és még azt, hogy szerkesztőségünknek van hitele, a lapnak van jobbat, újabbat, igazabbat kereső mondanivalója. Azonban ez az eszmei igyekvésünk, még nem jelenti, hogy mindent el is tudunk intézni. Sőt! Általában nem. Akkor minek írjak? Kérdezhetné az olvasó! És idézhetné a példákat, hogy országos lapok is milyen apró, ügyes-bajos dolgokkal foglalkoznak. Az ellenérv igaz, de túl egyszerű: nagyságrendi különbségek vannak. A másik érv talán fontosabb: nálunk még sajnos vagy szerencsére - nem tudom - de nem vált el annyira a lap szerkesztése és az országos szövetség, egyesületek, szakszövetségek ügyvitele, hogy ne lehetne megtalálni az adott esetben megoldáshoz vezető legrövidebb utat.

A panaszos leveleket, tud azon, hogy minden esetben megválaszoljuk, elsősorban információnak tekintjük, amelyek gyakran igen jól eligazítanak, rávilágítanak, különben homályos esetekre. Az olvasók leveleiből - ami lehetne több is - mozaikképként formálódnak a helyi gondok, bajok nem egyszer áttekinthetetlen halmazai. Egy levél, nem levél, akkor, ha gyökeres változásokra van valahol szükség. Egy ember tévedhet, kettő is, de ha szaporodó levelek igazolják a bajt, akkor szükség van körültekintő, az emberi indulatok és érdekek szövevényében biztos eligazodó segítségre. 16 »

## Az MTFSZ-ből jelentjük

A Magyar Tájékoztató Futó Szövetség elnöksége itt köszöni meg az egyesületek, szakszervezetek és aktívák jókívánságait, amelyet az elnökség tagjainak kinevezése alkalmából küldtek.

A szenczi számba menő térlátós térkép kapható az MTFSZ gazdasági bizottságánál. Ára: szemüveggel együtt: 6. -Ft.

A július hónapban hazánkban járt kubai 2 fős sportküldöttség kívánságának megfelelően 12-én egész napos dunakanyari látogatással egybekötött tájékoztatást, ismertetést kapott egyrészt a természetbarát mozgalomról, másrészt a tájékoztató futásról, különös hangsúllyal annak egészségmegőrző szerepéről.

Budapest után a legnépesebb versenyző gárdával a romániai Szatmárnémeti képviseli magát a Hungária Kupán. Még nem zárult le a nevezés és máris negyvenketten jelezték részvételüket.

A tavaly év végén előfizetői névsorban szereplőknek a szerkesztőség megkezdte az 1973-as tartalomjegyzék megküldését. Aki augusztus 20-ig nem kapta meg, kérjük, levélben jelezze!

Minősítésnyilvántartás. Ismét közöljük, hogy az MTFSZ-nél ingyen kapható egyéni nyilvántartó kártya, amely talán részben megkönnyíti a minősítések áttekintését. A szövetség postafordulattal megküldi.

Az OTSH szokásos heti sajtótájékoztatóin ismét helyet kapott a tájékoztató futás a gyeplabdával és a tollaslabdával közösen. A labdarugó világbajnokság miatt a vezető újságírók távol voltak sajnos. A tervek szerint még a világbajnokság előtt újabb sajtótájékoztató lesz, amelyen már kizárólag a legnagyobb verseny esélyei lesznek napirenden. A júniusi tájékoztató a mondanivaló lényegét az az elv adta, hogy egy világbajnokság sikerétől nem függ sportágunk jövője. Meggyőződésünk, hogy alapjaink szélesednek, s ez kulcsa további eredményeinknek.

Nagy késéssel, de végre megjelent a SZÉLRŐ-ZSA, sportágunk évkönyve. A szokásos részek mellett most még bővült a tavalyi nemzetközi térképhelyesítő tanfolyam előadásainak, tájékoztatóinak anyagával. Az évkönyv ára: 10 Ft.

A Népsportot olvasóknak bizonyára feltűnt, hogy ismét rendszeressé váltak a tájékoztató futás hírei, eredményei, cikkei még akkor is, ha a terjedelem szűk korlátok közé van szorítva. A cikkek aláírása magyarázatot ad: Harcsa Gábor. Tehát új, és ismét fiatal újságíró lett, sportunkért felelős a Népsport hasábjain. Elődje Kő András más rovathoz távozott.

Nagy sikerük van a tájékoztató futó térképeknek az MHSZ rádióiránymérő, népszerűbben "rókavadász" versenyein. Az egységes magyar tájékoztató térkép-kiadás számukra is megteremtette sportolásunk egyik feltételét.

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

Meghalt egy lány

Tizenkét évesen. S kerülgetem a szavakat, az igaz közhelyeket a halál oktalanságáról a sors kiszámíthatatlanságáról, a fiatal élet teljességéről. De minek, maradjunk a tényeknél! Tájékoztató futó volt. Közülünk. Aranyjelvényes, válogatott ifjúsági kerettag, korábban. A Budapest SE versenyzője. Már egy éve nem versenyzett. Még bizakodott?! Kertész Krisztinának hívták.

Kopognak a szavak. Semmit sem mondanak. Holott tények. Tavaly volt, ősz volt, magyar bajnokság s mint aranyjelvényes jogosult volt indulni. Orvosa nem engedte, már nyáron sem. Sejtették, tudták és ő mosolygott s futott, ment ki a Bükkfennsík erdeibe, töbreibe s lefutotta a pályát úgy, hogy utoljára látta azokat a pontokat. Mi is utoljára látjuk a legtöbb pontot, de meg van a tudat, hogy visszajöhetünk, ha akarjuk. Ő is akart, de nem tudott már. Pedig hozzá hasonlót nem ismertem: aki több akaraterővel s ami oly ritka kedéllyel rendelkezett volna mint ő. Sokak élete példázat. Az ővé az volt. Példázat arra, hogy nem kor, nem tehetség teszi széppé, jóvá pályafutásunkat, hanem a belső harmónia. Mert csak így lehet, csak így érdemes másokat is gazdagítva élni, még akkor is, ha tudjuk a cél már közel van. E görcsberándult mondatok az őt nem ismerőnek mit sem mondanak. Meghalt egy lány.

Skerletz Iván

## Ifjúsági vita

záróciikk

Az elmúlt 6. hónapban vita formájában szakembereink az ujság hasábjain nyilatkoztak utánpótlásunk, az ifjúsági versenyzés gondjairól. A kérdésnek sok-sok arculata van, a beállítás, érdekeltség, életkor, képzettségi szint, lakóhely és más fontos tényezők függvényében. A megjelent írások alaposan több oldalról tárgyalták az ifjúságiak helyzetét, és mindenben közös volt a sportág jövőjét érdekenyen féltő, építő szemlélet. Sokoldalú nagy terjedelmű témákban nem célszerű a túlzott aprólékoság, ezért a tanulságokat:

Sok hasznos tanácsot olvashattunk, és még több gondolat ébredhet mindenkiben, aki elolvasta a sorozatban megjelent cikkeket.

Én három csoportba gyűjteném, fontossági sorrendben:

Mit tehet a versenyző?

Nem minden fiatalnak álma, hogy világ bajnok legyen. Sokan vannak, akik szeretik a tájékozódási futást, élvezik a versenyek élményeit, de nem vágyanak többre, mint hogy jó baráti társaságban az ország jövőjét érdekenyen, amikor ráérnek, és amilyen komolyan kedvük van.

De aki már fiatalon nagy terveket dédelget, annak haladéktalanul hozzá kell kezdenie a megvalósításhoz. Bizni kell az edzőben, és segíteni őt abban, hogy a lehető legeredményesebb legyen a fejlődés érdekében kifejtett munkája. Soha nem szabad félrevezetni.

A nagy bajnokokra fiatal korukban nem mindig a kiemelkedő eredmények voltak a jellemzők, hanem az, hogy inkább többet edzettek, mint amit az edző előírt, mint kevesebbet. Ti, akik igazán jó versenyzők akartok lenni, ne szalaszszatok el egy alkalmat sem, ami hozzásegíthet. Se edzést, se versenyt, se bármi mást. Tanuljatok idősebb tapasztaltabb társaitóktól. Kérdezzétek őket, kérjétek, hogy segítsenek, lessétek el a legjobb fogásokat.

Az edzők, vezetők számára megszívlelendő, hogy minden életkornak van sajátos edzésmodszere, és abból lesz jó felnőtt versenyző, aki lehetőleg végigjárta az "iskolát". 15-16 éves korban mindenesetre már komoly és rendszeres munkát kell végezni. Rendszeres edzést, sportszerű életmódot, kitartást és általában a legfontosabb sportemberi tulajdonságokat fiatalon kell megszerezni. Nehéz megjósolni, melyik fiatalból lesz biztos, jó versenyző, nagyon figyelni kell arra, ki a szorgalmas és akaraterős. Előfordulhat ugyanis, hogy a kezdetben rohamosan fejlődő versenyző megtorpan, amikor pályafutásának fárasztó, munkaigényes időszakához érkezik. Nem helyes tehát serdülőknél, ifjúságnál az eredményességet tekinteni az egyéni elbírálás egyetlen alapjának.

Kifogásolható pályakitűzési gyakorlatunk, de amíg megváltozik, addig is pályákon sokkal jobb időket lehetne futni. Az ifikorból felnőttbe való átmenet nehézségét az okozza, hogy távban és sebességben is nagyobb a követelmény. A legjobb ifiknek - a saját versenytávjukon - rendelkezniük kell a felnőttek hosszabb távon érvényesülő tájékozódási gyorsaságával. Ez a cél csak sokoldalú technikai, fizikai és taktikai képességgel érhető el. Az edzéseken a fő törekvés minden tekintetben a gyors versenyzésre kell irányuljon.

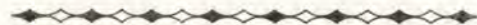
A sportág vezetése részéről is többet kell tenni az ifjúsági sportért, színvonalának emeléséért. A szövetségek ifjúsági bizottságainak - ahol még nincs alakítani kell - a helyi sajtóösszeállításoknak megfelelő irányelveket kell kidolgozni a versenyek számának és színvonalának emelésére, a fiatalokkal foglalkozók szakszerű támogatására.

Meg kell oldani, hogy a fiatalok sokat versenyezzenek. Ehhez át kell formálni a rendezési gyakorlatot, és az alacsonyabb osztályú ifjúsági és serdülő versenyzők foglalkoztatását minimális utazással olcsón kell megoldani.

Sok olyan - nem minősítő - versenyre van szükség, hétfőn és hét közben, amelyek a kísérletezést, a fejlődést szolgálják - olcsón. Az idén már létrehoztuk az utánpótlás válogatott keretet. Ennek is az átmenet elősegítése a célja. Mégis meg kell állapítani, hogy sem az utánpótlás sem az ifjúsági válogatott nem lehet kielégítő alapja a felnőtt élmény utánpótlásának, elsősorban létszámbeli korlátai miatt. Meg kell oldani egy szélesebb körű versenyzőképzést, elsősorban a vidékiek részére. Az első ilyen kísérleti tábort július vége - augusztus elején lesz a Sóstói Kempingben, önköltséges alapon.

Új versenyszabályzatunk is lehetővé teszi a pályakitűzés terén az időszeri követelmények érvényesülését. Van, tehát remény arra, hogy az ifjúság egy szebb jövő előtt áll.

Lezárjuk az ifjúsági vitát, következzenek a tetek és eredmények.



TÉRKÉPBARÁTOK KÖRE: A térképek kedvelőinek összejövetele - a korábbiaktól eltérően, minden hónap első csütörtökén van a Hadtörténeti Múzeumban/I. Tóth Árpád sétány/ 17,00 órakor.



Mitterer Andrea és Friedrich Vilmos a BEAC versenyzői, volt válogatott kerettagok július 6-án házasságot kötöttek.

Monspart Sarolta

## Suunto kupa

A finn "Suunto" tájoló gyár a június 7-8-9-i 3 napos versenyre meghívta vendégként kiszemelt kedvenceit. A repülőjegyeket is elküldték, nehogy lemondják a részvételt és a környék leg-elsőkelőbb szállodájában biztosítottak fekhelyeket, Hyvinkaa városka főterén. Beszerezve az ellenfeleket a hazai élmezőnynek, kezdődhetett a játékok /game/, többszám: games/.

A játékok szereplői:

Kristin Danielssen	/N/	1970. VB 3.
Stig Berge	/N/	1970. VB 1.
Bernt Frilén	/S/	1972. VB 2.
Kalle Johanson	/S/	1968. VB 1.
Elsa Arnesson	/S/	
Brigitta Johansson	/S/	1972. VB 1.
Karl John	/CH/	1970. VB 2.
Peter Uher	/CS/	1972. VB 5.
Gerd Heyser	/D/	
Monspart Sarolta	/H/	1972. VB 1.

+ a finn mezőny: kb. 1000 futóval 29 kategóriában.

Rendező: Helsingin Suunistajat Klub

Főrendező: Jussi Salmenkyla és 5 fős családja

Pénztár: Suunto Tájoló Gyár

Helyszín: I. felvonás: férfiaknak gyors, jól futható, kallios /≠ szikladomb/ vidék, míg a nőknek mocsaras, vihar-döntőgette-erdős, lassan futható szerep. Két külön térkép volt egy közös országot É-i ill. D-i oldalán.

II. felvonás: mindkettőn azonos az erdő és a térkép, sőt a cél is: Skandináv viszonylatban jól futható terep: magyar szemmel: pocsék.

Zene: I. felvonás: mennydörgés, villám és zápor-zajok.

II.-III. felvonás: nyugodt, csendes hanghullámok.

Jelmez: tarka-barka klub viseletek, néhol feltűnően magyaros feliratokkal, állítólag csere-bere eredménye /1974 tavaszáról/.

Koreográfus: magyar részről: Bozán György, mint edző, nem kis sikerrel.



Rövid tartalom: monológ Monspart módra:

Megint Északon kellene bizonyítani, hogy mi is tudunk valamit a skandináv műfajból, de érkezéskor látva az erős, svéd, norvég és finn mezőnyt minden reményem ellillant. Szomorúan járkáltam Hyvinkaa főutcáján, néztem a már oly sokszor megcsodált színes kirakatokat, a fantasztikus mennyiségű árukinálatot, az új divat bolond szélsőségeit, a csontig fogyókúrázott kirakatbabákon, hallgatva a modern zene boltokból kiszűrődő morzsáit, nem értettem miért lehetetlen megtanulnom azt a fajta tájékozódást, miért nem tudok ott is olyan biztosan belülről fölényesen a rajthoz állni mint itthon, Közép-Európában. Már nekem is unalmas, szörnyen egyhangú állandó válaszom az újságírók, riporterek kérdéseire, hogy ott legalább fele-fele a tájékozódás és futás aránya, míg itt nálunk, tőlük délebbre 2/3 a futás és 1/3 a tájékozódás, és ez a tájékozódás is más, egy sokkal gyorsabb, de egyszerűbb fazon: csak másodfokon lehetnének unokatestvérek és az évi versenyek döntő többségét ezeken a gyors, könnyű pályákon futom, miért menne a nehezebb ugyanolyan jól? Utálom már ezt a magyarázkodást, inkább jól kellene futnom, és akkor vigyorooghatók a dínnye kérdéseken, meg azt válaszolok, amit akarok, meg azt is mondhatom, hogy csak magyarul kérem, mást nem értek. Mit mond?



Matatok a bozótosban, ami nem inda és csalán, meg pókháló, hanem térdig érő lehullt fenyő, hasig érő aljnövényzet és minimum bokáig a mocsárvíz. Közte kövek, hordó nagyságúak, azok között alattomos rések, épp egy lábfejnyi, és a két szögessdrót párhuzamosan egymással kitesztve, mint birtokhatár a legnagyobb erdő sűrűjében: a kedvenceim, biztos pontossággal teszik mintájukat combomra és lábszáramra. Azt hiszem nem szeretem ezt az erdőt, nem érzem a sok kis egyforma részletét, nem értékelem milliók gazdagságát az apró domborzati formák terén, nem szaglászom élvezettel a fenyők illatát, a mocsár furcsa szagát, nem mulatok a pályakitűző gazdag ötlet során: kis kup, kis mocsár, kis szikla, lapos horpadás, kis metsződés és ezek négy égtáji oldalmegjelölései. Mikor lesz vége már?

Csodálatos napsütés, kék az ég, világosan kék és talán virágos is, beleérnek a zöld fenyők és egészen tarka az eredményhirdetésre összegyűlt tömeg: úgy hallok magyarul beszélni, a finn messziről hallgatva könnyen összetéveszthető nyelvéünkkel: mosolygok. Három napig kinlódtam, de három hétyit tanultam, megint többet tudok a tájékozódás alapelemeiből, megint gazdagabb lettem technikailag, örülök. Nem hibáztam annyit, mint tavaly a finn háromnaposon, nem tizenöt percet kaptam a győztestől, csak ötöt, nem voltam bizonytalan "uramisten hol vagyok" állóhelyzetekben, nem káromkodtam hangosan, csak magamban, ami a pont körül csak kis átmérőjű körzéseket jelent. Mégis tudok valamit elkapni ebből a FURCSÁBÓL, nevetek ..... magamon.

## Eredmények:

Nők:	1. Sinikka Kukkonen	2.50.33	/SF/
	2. Monspart Sarolta	2.55.26	/H/
	3. Outi Borgenström	3.00.01	/SF/
	4. Brigitta Johansson	3.03.08	/S/
	5. Elsa Arnesson	3.05.40	/S/
	6. Lisa Koskela	3.06.02	/SF/

## Férfiak:

	1. Bernt Frilén	2.45.45	/S/
	2. Makirinta Hannu	2.46.46	/SF/
	3. Timo Harju	2.54.03	/SF/
	4. Hannu Kurppa	2.54.19	/SF/
	5. Matti Kouki	3.03.43	/SF/
	6. Pentti Hiirijoki	3.04.08	/SF/



## Eötös Lóránd EV

A BEAC-nak a nagy magyar fizikusról, egyetemünk névadójáról, Eötös Lórándról elnevezett két napos versenye /egy egyéni és egy váltó/ az év legnagyobb eseményei közé tartozik.

A viadal fokozatosan emelkedett az alsóbbrendű versenyek sorából a legelső közé. II. o. u, majd I. osztályu, végül nemzetközi verseny, rendszerint olyan kitűnő külföldi mezőnnyel, amivel csak a "November 7" EV és ujjában a Hungária Kupa dicsekedhet.

A középeurópaiak mellett a legjobb északiak, svédok, norvégok, finnek egyaránt szerepeltek már az indulók listáján.

Erős mezőny mellett jó pályák jellemzik az Eötös EV-t. Ez érthető is, hisz a BEAC-nak olyan nagyszámu és kitűnő gárdája van, hogy válogathat a jobbnál-jobb pályakitűzőkben, és ugyancsak bővelkedik rendezőkben.

Az idén is mindenki nagy érdeklődéssel várja az Eötöst, ami méltó bevezetője augusztus legnagyobb versenyének, a Hungária Kupának.

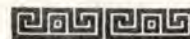
Hegedűs Ágnes

## OCSB...

## Szubjektív vélemény az OCSB-ről

Mikor a verseny után valaki megkérdezte tőlem, ugye nekem is úgy tűnik, hogy ez a terep nagyon hasonlít a tavalyi Hungária Kupa első napjához - teljesen elképedtem. Soha nem jutott volna eszembe összehasonlítani a kettőt. Nem azért, mintha józan meggondolások alapján nem lehetne hasonlóságokat felfedezni, elsősorban a terepfedezetben és a domborzatban /arról nem is beszélve, hogy mind a két térkép neve VÁR-ral kezdődik - Városi erdő és Várfalva/. De nekem a tavalyi Hungária első napja legfeljebb lidérces álmaimban jön elő, egyrészt ezért, mert nehéz harcot vívtam a reketttyéssel, másrészt azért, mert az első nap szerzett 30 perces hátrányom ledolgozásáért, és 23. helyezésem megjavításáért négy napon keresztül küzdöttem, szenvedtem. Míg az idei OCSB-n a terepet kellemesen lankásnak, a pályát gyornak, a pontokat jónak találtam. Azt, hogy bozót és csalán szempontjából mire számíthatók, már a versenyterjesítő előlvasása után sejtettem, és mire az 1. pontra értem biztosan tudtam, hogy itta "kockázás", az utak és vágások maximális kihasználása a legjobb megoldás. A térkép jó volt, legfeljebb a futhatóság ábrázolásával volt itt-ott probléma /ez nekem lassan rögeszmémé válik/, bár valószínű, hogy a térkép javításakor még nem lehetett tudni, hogy egyes helyeken ilyen bőséges lesz az idej szederinda és csalántermés. A terep adta lehetőségekhez képest jó pályákat tűztek ki. A terep megválasztása nem volt szerencsés, feltehetően a szűkös lehetőségek mellett abból a téveszméből következett, hogy Dániában nem szintesek a terepek - és ugye a dániai Világ bajnokságra készülünk. Pedig az Országos Bajnokság rangjánál fogva megérdemelné egy jobb, fizikailag nehezebb, szintesebb, jellegzetesebben hazai terepet.

Befejezésül csak annyit szeretnék elmondani, hogy ha ezen az OB-n nem mi BEAC-osok, hanem a Spartacus női csapata szerzi meg a bajnoki címet "főlényes" 9 másodperces időkülönbséggel, akkor lehet, hogy a verseny egészéről lényegesen borúsabb képet festettem volna...



Hajdu Kálmán

Több megbecsülést Országos Bajnokságainknak

Ezt a cikket az 1974. évi Országos Váltóbajnokságon szerzett benyomásaim alapján írom, s bár lehet, hogy helyenként szubjektív lesz, feltétlenül szükséges lenne ha elgondolkoznának olvasóim e problémákról.

Tehát: több megbecsülést az OB versenybíróknak. Magyar bajnokságot rendezni a legnehezebb és egyben leghálátlanabb szerep. Ezek azok a versenyek amelyekért semmiféle elismerés nem jár, ez nem számít be a bíról minősítésbe, ezért csak ritkán kap az, aki részt vesz benne.

1971. óta 3 országos bajnokságon voltam a versenybíró elnöke, de II. osztályú versenybíróvá történő átminősítésemet még nem sikerült elérnem /1973-ban 4 versenyen, 1972-ben 3 versenyen láttam el versenybírói feladatot/.

Ez látszólag egyéni probléma de úgy hiszem elég határozottan megvilágítja, hogy a versenyzők és vezetők felfokozott versenylázán túlmenően, mi az, ami nagy tapasztalatu gyakorlott versenybírókat visszatart OB-k rendezésétől.

Meggyőződésem, hogy egy ideális összetételű versenybírósg által rendezett OB évekre meghatározná a bajnokságok megkívánt színvonalát. Ezen pedig csupán az segít ha az OB rendezésére megkapja a megérdemelt erkölcsi elismerést a megyei és Budapesti Szövetségtől is.

De több megbecsülést kell kérni a kluboktól is. Hiszen soha sehol annyi teljesíthető és teljesíthetetlen kívánsággal még nem találkoztam mint az Országos bajnokságokon. Május 9-én minden megyei szövetség kapott 5-5, a BTFSz 30 db. kiírást, amit ezen felül megküldtünk az 1973. évi teljesítményünk alapján bentmaradt kluboknak is. Sajnos mint kiderült jó néhány szövetség a kiírást jól eldugta ahelyett, hogy a bajnokságon kiosztották volna a feljutott csapatok közt.

A versenyjegyzőkönyvek beküldése szintén klasszikus probléma. Ezek után a versenybírósg tagjai nem egy lázongó szakvezetővel találkoztak, aki kiírást követelt /telefonon, utcán/. Voltak olyan klubok akik jogosultságukat bizonyító jegyzőkönyvet a verseny színhelyén adták át. Honnan lehet ilyen esetben tudni, kit illet ilyenkor az Országos Bajnokság kiírása?

Az olyan extra igényekről amelyek a szállásra és szállításra vonatkoztak nem írok, de szeretnék egy olyan szállást biztosító klubversenyt látni, ahol a nevezési határidő egy héttel a verseny előtt van.

Ezen túlmenően szeretnék több megbecsülést kérni a versenyzőknek is. Elsősorban saját vezetőiktől. Hiszen egy-egy vezető megmondatlan /mert nem csak versenyző szokott háborogni/ kellemetlen helyzetbe hozhatja saját versenyzőit. Jelenlegi szabályzatunk és versenyrendezési szokásaink szinte minden ilyen vezető csapatát kizárhatóvá teszik, és ha valamelyik versenybírósg él ezzel a jogával azzal a vétlen versenyzőt éri a retorzió, a vétett vezető helyett.

De egy kicsit több megbecsülést érdemelnek a vidéki versenyzők is. Igyekeznek a versenybírósgok úgy rendezni versenyeket, hogy vasárnap este haza lehessen utazni: akár Szegedre akár Miskolcra. Hiszen 1974-ben Csongrád megyéből 5 induló ifi női csapat közül egy /a győztes/ kapott jogot az OVB-n történő indulásra amíg Budapestről 3 induló csapatból 5 juthatott volna tovább. De míg a budapesti versenyzők este 10 órakor legkésőbb otthon lehetnek mind az OVB mind az OCSB után nem egy vidéki csapat, csak hétfőn reggel ért haza. Ez is egy ok ami idő előtt elveszi az ifi versenyzők kedvét a versenyzéstől.

Most még illik valamit írni a váltóbajnokságokról is. Érzésem szerint nem kiválóan, de jól sikerült, és külön örömmre szolgált, hogy Bodajk után lén yegesen gyengébb terepadottságok mellett is sikerült bebizonyítani a mezőnyrajt jogosultságát. Egyetlen bajnokság sorsa sem a befutóban dőlt el. Ami a pályák analízisével illeti azokról kritikát a szenvedő fél ír majd.

## Svájci túra BEAC-módra

Szereplők:

Egy piros Skoda, mely ámokfutóként száguld az autópályán kajával és emberekkel tömve, óránként 140-es sebességgel - főként ha lejt az ut.

Követi egy halványkék Fiat ha lehet, még tömöttebben és meglehetősen zajosan.

A volánnál: Hegedűs András, aki helyett a gázpedált általában Biró Samu nyomja;

és Bojársky Dezső, a legkitűnőbb autótérképvel felszerelve.

Énekel: Cser Bircsi, dorombon kísérik: Fodor Cili és Irinyi Gyurka.

Csörömpől: egy alumíniumlábos az ülés alatt zörögnek a konzevek.

Vezényelne: Hegedűs Ági, de ehelyett inkább a havasokban gyönyörködik, vagy kaját eszik. Esténként szállást keres: Turchányi Piroska. Történik Ausztria és Svájc hegyei közt, 1974 május közepén.



## Előjáték.

/Benzinkut Budapest határában, május 14. kedd, késő délután/

A Skoda hűtőviztartálya ereszt, a forró motoron gőzzé válnak az esőcseppek. De Samu és Dezső orvosolják a bajt.

/Szerviz Tatabányán, kedd este/

"Svájcha akarok menni, de a kocsim legnagyobb sebessége 60 km/, így félő, hogy lejár a "viumom"- közli Dúdu az edzőtáborozások jóvoltából már ismert szerelőikkel. Néhány bűvös mozdulat, s az eddigi három henger helyett máris négyvel működik a motor. Kezdődhet a történet.

## 1. állomás

/Pinkafeld, szerda délelőtt/

Rövid éjszakai pihenő után, Kőszegen még megtöltjük a gyomrunkat és a tankokat, majd átsurranunk a határon.

Franz Maierrel az osztrák tájékozdási sport legismertebb alakjával a kaszárnya előtt találkozunk.

Meghív minket saját házába ebédre. De még nagyon korán van, a legközelebbi versenyzésre alkalmas terep viszont közel, ahol egy edzőpálya is vár minket.

Finom domborzat, kellemes fenyvesek, kellemetlenebb hozótosok. A térképen érződik, hogy két éve készült, főleg az utak lettek keskenyebbek, de összességében jó, olvasható fényes, esőálló papíron. Nagyon élvezzük a sokpontos pályát és irigyeljük osztrák barátainkat, főleg miután Franz elhalmoz bennünket egy tucat hasonlító térképpel /melyeket maga javít/. Az ebéd fölséges és bőséges, hálából még meg kell csodálnunk Franz érem-és serleggyűjteményét /Ifjúkorában sífutó volt, most pedig a legjobb szenior tájfutó Ausztriában/.

Bucszóul gunyosan fülebe sugja: Az autópályán tilos 130-nál nagyobb sebességgel hajtani! /Ekkor még mi sem sejtjük, hogy ennél jobb teljesítményre is képes ez a kocsi./ Hangos köszönések közepette elbucszunk, de a falu határában ismét élénk topan Franz, nagy barna Mercedesén: a Bircsi pénzét és igazolványait tartalmazó tarisznyát lóbálva...

## 2. állomás

/Salzburg, csütörtök délelőtt/

Hosszas parkolóhely keresést rövid csavargás követ, miközben Cilike és Zrinyi beszerzi a dorombot. Ez egy osztrák népi hangszer, a szájhoz szorítva kell pengetni, egyébként Maultrommel a neve.

## 3. állomás

/Nem sokkal Bishofshofen után, egy utmenti parkolóban, csütörtök, koradélután/ Dezső önfeláldozóan őrzi a kocsikat, amíg a lányok a virágdus hegyi réteken futkároznak, Dúdu, Samu és Zrinyi pedig a meredek oldalban gyötrik fel magukat, míg el nem érik az örök hó határát.

Ha edzőnk látná ezt a lelkes dombfutást!

## 4. állomás

/Innsbruck felé, a Grossfall nevű sokszázméteres vizes és látványával a Grosspass szerpentinjétől és az utasználattért fizetett 100 schillingtől elkábultva, 2300 m magasságban/ Megszakítom a történetet, hogy a lényeg el ne vesszen:

## Célállomás:

/Zürich, péntek estétől kedd reggelig/

Kinosan tiszta, elegáns, zárkózott város. De Yvonn Caspari, a svájci női válogatottkeret edzője svájciakat meghazudtoló lelkesedéssel gondoskodik rólunk. Már péntek este felkeres minket, és bőven tájékoztat a svájci versenyzési szokásokról, Zürichről és környékéről, az indulók családi állapotáról és történelmi múltjáról, stb.

Szombat délelőtt edzőversenyt szervez számunkra, igazi pontokkal lukasztóval, rajtászlókkal a közeli Sihlwald nevű erdőben. A terep elég nehezen futható, ezért szinte fel sem tűnik, hogy a térkép méretaránya: 1:16666. Nagyon tagolt és meredek hegyoldal, árkokkal, kövekkel, sűrű aljnövényzettel. A térkép domborzatja viszont gyönyörű.

A vasárnapi versenyt mi tesszük nemzetközivé. Adlisbergen /a zürichi Jánoshegy/ van a versenyközpont, gyönyörű, új sportkombinátban. Rajt: 20 perc gyaloglás. Az elit kategória berajzolt pályákat kap, de csak a rajt pillanatában nézhet rá először a térképre. A többi kategória versenyzőinek térképén az összes pont rajta van és 3 perc áll rendelkezésünkre, hogy a megfelelőket összekössék. Verseny után mindenki kap egy vadonatúj, szintén az összes pontot tartalmazó térképet, egy, a pályaadatokat feltüntető papírlappal egyetemben.

Mivel a terepen sok, nagyobb kiterjedésű művelt terület található, a pályák össze-vissza cikcakkoznak - nőknél 17, férfiaknál 22 ponttal. Mindez 8,2 ill. 14 km-n keresztül, sok színttel, 1:16666 méretarányú, számunkra szokatlan térképpel... szóval most megmagyarázom a bizonyítványunkat. Bár Bircsi és Cilike egész jól szerepelt, a többieknek nem sikerült.

Eredményhirdetésekor megajándékozunk egymást a rendezéssel és bucsut veszünk Yvonne-tól és Adlisbergtől, ahol egyébként egy életbiztosítási társaság által reklámozott erdei tornapálya is van: s ezen a vasárnapon is sok száz kocogót láttunk, kisgyerektől nagymamáig.

## Utójáték

/A Jungfraun hétfőn. Egy kedélyes Innsbrucki sűrűzöben, kedd este. És így tovább, egészen Budapestig, illetve Brünning, ahova Dezső viszi Ágikát, Cilit és Bircsit. Tehát a történet folytatása a VVK-ról szóló cikkben található./

Turchányi Piroska



Hrenkó Pál

## Múltunk térképei

Szeptember 2-ig tekinthető meg a Hadtörténeti és katonai térképek kiállítása a Hadtörténeti Múzeumban.

A magunkfajta térképszerű ember nem hagyhatja ki az ilyen alkalmat, amikor ennyi eredeti régi térképet láthat.

Mit is láthatunk?

A bejáratnál a Lázár térkép faximile másolata fogad bennünket. Eredetije a magyar térképészet büszkesége az Országos Széchenyi Könyvtár féltett kincse.

Ez a Lázár térkép képezte majdnem két évszázadon át a kiállításon is látható országtérképek alapját.

A hadszíntérré vált Magyarországról ezidőben többnyire csak másolati toldozott-foltozott térképek készültek. Általában idegenek készítették idegenben. Ne nézzük ezeket a torz országtérképeket mai mércével. Akkoriban még azt sem tudták könnyen tisztázni, hogy például Tihany a Balaton innenső vagy tulsó pártján van-e.

/Hogy is tudhatták volna, amikor a tihanyi múzeumban a vendég vezető még ma is úgy tájékoztatja a látogatókat, hogy ezeket a torz térképeket az ellenfél megtévesztésére rajzolták hibásan./ A törökök kiűzése után 1709-ből való az első, ugyahogy helyes országtérkép, S. Christoph Müller hadmérnök munkája után a fölfelül csillagot lefektetett óriáskép mondható eredeti alkotásnak. Müller Ignác 6. császári felsége főstrázsámestere készítette, Lacy Móric gróf vezérkari főnök és marsall felügyelete alatt négy és fél évi munkával. Érdemes ezt hangsúlyozni, mert a térképek rengetegében ezek a korszakalkotó alkotások csak méretükkel kaptak hangsúlyt.

Az első csillagászati alapon mért pontos térképet Mikoviny Sámuel készítette 1730. körül. Mikoviny térképeit az osztrák Lázus 1556-ból származó egyik legrosszabb arányú színezett Magyarország térképe /ez nincs a katalógusban, száma sincs/ felett és mellett találjuk.

A legbelsőbb teremben eklektikus rendezői bravúrral Tóth Ágoston térképész és 48-as honvédtábornok hazafias lelkesítő sorait idegen felmérőisztek munkái övezik. Hiába az osztrák katonai felvételeket nagyrészt idegenek készítették. Mikoviny vagy Bél Mátyás térképei viszont nem katonai vagy haditérképek. Nem könnyű tehát a régi térképek hadtörténelmi és katonai besorolása.

Mindenki talál érdekességet szépet. Az országtérképek mellett várak és városok térképei, ostromképek és csataképek vonzzák a látogatót. Az egyhangúságot a nagy méretek, valamint a szebbnél szebb díszítőrajzok és címfeliratok oldják fel. A 30 éves háborútól Napóleonnak a hadjáratáig, a török harcoktól a 48-as és 19-es hadieseményekig sokféle ábrázolás kelti fel a történelem iránt érdeklődők figyelmét.

Az 1919-es térképek után a mába ugorhatunk. Napjaink térképeinek az általunk is használt a-laptérképeknek eredeti felvételi és tisztázati rajzait érdemes közelről megtekinteni.



A tájékoztató térképhez közelálló pesthidegkuti iskolai gyakorlóterkép teljes anyagát láthatjuk. Színes légifényképét, dombortérképét, sőt színes szemüvegen át térhatású /anaglif/ nyomtatást is. Kedves tévedéssel tájékoztató térképnek írták fel egy akadályok elhelyezkedéséről tájékoztató 1848-as térkép címét. Nem sportunk időszámítása előtti idejéből való tehát.

A korabeli műszerek némelyike is látható, sajnos magyarázó felirat nélkül. A réz nyomólemezt viszont önmagáért beszél.

A magam részéről az első és második katonai felvételi lapok másolatait ajánlom megtekintésre. Ezek a mi őstérképeink. Róluk írtam az ujság tavaly októberi számában. Különösen a színes másolatok szépek. Bécsiek készítették mert a színes kézírás eredetijeiket nem kapták meg az utódállamok. Nemzetközi megegyezés alapján e hallatlanul értékes szelvényeket mind Bécsben őrzik. Az újabb katonai felvétel csúszott szelvényei ismertebbek. A turistatérképek alapját képezték, de némelyikükkel veterán bajnokaink nem is olyan régen futottak.

Érdemes megnézni ezt a kiállítást. Betekintést ad a múltba, a mi térképeink múltjába. Látogatásunk elődeink munkájának megbecsülése, tisztelete is.



## TOKAJ SZÖLŐHEGYÉN

Amikor a helyszín tudomásomra jut, az alábbi gondolataim támadnak. Na végre, kímáshatom magam egy évre, de van ott erdő is, a Kopaszon! A rendezők közlik: a pálya vonalában nincs sok szint, - na tessék, oda a mászásom, - a tokaji erdő nem parkerdő, - ha erdő nem is, de bozótos az lesz. Volt is!

Szombaton a pályaudvaron piros-fehér bójás rendező vár, ellát információval, hol a szállás, hol a versenyiroda, jó a térkép. Ezt majd meglátjuk, - megláttuk. A versenyirodán gyors jelentkezés, titkon leadott csapatösszeállítások, jó szállások.

Másnap kis kocsikkal szállítanak föl-föl, közben eszembe jut, fentről szép csigavonalban jövünk majd le-le-lefelé. Tévedtem. A hegy derekán van a rajt, jól kiépitve. Hangosanbeszélő szólitja a 94 férfi és 40 női versenyzőt.

Szólitanak, beállók, nézem a térképet, - a háromszög közepén, a határkarónál vagyok, innen szalag visz a 25-30 m-re lévő térképrajtba. Egy kis meditáció - az időrajtot jelölik, nem a térképrajtot. Nem baj, közel van, kicsire nem adunk. Irányban nyomás az egyes pontra, látok egy bóját, persze ez a nőké, de biztos ilyen lesz az enyém is! Futok tovább, megvan, húzom a vonalat a zsirkretával, s tovább az uton. Hol? A csapáson. Én itt 73.-nak megyek, de hogy ment itt az eleje?, s milyen jó lesz a végének!

Futok a sűrű fenyvesig - sűrű az van, de fenyő csak mutatóban! Itt kell lemenni, meg is van a pont. Nem mászkol vissza az utra, nehogy valakit behozzak, alulról kerülöm a fenyvest, s irányban kikapom a hármast.

Rállók az utra, futom rajta az átmenet több mint nyolc tizedét, a végén iránymenetet határozok el, nem nyomolvasást, - sajnos, mert az otthon maradt bozótívágó késem nagyon hiányzik -, de a pont megvan. A következőt fogom az utról, majd egy szép kis társasággal irány a hatos. A pont előtt látják a feljebb keringő bolyt, oda csatlakoznak. Örvendezek, - mi már nem látjuk egymást a versenyzőkkel, - és az előttem indult Kovács Attila, Tuskés, Göbbös utánam esik be a gödörbe. A következőre négyen ráteszünk vagy 5 percet, három tereplépcső hiányzik a térképről.

Most jön egy tereplőpont, hogy egy kőbányát ki-kerüljünk felülről - 450 m táv, 100 m szint-, ha ezt alulról csinálhatok volna, fele a szint! A következő, kilences pont nehezebb tájékozódás-ilag, valamint nincs csiki-csuki se, a pontra. A tízes pont felé menet egy szintősvényt nem találok, de a pont a távvezeték alól megvan: a következőt lerohanom az uton, - kész. Megint egy kőbánya, érdekes itt nem terelelni, pedig többen a szélén egyszuloyunk galyakba kapaszkodva. Fel az uton, s a tereplépcsőn megvan a pont! Eltelt 75 perc: elég jól megy!



Most jön a leghosszabb átmenet, jól meg kell rágni. Még most is rágom. Miért másszak én szintben 180 m-t felfelé, amikor szintben is megfoghatom? Futás az uton, majd balról jön egy mlút, - de miért zöld ez? Kiderül, hogy ez nem mlút, hanem horhos: eséstüske nélkül, ezt elnéztem, mint egy kezdő! Át a horhoson, majd gyümölcsösön - borzasztó sűrű-, kerítésekkel. A térképről szálerdőt olvasok le, majd ligetest. Találok bozótost, és gyümölcsöst - nem baj, egy forrást csak megtalálok! Meg is találtam, de mikor! Találok egy utat, ami - később kiderül - félig van rajta a térképen.



Azt hiszem, jó uton vagyok és nyomom rajta a hosszokat oda-vissza. Más is csinálja velem szemben. Ezen kívül: futás ide, futás oda, majd jönnek a lányok és nagyesküvel vallják, hogy a nyiladék végében állnak. Elhiszem, elhinném most ezt egy uttóról versenyzőnek is, Irány, megvan a pont! Köszönöm lányok! Pillantás az órámról, - 120 perc elmúlt. Megdicsérem magam, szép volt fiúk! - levonom a tanulságot, a gyümölcsöst is lehet ligetesnek jelölni. Futás, nyomom a következőre, majd mivel érzem, hogy ez a pont alá vezet, letérek róla, - megvan a határkaró. A tizenötös pont környékén erdő helyett sok szőlő van. Már ez sem zavar, ez is megvan, még kétszáz méter, s a következő pont is megvan. Ujra társaságban vagyok, de már nem bánom. Mászunk ki a pontról, utána nem tudok a térképpel szinkronba jönni. Végre az erdő szélén az uton futok: itt belépünk, le a metsződéssig. Az erdőbe nem vagyok képes bemenni, olyan sűrű a bozót. Hiába próbálom lapjával, nem megy! Tiszta erdő van jelölve! Végre sikerül a bejutás: - megvan a metsződés is! Futás a gyűjtőre, balról jön egy, -kettő-, három ut, a térképen semmi! Nem baj, megvan a gyűjtőpont, befutás a szalagon a jól kiépitett célba...

Hűsítő fogyasztás közben gondolok arra, hogy rég mentem ilyen naptári időt. Gyors értékelés, s máris látom, hogy a pillanatnyilag vezetőhöz képest nem is mentem olyan rossz időt. Ki van még kinn, aki jót jöhet? Baranyai csak a mezőny közepére jó, Dr Nagy elfogadható időt jön. Klímstein simán nyeri a versenyt, ahogy ezt egy menőnek illik.

Vincze jön oldalról - feladta - csapata ezzel... ez inkább hagyjuk!

Feljutók az OCSB-be: Egri Spartacus, Bakony Vegyész, Bottyán SE, DEAC. Nyolc nem értékelhető csapat van. Érzésem szerint a pálya nem oly nehéz, mint amit az elért eredmények mutatnak.

A női mezőny nem oly jó, mint a férfi. A pálya túlzottan kemény, számukra sok a szint, de tájékozódásilag nem olyan nehéz, - amit mutat, hogy csak két kieső van. Mint várható, a HÖDGEP magabiztosan nyer -, felkerül még három majdnem ifi versenyzőkből álló csapat: Bakony Vegyész, Egri Spartacus, Szegedi Radnóti.

Alapjában véve jól megrendezett versenyen voltunk, ahol voltak hiányosságok: pl. voltak pontok, ahol én már keresgéltem a zsűjkrétát - 73-as voltam, mit csinált ott az utánam jövő negyven versenyző? A térkép bizony gyengécske, mert a szikla-és tereplépcsők, valamint a jellegek nagyon sok kívánnivalót hagynak maguk után. Az év térképe címért folyó versenyben előkelő helyezésre nem számíthat, de nem hinném, hogy sok terep van még hazánkban amit ilyen nehéz jól kijavítani.

A pályák fizikai nehézségéért nem nehezteltek túlzottan, remélem jövőre a vidék CSB tájékozódási futásra alkalmasabb terepen kerül megrendezésre, és szintén kemény csatában fog eldőlni az OCSB-be feljutás kérdése.

☆☆☆

Zsigmond Tibor

## V A S A S K U P A

Az elmúlt évek Vasas Kupái után bizonyos fenntartásokkal vonatoztam Nagyszentjános felé.

A már tavalyról ismert két versenyközpont, fénymásolt tájékoztató várt bennünket, de sajnos csak egy-egy példány volt kiragasztva. Gyorsan megkapjuk a kartonokat, rajtszámokat, átöltözés, s irány a rajt.

Két rajt van, így nincs túlzott tömeg egyik rajtban sem. A rajtolás sajnos 1 percenként történt. A mezőny eleje nyomot fektetett, a vége már ezek után igazodik. A pályák gyorsak, nem nehezek, így a győztes idők igen rövidek. A pályán szép nagy bolyok nyomják együtt a kilométereket, - van olyan pont, mint pl. a J/homokgödör/, ami összegyűjti az embereket.

A tájékoztató utal rá, hogy a fedettség jelölésével néhol baj van, - hát nekem volt!, másnak is, kinek több, kinek kevesebb. Szerintem illetet volna a színeket utána javítani, mert csak sötétítésekéről volt szó.

A cél telepítése jó, munkája jó, málna van sok, a reá szomjazóknak. A célból a szállítás gyors, zökkenőmentes.

A versenyközpontban az eredmények értékelése és közzététele lassu volt. A versenyzők jó része elment az első vonattal haza, így eredményhirdetés: az előre jelzett időpontban, egy-néhány versenyzőnek, akik még itt maradtak. Sajnálom a versenybírósgot, de javarészt ők a hibásak, mert ábr ők előre közölték az eredményhirdetés időpontját, és a helyezetteknek illenék a plaketteket átvenni, de az eredményhirdetést teheték volna olyan időpontra, hogy utána a vonatot még el lehetett volna érni. Ehhez csak gyorsabb értékelésre lett volna szükség.

Az egész versenyt tekintve egy jó közepes verseny volt, amely az elmúlt évek Vasas Kupához képest feltétlenül előrelépést jelent.

Remélem, a jövő években még jobb Vasas Kupá-kon fogok versenyezni.



Harcza Gábor

## SIKERES "FŐPRÓBA"

Csökken az országos csapatbajnokság rangja! Legalábbis ezt a következtetést vonhatta le a junius 16-i versenyt megelőzően Skerlezt Iván főtitkár. Mikor a megye részéről várható segítségről érdeklődött, a következőket közölték:

- Legyen nyugodt az elvtárs! Meg lesznek elégedve a segítséggel. Ezt a versenyt tekintjük ugyanis a hét végén kezdődő uttó-olimpia főpróbájának...

A "főpróba" jól sikerült. A résztvevőket kifogástalan rend, öltözők valamint csodák-csodájára hideg-meleg-vizes fürdősátrak fogadták Ujvárfalván, egy erdő szélén. Még a "természetfelelőssel" is jóba lehetnek a somogyiak, mert a verseny napján nem esett. A rajt-, és célhelynél végig nagy volt az izgalom. És ez az izgalom mérhető volt. Másodpercekben. Először ugyanis úgy látszott, hogy a Spartacus felnőtt női versenyzői nyerték az egyik helyet. Tizenegy másodperccel a nagy rivális BEAC előtt. Aztán kiderült, hogy Fodor Cili időeredményéből 29 másodpercet jóvá kell írni. Így aztán a BEAC lányok győztek: ird és mondó 9 másodperc különbséggel.

Eredmények: Férfiak/16 km., 14 csapat/  
Bajnok: OSC /Horváth Attila, Hegedűs Zoltán,  
Csáky Tibor, Kempelen Miklós, Edző: Peiker  
György/ 7:09:13, 2. Spartacus TE 7:23:34,  
3. BEAC 7:27:14, 4. Tipográfia 7:28:52,  
5. Egri Spartacus 7:32:08, 6. Bp. MÁV Igazga-  
tóság SC 7:46:41.

Nők/8 km, 13 induló csapat/ Bajnok: BEAC  
/Fodor Cecília, Cser Borbála, Hegedűs Ágnes,  
Edző: Garay Sándor/ 3:17:16, 2. Spartacus TE  
3:17:25, 3. HÖDGEP 3:49:54, 4. BSE 4:02:37,  
5. MMG 4:03:44, 6. Vasas SC 4:08:29.

Fiúk/8 km, 20 induló csapat/ Bajnok: Ti-  
pográfia /Pap László, Vigh Sándor, Tóth Já-  
nos. Edző: Szaktilla János/ 2:53:40,  
2. Szfv. Volán 3:07:10, 3. Váci FORTE 3:09:57,  
4. BEAC 3:11:32, 5. Kőbányai Lombik 3:12:13,  
6. Tatabányai Bányász 3:16:10.

Lányok /4 km, 14 induló csapat/ Bajnok:  
Spartacus TE /Percel Viola, Dobosi Erzsébet,  
Jenővári Gabriella. Edző: Szentpéteri Ákos/  
2:02:48, 2. Bakony Vegyész 2:27:27, 3. BEAC  
2:29:16, 4. Szfv. Volán 2:33:18, 5. Egri Spar-  
tacus 2:39:44, 6. Bp. MÁV Igazgatóság SC  
2:45:47.

Kempelen Imre

## TANÁCS KUPA

Junius utolsó vasárnapján kerül sor a "Ta-  
nács Kupa" Váltóversenyre. Őse a Pedagógus  
SK naga versenye, a 60-a éveken oly népsze-  
rű Földes Ferenc volt. A Pedagógus SK, amely  
sportágunk modern fejlesztésének egyik uttörő-  
je volt, rendezésben is újat adott: ők vezették  
be nálunk először a váltóverseny formáját. Az  
új forma és a rendszerint igen jó pályák nagy  
tömeget vonzottak erre a versenyre, amely  
egy időben nemzetközi viadal volt. Amikor a  
Pedagógus SK hanyatlani kezdett, rendezvénye  
is megkopott, majd a Pedagógus SK megszűnté-  
vel a Földes versenyek is megszűntek.

A Pedagógus jogutódja, a BSE egy-két évi  
szünet után tavaly megpróbálta ujjaélesíteni  
ezt a versenyt. 1973-ban "BSE" váltó néven  
megrendezte, de ez csak árnyéka volt a régi  
"Földes"-nek. Ebben szerepet játszott a rossz  
időpont, és a verseny napján lévő "istenítélet  
idő".

Ebben az évben "Tanács Kupa" néven éleszt-  
geti a BSE a Földest. Nagy mezőny azonban  
nem várható, mert versenyzőink színe-java  
időpontjában külföldön lesz. De ha a legnagyobb  
nem is lesznek itthon, bizonyára a könnyebb  
minősítésszerzési lehetőség megfogja mozgatni  
a versenyzők nagy táborát, mi pedig örömmel  
üdvözlöljük ennek a régi nagy versenynek éleszt-  
getését, ami előbb-utóbb csak sikerrel jár  
majd!

## SOPRON KUPA ÉS JURISICH MIKLÓS ÉV

Előbbi a soproniak, utóbbi a Vas megyeiek  
reprezentatív versenye. A Jurisichot régebben  
tavasszal, a Sopron Kupát mindig nyáron ren-  
dezték. Pár éve összekapcsolták a kettőt.  
Mindkettő nyárra került, az egyik szombatra,  
a másik vasárnapra. Az ilyen összekapcsoló-  
dás kedvez a versenyzőknek, mert egy utazás-  
sal, igaz a nagy távolság miatt két szállással:  
két versenyen lehet részt venni. Ez emeli a  
résztevők számát, bár ebben az is szerepet  
játszik, hogy évről évre magasabb színvonalu  
lesz a két esemény. Régebben gyengébb pályák  
és főleg a Sopron Kupán hibák is előfordultak.  
Ezek a kezdeti nehézségek azonban lassan el-  
tűntek, tavaly a Jurisichot kimondottan jó pá-  
lyák és jó térkép jellemezte. Kár volt, hogy  
az igazán jónak ígérkező versenyt a felhősza-  
kadás meglehetősen irreálisra tette. Eddig a  
Jurisichot mindig a Kőszegi- a Sopront a Sop-  
roni-hegységben rendezték. Mégis Kőszeg  
talán az indokolta, hogy neve mellett Kőszeg  
neve is erősítse emlékét az 1531. évi önfel-  
áldozó várvédelemnek. Az idén változás lesz:  
a Jurisichot Vasvárott rendezik. Kíváncsian  
várjuk az új terepet. A szép tájak, a terep  
/Vasvár/, az egyre színvonalasabb pályák, a  
kettős verseny lehetősége, mindez csábítólag  
hat, és ha hiányozni is fognak az élővasok,  
bizonyára jó küzdelemben lesz részük az in-  
dulóknak.

☆☆☆☆☆☆☆☆

## PÁLMA KUPA ÉS DOBÓ ISTVÁN EV

A Dóbó István a Heves-megyeiek régi, míg  
a Pálma Kupa a nyiregyháziak új rendezvénye.

Eger hős védőjéről Dóbó Istvánról elneve-  
zett verseny sokat változott formájában a hosz-  
szu évek alatt. Valamikor éjjel-nappal, majd  
csak éjszakai, hosszú idő óta csak nappali  
verseny. A Pálma Kupát a gumigyáriak ren-  
dezik és három éve kapta meg az "A" fokozatu  
verseny rendezési jogát. A gyár által felaján-  
lott pompás tiszteletdíjak tették a versenyt  
vonzóvá.

A Dóbó eddig mindig önálló verseny volt,  
a Pálmát már tavaly is összekapcsolták az  
Alföld Kupával, hogy a kettősség nagyobb vonz-  
erőt gyakoroljon.

A Dóbó mindig hegyvidéki verseny volt, a  
Pálma eddigi I.o.-u életében csak egyszer, a-  
mikor a Sátoros hegyekben rendezték meg,  
máskor mindig síkvidéki. Az idén a "kapcsolás"  
miatt ismét a hegyvidéki következik.

Sportágunkban a július az "uborka-szezon",  
azaz ekkor gyérebb a hazai mezőny, augusz-  
tus már a nagy versenyek hónapja. Ennek  
mintegy előfutára lehet ez a kétnapos verseny,  
jó előkészület az Eötvösre és a Hungáriára.

# Edzéstervezés

/julius/

Most van a versenyidőszak. Napról - napra élünk: azaz egyik versenyt követően már a következőre összpontosítunk. Jó időszak ez, mert gyorsan múlnak a napok, a gyakorlati verseny-lehetőségek elviselhetőbbé teszik az edzéstervezéseket. Általában, kevesebbet is kell edzeni. Kevesebbet - kevesebbszer. Ez eddig mindenben is van, de a napi futások egymásutánosságában valami általános érvényű felkészülési elképzeléseknek kell érvényesülni. Az, hogy ma is és holnap is edzünk, az már nem elegendő, legalább is nem jelent előre lépést.

Itt a ragyogó alkalom, hogy a sorozat címéhez hűen bemutatásra kerüljön egy "8 napos" hét munkája. Nem az egy-egy nap adagjának leírását tartom követendőnek. Nem, mert az lehet egyéni adag is, de talán némi tudatosság felmutatása már nagyobb siker lehet. Érezni és tudni kell, hogy mit, miért végzünk.

Vasárnaptól - vasárnapig

**A lefutott verseny napja:** Ki mint veti ágyát - úgy alussza álmát. Eddig a közmondás, ami egyenlő az igazsággal.

Milyen sokat lehet bosszankodni egy-egy rosszul sikerült verseny után. A végén mindenki átgondolja az azt megelőző héten végzett edzéseket, a zavaró tényezőket is gondosan leltározza, hogy kellő magyarázatot kapjon s adjon önmagának. Valahogyan meg kell magyarázni az eredménytelenséget. Ez mindig sikerül is, míg a jó eredmény tudatában elégedetten kimondjuk az "igy a jó" jelszót.

Helyesebb, ha keressük a felmért technikai fogyatékoságok és a fizikai erőállapot közötti összefüggéseket. A szellemi fáradtságot is ide írjuk. Visszaemlékezés utján felidézük a versenyt, megjegyezzük futásunk eredményeit, izmalk állapotát, a légzéssel, vagy a gyomorműködéssel kapcsolatos érzéseinket. Tehetünk megjegyzéseket, természetesen edzésnaplónkban, az erőbeosztáshoz fűződően is.

A verseny után azt érdemes minden alkalommal megjegyezni, hogy mennyi idő után jutunk el a viszonylagos pihenési állapothoz. Az viszont ismert érdekesség, hogy a kellemes versenyélmény "feldob" mindenkit. Függetlenül a tényleges fizikai elfáradás mértékétől. Ez a jóleső, mámoros érzés szinte lendületet ad a következő napok munkájához. No, de nem ez a leggyakoribb eset. Az a jó versenyző akit a vereséggel "edzenek" meg. Nem szükségeszerű ez, de a rossz futás jobban készítené gondolkodásra. Ilyenkor születik meg a "csakazértis" elhatározás, ami a lelkiismeretesebb munkára ösztönöz.

A naphoz természetesen hozzátartozik a szervezet pihentetése, az elvesztett energia

/só, folyadék, egyebek/pótlása, a sérülések gyors kezelése. Csak ezek után lehet bizodal-munk a másnapot illetően.

**Hétfő:** Másnap. Sportszerű másnaposság. Ilyenkor legszívesebben senki sem edzene. A fiatalok közül sokan nem is futnak ezen a napon. Ekkor lehet egy nap előnyre szert tenni az ellenfelekkel szemben, s ez vasárnapig már behozhatatlan. Hétfőn jó a gőzfürdő, a jó massage, de legjobb a könnyű futás 30-60 perc közötti időtartamban, ami kellő mennyiségű izzadsággal jár. Izzadni ugyan kellemetlen, de meg kell szokni csupán. Az átmelegedett izmok megszabadulnak a merevséget okozó salaktermékektől. Az edzés állhat egyenletes, folyamatos mozgásból is, és pihenőkkel tarkított élénkebb futkározásból is. Természetesen az indulás utáni be-melegedést nem lehet siettetni.

Néhány esetben előfordul, hogy az esetleges szokatlan nehézségű vasárnap terhelés néhány izomcsoportban izomlázat okoz, ami ez után az edzés után válik érezhetővé. Nem okozhat meglepetést. Ez inkább rámutat a gyengénkre.

**Kedd:** Távoli időpont a következő versenyhez viszonyítva. Nincs mitől tartani, edzeni kell.

A szervezet futásból nagy adagokat képes elviselni 3 napon át. Tehát vasárnap és hétfő után még egy nagyszerű lehetőség van, hogy "rátegyünk egy lapáttal". A zsargon szülte kifejezést sokan alkalmazzák is, csak nem mindig a megfelelő időben, mert akkor fokozzák a terhelésüket, amikor az jólesik. Nem, ezt valahogyan szabályozni kell. Akkor is keményen kell futni, amikor az akaraterő már engedélyezze egy kis pihenőt. Itt van előnye az írott edzéstervnek és a tudatos végrehajtásnak. Számítalanszor kezdődik edzés a fáradtság érzésével, s közben mégis felébrednek a lábak.

A hétfői izzadás után a sportágunknak megfelelő edzésadag jöjjön a várható tereptípuson, de a versenyterhelésnél keményebben.

**Szerda:** Három nehéz nap után végre egy könnyű. Lehet az edzést darabokra szedni, résztávozni. Sok rövidet /150-400/ vagy néhány hosszút /400-1500/ illik ilyenkor futni. A versenyek teljesítése közben is az történik, hogy joggalásokkal, sétákkal rövid és hosszú résztávokat fut a versenyző. Ugyanezt edzésen is előidézhetjük 200-400-150-800-400-100 m-ek lefutásával. Annyiszor futjuk ezt ismételve, hogy legalább az átlagos versenytáv 50%-át meghaladja a mennyisége. A pályán mért idővel csak meghatározhatjuk a terhelés nagyságát.

**Csütörtök:** Lelkielg már a követ kezdő versenyre hangolódhat a futó. Az előző napok munkája nyomán némi önbizalom támadhat. Csak a fejben, de még semmi esetre sem a lábban. Az utóbbi számára ajánlatos valami speciálisan kemény mozgás, sok pihenővel. Erőedzés: 95 %-os 200-akkal. A változatosság kedvéért ugyan-

ezt emelkedőre is lehet futni, de csak úgy, hogy a láb két földetérés közben még el is lazuljon. Dinamikus mozgás a görcsösödés előtti állapotig. Az izmok ilyenkor megszívódnak, a homloküregben mámoros oxigénhiány méri a hatásfokot.

**Péntek:** Enyhe terepen megfutható emelkedőknek kell jönnie, amelyeken a fokozatosan bemelegedő láb szinte segít. Érezni kell a lábak szárnyrakelését. Utolsó bőséges izzadás a héten. Megállás nélkül rohanni 10-15 km-t, s máris érezhető az étvágy a mielőbbi versenyzésre. A táv megadása nem mindig szerencsés, mert ennél az edzésnél csak lendületből szabad futni, hiszen a szervezet feltöltése folyamatban van, s azt megállítani egy pillanatra sem érdemes, mert akkor tovább csuszhat az időzítés időpontja. Az energiával érdemes takarékoskodni.

**Szombat:** Leggyakrabban az utazás napja, a vonatos átmozgatásé. Az utazás és a verseny színvonalának megtekintése nem rosszabb, mint a passzív pihenés. Az atlétikus átmozgatás -2-3-ezer méter kocogás, gimnasztika, sprintek, ráhangoló tempófutások - mindenesetre a legjobb. Nem kell idegenkedni tőle. Kertülendő a nagymérvű izzadás, a beöltözés. A bőrnek szüksége van levegőzésre.

Ezen a napon fokozottabban gondoljunk a szellemi fáradság elkerülésére. Nem a verseny előtti éjszakán időszertől bepótolni a heti alváshiányt.

**Vasárnap:** Ezt mindig nehéz kivárni. Ha valaki reggeli ébredés után feszültni érzi a lábát, az jó előjel. Reggel még lehet izgulni, nyugtalanul próbálgatni a láb erejét, de a bemelegítés közben mind izomzatilag, mind idegileg ki kell lazulni.

Az egész hét munkáját talán az étkezéssel lehet csak elrontani. Ez az ami nagyon egyéni, s nehez mindenkre illő tanácsokat adni.

Magáról a versenyről nem lehet írni, mert mindegyik más-más, s sok év után rá lehet jönni, hogy edzeni könnyebb, mint versenyezni. Az edzés csak annak nehéz, aki kevés esetben éli azt át.

Boros Zoltán

## HUNGÁRIA KUPA

A bajnokságok után a legnagyobb becsvágygal érkezik a versenyre, a magyar "ötnapos"-ra készülnek versenyzőink.

A Hungária Kupát mindig az országos szövetség rendezi. Igen nagy multra tekint vissza. Igaz, régen nem Hungária Kupának hívták, és ahogy a neve változott, úgy változott terepben, mezőnyben, színvonalban és fontosságban is.

Elődje a Balaton Kupa. Hosszu időn keresztül a Balaton térségében és mindig alkotmányunk ünnepén rendezték. A Balaton nagy vonzerőt gyakorolt mind a külföldiekre, mind a hazaiakra. Nagy mezőnyök, jó és kevésbé jó verse-

nyek váltogatták egymást, ahol nem csak nemzetközi, hanem nemzetek közötti viadalt is rendeztek.

Rendszerint négy nemzet válogatottjai mérték össze erejüket: az NDK, Csehszlovákiai, Bulgária és Magyarország legjobbjai. A nemzetek közötti verseny mellett a nemzetközi kategóriákban más országok képviselői is megjelentek. Lassan a Balaton már kifogyott az újabb terepekből, és arra gondolva, hogy nem kell az ország legnagyobb nemzetközi versenyének mindig a Balaton mellett lennie, elköltöztették innen. Ekkor változtatták meg a nevét Hungária Kupára. Az első Hungária Kupa még nem volt messze a Balatontól, a Bakonyban rendezték Farkasgyeplő térségében.

Ezen még igen nagy mezőny rajtolt, de azután elmaradoztak azok a külföldiek, akik elsősorban a Balaton kedvéért jöttek. Ez még nem lett volna baj, de az már igen, hogy lassan a legjobbak is elmaradoztak - így az északiak és a verseny elszűrkült. A "November 7", majd az Eötvös mezőnye rangban messze elhagyta, a nemzetek közötti verseny lassan eljelentéklenedett, végül már csak három nemzet jelent meg.

Legnagyobb nemzetközi versenyünk hanyatlását meg kellett állítani, és újra az élre hozni. Ez sikerült is. Váltottatták a régi formán, ami egy egyéni és egy váltóversenyből állt, és többnapos versennyé avatták.

Először háromnapos egyéni és egy váltó alkotta az újjászülető versenyt, tavaly előlépett a magyar "ötnapossá". Az ilyen sorozat rendkívül érdekes és izgalmas. Nemcsak azért, mert öt versenyalkalom egy versenyen, hanem azért, mert az öt nap eredménye alapján születik meg a győztes. Nap mint nap kiadják a verseny állását, mindenki figyelheti, hogy áll, előbbre lépett-e előző napi helyéről vagy éppen visszasett. Végül az utolsó nap időkiegyenlítéssel indulnak, tehát a befutás egyben az eredményt is adja, akár a váltóknál.

Tavaly Zalaegerszeg látta vendégül a mintegy 800 külföldi és hazai sportolót. A vendéglátás mintaszerű volt, a mezőny a legjobb magyarok mellett kiváló és nagyszámu külföldiből állt. Bár a verseny rendezésébe tavaly sajnálatos hiba csuszott, ami kissé keserű szájíz hagyott a rendezőkben és a versenyzőkben egyaránt, ennek ellenére a színes, mozgalmas öt nap mégis olyan emléket hagyott, amire mindenki visszavágyik /persze a hiba nélkül/.

Az idén Debrecen városa próbálja felülmutatni a zalaegerszegieket, mert ő lesz a vendéglátó. Ez nehezen sikerül majd a civis városnak, de ha olyan lesz a fogadtatás mint a tavalyi, akkor a hajdu főváros sem fog szégyenkezni. Nem valószínű az sem, hogy a tavalyihoz hasonló hiba újra becsusszék. A Hungárián mindenki ott akar lenni, külföldről is igen nagy az érdeklődés. Bizzunk abban, hogy a magyar "O-Ringen" méltó lesz ehhez a nagyvárosához.

Dr. Szarka Ernő

## Tanulság a múltból

Az 1958. évi egyéni bajnokságon indultak közül ma már kevesen versenyeznek, ők is a szenior mezőnyt boldogítják. Azonban biztosan emlékeznek arra a bajnokságra, ahol a felpályánál félbeszakították a versenyt. Ekkor még időmérős-állomások rendszer volt divatban, vagyis a pályát több szakaszra osztották és az egyes szakaszokat megadott szintidőn belül kellett teljesíteni. Aki ezt túllépte, hibapontot kapott, és hibapont járt a kihagyott ellenőrzőpontokért is.

1958. október végén a Vértesben, Kápolnápuzstán rajtolt az éjszakai szakasz mezőnye. Több mint 20 éves versenyzői pályafutásom alatt ilyen körülményeket sem addig, sem azóta nem értem. A hőmérséklet  $0^{\circ}\text{C}$  volt, esett az eső, és a köd olyan volt, hogy egy lépésre sem lehetett látni. /Egy időmérő mellett 1 lépésre csak azért nem mentem el, mert átbuktam a sátorkötélen és belezuhantam a sátorba./ A rendezőség feltette a kérdést: induljon a verseny vagy nem. A mezőny igennel szavazott. /Miért nem döntött a versenybíró? Ez nem népszavazás kérdése! /



Néhány száz méter után mindenki látta, hogy ezt a versenyt nem kellett volna megkezdeni. Az eső ráfagyott a ruhánkra, a köd fojtogatott, láthatóság semmi. Ilyen körülmények között a tíz-egynéhány pontot másnap reggelig sem lehet begyűjteni, nemhogy a szűkre szabott összedő alatt. Ha viszont elindultunk, akkor menni kell! Két kitűnő és nagyon esélyes versenyző

más taktikát választott. Soltész Béla: "Rámé nyek ugyan az elején is minden pontra, de ha azonnal nem találok, megyek tovább. Ez a taktika a felpályán levő állomásig, utána kezdek el keresni. Ekkor már mindenki kifogyott az időből, nekem még marad bőven." Így is tett: a felpályáig fogott összesen egy ellenőrzőpontot és egy időmérőt, viszont szinte minden ideje megmaradt a második versenyszakaszra. Persze, a kihagyott ellenőrzőpontokért bőséges hibapontokkal látták el.

Horváth Lóránd viszont úgy érezte, jobb lesz, ha mindent kikotor addig, amíg ideje van, ez után pedig csak éppenhogy keresi a pontokat, nehogy kiessen az időből. Így érkezett a felpályánál levő állomásra, a mezőny egyetlen tagja volt, aki addig minden pontot fogott. Időhibapontot ugyan kapott, de ez sokkal kevesebb volt, mintha ellenőrzőpontot hagyott volna ki. A verseny második felére viszont a szintidőn felül maradt összesen 2-3 perce, és a változatlanul katasztrófális időjárás mellett ő itt kezdte volna el derekasan a hibapont gyűjtést.

Ekkor szólt bele az ügybe /ahol már nem szabadott volna beleszólni/ az elején is bizonytalankodó versenybíró. Az állomáson közölték a beérkezőkkel, hogy az időjárásra való tekintettel a versenyt itt berekesztik. Soltész Béla tiltakozott, óvott, de hiába, a versenybíró hajthatatlan maradt. A mezőny szinte egyhanguan úgy vélekedett, hogy a döntés igazságtalan, ha már egyszer elindították a versenyt, be is kell fejezni, hiszen az időjárás, ha nem is javult, nem romlott tovább. Soltész Béla tiltakozásul nem állt rajthoz a nappali szakaszon és fellebbezett az elnökséghez.

A fellebbezés miatt a mezőny bizonytalan volt: beszámít-e az éjszakai "fél-verseny", vagy sem. Horváth Lóránd utcahosszal vezetett a mezőny előtt, nappal kényelmesen kocogva is bajnok lett volna /ekkor még nem helyezési pontokat, hanem hibapontokat adtak össze/, de sarkallta egyrészt a bizonytalanság, hátha mégis törlik az éjszakai szakaszt, másrészt a bizonyítási vágy, hogy nem érdemtelenül lesz bajnok. Megnyerte a gyönyörű időben lezajlott nappali szakaszt is, és óriási pontelőnyrel lett bajnok Koczur Kálmán és Jávorka Péter előtt. Az elnökség utólag jóváhagyta a "másfél-szakaszos" eredményt.

Kinek volt igaz? A versenybírósnak vagy Soltész Bélának és az ő taktikáját követőknek? Feltétlenül: az utóbbiaknak. A tájékozdási sport történetének egyik legostobább döntése volt ez, még kitalálni sem lehetett volna rosszabbat. Teljes éjjel-nappali verseny vagy csak nappali verseny esetén is szinte biztos, hogy Horváth Lóránd lett volna a bajnok, a bajnoki aranyat bőségesen megérdemelte, de tény, hogy több nagy ellenfele alól a versenybíró - kihúzta a pályát!

De erről nem Horváth Lóránd tehetett...



Lányi Botond

### Városi szakszövetséggel, vagy nélküle

Minek az a felesleges szervezés - kérdezik sokan, amikor a városi szakszövetségekről esik szó, általában a megyeszékhelyek szakszövetségeiről, azok működéséről, mert a jól, vagy kevésbé jól dolgozó vidéki városok szakszövetségeinek létét nem vonják kétségbe. Arról nem szól senki, hogy legyen, vagy ne legyen egy soproni, vagy egy gyöngyösi városi szövetség, amely szervezi a városi bajnokságokat, a kisebb, vagy nagyobb kupaversenyeket. Azon viszont már vitatkoznak, hogy például Egerben, Debrecenben, esetleg Veszprémben kell-e a megyei erőket úgy megszítani, hogy a városi szakszövetségnek is legyenek aktívái?

Maradjunk szűkebb hazánkban, Szabolcs-Szatmárban. Nálunk - bármilyen furcsa - a nyiregyházi városi szövetség megalakulása egy ellenpárt létének volt köszönhető. Azok, akik néhány lényeges és kevésbé lényeges kérdésben nem értettek egyet a megyei irányítással létrehozták a saját városi szakszövetségüket. S ennek ellenére - a tárgyilagos külső szemlélő utólag megállapíthatja - hasznos volt a rivalizálás, mert a városi szakszövetség az edzőpálya kijelölésével, egy új sportkör, a Bottyán SE létrehozásával sokat lendített a tájékozdási futás megyei helyzetén. Aztán, ahogy csitulak az ellentétek, úgy vesztett kezdeti lendületéből a városi szakszövetség. S ezt is végsősoron a megyei sportélet sínylette meg, hiszen legutóbb már a városi egyéni bajnokság megrendezése előtt három nappal a megyei szakszövetség elnökségének kellett határozni az érintett szakosztályok vezetőinek egyetértésével, hogy megrendezzék a versenyt.

Azt hiszem a helyi sajátosságokon tülemelkedve egy kicsit bővebben taglalhatjuk egy városi szakszövetség létének jelentőségét. Nyilvánvaló, hogy feltétlen előnye a helyi versenyek megrendezése, hogy van gazdája a városi bajnokságoknak, amelyre felépül a teljes bajnokli rendszer. Mert a tapasztalat az - bár sértődjenek meg másutt - hogy például egy miskolci városi bajnokságnak semmi jelentőségét nem tulajdonítanak, esetleg nem is rendezik meg, vagy ha megrendezik, akkor az nem számít bele a továbbjutásba. Márpedig a kisebb képességű, alacsonyabb minősítésű versenyzőknek éppen ez adná a doppingolást a bajnokli rendszerben való indulásnál: nem beszélve egy minősítési lehetőségről sem.

Ugy érzem nehéz elhatárolni, hogy egy városi szakszövetség milyen feladatokat vállaljon magára. Az biztos, hogy a viszonylag kevés számú versenybíró miatt általában nem szokás és nem is szerencsés elhatárolni egy-

egy megyeszékhelyen, ki rendez megyei és ki városi versenyeket. Viszont egy városi szakszövetségnek feltétlen feladata, hogy a szakosztályokkal jobban tartsa a kapcsolatot, igyekezzen megteremteni a sportág széles tömegbázisát népszerűsítő versenyekkel.

Mint hallottam Nagykanizsán évente hatszor állhatnak rajthoz a városi bajnokság valamilyen formáján a versenyzők. Ez az adat bizonyítja, hogy az utánpótlás nevelését a viszonylag kisebb költségű versenyeken lehet és kell megvalósítani addig, amíg sportágunk támogatása olyan, amilyen napjainkban. Másrészt helyesen megosztva a feladatokat joggal remélhetjük mindenütt, hogy a városi és a megyei szakszövetségek között megoszlik a teher, az eddiginél több aktiva, versenybíró kapcsolódik be a tájékozdási futás szervezésébe, s ezzel csak a sportág előnyére változhat minden.

### Országos Középiskolai Verseny

Sokan ez "egy keddi edzés" felkialtással jöttek el a Cseppkő utcai gyermekotthonba. Csak amikor láttuk, hogy vidékiek ténferegnek az öltözőben, akkor kapcsoltunk persze Országos Középiskolai versenyt. Nocsak, nagy meccs lesz?

A budapestiek bizhattak abban, hogy a Hármashatárhegy mégiscsak az edzőterepük, s a veszprémiek, egriek könnyen háttérbe szoríthatók. Ezek voltak a remények.

Meglepetést a lányoknál Kozák Éva szerzett, aki egri léteré megnyerte a versenyt, igaz, Dobosi Erzsi csak 13 másodpercet adott. A fiuknál már nem volt ilyen szoros a különbség, mert Kiss Zoltán 8 perccel verte a második helyezett Harkányi Ádámot, harmadik Nagy András lett. Ennyit az eredményekről.

Tetszett,

- hogy a O időt betartották, és a rajt-célszemélyzet kevés emberrel is zökkenőmentesen dolgozott

- hogy minden pontot őriztek, s így ezen a kirándulók által látogatott terepen nem fenyegetett a bójalopás veszélye,

- hogy nem kellett feleslegesen még rajtszámot is cipelni

- a pálya, mert a lehetőségekhez mérten jó volt a pályavezetés: a lakott területeket elkerültük, és az erdőben a futás dominált

- hogy a versenyközpontban meleg zuhany várta a mezőnyt.

Nem tetszett,

- hogy 12 órakor, a legnagyobb melegben kezdődött a verseny

- hogy szomjunkat csak a "főhadiszálláson" oldhattuk, s kizárólag csapvízzel.

"Az egészben a pályák voltak jók", - hallottam egy véleményt.

Ez a lényeg!

Jenővári Gabriella

Tisztelt Szerkesztőség!

Mindenkor örömmel veszem kézbe a Tájékozdási Futás új számát s az elejétől a végéig azonnal végig is olvasom. A cikkek mindenkor sok gondolatot ébresztenek bennem, amelyeket szívesen leírnék, de vagy időm nincs rá, vagy úgy érzem felesleges lenne /mint talán a mostani néhány sorom/.

Nagyon jó gondolat, hogy a junior korhatárt a 19-20 évről kibővítsék 19-22 éves korig. Nagyon sok előnyt látom ennek a gondolatnak, hisz engem is érzékenyen érint, mert éppen 20 éves vagyok s még alig nőttem ki a gyermekkorból máris bekerültem a tájfutók felnőtt mezőnyébe, ami kis meglepetést okozott, amikor láttam, hogy az eddigi edzésmódszeremen s felfogásomon gyökeresen változtatni kell.

A 4 éves junior korcsoport előnye:

- a mezőnyök a jelenlegi 15-30 főről legkevesebb duplájára növekednek és ebből következik, hogy
- szívesebben indul el az a néhány elsőosztályú junior korosztályú versenyző is aki van, mivel 1973-ban ha nem indul el a 3 fő junior I. osztályú akkor a verseny "A" helyett csak "B" minősítés szerint volt értékelve, ami nem jelenti azt, hogy a győztes idő is csak másodosztályú volt /azaz sokszor előfordult, hogy az elindult első osztályú versenyző túl magasra tette a mércét/.
- a népesebb mezőny jobb versenyt, jobb lehetőségeket kínál a fejlődésre
- az edzők esetleg szívesebben indítják majd 17-18 éves fiakat juniorban, hadd aklimatizálódjanak
- és ha lesz komoly junior mezőny, akkor elérhetjük, hogy ne csak az ifi és a felnőtt kategória legyen válogató, hanem a junior is.

Szabó László  
DEAC

A Tájékozdási Futás 1974/3. számában megjelent rejtvény helyes megfejtői közül az alábbiak térlátós térképet nyertek, ami a szövetség legfrissebb kiadványa.

Somlay Gábor Tatabánya, Zentai László Salgótarján, Hajdufi Csaba Miskolc, Szoboszlai István Baja, Szabó László Hajduszoboszló, Ladóczy Attila Nyíregyháza, Gerencsér József Veszprém, Pécsi Egyetemi AC., Hrabovszki György Szeged, Laskói István Budapest.



A Porcelán SE kéri a rendező szervezetet, hogy ujonnan alakult szakosztályuknak küldjenek versenykiírásokat. Címük: PORCELÁN SE 6801 Hódmezővásárhely Pf.113.

WM 1974  
VIBORG  
Danmark

Sept.  
19-22



ANDERS SELLGREN és ULLA LINDQVIST a válogatott szakvezetői az alábbi A keretet jelölték ki a Dánia-i VB edzőtáborra:

BERNT PRILÉN /Skene/  
BENGT GUSTAFFSON /Ludvika/  
ROLF PETTERSON /Hagaby/  
ELSA ARNESSON /Ulricehamn/  
BRIGITTA LARSSON /bredared/

Ez nem jelenti azt, hogy a fentiek már biztos VB csapattagok a jelenlegi formák alapján őket választották ki az edzőtáborzásra, és a Dánia-i "próbaversenyekre", ami nagy előnyt jelent.

Affonbladet 11-5-1974.

#### TÁJÉKOZDÁSI FUTÁS

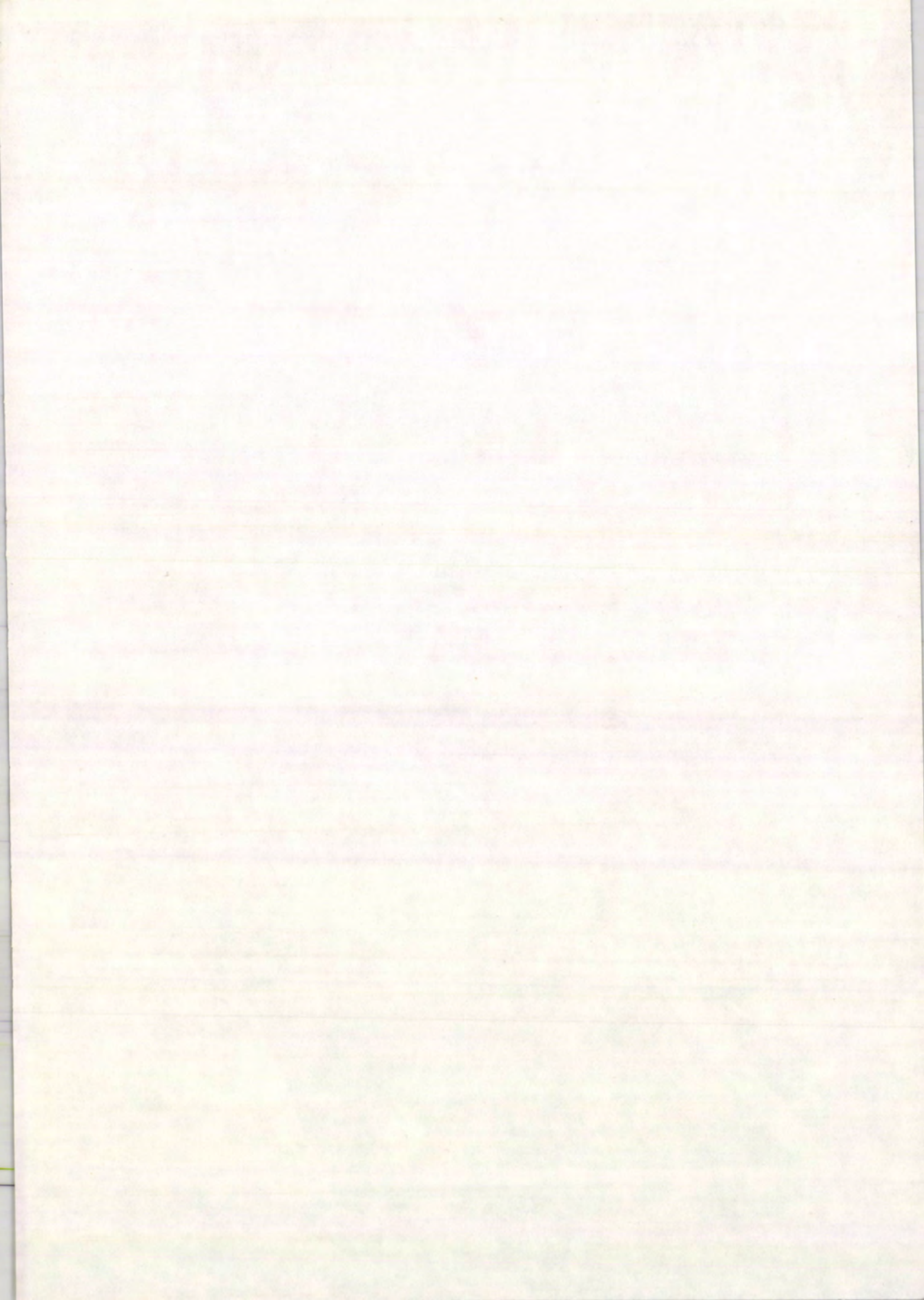
#### A MAGYAR TÁJÉKOZDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

...1

Ennek módja esetenként más és más. Eddigi tapasztalataink azonban egyértelműen bizonyítják: az esetek többségében elég lett volna a szomszéd utcában, városban lakó ellenlábásunk felkeresése.

Továbbra is várjuk kedves olvasóink leveleit, csak azt kérjük: a megoldást ne mindíg tőlünk várják.

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614 - Kiadja a Sportpropaganda Vállalat / 1143 Budapest, Dózsa Gy. u. 3/ Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál /KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1./ közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3.-Ft. Előfizetési ár egy évre: 30.-Ft./megjelenik havonta/. Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, 1081 Budapest, Rákóczi ut 57/a. Indexszám: 25827



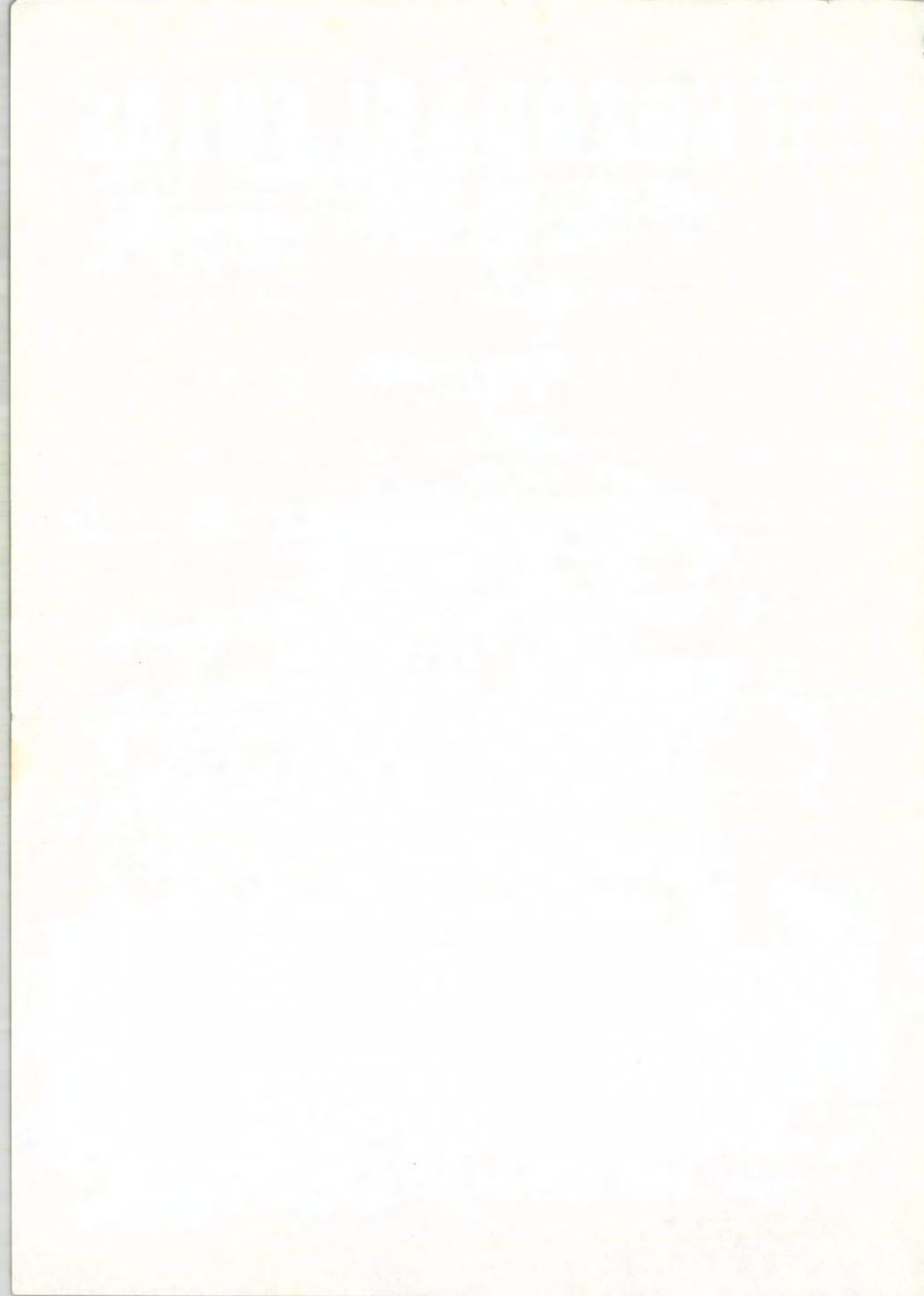
Ára: 3 - 11



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/8



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF.

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

8. SZÁM



Nyitrai György

## ESEMÉNYEK KÖNYVE

A Hungária Kupa versenyzői talán még lábukban érzik az augusztusi kánikula okozta fáradalmakat, a csaláncsipéseket; a rendezők számolnak és a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS munkatársai is összegezik az élményeket.

Be kell vallani: ezen a nagy eseményen, ahol az indulók száma meghaladta az 1100-at nem volt kellőképpen megszervezve a verseny és a sportágat népszerűsítő ujdonságok árusítása. Pedig a versenyközpontban több mindent lehetett vásárolni: így a Hungária Kupára kiadott színes KÉPESLAP-ot, mely Debrecent és környékét ábrázolja, külön feltüntetve mind az öt versenynap színhelyét. Kevesen juthattak hozzá a plasztikus domborzati látást minél jobban érzékeltető TÉRLÁTÓS TÉRKÉP-hez is; ugyancsak többek érdeklődésére tarthat számot sportágunk évkönyve, a legfrisebb SZÉLRŐZSA; melyben a hagyományos versenynaptáron, címjegyzéken és eredményeken kívül térkép-helyesbítőik számára értékes, bő szakanyag és még sok más érdekes cikk található.

A lassan hagyományosá váló TRIKÓ már többek számára vált hozzáférhetővé azazal, hogy a célban is árusították.

Felhívjuk a figyelmet: akinek nem jutott az itt felsoroltak bármelyikéből az MTF SZ-ben még beszerezheti (Budapest, VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II.e.m.) s a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS munkatársai is igyekeznek kielégíteni az igényeket.

A következő versenyeken megszervezzük az árusítást.

Jenővári Gabriella

Hogy is volt a típuszöveg a hajdani "Szivküldi"-ben? "Mégkésve bár, de annál nagyobb szeretettel..." Nos így illik fogadni nekünk, sportágunk türelmes szerelmeseinek is a végre-valahára megjelent 1973-74-es Évkönyvet. Mely határozottan tartalmasabb és terjedelmesebb, mint a korábbiak, csupán a Versenynaptár időszerűsége kopott meg. Hogy miért?

Ismét csak a munkaerő régi kincs, kapacitáshiányával magyarázható. Hiába bővült a szerkesztőség hat főre, a széleskörű társadalmi támogatás nélkül ők sem tehetnek csodát. Ha csak egyetlen adat, egyetlen tényező késik, vagy hiányzik valamelyik fejezetből, már hátráltatja az egész kötet szerkesztését, nyomtatását, kiadását (s ha csak egy hiányozna!). Késlelteti, visszaveti - de meg nem hiúsíthatja. "Legfeljebb" foghijas lesz az évkönyv - ahogy a Hazai Körképből is kimaradt három megye bemutatása ...

Az év derekán már hallatszottak olyan hangok: kár is kiadni ezt az Évkönyvet, inkább a következőre kellene energiát fordítani és mielőbb tető alá hozni. Nos nem ez lett volna a helyes ut; inkább megalkuvás, meghátrálás.

Sohasem szabad ilyen "látványosan" beismerni azt, hogy az első kötet kezdeményezői túl nagy fába vágják fejszéjüket! Ha az előzőek megjelentek, folytatni kell a sort, mert ez is sportunkhoz tartozik. Mindannyian szegényebbek lennénk, ha nem így történe.

Aki ezt átérzi, tegyen is valamit a jövő évkönyvéért! Nem a szerkesztőket, sem a Szövetséget, hanem önmagát és egész sportkulturánkat erősítheti ezzel. Ki-ki konkrétan mit tehet? Ha mást nem legalább a tudásával megváltozott vagy tévesen megjelent adatokra (címek, telefonszámok, versenyeredmények, névsorkiegészítések, naptári adatok, stb.) hívja fel a szerkesztők figyelmét - persze nem egy váratlan utcai találkozás alkalmával, hanem egy az MTF SZ-be küldött rövid levéllel.

Ha legalább ezt megteszi minden érdekelt, akkor bizonyos, hogy a jövő évkönyveiben már a fényképek alá kerülő szöveg alkotására is jut erő és idő!

Deseő László

## Térképről az érdekeltekhez

Térképkiadásunk - szervezettségét tekintve jó uton halad. A nyomdai minőség - bár eddig is a legerősebb oldala volt térképeinknek - ha lehet mondani még mindig javul, tökéletesedik, hogy versenyzőink a lehető legjobb sporttérképpel futhassanak. Célunk az, hogy évről-évre tökéletesítsük a tartalmat is, tartsunk lépést a nemzetközi fejlődéssel. Ez a törekvés az MTF SZ térképbirozságának is első számú jel-szava.

Hol szorít a cipő? Hol lehetne előre lépni? - erre keresték a megoldást legutóbbi megbeszélésükön is. Sokat vitáznak, tanácskoznak legjobb térképaktívaink erről, de száz szónak is egy a vége - a megoldás kulcsa az érdekeltek kezében van.

Nem több négy - ötnél azoknak az aktív javítóknak a száma, akik minden évben egyedül, vagy kisebb segítő gárdájuk élén egyszemélyben vállalnak egy kiváló térkép elkészítésére. Remélhetőleg számuk a jövőben gyarapodni fog, de nem várható, hogy néhány éven belül megötszöröződik. Ők rendszerint egyesületük nagy kupaversenyére, vagy egy országos bajnokságra javítanak, lakóhelyük /sajnos csak Budapest/ közelében. Nem is kívánhatjuk tőlük, hogy menjenek el az ország távoli végébe javítani, vagy ha elmennek, a zavaró körülmények /időhiány/ hatására nem tudják a tőlük megszokott minőséget nyújtani. Az egyéb versenyek - legtöbb bajnokság, kupaverseny, stb. rendező gárdája - bármennyire is megfelel jó rendezési feladatainak - már nem oly kiváló térképjavítókból és rajzolokból áll. Ma mégis - állapítjuk meg önkritikusan - kénytelenek ők javítani versenyük térképét mert a terephez közeli szakosztályok többsége nem vállalja a munkát... Ezek a térképek azután nem kiválóak, inkább csak jól sikerülnek. A versenyen, amire készültek, mindig kiállják a próbát, erről a rendezők, - ha másképp nem megy "célszerű" pályakitűzéssel - gondoskodni tudnak. Igen ám, de a Szövetség célja a térképek országsszerte történő "terítésével" az, hogy egyenletesen fejlessze, segítse a tájékoztatósi futó sportot mindenütt hazánkban. A térképeknek nem egy versenyt, hanem több száz edzést és sok versenyt kell elbírnuk. Ehhez azonban 100%-os minőség szükséges.

Kitől várhatjuk az igazán pontos, aprólékos munkát a mindenre kiterjedő figyelmet, ha nem azoktól a sporttársaktól, akik évekig minden héten használni akarják az adott térképet - és mellesleg a legközelebb laknak a terephez.

Nem igaz, hogy csak a legkiválóbb szakemberek tudnak tökéletes térképet csinálni. Itt különösképpen igaz az a csunya de találó mondás, "sok lud dísznöt győz". Egy szakosztály teljes tagsága - egy jó irányítóval el tudja végezni a munkát. /Nem a néhány ember által javított térképekre gondolok, amelyeknél túl nagy az egy főre eső terület ahhoz, hogy jó munkát végezzen az illető, de túl sok részletre oszlik a térkép ahhoz, hogy egységes legyen./

Nem kívánok kitérni a kollektív munka lehetséges szervezési, technológiai változataira. Erről szívesen írok máskor, vagy adok konkrét tanácsot, ha kéri valaki. Annak a meggyőződésnek szeretnék inkább kifejezést adni, hogy nem tudjuk - a legjobb akarat mellett sem - központilag ellátni az országot jó, időálló versenyterképekkel. Már ma is számos példája van a raktárban porosodó "papiroknak", amit a mai szintű versenyzésre, vagy edzésre nem lehet használni. Ne szaporítsuk tovább az "eladhatatlan árukészletet", mert rövidesen saját kátyunkba süllyedünk. Ma még nem késő változtatni a módszeren. Arra kérem a szakosztályokat - országsszerte - hogy ahol igény van térképre, jelentkezzenek, és alakítsuk ki a módját annak, hogy ők maguk készítsék el azt. Hangsúlyozom: elvi segítséget, tanácsadást, kiképzést, koordinációt tud a Szövetség adni, de a sokszáz munkakórát, minden talpalatnyi hely bejárását, minden tereptárgy bemérését nekik kell végezni. Vegyék észre, hogy akár ők, akár más félmunkát végez, ők látják kárát, mert lehet, hogy tíz évig nem készülhet a terepről új, jobb térkép. Remélem, megértő fülekre találok, és nem hiába írtam e sorokat.

## Figyelem!

Az előző évtől eltérőleg az idei SZÉLRO-ZSA évkönyvet kedves előfizetőink nem kapják meg térítésmentesen, főként anyagi nehézségek miatt.

Az MTF SZ gazdasági bizottsága közli, hogy egyéni kívánásokat (térkép, évkönyv, stb) postai úton nincs módjában kielégíteni. Egyesületek, edzők, versenybírók minden kedden és pénteken 17-18 óra között az MTF SZ-ben igényelhetnek, ill. vásárolhatnak.



Kempelen Imre

## Egyéni elődök

Az őszi az egyéni bajnokságok időszaka. A váltó- és csapatbajnokságok tavasszal futnak le, és ugyanerre az időszakra esik a legfontosabb kupaversenyek zöme is. Julius a nyári lazítás vagy a külföldi turák korszaka, augusztusban a nagy nemzetközi sorozatversenyek (Eöt-vös, Hungária) következnek. Ősszel pedig megindul az egyéni bajnokságok sorozata.

Talán egyik bajnoki rendszerünk sem olyan szerencsés felépítésű mint az egyénié.

Lépcsőzetesen haladnak előre a körzeti bajnokságoktól az országos bajnokságokig. A legalsó szinten csak III. osztályú vagy ennél alacsonyabb minősítésű versenyzők vesznek részt, majd a következőnél kapcsolódnak be a II. osztályúak, majd az I. osztályúak, hogy végül kialakuljon a negyedik a legmagasabb szint az OEB. A továbbjutás mindig százalékos. A bajnokság értékét emeli, hogy minden szinten kétfordulós. Elvileg még egy rajtengedélyes versenyző is eljuthat az OB-ig, bár ez a gyakorlatban nem szokott előfordulni. Egyetlen esetre emlékszem, amikor Kardos Ferenc (OSC) a legalsó szinttől a legmagasabbig verekedte fel magát.

Valamikor az egyéni bajnokságot együltt rendezték a csapatbajnoksággal, és az azon elért egyéni eredmények egyben az egyéni bajnokság eredményét is adták. Ennek sok hibája volt. Egyrészt kizárták azokat, akik a csapatbajnokságon nem vettek részt (mert csapatuk nem volt OB-s vagy nem fért be a klub OB-s csapatába. Igaz, őket meg lehetett hívni, de a meghívás mindig kétes értékű. Másrészt résztvettek olyanok, akik nem juthattak volna el idáig, de mert még befértek OB-s csapatokba, ide is bejutottak. Az 1967-ben bevezetett mai rendszer ezeket a hibákat megszüntette.

Egyéni bajnokságot először 1952-ben rendeztek és ezalatt a 22 év alatt a férfiaknál 16 versenyző osztozott sportágunknak ezen a legbüszkébb magyarországi címén. Skerletz Iván és Schönviszky György 3-3, Horváth Lóránd és Bozán György 2-2 alkalommal lett országos bajnok, míg a többi 12 alkalommal mindig más-más versenyző került a dobogó legmagasabb fokára.

A nőknél sokkal egyszerűbb a helyzet. Ott 1962 óta 12 ízben rendeznek egyéni bajnokságot. Ebből az első kettőt Győri Edit, a következő 10-et Monspart Sarolta nyerte.

Bevezették az ifjúsági egyéni bajnokságokat is mind a férfiaknál, mind a nőknél, és három év óta a férfiaknál junior bajnokságot is rendeznek.

A serdülőknél a bajnokság (az egyéni) befejeződik a Budapest bajnok címnél, az idén pedig a Budapest bajnokságig bezárólag a F-13 és N-13 évesek részére is lesz egyéni bajnokság.

Érdekes áttekinteni az eddigi bajnokokat:

### Férfiak:

1952.	Thuróczy Lajos	MÁV
1953.	Zomotor Ádám	MÁV
1954.	Hermann Imre	MÁV
1955.	Szász Károly	V-Meteor
1956.	Balogh Imre	Törekvés
1957.	Skerletz Iván	MÁV
1958.	Horváth Lóránd	MAFC
1959.	Schönviszky György	Spartacus
1960.	Schönviszky György	Spartacus
1961.	Horváth Lóránd	MAFC
1962.	Schönviszky György	Spartacus
1963.	Skerletz Iván	Bp. Honvéd
1964.	Skerletz Iván	Bp. Honvéd
1965.	Órsi András	Spartacus
1966.	Deseő László	Bp. Honvéd
1967.	Schönviszky György	Spartacus
1968.	Bozán György	MÁV
1969.	Horváth Attila	OSC
1970.	Bozán György	Spartacus
1971.	Sótér János	BSE
1972.	Boros Zoltán	Egri Spart.
1973.	Hegedüs András	BEAC



### Nők

1962.	Győri Edit	Pedagógus
1963.	Győri Edit	Pedagógus
1964.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1965.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1966.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1967.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1968.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1969.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1970.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1971.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1972.	Monspart Sarolta	Pedagógus
1973.	Monspart Sarolta	Pedagógus

### Ifjúságiak (férfiak)

1962.	Deseő László	Pedagógus
1963.	Göbölös István	Pécsi VM
1964.	Horváth Attila	OSC
1965.	Tóth Péter	OSC
1966.	Szarvas András	BEAC
1967.	Tóth Tamás	OSC
1968.	Horváth Tibor	Ajkai ALU
1969.	Hegedüs Zoltán	OSC
1970.	Klimstein László	MAFC
1971.	Klimstein László	MAFC
1972.	Dosek Ágoston	Vasas
1973.	Honfi Gábor	BSE

Ifjúságiak (nők)

1965. Turchányi Piroska	BEAC
1966. Hegedüs Ágnes	BEAC
1967. Turchányi Piroska	BEAC
1968. Herczeg Magda	Hvmh. Frankel
1969. Szopori Éva	Spartacus
1970. Szopori Éva	Spartacus
1971. Fodor Cecília	BEAC
1972. Szopori Éva	Spartacus
1973. Fodor Cecília	BEAC

A három utolsó évben rendezett junior bajnokok pedig így követték egymást:

1971. Bálint László	Bervai Vasas,
1972. Balla Sándor	Zalka
1973. Erdélyi Tibor	Meteor

(Meg kell jegyezni, hogy a névváltoztató egyesületeket a mai nevükön szerepltettem.)

Az idei évit, ami a Bakonyban, Városlőd körzetében lesz (álbalában felváltva rendezik az ország keleti és nyugati részében) is mindenki nagy érdeklődéssel várja. A férfiaknál érdekes, hogy 5 évben mindig más-más lett a bajnok. Vajon ismét új név kerül a bajnokok listájára vagy ismét a szaporítja eddigi bajnokságai számát? A tavalyi bajnokunk, Hegedüs András kiheveri-e sajnálatos térsérülését? Betör-e valaki a VB-s kerettagok, vagy általában a válogatottak közé! A női lefutottak látszik, Monspartot ma itthon reális körülmények között még senki sem verheti meg. Az ifi női előreláthatóan Fodor Cili és Dobosi Erzsi között dől el. Az ifi fiú és a junior teljesen nyílt.

A Budapest Bajnokságról, ami lényegében része az egész bajnoki rendszerünknek nem szólok külön. Színvonalában sokat esett, amióta az I. osztályú versenyzők egyenesen az OB-be kerülnek, így közülük sokan nem vesznek ezen részt.

Van még egy egyéni bajnokságunk az Országos Éjszakai Egyéni Bajnokság. Bár jogilag egyenrangú a többivel, a versenyzők mégis sokkal kevésbé tartják értékesnek. A legjobbak közül is sokan távol maradnak, ezért ennek is sokkal gyengébb a mezőnye, mint a nappalinak. Az idén Szombathely térségében lesz, és az élmezőny alakulása itt is mindig nagyon érdekes, a bajnok mégiscsak országos bajnok, ezért a legelső vonal ott küzd ezért a címért is.

Az egyéni bajnokságokon kívül három jelentős kupaverseny marad az ősze. Ezek közül a Spartacus TE versenye: a "November 7." EV a legjelentősebb. Mindig igen rangos nemzetközi mezőny jön össze, talán a legrangosabb, mert az északiak sem szoktak hiányozni. Egy időben kétségtelenül a legrangosabb nemzetközi versenyünk volt, most a megújított Hungária Kupa lépett csak elé. A Tornjópuszta környékén megrendezésre kerülő verseny az utolsó nagy erőpróba. A jó térkép, jó pályák, jó rendezés, és a nagyon is előkelő mezőny még

erre a késő őszi (november 2-3) időpontra is hatalmas tömegeket vonz, nagy küzdelmet és jó versenyzési lehetőséget is ad. Biztos, hogy az idén sem csalódunk benne.

A másik két kupaverseny a Bakony Kupa és a Mecsek Kupa. Az előbbi a fiatalabb, az utóbbi a régebbi. Mint a nevük is mutatja tájegységi versenyek a Bakonyban és Mecsekben rendezik. Az előbbi bár nem túl nagy a multja, általában jó verseny szokott lenni, a Mecsek volt már igen jó (1972.), de volt már igen gyenge is. (Igaz inkább régen, még éjjeli korában). Olyan időpontokban kerül rá sor (a Bakony szeptember 8., a Mecsek szeptember 22.) amikor az alacsonyabb foku egyéni bajnokságok küzdelmei folynak. Az OB-re készülő "nagyok" ezért szívesen mennek ezekre a versenyekre, hogy éles küzdelemben készüljenek az utolsó nagy harcra az OB-ra. A Bakonyban talán még sohasem csalódtak, az utóbbi időben a Mecsek ellen sem volt különösebb panasz. Reméljük az idén is így lesz, és nemcsak a felkészülést szolgálja, hanem az őszi, legalább is az élmezőnynek szegényes kupa-szakaszát két jó versennyel kárpótolhatják.



Révész Napsugár: Növények I. részlet

Dr. Szarka Ernő

## Akik elásták egymás gesztenyéjét

Amikor még a térkép nem volt elég részletgazdag és a rendezések jóvoltából a pontokat sokszor 6-700 méterről kellett bemérni, majd a sűrűből elővarázsolni, döntő jelentősége volt annak, ki fogja egyedül a pontot és ki érkezik oda bollyal. Baj akkor volt, amikor két győzelemre esélyest sodort egymás mellé a sorsolás szeszélye. Nem egyszer előfordult, hogy nem a tereppel, térképpel, hanem csak egymással csatáztak, és miközben egymást bolondították, mindketten elvesztették a versenyt. Két ilyen híres esetet elevenítek fel a hatvanas évek elejéről, szereplőit ma is sokan ismerik.

1960-ban a Vértesben, Csákbérenynél lezajló országos egyéni bajnokság éjszakai szakaszán semmi különös meglepetés nem történt. Skerletz Iván távollétében csak Horváth Lóránd és Schönviszky György volt igazán esélyes, az éjszakai "specialista" Horváth Lóránd biztosan győzött, 2. Schönviszky György, 3. /ez kisebb meglepetés/ Schönviszky László. És jött a sorsolás szeszélye: nappal Schönviszky György után közvetlenül Horváth Lóránd futott, előtte viszont a jó fizikumú Kudor Zoltán. Gyuri taktikája: befogni Kudort, és úgy végighajtani vele a pályán, hogy helyezésemben ő és Lóri közé kerüljön. /A helyezési számok összeadásával állapították meg a végeredményt, azonos helyezési számnál az éjszakai szakasz döntött. Egy helyezéssel győzni tehát nem lett volna elég Gyurinak. / Horváth taktikája: befogni Gyurit és "a hátán belovagolni" a célba - ez biztos győzelem.

Schönviszky taktikája majdnem bevált. A cél előtt négy ponttal még biztosan vezetett, és az általa üzött, hajtott Kudor is jobb volt Lórinál. Ekkor jött egy kis szikla a jellegetlen oldalban. Ráment öt perc, és mire kiléptek a pontról, már savanyuan néztek Lóri vi-gyorgó arcába. Mit lehet most tenni? Gyuri taktikája: minden áron tapadni, együtt kell a célba futni. Ekkor jött a szörnyű, esztelen rohanás Schönviszky részéről, de Horváth sem hagyta magát. Gyilkos iramban - de merre? Ezt ő is sem tudták...

Állítom, hogy az utolsó pont a verseny legkönyebb pontja volt, csak egy boly nem fogta - nem kell mondanom, melyik. Óvtak ugyan a célban, de bizony alaptalanul. Egyikük sem lett bajnok ez évben, elásták egymás gesztenyéjét. Horváth Lóránd 1961-ben, Schönviszky György 1962-ben és 1967-ben egyéni bajnoksággal vizsgáltódott. És 1960-ban? Teljesen váratlanul: Bajnok Schönviszky László

ló 2. Maácz Benedek 3. Spankovics Károly.

1962-ben, az első női egyéni bajnokságon, Észak-Somogyban /Ságvár/ két kitűnő futó, a 18 éves Monspart Sarolta és Neupor Márta voltak a nagy esélyesek. Győri Editet, sok nagy csata hőstét kicsit lassúnak tartották: más esélyes nem volt, de jött ismét a sorsolás: Monspart után Neupor... A fenti történet ismétlése! Az első sakkhúzás a fontos! Saci lépése: óriási iramban, kockáztatva kiszedni az első pontokat, utána már nem lehet baj. Márta első lépése: óriási iramban, kockáztatva megpróbálni befogni az elején Sacit. Az idegek csatájában az elején Márta győzött: befogta Sacit. De ami ez után jött, az már nem volt "tájéko-zódási futás". Csak egymás mezét nézték, mindenre rákeverték. Amikor Saci az utolsó pont előtt végül mégiscsak robbantani tudott, egyedül még rosszabbul ment, rákevert az utolsó pontra is, így kettőjük párharcát Márta nyerte --- ez elég volt... az 5. és 6. helyre. A lassúnak tartott Győri Edit ráfutott Cser Bircsire, békés megegyezéssel, hibátlanul szedgették a pontokat, ez elég volt a bajnoksághoz ill. a 3. helyhez. A lassu, de biztos Ftúzesi Irén /2/ és az apró, de szívos Révész Piroska /4/ is verte a nagy esélyeseket, akik, ha nem egymást bolondítják, hanem olyan biztosan mennek, mint Győri Edit, negyed-órával jobbat futhattak volna a bajnok idejénél.



Monspart 1963-ban még egyszer előadta ezt a számot/7. lett/, de azóta egyfolytában 10 magyar bajnoksággal és /mellesleg/ egy világ-bajnoksággal vigasztalódott. Neupor Márta viszont nem indult újra harcba egyéni bajnoki címért, de 11 éves Eszter lánya már hozza az érmekeket a gyermekversenyekről. Talán majd ő...

Hrenkó Pál

## Mese térképről

Amiről Rockenbauer Pál mesél ...

Azaz hogy - dehogyan is mesél. Nem is volt rá ideje. Félezer földrajzi nevet kellett szólásra birinia ebben a gyönyörű színes térképpel borított könyvében, amelyet már ezért a térképért is érdemes megvenni.

Van ebben földrajz, történelem, etimológia, szótár, és még sok minden.

Engem az arab szógyűjtemény fogott meg, mert a 134. oldalon találtam egy középkori arab térképet, - és hát valljuk be, melyikünk tud arabusul?

Arab számokkal írták a fokhálózatot, ez megy. A többi nem. Addig ravaszkodtam, míg nem latin szótárral megfejtettem, hogy ez a XVI. század végére tehető és nyugateurópainak látszó térkép "arab geográfusok felfogása szerint", illetve a Móra Ferenc Ifjúsági Könyvtáradóra való tekintettel "földrajztudósok"/?/ szerint készült, úgy ahogy az a könyv végén ajánlott valamelyik magyar könyvben olvasható.

Női térképet ritkán láthat az ember. Most valószínűleg találtam egyet. A 244. oldalon van. Annak kell lennie, mert tizenegy évet letagadott korából.

Mint a magyar térképek tisztelője leirom készítőjének becsületes nevét is, Zsámboky Jánostól való 1571-ből, nem hamarabb, mert akkor éppen külföldi turnén volt.

Nevét azért írom ide, mert hely van. Sőt némely egészen laza szerkezeti vázlat készítését vállalat hitelesíti, nem kell tehát fukarkodni a szerzők megnevezésével.

Nem ártott volna megmeséltetni a 205. oldalon látható viking-térkép magyar szerzőjét, ugyanis elég van már a rovásán. Szerintem jól megtréfálta az utókort, de lehet, hogy unalmában másolt egy kezébe került térképet 1599-es dátummal. Mellesleg a TENGER szót a hunszékely ábc betűivel írta /nem róvta/, olyan rovásírásos betűkkel, amelyeket Fournier neves francia nyomdász már 1764-ben közölt szakönyvében.

Majd elfelejtettem: "Egy kis térképészet" is van a könyvben. A legendás fejezet előtt. Én azonban inkább a térképeket szeretem vallatni. Zsámboky térképén például megtaláltam Százhalombattát, illetve Százhalom részét 100 Colles néven. Sajnos Nemzeti büszkeségünket, a magyar Lázár-térképet nem vallathattam, mert kimaradt a félezerregy éjszaka meséiből. Pedig ez a Zsámboky térkép is annak a másolata!

Vége: "ismerős fejezet". Itt megpihenhetünk Budapest.

Pest-Ó-Pest-Alt-Ofen-Buda-nemodabuda... ez tényleg nem arab - ez kínai. A nagy tudástól aztán leroskadtam Rabindranath Tagore szobrához. Nem a platánfa alá, mert azokat

elsodorta a vihar. Illetve mégis-egy maradt a szobor mögött. Oda roskadtam le és hallgattam, hallgattam a költőt:



Amikor már nem leszek többé a földön, ó fám, susogtassák tavasszal megújuló leveleid az erre vándorlónak: a költő szeretett, amíg élt - mert hársfa voltál nem platán!

Erdélyi Tibor

## Kanizsai váltóbajnokság

Az idei váltóbajnokságot Nagykanizsa közepében rendezték, az új térkép a megye sportjának fellendítését is szolgálja.

A rendezőség tömegrajtos indítás mellett döntött, így megmaradt a váltók izgalma, sajátos légköre, és megmaradt a csapatok részére a taktikázás lehetősége is, mellyel mindenki élhetett.

A verseny alatt érthetően csak a saját, F.21-es kategóriában zajló eseményeket figyeltem, a többiekéről csak futólag, vagy utólag értesültem.

Nézzük talán sorba.

A kisleányos erdőszélről sorban indultak a különböző kategóriák első futói, egy óra múlva a célban izgatottan találgattuk; mi lesz; latolgattuk az esélyeket; a mezőny meglehetősen kiegyenlítettnak látszott...

Egyszer csak minden előzetes bemondás nélkül felbukkant 4 első futó! No, gondoltam, ennek vége, ilyen már volt; rossz pontot fogtak. 10 perces bizonytalanság, vitatkozás után kiderült, hogy csak a rádiós volt rosszul elhelyez-

ve, ők elfutottak az együtt keverő többiektől.

Körülbelül negyedóra múlva megérkezett a "boly". Egy hang a tömegből: minek áll az élre az olyan, aki nem ért a tájékozódáshoz? (és aki "ért" hozzá miért megy utána, ha meg ő sem ért hozzá, miért méltatlankodik?)

A második futók jó iramot mentek Friedrich (BEAC) vezetésével, így befogták az előtűnik futókat, a harmadik futóknál tömeges váltás volt, majd meglepetésre a DVTK-s Major 5 perc előnyt hozott csapatának, de az utána rajtoló válogatottak az erőviszonyok alapján eldöntötték a sorrendet egymásközt és természetesen a váltóbajnokságon is:

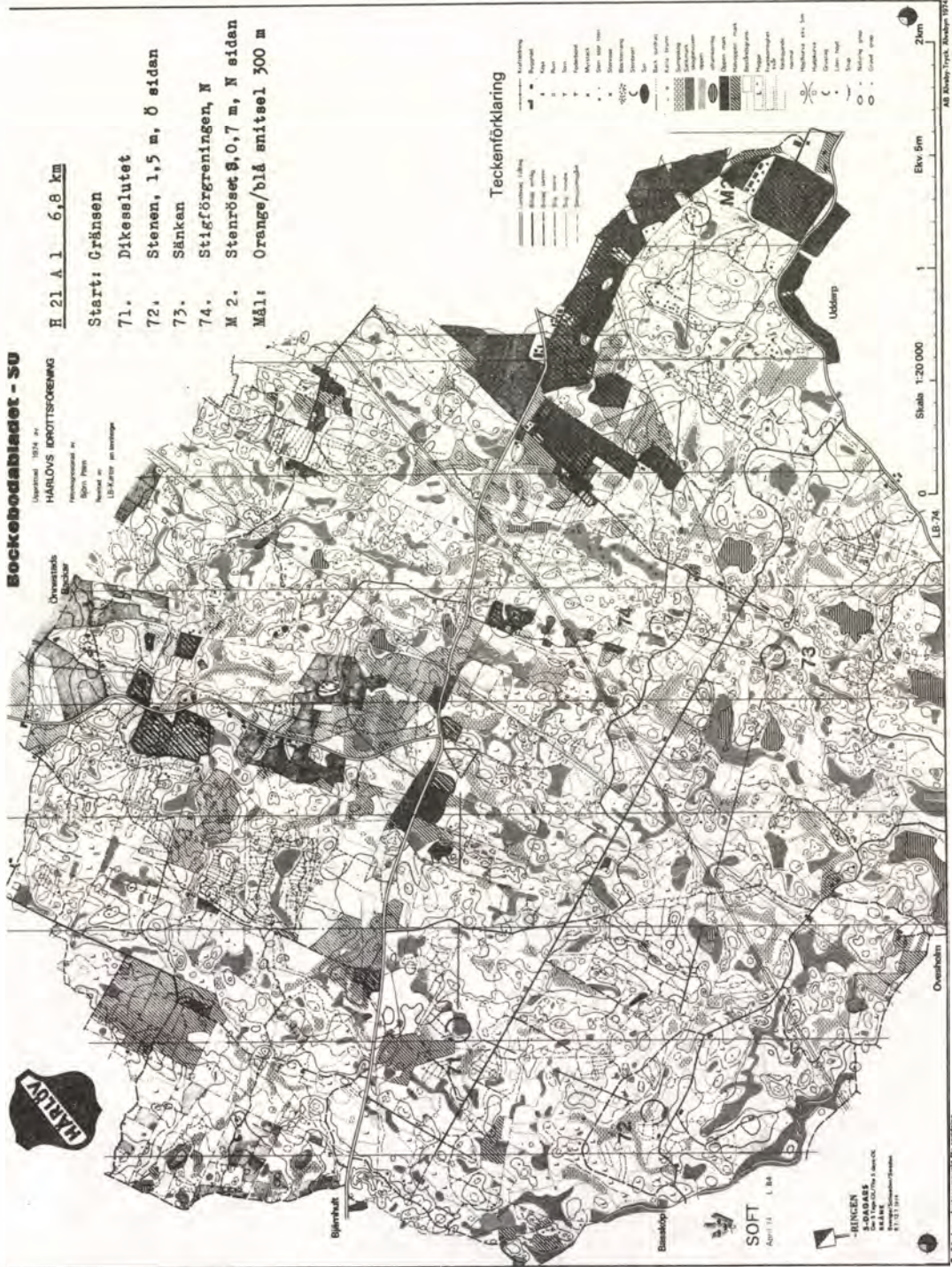
1. BEAC 2. BSE 3. Spartacus 4. MÁV
5. VM-Egyetértés.

Felnőtt nőknél a Spartacus nyert, az ifi lányoknál a BEAC.

Az ifi fiúk viadala drámaian zajlott, az elsőnek befutó Bakony Vegyészről kiderült, hogy hibapontos, így a szorosan mögöttük lévő K-Lombik lett a bajnok. Itt most nem szeretnék szakmai értékelésbe bocsátkozni, ezt biztosan megteszik mások helyettem, csupán a felnőttek közt magát sokáig jó helyen tartó Schönherz SE-t és a több kategóriában helyezett K-Lombik teljesítményét emelném ki.



0-Ringen, 1974. július 8-12. Svédország





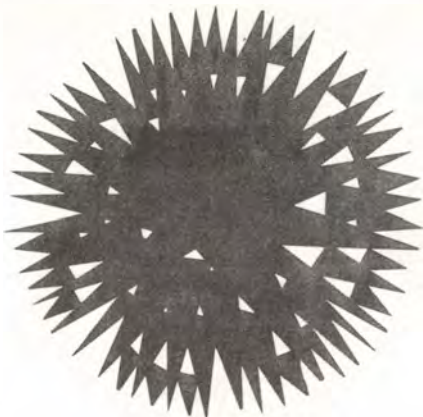
Piróth Eszter

## TIZENHÁRMAK TÁBORA

A színhely: Svédország, a Hassleholmtól 10 kilométerre levő Tyringe.

1974. július 1-6.

A 13 szerencsétlen szám, de 13 ország ifi élmezőnye gyűlt össze erre az egyhetes edzőtáborozásra. A hazáikon kívül Belgium, Kanada, Dánia, Anglia, Finnország, Norvégia, Ausztria, Svájc, Csehszlovákia, NSZK, Bulgária és Magyarország képviselői jelentek meg. Nálunk 3 verseny, a Killán, a Vasutas és a Május 1. szájalékos eredményei alapján állapították meg az utazókat. Szoros eredmények után Vigh Sándort és engem ért az az öröm, hogy Svédországba, a tájékozdási futás földi paradicsomába utazhattunk. Másfél napos fárasztó utazás után megkésve bár /hála a nemzetközi vonatok többórás késéseinek/, de törve nem, hétfő este egy minden elképzelést föltumuló szállódába érkezettünk. Valahogy úgy festett a dolog, mintha a visegrádi Hotel Silvánusba rohannánk edzőtáborozni. Egyágyas, fürdőszobás, kényelmes szobák, a szálloda játéktérrel és szannával ellátva.



A késés miatt csak kedden reggel vehettünk részt az első edzésen, míg a többiek már hétfő délután edzettek. A mintegy 50 főnyi társaságot 5-6-os csoportokra osztották, plusz egy fő a svéd edző volt. A mi csoportunkban egy dán és két bulgár lány, egy svájci fiú volt még, az ideiglenes edzőnk pedig a Magyarországon több alkalommal járt Anders Sandwall lett.

A közeli térképen két részből álló pályát futottunk végig közösen. Az első szakasz 5-600 méteres átmenetektől, míg a második egészen pontos tájfelismerést megkívánó 100-200 méteres átmenetektől állt. Ez idehaza könnyű, de ott a sok szikla közül határozottan kellett kiválasztani

ni a megfelelőt. A délutáni programban ez annyiban módosult, hogy mindenki önállóan futotta végig a pályát, s az edző csak egyes pontok között futott velünk. Ez jó módszer, mert a pályán soha nem tudtuk, hogy melyik ponton áll Anders és melyik pontig fog velünk futni, figyelve a tájfelismerést, a pontfoglalást.

Szerdán újra mindenki öntevékenyen elővette a mappájából a napok szerint számozott térképet, azonban ekkor két pályát is láttunk egy térképen. Az egyik délelőtti a másik a délutáni utvonalkövetés. Szintén mint az előző napon: délelőtt közösen, délután egyedül hajtottuk végre a harci feladatot. A délutáni bár gyorsabban, de pontatlanabban ment, mint a délelőtti. Este több mérkőzésre is sor került, először a csoportok röplabdái bajnokságának selejtezői zajlottak, majd később, de azt már a tévén néztük, a holland-brazil meccs. A kettő izgalmai között volt egy kis különbség, de amíg a röplabdában voltak magyar résztvevők, a fociban nem.

Csütörtök délelőtti egyéni versenyzésre került sor, természetesen ez sem időre ment, de itt is szorgalmasan ellenőrizgettek bennünket.

Délután edzés helyett kirándulás Helsingborgba, s egy kis kompozás után megnézhetjük Hamlet várát Helsingörben.

Esti programnak egy Lagerstaffel nevezetű dolog volt kiírva a hirdetőtáblára, aminek a lényegét mi hosszasan magyarázkodások ellenére is csak a rajt után értettük meg. Hármass csoportbeosztással a kanadai Jack Lee, a Magyarországon jóval ismertebb Pavel Cigos és én alkottunk egy váltót. Két üres térképet kaptunk, majd egyszerre minden váltóknak kiosztottak egy olyan térképet, amelyen 10 pont volt. Minden váltó erőviszonyainak megfelelően osztotta be, hogy ki hány és milyen távolságra eső pontot hoz. Pavel négyet vállalt, Jaek és én 3-3-at rajzoltunk át az üres térképeinkre. Tömeg rajt 8,00 órakor a szálló előtt. Az együttfutás lehetősége majdnem teljesen kizárt, hiszen senki nem tudja, hogy a többi váltóban hogyan csoportosították és kinek osztották be a pontokat. A legérdekesebb, hogy nem az összidőt számították, hanem a harmadik, tehát a legrosszabb idő jelentette a rangsorolás alapját. Tehát egy váltóban hiába volt két 17 perces eredmény, ha a harmadik 25 percen kívül volt, és az végzett jó helyen, aki jó átlagteljesítményt nyújtott, tehát ha legrosszabb ideje nem volt több 20 percnél.

Vigh Sanyit sajnos nem jó váltóba sorolták, harmadik emberüket, a bulgár Petje Georgijevát csak egy pontért küldték ki, de ez is soknak bizonyult. A legközelebb eső egyetlen egy pontot másfél óra alatt találta meg, amikor már keresni mentek őt a svéd fiúk. De vigasztalul az eredményhirdetésen egy szép feliratos trikót kapott. A mi kanadai-csehszlovák-magyar váltónk a harmadik helyen végzett.

Másnap a reggeli mellé Franz Maier min-



denkienk tálat egy adagot az 1975-ös osztrák nemzetközi versenyek kirásából. Az elfogyasztott reggeli és elolvasott kirások után autóbusszal egy Hassleholm környéki, 1974-es javítású térkép szélére szállítottak. Iránymenet gyakorlása közösen, de most nagyobb távolságokra kellett jellegtelen domborzat alapján tájolni.

Délután ugyanezt gyakoroltuk egy még laposabb minimális uthálózatú térképen. Este megbeszélés, ahol Anders rémülten nézi, hogyan rajzoljuk délutáni utvonalaikat, amiben bizony előfordul eltérés a rendes iránytól. Ezután filmvetítés aminek a szövegét nem értjük, de a képek nagyon sokat elárulnak az északi "menők" edzés és versenyzési módszereiről.

Szombaton, a verseny napján, tipikus svéd időjárás, zuhogó eső fogad az amogy is mocsaras terepen. Ennek meg is lesz az eredménye, míg a fiuknál több mint 20, a lányoknál 40%-os a kiesés, pontkihagyás. A fiuknál közrejátzott egy kritikus pont is, aminek megtalálása a szerencsén mulott. Vigh Sanyi emiatt a pont miatt került a tizedik helyre, ennél a pontnál adta fel a pályát még egy északi is, a finn Kimmo Hakanen. A lányoknál finn győzelem született, én negyedik helyen végeztem. Délután eredményhirdetés, bucsuzkodás, ahonnan különböző ajándékokkal megpakolva engedtek el. Az ut azonban majdnem mindenkinek az O-Ringenre, Rinkabyba vezetett.

Különösebben új dolgokat nem tanultunk ebben az edzőtáborban, hiszen csaknem valamennyi edzésforma nálunk is használatos. Csakhogy ezeket a svéd terepen egészen máshogy kellett alkalmazni. Nem lehet azt csinálni, amit nálunk, hogy futok ezen az uton, át a metsződésbe, balra az első gerincen ott a pont. A sok kis kup, szikla között állandóan figyelni kell és mindig az irányt nézni. Persze erről nálamnál sokkal tapasztaltabb versenyző pontosabban tudna írni.

A térképekről átfogó képet kaptunk. 1969-es és az egészen legfrissebb javítású térképeken is megfordultunk. A 69-es azért majdnem olyan jó mint a 74-es, mert a domborzata pontosan ábrázolt. A futhatóságra pedig éppen úgy nem lehet adni a 74-es térképnél, mint a 69-es kiadásunál. Tarvágásokat éppen olyan fehérrel jelölnek mint tiszta szálérdőt. Ez egy kissé szokatlan és zavaró volt az elején és sajnos én az utolsó napon is ennek "dőltem be". A mocsarak ábrázolása pontos, hiszen nálunk ez egy lényeges támpont a tájékozódásnál. Először megijedtünk a sok barna vonaltól, de a terepen kiderült, hogy a barnával jelölt területek elég jól futhatók, a kékbe belemászni azonban nem érdemes.

Az eredményeket vizsgálva meglepő a lányoknál az NSZK-beli 5. helyezése, valamint, hogy az első 10 között csak egy bolgár van, a többi kiesett. A fiuknál jelentkeznek a tengerentuliai is, a kanadai Ted de St. Croix szoros harmadik

volt. A negyedik helyezett nem névelírásként lány, hanem a svéd válogatott Ulla a fiuk élményében is megálta a sarat. Szégyent nem vallottunk, hiszen északiaktól kikapni svéd terepen a leggyakoribb eset. De sajnos mindkét kate góriában előtünk végeztek a csehszlovákok, és ez mutatja, hogy van még bőven javítani való.

#### Eredmények

##### Fiuk: /6 km/

1./	Jan Marten Jörstad	N	56:06
2./	Christer Karlsson	S	62:49
3./	Ted de St. Croix	CDN	64:24
4./	Ulla Klíngström /1/	S	64:34
5./	Pavel Cigos	CSH	75:36
10./	Vigh Sándor	H	88:50

##### Lányok: /4 km/

1./	Eera Kivinen	SF	40:26
2./	Mírka Hudeckova	CS	43:19
3./	Anne Ottersen	N	58:40
4./	Piróth Eszter	H	58:56
5./	Susanne Osterhorn	D	65:28



Kaponya Judit rajza

Varga Jenő

## ODOT '74

Ez év januárjában kaptam megbízást az ODOT döntő tájékoztató futóversenyén az elnöki teendők ellátására.

A soproni versenybíró gárdával megbeszélve a témát, elkezdtem a pályákat megtervezni.

Mivel ezen országos rendezvényen még nem vettem részt eddig, a feladat meglehetősen bonyolult volt. Kb. 1000 főnek rendezni versenyt amely minősítő és egyben népszerűsítő is!

Áttanulmányoztam a tavalyi verseny pályáit, meghallgattam néhány résztvevőt és elolvastam a megjelent kritikát. Ezekből kiindulva próbáltam megvalósítani a tervet.

Az ellenőrzőbíró 66 pontot ellenőrzött, mivel az egyes pályákat többször át kellett alakítani a nehézségi fok és a térképi adottságok módosulása miatt. A térkép ugyanis adott volt, s az 5 km<sup>2</sup> nagyságon eleve más módszert kellett választani, mint a salgótarjáni "önkiválasztós pályánál". Előre meghatároztuk, hogy 42 pont lesz (a tervezett 12 kategória helyett 9 lesz), s ez benyomtatva olvashatatlaná sűrítette volna a térképet.

Mi vállaltuk, hogy külön-külön berajzolunk minden térképet, de kértük az egyes kategóriákban az előzetes nevezést közölni. Ez nem valósult meg, így a verseny napjáig csak a tavalyi létszámokhoz igazodva rajzolunk be 1000 db térképet.

A berajzolás, minden pálya valamennyi pontja egy-egy 1,5 mm-es acéllemezbé lett kifurva, s a 8 mm-es furatba örökíron betétrel rajzolva a kör 6 mm-t adott. Ugyanigy a rajt háromszögét is megoldottuk.

A pontok összekötésére egy rétegelt lemezből kivágott sablon szolgált, ami szintén a betévtárgalással módosított méretű volt. A cél másodikk körét e lemezbé képzett furat segítségével rajzoltuk be.

Az összekötések alkalmával azonnal kiugrott, ha valamely pont kimaradt. Tulajdonképpen ez egyben ellenőrzés is volt!

A versenykartonok megírásához gyermeknyomdából összeállítható betűket használtunk, ami szintén sokat könnyített munkánkban.

Mivel rajtszámot csak egy kategóriának adtunk (a célkartonok időnkénti ellenőrzése végett) valamennyi kategória egyszerre indulóinak rajtszáma és versenyideje megegyezett. Így a 9 kategória első indulóinál kartononként 9 helyre kellett 1-es számot írni. Ezt 2 db számozó bélyegző segítségével oldottuk meg.

Minden kartont 2 helyen kifurultunk, hogy a tárolás és elkülönítés megoldható legyen. A megfelelő (120 mm-es szöggel) tároló táblákat is elkészítettük a kartonszéleknél, és a használt kartonoknak.

A verseny előtti estén érkeztek a megyék Sopronba így komoly nehézséget jelentett a nevezések késői pontatlan s nem szakszerű leadása. 280 db térképet kellett pótlólag elkészíteni, mivel a tavalyinál jóval többen indultak C és D kategóriában (F 17 D-ben pl. 344-en).



Bár igyekeztünk az A, B kategóriákban megfelelő szintű pályákat összeállítani, egyesek szerint a szint okozott nehézséget. Ez azonban a terepből következett. Szerintem azonban a győztesek eredménye nem bizonyítja a pályák könnyű voltát.

Nem beszélek a C és D kategóriákról, ahol pont a tavalyi rossz szájízt igyekeztünk megszüntetni a kiírás módosításával (elég volt 2 pont érintése 120 percen belül) és a könnyű pályák megtervezésével. Ez szerintem sikerült is hiszen a legnagyobb létszámú kategóriánál is az indulók 80%-a teljesítette a követelményt.

Az utolsó pont gyűjtőpont volt, ahonnan kb. 150 m szalagozott uton értek a versenyzők a célba, a tábortól szél felé.

Itt 1 db nagyméretű elemes automata óráról olvasták le a befutók érkezési idejét, s az idő és a rajtszám célkartonjainak összeírása és a sorrendben elkezdett versenykarton adta az egyes versenyzők célidejét.

Az 1112 versenyző eredménye azonnal elkészült (24 oldal), hogy a hibák kiugorjanak. Ez újabb egy oldal lett.

Végéredményben a nagyszámú kezdő versenyzőknek jó lehetőséget biztosítottunk, a sportággal való ismerkedésre. Lehet, hogy néhányan itt kezdtek el érdeklődni a tájékoztató futás iránt s ezt már komoly eredménynek könyvelhetjük el.

Kuron György

## Tanács Kupa

A BSE váltó azok közé a versenyek közé tartozik, amelyekről nem lehet /én legalábbis nem tudok/ sokat írni. Ennek oka talán az, hogy nincs mit kritizálni. Ha rossz lett volna a rendezés /na, nem nagyon/ akkor oldalakat lehetne írni. Persze a tolla is csinján kell bánni. Akkor már csak az hibádzana, hogy eme cikkíró fején kellemetlen daganatok nőhetnek. De hát ez is olyan mint a pálya, ki lehet heverni. A sport fejlődéséhez viszont ilyen versenyekre lenne szükség. A terepet sem lehet szidni /mint pl. a Jurisich terepét/ hiszen a bozótvágo kés használatától mentesítve voltunk, és csak időszakosan fordult elő egy-egy olyan csalántultengés, hogy eszünkbe jutott a választékos magyar szótár. Ennyit talán bevezetésnek. Cselekmény:

- Milyen versenyeken voltál?- kérdezte tőlem bent a szövetségben a főtítkár. De mint az szokott lenni, ha váratlanul feltesznek nekem egy ilyen kérdést, nem jutott semmi az eszembe. Aztán nagy nehezen kinyögtem:

- Kilián.

- Ugyan, hiszen az a versenyévad elején volt, és most már Julius van. Erre már teljesen megzavarodtam. Hát nem a versenynaptárt akarta velem elmondani? - Hirtelen eszembe jutott valami:

- Középiszkolás bajnokság.

- Az nem jó.

- BSE váltó.

- Hppp, ez az! Irsz erről cikket, ugye?

Olyan váratlanul ért ez a kérdés, hogy a számban levő cukorkát egészben lenyeltem. Nem tudtam mást mondani csak egy izét, és egy alig hallható igent.

- Csütörtökre hozd el, jó?

Ujabb egész cukorka! Ekkor megszólalt valahonnan a sarokból egy hang.

- Nem kérdezted meg tőle, hogy egyáltalán tud-e írni?

Még válaszolni sem tudtam, mikor a főtítkár már mondta:

- Nem baj, majd az anyucikájának tollba mondja!

3. cukor - ez a magyar igazság. /Tetőpont/ Megoldás:

A reggel először is úgy kezdődött, hogy összerőt a vekker, majd a Kelenföldi pályaudvaron megrohantuk a vonaton található szabad, és foglalt állóhelyeket. Mikor Száron leszálltunk, elindultunk a Birka csárda felé. Utközben hogy az időt és egymást valamivel agyonüssük, köveket dobáltunk az utszéli pocsolyákba. Kettős öröm volt, ha a felcsapódó víz valakit lefröcskölt. Az már kevésbé volt örömteli mikor minket is lefröcsköltek. A Birkacsárdánál be-

szálltunk egy buszba, ami kivitt a versenyközpontba.

A rendezőség jó terepet, és aránylag jó térképet választott mikor a Vértes 7/1 /Nagycsákány/ című lapra vitte a versenyzőgárdát. A rajt előtt egy kis kellemetlenség ért, ugyanis az előtte levő kerítésen átmászva kiszakadt a gatyám. Ugyanis aki a rajtba akart menni annak át kellett mászni a kerítésen. Volt más módszer is mégpedig az, hogy visszamenni a kerítés kezdetéig és azt megkerülve, a tisztást mégegyszer megmászva jutni el a rajtig. A rendezők nem voltak hívei a kerítés mászásnak, így a néhány méterrel mögöttem levőket vissza akarták küldeni. Hogy aztán mi lett belőle, ki milyen uton érte el a rajtot nem tudom, mert mint első futó már kinn voltam a pályán. Egy kategóriában levő klubtársammal leguggoltunk, és rafináltan elkezdtek fúzni cipőnket. Kifűztük-befűztük-kifűztük-befűztük /nagyon jó módszer/ ez így ment, míg a boly el nem ment. Akkor felálltunk és szép könnyedén elkezdtünk kocogni, nyomunkban két még rafináltabb "technikokkal". Mondtam nekik, hogy:

- Menjetez arra, ott a pont, hagyjatok minket keverni. -

Nem mentek el, így együtt szálltunk el /az első 5 pontig/.

Most már rosszabb úgy sem lehet - jelszóval, elkezdtünk hajtani. A két "epokit" lemaradt, mi pedig befutottunk a jól telepített célba kb. 9-10. -nek. Ha győzni nem is, de befutni sikerült, és még örülhet is az ember, mert nem hagyott ki pontot. A pályák jól sikerültek, számomra élvezhető volt. A rendezőség Böttös minta alapján átfutatta az F21 pályákat a cél mellett, és keresztül a réten. Ez szerintem látványos dolog. Benn a célban még eljártam egyszer a bemonó szerepét, mikor rádióval közlik a befutó ponton áthaladó rajtszámokat és kutyatöket. Egy versenyző be is ugrott, fel is ugrott, és beállt a kordonba, mikor megnyugtattam, hogy ha most még nem is, de valahol jön a váltás. A versenyközpontba menet megnéztem az eredményeket /de minek/ majd kis gyaloglás után megáttam a két üveg hűsítőmet /a birs és a narancslé volt a legjobb/. A frissítőosztót a legkülönlegesebb megvesztegetéssel sem lehetett rábírní, hogy adjon még egy üveggel.

Talán az az egyetlen hiba volt, hogy eredményhirdetés vagy nem volt, vagy volt, de fenn a célnál, pedig a tömeg lenn várakozott a Versenyközpontban. Ugy, egyébként összefoglalva, szerintem jó verseny volt. Elnézést azért, mert nem valami tömény szakmai beszámolót, hanem személyes kellemes és nem kellemes élményeim, tapasztalataimat irtam bele ebbe a pirinyó cikkbe.



Éliás Vilmos

## Nyáridőben

Kétnapos nyugat-magyarországi versenyzési lehetőséget nyújtott ezévből is a Sopron és Jurisich Kupa azon 291 induló számára, akik a nyári szezon is szívesen töltik kedvenc sportjukkal.

A Sopron Kupát a rendezőségtől megszokott körültekintéssel rendezték most is. A szálláshelyek kiosztása kissé bonyolultnak tűnt, de másnap a fertőrákosi Vizimalomnál már gördülékenyen ment minden. A versenytájékoztató dicséretes módon felhívta a figyelmünket Fertőrákos látványaira, a mézskőfejtő barlangszinpadára, a középkori pellengéroszlopra és a XIII. századbeli püspöki kastélyra, de a továbbutazás miatt csak kevesen tudtuk megtekinteni azokat. Az 1972-ben javított színes térképen a futhatóság és a jellegzetes helyesbítésre szorultak volna, a pályák tájékoztatólag könnyűek voltak, a pontok általában "ültek". Nagy hiba volt az "O" jelű gyűjtőpont elhelyezésében. Az erdőritkítás és az új faktermelő utak a pont 150 méteres körzetét járhatatlanná és felismerhetetlenné tették, viszont jogtalan előnyhöz juttatták a befutó szalagozásáig "tévedt" versenyzőket.

A Jurisich Kupa tájékoztatója már nem kínált látnivalókat, nevezetességeket, hanem "helyenként" vizenyős, bozotos csalános terepet. A futhatóság világoszöldje középzöldet, a középzöld sötétzöldet jelent, a sötétzöld pedig kéket, vöröset és lilát, attól függően kinek mennyire érzékeny a bőre. Kimaradt viszont a repertoárból, hogy a terep uralkodó kétszikű növénye a vadszeder, ami itt fejmagasságig ér és hatása a késéssel egyenlő. Nincs az a zöld raszter amivel futhatóságát jelezni lehetne és talán a magas győztesidők is ezzel magyarázhatók. A rendezőség jól látta el feladatát, a szervezés jobb volt a múlt évinél, az értékelést kategóriánként bontva többen végezték, az utaztatás jól szervezett volt /külön vonat/. De hiába a rendezők körültekintő becsületes munkája ha a lényeg, a versenypálya felépítése elmarad a korszerű követelményektől.

Igy az "IM" pont zsirkretája nem a bóján, hanem attól 2 méterre, a versenyzők kezeltárgyától elrejtve volt, ami több versenyzőt a kódcédula és igazolásra kényszerített és végül a versenyből való kizáráshoz vezetett.

A "P" mocsár széle pont a logikus utvonallal nem volt bemérhető és térképhiba miatt nem is került a helyére. Egészen logikátlan irányból viszont jó helyen volt, valószínűleg ellenőrzését is innen végezték, helytelenül. A "K" jellegzetes saroknál durva hiba volt. A belátható területből nyíló nyiladékszerű sávot a valóságban erdő zárja el. A pontelhelyezés hibáját fokozta, hogy a bója D-re, 40 méterre található a beszurás helyétől. A "DZ" jelű bó-

ja egy nem régen ledöntött bozótos felhalmozott cserjéi közé volt rejtve. Természetes, hogy fentiek sok versenyzőt érintettek, akik ezért keserű szájjal fejezték be a versenyt. A bóják elrejtése nem egyedülálló. Ujabb megint előfordul az a helytelen szemlélet, hogy a verseny technikai nehézségi fokát a bóják elrejtésével próbálják elérni. Speciálisan rejtett jellegű pontok /gödör/ kivételével, a jó irányból pontosan érkező versenyzőknek kelljen keresgélni, bóklászni, mert ez a versenyzők összefutását, bolyozását a későbbi érkezők jogtalan előnyhöz jutását segíti elő: végsősoron pedig a verseny korrektségét veszélyezteti.

dr. Varasdy Sándor

## "JURISICH"

Ugye még nem irtál cikket lapunkban! ? Határozottan szegteket felém a kérdést, amely egyúttal bírálat is volt.

Küldj egy cikket a "Jurisich" versenyről! Nem tudtam nemet mondani.

Az idén tizenharmadszor került kiírásra és tizenkettedszer rendezte a Vas megyei szövetség ezt a versenyt. A hatvanas évek egyikén a kőszegi árvíz miatt maradt el a verseny. A névadó, a terep és a térkép adottságok a versenyt Kőszeghez kötötték eddig. A történelmi multu város vonzotta a sportág szerelmeseit. Minden esztendőben kétszáz körüli versenyző indulása adott rangot az eseménynek. Tavaly már a háromszázat megközelítette, az idén pedig meghaladta a nevezések száma. Ez nem csak a sportág fejlődését jelenti, hanem a verseny színvonalának emelését, a rendezők fáradságos munkájának elismerését is.

Kőszegtől nehéz volt elmozdulni, a versenyt új terepre vinni, de szükségszerűt. Az 1973. évi Hungária Kupa első napi versenyei Vasvár környékén voltak, Kőszeg mellett csak erről volt és van színes térképünk Vas megyében, így válogatási lehetőség nem volt. Reméljük térkép kiadásunk pótolja a közelmúltban itt annyira érzett nélkülözést és újabb térképek kiadásával segíti a sportág fejlődését Vas megyében. A sportág megyei rajongói pedig örömmel vállallják az új terep és térkép feldolgozásával járó feladatokat. Ugy gondolom, hogy nemcsak nálunk, de más megyékben is hasznosítani kell az új térképek területének, határvonalainak kialakításánál a helybeliek véleményét. Ugyanis az új térképeket legtöbbet a helybeliek használják. A helyi adottságok meghatározzák a megközelítés és a kihasználás lehetőségeit. Az a térkép, amely ezeket a szempontokat nem veszi figyelembe, nagyon sokat veszít gyakorlati értékéből. Ritkábban használják, lassabban fogy el, és még az előtt korszerűtlenné válik. Ezek a szempontok lényegesek, minden bizonnyal az illetékes szervek is magukévá teszik, a sportág gyorsabb fejlődése érdekében.

Vasvár, hajdani megyeszékhely, régen város, most nagyközség, szintén történelmi multu

hely. A nagyközönség vezetői, társadalmi szervei örömmel fogadták a verseny helyi rendezését és annak lebonyolításához nagyon sok segítséget adtak. Ezuton is köszönetet mondunk támogatásukért. Egyuttal ezen kapcsolat eredményességére felhivom más rendező szervek figyelmét.

A Hungária Kupa tavalyi rendezői, pályakitűzői a vasvári terep legkönnyebb és legértéktelebb részét használták ki, míg annak északi és délkeleti részét szinte érintetlenül hagyták. Most ilyen előítélettel érkeztek a versenyzők Vasvárra. Sakktábla, egyértelmű utvonalak, könnyű tájékozdási feladat, gyors pályák (50-60 perc) fizikai erőnlét a döntő! Akik így készültek fel erre a versenyre tévedtek. A térkép mindenki előtt ismert volt. Annak tanulmányozása feltétlenül több figyelmet érdemelt és ezt a szempontot máskor nem szabad elhanyagolni. A verseny pályái döntő részében a terep északi, domborzatos, nyiladék nélküli részén és a domborzatos délkeleti részén kerültek kialakításra, míg a térkép középső részén a versenynek jelentéktelen hányada zajlott le. A terepnek ezt az értéktelenebb részét azonban jelentősen értékesebbé tette a csapadékos időjárás, mely kihangsúlyozta mocsaras jellegét. Ez természetesen lényegesen kihatott az aljnövényzetre is. Mind ezek a terepet, de a versenyt is nehezzé tették, melyet növelt még a pszichikai csapódás, amely a várakozással szemben a terepen érte a versenyzőket. Az ellenőrzőpontok kitézésekor még nem lehetett előre látni az aljnövényzet alakulását. A pályák utvonallevezetését általában a terep adottságai, domborzati és síkrajz határozzák meg, míg az aljnövényzet nem domináló szempont. Ez az elv vezetett a pályák kialakításánál. Elsődleges a tájékozdási feladat, csak másodlagos a fizikai felkészültség. Ugyanazzal a gondossággal építettem fel a pályákat, mint a pályakitűző versenyeken. Élttem a terep adta lehetőségekkel. Ahol szükséges volt sok pontot helyeztem el egymás után rövidebb távokon és ahol lehetőség volt hosszabb szakaszokat is beépítettem. A pályakitűzők az ellenőrzőpontokat mérték be előzetes megbeszélés szerint, több mint hatvanat és ezekből bőven volt válogatási lehetőség a korszerű pályakitűzési elveknek megfelelő, általam legjobbnak tartott utvonalak kialakítására. A versenyhez közel ötven ellenőrzőpontot használtunk fel. Ez lehetővé tette, hogy közös pont kevés legyen. A pontos tájékozdás és a figyelem fokozott igénybevétele érdekében alkalmaztam közeli azonos tereptárgyakat, pl. horhos csücske, metsződés, stb. A pontatlanság és a figyelematlanság néhány versenyzőnél megboszulta magát.

Nem hagyhatom szó nélkül, hogy a térkép helyesbítői egyes helyeken nagyon elnagyolt munkát végeztek. A térkép nem egy versenyre készült! Azt minden részletében olyan gondossággal kell helyesbíteni, mintha oda ellenőrző pont kerülne. Csak így lehetséges a térkép jó kihasználása. Jelen esetben a térkép egy részét nem tudtuk kihasználni lényeges hibák miatt.

Egy további napi munkával a helyesbítők tökéletes munkát végezhetek volna! Ennek költsége jelentéktelen, érdemes lett volna ennyi áldozatot hozni.

A győztes idők megközelítették a szabályzatban előírtakat, ez figyelembevett szempont volt a pályák hosszának és nehézségének összeállításánál. Az F.21. kategóriában 10 perccel nehezebbnek bizonyult a pálya a tervezettnél. Véleményem szerint ebben elsődleges szerepet játszott az a felelőtlen és súlyos sportszerütlenséget elkövető - ebben a kategóriában szereplő - versenyző, aki a bóját 130 cm magasan felfüggesztett helyéből letépte és azt a földre dobta. Sajnos személyét nem sikerült megállapítani, pedig megérdemel legalább öt éves eltöltést! Az egyébként könnyű ellenőrzőpont így viszonylag nehezebbé vált a verseny előtti napokban végzett erdőtisztogatás, ritkítás miatt. De a fiatal akácós sarka, mint jelleghatársarok, így is megmaradt az öreg tölgyesben. Csak érdekességként megemlítem, hogy ugyanennek az akácosnak 50 méterrel távolabb levő másik sarka a Hungária Kupán az N.17.A. kategóriának volt ellenőrzőpontja! Az F.21.A. kategória versenyzőinek tekintélyes része itt adta fel a versenyt miután már száz perc körül voltak és még 50-60 perc kellett a hátralevő részhez. Kár volt a versenyt feladni, mert mindenkinek egyformán nehéz volt. II. osztályú minősítést lehetett szerezni, sőt csapatban harmadik helyezést is lehetett volna elérni! Én versenyt soha sem adtam fel, bármilyen nehéz is volt és bármilyen rossz időt is értem el. Inkább túlléptem a versenyidőt, de minden pontot fogtam. Ebben a sportágban a versenyrutinnak igen nagy jelentősége van, amit csak versenyen lehet megszerezni. Minél több pont van egy versenyen, minél nehezebb egy verseny, annál több tapasztalatot lehet gyűjteni, ami bőségesen megtérül a következő versenyeken.

A tavalyi "Jurisich" verseny a szó igazi értelmében elázott. A résztvevők emlékeznek még arra a kora reggeli felhőszakadásra, ami nemcsak a versenyzőket, hanem a rendezőket is igen nehéz feladat elé állította. Az idei versenyre úgy készültünk, hogy a rendezők munkáját az időjárás ne tudja jelentősen befolyásolni. Több technikai újdonságot alkalmaztunk, részben újakat, részben a megyében újakat.

Olyan versenyző katonákat nyomtattunk, amely semmi körülmények között nem ázik el. Erre a célra részben felhasznált, részben dögölt "dokufo" papírt használtunk fel, melynek hátlapja fehér felhasználás után is. Így a papír ingylen volt, a nyomdai költség párdig 25 fillért tett ki darabonként. A kartonon új rovatként szerepelt a befutási sorszám. A rajtszám nélküli versenyeken ennek feltüntetése elsőrendű fontosságú. Külföldi és hazai tapasztalatok alapján rajtszámokat nem használtunk. A rajtszámok

használata részben előnyös, részben hátrányos. A fejlődés a rajtszám nélküli versenyek irányába mutat, így az új versenyzőkartonok készítésekor célszerű lesz a nyomtatvány bővítése a befutási sorrend rovattal. A rajtszám hiánya jótékonyan hat a "ragadás" leküzdésére. A terepen a versenyző nem tudja, hogy akivel találkozik milyen kategóriában fut. A rajtszám hiányát a célban hűsítőre jogosító jeggyel pótoltuk a befutáskor. Tapasztalatunk szerint a rajtszám hiánya a verseny rendezését nem zavarta, sőt azok kezelésének elmaradása lényegesen csökkentette a rendezői munkát.

Az ellenőrzőpontok érintésének igazolására lyukasztóbélyegzőket és zsirkkrétát használtunk. A lyukasztó azonos a máshol is használt, háziilag készített lyukasztókkal. A zsirkkrétát használatánál lényeges újítást alkalmaztunk. A zsirkkrétát alumínium csőbe helyeztük, amelyből csavar segítségével lehet azt kinyomni a szükséges mértékben. A cső a krétát törés ellen védi, míg a csavar megakadályozza a krétának a csőből való kilökési lehetőségét. Ha a kréta csőből kiálló része elfogyott, a versenyző a csavar fordításával a szükséges mértékben azt ki tudja tölteni. Ezzel a módszerrel lényegesen megnő a zsirkréta élettartama, de a lényeges az, hogy a kréta nem törik el, verseny során nem fogy el, nem lehet a földre taposni megfelelő rögzítése miatt.

A verseny során mintegy husz ellenőrzőpontot papír bóját alkalmaztunk. A papírbóják jók. A verseny előtti délután és éjszaka nagy vihar tette próbára őket, állták az esőt, de nem bírták ki a fentebb már említett sportszerűtlenséget. A papírbóják használatánál javasolom azok gépkapecssal történő összekapcsolását, felfüggesztésük helyénél irodai lyukasztóval történő lyukasztását, a lyuk rátűzött kartonnal történő megerősítését és a felfüggesztés felőli oldalon hurkapálcával történő merevítését. Az így felhasznált papírbója élettartama megsokszorozódik és tökéletesen helyettesíti az esőnek ellenálló anyagu bójákat.

A bóják, helyezőzők megsérülése esetére szőrőcédlákat használtunk. Ezeket magunk állítottuk elő, ami igen nagy fáradtságba és időbe került. Természetesen ezeket nem lehet a verseny után összeszedni. Nagyot segítene a ren-

dezői munkán, ha ezek központilag kerülnének előállításra és beszerezhetőek lennének. Remélem, hogy az országos szövetség technikai bizottsága a sportág fejlődésével járó technikai eszközökről, azok beszerzési lehetőségéről kelendő időben értesíti a rendező szerveket, no meg technikai újdonságokról is. Elvégre nem lehet elvárni a rendező szervektől, hogy saját maguk izzadjanak ki olyan dolgokat, amelyek máshol már esetleg ismertek és beváltak.

Az ideai verseny nagyon sok hasznos tapasztalatot adott. A technikai nehézségek szinte kivétel nélkül felszámolhatók. Egyes sportolók sportszerűtlenségét, felelőtlenységét a rendező szervek csak a versenyzők aktív segítségével tudják felszámolni. Ebben össze kell fogni a verseny minden rendezőjének és versenyzőjének, vezetőjének. A versenyzők megfigyelése és tájékoztatása alapján minden bizonnyal megállapítható a sportszerűtlenséget elkövető személye, akit joggal vet ki közülünk sportágunk minden kedvelője, legyen az versenyző, vagy rendező, vagy szövetségi tisztségviselő. Ha valaki tudna felhasználható adatot a versenybírószám rendelkezésére bocsátani, kérjük, hogy azt minél előbb tegye meg az F.21.A. kategória említett pontjának letépésével kapcsolatosan.

Az új terep gondolatát követendő utnak tekintjük. Mindaddig nem fogunk felhasznált terepre visszamenni, amíg újabb szintes térképeink lesznek. Bizom abban, hogy minden évben lesz újabb színes térképünk és nagyon soká kell csak ugyanarra a terepre visszamenni, amikor már a régi terep is új lesz. Talán megerősít ebben a hitemben az országos szövetség térkép-bizottsága.

Nagyon sokan vagyunk az országban, akik nagyon sokat tettünk és teszünk sportágunk fejlődése érdekében. Nagyon sokan vannak, akik közkinccsé adták tudásukat, tapasztalatukat szaklapunkban. Nagyon sokan vannak viszont olyanok is, akik különböző okoknál fogva magukba rejtik mindazt, amivel a sportág fejlesztéséhez hozzájárulhatnak. Ezek alól én sem voltam kivétel. De vajon kedves sporttársam, barátom nem lenne-e neked is lelkiismeretfurdalásod, ha tőled is megkérdenék: Ugye még Te sem írtál cikket a Tájékoztató Futás részére!?

## TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság; Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31.II.em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf.614. Kiadja a Sportpropaganda Vállalat (1143 Budapest, Dózsa Gy.u.3.) Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál (KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1.) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3.- Ft. Előfizetési ár egy évre: 30.- Ft. (megjelenik havonta). Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, Budapest, Indexszám: 25827.

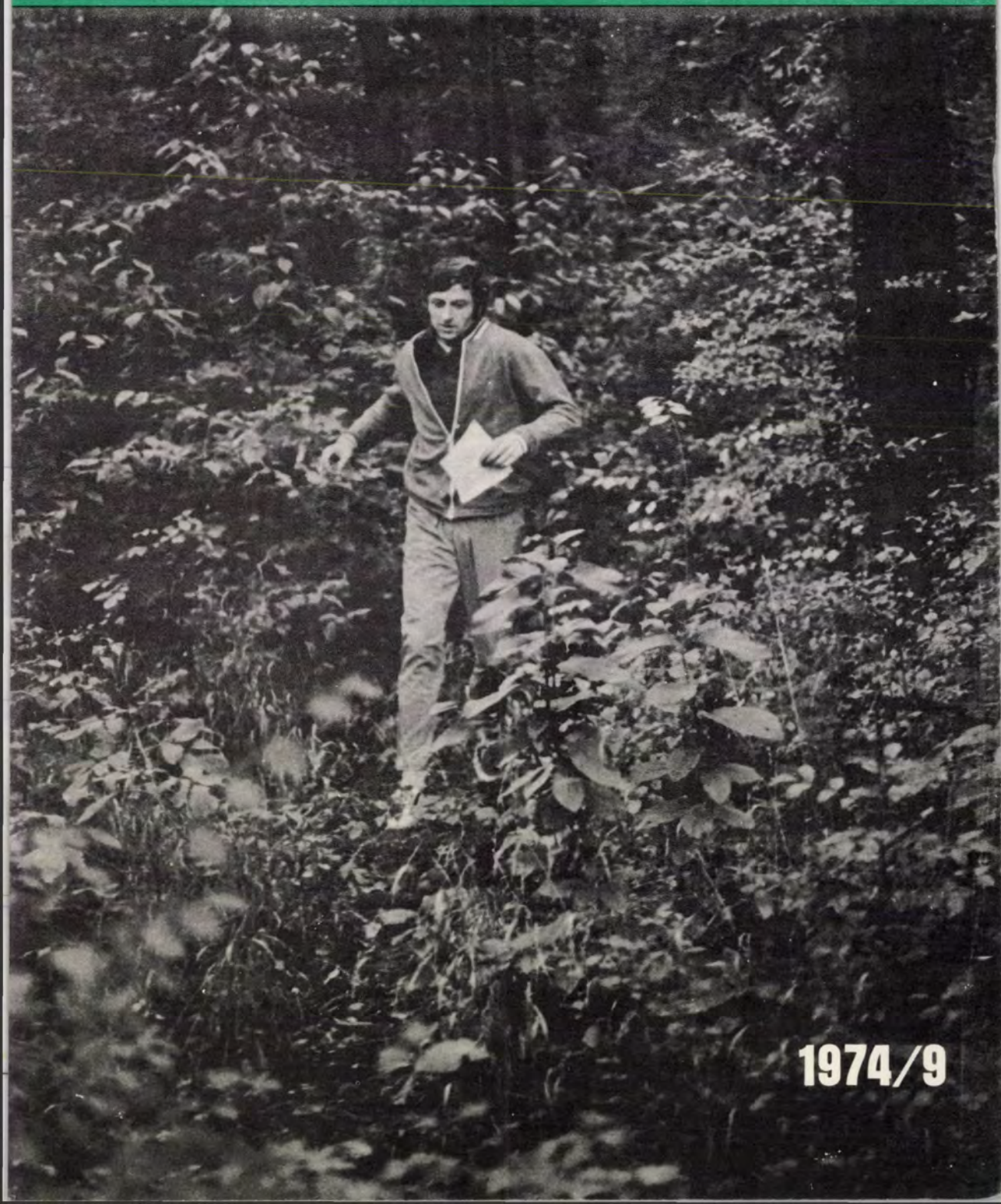


Ára: 3,- Ft

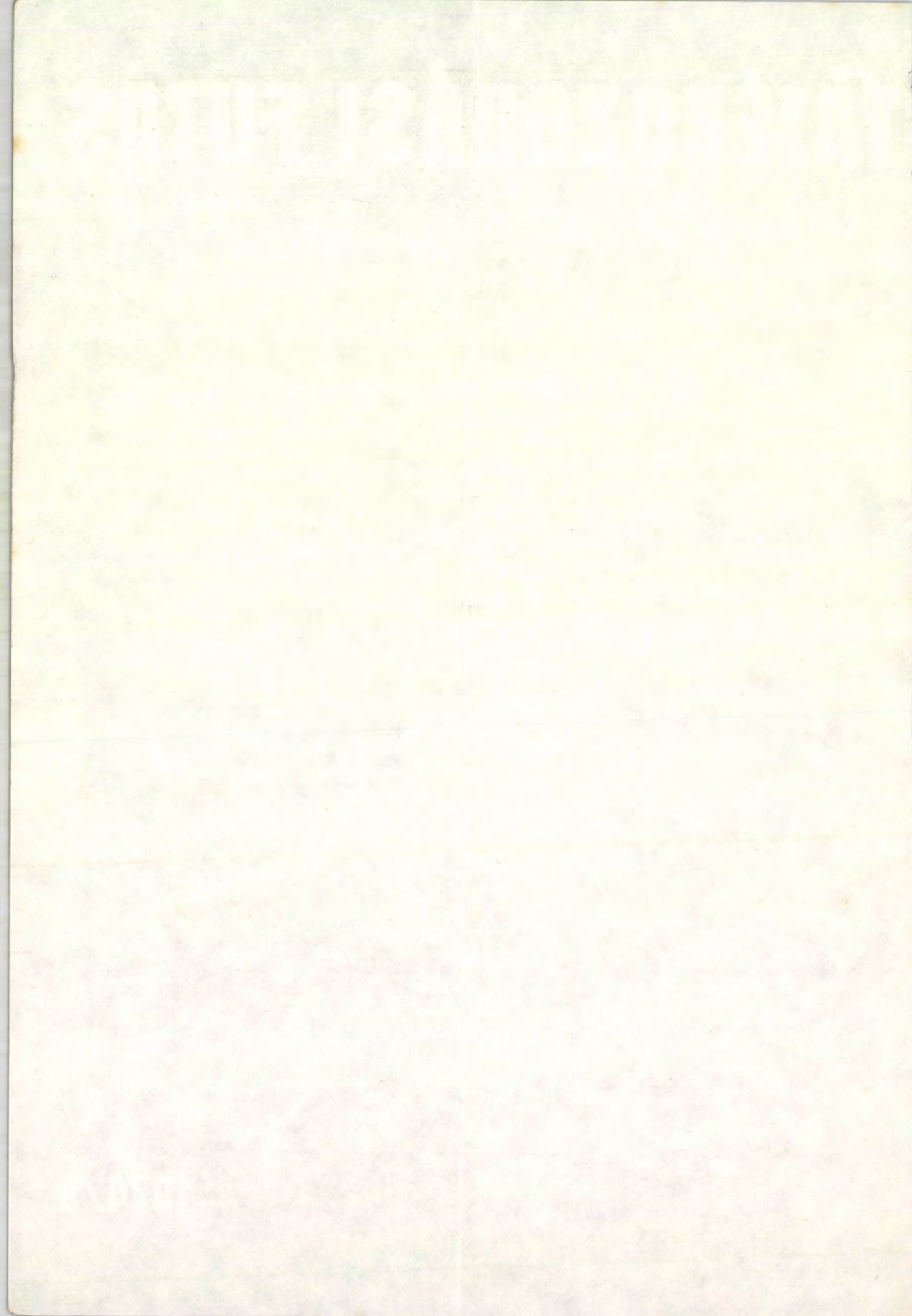




# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/9



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF. A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA 9. SZÁM

Kalmárkodó kezdemé-  
nyezésünk, mellyel a  
TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

munkatársai vállalkoztak a SZÉLRŐZSA, HUNGÁRIA TRIKÓ, térképek, stb. terjesztésére eredményesnek bizonyult. Az évkönyv eljuttott az ország majd minden részébe, ugyanakkor tolmácsoltuk a szerkesztőknek a vásárlók jogos panaszát is, hogy a jövőben korábban, lehetőleg még az év elején jelenjen meg az események könyve.

Közöljük: az újabb kötet szerkesztése már megkezdődött; az MFTSZ hivatalos levelben kérte fel a megyei szakszövetségeket: időben küldjenek meg minden szükséges információt - címjegyzékváltozások, megyei bajnokság 1-3. helyezettei, megyei, járási, városi, körzeti szövetségek címe, hivatalos órái; a megye életének színes objektív leírása; legeredményesebb versenyzőjük bemutatása; versenynaptár; megjegyzések, észrevételek, stb.

Ugyanakkor huszonöt versenyző vállalkozott arra, hogy egyéni hangu, olvasmányos írásában feleleveníti az 1974-es év nemzetközi és fontosabb hazai tájékozdási eseményeit.

Előreláthatólag friss fényképes anyag is gazdagítja majd az új kötetet.

Ezúton hívjuk fel újságunk olvasóinak figyelmét; amennyiben az új SZÉLRŐZSA-ban szükséges változást kívánnak bejelenteni - cím-változás, stb. - sürgősen tegyék meg levelezőlapon (SZÉLRŐZSA Szerkesztősége, 1063 Budapest, Bajcsy-Zsilinszky ut 31.)

Szaktilla János

## Hazafelé menet

"Komótos köd terjeng, az autó fénysugara alig ér a síház nedvesen csillogó faláig. Hűvös, őszi eső fedett helyre - a csendbe zárkózott erdő sötétje otthoni fények felé siettet. A bordó FIAT-ba négyen ülnek - életkoruk összege két nullával megtoldva alig több a kocsni értékének a felénél - a vezető ahogy levetkőzött: fürdőnadrágban, a többiek vizes ruhájukat kezdik melegre cserélni.

Makacsodik a motor, néhány tétova pillanat, majd nagy lendülettel kanyarodnak a kihalt műutra. Előttük tejszínű gomolygás, jobbról színes betűk, majd enyhe kanyar és kitisztul az ut. Sebesen siklanak lefelé, a gránitkockákon és a szemükben hasonló csillogás. Újabb kanyar: megcsuszik a kocsni, részegen táncol - Féki -, egy kő, megpördülnek és a második fordulat közepén csattanás az utementi kőfalon; egy káromkodás... már lassabban gurulnak tovább.

Tragikomikus kép: szinte meztelen srác ázik az esőben, az ég felé néz és haját tépi, a másik három csak ül - még Kharon lakójában érzik magukat: tájékozdási futók. Két kocsni érkezik: az óvatosak. Sérülés nem történt? Szótlanul nézik az össze-oncsolt csomagtartót, milyen szerencse hogy csak..., mert ha..., "

Ez a történet egy az utóbbi idők autós kalandjaiból, melyek részesei sportágunk élversenyzői, a középmezőny tagjai vagy egy szerűen csak: tájékozdási futók voltak.

Esett már szó újságunk lapjain arról mennyivel könnyebb az északaiaknak: beülnek autójukba, s nem hogy hazájuk bármely terrepére, de a kontinens több országát érintve otthonuktól meglehetősen távol lévő versenyekre is könnyűszerrel eljutnak. Hazánkban is egyre gyorsabban nő a saját járművel közlekedő versenyzők száma - noha még néhány évet várni kell a skandinávokkal e téren való összehasonlításra nem ártana már most közlekedésben is tapasztalatokat gyűjteni...

Másképp működnek az érzékszervek egy kimerítő verseny vagy edzés után, a sikeres szereplés által felhangolt állapotban, stb. Vigyáznunk kell magunkra, a mellettünk - mögöttünk ülőre - nevetéségesen magától értetődő. Korai még az aggodalmaskodás?

## Az MTFSZ-ből jelentjük

Az Országos Testnevelési és Sporthivatal a sportegyesületek szakosztályait 1974. július 1. hatállyal három kategóriába sorolta.

"A" kategóriájú lehet az a szakosztály, melyben nemzetközi szintű felkészítési munka folyik, sportolói a nemzetközi középmezőnynek megfelelő eredményeket érnek el, valamint eleget tesznek a sportági szakszövetség által meghatározott szakmai követelményeknek. Tájékoztató futásban két klub kapta ezt a besorolást:

BEAC

Spartacus TE

"B" kategóriájú követelményei: a felkészítési munka közelítse meg a nemzetközi középmezőny szintjét, kiemelkedő utánpótlásnevelés, továbbá a sportolók eredményessége elégítse ki a hazai élvonalal szemben támasztott követelményeket. Sportágunkban az alábbi hat szakosztály került ebbe a kategóriába:

BSE

Bp. MÁV SC

Egri Spartacus

OSC

Tipográfia TE

VM Egyetértés

"C" kategóriájú az a szakosztály, mely az előző két kategóriánál felsorolt követelményeket nem éri el, felkészítési munkája a hazai általános igényekhez igazodik, tevékenysége a tömeges szintű utánpótlásnevelési és testedzési feltételeknek felel meg.

Az OTSH Elnöke - négyévi időtartamra megbízta a Magyar Tájékoztató Futó Szövetség elnöki tisztségének ellátásával

Slezák Istvánt

főtitkári tisztségének ellátásával

Skerletz Ivánt

intézőbizottsági és egyben elnökségi tagsági tisztségének ellátásával

Bak Antalt

Bojársky Dezsőt

Székely Miklóst

dr. Szarka Ernőt

Valtynyi Lászlót

elnökségi tagsága tisztségének ellátásával

Csáky Juditot

Deseő Lászlót

Halász Miklóst

Hardicsay Máriát

Hornák Zoltánt

Hrenkó Pált

Hanga Máriát

Peterdi Pált

Serfőző Sándort

Soltész Bélát

Szabó Jánost

Szönyi Lászlót

Vittek Lajost és

Zsigmond Tibort

Az OTSH 11/1974 számú utasítása értelmében az aranyjelvényes ifjúsági sportoló minősítést is minden évben ismételtel meg kell erősíteni. Ezen utasítás 1974. július 1-én lépett hatályba.

Felhívjuk a sporttársak figyelmét, hogy a szövetségben december hónapban mindenféle térképárusítás szünetel.

A sportminősítések két legmagasabb szintje - a Magyar Népköztársaság Kiváló és Érdemes Sportolója címek - olimpiákon, világbajnokságokon és Európa- bajnokságokon elért előkelő helyezésekkel szerezhetők meg.

Az elmúlt három évben harminc sportágban 127 versenyző érdemelte ki a "Kiváló", 344 pedig az "Érdemes" sportoló címet, közöttük öt tájékoztatósi futó.

Monspart Sarolta / Spartacus TE /

a Magyar Népköztársaság Kiváló Sportolója,

Boros Zoltán / Egri Spartacus /

Hegedűs András /BEAC/

Sötér János /BSE/

Vajda Géza /Bp. MÁV. Ig. /

a Magyar Népköztársaság Érdemes Sportolója.

Világversenyeken kimagasló eredmények és helyezések eléréséhez az átlagon felüli, kiemelkedő sportbeli alapképességeken felül, célratoró, sok lemondással járó, folyamatos és rendszeres, szakszerű edzőmunka, valamint példamutató életmód szükséges. A sporteredmények rohamos fejlődése a jövőben mindezeket még fokozottabban követeli meg mindazoktól, akik be akarnak kerülni a világ élvonalába.

Vittek Lajos sportágunk első szakedzője, miután a Testnevelési Főiskolán sikeres államvizsgát tett.

Balogh Tamás

Bozán György

Csillik Barnabásné

Hegedűs Zoltánné

Monspart Sarolta

Ránky István

Rimóczy Károly

Skerletz Ivánné

Tűskés Endre

Nagyvillás Mihály

kétéves tanulmányai befejezésével edzői minősítést szerzett.

"Emelkedett a színvonal és örvedetesen nőtt a nevezések száma tájékoztatósi futásban" állapítja meg az idei Egyetemi és Főiskolai Bajnokságokról Wass Antal az Oktatási Minisztérium csoportvezetője, az Iskolai Sportélet szeptemberi számának vezércikkében.

"Az egyetemek és főiskolák sportjának ma az egész világon kiemelkedő jelentősége van, s ezt igazolják a nagy világversenyek eredményei is. Eppen ezért a hazai egyetemi és főiskolai versenyek rendszerében fontos szerepet kell betöltenie a bajnokságnak, mert elősegíti az egyetemi és főiskolai sportmozgalom fejlődését és folytatója sportmozgalmunk értékes hagyományainak. Emellett igen jelentős az intézmény színeiben elért sporteredmény nevelő hatása, valamint az a világméretű törekvés, hogy az azonos területen dolgozók a sport területén is találkozzanak.

Mindezeket figyelembe véve az Oktatási Minisztérium Testnevelési és Sportosztálya a KISZ KB-val, az Országos Testnevelési és Sport-hivattal, az országos szakszövetségekkel karöltve a jövőben tovább kívánja emelni a versenyek és bajnokságok színvonalát.

### Junior ranglista

Megpróbáltam a felnőttekhez hasonlóan egy junior ranglistát is felállítani. Sajnos nem a legjobban sikerült több okból is. Először mivel kevés, mindössze 3 verseny volt az I. félévben ahol junior korcsoportot is rendeztek, /Kilián, Vasutas, Május 1. ev./, másodsor, mivel az I. osztályú junior versenyzők nem álltak rajthoz ebben a kategóriában.

A rangsort a 3 versenyen elért időszázalékot átlagolva készítettem el, és mindenütt a legjobb magyar versenyző idejét fogadtam el 100%-nak.

1. , Krajcsovics András Nyházi Elektromos	107,7 %
2. , Harkányi Csaba K. Lombik	108,9 %
3. , Szabó László Debreceni EAC	112,2 %
4. , Kóger Gyula Pécsi EAC	114,5 %
5. , Soros László Spartacus TE	115,0 %

Nagyon örvendetesnek tartom, hogy a ranglistán nemcsak budapesti, hanem vidéki versenyzők is vannak. Ez azt jelenti, vidéken is jelentkeznek ígéretes tehetségek, csak az a hiba, hogy legtöbbször elkallódnak, elvesznek mire igazán komoly versenyzők lennének. Vidékről a válogatott keretbe bekerülni szinte lehetetlennek látszik, különösen ha olyan helyen él valaki, ahol még térkép sincs a közelben. Ezeket a versenyzőket csak azzal lehetne segíteni, ha a Szövetség évente egy-két válogató tehetségkutató edzőtábort szervezne a fiatal ígéretes, de még csak a második vonalban szereplő versenyzők részére. Azt hiszem nem lenne kidobott pénz a tábor költsége, mert bizonyosan akadna néhány tehetséges fiú és leány, akik a válogatásban később átvennék a kiöregedők helyét.

Szabó László

Balogh Tamás

## Jogtalan jutalom

Érdekesen alakult idén a Mazura Károly és Kohász Kupa versenyek lebonyolítása. Az értesítő kézhezvételekor kiderült: 13,30-ra kell a bányai versenyközpontba felérni - de ez nem ment. A Budapestről érkezők - jó esetben - félórás késéssel a déli ómassai busszal, 5 km gyaloglás után érkeztek de aki korábban jött reggeltől gyalogolt Garadnáról /8 km/, vagy Lillafüredről /14 km/, ami a rajt előtt nem tud szerencsés. Ez a mezőny jelentős részét érintette, a kisebbség jött saját járművel; s ezek már nem egyenlő feltételek.

A rendezők részéről mindez apró figyelmetlenség, valószínűleg nem gondolták végig az ebből adódó bonyodalmakat, mert különben az egész délelőtt ott vesztegélő buszokat beküldték volna egy fordulóra. A "turázók" szája pedig megkeseredett ezen a napon: a sorsolást a késések miatt elkapkodták - óvás - katonok beszédese - új sorsolás.

Nem számottevő, mert a térkép jó, a terep csodálatos, jók voltak a pályák is - illetve újabb apróság: a néhány héttel korábban ugyanitt zajlott Hermann Ottó emlékversennyel sok azonos átmenet, néhány közös pont szintén egyenlőtlen feltételeket teremtett az ott indult versenyzőknek.

Nem lényeges, de érdekes volt: a Hermann egyik "Szénégető" pont ácsolatára tették a Mazura egy "Mészégető pontját" s odébbrajzolták 3 mm-rel; pikantériája a dolognak, hogy az előbbi verseny ellenőrzőbizottsága s ez utóbbi szövetségi ellenőrje azonos személy. A pont maradt: mészégető a szénégető helyén!

A szállás - Ózd, Szilvásvárad, s a másnapi váltó lebonyolítása jó volt. A hazautazásnál újabb apróság: az eredetileg - verseny-értesítőben - ígért lillafüredi leszállítás helyett félutról gyalogolt a mezőny, mert kirakták őket. Hazaért ki-hogyan tudott, a pestiek éjjélre...

A fentiek apró kellemetlenségek, a verseny érdemi része jó volt: egy tömönatban el lehet intézni. Az eddigieket tekintsük segítő szándékú figyelmeztetőnek, mert az apróságokra is érdemes odafigyelni. Távol álljon tőlem, hogy bárkit is elmarasztaljak; előfordul ilyesmi...

Egy szorosan ide tartozó megjegyzésem még lenne: mégpedig az egyéni verseny fokozatáról. Versenynaptárban, kirásban elit verseny. Erre a minősítések idej állása szerint nőknél 12 versenyző nevezhető / a BEAC egy csapatot nevezett/. Elit verseny ellenére II. osztályú sportolókat nevezett a Bp. MÁV SC,

Postás, Vasas, HÖDGÉP, MAFC. Mi történt? A versenybírósság - szövetségi ellenőrrrel egyetértésben - visszaminősítette a viadalt "A" fokozatúvá, s így szabályossá tette a fentiek indulását. Akik a kiíráshoz tartották magukat, csapatkiegészítésen kívül nem neveztek II. osztályú női versenyzőt - rosszul jártak. Helyes volt ez így - elfogadni szabálytalan nevezéseket? Helyes volt így nevezni? Elgondolkoztató - gondolkozzon rajta más is!

#### HIBAIGAZÍTÁS

Az 1974/8. számában az 5. oldal 3. bekezdésébe értelemzavaró hiba került ("Kik elásták egymás gesztenyéjét")

A bekezdés 6. mondata helyesen: Gyuri taktikája: leszakítani Lacit, és előtte futni a célba. Laci taktikája: minden áron tapadni, együtt kell a célba futni.

Egy rendkívül meglepő tévedésről

Tavaly egy sporttörténeti cikkel kapcsolatban megjegyeztem: sporttörténelmet jól vagy sehogyan. Ezt a megállapítást ismét kénytelen vagyok me gismételni:

A "Tájékoztató Futás" 1974/8. számának 3. oldalán Kempelen Imre ír cikket "Egyéni elődök" címmel. Meglepetéssel olvastam, hogy az 1960. évi bajnokságot Schönviszky György nyerte. Nem ismerem Kempelen Imre forrását, de a tévedés komoly: a bajnokságot Schönviszky László (Spartacus) nyerte.

Hogy hogyan? Az ugyanennek a számnak 5. oldalán olvasható "Kik elásták egymás gesztenyéjét" című cikkemben. A tévedés már csak ezért is nagyon feltűnő.

Dr Szarka Ernő

## Nyitott boríték

Kedves Z. Sporttárs!

Elnézését kérem, hogy szerkesztőségünknek irt levelére ebben a szokatlan formában válaszolok. De biztos vagyok benne, hogy így is eljut írásom Önhöz s talán más is okul belőle.

Levelében sérelmezi N. megye sportági vezetőjének és - szinte - egyszemélybeni mindenesének tevékenységét és javasolja viselt tisztségéből "központilag" történő elmozdítását. Bizonyítékul említi, hogy a tavalyi megyei bajnokságok egyikén az illető néhány ellenőrzőpontot 200 méteres hibával telepített, egy másikat pedig a térképen jelzett helyre - de egy 6 m magas fa tetejére! S hogy a versenyeken általában olyan fejtelenség uralkodik, amely elveszi a kezdők kedvét a sportágtól, tehát többet árt mint használ.

Kedves Z. sporttárs!

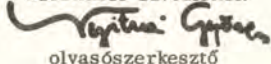
Némileg ismerem sportáguk helyzetét megyéjünkben és kénytelen vagyok magam is elismerni annak mérsékelt színvonalát. Éppen ezért nem fogadhatom el azt, hogy ami van "az többet árt mint használ". A nehéz helyzetben a rossz is több, mint a semmi! Mert versenyek, bajnokságok azért csak-csak vannak, persze olyan színvonalon, amilyen az azt meg tudják valósítani. Nem akarom menteni a 200 méteres hibát sem. De az tény, hogy a versenyzők egy része által már 6 m magasra talált bóját nem a felvezető telepítette oda... Aki egyébként szintén ez a minden lében kanál X. sporttárs. Nem furcsa, hogy egy sportág megyei vezetője személyesen tüzi ki a pályát, rakja ki a bójákat, s - mint magam is láttam számolja ki az eredményeket? Én inkább azt csodálnám, ha ilyen körülmények között bármi is rendben lenne.

Persze lehet, hogy X. egy szerepharacosló, a mindenható pózában tisztelgő személy, aki nem engedi a rutin os pályakitűzőket, tapasztalt versenybírákat a maga dolgába beleszólni. De tudom, hogy megyéjünkben nagyon nagyon kevesen vannak, akik segítséget tudnának és akarnak adni X-nek, akiről meglehet, hogy valóban nem polihisztor a tájékoztató futásnak. Ám az ilyen nehéz helyzetben a tisztségviselők megválasztásának nem az első feltétele, hogy a legjobb szakember legyen, hanem az, hogy egyáltalán vállalja el a feladatot! (Ezt magamról tudom!)

Azonban nem elveszett a helyzetük, kedves Z. sporttárs. A kiut az, hogy Önök is rendezhetnek versenyeket! Mint az egyik fiatal szakosztály vezetője tagjának és versenybírójának ehhez feltétlen joga van. Először csak kis, városi szinten "C" kategóriákkal, hiszen éppen az utánpótlás van leginkább rászorulva a közeli jó versenyekre. És ha egy-két jól sikerült versenyük után az a közvélemény alakul ki, hogy Z.versenye jobb X-énél, akkor akár a sokat szidott megyei bajnokságok rendezését is vállalhatják! Biztos vagyok benne, hogy X. fog ennek a legjobban örülni... Szép fekvésű városuk környékéről több színes térkép készült, mely az MTFSZ-ben - X. sporttárs engedélye vagy akár tudta nélkül is - beszerezhető. Munkakedvük, idejük és sportszeretetük meg van (ez leveleiből kiderül), rajta kezdjék el a harcot a "N. megye legjobb versenye" - címmért!

Remélem, legközelebbi kedves levelében már egy új, szépreményű kupaverseny megszületéséről kapunk beszámolót, amit a Tájékoztató Futásban közölhetünk is. De addig - talán hagyjuk X. sporttársat békében gürcölni.

Sporttársi üdvözléssel:



olvasószerkesztő

Turchányi Piroska

## Újabb világbajnokság?

I. U. C. O. = Nemzetközi Főiskolai  
Tájékoztatói Verseny az első  
(nem hivatalos) főiskolai VB

Svédország legdélibb megyéjében, Skåne-ban rendezte meg 1974. július 1-6-ig néhány lelkes ember, egyszerűen, de nagyszerűen Yugszó versenyközponttal. 70 km-re Tyringetől, ahol ezidőtájt nemzetközi ifjúsági edzőtábor tartottak és 20 km-re Forsakartól, ahol az IOF védnökség alatt nemzetközi konferencia volt (a küldöttek közül az eszkimókon kívül csak a magyarok hiányoztak). Egy héttel később pedig 12000 ember versenyzett az O-Ringenen. Szóval, Skånet megszállták a tájfutók július első felében - de bárcsak az egész világot megfertőznék már az OL-virus, ami egy svájci propaganda füzet szerint igen makacs fajta: nem hajlandó elhagyni azt, aki-be egyszer bejutott.

Két nap egyéni, egy nap váltó, előttük és közöttük edzőversenyek, svédasztalos kajálások, ici-píci ceremóniák és széles jókedv, tánc, ping-pong, tombola, filmvetítés, házi-buli, - ami beleférhetett 6 napba. Nekem sajnos négy, mert szerencsés módon megmenekültem ugyan egy repülőgépet lezuhanástól - még idejében visszazálltunk Ferihegyre - de így szerencsétlen módon lemaradtam az egyéni versenyek előtti terepbemutatókról, s ezzel szeretném megmagyarázni a bizonyítványomat...

A rendezők állításuk szerint semleges terepet kerestek, hogy a versenyeken olyan eredmények születessenek, amik a tájfutás népszerűségének növekedéséhez vezetnek.

Ezek után rekkenő hőségben, lábszárközépig érő homokban kóvályogtunk dombocskák és gödröcskék között, mint gyermekkoromban a tázlári Honvéd Kupán (vagy talán az ausztrálok kedvében akartak járni?).

Majd bozótból-bozótba csörtettünk, néha szántóföldek szélén, szügesdrótok és kőfalak megmászása árán ...

A váltón viszont ruganyos talaju fenyveserdőben, metyék legszebb csehországi versenyemlékeimet idézték fel bennem (a csak a váltóversenyen induló csehszlovákok bizonyára nem is fogták fel, hogy Svédországban vannak).

Mindent összevetve, leginkább Dániához hasonlított a domborzat tagoltsága (a térképek méretaránya inkább 1:5000, mint 1:20000, de még így is káprázott a szemem a domborzatábrázolás láttán), a nem túl sűrű,

de még tájékozódást megkönnyítő uthálózat - általában száraz, homokos, vagy köves, sűrű aljnövényzettel borított talaj.

A pályahosszak (fiuké 14 km, lányoké 8-8,5 km) és a sok pont is az őszi világbajnokságra való felkészülést segítette a verseny azon résztvevőinek, akik nemcsak főiskolások, hanem "igazi" VB-kerettagok is voltak.

Hadd írjam le a mezőny összetételét: finnek 7+7, svédek 7+7, svájciak 3+3, norvégok 5+1, angolok 6+3, bulgárok 4+3, dánok 7+6, kanadaiak 3+1, USA 2, nyugatnémetek 3, osztrákok 4+1, franciák 1+1 versenyzővel álltak ki. Rajtam kívül csak a spanyol kislány "szólózt". A váltóversenyen a csehszlovákok 2+1, az ausztrálok 1 csapatot indítottak.



Érem pedig a következők nyakába került:

Egyéni verseny:

1. Veijalainen, Liisa  
FINN 52.00 + 1.15.03 = 2.07.03
2. Arnesson, Elsa  
SVÉD 54.48 + 1.15.58 = 2.10.56
3. Jansson, Éva  
SVÉD 1.02.45 + 1.08.53 = 2.11.38

1. Johansson, Arne  
SVÉD 1.08.26 + 1.26.04 = 2.34.30
2. Vali-Kle mena, Séppo  
FINN 1.04.27 + 1.30.12 = 2.34.39
3. Nuuros, Risto  
FINN 1.08.16 + 1.28.05 = 2.36.21

(Gondolom mindenkinek feltűnik az eredmények szorossága, különösen a fiuknál - 9 mp!)

Váltóverseny:

Lányok

1. Finnország 2.20.08
2. Svédország 2.36.21
3. Csehszlovákia 2.36.27
4. Svájc 2.36.28

Fiúk

1. Finnország 2.24.21
2. Svédország II. 2.28.21
3. " I. 2.29.08

Bucsuzól keresztre-hosszába ajándékoztuk egymást, címeteket és térképeket cseréltünk, továbbá mindenki megkapta az összes edzés és verseny térképeit, pályákkal együtt, így a vámtiszteknek volt mit nézegetniük, mikor hazafelé jöttem. Igaz jövőre én már "köregedett" versenyző leszek, de remélem, a szövetség beveszi versenyei közé a 2. I.U.C.O-t és talán váltót is indíthatnak a magyarok. Főiskolások, figyeltem!

Vajda Géza

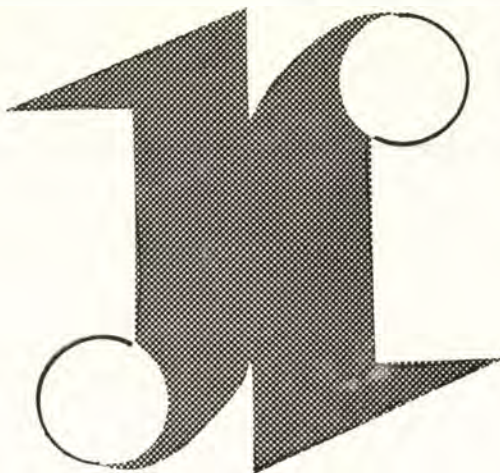
## A Hungáriára szükség van

(E cikkemben leírt gondolataimat az idei Hungária Kupával kapcsolatban vettem papírra)

A világ minden országában, ahol a tájékoztató futásnak már van némi bázisa (de így van ez más sportágakkal is) igyekeznek évente legalább egy olyan központilag rendezett nagy nemzetközi versenyt megrendezni, mely méreteit, a résztvevő országok számát tekintve általában messze felülmúlja az ország többi rendezvényét.

bahagyni ezt a sportot, így az ország versenyzőinek létszáma növekszik, s az ismert filozófiai fogalommal élve a mennyiség idővel átcsap minőségbe. Ez pedig elkélne már nálunk is, fel tudnánk zárkózni tájékoztató futásban a négy nagyhatalom közé, mert állítom, hogy addig, míg a svédek, finnek s a többiek minimum 20-30 (de lehet, hogy még több) közel azonos képességű versenyző közül választják ki az induló 4 illetve 5 főt a VB-re, mi pedig ugyanennyit 6-7 főből, addig semmi esélyünk nincs igazán komoly és tartós eredmények elérésére ...

E hosszúra nyult bevezetővel szerettem volna aláhuzni, hogy a "Hungária Kupának" igen is van létjogosultsága, még akkor is ha ezt egyesek igyekeznek kétségbe vonni. Az igazán - minden értelemben vett - nagy verseny sajtója, hogy mindenki számára (legyen



Mi sem akarunk - remélem a továbbiakban sincs szándékunkban - lemaradni ebben. Így jött létre a "Balaton Kupa" után az évente megrendezésre kerülő először 2 napos, majd 5 napos "Hungária Kupa". Nem ismerem az utóbbi évek "magyar 5 napos"-ain az indulók pontos létszámát, de biztos, hogy ez a létszám állandóan emelkedő tendenciát mutat, s idén már az 1000 indulót is meghaladta. Ez persze a tájékoztató futó sportnak mindenképpen hasznára válik, még akkor is, ha egyszer-egyszer kisebb hibák, hiányosságok csökkentik a verseny értékét. Hiszen egyrészt a jól megrendezett verseny elismerést szerez kis hazánk számára külföldön (mivel a külföldi résztvevők aránya általában igen magas az összesen indulókhöz viszonyítva). Másrészt a hazai tömegek is egyre nagyobb számban képviselik, képviseltetik magukat egy ilyen nagy versenyen. Bizonyos vagyok benne, akinek első versenye a Hungária Kupa volt, utána már nem tudta ab-

kezdő vagy élversenyző, szerény II.-III. osztályú vagy akár világbajnoki helyezett) képességeinek megfelelő versenylehetőséget biztosít. A fenti igényt maradéktalanul sajnos nagyon nehéz kielégíteni. (Saját tapasztalataim is igazolják, mivel a Vasutas Kupákon is e nehéz problémával kell szembenéznünk). Nálunk e-  
lőbbre levő országok nagyobb rendezvényein már sikerül elérni, azonban hatalmas apparátus közel egy évig is eltartó szorgos munkájának az eredményeként. Bár a "Hungária Kupa" nagyságát tekintve messze elmarad mondjuk a svéd 5 naphoz képest, mégis elég nagy problémát jelent a jó verseny minimális alapfeltételeinek, a szükséges rendezői létszámnak a biztosítása. Az 5 napos "Hungária Kupa" versenysorozatot kár lenne abbahagyni de mind a rendezők, mind a versenyzők érdekében változtatni kellene az eddigi gyakorlaton. Míg az előbbiekre óriási teherként nehezedik egy hatalmas 5 napos fizikai- szellemi



igénybevétel (nem is beszélve a megelőző néhány hónapról) addig az utóbbiak is megérik ennek a hatását, melynek jelei a kapkodás, idegeskedés, szervezetlenség érzete a versenyzőben (még ha ez csupán érzet is; a versenyző olyan mint a beteg, de határozottság jó közérzetet vált ki belőle), az esetleges gyengébb térképek és pályák, a felcserélt kódjelek, a rosszul berajzolt térképek, a versenyzők szállításának zavarai és sorolhatnám tovább.

Hangsúlyoznom kell, hogy az itt felsoroltak közül nem mind érvényes az idei "Hungária Kupára", de ez csakis a rendezők hatalmas munkabírásiának köszönhető. E cikkemmel nem szándékozom megváltani a világot, de úgy látom, hogy az egyre növekvő részvétel már meghaladja az országos szövetség erejét. Esetleg az 5 napot néhány nagyobb klub rendezhetné (javítaná a térképet) s a szövetség csak az összehangolásban vállalna szerepet. Persze ez csak egy megoldás a sok közül, s nem én találtam ki, hiszen pl. a svéd 5 napon is hasonló a rendszer. A lényeg: a munkát, mely egyre több, meg kell osztani, csak így lehet magas színvonalon tartani az év legnagyobb versenyét. (Egyébként aki úgy érzi, hogy elfogadható ötlete van, írja meg a szövetség címére, biztosan nagyon szívesen fogadják). Nekem tulajdonképpen az idei "Hungária Kupa"-ról kellett volna írnom, s ehelyett ez a kissé tudományos (vagy csak annak látszó) fejtegetés kerekedett ki belőle. Most leírhatnék sok jót, (pl. a viszonylag jó térképek, az eredmények zökkenőmentes értékelése és közlése, vagy akár a villamosbérlet, valamint az állandó strandbelépő, és minden ami nem volt rossz) és néhány rosszat (pl. a csalánt és a meleget, az egyes kategóriákban az érthetetlenül hosszú pályákat, a 3. és 4. nap a rajt-cél - ilyen nagy tömegek esetében már hibás - elhelyezését a terepen, illetve a versenyzők kellő tájékoztatásának hiányát stb.) Miután azonban véleményem szerint a Tájékoztató Futás olvasói szinte kivétel nélkül személyesen is résztvevői voltak a versenynek, úgy gondolom, főlegesen lett volna a tények puszta ismertetése. Ehelyett inkább mindenki, aki úgy érzi, hogy tehet valamit az elkövetkező Hungária Kupák érdekében feltétlenül tegye meg azt.

1974 augusztusa nagyon meleg volt. De ha nem teszünk semmit, félek, hogy 1975 nyára még az ideinél is forróbb lesz.

## Futóhírek

Kedvező híreket kaptunk Szabolcs-Szatmárból: megyei versenyeken a korábbi évek 40-50 indulójával szemben már a száz fős mezőnyök lesznek jellemzők. Sajnálatos viszont, hogy a sportágnak - Baktalórántháza, Vásárosnamény, Csenger és Mátészalka nélkül egyenlőre csak Nyiregyháza és Kisvárdra a bázisa.

A Budapesti Műszaki Egyetem tizennyolcadik alkalommal rendezte meg a "Jó tanuló, jó sportoló" versenyt. Férfiaknál: 1. Hegedüs András villamosmérnök (BEAC) tájékoztatósi futó, 2. Szabó S. Endre (BME) turamotoros, 3. Molnár Gábor villamosmérnök (MAFC) tájékoztatósi futó  
Gratulálunk!

Hódmezővásárhelyen a HÓDGÉP és METRIPOND sportkörök egyesületek, továbbiakban HÓDGÉP-METRIPOND SE (MMSE) néven fognak szerepelni.

A Budapesti Tájékoztatósi Futó Szövetség új szakosztály megalakulását jelenti:  
Magyar Villamos Művek SC  
1011 Budapest, Iskola u.13.

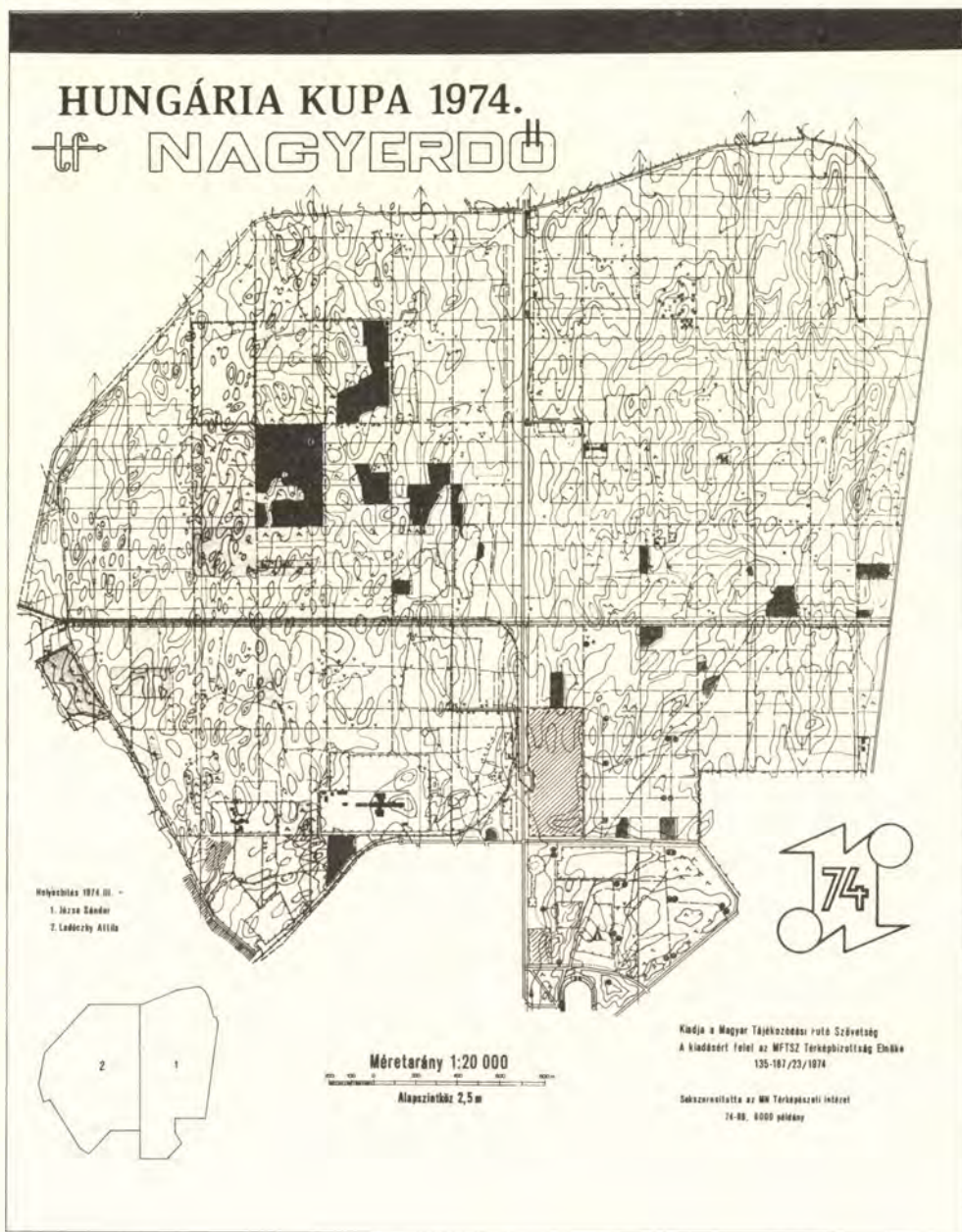
Örömmel fogadták a paksi és dunaföldvári versenyzők megyéjük első - az imádsói erdőről készült - színes, nyomtatott térképét: értesültünk Mittler Józseftől a Paksi Gimnázium szakosztályvezetőjétől.

A hódmezővásárhelyi Porcelán SK tájékoztatósi futói hétről-hétre ötletes faliújságot szerkesztenek maguknak, melyen a heti edzés-terv mellett helyet kapnak versenyeken készített fotók, térképek, újságkivágatok.

Felhívjuk kedves Olvasóink figyelmét, hogy a Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztályának címe megváltozott. Új cím:

1051 Budapest  
Bajcsy-Zsilinszky ut 38.





# BÁNKI ERDŐ

Kiadja a Magyar Tájékozódási Futó Szövetség  
A kiadásért felel az MFTSZ Társaságiértékelési Bizottság  
199-187/73/1974

Szakszerkesztette az MN Tájékozódási Iskolát  
74-08. 3000 példány


Helyszínképe 1974. IV.

1. Schell Antal
2. Koczor Kálmán
3. Dr. Szanka Ernő
4. Lantos Miklós

Rajzolta: Rausch József



feljegyzés:

 Állásnál, de nem felhőhöz H165, csemota

Méretarány 1:20 000



Alapszintköz 5 m

László Csaba - Kolozsvár

## KÉPESSÉGFEJLESZTŐ GYAKORLATOK

Fizikai edzéseinkhez sok segítséget kapunk a Tájékozódási Futásból - nálunk ez a része a sportágnak még kevésbé szakszerű - de úgy gondolom ezzel szemben mi a szellemi felkészítésre nagyobb figyelmet fordítunk. Talán ennek is köszönhető Szabó Klári idei jó szereplése még külföldön is.

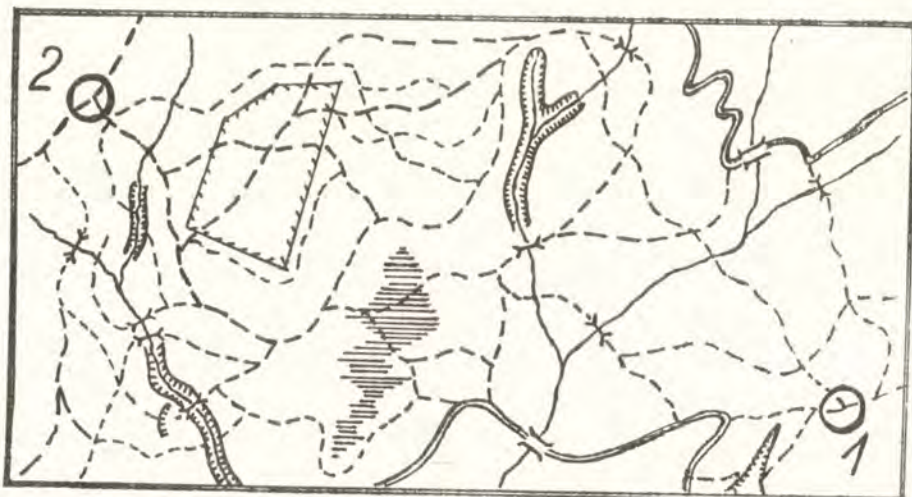
Sportkapcsolataink és tapasztalatszerék bővítése céljából küldök néhány nálunk sikerrel alkalmazott megfigyelőképességet, figyelemösszpontosítást, emlékezőtehetséget, térlátási készséget, fantáziát, stb. fejlesztő gyakorlatot. Edzések előtt vagy után használjuk általában csoportosan, időre - így izgalmasabb. Fehér papír és néhány színes iron szükséges.

Végeztünk egy felmérést, melynek segítségével meghatározható a versenyzők memóriázási képességének határfoka - adott sűrűségű térképen mekkora az az utvonalhossz melyet jó határfokkal lehet memorizálni - legközelebb erről írok.

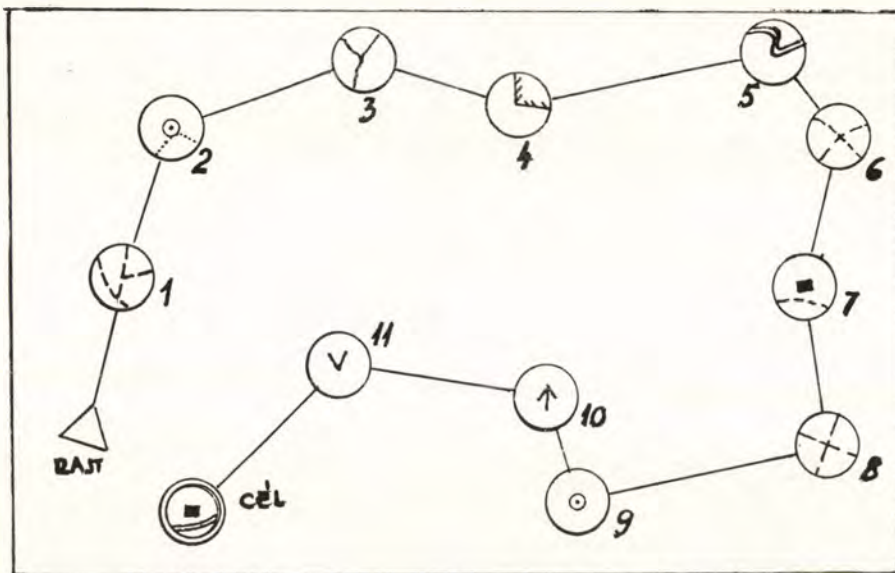


Négy közismert térképjel - magasles, gödör, határjel, etető - különböző variációban 75-ször szerepel az ábrán.

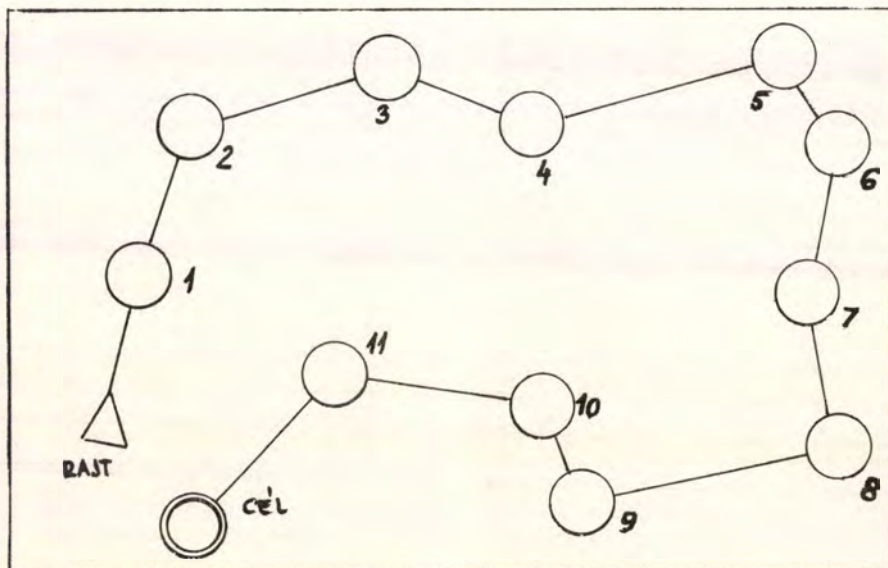
Feladat: az azonos sorrendben egymás mellé rajzolt jeleket kiválogatni és megfelelő színnel jelölni.

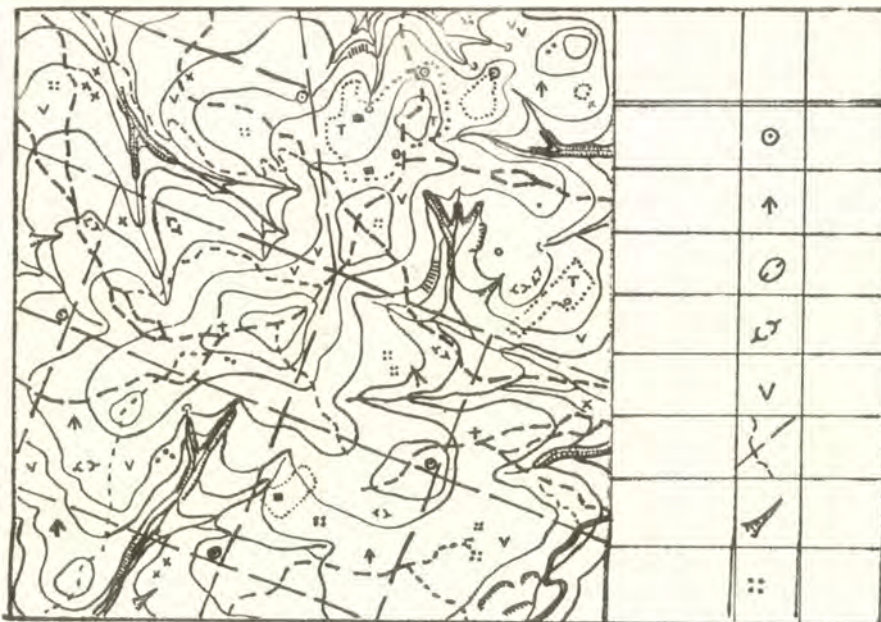


Feladat: a lehető legrövidebb időn belül kiválasztani és megjelölni a legjobbnak ítélt utvonalat.



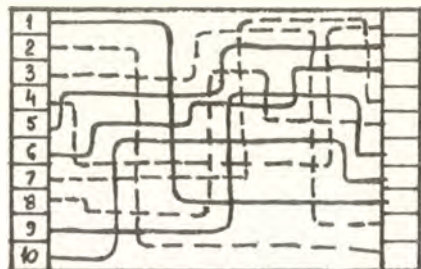
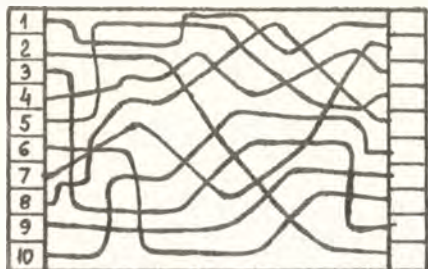
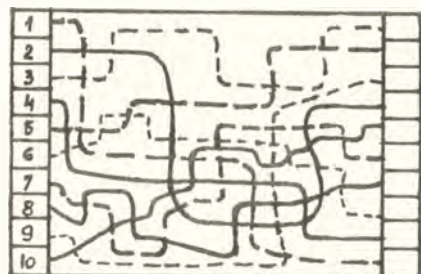
Feladat: a felső ábra 11 pontjának jelét megjegyezni, majd ezt letakarva az alsó ábrára emlékezetből berajzolni.





Feladat: az ábra jobb szélére rajzolt térképjelek mellé először beírni megnevezésü-

ket, majd megszámolni hányat találunk belőlük a térképvázlaton.

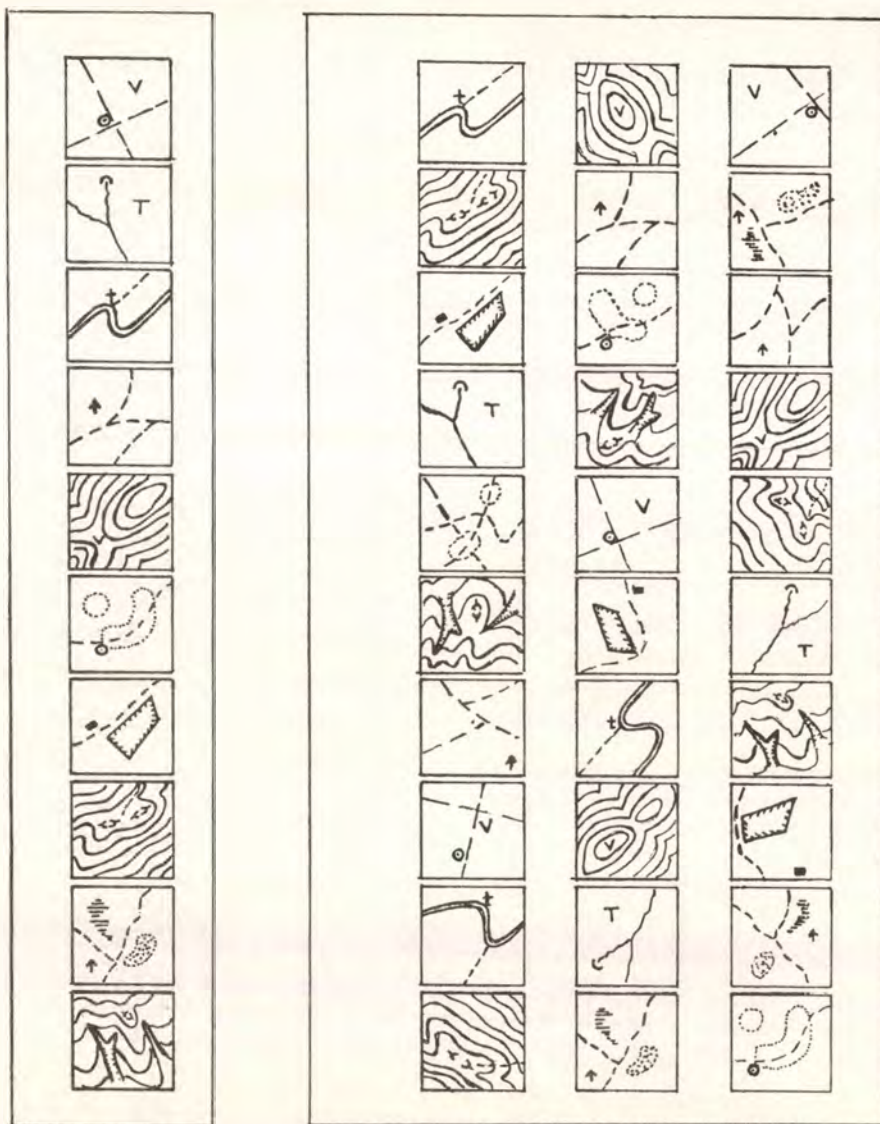


Mac Quarrie "Libirintus teszt"-je megfigyelőképességet és koncentrált figyelmet fejlesztő gyakorlat: hasznos a pontos utvonalkövetés és a gyors sikrajzi utvonalkiválasztás kialakításához.

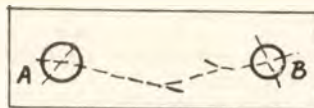
Feladat: anélkül, hogy kezünkkel vagy í-

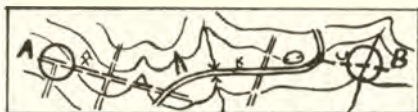
róeszközünkkel követnénk az ábrákon balról kiinduló vonalakat - szabadszemmel - meg kell figyelni melyik kockába érnek be, s ide a megfelelő számot beírni.

Időtartam: kezdőknél 4', haladóknál 2,5', (nálunk az élversenyzői szint 2').

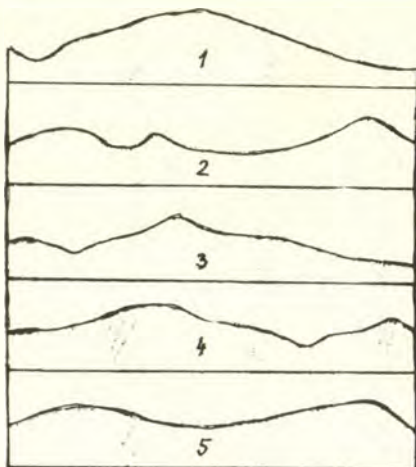
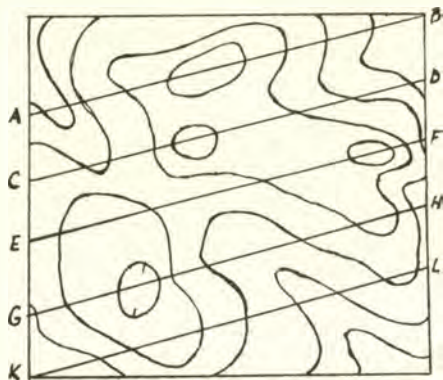


Feladat: a bal szélén lévő térképkivágatok párait a három oszlopból kiválasztani s azonos színnel megjelölni.





Feladat: a baloldali kivágatok megfigyelése majd letakarása után a jobboldali hiányos ábrák kiegészítése emlékezetből.



Feladat: kiválasztani a végpontjukban betűvel megjelölt egyenesekhez tartozó szintmet-szeteket.



Feladat: A pontmegnevezések alapján berajzolni és megszámozni a térképábrázlaton az alábbi pontokat:

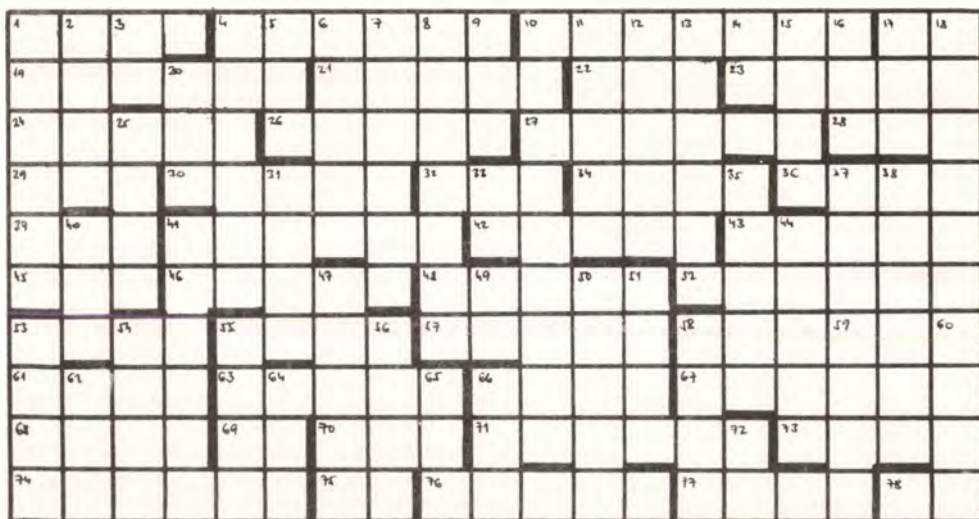
1. Gödör nyeregben
2. Gödör keskeny gerincen
3. Gödör a teraszon (terelepcsőn)
4. Összefolyás az országút kanyar alatt
5. Kis tisztás a hármás összefolyástól É-ra
6. Kis tisztás az utelágazástól K-re

7. Forrás a fenyves Ny-i sarkában
8. Magasles az oldalhátton
9. Magasles a szakadék felett
10. Határjel a nyiladékkereszteződésnél
11. Ház a hosszú tisztás közepén
12. Ültetvényes É-i sarka

Időtartam: kezdőknél 6', gyakorlottabb versenyzőknél 4' ( nálunk az élversenyzői szint 3' - mind a 12 pont berajzolásánál - nem fáradt állapotban!).



# Töprengés



A vízszintes sorok megfejtéseinek beírásánál óvatosak legyünk: minden szóból egy betűt ki kell hagyni! (A függőleges megfejtések hiánytalanok.) Ha a kimaradt betűket sorra összeolvassuk, egy időnként bosszantó, de vitathatatlan aranyigazságot kapunk.

VÍZSZINTES: 1. Már azelőtt is repült, hogy a repülőgépeket feltalálták. 4. Meg kell vakarni. 10. Ehető gomba. 17. Lehet rövid, közép, vagy hosszú. 19. Gondolkodási képesség. 21. Betakarítás. 22. Meg tud érinteni. 23. Régi leletekért folyik. 24. Jó minőségéből veszít. 26. Az FTC labdarugója. 27. Hegy Budán. 28. Jánoska. 29. Jó tippek kellene hozzá. 30. Focista védekezik. 32. Ritka férfinév. 34. Határérték a matematikában. 36. Vízbe kevert szilárd anyag. 39. Női név. 41. Különbözik a jobb meg a bal. 42. Becézett férfinév. 43. Az Aranybulla "szerzője". (II.). 45. Orc roccka. 46. Hajlott koruak. 48. Az összejövetel végén hangzik el. 52. Megóv a szomszéd kutyájától! 53. Egy ur Rejtőnél. 55. Néha le hull, néha lerántják. 57. Barangol. 58. Egy vásár Lengyelországban. 61. Gyakori pontmegnevezés. 63. Tea jelzője is lehet. 66. Az egyik csucsból az átellenesbe haladó. 67. Légzőszervi betegsége van. 68. Átdob. 69. Akkor is megszik, ha nem álmos. 70. Kifejtlődés. 71. Eszem-iszomok. 73. Öreg bácsi. 74. Csepeket rakott rá. 75. Növényi eredetű bűntetőszköz. 76. Minden verseny után hárman állnak fel rá. 77. Világító test. 78. Folyékony

kenyérnek is nevezik.

FÜGGŐLEGES: 1. Geometria, magyar szóval. 2. A fűxiszőrére is mondják. 3. Keresztül. 4. Ébresztőóra. 5. Fohász. 6. Amerikai város, boszorkányai egy szindarabban is szerepeltek. 7. Lószerszámok. 8. Itália északnyugati részén élt magas kulturájú nép. 9. Nagyra nyit. (pl. száját) 10. Űtőhangszer, Bartók egyik művének címében is szerepel. 11. Halfarku nőstény vízi madár. 12. Előírja az etikett. 13. Állati bundák. 14. A tetejére. 15. Könnyű táncha vinni! 16. Női név. 17. Esetleg. 18. Néma, de kemény kritika. 20. Az ENSZ első főtájkára volt. (LIE). 25. Ezt a szót Heltai Jenő alkotta a nehézkes "Filmszínház" helyett. 31. Svájci festő századunkban. 33. Edig nem ismert. 35. A napfogyatkozások ciklusának neve. (SAROS-ciklus). 37. A forgalomból kivont rovarirtó. 38. Porond, küzdőtér. 40. Régi athéni, avagy villamos töltésű rézszecske. 41. Apáca-ruhadarab. 44. Űdülőváros a francia Riviérán. 47. A Pál utcai fiuk egyike. 49. Vermet készít. 50. Idővel ki kell váltani. 51. Vazul fülébe is öntött fém. 53. Vásárolt. 54. Nem hagy éhen halni. 55. Eleeszt egy puskaolyót. 56. ... pour ... (ön-célú művészet). 58. Festő, Szinyei barátja volt. 59. Hajósok által használt vödör. 60. München folyója. 62. Az Éva név egy idegen alakja. 64. Tea, németül. 65. Visonta része. 66. Bál betűi. 72. Kilométer.

Mérő László

# Sportvilág

Tizenöt évvel ezelőtt 1959-ben rendezték meg az első tájékozódási futó konferenciát a svédországi Sandvikenben 11 ország részvételével.

Idén nyáron ismét Svédország volt a házigazda, s Forsakar adott otthont 21 nemzet: Argentína, Ausztria, Ausztrália, Brazília, Csehszlovákia, Dánia, Finnország, Hollandia, Kanada, Lengyelország, Libanon, Nagy-Britannia, NDK, Norvégia, NSZK, Spanyolország, Svájc, Svédország, Tunézia, USA képviselőinek.

A svéd- finn-norvég hármassziadal egyéni versenyének győztese férfiaknál Markku Salminen (finn), nőknél Siv Larsson (svéd) lett.

A férfiak 8 fős csapatversenyében:

1. Norvégia 12:01:08
2. Svédország 12:22:43
3. Finnország 12:43:12

Nőknél a sorrend: (4 fős csapatok)

1. Svédország 4:58:32
2. Norvégia 4:44:45
3. Finnország 4:58:32

Váltóeredmények, férfiak (4 fő):

1. Finnország 3:36:21
2. Norvégia 3:36:38
3. Svédország 3:40:19

Nők (3 fő)

1. Svédország 2:20:28
2. Norvégia 2:23:39
3. Finnország 2:27:29

61 éves korában elhunyt Erkki Sorakuru a finn tájékozódási futó szövetség korábbi elnöke, az 1966. évi finnországi európbajnokság szervezőbizottságának vezetője.

Franciaországban ötödik alkalommal rendezték meg, ezúttal Dijonban a Nemzeti Kupát. A térkép méretaránya 1:16667 volt.

## TÁJÉKOZODÁSI FUTÁS

### A MAGYAR TÁJÉKOZODÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest, VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II.em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614 - Kiadja a Sportpropaganda Vállalat (1143 Budapest, Dózsa Gy. u. 3.) Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Elfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál (KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1.) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámmal. Egyes szám ára: 3.- Ft. Elfizetési ár egy évre: 30.- Ft. (megjelenik havonta). Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, 1051 Budapest, Bajcsy - Zsilinszky u 38.

Indexszám: 25827

Z-74825 - Sportpropaganda

Az NDK 25. évfordulója tiszteletére jubileumi stafétát rendeznek futás, vándorlás, kerékpár-túra, vizitúra és uszás sportágakban. A futás távja: 25 jubileumi mérföld (49 350 m).

Magyar levelezőtársat keres Finnországból Pekka Katila "Külföldön még nem versenyeztem, jövőre remélhetőleg eljutok Svájcba és egyszer talán Magyarországra is ... a tájékozódási futáson kívül kézilabdázom. Németül írj!

Pekka Katila  
Uramontie 42  
SF- 11120 Riihimäki 12.

Románia ideai bajnokságainak döntőit Beszterceváros környékén rendezték jó minőségű térképen, színvonalas pályákkal. Először irtak ki északrai versenyt is - egyelőre két fős csapatok között.

A korábbi három helyett kétfordulós bajnokság selejtezőjéből kategóriánként 20 futó került a döntőbe, melynek egyik érdekessége volt három kiváló sportoló - Szabó Klára, Szabó Piroska és Gensa Ion - legmagasabb román sportfokozattal a "Sportmester" címmel való kitüntetése.

Az 1974. évi bajnokok

N 17 Moraru Angela (Kolozsvári Akarat)

N 19 Szántay Éva (Kolozsvári Clujana)

N 30 Szabó Piroska (Kvári Metalul Rosu)

F 19 Zaharescu Ioan (Bukaresti Akarat)

F 21 Bács András (Bukaresti Egy.)

F 35 Angheluta Constantin (Bukaresti Akarat)

F 43 Márton Sándor (Kolozsvári Akarat)

Északrai bajnok:

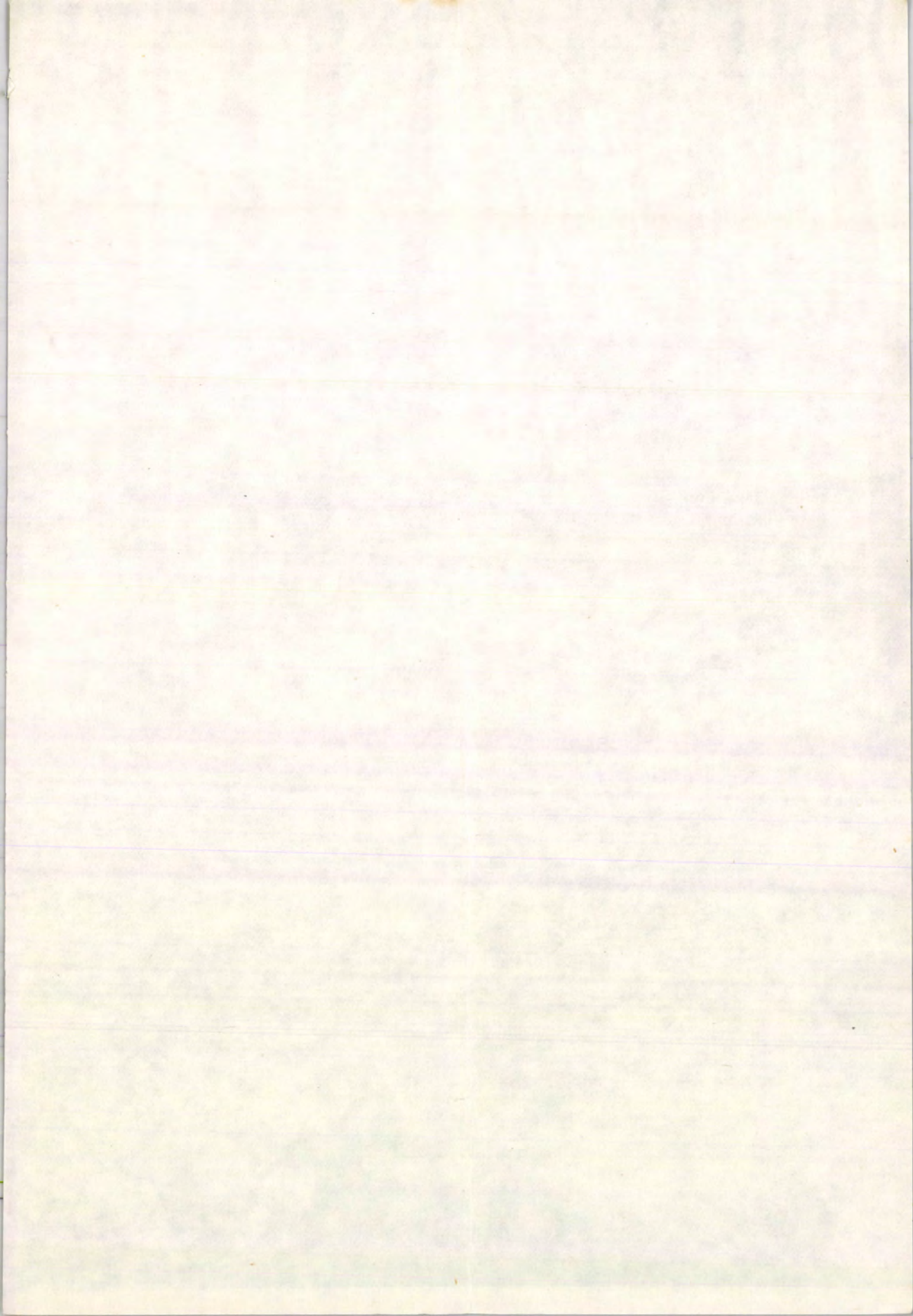
Bukaresti Egyetem (Bács A. - Petinsor C.)

Váltóbajnokok:

Nők: Kolozsvár (Szabó Piroska - Szabó Klára - Szántay Éva)

Férfiak: (Versetány E. - Horváth Gy. - Ciobanu D. - Kohnreich T.)

A serdülő és gyerek kategóriákban - csapatverseny - Beszterce, Harghita, Prahova megyék és Bukarest osztozott a bajnokságon.



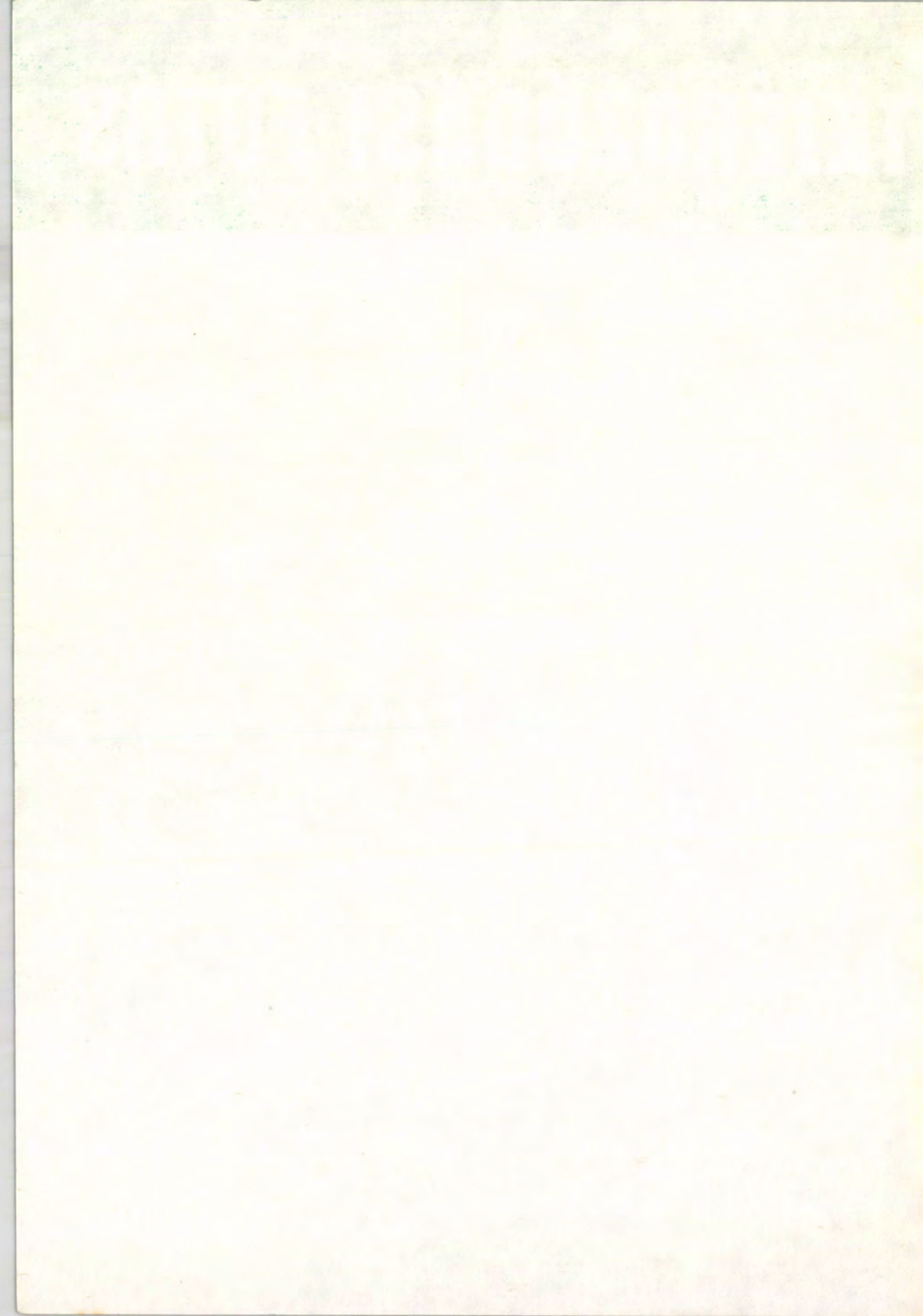
Area 3, - 187



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/10



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF. A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA 10. SZÁM

Sportágunk önálló szövetségének megalakulásával egyidőben kelt életre ujságunk, s jobb híjján címe lett e rövidnek és fülbemászónak nem nevezhető szó:

## TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

Az erdei térképes futóversenyek elismertetésének és elterjesztésének "forradalmárai" emlékezhetnek milyen szócsaták keletkeztek egykor e fogalom kapcsán. Nyakatekert és noha pontosan fejezi ki sportunkat, hiába jelenik meg és hangzik el különböző fórumokon, már évek óta, sokan még ma sem tudnak mit kezdeni vele: hallhatunk tájoló, tájékozó, tájékozódo, tájolósi futóról, de leggyakrabban TÁJFUTÁSRÓL és TÁJFUTÓRÓL; mely eléggé elterjednek tűnik, már a Fejér- megyei Hírlap egyik tudósításának címében is találkozhattunk vele. Helyese-e ez a rövidített forma? Kérdezzük a Nyelvtudományi Intézet illetékeseitől:

"Tisztelt Elvtársak!

Időnként Önökhöz fordulok sportunk ujeletű szavaival gondjával. Most is azt teszem, mivel tudomásom szerint először bukkant fel nagy példányszámu napilapban a tájékozóási futás rövidített formája a TÁJFUTÁS.

A sportág berkeiben már évek óta használják részben kényelmeskedésből, részben pedig megérezve a hosszabb változat nehézkességét, születésbeli rendellenességeit. Véleményüket azért kérem, mert e folyamat láthatólag erősödik.

Válaszokat várva elvtársi üdvözléssel:

Skerletz Iván főtitkár"

Ezen a helyen közöljük majd a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS  
következő számában

Dr. Grétsy László választát.

Nyitrai György

## Az alap

Minden sportág életében felismerhető az érdeklődés fő irányának időnkénti váltakozása. Így a tájékozóási futók táborában - versenyzők és vezetők között, de ujságunk cikkében is - nagy várakozás előzi meg a kétévenkénti világbajnokságot. A várva-várt napok közeledtével egyre több szó esik az élvonal, a keret, az indulók felkészüléséről, esélyeiről majd eredményeiről és egyre kevesebb a tömegsportról, a kis szakosztályok életéről, a vidéki versenyek eseményeiről. Mintha ilyenkor kissé megfeledkeznénk arról, hogy honnan is jöttek fel a "menők", s milyen alap teremtette meg az élvonal lehetőségeit. Ez a feledékenység olyan gyerekre emlékeztet, amelyik restelli a szüleit a nagyvilág előtt...



Mire e cikk megjelenik, már tul leszünk az V. Világbajnokság eseményein, melynek ismertetése és elemzése a szakemberekre vár. Ám legyen ez az értékelés bármilyen, egy tanulság bátran levonható: nemzetközileg eredményes élsportolókat csak a kezdő versenyzők nagy tömegéből kiválasztva nevelhetünk! S az új kiválóságok felfedezéséhez a mainál is több fiátalt kell átrostálni.

Ősz van, egy eseménydus versenyévad vége, új tanév és az alapozások indulása. Itt az idő, az alkalom és a szükség az utánpótlás toborzására, újabb versenyzők beszerzésére, tehát az alapok szélesítésére. E téren lehetőségeink szinte korlátlanok - csak erővel kell birtunk. S kell tennünk mindezt nem azért, mert két év múlva Nagy-Britanniában újabb VB lesz. Akik azon fogják hazánkat, sportunkat képviselni, azok már ma sem sorolhatók a kezdők közé. De a két évnél, sőt a többször két évnél is előbbre kell néznünk, látnunk és terveznünk. Ne vethessék utódaink lesütött szemünkre, hogy eltékoztuk az "aranykorszak" éveit és nekik már nincs kiből válogatni!

Bozán György

## Terep és térkép

Helyesbítési útmutató

A térkép egyöntetűsége és a szétraajzolás megkönnyítése érdekében célszerű a következő szempontok szerint helyesíteni.

1. A helyesbítés ceruzával történjen, **hogy** könnyebben lehessen javítani.

2. Célszerű a javításokat a térkép fölé ragasztott bandatex lapra vezetni, ami esőben sem ázik el.

3. A ceruzával felvett javításokat ajánlatos szines tussal vagy vékony filctollal még **azpap** kihuzni, amikor a terepen látottak még elevenen élnek bennünk.

4. Legfontosabb az uthálózat felvétele. A térképen jelzett utakat ellenőrizni kell. A hiányzókat irány és távolság méréssel kell végig poligonálni, a poligon fix pontból kell, **hog**y induljon és érkezen.

5. Az ut felvételével együtt jár a minősítés:

- a, vastag szaggatott ut az amely minden évszakban jól járt, markáns felfogóvonal. Folyamatos kék vonallal huzandó ki.
- b, vékony szaggatott ut kevésbé járt, elhagyott, de jól felismerhető vezetővonal. Folyamatos piros vonallal huzandó ki.
- c, Ösvény legalább lábnyom szélességű, mindentől jól követhető nyom. Piros szaggatott vonallal huzandó ki.

6. Tereptárgyak felvétele: minden pontelhelyezésre még alkalmas objektumot nem lehet felvenni, így azokat kell közeli fix ponttól irányban és távolságra bemérni, amelyeket a futó versenyző észrevesz: etető, les, szózó, legalább 2 m átmérőjű gödör, dagonya, stb.

7. Növényzeti határok. A jól azonosítható, követhető jelleghatár fekete pontsorrall kerül a térképre, az utakhoz hasonlóan kell végig poligonálni. Zöld folyamatos vonallal huzandó ki. Futhatósági határt jelentő növényzetváltozásnak elég néhány markáns pontját bemérni és a jellegnek megfelelően szemre be lehet huzni. Ez a vonal a térképen csak a zöld árnyalat szélét jelenti. Zöld szaggatott vonallal huzandó ki.

8. Szikla alakzato k: akadályt jelentő sziklafalak fekete fésűvel, markáns sziklalépcsők vastag fekete vonallal, 1 méternél magasabb feltűnő sziklatömbök fekete ponttal kerülnek a térképre. Az ábrázolás méreten felüli, ezért elegendő a szikla egy pontját pontosan bemérni és a szikla méretének és

elhelyezkedésének megfelelően a jelet felrajzolni. A sziklalépcső és kötőmb kék színnel, a sziklafal nxlx1 mm-es piros fésűvel rajzolható meg. A kömezőnek a terep köves jellege miatt csak az tekintendő, ahol nincs növényzet. Felvétele hasonló a futhatósági határhoz.

9. Futhatóság. A helyesbítés megkönnyítése és ezáltal határozottabbá tévése miatt elegendő három futhatósági fokozat.

- a, tiszta erdő, ahol futás közben az arcot nem kell kézzel védeni. Jele a területre irt T.
- b, közepes erdő, benne iránymenet még végrehajtható. Jele:K.
- c, bozotos, ahol iránymenet nem hajtható végre, mert a sűrű növényzetben mindig a könnyebb utat keresi a versenyző, ha egyáltalán beleme gy. Jele: B.



Minden terület futhatóságát meg kell határozni és a határokat záródóan felvenni.

10. Terepedezet: irtások amennyiben nem jól futhatók K vagy B minősítést érdemelnek. Művelt területek és rétek sárga színt kapnak, jelük S. Egyéb nyílt és ligetes területek sárga sraffozást, jelük: L. Kömező jele: KM. A terepedezet határait is záródóan kell felvenni.

11. Domborzat javítására csak indokolt esetben kerüljön sor, mert egy szintvonal módosítása a javítás helyétől távolabb megváltoztathatja a domborzat képét. A domborzati javításokat jellegzetes tereppontok / pl. kup/ illetve terepvonalak /pl. metsződés, gerinc/ irány és távolság szerinti bemérésére kell visszavezetni. Ajánlatos óvakodni az érzésre történő átrajzolásoktól. Jó már a terepen eldönteni hány szintvonalat érint a javítás. Fokozza a térkép értékét, ha minden terepidomot szintvonal ábrázol. Ehhez a jelképesen ábrázolt horhosok mélységét kb 100 m-enként meg kell becsülni. A szintvonalal való megrajzolás ez alapján otthon is elvégezhető.



Balogh Tamás

## A bója mellett

Szeptember 1. bányásznapi, egyuttal a Bányász Kupa napja. Azonban nem a tatabányaiak versenyről, hanem annak kapcsán felvetődött néhány gondolatról szeretnék írni.

Ami az alábbi gondolatsort kiváltotta, a következő:

Az eredményhirdetésekor a szövetségi ellenőr közli az 1. futóknál az élen beérkező négy versenyzőt diszkvalifikálni kell, pontkihagyás miatt.

Versenyző I.: Ott voltam, lógott egy spárnga a bójáról, nem volt rajta semmi. Szétnéztem, nem találtam a krétát, mentem tovább.

Versenyző II.: Négyen fogtuk egyszerre a pontot, nem vettük észre a krétát, csak üres spárnga lógott helyette. Továbbmentünk.

Szövetségi ellenőr: Lógott ugyan egy üres zsineg a pontról, de a mezőny többi tagja mind megtalálta a mellette lévő fán a krétát.

Eddig a történet! Kinek van igaza, néhez egyértelműen eldönteni? Ilyen előzmények után, mikor este hazaértem, hitvesem - aki évente már csak néhány versenyen indul; ezuttal versenyzett az Édes Hazánk-on ujságolja mint ment, majd meséli, hogy a "forrás" ponton már azt hitte nincs meg a kréta. Letépte a papírbója "K" betűjét, hogy igazolja a pontját, mikor beleütközött a szomszédos bokron lógó zsrkrétába.

Ebből azután kisebb családi perpatvar lett, mondván:

- mi van, ha mindenki bóját tép?
- de mi van, ha nincs meg a zsrkréta?

Éppen azt akartam mondani, hogy akkor tovább megy, s a célban bejelenti, nem volt kréta, mikor eszembe ötlött a délelőtti diszkvalifikálás.

Azonos problémák!

Később, mikor két srácunkat lefektettük, mi is lehiggadtunk, már nyugodtan tárgyaltuk meg a korábbi nézetkülönbségeket.

Az Édes Hazánk-on Felvezető I közvetlenül a bójára rakta a krétákat, Felvezető II pedig az arra legalkalmasabbnak ítélt fára, bokorra. Így a pálya első felén a versenyző - a Felvezető I által kimarkott pontokat érintette - a bóján találta a zsrkrétát. A pálya ezután a Felvezető II által kirakott pontokkal folytatódott, az odaérkező futók meglepve keresték a krétákat, a fatönkön vagy a szomszédos fán, bokron... Eddig szeptember elseje története. Amit családon belül tanulságként megállapítottunk, lehet közérdekű is, ezért írom le:

1. Ha több Felvezető van, egyeztetett elvek szerint rakja ki a zsrkrétát, (lyukasztót, bélyegzőt).
2. A zsrkréta (lyukasztó, bélyegző) kerüljön olyan helyre, hogy keresés nélkül, azonnal szembeötlő legyen.
3. A versenyző, ha nem találja, vagy megrongálódott az ellenőrzésre szánt zsrkréta (lyukasztó, bélyegző), még felfokozott idegállapotban se a papírbója "K"-betűjét tépje le! Az nem igazolása a pontnak! Nem beszélve arról, hogy miért tépi le valaki a bóját? Hogy igazolja, ott járt, tehát legyen eredménye. De csak három "K"-betű van! A többi résztvevőnek nem maradna mit lépni! Tehát? Az ellenőrzőbirónak ki kell emelni a pályát, mert a mezőny második fele nem talált a pont helyén csak néhány bójafoszlányt. Így, kedves "K"-betűtépők, Nektek sem lesz aznap eredményetek, minősítetek, éppen saját magatok miatt.
4. Ha valakinek a kezében marad a kréta, ne dobja le az avarba, vagy a fűbe, hanem tegye olyan helyre, ahol észrevehető, esetleg kösse vissza! (a tavaszi Spartacus Kupán láttam egy versenyzőt, aki, miután megtalálta az eltört krétát, visszakötötte a helyére ... Nagyon sportszerű látvány volt.) Ennek is volt azonban egy veszélye. Ha néhányan "nem hozták" a pontot, mondván nincs ott a kréta, a mezőny további része pedig hozza, a versenybírószám automatikusan ne zárja ki a versenyzőket, nézzen előbb utána az ügynek. Természetesen abból lesz a legkevesebb baj, ha elegendő számú és minőségű, jól felkötött kréta kerül a pontokra.

Végül következzen az én egyéni következtetésem és kérésem versenybíró társaimhoz. Ne azt tartsátok szem előtt, hogy a versenyző csal, jogtalanul elönyre törekszik. Az legyen előtetek, hogy a versenyző keményen dolgozik, készül, sportszerűen küzd a pályán. Ha ez a szemlélet válik ural kodóvá, akkor a versenybíró igyekszik szabályosabban felkötni a bóját, jól láthatóan teszi ki a zsrkrétát, bélyegzőt, lyukasztót, hogy egyenlő feltételeket biztosítson a sportszerű küzdelemhez. Ha pedig, krétaügy miatt mégis pontkihagyás adódik, a versenyző pedig állítja, hogy ott volt (mivel a futók sportszerűen küzdenek), nem nehéz méltányosan elbírálni a felvetődött kérdést. Talán van egy-két kivétel, de nem változtat azon az elven, hogy a többi néhány ezer nem csal, hanem sportszerű küzdelemben kívánja eldönteni a helyezéseket és a sorrendet.

Kovács Attila

## Kéznel van a láb

Valami megmozdult a magyar sportban. Végre - mindenki után - az illetékesek is rájöttek arra, hogy erőszakos változásokra van szükség. Legtöbb sportág alapja: az atlétika, ezen belül is a futás került előtérbe. Nagy lendülettel kezdődött a munka, melynek remélhetőleg eredménye is hamarosan megmutatkozik. Az, hogy egyre többen, szinte valamennyi fiatal kedvelje meg és rendszeresen fusson. Az atlétikai berkek jelszava ugyanis: futni minél többet lazán, hosszukat, s lehetőleg szabad terepen, erdőben, hegyekben. Szinte már csak ki kellene bökni, hogy igen ez a tájékozási futás egy kis "szellemi kemény dióval" nehezítve.



De nem "bökte ki" senki, mert vagy nem ismeri senki a sportágat - sajnos még mindig szép számmal vannak ilyenek - vagy ismerik ugyan, de nem ismerik el, s üzöit turistáknak, szaglászóknak stb. titulálják - ilyenek talán még többen vannak, zömükben talán éppen atléta szakemberek (akinek nem inge az ne vegye magára).

Pedig a fenti elveket valló "szakemberekhez" nem is mérhető klasszisu világhíres atléták is megismerték sportágunkat, válemanyük mellettünk szólnak. Ugy gondolom, elég ha csupán Rohn Clarke, Herb Elliot, Gordon Pirie, Anders Gärderud nevét említem. No de ez csak egy kis egészséges önbecsvédő kardoskodás (szükségünk lesz még egy jó darabig az ilyesmire) a lényeg az, hogy a MASZ nem veszi észre, az MTFSZ észre kell, hogy vegye; itt a mi malmunkra is hajtják a vizet, csak okosan ki kell használnunk. Siessünk a MASZ segítségére: kínáljuk fel a versenyzési lehetőséget az általuk beszerzett fiatalok részére. A D kategóriájú versenyekre gondolok. Az sem elképzelhetetlen, hogy a kiírásban a rendezők között szerepeljen az atlétikai szövetség és a tájékozási futó szövetség is. Ha valójában eltökélt szándékuk a futás megszerettetése, rendszeressé válásának tétele, úgy nem szalaszthatnak el egyetlen lehetőséget - tehát ezt sem. Természetesen itt a tájékozási még csak csepegtetni szabad, a futás legyen a döntő. Ugyis lesznek olyanok, akik e teljesebb, összetettebb sportágat találják kedvükre valónak. És ha ezek közül valaki egy C vagy B fokozatu verseny után is így vélekedik, hogy "ez csak futóverseny volt" - abból inkább lesz tájékozási futó, mint atléta...

## Sajtófigyelő

Buchenwald Emlékverseny a Szovjetunióban.

A Szovjetunió Kujbisev városából "Az Emberek földje" nemzetközi barátság klubjától és a "Shiguli" városi klubtól kaptunk egy beszámolót German Oreskotól a Szovjetunió X. Buchenwald emlékversenyéről és egy felhívást az NDK tájékozási futóihoz. A két átiratból az alábbiakban adunk kivonatot.

"Kedves NDK-beli Barátaink! Tíz év telt el azóta, hogy első ízben rendeztük meg a Buchenwaldi Kupa tájékozási emlékversenyt. Ezen idő alatt két és félezer tájékozási futó állt rajthoz a Szovjet köztársaságok városai-ból. Nagy érdeklődéssel és büszkeséggel figyeljük hazátok sikereit a szocializmus felépítésében. Könyvekből és filmekből, valamint honfitársaink - egykori buchenwaldi foglyok - elbeszéléseiből értesültünk a koncentrációs táborok borzalmairól és az SS gaztetteiről. De tudomásunk van a foglyok hősiességéről és harcukról is a sikeres felkelésig a táborban. És Veletek együtt büszkék vagyunk arra, hogy a Ti hazátokban hűségesen megtartják a Buchenwald - esküt: Nem nyugszunk, míg a fasiszmust gyökerestől ki nem irtjuk. Ebben a harcban szolidárisak vagyunk Veletek. Kívánunk Nektek XV. Nemzetközi Buchenwald - Emlékversenyetekhez és az NDK 25. évforduló-jához sok sikert!"

A X. Buchenwald-emlékversenyen 250 sportoló vett részt, köztük a Sport 17 mestere. Az uraknak 12 km hosszú pályán 15 ellenőrzőpontja volt, a hölgyeknek 6 km távon 9. A második napon rendeztük a váltót, mindkét kategóriában Szverdlovszk csapatai győztek. A terep dombos volt, szakadékokkal, sűrűn erdősítve, a legmagasabb pont 120 m. Buchenwald Emlékely Igazgatósága erre a versenyre oklevelet és jelvényeket készíttetett. A Német Szocialista Egységpart Erfurt kerületi vezetősége a győzteseket plakettekkel jutalmazta.

Der Tourist, 1974/10.

Az MTFSZ gazdasági bizottsága közli, hogy egyéni kívánságokat (térkép, évkönyv, stb.) postai úton nincs módjában kielégíteni. Egyesületek, edzők, versenybírók minden kedden és pénteken 17-18 óra között az MTFSZ-ben igényelhetnek, ill. vásárolhatnak.

Szaktilla János

## Nyári utazás

Napfényes júniusvégi pénteken indultunk várakozással telve, az akkor még nagyon kényelmesnek tűnő Ikarus 255-ös panoráma busszal: Dr Somogyvári Károly csapatvezető, Deseő László edző: Cser Borbála, Hegedűs Ágnes, Horváth Magda, Monzspart Sarolta, Szopori Éva, Boros Zoltán, Bozán György, Egervári Ottó, Erdélyi Tibor, Hegedűs András, Hegedűs Zoltán, Honfi Gábor, Horváth Attila, Sótér János, Vajda Géza, Vincze István a felnőtt keretek tagjai: Dobosi Erzsébet, Jenővári Gabriella, Kozák Éva, Takács Ági Dóra József, Harkányi Ádám, Harkányi Csaba, Kiss Zoltán, Pap László, Szűcs László, Tóth János, Vekerdy Zoltán, Vigh Sándor, ifjúsági válogatottak és a kíséret: id. Balla Sándor, Biró Sándor, Csáki Tibor, Deseő Lászlóné, Horváth Attiláné, Kempelen Miklós, Klimstein László, Szaktilla János, Szemler István, Szemler Istvánné, Vigh József, valamint két sofőr.

Már Komáromban úgy tűnt csökkent a létszám, mert az ebédre szánt időt többen túllépték, s a busz továbbindult - a vámvizsgálat adott elég időt, hogy kiegészüljön a társaság. Utunk első állomása Gottwaldov volt a Nyugati Beszkidek lábánál, majd a hétvége második jelentős eseményének otthont adó Kromeriz következett. Egyre sürűbben emlegetjük északi szomszédaink versenyének, élmezőnyének rohamos fejlődését, most is érdekes itt elidőzni:

Boros Zoltán

### ÉSZAKI SZOMSZÉDOKNÁL VERSENYEZNI

Gottwaldov és Kromeriz, híres és szép morva városok. Ismert helyei évenként megrendezésre kerülő rangos nemzetközi versenyeknek. Nagyranőtt dombok vagy talán alacsony hegyek övezik környéküket. Gottwaldovba még a fenyvesek is betolakodnak.

Igen, ez a tolokodás minden csehszlovákiai versenyzés alkalmával eszembe juttatja a földrajzi adottságok meghatározó szerepét. "Mennyivel könnyebb nekik"-mondják, mondjuk irigykedve. Sovárogva nézegetjük a tiszta erdők kánaánját, a tüvével hintett hegyoldalakat. A bozótosok is körülhatárolhatók, nem folynak szét, kellemetlenkedő közeget alkotva a felszabadult energiával futó földlakók előtt.

Nem vagyok egyedül a következő érzéssel sem: szeretek átruccanni az északi szomszédokhoz versenyezni. Nemcsak azért mert a gyors, mindent eldöntő futás lényeges szerepet kap az eredmény alakulásában, hanem va-

lami állandósult formája van az ottani versenyeknek. A rendezésnek, pályakitűzésnek, térképnek, pontelhelyezésnek, az eredmények kirakásának, s még az ellenfeleknek is.

Más szpmszédos ország versenyre előtti szinte teljes bizonytalanságban élünk a terepet, térképet, bélyegzési rendet illetően. Elmentében ezzel, ha Csehszlovákiába készülünk, már jól tudjuk: megfelelően szintes versenyre számíthatunk, de minden átmenetet meg lehet futni. Meg is kell, mert a gyors pályákhoz szokott ellenfelekkel valamennyiünknek meg kell küzdenie a helyezésekért.

Az előbbieken írott megnyugtató körülmények megisméltése nélkül akarok néhány mondatot fűzni a tapasztaltakhoz.

Egyetlen rendellenes előjáték mégis volt. A két rendező egyesület teljesen önállóan dolgozott egymás mellett, aminek eredményeként majdnem szállás nélkül maradtunk. Az első versenynap délben kezdődött. A délelőtti melegből borus hűvös időjárás lett. A rajtjig vezető ut mégis megizzasztotta az igyekvőket, mert a hegyoldalra meredeken kellett felkaspaszkodni. A beállítás után önkiszolgálás, rengeteg idő az átmenetek tanulmányozására (3 perc), már a cél felé kalandoztak a gondolatok. Kétféle stílusban kellett versenyezni. A hosszú átmenetek közül valamennyit, már az elsőt is, két-két utvonalon lehetett megfutni. Ha valaki ezek közül gyorsan kiválasztotta a jobbikat, akkor már csak "lökni" kellett. A rövid átmenetekben jó irányban haladva a levágásokat lehetett nyereségként elkönyvelni.

Ez olyan nap volt, amelyen talán mindenki hibázott néhány (4-5) perccel, még én is...

A másnapi versenyre utazván álomba illő tisztaságu szálerdőket láthattunk, de valahogy a rajt és a cél között másfél é vitt az utunk.

A versenyközpontról csak annyit, hogy a jó megközelítés mellett nagy parkirozó hely is rendelkezésre állt. A patakparti főt kolbász és hűsítő árusítás kifizetődőnek bizonyult, eladóknak és az éhcsillapítóknak egyaránt.

Ezen a napon már megtoldották a távot valamennyi kategóriában, F-21-E-ben 14,6 km-re. Színvonalasabb átmenetek értékesebb pontkörnyékek tünnek elő futás közben. Legallyazott erdő, meredek völgyisélek tették fizikailag is keményebbé a pályát; a 20 perc különbség a győztes idők között is az emelt terhelést igazolja. Az elit kategória győztese - Tihacek - az egyik legfiatalabb felnőtt kerettag, s máris kimagasló jó futásokat produkál, nevét már az előző években is figyelhettük az eredménylistákon. Mindig nagy ellenfele volt a magyar ifiknek és junioroknak, bizonyára jó módszerrel megépített uton jutott át a felnőtt mezőnybe. Korával együtt jött az eredmény is.

Ilyen fiatal több is van nálunk, szélesebb az élmezőny, ezért szerepelhetett gyengébben

néhány régi nagymező, mint pl. Zdenek Lenhardt, Oldrick Vlach és Uher Petr is.

Nőknél is hasonló a helyzet. Minden esetben Monszpart nyert ugyan, de 6-7 csehszlovák lány követte. Az N 17 kategória 6. helyén végzett Dobosi Erzsébet, példája kicsit bizonyíthatja az előbbi feltételezést.

Tény az, hogy a versenyen az ifjúságiak a felnőttekhez hasonló sebességgel teszik meg távjaikat, ha valamilyen kategóriában fel akarjuk venni a versenyt velük hazájukban, akkor harcos hozzáállással felvértezve, jó fizikai állapotban szabad csak rajthoz állnunk.

Gottwaldov, 1974. június 29.

#### Eredmények:

##### F-21-E

1. Boros Zoltán	1:16:06
2. Tichacek Jiri	1:20:55
3. Sklenar Antonin	1:21:08
4. Bozán György	1:21:15
Erdélyi Tibor	1:32:02
Sótér János	1:33:56
Horváth Attila	1:34:12
Hegedüs Zoltán	1:35:17
Vajda Géza	1:40:56
Vincze István	1:41:02

##### N-19-E

1. Monszpart Sarolta	54:42
2. Prohazkova Anna	56:48
3. Handzlova Anna	57:06
8. Cser Borbála	1:08:18
Hegedüs Ági	1:11:58
Horváth Magda	1:14:43
Szopori Éva	1:18:35

##### F-17-B

1. Stonanzky Jiri	45:10
2. Zdrahal Róbert	46:39
3. Svoboda Vanek	47:43
5. Vekerdy Zoltán	48:55
9. Dira József	51:18
Vigh Sándor	58:47
Szűcs László	58:55
Harkányi Ádám	1:00:25
Kiss Zoltán	1:02:32
Tóth János	1:03:36
Pap László	1:17:42

##### N-17-B

1. Novotná Dana	28:56
2. Hadeckova Maria	32:07
3. Hoskova Anna	33:05
6. Dobosi Erzsébet	36:31
Jenővári Gabriella	44:42
Takács Ági	46:32
Kozák Éva	46:47

A fenti eredményeket a helyszínen kifüggesztett kartonok alapján közöljük - többekét helyezések nélkül, mert végleges sorrend még nem érkezett.

X. Honáckych Athén Kupa,  
Kromeriz, 1974. június 30.

#### Eredmények:

##### F-21-E

1. Ticháček Jiri	1:35:15
2. Horinek Janek	1:38:30
3. Gregorica Edgar	1:19:16
4. Boros Zoltán	1:39:58
13. Hegedüs András	1:45:09
19. Bozán György	1:48:22
21. Sótér János	1:51:46
26. Vajda Géza	1:58:19
30. Egervári Ottó	2:04:04
33. Hegedüs Zoltán	2:09:41
34. Vincze István	2:09:53
35. Erdélyi Tibor	2:17:17

##### N-19-E

1. Monszpart Sarolta	57:29
2. Vláchova Renata	1:01:01
3. Handzlova Anna	1:02:05
9. Cser Borbála	1:09:32
11. Hegedüs Ági	1:12:09
15. Horváth Magda	1:30:59

##### F-17-B

1. Necas Róbert	41:43
2. Zdrahal Róbert	43:30
3. Stonavsky Janek	43:46
6. Dira József	45:30
13. Pap László	49:28
16. Harkányi Ádám	50:22
17. Vigh Sándor	50:46
20. Szűcs László	52:22
22. Vekerdy Zoltán	52:47
31. Kiss Zoltán	58:35
38. Tóth János	1:02:45

##### N-17-B

1. Novotná Dana	36:30
2. Hosková Anna	41:07
3. Hudecková Vera	41:32
10. Dobosi Erzsébet	45:49
11. Jenővári Gabriella	46:08
15. Takács Ági	50:54
16. Kozák Éva	53:09

Deseő László: az eredmények alapján igazán jól csak Boros és Monszpart futottak, a többiek - férfiak és nők - elmaradtak a várakozástól. Ennek okát részben abban látom, hogy kimélni akarták magukat a VB válogató előtt, másrészt újra és újra meglepi őket a csehszlovák versenyek egyszerűsége: tulkomplikálják a versenyzést, nem tudják olyan egyszerűen és határozottan végigfutni a pályát, ahogyan azt a kitűzés és nehézségi fok alapján tenni kellene. Ez egyedül Borosnak sikerült, akinek itthon is a leegyszerűsítés a stílusa.

Fiataltalaink mindkét napon becsülettel küzdöttek és hozták a tőlük várható teljesít-

menyt. Ez azonban csak tisztességes helyezésekre elég, a győzelemhez sokkal több kell. Az ifjusági lány és fiú mezőny színvonala sokkal edzettebb és technikailag - ha nem is képzetebb - de határozottabb, célratörőbb, mint a mieink. Az ifik lelkesedése mindenestre biztató, ők nagyon komolyan vették versenyeiket és kimerítően elemezték elmaradásukat a vendéglátók mögött.

#### A HOMOKKÖVEKEN ÁT

Brunnben vettünk bucsut az ifik első csoportjától, majd az V. VB színhelye felé indultunk Csehországba. Estére értünk Novy Borba, ahol egy kívülről tetszetős, de az ajtón belépve már ijesztő: lerobbant-színházterem tele ággyal- dohos levegővel szállást kaptunk.

A fősofőr éjszakai tréfáitól ideges és a sohasemleszvége esőtől morcos hangulatot a homokkövek csodálatos világa: ruganyos, tülleléllal borított talajon, lábsimogató növények között "páfrány-futások" oldották fel. A szép emlékü világbajnokság térképével kezünkben kerestük fel a bójatartó asztalkákat, melyek ma is őrzik a nagy viadal nyomait.

Deseő László: sajnos az edzés csalódást hozott. Jó idő egyáltalán nem született, de sokan még a pályát sem teljesítették. Bizonyára nem azonos okok játszanak közre mindenkinél, de elősorban azok részéről érthetetlen és megengedhetetlen a teljes erőbedobás hiánya, akik csak a meghirdetett válogatási elveknek köszönheték részvételüket egy ilyen komoly versenyköruton; annak, hogy a vezetés tudatosan a szokott kényelem feladása mellett kivitte a gyengébbeket is.

A következő jelentős esemény a világbajnokság válogató versenye, irány Dánia az NDK-n és NSZK-n keresztül. Berlinbe már csak a felnőtt keret és a kisérlet érkezett. A "Grill Csirkés Étterem" és az Eisbächer bár (fagylaltkülönlegességek cukrászdája) ismerősként fogadta a magyarokat. Kényelmes, kulturált szállásra leltünk, ahol színes tv-n nézhetjük a labdarugó VB döntő mérkőzéseit. A következő estén Schwerin egy előkelő csónakházában hajthattuk gumimatracra, campingágyra fejünket.

#### A DÚNÉK ÉS SZIGETEK ORSZÁGA

Nyugat-Németországban nem akartunk megállni, hogy mielőbb Århusba jussunk, persze éppen itt robbant le a busz - tehát kényeszerfoci következett. Észak hosszú nyári napainak jóvoltából viszont még megérkezésünk előtt térképes edzésre is nyílt lehetőség, már dán földön.

Elérkezett július 6, a VI. Világbajnokságra válogató verseny napja. Esett az eső, kissé hűvös volt, tízpercenként rajtoltak az idei legjobbak. Néhány dán egyetemista Peter Nielsen vezetésével megfelelő színvonalu, szabályos versenyt biztosított a jelentős viadalnak.

Derűs nyugodtsággal áztak az esőben: felvezettek, rajtoltattak, időt számoltak, lebontottak.

#### Összesített eredmények:

##### Férfiak:

1. Boros Zoltán	3:21:15
2. Sötér János	3:25:92
3. Vajda Géza	3:26:44
4. Hegedűs Zoltán	3:28:78
5. Bozán György	3:29:52
6. Horváth Attila	3:52:30
7. Honfi Gábor	4:07:30
Hegedűs András	
Egervári Ottó	
Erdélyi Tibor	
Vincze István feladta	

##### Nők:

1. Monszpart Sarolta	3:20:00
2. Cser Borbála	4:00:20
3. Horváth Magda	4:03:20
4. Hegedűs Ágnes	4:16:50
5. Szopori Éva	4:21:20

Deseő László: az első verseny technika- ilag kifogástalan és magasszintű volt, a lehető legjobb arra, hogy eldöntse a csapatbakertelés kérdését. A második napon jobb idő és valamivel egyszerűbb terep, kulturerdő volt a színhely. Kár, hogy az ígért 1974-es térképet nem kaptuk meg, de az 1972-es helyesbítésű ellen sem lehetett kifogás, a válogató jól sikerült.

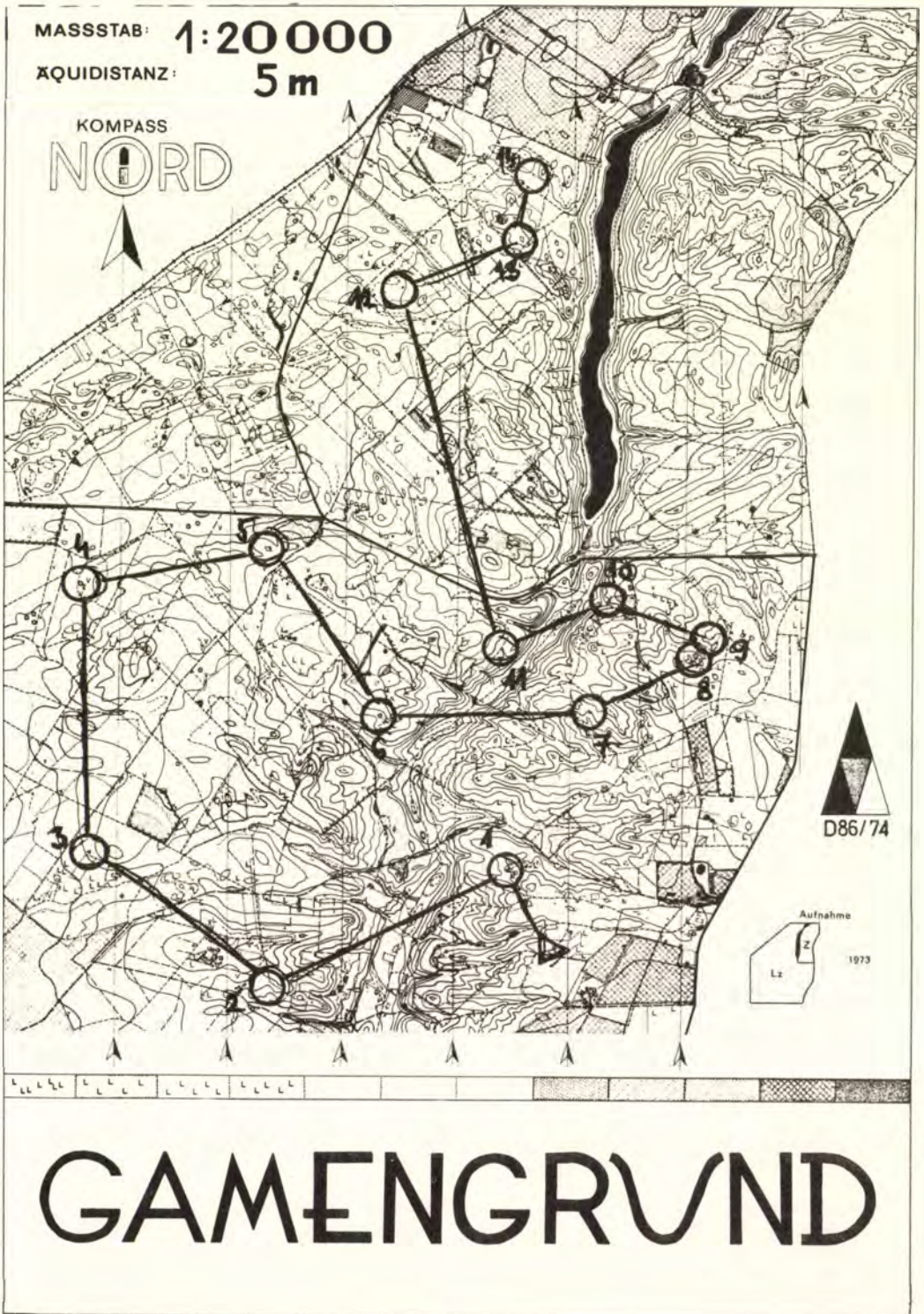
Az idők önmagukért beszélnek, a férfiak között az első öt helyen kisebb a különbség az itthon megszokottnál, a nőknél nagyobb. Ezért Hegedűs Ági és Szopori Éva teljesítménye már nem dicsérhető. Hegedűs András térdsérülése komolynak bizonyult, még Csehszlovákiában ütötte meg, s az orvosi kezelés ellenére a verseny feladására kényszerült (mint később kiderült, térdkalácsrepedése volt). Hegedűs Zoltán a két nap alatt nem hibázott, jól felkészült - bizonyított. Horváth Attila nem volt formában, nem tudott csapatba kerülni - felkészülésében időzírási hiba lehetett. A mögötte végzetek nem alkalmasak Dániában való szereplésre.

Miután a nyári vasárnap hangulatát megsejmelítettük egy átlagos dán stadionban (tartan pálya, melegvizet zuhany, melyet félpercenként kellett kinyomkodni a gombbal működő csapból, hogy egy csepp se folyon fölöslegesen: és nyitott kapuk ... ) ismét buszba szálltunk, s ujjabb nagy utra lendültünk Svédország felé.

#### A TÁJFUTÁS MEKKÁJA

Helsingborgban jutott idő a híres "Hamlet-vár" megismerésére, majd hatalmas komp ringatott át a "sárgák földjére". Sajnálatlalt vettünk bucsut Hegedűs Andrásról, aki sérülése miatt nem tarthatott velünk - ugyan- 10. old.)

Berlini 3 napos verseny F-21-Elit pálya, a 9. oldalon a dániai válogató 2. napi férfi pályája

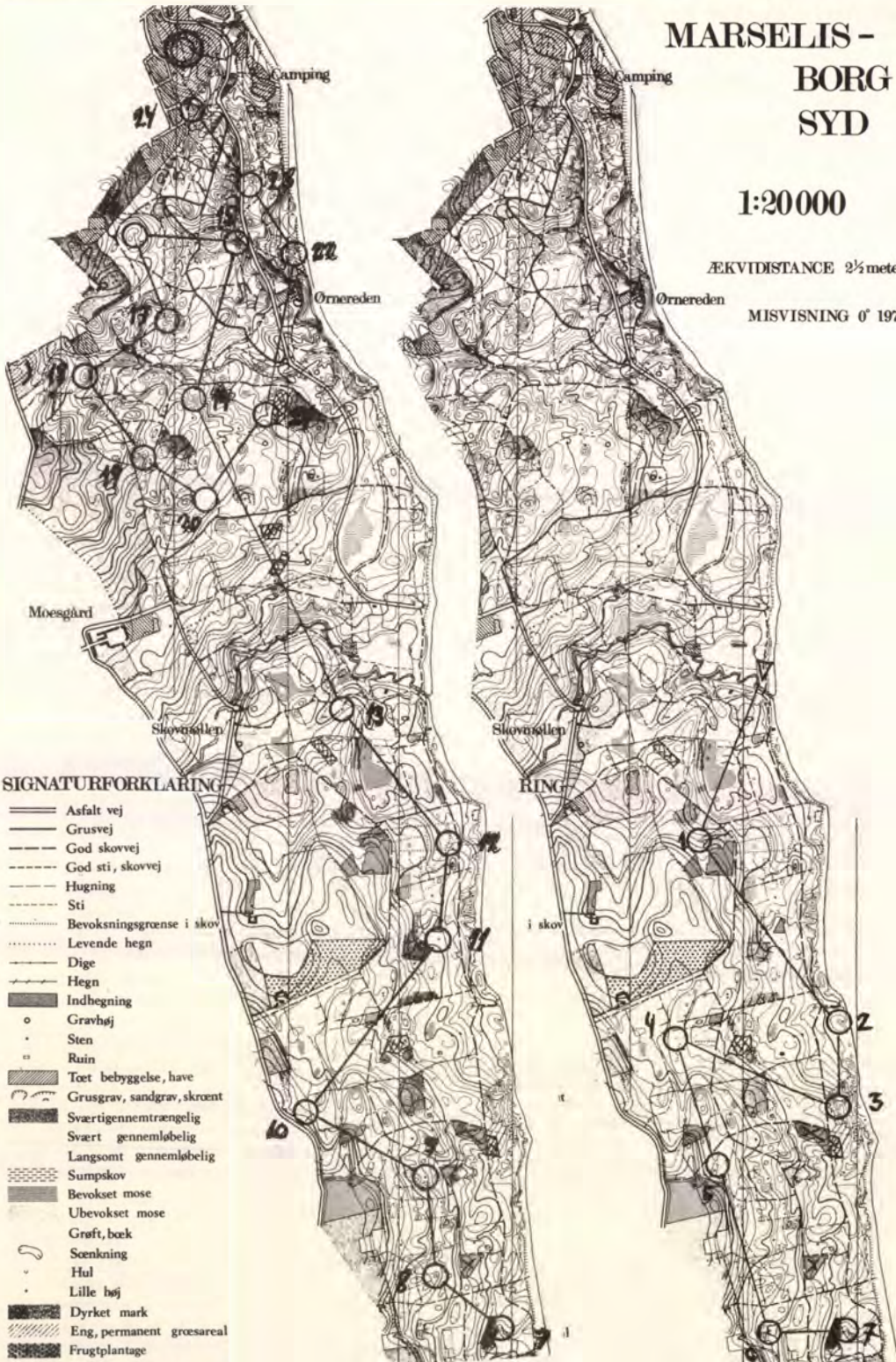


# MARSELIS - BORG SYD

1:20000

ÆKVIDISTANCE 2½ meter

MISVISNING 0° 1971



**SIGNATURFORKLARING**

- Asphalt vej
- Grusvej
- - - God skovvej
- - - God sti, skovvej
- - - Hugning
- - - Sti
- ..... Bevokningsgrænse i skov
- ..... Levende hegn
- Dige
- Hegn
- Indhegning
- Gravhøj
- Sten
- Ruin
- Tæt bebyggelse, have
- Grusgrav, sandgrav, skrænt
- Svært igennemtrængelig
- Svært gennemløbelig
- Langsomt gennemløbelig
- Sumpskov
- Bevokset mose
- Ubevokset mose
- Grøft, bæk
- Søenkning
- Hul
- Lille høj
- Dyrket mark
- Eng, permanent gresareal
- Frugtplantage

akkor gyarapodtunk is Tyingében, az ut szélén elanyagátlanodottar négy órát szobrozó Píróth Eszttivel és Vigh Sanyival. Igyekezttünk kifaggatni őket egyhetes táborozásuk élményeiről, s ha már a "Nagy Versenysorozat" terepbemutatójáról lemaradtunk - legalább az ő térképeik tanulmányozásával hangolhattuk rá magunkat az O-Ring versenyekre.

Ujabb bucsu: Píróth hazaindult - ujjabb találkozás: a Spartacus TE versenyzői már elfoglalták közös szállásunkat mire megérkeztünk Rinkaby katonai táborának kissé barátságatlan barakkjába.

Mindenki megkapta programfüzetét (mit füzetét - könyvét 320 oldalal) s kezdte tanulmányozni: első nap mikor rajtol, milyen színű szalagozás vezet a rajtjába, pontmegnevezéseket kezdtek németről-magyarra fordítani: mikor reggelizünk, mikor indul ki a busz a terepre - ami első alalommal 87 km-re volt a versenyközponttól - s még alvásra is maradt idő.

A X.O-Ringen rajtját 25 országból több, mint 11000 résztvevő várta (4000 sátrat állítottak fel a tábor területén), jöttek Libanonból, Spanyolországból, Jugoszláviából, Izraelből, Braziliából, Ausztráliából, Japánból, hogy csak az érdekesebb nemzeteket említsm. Az időjárás szokatlanul jó volt - az utolsó napot leszámítva.

Igy festett egy nap: hat órakor keltünk - kivétel aki korán rajtolt és a rendezőség buszával utazott ki: reggeli hét órától. Többféle iz, felvágottól - jamig, fő szám: zabpehely és papirtartályból tej,tejföl, feketekávé. 8 órakor indult buszunk, s bekapcsolódott a láncba, mely féktávolságnyi közre egymástól autókkal, buszokkal kötötte össze a táborat a verseny színhelyével. Elegéna rendőrök Hondákkal, csinos rendőrlányok, nyugodt gépkocsitulajdonosok, helikopter a fejünk felett. Az óriási tarlón fegyelmzett rendben sorakozott több ezer jobbnál-jobb autó tájfutó emblémákkal: mi a csehslóvak és bulgár busz között találtunk helyet.

A dombtetőn hatalmas oszlopokon lo-bogtak a résztvevő országok zászlói. A cél építménye vonzotta először maga köré az érkezőket: öt kapun történt a befutás egyidőben, előlött foglalt helyet a rajtópáholy; a célkapu-sor mögött eredményjelző tábla - 60 kategóriának legjobb eredményeit hirdető: az első napi listák más helyen fal hosszúságnyi táblán. Kora reggeltől - késő délutánig hangszórókból ömlött az információ a legjobbak állásáról svéd-finn-angol-német nyelven. Az ötfolyosós kordon-rendszer körül színes tömeg: idősek, fiatalok, gyerekek - egytől-egyig versenyző - ezerféle trikóban, klubjuk kis zászlója, bójája alatt. Óriási tájékoztató tábla mutatta a rajtok (naponta 5 helyen), WC, zuhany, elsősegélyhely irányát, távolságát.

A rajtokat meglehetősen távolra tették (1300-3800 m-ig), de miközben bemelegített az ember ez az ut sem tűnt fárasztónak, mert tanulmányozhatta a terepet, s a versenyzóróradat továbbra is lekötötte figyelmét.

A célban, utban a rajt felé és közvetlenül a rajtnál fekete fóliával elkerített férfi és női WC papirdoboz ülőkékkel, elegendő papírral feszerelve: kézmosási lehetőség - egyik nap még szellemes figyelemelterelő plakátok is segítettek az esetleges gátlások feloldását.

A rajtok szépen, szabályosan megszerkesztett építmények fából-kötélből 3 perces csatornák: a kapukon fejmagasság fölött kategória táblák. Névszerinti szólításra léptünk be - következő percben kis asztalról a térkép elvétele - 1974-es javításuak, olvasható finom rajzzal, benyomatott pályákkal - perforálás saját térképtokba, amire már előző este felkerült a pontmegnevezés: kardon a térképhez mellékelve - ujjabb perc, s elektromos óra - távolabbról is jól látható-jelére START!

A pályák rövidek - egyáltalán nem ki-meritők (Hungária Kupa) -, s a vártnál kissé egyszerűbbek voltak. A sziklás, köves, moe csaras talaj lassította a futást, de a birtakhatárt jelölő rengeteg kőfal, helyenként sok ut és rét - elektromos drótvezetékekkel kerítve - könnyítette a tájékozódást; - ennek ellenére helyenként sűrűn kellett figyelni a térképet átmenetben. Az utolsó lyukasztótól kordonok között futott az ember; különböző irányból érkezők többen is haladtak mellette; a hatalmas tömeg olyan lendületet adott mindenkinek ezekre az utolsó méterekre, hogy sétáló, kocogó embert egyszer sem láttam. Az első befutót - rendszerint egy gyermek kategória indulóját - nagy taps köszöntötte minden nap; miccsoda élmény egy kezdőnek...

A történet gyors megtárgyalása, a később indulóknak tapasztalatok átadása után zuhanyozás következett a patak vagy tó közelében felállított 140 tus valamelyike alatt (férfi-női: tekintettel a nagyszámu külföldire fekete fóliával elkerítve), s napozás, nézelődés, barátkozás amíg mindenki "haza nem talált".

Az ebéd - délután fél 4 felé - szintén önkiszolgáló rendszerben folyt hosszú sorban-állás közepette, ehető de kis adag ételekkel - az itthoni kenyér nagyon hiányzott. Este 10-ig vásárlás a tábor böngecszdéjében, minden elképzelhető tájfutó kellék között; vagy ebéd kiegészítés az élelmiszeráruházban. O-Ringen képeslap, helyi sajtó több oldalon - rengeteg fotóval - a versenyről; térképkiállítás, tájfutó film vetítés: esetleg pihenés (ha valakinek jutott rá ideje ...) és tánc a szabadban a helyi beat-band zenéjére s nagy tömeggel. Később - 8 óra felé - megjelentek a számítógépes eredmények, megkaptuk a napi térképe-



ket, majd az egész műsor kezdődött előről. és így ment öt napon keresztül.

A legközelebbi város Kristianstad nem hagyta kizökkenteni magát megszokott, csendes hétköznapjaiból. Több üzlet kirakata sportunkkal kapcsolatos figyelemfelkeltő érdekességgel - színes plakátok, fotók, bója stb. - csalta a versenyzőket; de az itthonitól eltérően nem bámultak meg senkit az utcán - mint az erdőben itt is mindenki a maga dolgával volt elfoglalva, s hagyott mást is a sajátját intézni....

#### Végeredmény:

##### F 21-E-I.

1. Jönsson, Ernst (svéd)	5:37:38
2. Stahl, Kjell-Erik (svéd)	5:41:12
3. Green, Stefan (svéd)	5:44:48
44. Boros Zoltán	6:30:54
45. Horváth Attila	6:30:56
49. Bozán György	6:34:55
55. Sótér János	6:41:20
69. Vajda Géza	7:18:09
73. Hegedüs Zoltán	7:43:31

##### N 19-E

1. Lindkvist, Ulla (svéd)	4:21:51
2. Andersson, Monica (svéd)	4:25:30
3. Larsson, Birgitta (svéd)	4:26:11
6. Monzpart Sarolta	4:37:57
62. Hegedüs Ágnes	5:58:27
Cser Borbála	
Horváth Magda	
Szopori Éva feladta	

Deseő László: Az ötnaposra elfáradt és legyengült csapat, ennek ellenére az eredmények a fiuknál jobbak, mint korábban. Nem volt igazán kiugró futamidő - Boros legjobb helyezése 16., de jó átlagteljesítmények. Horváth Magda erőtartalmait kimerítette, térdfájásra hivatkozva nem ment végig első nap. Szopori második nap elájult a pályán és Cser támogatta a célba; a többi napokon futottak, de miután nincs összetett eredményük, hozzájárultam ahhoz, hogy pihenjenek, ne induljanak az 5. napon. Monzpart kezdett fáradni ideigleg, nem tudta végig összpontosítani a versenyeket, hibázott, nem volt megelégedve magával. Jogosan. 3-nál jobb helyezést nem ért el, jó átlagteljesítménnyel szerezte meg a 6. helyet.

A versenysorozat az egész csapatot megviselte. Jobb szállásellátás és tisztálkodási körülményeket vártunk, pihenés helyett lestrapálás lett az eredmény, s ez rontotta a hangulatot.

#### A VILÁGBAJNOKSÁG JEGYÉBEN

Julius 13 - szombat, újabb buszozással és kompozással Koppenhágáig. A kellemes nap-sütés, "Észak Párizsának" pezsgő élete, hosz-

szuhaju, szakállas, farmeros, gitáros forgataga nyújtotta az élményeket. Szokásos szállás-kereséseink során eljutottunk egy hippitanyára - külsőleg diákszállónak festett - ahol minden lélek oda telepedett, ahol épp kedve támadt. Mint a "Vörös Kelet" küldötteit nagy lelkesedéssel fogadtak bennünket: miközben Lenint és Mao Ce-tungot emlegették, sajnálattal közölték, hogy olyan szobát nem tudnak adni, amit külön részünkre el lehet zárni, de szívesen elkalauzolhatnak a város egy más pontjára, ahol az ajtócsukogató szekta biztosan szívesen fogad...

Következő célpont Bjerringbro, az 5000 lakosu kisváros Silkeborg és Randers között szemerkélő esővel fogadott. Itt volt a VB edzőtábor központja - egyhangu esőzés, sátorozás, konzervek; melegvízes zuhany és szauna (melyet a szemfülesebbek beázott sátoruk helyett hálósobának is használtak. Svéd, norvég, dán, angol, francia, svájci, bulgár, cseh, osztrák és magyar résztvevői voltak az edzéseknél.

Deseő László: mindenki kihasználta az edzéslehetőségeket, gyűjtötte a tapasztalatokat. 120 pontot fogtunk átlagosan, vasárnap délután egy hétfőn, kedden két edzés volt. A terhelés maximális: a napi távok fiuknak 25 km, a lányoknak 15 km. Az edzőtábori napokról csak elismeréssel szólhatok.

#### HÁROMNAPOS BERLINBEN

Julius 17. szerda a sofőr kemény napja: Bjerringbrotól - Berlinig kormányozta Ikarusunkat. Az NSZK határon visszaküldtek Dániába egy pecsét miatt, de aztán végképp bucsút kellett mondani ennek a sok kellemes emléket adó országnak.

Berlinben már kissé itthon éreztük magunkat; a szállás, versenyek, ellátás, az áruházak kirakatai, a Magyarországon is sűrűn látott arcok kelthették ezt.

A háromnapos küzdelem két térképpel folyt, esős időben - az esti eredményhirdetésekkal rendezett DISCO melegítette fel a társaságot.

#### Berlini Nemzetközi Háromnapos Verseny (Herta Lindner és Kurt Schlosser Kupa)

##### Eredmények:

##### F-21-E

1. Kruepfganz Rolf	3:01:14
2. Boros Zoltán	3:02:02
3. Bozán György	3:07:39
4. Vajda Géza	3:12:41
5. Conrad Helmut	3:19:58
6. Horváth Attila	3:20:53
8. Sótér János	3:21:34
10. Hegedüs Zoltán	3:23:13
19. Honfi Gábor	3:42:34
20. Erdélyi Tibor	3:42:46
23. Vincze István	3:55:52

## N-19-E

1. Cser Borbála	1:55:29
2. Winkler Rita	1:59:05
3. Noack Sigrid	2:00:06
5. Hegedüs Ágnes	2:04:58
9. Szepori Éva	2:17:45
10. Danovszky Mária	2:21:09
Csapat: Férfiak, nők	
1. NDK (Kruepfganz, Conrad, Kretschmer)	9:43:38
2. Magyarország II. (Bozán, Hegedüs, Vajda)	9:43:35
3. Magyarország I. (Sötér, Horváth, Boros)	9:44:29
1. NDK (Winkler, Keller, Noack)	
2. Magyarország (Cser, Hegedüs, Szepori)	6:02:56
3. Lengyelország (Czarnecka, Piegat, Kraszewska)	6:18:12
	10:54:27

Deseő László: a berlini versenysorozat-ra végképp fáradtan érkezünk. Igaz nem volt nagy külföldi mezőny, de a hazaiak otthon komoly ellenfelek. Az eredmények dicséretesek, a csapat még tartotta magát, bár azok gyengébbek, akik kevésbé megalapozottak. Ezek a napok nem utolsó sorban már állóképességet kívántak. Kiemelkedő időt Bozán kétszer, Boros és Hegedüs Z. egyszer értek el. Jó átlagteljesítmény Cseré, Borosé, Vajdáé, és Horváthé, valamint Hegedüs Ágié. A térképek elég jók, a pályák kissé egyszerűek és túl rövidiek voltak.

## AZ ÉJJI LEPLÉ ALATT

Az utolsó nagy lendülettel hazafelé vettük utunkat. Sofőrünk vállalkozott, hogy éjszaka is vezet - mielőbb itthon legyünk - irány Budapest. Komárom keresztülhuzta a számításokat, éjjel 3-tól reggel 8-ig kókadoztunk itt emlékekkel, csomagokkal telve - erőtlentül. A kellemetlenül hosszú percek a Kossuth rádió reggeli krónikájának sportösszefoglalója tette hangulatossá: "... eredményesen szerepeltek tájékoztató futóink az NDK-ban rendezett nemzetközi versenyen ... "

Deseő László: az utat szakmailag értékelve megállapítható, hogy a célokat elértük. A 25 napos sorozatterhelés bevált. Amellett, hogy versenyeztünk, győzelmeinket, eredményeinket szereztünk, elvégeztünk egy teljes másod-alapozást, amelyre egyébként nem lett volna idő a naptárban és lelkierő a versenyzőkben.

## Riport Herb Elliottal



Herb Elliot egy név 11.103 résztvevő közül a svéd 5-napos versenyen. Olimpiai győzelmét és világrekordját, egy forradalmasított edzőmunka gyümölcsét 1960-ban Rómából repítették világgá a hírügynökségek; ma új dimenzióval ismerkedik, 196. helyen végzett kategóriájának 210 indulója közül; és ezzel elégedett.

Mi volt a legnagyobb sikere?  
1960-ban az olimpia 1500-as döntőjében a 3:35,6-os világcuccs.

Meddig élt ez a rekord?  
1968-ig, amikor Mexikóban Keino ennél már gyorsabb volt.

Edz még ma is?  
Igen, hetente 3-4-szer, kb. 10-12 km-t.

És még ma is a dűnéken Cerutti módszerre szerint?  
Néha. De gyakran az utakon és még többet az erdőkben futok.

Herb Elliot most fejezte be első svéd 5-napos versenyét.  
Hogy tetszett ez Önnek?  
Egyenesen fantasztikus volt.

Elégedett a szereplésével?  
Igen, sikerült minden ellenőrzőpontot megtalálni.

Mikor ismerkedett meg a tájékoztató futással?

1971-ben egy ausztrál kórház népszerűsítő versenyén, ahol a futás érdekesebbé tétele érdekében ellenőrzőpontokat is elhelyeztek. Ezen részt vettem és fellelkesültem. Az élsport mellett kevés idő maradt a családomra, most családommal együtt járok a versenyekre, ők is indulnak, nekik is élmény.

Reméli, hogy az ausztrál válogatottba még bekerülhet?  
Nem. Biztos nem. Én már nem ezért versenyzek, inkább az élményért. Azért, hogy barátaimmal a verseny után összeüljünk, megbeszéljük és elcsevegjünk róla.

A svájci OL-ból fordította

Ijjász István



## HOMOKON, HŐSÉGBEN

Az előző évihez hasonlóan az elnökhelyettesek, - Szász Károly és Vasvári Viktor összefoglaló jelentésben értékelte az idei Hungária Kupa 5 napos versenysorozatot.

Az ELŐKÉSZÍTÉSRŐL megállapítják: "a propaganda sajnos nem javult. Változatlan véleményünk, hogy a Tájékoztató Futásnak többet kellene foglalkozni a versenyyel. Legnagyobb hazai rendezvényünk nagyobb hirverést érdemelne még akkor is, ha a gyenge propaganda ellenére növekszik a létszám.

Tetszetős volt a plakát és levelezőlap, de legalább egy hónappal előbb kellett volna elkészülnie. Meggondolandó, ne legyen-e viszsztatéró emblémája a versenynek? Ha viszont változó: legyen egységes minden anyagon.

A növekvő létszám, késő nevezések, a műsorfüzet nyomdakész állapotra való előkészítéséhez szükséges idő megkivánja, hogy a jövőben legkésőbb június 20-án legyen a nevezési határidő. A kiírt korcsoportok további bővítésre szorulnak, ha nem is olyan mértékben, mint idén. A felnőtt és ifjúsági kategóriákat lesz célszerű némileg szaporítani.

Az előkészítés időbeosztását kisebb csúszásokkal tudtuk tartani. Változatlanul problémaként jelentkezett a térképjavítás késői elkészülése. A jövőben ezen feltétlenül javítani kell. Hasznosnak bizonyult, hogy a rendezőség két kulcsembere az előző évi rendezvényen részt vett, a követelményekkel teljesen tisztában volt és szakmailag is a verseny színvonalán álltak.

MEZŐNYRŐL: a részvétel jóval meghaladta a várakozást. Az 1200 nevezés megjavította a tavalyi rekordot. A legnépesebb napon 986 versenyző haladt át a célvonalon. Figyelembevéve, hogy akadnak akik a versenyt feladva nem jelentkeznek, vagy egyik nap indulnak a másikon nem, akkor - hazánkban első alkalommal - ezernek tekinthetjük az indulók számát.

12 országból 434 futó az eddigi legmagasabb külföldi létszám. Legnépesebb mezőnyökkel a bulgárok és csehszlovákok jelentkeztek - sajnos ismét hiányoztak az északiak.

A TEREPEK általában jónak bizonyultak. A versenyek (21 pálya) "beleférték" az adott területbe. Az öt nap terepe azonos jellegű volt - a 3-4. napi csalánosoktól eltekintve. A térkép javításakor még nem volt érzékelhető a későbbi rendkívül dus és szurós aljnövényzet.

TÉRKÉPEKRE lényeges panasz nem volt. A több személy által javított térképeknél fokozottabban törekedni kell az egységes szemléletre (az 1. napi lapon az utak megítélésében erős eltérések mutatkoztak.).

A PÁLYÁK színvonala megfelelő volt. A nagyobb győztesidők véleményünk szerint nem a pályahosszakra, hanem a nagy és száraz melegre, valamint a mély homokos talajra és a sűrű, szurós aljnövényzetre vezethetők vissza. A naponta csökkenő pályahosszak a követelményeknek megfelelték, megfontolandó, hogy a jövőben a 3. napon még fokozottabban kell csökkenteni a követelményeket - pihenésül. A pályák benyomatása (svéd házinyomda) jobban sikerült, mint az előző évben.

Az indító: Almás Károly vezetésével kitűnően működött. Az 5. napon az időkiégnyeltes indítás új (másodperc-csatornás) módszerre bevált. Hátránya volt, hogy a versenyzők még nem ismerték, így a szokásosnál több rendezőre volt szükség.

A cél elhelyezések kifogástalanok voltak, dekorációjuk a nemzetközi verseny színvonalának megfelelt. A tereprészek - az 5. nap kivételével és az oldalt felgöngyölt sátrak céliródának szintén megfelelték. Déri István a rendelkezésére bocsájtott honvédekkel a tőle megszokott lelkesedéssel és rugalmassággal látta el feladatát.

Az időmérés, helyszíni eredmény kiszámítása kifogástalanul ment. Jól felkészültek a debreceni sporttársak: Szabó Jolán kitűnően irányította a munkát és Széll János is jól megbirkózott a szokatlanul nagy tömeggel.

AZ EREDMÉNY sokszorosítása, kiosztása a debreceni sporttársak segítségével jól lett megszervezve: állandó személyzet könnyítette a munkát, így korábban készültek el, mint tavaly.

A csapatvezetői jelvény rendszerezése és a klubok megszámozása a jelentkezésnél becsúszott, később pedig a rendezőséggel való kapcsolatonál jóformán nem jelentkezett más a versenyirodán, csak akinek jelvénye volt).

AZ ELLÁTÁSRŐL: a szállásoknál problémát okozott egyrészt a magas költség és a szétszórtság. A programfüzet tartalma és külalakja az előző év színvonalán mozgott, jónak értékelhető. A szállításhoz 8 busz, valamint 6 honvédségi tehergépkocsi elegendőnek bizonyult, a rendőrség segítségével sokat jelentett a kiszállítási időbeosztás betartásához. A célban a frissítőhöz egyszerű segítséget jelentett a 4000 literes vízeskocsi, a büfében naponta 1600 cola, 100 üveg csokoládé fogyott.

Az egészségügyi ellátás honvédségi mentőkocsi segítségével kifogástalan volt. Jelentős sérülés nem történt. Egyik versenyző gyűrűje (!) a figyelmetlen leszállásnál beakadt a teherautó oldalába és kifocamította az ujját, - Elsősegélyben részesült. Ezenkívül egy bokasérülés történt; a csaláncipés (és darázs) okozta az orvosnak a legtöbb munkát.

A népi együttes műsora, a lovasjátékok és a Programfüzet nyújtotta szolgáltatások sikeresek voltak. A villamos igénybevételével

volt zökkenő az első napon, de a városi vezetők kijavították a közlekedési vállalatoknál becsuszott hibát.

A DIJAK szépek, izléesek, helyi jellegűek voltak. A fair-play díj átadása sikeres színpontja volt az eredményhirdetésnek, melyet az időtervnek megfelelően sikerült megtartani. A külsőségek - a környezet kivételével - megfelelőek, a helyi vezetők megjelenése emelte az ünnepélyességet.

ÖSSZEFOGLALVA: a szervezőbizottság elnökhelyettesei az ismertített hiányosságok ellenére az eddigi legsikeresebb Hungária Kupaként értékeli a versenysorozatot.

Külön kiemelik, hogy a honvédség, tanácsai, vállalati és társadalmi szervek - erkölcsi, személyi és anyagi - segítsége nélkül nem lehetett volna ezen a színvonalon megrendezni a versenyt. E helyről is köszönet az illetékes szerveknek és személyeknek.

Hungária Kupa Végeredmény  
Debrecen, 1974. augusztus 16-20.

## N 19 E

1. Monzspart Sarolta (Spartacus TE)	3:55:28
2. Cser Borbála (BEAC)	4:33:98
3. Entelzeva Petrana (Bulgár Vál.)	4:39:75
4. Ursula Imhoff (OLG-Bernsvájci)	4:40:20

5. Szabó Klára (Metalur Rosu-Románia)	4:40:44
6. Szopori Éva (Spartacus TE)	4:41:30

## F 21 E

1. Hegedűs András (BEAC)	7:04:84
2. Vajda Géza (Bp. MÁV SC)	7:05:63
3. Vincze István (DVTK)	7:32:87
4. Lubomír Stoev (Bulgár Vál.)	7:41:52
5. Szaktilla János (Tipográfia)	7:47:15
6. Lunze Jan (NDK)Vál.)	7:49:05

## N 17 A

1. Fodor Cecilia (BEAC)	3:58:27
2. Takács Ágnes (Szegedi Radnóti)	4:01:22
3. Kármán Katalin (Egri Spart)	4:09:13

## N 17 C

1. Szépe Ibolya (GYESE)	3:46:72
2. Romvári Ágnes (GYESE)	3:46:97
3. Ditschewska Joana (Ver-Ambariza-bulgár)	3:59:11

## N 15 B

1. Ramsden I. (BOF-angol)	2:45:41
2. Bodor Ilona (GYESE)	2:56:03
3. Nagler Martina (Uni-Jena - NDK)	2:56:04

## N 15 C

1. Körömi Ágnes (Egri Spartacus)	2:28:46
2. Halász D. Klára (K-Lombik)	2:39:95
3. Huszka Ibolya (Szegedi Radnóti)	2:42:05

## N 13 B

1. Halász D. Éva (K-Lombik)	2:18:48
-----------------------------	---------

2. Horváth Ildikó (Sz. Volán)	2:26:56
3. Gruhn Edit (Simmerath-NSZK)	2:30:08

## F 21 A

1. Hartley Derek (Edinburgh-angol)	7:00:55
2. Boros István (BSE)	7:01:34
3. Csáki Tibor (OSC)	7:01:41

## F 21 B

1. Sódor István (OSC)	6:11:43
2. Nagy Imre (MOTIM TE)	6:20:71
3. Szelénye Ede (Schönauerz SE)	6:21:09

## F 21 C

1. Erkki Kohvakka (Finnország)	4:51:98
2. Szigethy György (Tipográfia)	4:53:86
3. Hans Kremer (NDK)	5:27:56

## F 19 A

1. Kiss Zoltán (Postás SE)	4:49:45
2. Harald Mannel (Forschrift W-NDK)	5:00:81
3. Ertei Zoltán (Bottyán HSE)	5:03:39

## F 17 A

1. Andreas Mannel (Forschrift W-NDK)	3:24:83
2. Robert Zradahal (Lok. Olomuncseh)	3:25:93
3. T. Wattkins (BOF-angol)	3:38:30

## F 17 B

1. Mazura Károly (Ozdi Kohász)	4:01:35
2. Farkas Lajos (S-R-Csuk-román)	4:01:55
3. Izményi Ferenc (Sz. Volán)	4:10:90

## F 17 C

1. Nagy Attila (HODGÉPSE)	3:00:64
2. Kolla Gábor (OSC)	3:05:45
3. Czinege János (Sz. Volán)	3:17:30

## F 15 B

1. Ludek Pavelek (Ostroj Opava-cseh)	2:12:03
2. Rostislav Pavelek ( " " " )	2:15:64
3. Rosta Botond (Váci Forte)	2:19:11

## F 15 C

1. Juhász Sándor (Jászapáti Gimnázium)	2:09:96
2. Áblamek Imre (Sz. Volán)	2:13:31
3. Farkas Sz. Zsigmond (Porcelán SE)	2:20:44

## F 35 B

1. Marin Kantschew (Ver. Ambarzia-bulgár)	5:24:56
2. Chris James (BOF-angol)	5:44:20
3. Ernst Gruhn (NSZK)	5:49:13

## F 43 B

1. Kaspar Ledermann (OLG Schaffsvájci)	4:03:16
2. Balla Sándor (KFKI Petőfi)	4:19:65
3. Hrenkó József (Nyházi TITÁSZ)	4:20:40

## F 13 C

1. Mets Miklós (OSC)	1:37:60
2. Kralovics Róbert (Váci Forte)	1:48:54
3. Ilian Kamatascharow bulgár	1:50:39

Balogh Tamás

## Dunától a Dráváig

Vége a nyári versenydínynek. A figyelem már az őszi bajnokságok felé fordult. Nem lehet azonban szó nélkül elmenni a nyári versenyek mellett sem! Legalábbis az utolsó 5 hetet érdemes végignézni.

Ha csak az I. o. rendezvényeket tekintjük, a versenynaptárban 1 váltó, 1 éjszakai és három nappali egyéni viadal szerepelt. Az éjszakai elmaradt. Erre legfeljebb magyarázatot lehet keresni. A váltó, a tatabányaiak rendezvénye, ujszerű kísérlet volt, szerintem nem vált be. Ez azonban nem von le semmit a jónak mondható szervezésből. Egy szépséghibája volt a versenynek: az első futók egy részének kizárása, pontkihagyás miatt, ami pedig nem egyértelműen a versenyzők hibájából adódott. Ennek ellenére ez volt a legjobb a naptárban szereplő öt versenyből, s ez a legszomorubb.

Mert:

**Reaktor Kupa** több vitára alkalmat adó pont - I. osztályúnak kissé együgyű pályái mellett - mintegy 50 méterrel arrébb, domborzatilag a gerinc másik oldalán. Óvás nem volt, mert az érintett férfi és nő I. o. mezőnynek résztvevői még arra sem tartották érdemesnek, hogy ezt papírra vessék, hiszen a jól bemért pontot (a stekli jó helyen volt), rossz helyre felrakni ordító szarvashiba! Kritikának elegendő lehet az, hogy Monspart Sarolta ennél a pontnál feladta a versenyt...

**Bakony Kupa.** A második pont a férfiakkal nem volt kirakva. Ehhez még kommentár sem kell...

**Mecsek Kupán** a nőknek jutott ki a kellemetlenségekből. A mezőny nagy része hiába utazott több száz kilométert, töltött el másfél napot Abaligetén, a 2. és 3. pont kódjait megcserélték, így értéktelenné vált számukra ez a verseny. Külön sajnálatos volt, hogy ez a esere más kategóriákat is érintett...

Hát ez van! Mondhatnánk. De valóban ez van? Ha igen, nagyon szomorú. Bár az utolsó 5 verseny nagyon kedvezőtlen képet ad, éves szinten szerencsére mégsem ez a jellemző. Mert az első félévben voltak jó versenyek, nem is egy, hanem jónéhány. Vagy akár a Hungária Kupa 5 napja alatt jóval több mint száz pályát - százalékosan elenyésző hibával - raktak ki és bonyolítottak le a rendezők.

De az utolsó öt? Azt aránylag könnyű mondani - ha egyáltalán mondják - hogy "elnevezést". Még ha elnézzük is a hibákat, a szakosztályoknak igen tekintélyes kiadásokat jelentenek ezek az elhibázott versenyek.

Tulajdonképpen miből adódnak a hibák? Hozzánemértésből és hanyagságból! Csak a fent felsorolt három esetet nézzük: nincs kirakva a pont, felcserélték a kódokat: mindkettő kis figyelemmel elkerülhető. A rossz helyre rakott pont egyértelműen mutatja, hogy kellően hozzá nem értő ember végezte a felvezetést.

Mi lehet a megoldás?

Bármennyire nehéz is, de alapkövetelmény a versenyek rendezésénél, a lebonyolításhoz szükséges hozzáértő személyek biztosítása. Ha valahol nincs meg a személyi feltétele egy bizonyos szintű verseny megrendezésének, forduljanak segítségért akár más klubhoz, akár a területileg illetékes szövetséghez. Biztos vagyok benne, nem zárkóznak el a segítségnyújtástól. Ha a hozzáértés megvan, még nem biztos a sikeres rendezés. Lelkiismeretes munkára is szükség van, azt pedig nem lehet kölcsönkérni.

Hiba mindenhol adódhat. A nálunk nagyobb multtal rendelkező országok rendezvényein is, de nem mindegy, hogy 500-ból kell egy versenyt megsemmisíteni, vagy 5-ből hármat.

## Futóhírek

Az MTFSZ felhívja az illetékesek figyelmét, hogy versenynaptárunknak megfelelő jövő évi térképészükségeitek egy részét már most szerezzék be, mert az OTSH-HM együttléti megállapodás szerint váratlan igényeket nincs lehetőség kielégíteni.

Tokajban, a Nagy Kopaszon rendezte meg a nyíregyházi TITÁSZ Elektromos SE a Jóna András emlékversenyt másfél száz indulóval. Ez évben először sportszerűségi díjat is tűztek ki a versenyen résztvevő egyesületek versenyzői, edzői, kísérői részére, melyet Hámori Zoltán kazincbarcikai Irányi János Szakközépiskola tanára kapott, mert több éve jól felkészített fegyelmezett sportolókkal jelent meg a versenyen.

Győztesek:

F 21 B Lázár László (VM Egyetértés)

F 17 B Tóth Bálint (DEAC)

F 15 B Sarkadi István (Kazincbarcika Irinyi J. Szakközépiskola)

N 19 B Német Erzsébet (VM Egyetértés)

N 17 B megsemmisítették

Felhívjuk kedves Olvasóink figyelmét, hogy a Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztályának címe megváltozott; új cím:

1051 Budapest

Bajcsy-Zsilinszky ut. 38.

Erdélyi Tibor

## Rendhagyó váltó

Egy új és mindjárt I. osztályú eseménnyel gazdagodott idén versenynaptárunk: a Bányász Kupával.

A verseny kapcsolódott az országos Bányásznaphoz, a központ a Vértes közepén, Kőhányáspusztán volt, ami nem lehetett véletlen, hiszen híres bányavidéken jártunk: a közelben van Oroslány - Gánt - Tatahánya; sokat halottunk már az itt folyó küzdelmekről, a "széncsaták" hőseiről. A pályák felépítése is szimbolizálta a bányavidéket, hiszen három irányban, három különböző térképen futottunk - hasonlóan az Április 4-i Szabadság térre befutó felszabadulási hálafestékhez -, a váltóhelyek is különböző helyeken voltak. A rendezőgárda minden dicséretet megérdemel, hiszen szinte három versenyt kellett rendezniük, nagy munka lehetett. A pályák jók, élvezetesekek voltak, csak a térképekre fér rá ismét helyesbítés, mert elavultak már, és a zsirkrétákat kellett volna gondosabban felhelyezni: az első futók pontkihagyása szépséghiba volt.

A VB-re készülő válogatottak nélkül és az ekkor rendezett III. osztályú versenyek miatt csak a középmezőny vett részt a versenyen, a kb 100 résztvevő között családias hangulat uralkodott. A nagy rohanás alatt fájo szívvel néztem a kalapnyi özláb és emberfejnél nagyobb pöffeteg gombákat, rántva nagyon finomak, futás közben még a nyálam is kicsordult, mikor a tartármártást is melléjük képzeltem...

Az eredményhirdetés a jelzett időpontban, az egész mezőny előtt zajlott le, értékes és izléses tiszteletdíjakkal mindenki egy kellemes és jól sikerült vasárnap gondolatával bucsuzott az ős felé haladó és egyre színesebbé váló Vértestől.

## Tömegben

A skandináv országokban több súlyos sárgaság járvány fordult elő a tájékozdási futók között, míg az egész testet befedő verseny-öltözéket kötelezővé nem tették. A "The Orienter" című angol tájékozdási futó lap több cikkben is foglalkozott a témával miután ezt a szabályt a szigetországban is bevezették. Az 1974. júniusi számban Kari Dahl a norvég tapasztalatokról számol be:

" A Norvég Tájékozdási Futó Szövetség és Norvég Higéniai Intézet felmérést végzett a norvég tájékozdási futók között. 1973. nyarán és őszén 311 versenyzőtől vettek vérmintát és vizsgálták meg van-e benne sárgaság vírus, vagy annak ellenanyaga, amely korábbi fertőzésre utal. A 311 vizsgált személyből 252 volt férfi, 59 nő, valamennyien 18 év felettek. Közülük 4 volt a vizsgálat idején fertőzött, és 45-nél találtak ellenanyagot: összesen tehát 49-en kaptak sárgaságot, de közülük csak egy volt nő. Kiderült továbbá, hogy a 49-ből 46 tartozik abba a 196 fős csoportba, akik már 1967 előtt is versenyeztek, amikor a teljes testet befedő ruházat még nem volt kötelező. Tehát 1967 után versenyző kezdő 115 személyből csak 3 kapott fertőzést.

Meglepő, hogy a 49 fertőzött személyből csak 16 tudta, hogy fertőzésben szenved vagy szenvedett. Feltehetően betegek voltak, de betegségüket valamilyen más betegségnek vélték. Így valószínűleg a sárgaság előfordulása a tájékozdási futók között még gyakoribb volt, mint gondolták. Erre csak most derült fény, hogy kifejlesztették ezt az új eljárást, mellyel a korábbi fertőzés is kimutatható.

A Norvég Tájékozdási Futó Szövetség Orvosi Bizottsága a vizsgálat után a szabályt még szigorubb alkalmazását javasolta. "

-dűdű



## TÁJÉKOZODÁSI FUTÁS

A MAGYAR TÁJÉKOZODÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest, VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614 - Kiadja a Sportpropaganda Vállalat (1143 Budapest, Dózsa Gy. u. 3.) Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál (KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1.) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3.-Ft. Előfizetési ár egy évre: 30.-Ft. (megjelenik havonta). Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály 1051 Budapest, Bajcsy - Zsilinszky ut 38.

Indexszám: 25827

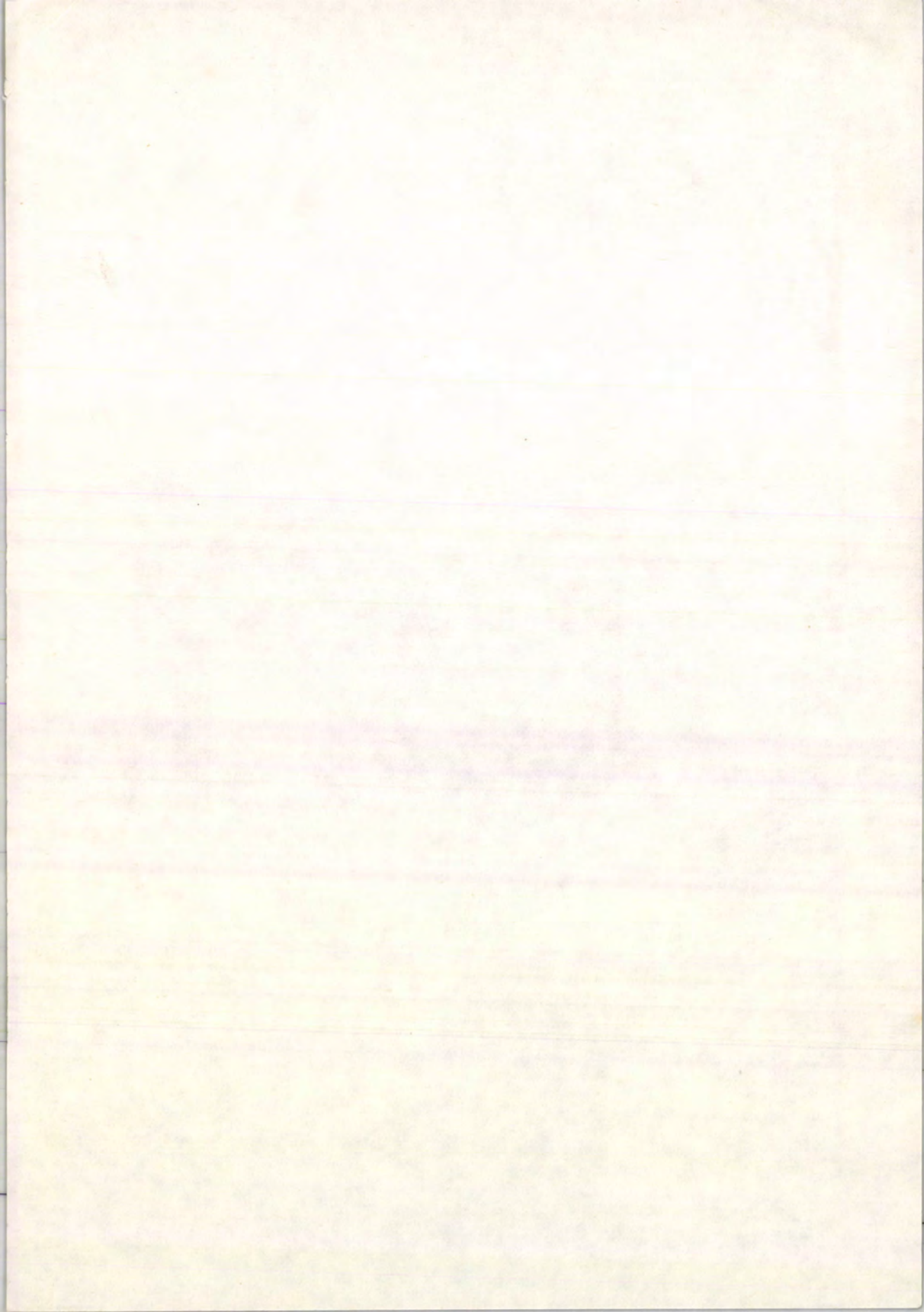
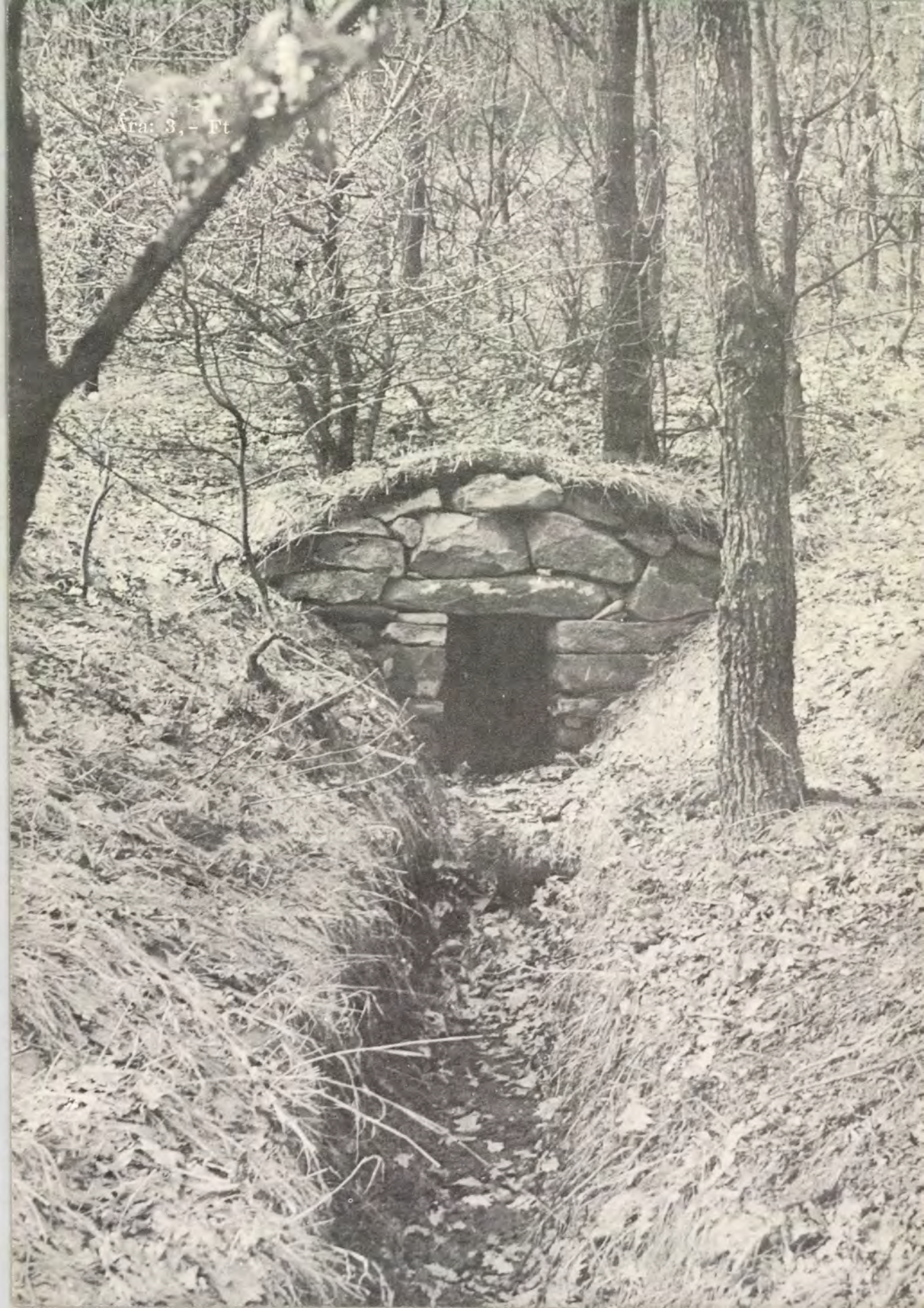


Fig. 3. - Pt.





# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974/11

TÄLLERKÖZÖRÖSI FÜTÁS

# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF. A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA 11. SZÁM

A Magyar Tudományos Akadémia Nyelvtudományi Intézetéből érkezett Dr. Grétsy László válasza arra a levélre, melyet a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS előző számában közöltünk.

"Tisztelt Főtitkár

Elvtárs!

Örömmel üdvözöljük a Fejér megyei Hírlap 1974. szeptember 25-i számában felbukkant új sportkifejezést, a tájékozdási futásból rövidített tájfutást. Az eredeti kifejezésnél rövidebb, egyszerűbb, jobban hangzó és ugyanakkor találó, kifejező szó (a tájfutást üző sportolók valóban a tájban futnak), valószínűleg nemcsak a sportolók, hanem a sportbarátok tetszését is elnyeri.

Szíves üdvözléssel:

Dr. Grétsy László  
tudományos osztályvezető"

S azzal, hogy e levélváltást eredetiben közöltük lapunk szerkesztősége is állást foglalt az új kifejezés mellett. Szeretnénk ha mielőbb belopná magát a köztudatba, s ha a közvélemény kedvező fogadtatásával találkozik, hivatalos formában is elismerésre kerülhet, hogy hangoztatásával, leírásával még az eddiginél is eredményesebben népszerűsíthessük vele sportunkat.

Fordulhatnánk most kéreccsel a kedves Olvasóhoz, írja meg szerkesztőségünknek véleményét e alapvető fontos kérdéssel kapcsolatban, de a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS munkatársai kissé bizalmatlanul idegenkednek az előfizetők efféle zaklatásától. Talán az újság segítsége nélkül is tért hódít ez a sokak által már használt rövidítés - persze ha mégis kapunk ezt a problémát feszegető levelet, örömmel fogadjuk!

Szaktilla János

## Hazai vizeken

Kik is tulajdonképpen tájékozdási futó szakemberek hazánknál? Tettem fel magamban a kérdést a világbajnokság után amikor az eredmények értékelésére, elemzésére, a vártnál mérsékeltbb szereplés okainak vizsgálatára kértem fel többek által szaktekintélynek elismert sporttársakat; s a következő választókat kaptam: nem én vagyok az illetékes, megteszik majd ezt máskor, van véleményem de nem...

Más: évente több - jó-rossz - térkép jelenik meg az ország különböző részeiről; lelkes de sokszor felületes emberek munkája is. A versenyzők ejtenek célbaérkezés után - vagy már kinn a pályán - néhány jóindulatu, csipős, durva bíráló szót - vérmérséklet szerint - amit az érintett helyesbítő talán meg sem hall; s elkezdli következő terepbejárását a maga örömeire; építő kritikák, mérvadó, tárgyilagos vélemények nélkül.

Vagy: a versenyrendezésnek egyik legizgalmasabb feladata a különböző kategóriáknak megfelelő színvonalú pálya kialakítása, de a pályakitűzők kapnak-e ehhez elegendő segítséget (például a Tájékozdási Futásból)? Nem kaphatnak, mert az "illetékes szakemberek" nem publikálják ismereteiket, tapasztalataikat. A versenyzők mondják meg a magukét ott helyben, azután semmi több...

Az edzők, térképhelyesbítők, pályakitűzők pedig eredményesebben végezhetnek munkájukat ha a megfelelő ismeretanyaggal, rutinnal rendelkező kollégáik is segítenék tevékenységüket.

Kétségtelenül közelről láthatják a válogatottak - utazásaik révén - a sportág élvonalába tartozó országok fejlődésének alapjait; szükséges is, hogy erről tájékoztassák a tájfutó tömegeket, de aki - függetlenül attól élversenyző volt-e vagy sem - már hazai nemzetközi viadalon, országos versenyen, bajnokságon vezető szerepet betöltve sikerre vitte rendezvényét; bőséges tapasztalattal - az itthoni lehetőségekhez, követelményekhez talán még jobban is igazodva segíthetné a következő hasonló rangú versenyek rendezőinek a dolgát.

A klubedzőknek is lehetne időnként írott szava, mondjuk a világbajnokság kapcsán is; de lehet folytatni a térképhelyesbítőkkel, versenybírókkal stb., vagy talán nincs elég tájfutó szakember?

Hanusz Mária, Hegedűs Zoltán, Sódor István

## Pályákról

1. A fiatal kezdők esetében fokozott jelentőségű, hogy kategóriánként önálló pályán versenyezzenek. Ezt az alábbiak követelik:

- a./ Korosztályi sajátosságok. A versenyző életkora meghatározza, hogy milyen feladatokat tud sikeresen megoldani. Ha ennél nehezebb feladatokat kap: vagy nem oldja meg, vagy rosszul hajtja végre. Az eredmény mindenképpen lemorzsolódás lesz.
- b./ Versenyzésben eltöltött idő. A megoldható feladatok nehézségét befolyásolja a versenyzésben eltöltött idő. Aki már hosszabb ideje versenyez bonyolultabb feladatok végrehajtására is képes. A versenyzésben eltöltött hosszabb idő, és ezen keresztül a bonyolultabb feladatok végrehajtására való alkalmasság az elért minősítésben fejeződik ki.
- c./ Fejlesztés és a fejlődés elve. Egyrészt az a cél, hogy a kezdőkből képességeikhez mérten jó versenyző váljék. Ezt csak úgy érhetjük el, ha fokozatosan nehezülő feladatok elé állítjuk. Másrésztől a versenyzés folyamán a sportoló fejlődik. A további versenyzés csak úgy lesz számára érdekes, ha újabb, nehezebb feladatokat kap. A fejlesztés nem csak az edzéseken, hanem a versenyeken is megvalósulhat.

2. A kezdő versenyzőket mindig nehezülő feladatok elé kell állítani. A feladatoknak nem csak minősítési osztályoknak, hanem korcsoportnak megfelelően is különbözniük kell. Azonos minősítésű, de magasabb korcsoportú futók pályái technikailag is különbözzenek az alacsonyabb korcsoportú versenyzőkéitől; nem csak fizikai jellemzőiben. (táv, szint) A kezdőknél fokozott jelentőségű, hogy adott versenyidőszakon belül, és adott versenyen belül is fokozottan nehezülő feladatokkal kerüljön szembe.

3. A pályák fizikai jellemzőit a szabályzat tartalmazza. A kezdők esetében is ezek alapján kell kialakítani. Figyelembe véve azt, hogy alacsonyabb minősítés ebben az esetben a versenyzésben és az edzésben eltöltött idő rövidségét is mutatja, tehát a pályák fizikai jellemzőinek is sokkal a megadott maximum alatt kell lenniük.

4. A megoldandó technikai feladatok többé-kevésbé egyértelmű nehézségi sorrendbe állíthatók.

a./ A cél az, hogy a kezdő a legegyszerűbb feladattól, a térképen és a terepen egyaránt végig bejelölt ut követésétől, a legbonyolultabb feladatig, a folyamatos térkép-olvasásig jusson el.

b./ A technikai feladatok egyenként:  
Utkövetés a terepen és a térképen egyaránt

végig kijelölt utvonalon. A pályán pontokat is helyezzünk el, melyek jellegzetes, markáns sikrajzi objektumra kerüljenek. Ezeket a terepen és a térképen egyaránt meg kell jelölni. Az utvonaltól kizárólag utakon haladjon. Az a cél, hogy a versenyző folyamatosan azonosítsa helyzetét a térképen. (edzés jellegű)

Utkövetés a terepen és a térképen egyaránt végig kijelölt utvonalon, a térképre be nem jelölt pontokat érintve. Az utvonaltól itt is kizárólag utakon haladjon, a pontok a terepen és a térképen egyaránt jelölt markáns sikrajzi objektumon legyenek. (edzés jellegű)

Utkövetés. A terepen és a térképen csak pontokkal jelölve. A versenyző elvileg a két pont között arra megy, amerre akar, de gyakorlatilag nincs utválasztási lehetősége. A pályát végig uton lehesse teljesíteni, minden utelágazásban, ahol utat kell változtatni pont legyen. (minősítő jelleggel is)

Összetett utkövetés. Az előbbi szerint kijelölt és vezetett pálya, nem minden utváltoztatásnál van pont, de mindegyik uton legyen. (minősítő jelleggel is)

Utválasztás. A pontok között több logikus utvonalt adódjon, azonban mindegyik uton teljesíthető.

Utvonalkövetés. A pontok között már nem csak az utakon, hanem más sikrajzi vezetővonalakon is lehesse haladni. Különböző nehézségű legyen attól függően, hogy milyen gyakran kell a vezetővonalakat változtatni. Itt is figyelemmel kell lenni a fokozatosságra.

Utvonalválasztás. A pontok között több logikus utvonalt adódik. Ezeket már nem lehet egyetlen uton teljesíteni, mert összetettebbek, jellegzetes sikrajzi vezetővonalak mentén haladnak. A versenyzőnek választania és teljesítenie kell.

Iránymenetek. Fix támadópontról az irány tájolóval történő ellenőrzésével, lépést számlálva éri el a versenyző a pontot vagy más objektumot. Attól függően lesz nehezebb, hogy milyen hosszú és milyen pontosan kell végrehajtani. Pontszerű objektumra kell menni, vagy egy, az irányra merőleges, nyiladéka.

Domborzati utvonalt követése. A pontok közötti utvonaltban nem csak sikrajzi, hanem domborzati vezetővonalakat is követni kell.

Domborzati utvonalt választása. A pontok között több, az előbbieknél leirt utvonalt adódik, ezek közül az optimálisat kelljen kiválasztania és teljesíteni a versenyzőnek.

Összetett utvonalt követése. A pontok közötti utvonalt magába foglal sikrajzi és domborzati vezetővonalakat, ezeket sűrűn kell változtatni. Az utvonaltban belül lehetnek iránymenetek, és lehetnek olyan szakaszok, ahol pontszerű objektumokra támaszkodva kell haladni.

Összetett utonalak választása. Az előzőekben leírt utonalak közül kell az optimálisat kiválasztania a versenyzőnek.

Folyamatos térképválasztás. Pontszerű objektumok és sűrűn változó sikrajzi és domborzati vezetvonalak segítségével teljesíthető utonalak, melyek folyamatosan állítják választás elé a versenyzőt. Az ilyen utonalak fokozott figyelmet igényelnek, csak a legmagasabb szintet elérő versenyzők oldhatják meg ezeket a feladatokat sikeresen.

5. A pályák nehézségét befolyásolja a pontok elhelyezése is. A pontelhelyezés elvei:

- a./ A pont a résztávot lezárja, de egyben a következő résztáv lezárója is.
- b./ A versenyző a pontnál pontosan tudja hol van. Ez főleg a fiatalabbknál nagy biztonságérzetet ad, itt jobban tud adott tájékozdási feladatot megoldani.
- c./ A pontok számának növelése nehezíti a versenyt. A legfiatalabbknak csak egészen kevés pontot tűzzünk ki. (3-5)
- d./ A pontelhelyezések nehézségi sorrendje: Pont az uton, utelágazásban, az ut mellett levő jól látható és azonosítható sikrajzi objektumon, messziről látható módon elhelyezve.

Pont egyéb sikrajzi vezetvonalak mentén az előbbieknél megfelelően elhelyezve. Jellegzetes domborzati idom is lehet, de szigorúan sikrajzi vezetvonalon.

Pont domborzati vezetvonalon, finomabb, jellegzetes sikrajzi objektumon vagy markáns domborzati objektumon.

Pont támadóponttól meghatározott távolságra, markáns felfogóvonal előtt kisebb domborzati, illetve sikrajzi objektumon.

Pont minden nagyobb támadóponttól távol, valamint távol a felfogóvonalaktól, de megfelelően azonosítható és finom támadóponttól biztosan foghatóan elhelyezve.

A pontot apró sikrajzi vagy domborzati objektumra kell elhelyezni úgy, hogy a versenyzők először a tereptárgyat vegyék észre és csak azután a pontot. (rátett pont)

6. Az alapelvekben és a továbbiakban felsorolt követelményeket nem szabad mechanikusan alkalmazni. Ugyanazon a pályán egymás mellett képzelhetőek el az egyszerű és a bonyolultabb utonalak. Követelmény azonban, hogy az alacsonyabb kategóriájú versenyeket a mezőny tudásának megfelelően rendezzük meg. Ugyanaz az átmenet legyen megoldható adott esetben a legegyszerűbb módszerek valamelyikével és a legbonyolultabb módon is egyszerre.

#### A PÁLYAKITÜZÉS NORMÁI KATEGÓRIÁKÉNT

##### 1. 13 D kategóriák.

a/ Főfeladat az utkövetés. A pályát, utonal és utválasztási lehetőség nélkül, végig uton kell vezetni.

b/ Pontot csak az uton szabad elhelyezni, jellegzetes helyen. Nincs akadálya az ut mellett 2-3 méterre lévő nagy sikrajzi objektum pontként való megadásának sem.

c/ Ha a pályavezetés azt kívánja, hogy az egyik utról a másik utra térjen a versenyző, az utelágazásba pontot kell elhelyezni.

d/ A pontot jól láthatóan kell elhelyezni.

e/ Nem szabad sok pontot kitűzni. (3-4)

f/ A pályán igen kevés legyen a szint.

g/ A pontok legyenek változatosak, különböző sikrajzi objektumra hívják fel a figyelmet a verseny folyamán. —

##### 2. 13 C kategóriák.

a/ Főfeladat itt is az utkövetés marad, azonban egy lépéssel közelebb az utvonalkövetéshez. A pályát úgy kell vezetni, hogy a pontok között már önállóan is kelljen a versenyzőnek sikrajzi vezetvonalat változtatni. A pálya azonban még itt is csak markáns sikrajzi vezetvonalakat tartalmazzon. (ut, nyiladék, nyiladékszerű jelleghatár, erdőszél, stb.)

b/ A pontokkal már fel kell hívni a versenyző figyelmét a domborzati vezetvonalakra, domborzati objektumokra. A pontot a durva sikrajzi vezetvonalon kell elhelyezni, vagy attól csak 2-3 méterre lehet, jól láthatóan. (pl.: nyiladékban a keresztbe jövő gerincen, jelleghatáron a kup tetején)

c/ A pontok között legyen minimális választási feladat is a pálya közepén. A választható utak, utonalak között nagy technikai különbség ne legyen. Markáns sikrajzi vezetvonalakból álljon egy, legfeljebb két vezetvonal változtatással.

d/ A pontok száma változatlanul legyen kevés.

##### 3. 15 D kategóriák

a/ A pálya végig markáns sikrajzi vezetvonalak mentén vezessen. A pálya közepén sor kerülhet pontok között vezetvonal változtatásra önállóan is.

b/ Pontok minden esetben a sikrajzi vezetvonal mentén. Ahol vezetvonalat kell változtatnia a versenyzőnek, ott pontot kell elhelyezni. (Kivétel a pálya közepén egy-két önállóan elvégzett ilyen feladat).

c/ A pont markáns sikrajzi és domborzati idomokra hívja fel a figyelmet. (példák az előző pont szerint)

##### 4. 15 C kategóriák

a/ A pálya sikrajzi utonalak követésével legyen teljesíthető. Ezek az utonalak már finomabb sikrajzi vezetvonalak mentén vezetnek, többszöri váltással. (ösvények, finomabb jelleghatárok, stb.)

b/ A versenyzők minden pontnál legyenek utvonaltválasztási feladat elé állítva. Az utonalak az a/ pontban elmondottak szerinti legyenek, de lehet kötöttük nehézségbeli különbség. A nehezebb utonal legyen a rövidebb!

c/ A pontok még mindig a sikrajzi

vezetővonalak mentén legyenek, vagy attól látótávolságban, jól láthatóan elhelyezve. (5-15 m)

d/ A pontok finomabb sikrajzi objektumokra vagy markáns domborzati objektumokra hívja fel a figyelmet. (kunyhó, határkő, illetve kup)

e/ A sikrajzi utovnal egybeeshet markáns domborzati vezetővonalakkal. A pontmegnevezések ezekre hívják fel a figyelmet.

f/ A pontok száma némileg emelkedhet, (5-6) a szint azonban maradjon kevés.

#### 5. 15 B kategóriák

a/ A pályán a versenyzőnek végig legyenek utovnalválasztási feladatai. Az utovnalak a domborzati vezetővonalakat már sikrajzi vezetővonalak nélkül is vegye igénybe. A versenyzőt kényszerítsük ilyen vezetővonalak mentén az erdőben futni. A végig sikrajzi vezetővonalak mentén teljesíthető utovnal legyen lényegesen hosszabb és szintesebb, mint a nehezebb, a domborzatot is igénybe vevő utovnal. A sikrajzi vezetővonalak ne alkossanak ponttól-pontig összefüggő utovnalat, hanem kényszerítsük arra a versenyzőt, hogy az erdőben minden vezetővonal nélkül 100-300 métert átvágva legyen kénytelen vezetővonalat (sikrajzit!) változtatni. Az átvágásoknál az átvágás irányára a merőlegeshez közel eső sikrajzi vezetővonalra kelljen kijutni.

b/ A pont sikrajzi vezetővonalattól távolabb is lehet. Jellegetes sikrajzi támadóponttól 100-150 m-re is lehet, mely távolságot a versenyzőnek iránymenetben kell végrehajtania. A pont az irányra merőleges markáns felfogóvonal előtt, attól legfeljebb 50 m-re legyen.

c/ A pont apró sikrajzi objektumon, illetve jellegetes domborzati idomon legyen.

d/ A pontot sikrajzi vezetővonalaktól távolabb is elhelyezhetjük, markáns domborzati vezetővonalon. (metsződés, gerinc)

#### 6. 17 D kategóriák

a/ A pálya összetett jellegű sikrajzi vezetővonalak mentén haladjon. A vezetővonalak domborzati alakzaton is haladhatnak. A pá-

lya vezessen végig sikrajzi vezetővonal mentén. Kevés választási lehetőség legyen.

b/ A pontok a sikrajzi vezetővonalon, illetve a melletti látótávolságban legyenek.

Domborzati objektumokra és apró sikrajzi objektumokra hívják fel a figyelmet.

c/ A pontok száma emelkedhet (6-7).

7. 17 C kategóriák.

a/ A pálya összetett sikrajzi vezetővonalak mentén vezessen. Az utovnal egy része markáns domborzati vezetővonalak mentén is elhelyezkedhet.

b/ A versenyző minden ponton egy könnyebb és egy nehezebb domborzati elemekből álló utovnal között választhasson.

c/ A pont a sikrajzi vezetővonalaktól távolabb (100-150 m) legyen vagy még távolabb markáns domborzati vezetővonalon.

d/ A pont mögött 50 m-re az irányra merőleges markáns felfogóval legyen.

e/ Pontot apró sikrajzi objektumra vagy jellegetes domborzati tereptárgyra, illetve vonalra helyezzünk.

#### 8. 17 B kategóriában

a/ Az utovnalak sikrajzi és domborzati elemekből tevődjenek össze. Kivánjanak meg az erdőn történő átvágásokat. A domborzati utovnalak bonyolultabbak legyenek. (domborzati alakzat megszintezése. Kizárólag domborzati elemekből felépült utovnal is megadható. A pálya közepén legyen választható olyan utovnal is, mely sűrű vezetővonalváltogatás és átvágás, valamint pontszerű tereptárgyak felhasználásával történő erdei futások miatt már térképolvasó résztávnak minősül. Ilyen résztávok mellett azonban legyenek könnyebben teljesíthető is, de ezek lényegesen hosszabbak kevés szinttel.

b/ A versenyzők az utovnalak közben is mindig találjanak választási lehetőséget.

c/ A pontok minden vezetővonalattól legyenek távol, de úgy kell elhelyezni őket, hogy markáns támadóponttól megfelelő távolságban legyenek. A pont mögött kicsit távolabb (100-200 m) legyen felfogóvonal.

d/ A pontokat apró sikrajzi vagy domborzati objektumra helyezzük.

## FIGYELEM!

A Svéd Tájékoztató Futó Szövetség (SOFT) szervezésében lehetőség nyílik 17-20 éves fiatalok hosszabb-rövidebb tájfutó edzőtáborozására:

Az időpont szabadon választható júniu-július hónapban, összeköthető az O-Ringen, 5 naposon való részvétellel.

Az ellátás, vendégül látás svéd családoknál történik, az utazás magán utlevéllel és valutával. A vendéglátó családoknál hasonló koru

tájékoztató futó gyerek van.

Edzésekre és versenyekre a családdal együtt a helyi klub kereteiben nyílik lehetőség.

A vendéglátás ingyenes, csak az 5-naposon kell fizetni az esetleges részvételért, valamint az utiköltséget fedezni oda-vissza.

Szövetségünk részéről a válaszadás határideje 1975. február 28. ezért kérjük, hogy az érdeklődők január 15-ig jelezzék szándékukat szerkesztőségünknek.

# WM 1974 Danmark

## Sept. 19-22

Az IOF ős elnöke Erik Tobé, a volt neves atléta, aki egykor olimpiai lánggal a kezében futott Svédországba, hogy a hazájában megrendezett olimpiai játékokat megnyithassák, szeptember 17-én a dániai Viborg Tynghallejában az V. Tájékoztató Futó Világbajnokság megnyitását jelentette be.

Az egyéni versenyekre Viborgtól 45 km-re Silkeborg városa közelében került sor. A pályák ragyogó technikai felépítésűek voltak, de nem adtak esélyt a fizikailag gyengébben felkészülteknek sem. Bár a terep legmagasabb pontja tengerszint felett 91 m, sok kis domb és völgy, kisebb-nagyobb bozotos metsződések, mocsarak, kőrengetegek komoly próba elé állították a futókat. Ha ehhez hozzáadjuk a sűrű ut- és nyiladékhálózatot, világossá válik, a rendezők "semleges" terepet választottak a skandináv illetve közép és kelet európai versenyzők számára.

A táv minden eddiginél hosszabb volt, mind a férfiaknál, mind a nőknél: - 15,9 km (!) ellenőrzőponttal, illetve 7,9 km 14 ponttal - igazi "ma ratóni" gyors, felfokozott futástempóval.

Ami a mezőnyt illeti, az előző VB-k dobogósai közül Erika Thomen, Ulla Linkvist nem került be országuk VB csapatába (de Ulla mint a svéd női csapat edzője ott volt -szerk.) nem indult a legmegbízhatóbb finn lány Pirjo Seppa, Monzpart Saroltát pedig sérülése hátráltatta.

A férfiaknál sokáig úgy látszott, hogy a fiatal norvég (szemüveges -szerk.) egyetemista Jan Fjoerestad lesz az első, amikor befutott Bertil Frilén hihetetlen 1:35:48-as idejével - de még 40 percig ellenfeleit figyelte óráját nézve : a szintén svéd Arna Johannsont, Rolf Perssont, a norvég Stig Bergét, a svájci Dieter Hulligert s főleg Age Hadlert. Végül is 5 perccel győzött Fjoerestad és hét perccel a másik norvég Eystein Weltzien előtt.

A nőknél sokáig biztosnak látszott a fiatal svéd lány Kristin Cullmann győzelme, amíg óriási ováció nem hallatszott, mikor is a hangosbemondó közölte a dán Monika Nörgard bélyegzett a befutóponton, s ez már a világbajnokságot jelentette számára 1:03:43 idővel.

Cullmann a 2. helyre szorult és a 17 éves finn Outi Borgenström lett a harmadik. Az érmeiket maga Margit dán királynő nyújtotta át a győzteseknek.

A váltóban először alkalmazták - sikeresen - a Fårsta rendszert : a nőknél és a férfiaknál is svéd győzelem született.

A két győztes és a világbajnoknő edzőjének nyilatkozata:

Monika Nörgard: női világbajnok, 26 éves, titkárnő egy íródában, dán bajnok, 1970, 1971, 1972-ben a csehszlovákiai VB-n 13. lett:

- A verseny előtt nagyon ideges voltam. Férjem, aki egyben edzőm is - altatót adott a verseny előtti éjszakára. Ovatosan futottam, jól fogtam a pontokat, a nyolcadiknál órára pillantottam, úgy éreztem 2. vagy 3. lehetek, de az aranyérem nem gondoltam. -

Fleming Nörgard: a dán válogatott edzője, 30 éves, térképész, sok éven át élversenyző, a III. VB-n az NDK-ban 6. lett:

- Monika természeténél fogva szerencsés versenyzőalkat. Annak ellenére, hogy a feleségem utasításaimat betartva és fegyelmezten edzett.

Bernt Frilén: 29 éves, 15 éves kora óta versenyez, az előző VB-n bronzérmes volt:

- Kimerítő, technikailag kitudó pálya volt. Céлом az volt, hogy kerüljem a bonyolult megoldásokat és a pontok előtt teljesen biztos támadópontokat találjak. Sok fizikai edzésem volt a felkészülésben, salakon is.

( A bulgár "Exo" folyóiratból fordította : Bogdány Miklós)



"Erdei felvétel: fenyves domboldal alulról filmezve. A domb tetején bója: a világbajnokság 21-es pontja. A kép előterében egy lefűtött ág áll ki a földből. Térdfmagasságban lévő hegyes vége éppen a bójára mutat. A 146-os rajtszámú versenyző érkezik a pontra. Néhány másodpercig bajlódik a kalauzlyukasztóval, a térképre pillant majd lefelé indul a dombról, pontosan a felvevőgép lencséje felé. Izmos lábainak lendületes körívén keresztül látható marad a bója. Alakja egyre nő ahogy közeledik a hegyes ág felé, s mire azt eléri, óriásira nőtt

alakjából már csak a lába fér bele a képbe. Az ág befuródik a bal lábszárba, a felvétel megáll, és egy csendesen csordogáló vörös patak betölti az egész képet".

Ha filmet készítenék a világbajnoki szereplésemről, ezzel a képsorral kezdeném és fejezném be. Ha filmet készítenék az egész évi versenyzésemről ez a képsor többször szerepelne benne. Ha filmet készítenék az életemről ..... No elég volt, ne töltsük el a dolgot! Az öt éves terv teljesítéséről szóló filmet nem ezzel kezdenéd?

Én ezt a világbajnokságot már csak a kis lyukon keresztül tudom nézni, amelyik itt éktelenkedik a bal lábszáramon. Irték szívesen mindenféle tapasztalatról, de mindenről csak ez jut eszembe. S vajon ki kíváncsi egy sérülés történetére? Kit érdekelnek egy beteg ember panaszai? Senkit - gondolom én. Ezért nem is írtam eddigi sérüléseimről. Pedig volt egy pár. A betegágyban fekvő embernek van ideje gondolkodni, a lázas fejben magától születik meg a cikk, amit mások úgy kell kikínálnodni. Csak hát az a cikk olyan is .... Olyan mint ez. Ime az én világbajnokságom a lyukon keresztül:

Szeptember 20. 11 óra 45 perc: elindulok az időrajtból. Egy perccel később: még mindig ott állok a 100 méterre lévő térképrajban és a kartonomat ragasztgatom a térképre ( a rendezőség nem volt hajlandó előre betenni a kartonokat a térképtartóba). Mi pedig csak a váltó előtt jöttünk rá a jó megoldásra, a karra csatolt betokozott kartonra, amit így olvasni és lyukasztani is könnyebb. Mert mint említettem a pontokra kalauzlyukasztókat tettem, és ezek idomítása kb. 3 másodperc hátrányt jelentett pontonként a kalauzszakmában járatlan versenyzőknek - volt 26 pont!

Szóval már a rajtban hátrányba kerültem. Rádadásul lassan kezdtem, mert biztonságra törekedtem, így az egyes ponton részidőmmel 43. voltam. A biztonsággal egyébként nem volt baj, néhány pontközeli bizonytalankodástól eltekintve hiba nélkül futottam végig a pályát, csak a tempóm nem volt elég gyors. Technikásabb pályára, nehezebb pontokra számítottam, és túlzottan visszafogtam magam. A végén pedig, amikor gyorsítottam volna .... De ne vágjunk a dolgok elébe! Még az ötös pont után csináltam egy nagy hibát, ha nem is a szokásos keverési típusból: elindultam a hentesre. Tipikus hiba kezdő versenyzőknél. Vajon hány világbajnokságon kell még elinduljak, hogy idegességemben ne tegyek ilyeneket? Persze van, aki sokkal súlyosabb árat fizetett ezért az idegességért. Pár száz méter mulva észrevettem tévedésemet, és még idejében visszafordultam a hatos pontra. A részidőtáblázat szerint négy perccel mentem, amikor majdnem mindenki kettőt. Azt reméltem, hogy ezzel szakaszcsucst állítok fel, legalább-

is az első 50 helyezett mögött, de még ez sem sikerült, a 16. helyezett finn Salminen megelőzött. Valószínűleg ugyanezt a hibát követte el, mert egyébként az átmenet rövid és egészen egyszerű volt.

Aztán jött a 21-es pont. Kikaptam ezt is, néhány másodpercig bajlódtam a kalauzlyukasztóval, a térképemre pillantottam, majd lefelé indultam a pontról. Mikor az ág a lábszáramba furódott, megálltam és megnéztem.: egy nagy lyukat láttam és benne egy ágcsontot. Atesz (Horváth Attila szerk.) jutott az eszembe, akinek tavasszal a térdébe ment egy ág. Ő akkor fel kellett adja, de az egy edzőverseny volt, ez pedig világbajnokság. Tovább kell mennem! Kb. 100 méter múlva egy utra értem ki, megálltam és a lábamra pillantottam: bal lábamon piros térdzoknit viseltem és már a cimpóm is piros volt. Kesérti ezt éreztem a számban, nem csak a rosszullettől, hanem a csalódottságtól is. Hát így végződik az a kálvária, amit az idén végig kellett járnom, hogy kijussak erre a világbajnokságra? Tovább kell mennem! A 22-es után egy országotat kereszteztem. Egy rendőr megállította az autót, hogy áthaladásomat biztosítsa. Én megálltam egy pillanatra az ut közepén és arra gondoltam, hogy elég lenne itt lefeküdnöm, és néhány perc múlva egy kocsí vinne a kórház felé. Aztán rögtön magamra támadtam "lefeküdni, mikor még futni is bírsz?", azzal tovább szökdécseltem. A bal láb fájdalomát szinte elnyomra a jobb láb fáradtsága. Szerencsére a jobb lábam már hozzá van szokva, hogy a párja helyett is dolgozzon, mert a nyáron is a bal térdem volt elrepedve. Tovább kell mennem! És így tovább, egészen a célig..

A váltó elbeszélését a megelőző éjszakaival kell kezdenem, mert örökre emlékezetes marad. Számomra azért, mert előző este elfogyott a fájdalomcsillapítóm, és azon az éjszakán gyulladt be a sebem. Vajda Géza számára pedig azért, mert ő volt a szobatársam. Most is szégyellem, hogy a csapat egyik tagját nem hagytam aludni a váltó előtti napon. Aztán beborogtunk a lábam és megígértem, hogy csendben maradok. Végül eljött a reggel és az orvos is, megkaptam a gyógyszert. Mikor az orvos látta, hogy mennyire szeretném, azt is megengedte, hogy kimenjek a versenyre, azzal a feltétellel, hogy ő viszi ki a kocsiján. Ugy is lett, szerencsésen kiértünk, a kocsiban csak egyszer lettem rosszul. A célnál rögtön le akart fekütni a vöröskeresztes sátorba, de onnan semmit se lehetett volna látni, így lementem a sajtópáholyba és onnan néztem végig a versenyt. Igyekeztem jó képet vágni, nehogy a többieket még az én bajom is foglalokzassa. Tudom nem sok segítség ahhoz képest, amit két éve Csehszlovákiában Bozán Gyuri tett a váltóért. Miután kihirdették az összeállítást, és ő kimaradt a



csapatból, az is érthető lett volna, ha szomorúan visszahúzódik. De ő közöttünk maradt, és igyekezett elhíttetni velünk, hogy képesek vagyunk jó eredmény elérésére. Kinevettük, de megjött az önbizalmunk. Aztán másnap is mindig ott láttam, ahol a legnagyobb szükség volt rá, egészen addig, míg az ünneplés el nem kezdődött. Akkor eltűnt. Milyen kár, hogy nem öt bronzérmeket adtak az eredményhirdetésekor, mert neki járt volna az ötödik! És milyen kár, hogy olyan könnyen felejtünk! Ezért is irtam most a dániai világbajnokság után erről a két éves történetről.

Hegedűs András

**WM 1974  
Danmark**

**Sept.  
19-22**

V. Tájékoztató Futó Világbajnokság  
Dánia, Viborg környéke 1974. szeptember 20-22.

A magyar küldöttség összetétele:

Slezák István csapatvezető  
Deseő László edző  
Cser Borbála  
Hegedűs Ágnes  
Monzspart Sarolta  
Boros Zoltán  
Hegedűs András  
Hegedűs Zoltán  
Sötér János  
Vajda Géza versenyzők

Az elért eredmények szakmai értékelése

a./ A felkészülés két éve az előző világbajnokság után kezdődött új edzővel, új válogatási rendszerrel, de jórészt a régi válogatott kerettel. A felkészülés negatívumai közé sorolható, hogy nem sikerült kiküszöbölni a válogatottban (elsősorban női vonalon) a személyes ellentéteket, ami közvetve kihatott a munkára is. A két éves időszakban - a korábbi tapasztalatok alapján - nagyobb mértékben emelkedett a kimondottan futófelkészülés és ennek eredményeként a csapat tagjai fizikailag képességükhöz mérten a legjobb formában voltak. A felkészülési időszakban nem váltak be a fiatalok sem fizikailag, sem technikailag. Problémaként - a feltételek terén - jelentkezett a sportág régi gondja: az edzésekre való kiutazás, a gépkocsi.

Nem sikerült a világbajnokság előtti két hónapban biztosítani a legjobbakkal való találkozást, még a csehszlovákokkal sem, holott a kezdeményezés a szövetség részéről megindult.

Mindenek ellenére a felkészülés biztosította a minden eddiginél szervezettebb, intenzívebb munkavégzést, lényegesen közelebb hozta egymáshoz a legjobbakat és egészséges rivalizálást hozott a válogatottba. Javultak a versenyzők képességei, szembetűnően megnövekedett a versenybiztonság. Ezzel párhuzamosan azonban a válogatott keret legjobbjai és a közvetlen utánpótlás közötti szakadék elmélyült.

b./ A világbajnokság versenyei, terepei ismét rendkívül nehezek voltak, lényegesen nehezebbek az (hivatalos) edzőtáborban bemutatott terepeknél. Ennek következtében azok a nemzetek, akik otthon rendszeresen nehezebb körülményű versenyeken vesznek részt, jobban tudtak megbirkózni a VB pályával is. A fizikailag jól felkészült magyar csapatnak csak nagyon kevés tagja tudta eltalálni a szükséges tempót. Volt, aki túl gyorsan, volt aki túl lassan kezdett, s ez az eredményben is tükröződött. Hegedűs Ágnes és Vajda Géza jól taktikáztak: a többi versenyző, főként a váltóban, kisebb-nagyobb hibákat is vétett. A gyengébb eredményeket szinte kizárólag lélektani problémák okozták, s főként igaz ez Monzspart Sarotánál. Az ő korábbi autóbalesete csak önbizalomhiányban és nagyfokú idegességben jelentkezett, s eredményezte a számára rendkívül gyenge szereplést. Nagyon rossz hatással volt az egész csapatra a nők közötti személyes ellentét. Ez azonban az eredményekre - lévén egyéni sport még a váltó is - közvetlen befolyással nem volt. A világbajnokság technikailag sajátos követelményeket támasztott a terep és térkép rendkívüli részleteségével.

A nemzetközi erőviszonyok lényegesen nem változtak. Svédország három aranyérmeket szerzett: Norvégiával és Finnországgal együtt ez a hármas még mindig vezet és egyuttal diktálja a fejlődést is. Svájc és Csehszlovákia a hazai versenyek színvonalának eredményes növelésével elérték azt, hogy már Skandináviában is jó eredményekre képesek. Mindkét országban széles élmezőny van, fokozottabb intenzitású a legjobbak küzdelme, habár kiemelkedő eredményekkel rendelkező versenyzőjük - mint nálunk Monzspart - nincs.

Dánia kétségtelenül élvezte a hazai pálya előnyét, mégis a női világbajnok Nörgardon kívül figyelemreméltó eredményt, sikert nem értek el. A magyar válogatott mögött is tömörödik a mezőny: elsősorban a sportágra nagy erőket koncentráló Bulgária és a jelentős futóhagyó-

mányokkal rendelkező Nagy-Britannia előrelépése várható a következő világbajnokságon, amelynek rendezője is ez utóbbi ország. A világbajnokságon 16 ország vett részt 3 földrész képviselőjében.

Egyénileg a mezőnyből kimagaslott a két győztes a svéd Frilén és a dán Nörgard. Mögöttük szinte kizárólag fiatalok végeztek és az őrsgváltás láthatóan bevált. A korábbi világbajnokok közül nem csak Monszpart, hanem régi ellenfele a norvég Ingrid Hadler, valamint honfitársa Stig Berge szerepelt igen gyengén. Külön ki kell emelni Csehszlovákia jó szereplését. Két éve hazai pályáikon mögöttünk végeztek, most azonban mindkét nemnél jobbak voltak. Éppen ezért e szomszédos országgal versenygésnek növekvő szerepet kell játszani a jövőben.

Általában a külföldiek, az élmezőnynek eredményességénél a korábbi években megállapított tényezőknél újabbat, vagy újszerű felkészülési módokat, versenyzési stílusokat tapasztalni nem lehetett.

Tájfutó világbajnokságok '74

Rendezési és egyéb körülmények; utazás.

Az utazás Budapest - Berlin között repülővel, a többi szakaszon vonattal történt. Probléma nem merült fel.

A csapat elhelyezése és ellátása általában megfelelő volt;

jellegében puritán. Étkezés: tipukusan skandináv, habár igyekeztek a közép-európai igényeket is kielégíteni, kevés sikerrel.

A versenyek lebonyolítása, szervezése jó és pontos volt, részleteiben azonban a dánok szokásos kevésbé feszes, önkényes megoldásai érvényesültek. Az egyéb programoknál nagyfokú önállóságra volt szükség (csapatvezetők tájékoztatása, utazás stb.) s ez meghaladta a kapitalista országokban megszokottakat. A szervezésben - a korábbi világbajnokságokhoz hasonlóan - a hadsereg vállalta a munka orszlánrészét.

Mindent egybevetve a körülmények tekintetében a világbajnokság nem érte el sem az NDK, sem csehszlovákiai VB-szintet.

A világbajnokság technikai és egyéb feltételei azonban a magyar csapat szereplését nem befolyásolták.





Jelentés az V. tájékozdási VB zsúri-jében folyt munkáról.

1974. szeptember 18-22 között összesen 2 csapatvezetői megbeszélésen vettünk részt és 5 zsúri megbeszélés volt. Az egyéni versenyeken és a váltón az előzetesen megállapított munkamegosztás szerint dolgoztunk.

A zsúri munkája részben a rendezőség által tervezett, inkább technikai jellegű, szabályzatban nem rögzített eljárások megvitatása és jóváhagyása volt. (Bélyegzési sorrend, rajtszám elvesztés, váltó módjának tisztázása). Ismertetésre került egy bulgár női versenyző cseréje és Kanada írásbeli véleménye, miszerint a bélyegző elvesztése a lyukasztás javára - visszalépés!

Négy zsúrimegbeszélés a váltó pontmegnevezésének módja miatt volt. A kérdésben a dán rendezőség a szabályzat betűjéhez való ragaszkodásával gyakorlatilag kész tények elé állított mindenkit és ettől csak kis mértékben voltak hajlandók eltérni. (A pontmegnevezéseket időben kiadták fordításra, azonban a váltó szakaszonkénti pontok kódját és megnevezését dán, német és angol nyelven az egyes térképek hátlapjára ráragasztották, majd az egészet plasztik tasakba forrasztották. Így akinek más anyanyelve volt, a verseny alatt volt kénytelen a 46 db pontból kiválogatni a neki szükséges megnevezést.) Végül a rendezőség hajlandó volt felbontani a tasakot, de csak a dán szöveget ragasztották le.

A zsúri idevonatkozó végső döntése szavazással 2:2 volt, és a technikai delegált a dán rendezőség javaslatát támogatta. (NDK, magyar; dán, angol+norvég). Egyébként az anyanyelvi megadást a finnek, magyarok, bulgárok, belgák, francia és svédek kérték.

Döntés született arról is, hogy csonka csapat váltón nem indítható (1 fő francia). A váltó rajtja előtt kb. fél órával a rendezőség ennek ellenére mégis kiengedte a pályára a versenyzőt rajtszám nélkül, aki kb az 1.-2. futóval egy időben beérkezett. A versenyek folyamán mintegy 7 bélyegzőkarton ellenőrzésére volt szükség: óvás nem érkezett.

Jelentés az IOF Technikai Bizottságának viborgi üléséről, illetve munkájáról.

A bizottság négy munkacsoportban dolgozott, ezen kívül két kibővített ülést tartottak. Utóbbiakon csak részben tudtam jelen lenni, mert egy időben volt a zsúri és a csapatvezetői értekezlettel. A naptáregyeztető értekezleten ugyanilyen ok miatt nem tudtunk részt venni.

Személy szerint a versenyszabály munkacsoportban tevékenykedtem, ahol a júliusi svédországi ülésen megkezdett nemzetközi versenyszabályzatot beszéltük meg és öntöttük végleges formába. Ezt a tervezetet még ez év folyamán valamennyi tagország megkapja hozzászólásra, hogy már 1975-ben valamennyi IOF naptárban szereplő A és C versenyen teljes egészében megtartható legyen.

Egyéb döntések, javaslatok : (elnökség elé terjesztve):

- Az 1978-as VB-n a résztvevők létszáma változatlan, és az egyéni versenyeken selejtező-döntő rendszert vezetnek be. Indítási időköz minimum 2 perc. Pályahossz nőknél 50 perc és 1.00 óra, férfiaknál 1,05 és 1,35. A váltópályák hossza szakaszonként azonos.

- Az öt nap programjának alakulása: edzőverseny, selejtező, döntő, pihenőnap és váltó.
- Az 1979-es finnországi VB technikai delegáltja dr. Rolf Heinemann NDK.

- A si VB szabálytervét a kibővített bizottság is megtárgyalta és 1975-re elfogadásra javasolta.

- A világbajnokságok zsúrijeinek összetétele oly módon változzék meg, hogy az öt tagot öt különböző országból jelöljék ki és a rendező ország képviselője, valamint a technikai delegált csak tanácskozási joggal vehessen részt.

További döntések, munkák:

- A pontmegnevezések egységesítését - szöveges formában - másik munkacsoportban véggezték. Az elkészült anyagot megkaptam, véleményünket november 15-ig kell megadni, ezen a VB-n felmerült probléma az ügyet abba az irányba tolta el, hogy esetleg további jelrendszerrel - szóbeliség nélkül - kellene a pontokat megnevezni.

- Versenynaptár - költségek. Valamennyi naptárba felveendő versenyért fizetni kell (FISU VB, CISM, NORD bajnokság, nemzetek közötti versenyek). A költségek versenynaponként és nem eseményenként értendőek. Javasolt új versenyfélése a "C" verseny, részletezése a nemzetközi szabályzatban lesz, hozzászólásra is ott lesz lehetőség. Szó van arról is, hogy a jövőben ne csak három, hanem négy évre előre tervezzék a nemzetközi versenyeket.

Következő technikai bizottsági ülés a rendes tagok részére 1975 januárjában Svédországban lesz.

Hardicsay Mária

# V. VILÁGBAJNOKSÁG

Dánia, 1974. szeptember 20-22.

## Egyéni versenyek, férfiak:

Világbajnok: Frilén, Bernt (Svédország)	1:35:48
2. Fjærestad, Jan (N)	1:40:45
3. Weltzien, Eystein (N)	1:42:32
4. Nuuros, Risto (F)	1:43:00
5. Johansson, Arne (S)	1:43:27
6. Jacobson, Svein (N)	1:43:36
7. Hulliger, Dieter (CH)	1:43:37
8. Persson, Stefan (S)	1:44:05
9. Lövhammer, Henrik (S)	1:44:14
Formo, Ivar (N)	
11. Wolf, Dieter (CH)	1:44:55
12. Knuuttila, Hannele (SF)	1:46:27
13. John, Karl (CH)	1:47:24
14. Vali-Klemela, Seppo (SF)	1:47:34
15. Berge, Stig (N)	1:48:09
16. Salminen, Markku (SF)	1:48:20
17. Boruvka, Josef (CS)	1:48:32
18. Vajda Géza	1:49:19
27. Boros Zoltán	1:55:09
29. Hegedüs András	1:56:43
40. Sötér János	2:03:38
43. Hegedüs Zoltán	2:07:14

## Nők

Világbajnok: Nørgaard, Mona (Dánia)	1:03:43
2. Cullman, Kristin (S)	1:06:37
3. Borgenström, Outi (SF)	1:09:11
4. Verde, Linda (N)	1:09:50
5. Vlachova, Renata (CS)	1:10:56
6. Veijalainen, Liisa (SF)	1:11:20
7. Andersson, Monica (S)	1:11:52
8. Bøgevig, Vibeke (DK)	1:12:10
9. Deutsch, Annelies (CH)	1:12:34
10. Thelander, Inger (S)	1:13:42
11. Baumberger, Ruth (CH)	1:13:49
12. Handzlova, Anna (CS)	1:14:55
13. Jensen, Wenche (N)	1:15:25
14. Cser Borbála	1:15:35
15. Monspart Sarolta	1:15:59
29. Horváth Magda	1:29:13
33. Hegedüs Ágnes	1:31:54

## Váltó versenyek, férfiak:

Világbajnok: Svédország (Pettersson, Rolf - Ohlund, Gunnar - Johansson, Arne Frilén, Bernt)	4:48:27
2. Finnország (Makirinta, Salminen, Nuuros, Vali-Klemela)	5:05:26
3. Norvégia (Jacobsen, Fjærestad, Formo, Weltzien)	5:08:58
4. Svájc	5:09:02
5. Csehszlovákia	5:27:43
6. Magyarország (Boros, Sötér, Hegedüs Z., Vajda)	5:31:28
7. Dánia	5:47:32
8. Anglia	6:00:40
9. Ausztrália	6:30:57
10. NSZK	6:43:20
11. Kanada	6:46:06
12. Ausztria	6:48:59
13. Bulgária	
14. USA	
15. Belgium	nem értékelhető

## Nők

Világbajnok: Svédország (Larsson, Birgitta - Andersson, Monica - Cullman, Kristin)	2:51:36
2. Norvégia (Danielsen, Hadler, Verde)	2:51:48
3. Csehszlovákia (Prochazkova, Handzlova, Vlachova)	3:01:05
4. Svájc	3:01:25
5. Finnország	3:09:45
6. Dánia	3:09:47
7. Anglia	3:16:46
8. Magyarország (Cser, Horváth, Monspart)	3:20:16
9. Bulgária	3:22:54
10. Belgium	4:04:30
11. NSZK	4:19:54
12. Ausztrália	4:22:02
13. Ausztria	4:41:28
14. Kanada	5:35:25



Hegedűs Zoltán

## Ceruzajegyzetek

- Szerinted miért csak északiak vannak a VB férfi mezőny 1-15. helyezettei között? Hol vannak a magyarok?
- Meggyőződésem, hogy bármelyik magyar fiatal bekerülhetne a nemzetközi élvonalba megfelelő munkával.
- Több dolog szól ez ellen!
- Halljuk!
- Az északiak jobban futnak.
- Igen, mert a fenyveserdő talaján eredményesebben lehet edzeni, de a mai magyar élvonalbeli atléták teljesítménye jobb, vagy legalább olyan jó, mint amit ők produkálnak. Azt a szintet kell elérni!
- Az erdőben nem atlétikai verseny folyik.
- Ez így van, de a tájfutó edzők és versenyzők feladata az atlétikus módszerek, a dombfutások és az erdei talajon végzett futások - felhasználásával megfelelő fizikai edzés módszereket kidolgozni.
- A srác megtanul jól futni, aztán nagy iramban nagyokat kever. Az addig "egyszerűnek tűnő tájékozódás" egyszerre nehéz lesz.
- Fokozatosan a futóirammal kell növelni a tájékozódás sebességét is. Erre jók az edzőversenyek.
- Mégis azt mondom könnyű nekik: mindig jó térképekkel, színvonalas és korrekt pályákon futhatnak a versenyeken.
- Addig is amíg a mi pályáink és térképeink többségükben elérik azt a színvonalat, min-

den versenyző végezhet fizikai edzéseken, kimeríthetetlenül sokféle változatban különböző technikai feladatokat.

- Micsoda munka ezeket megtervezni és megcsinálni!
- Egy verseny után gondolkozz el, milyen feladatokat végeztél futás közben. Biztos vagyok benne hamar kitalálsz ezekhez többféle gyakorlatot is. Két versenyző megcsinálhat egymásnak néhány perc alatt komolyabb feladatot is.
- És ha valaki jól tudja ezeket a sérelmeket, már jó versenyző? Nem hiszem ....
- Én sem. Ezeket jó érzékkel kell alkalmazni versenyeken: részlempyakorlás - edzőverseny - verseny, ez a technika felépülése. Ilyen szempontból edzőversenynek tekinthetünk egyes kupaversenyeket is a felkészülés folyamán. Tervezéskor mindig a tétverseny követelményeiből kell kiindulni és azt lebonítani fizikai és technikai téren is. Szerintem az északiak nem tehetségesebbek tőlünk.
- Nálunk is van sok tehetséges fiatal, de elkallódnak.
- A tehetség önmagában nem elég - edzés nélkül nincs eredmény. És még ennél is többet kell tenni: sportszerű életmód; ami nem csak abból áll, hogy az ember nem issza le magát a sárga földig, hanem az élet minden percében arra gondol, sportember: nem vág be fél görögdinnyét edzés előtt egy órával, verseny előtti nap nem megy barátjaival kerékpárturára, de még azt is itt említeném, hogy nem visz lyukas cipőt edzésre mert abban nem lehet futni rendesen
- Gondolod, hogy ezeket a gondolatokat figyelembe veszi majd valaki felkészülésében?
- Két év múlva, Angliában majd kiderül ....



Japán kabala

Hegedűs András

## Angliáról

6. Tájékoztató Futó Világbajnokság  
Nagy-Britanni, 1976. szeptember

### A Szervező Bizottság

elnök	John Disley
főtitkár	Sue Harvey
gazdasági ügynök	Terry Dooris
erdőterületek egyeztetője	Chris Brasher
lehetőségek egyeztetője (?)	Bob Climie
versenyek színhelyének egyeztetője	Lol Clarke
térkép-felelős	Robin Harvey



A Brit Tájékoztató Futó Szövetség  
(BOF) rövid története

1962-ben Baron Rak Lagerfelt átvitt Svédországból Skóciába. Ugy találta, hogy itt a körülmények alkalmasak tájékoztató futó versenyek rendezésére, és egy éven belül megtartották az első skót bajnokságot a Skót Testnevelési Tanács segítségével. A verseny utáni gyűlésen megalakult a Skót Tájékoztató Futó Szövetség.



## Sportvilág

Az I. Sitájékoztató Futó Világbajnokságra 1975. február 26-28 között kerül sor Finnországban. A versenyeket Helsinkitől 70 km-re északra, Hyvinkaa környékén rendezik, tipikus finn terepen - sivel nehezen áthatolható erdő, sok rét, helyenként sűrű uthálózat. A rendezők a pályák minden lehetséges utvonálára nyomot fektetnek. Térképek méretaránya: 1:40000, 10 méteres szintvonalakkal (helyenként 5 m-es segédszintvonalak.)

Pályaadatok, egyéni verseny: férfiak 22,9 km, nők 13,7 km. Váltó, férfiak: 19, 6-21, 2-21, 7-21, 8 km, nők 11, 4-9, 6-9, 6 km.

Január 19-26. és február 16-23. között edzőtáborozási lehetőséget biztosítanak.

Következő évben 1963-ban egy lelkes angol hegymászó és futóatléta, Gerry Charnley rábeszélte atléta klubját, hogy vegyenek részt a második skót futó bajnokságon, és meglepő módon megnyerték a csapatbajnokságot. Ugy megtetszett nekik az új sportág, hogy ahogy hazatértek pár héten belül versenyt rendeztek Lancashireben, és nemsokára úgy megnőtt a tájékoztató futás érdeklődők száma, hogy megalakult az első angol tájékoztató futó klub, a "Pendle Forest Orienteers".

Ebben az időben, 1964-ben John Disley, aki a Helsinki Olimpián bronzérmert nyert a 3000 méteres akadályfutásban, London környékén is kezdte elterjeszteni a sportot, miután már 10 évvel korábban Svédországban megismerkedett a sportággal.

1965-ben két angol klub a "Souther Navigators" és a "South Ribble" rivalizálása egy emlékeztető versenyt eredményezett Surreyben. A találkozót követően alakult meg az Angol Tájékoztató Futó Szövetség.

Az angol és skót szövetség elhatározta, hogy egyesül és 1967-ben megalakult a Brit Tájékoztató Futó Szövetség, mely 12 autonóm területi szövetségből áll, mindegyik képviselve van a Szövetség Tanácsában.

Nagy-Britannia 1968-ban vett részt először Világbajnokságon, Finnországban és egy angol csapattal képviseltette magát.

A szövetség folyóirata, az "Orienteer" fokozatosan jutott el a 2000-es példányszámig, és a világ számos országába eljut.

Az első speciális tájékoztató futó térképet 1968-ban adták ki. 4 év múlva már szinte valamennyi versenyen speciális térképet használtak. A szövetségnek 1972 óta van főállású vezetője. 1974-ben vezették be az edzők minősítését, Nagy-Britanni tájékoztató futó sportjának érdekében.

Hetedszer került sor Kanadában a tájékoztató futó bajnokságra. A nemzetközi jellegű versenyt október 12-13-án Morin Heights környékén rendezte meg a Viking Ski Klub. A bajnokságot a svéd Ericson nyerte a norvég Hagenrno előtt. A legjobb kanadai Gordon Hunter harmadik lett.



Dr. Nagy Árpád

## Így történt

Barátság Kupa Riga 1974. július 26-29.

Gondolni sem mertem volna, hogy két 60 órás utazás közé szorított egy hétben ennyi élményben lehet részünk, és hogy lépten-nyomon csodálkoznunk kell.

Mindjárt az állomáson kezdődött, rigai megérkezésünkkor: virágcsokrokkal felszerelt fogadóbizottság, akik őszinte barátként köszöntötték 11 fős csoportunkat. Erre a napra jutott még egy meglepetés: szállásunk Riga legelőkelőbb I. osztályú szállodájában, kétágyas fürdőszobás szobákban: étkezésünk ugyanitt minden igényt kielégítően.

A második napon már ismerkedés Riga nevezettségével. A hangulatos történelmi várost keresztülszelő Dangara folyón szárnyashajóval kirándulás a tengerre. Este készülődés kissé szorongó érzéssel a másnapi terepbemutatóra. A technikai értekezlet után már többet tudtam. Ellenfeleink Bulgáriából Covoc, NDK-ból Erhert, Szovjetunióból Vilminszk és Riga város 10 fős válogatottja. Valamennyi résztvevő 3-3 fő fiút és lányt az 57-58-as korosztályból, még 2-2 főt az 59-60-as korosztályból indíthat. A térkép után érdeklődtem. Fekete-fehér fotózott, mert a nyomda nem tudja az apró részleteket kihozni. Pontmegnevezés nincs, helyette a bélyegző rublikában apró rajz jelöli a pontos helyét a bójának. A méretarány skandináv mintára 1:16666. A fekete-fehér térkép természetesen néhány speciális térképhelet tartalmazott.

Terepbemutató: mint a "nagyoknak". A terep: mintha egy gonosz óriás homokozott volna, hátrahagyva sok-sok apró egyforma bukát, majd, hogy hangulatosabb legyen a táj, teleszórtta apró fenyőkkel, de valaki megzavarhatta kedvtelésében mert utat, ösvényt csak mutatóban hagyott. Egyszerűen olyat kaptunk, amire nem számítottunk, nem készülhettünk. Talán Bugacon lehet ehhez hasonló (Tázlár-Honvéd Kupa). A pontok elhelyezése korrekt, de korántsem serdülőknek való. Kétkedésem a térképpel kapcsolatban szertefoszlott: mert pontosan ábrázolta az ezernyi homokdombot, futathóság jól felismerhető volt, speciális jelek alapján. Olvashatósága jó-jó, de össz-egészében nagyon szokatlan. A csapat legjobbjai is ügyetlenül tébláboltak egy-egy átmenetben. Még egy nyilatkozat a helyi újságoknak, közben az utolsó is elrajtoltak. Izgatottan vártuk a rádiós pontoknál a híreket. Ahogy várható volt minden kategóriában döntő fölénytel nyertek a szovjet versenyzők.

Külön versenyt vívtunk a németekkel és bulgárokkal, a "legjobb külföldi csapat" címért. Az egyéni ez nekünk sikerült. Egy pihenőnap beiktatása után következett a váltó. Célkitűzés ismerve a szovjetek felkészültségét, fiuknál mindkét csapattal a 3. helyen végezni. A lányoknál a kitűnően futó Molnár Mária 3. helyre hozta fel a váltót és Kármán Kati már nem tudta eladni. A fiuknál ragyogóan sikerült a start. Aros László remek futással hozta be a váltót második helyre. Második futónk Lakatos primitív hibákat követett el, így elszálltak reményeink, amelyen Csepány jó futása sem tudott segíteni. Nyomozni kezdtem a szovjet sikerek titkainak felkutatására. R kellett jönnöm semmi titok, csoda nincs benne. Rigában a Pionir Dom minden tanév kezdetével 100-150 fiatallal kezd el foglalkozni. Függetlenített edzője van. Az edzőnek az oktatáshoz külön tantermei, oktatófilmjei vannak (magam láttam 3 db 15 perceset). A tájékoztatósi futók ren-



delkezésére áll egy busz és külön edzőtábor. Hamarosan számolni kell a szovjet tájékoztatósi futókkal a nemzetközi összecsapásokon...

Mivel zárjam? Szeretnék az elkövetkezendő években egyre többet csodálkozni a magyar versenyek szervezésén, térképein és a magyar utánpótlás - nevelés sikerein is!

### Egyéni eredmények

N 17 A

1. Jansone Andra	(Riga)	43.29
2. Plepe Aija	(Riga)	50.56
3. Karvele Dace	(Riga)	54.25
7. Kármán Katalin	Eger	82.01
9. Molnár Mária	"	92.04

Farkas Zsuzsa feladta

F 17 A

1. Plotnieka Maris	(Riga)	47.26
2. Pirkine Andis	"	48.29
3. Dienines Algirdas	Vilnius	48.39
6. Csepány László	Eger	64.27
12. Lakatos László	"	129.36
14. Tusza Ferenc	"	134.38

### Váltó eredmények

N 17 A

1. Riga
2. Vilnius
3. Eger (Körömi, Molnár, Kármán)
4. Lovoc
5. Erfurt

F 17 A

1. Riga
2. Vilnius
3. Lovoc
4. Erfurt
5. Eger

Kovács Attila

## Szabályos szokások

Debrecen városa és a bulgáriai Sumen között testvérvárosi kapcsolatok épültek ki néhány éve, melyek a sportra is kiterjedtek.

Először 1972-ben hívta meg a sumeni tájékoztató futó szövetség Debrecen város válogatottját nemzetközi jubileumi váltóversenyre, melyet abból az alkalomból rendeztek, hogy Sumenben 70 éves multat tudott maga mögött a szervezett turizmus. A nehézségek leküzdése után lehetővé vált a kiutazás. Egy női és egy férfi váltó alkotta a csapatot, valamennyien a DEAC sportolói; mivel a városban - de a megyében sem - más felnőtt versenyzőkkel működő szakosztály nincs. Eszéni Olga, Harmati Irén, Palatinszky Anna, Kovács Attila, Marina György és Szabados Mátyás igen kedves, vendégszerető fogadtatásban részesült, nagyszerű emberekkel, sporttársakkal ismerkedtek meg, értékes tapasztalatokat szereztek.

Am Debrecen a következő évben nem tudta biztosítani a sumeniek visszahívását. S bár eljöttek és részt vettek a megyei szövetség nemzetközi versenyén, az Alföld Kupán de a saját kontójukra s közel sem olyan körülmények között, mint amilyent annak idején ők nyújtottak. Így 1973-ban - bár a sumeniek mindezek ellenére küldtek meghívást - debreceniek nélkül zajlott a verseny.

Idén csak férficsapat kiutazását engedélyezték - saját költségen: Szabados Mátyás, Szabó László és Kovács Attila fárasztó utazás után érkeztek Sumenbe, ahol szívélyes fogadtatás után: az első nap városnézéssel, rövid gyalogtúrával telt az idő. Este a csapatvezetőkkel ismertették a versennyel kapcsolatos tudnivalókat.

A Sumeni Vár Kupát azon alkalomból alapították, hogy 20 éve volt Sumenben az első tájékoztató futó verseny. A város tanácsa értékes tiszteletdíjakat ajánlott fel, melyek a főtér egy forgalmas kirakatában ki voltak állítva. Városszerte plakátok hirdették a viadalt, s több helyütt fényképek, táblák idézték az elmúlt 20 év alatt a sportágban történeteket. S ezek előtt mindig nézelődtek érdeklődők!

Az évforduló alkalmából a verseny rendezője a "Madarai Lovas Klub" füzetecskét jelentetett meg, mely ismertette a két évtized legfontosabb eseményeit, a fejlődés fő szakaszait, a lelkes dolgozó sportvezetőket, a legeredményesebb versenyzőket.

A viadalra a szocialista országokból meghívták testvérvárosaik válogatottjait, de csak a magyarok érkeztek meg. Rajthoz állt viszont a dániai VB-n szerepelt bolgár válogatott több tagja is, ami emelte a verseny rangját.

Az egyéni október 5-én, szombaton folyt. Az indulókat szállító autóbussz áthaladt az egykori cári főváros, Preszlav romjai között. Vízben szegény, kopár, kőves hegyek szegélyezték az utat, sűrűn bukkantak fel az erre gyakori igénytelen háziállatok, az öszvérek. Kis falvak, jellegzetes kup-cserép tetű házai között bő haggyogós, topános török asszonyok szorgoskodtak. Az idősebbek a busz közeledtére szemérmesen elrejtették barnára sült arcukat fehér kendőjük mögé. Preszlav után egy hegyesoroson áttörve víztükrös csillant: a hatalmas Ticsa víztároló még csak félig kész, 6 méter átmérőjű csővezetékét most fektetik Sumenig, de jótékony, a környék arculatát átalakító hatásáról már most is sok szó esett. A város jelenlegi sulyos vizgondjai is ezzel oldódnak meg.



A pálya a Balkán-hegység egy szép üdülőhelye, Varbica környékén volt kijelölve, Markán domborzatu, nagy szintkülönbségű terepen rövid 7300 méter hosszú, 9 ellenőrzőpontos pályán futottunk. A térkép 1972-es kiadása, 10 méteres szintvonalakkal. Erre utólag rányomtak néhány zöld foltot - mely mindent eltakarta, ami alatta volt - és egy-két utat, ösvényt. A részletszegény térkép csak a legnagyobb hegyeket, völgyeket és utakat jelölte. A pálya tájékoztatólag nem volt nehéz. Az eredmények elég szorosan alakultak. Az idő olyan nagyszerű volt, hogy a célban napozni lehetett.

A verseny után a debreceniek meglátogatták Kossuth Lajos sumeni lakhelyét, esete pedig megköszorították a főtéren álló Kossuth mellszobrot. Ezután rövid fogadás következett, melyen megjelentek a veterán sumeni bajnokok is.

A váltó a Sumen fölötti mézőkőfennsíkron zajlott, szintén elég gyenge minőségű térképen. Különösen az volt zavaró, hogy a rengeteg többörnek csak kis részét ábrázolta. Világbaajnokai rendszerű váltót akartak rendezni,



ez azonban úgy nézett ki, hogy a 17 férfi váltó valamennyi futójának hosszúságban azonos, de különböző pontokból álló pályája volt. Így tulajdonképpen a 3 fős váltók nem azonos pályát futottak, ami kétséggé tette az eredmény realitását.

Jó ötlet volt viszont, hogy egy váltó valamennyi embere egyforma rajtszámot kapott csak különböző színben. Így az első részleg futói zöld, a második kék, a harmadik futók pedig sárga rajtszámmal futottak. A versenyzőkartonokra a rajtszámmal egyező színű csik volt festve (nyomva) s ez kizárta a félreértés vagy távedés lehetőségét. Érdekes, hogy a váltópályák részlegenként hosszabbak voltak az egyéneknél ...

Az értékes tiszteletijakat a Sumen Városi Tanács elnöke nyújtotta át. Az összetett férfi-női kupát a VIF Szófia együttese nyerte.

#### Eredmények:

Férfiak: 7300 méter 9 pont, 78 induló

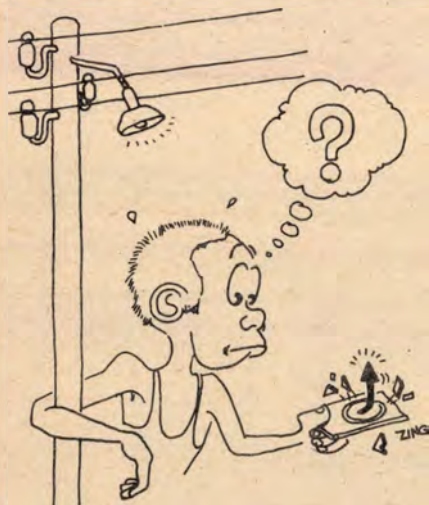
1. Kovács Attila	Debrecen	48:50
2. Nenov Iván	VIF Szófia	49:13
3. Rumen Sztancsev	Razgrad (vál.)	51:37
4. K. Dimiter	Rusze (vál.)	53:19
19. Hriszto Kazakov	VIF Szófia (vál.)	1:00:31
30. Szabó László	Debrecen	1:16:20

Szabados Máttyás rossz pontot fogott, így nem értékelhető.

#### Váltó:

1. VIF Szófia	3:02:33
2. Tirnovo	3:24:02
3. Vitosa Szófia	3:36:43
6. Debrecen	

Remélhetőleg a Hajdu-Bihar megyei sporthivatal illetékesei nem fogják "elfelejteni" a jövő évi költségvetésbe állítani a bulgár sportolók meghívásának fedezését.



## Tülevél

### BODAJKI ÉJSZAKA

Az 1974. évi Budapest és vidék éjszakai egyéni bajnokságot - együtt - bodajki KISZ-is-kola versenyzőközponttal rendezte meg a Fejér megyei Tájékoztató Futó Szövetség, az MTFSZ megbízásából.

Egész heti tartós esőzés után, szárazon érkezett meg a mezőny a versenyzőközpontba. Elfoglaltuk a kényelmes szállásokat; helyszíni sorsolás; ünnepélyes megnyitó hangosítással -, ezzel együtt megeredt a szemerkélő eső, amely a versenyen végig kitartott.



A rajt felé vezető szalagozásról észleltük a gyűjtőpontot, világított, (és a többi pont is egyenletesen, a verseny végéig).

A rajtolás pontosan folyt, - de lehetett volna valamivel korábban is. A térképet tasakolva kaptuk, ez sok gondot okozott a későbbiekben. A pályák éjszakai bajnoki versenynek megfelelőek, jók, - bár száraz időben rövidek lettek volna. A térképen meglátszott, hogy 1972-ben javították. A futhatósággal - a bejavítások ellenére is - voltak problémák, (pl. budapesti 1. pont körül). Volt olyan pont, pl. a "B" jelű határkaró, amely környezete bizony, éjszakára kívánivalókat hagy maga után.

Nagy meglepetések nem születtek, talán csak Klimsteintől várhattunk volna jobb eredményt.

Elég gyors értékelés, majd eredményhirdetés után éjfélre a mezőny nagy százaléka ágyban pihenhetett.

Most egy-két gondolat arról, ami kellemtelen volt.

- A nevezési díj 50. - Ft., ebből 30-35 Ft. reális, de a többi ...?!
- Miért kellett szállítást fizetni, ha a járatibuszon a viteldíjat szintén kénytelenek voltunk kifizetni, reggel pedig gyalogolhattunk az állomásig?!
- A versenyzőket akkor várták a rendezők - papír szerint 16-18 óra között -, amikor Székesfehérvár felől, ahonnan a versenyzők 85 %-a érkezik, nem jön vonat, csak előtte, és utána?!

Utólag végiggondolva a versenyt, egy közepes színvonalú verseny emléke maradt bennem az éjszakai Vidék és Budapest Bajnokság után.

Zsigmond Tibor

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
1	A	I	T	f	E	á	R	é	v	K	á	E'	m	P	á	A	P
2	ö	Z	ó	v	ö	s	k	i	E	g	é	é	p	E	t	ó	T
3	S	ö	R	c	t	E	g	ó	A	d	L	á	v	i	s	t	Z
4	u	k	u	p	s	á	m	t	d	i	a	c	N	t	ó	D	n
5	R	é	A	e	t	J	u	a	T	é	k	A	é	v	u	b	A
6	é	k	A	r	i	M	a	ó	I	k	a	L	s	i	E	e	a
7	G	y	I	E	p	p	s	m	E	e	t	S	m	a	S	ü	k
8	e	y	M	i	t	i	t	A	k	t	M	o	e	i	n	s	T
9	E	p	a	L	f	e	E	t	b	T	e	e	E	e	i	R	b
10	e	b	s	a	z	E	s	a	T	e	ú	L	t	a	E	n	G

A rejtvény megfejtésénél a beirt két betű közül az egyiket vízszintesen, a másodikat függőlegesen kell figyelembe venni. A meghatározásokat soronként, illetve oszloponként adjuk, az egyes szavak hosszát nem jelöljük. Az üres négyzetekbe egy-egy beű irandó. Ezeket a betűket összeolvasva Karinthy Ferenc egy szép gondolatát kapjuk a térképről.

**VIZSZINTES:** 1. Női énekhang - Oldalvált - A torta tölteléke - Franciá - szonénekesnő. 2. Rémmel dolgozó művész - Parázstól lyuk lesz rajta - Földre pottyant - Erre a legkellemebb futni. 3. A vaddisznó bőrét borítja - Régi francia - Cipel - Itt van, lásd 4. Domborzati elem - Kis szék - Pozitív elektród - Fénycsöbe való gáz. 5. Madridi labdarúgócsapat - Női név - Esztendő - Van Dyck kedvenc színe. 6. Nem menekül a ... közül - Faszor - Nem túl közeli rokon - A szobába. 7. Pázsit - Kipasz hegyoldalakon kellemetlen tud lenni - Nagy madár - Ruhaanyag. 8. Szóba hoz - Pattanásféle - Figyelmeztet - Tavágáson gyakori - 9. Egészséges - Farmer-

márka - Attila régi alakja - A Vigzinház fiatal művésze. 10. Okos - Főlöleslegesen sok van belőle - Cyrano a végén dől!

**FÜGGŐLEGES:** 1. Kézimunkaféle - Más. 2. Futballcsapat - El lehet alatta aludni. 3. Gimnasztika - Az arab dlmon Rajtónél. 4. A logarléc beceneve - Az antik művészet emlékeit utánzó stílus. 5. Elemőzsia - A tenyér vonalainak szakértője - Gyakran szolgál verseny után frissítőnek. 6. Régi úrmérték - Reggel készült - Elfogták a királyt. 7. Ijedt - Szerette volna megkapni. 8. Ovja - Kezéhez ragaszt. 9. Káposztaféle - Mai olasz író. 10. Mondatrész - Zola keresztneve. 11. Falat emel - Magára ..., ő tehet róla. 12. Francia város, az első világháborúban a legsúlyosabb harcok közponja volt. - Tüzérség. 13. Oszlop - Egy szó Hamlet nagy kérdéséből. 14. Keresztül - lépdél - Marx nagy műve. 15. Newton fejére hullott gyümölcs - Asszony, régi szóval. 16. Hamu - Diszes.

Mérő László

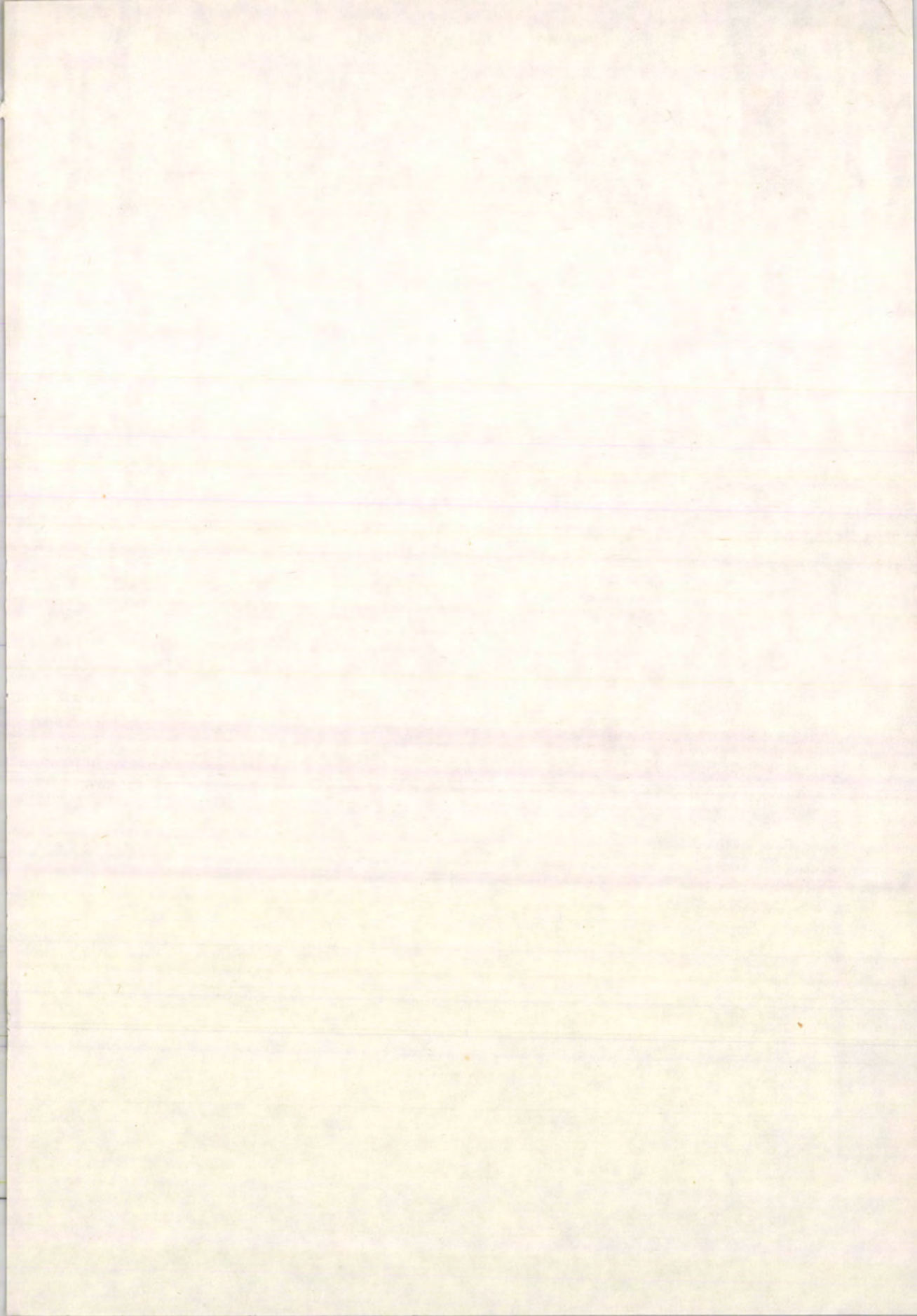
## TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szakszerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest, VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614 - Kiadja a Sportpropaganda Vállalat (1143 Budapest, Dózsa Gy. u. 3.) Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahivatalnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál (KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 11) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámmal. Egyes szám ára: 3. - Ft. Előfizetési ár egy évre: 30. - Ft. (megjelenik havonta). Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály, 1051 Budapest, Bajcsy-Zsilinszky ut 38.

Indexszám: 25827

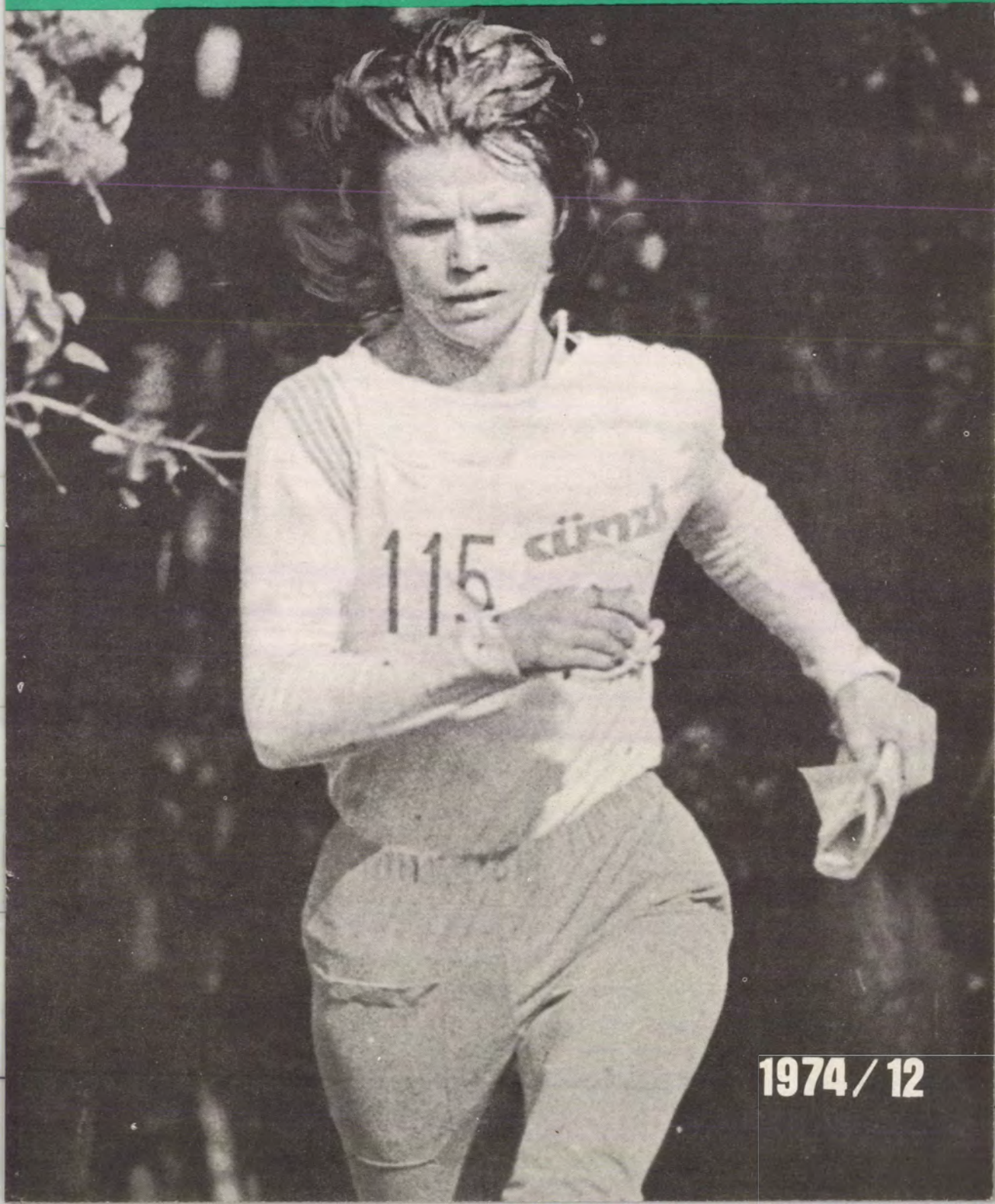
TZ 75002



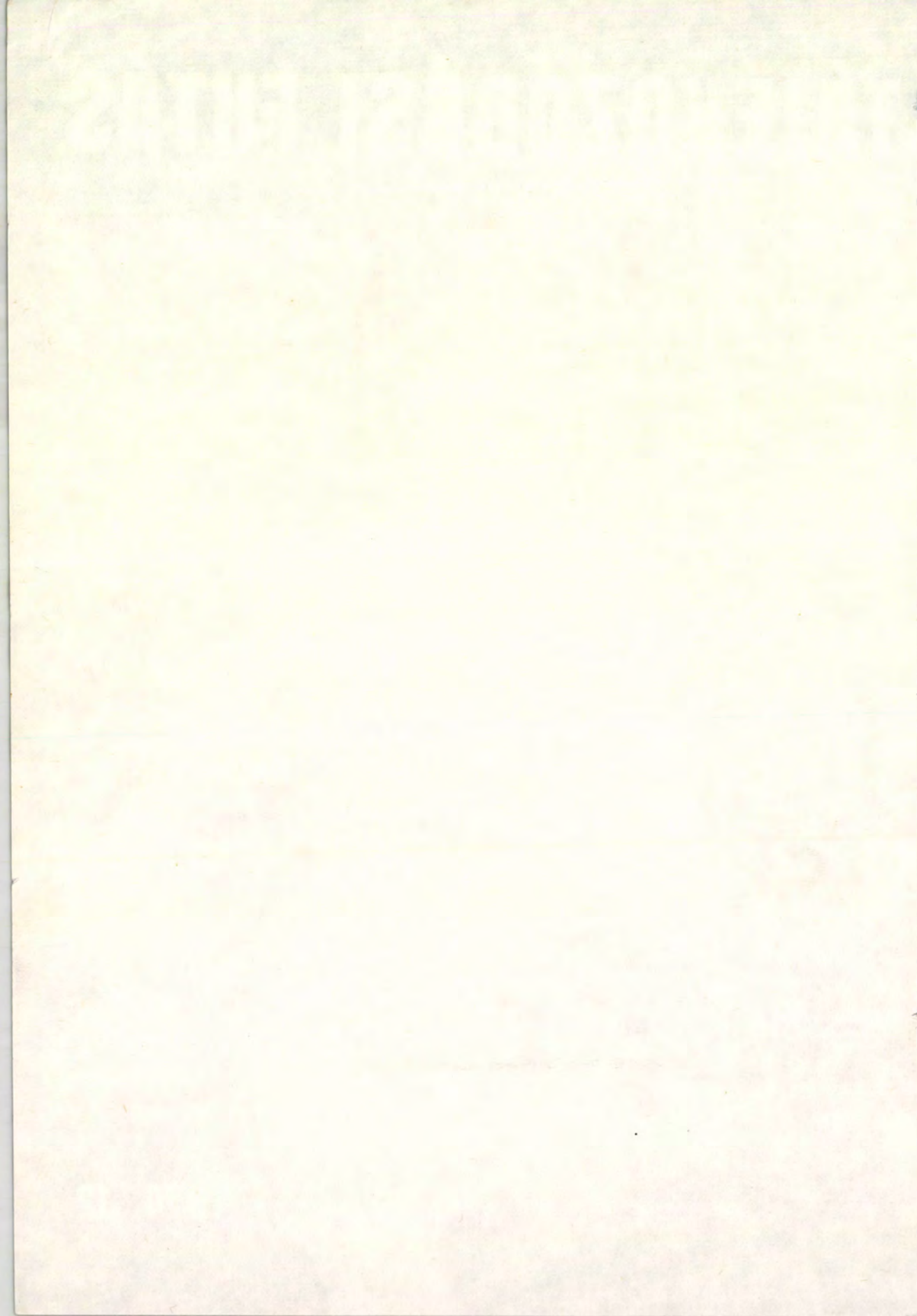
Ára: 3. - 11



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS



1974 / 12



# TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS

V. ÉVF. A MAGYAR TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÓ SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA 12. SZÁM

Év vége, új év kezdete a megszokottnál több munkát ad a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS szerkesztőségéhez címzett küldemények kézbesítőjének. A szokásos jókívánságok — melyeket többen megtoldanak néhány kritikus szóval — mellett most a vártnál nagyobb port kavart "TÁJFUTÁS" vagy "TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS" vita és a továbbra is késedelmes megjelenésünk készítette sűrű tolforgatásra kedves levelezőinket.

Itt köszönjük meg a Szövetségnek és Szerkesztőségünknek küldött új évi jókívánságokat!

A nyelvújítással kapcsolatban írt vélemények közül ebben a számunkban egy szegedi sporttársunk humoros leveléből közlünk részleteket, majd a következőben egy hasonlóan kedélyes hangnemben megfogalmazott fejtegetésnek adunk helyet. Anélkül, hogy a szerkesztőség álláspontját ismételtnék; e rövidített kifejezés nem a rosszindulat vagy nyomdafestékkal való takarékoskodás szülötte. A köznyelv alkotta: a tájékozdási futók formálták; s a nyelvszakértői elemzés ad bátorítást széleskörű használatához.

Felháborodott levélben közli egyik kedves Olvasó, ha az ujság továbbra is kiszámíthatatlanul késik nem fizet elő, sőt másokat is lebeszél e meggondolatlan lépésről...

A korábban ezen a helyen megjelent sorainkat ismételve; szerkesztőségünk minden igyekezettel azon van hogy rendszeresen, havonta jelenjen meg a lap; ezt a következetességet kérjük a

TÁJÉKOZÓDÁSI FUTÁS minden munkatársától is, kedves Olvasóinktól pedig további türelmet...

Deseö László

## Térkép nélkül

Legfontosabb sporteszközünk, a térkép kérdésében a tájékozdási futás hősokora óta óriási fejlődés tanui vagyunk. Hozzátehetjük, hogy a legjobb irányba haladunk. Ennek a javulásnak legutolsó nagy mérföldköve a már sokat emlegetett együttműködési megállapodás (szocialista szerződés) a MN Térképészeti Intézetével. Ez a megállapodás; a keretében nyújtott segítség, biztosítja számunkra a zavartalan alaptérkép ellátást ha kell rajzolást, és a technika lehetővé tette legmagasabb színvonalu térképnymást.

Szomorú tény, hogy a nagyvonalu segítőkézséghez, amú az Intézettől kapunk, mindeddig nem tudtunk felnőni. Partnerünk áldozatkész, nagyvonalu, önzetlen támogatására sportágunk rendszertelen rajzleadással, hiányos munkák sorával válaszolt. Sok sporttárs képtelen tudomásul venni, hogy nem a szövetség "házi nyomdája" hanem egy pontos tervek és időbeosztás szerint dolgozó nagyvállalat társadalmi segítsége hozza létre térképeinket. Az elmúlt évben szövetségünk — az aktívák mulasztásai következtében — egyetlen leadási határidőt nem tudott betartani. Ez így nem mehet tovább. Az Intézet dolgozói minden alkalommal kihuztak a bajból, a versenyekre mindig volt térkép, még ha az utolsó percben is. Ez többeket helytelen következtetésekhez vezetett. Ahelyett, hogy értékelték volna a saját hibájukból szükségessé vált — meg nem érdemelt — segítséget, az Intézet megszabta határidőket kezdték kétségbe vonni és felelőtlenül kezelni.

A jövőben szakítanunk kell e kellően el nem ítéltető hagyománnyal. A végsőig feszítettük a hirt, kimerítettük hitelfunket partnerünknel, nem kockáztathatjuk tovább sportágunk komolyságát, becsületét. Az alapanyagot mindig időben kapjuk. A szeszélyes időjárás, a váratlan nehézségeket nekünk kell bekalkulálni a javítási időbe és a térképeket hiánytalanul rajzolva, a térképbizottság megbízottja által ellenőrzöten legkésőbb határidőre, de inkább előbb le kell adni. Ez a biztosítéka, hogy a vállalt köteleességüket lelkiismeretesen kezelők időben megkapják a térképet versenyükhöz. Aki pedig térkép nélkül marad, csak önmagát okolhatja.

## Az MTFSZ-ből jelentjük

Az Országos Testnevelési és Sporthivatal elnöke a Nagy Októberi Szocialista Forradalom 57. évfordulója alkalmából a testnevelés és sport területén kifejtett kiemelkedő munkássága elismeréséül

Halász Miklósnak  
a BTF SZ térkép és pályakittűző bizottsága vezetőjének,

Nagy Györgynek  
a Heves megyei TFSZ elnökének a Testnevelés és Sport Kiváló Dolgozója kitüntetését adományozta.

Almás Károlynak  
a Magyar Tájékoztató Futó Szövetség aktívájának és

Lévai Sándornak  
a Szolnok megyei TFSZ elnökének a Testnevelés és Sport Érdemes Dolgozója kitüntetését adományozta.

Az Országos Testnevelési és Sporthivatal elnöke a Bp. Postás SE fennállásának 75. évfordulója alkalmából a sportegyesületben kifejtett eredményes munkája elismeréséül

Dr. Szentgyörgyi Imrének  
a Tájfutó Szakosztály vezetőjének a Testnevelés és Sport Érdemes Dolgozója kitüntetését adományozta.

Cser Borbála (BEAC) és Horváth Attila (OSC) személyes okokra, valamint másirányú elfoglaltságaikra hivatkozva lemondták válogatott kerettségüket. Így az MTF SZ elnöksége - 1974. második félévben elért eredményeik ellenére - az új keretek kijelölésénél nem vette őket figyelembe.

Az MTF SZ elnökségének intéző bizottsága a területileg illetékes szakszövetségek javaslata alapján

Csupor Miklós  
Maác Benedek  
Skerletz Iván és  
Varga László budapesti  
Gáti László  
Dr. Hódossy Lajos és  
Hornák Zoltán Veszprém megyei sporttársaknak az Országos versenybírói minősítést adományozta;

Balogh Tamás  
Bársony András  
Bogdány Miklós  
Gombkötő Péter  
Hehl István  
Mátravölgyi István  
Nagy Pál György

Nyitrai György  
Ohegyi Albin  
Varga Lászlóné budapesti  
Simon Lajos és  
Szeidl Imre Komárom megyei,  
Pető László Szolnok megyei, valamint  
Schmidt Ferenc Veszprém megyei sporttársaknak az I. osztályu versenybírói minősítést adományozta.  
Munkájukhoz kívánunk egészséget és sok sikert.

### 1974. II. FÉLÉV RANGSORAI

#### F-21

(40 fő vizsgálva, 6 válogató versenyből 4 legjobb eredmény figyelembevételével.)

1. Boros Zoltán (Egri Spart.)	100 %
2. Hegedűs Zoltán (OSC)	108,74 %
3. Vajda Géza (Bp. MÁV SC)	109,01 %
4. Vincze István (DVTK)	109,95 %
5. Horváth Attila (OSC)	111,34 %
6. Kovács Attila (DEAC)	112,89 %
7. Szaktila János (Tipográfia)	118,50 %
8. Honfi Gábor (BSE)	119,20 %
9. Egervári Ottó (Spartacus TE)	120,21 %
10. Komár Béla (Tipográfia)	125,96 %
11-12. Gyalog László (VM Egyetértés)	126,36 %
Szemler István (Tipográfia)	126,36 %
13. Gyurkó László (Spartacus TE)	129,80 %
14. Csáki Tibor (OSC)	132,13 %
15. Erdélyi Tibor (VM Egyetértés)	141,26 %

#### N-19

(28 fő vizsgálva, 6 válogató versenyből 4 legjobb eredmény figyelembevételével.)

1. Monzpart Sarolta (Spart. TE)	100 %
2. Cser Borbála (BEAC)	115,50 %
3. Horváth Magdolna (OSC)	120,80 %
4. Dapovszky Mária (BSE)	121,55 %
5. Hegedűs Ágnes (BEAC)	123,30 %
6. Schmidmeiszter Ilona (Spart.)	123,86 %
7. Szopori Éva (Spart. TE)	124,08 %
8. Medne Gunta (BSE)	140,73 %

A következő versenyzőknek csak 3 eredményük volt, így a ranglista folytatása:

9. Fodor Cecilia (BEAC)	118,8 %
10. Rostás Irén (HMSE)	125,8 %
11. Farkas Katalin (HMSE)	130,6 %
12. Tumai Ildikó (Vasas)	132,0 %
13. Kis Beatrix (K. Lombik)	134,1 %

#### F-19

(46 fő vizsgálva, 5 válogató versenyből a 4 legjobb eredmény figyelembevételével.)

1. Bokros István (MEAFK)	100 %
2. Kiss Zoltán (Postás SE)	102,53 %
3. Krajcsovics András (TITÁSZ)	110,09 %
4. Szabó László (PVSK)	113,58 %
5. Horváth János (Almásfüzitő)	114,45 %
6. Ertel Zoltán (Bottyán SE)	116,15 %



7. Kóger Gyula (PEAC)	121,26 %
8. Nagy József (Bottyán SE)	123,04 %
9. Soros László (Spartacus TE)	124,14 %
10. Zentai József (Nagybátony)	127,61 %
11. Krolopp Frigyes (BEAC)	130,51 %

## F-17

(45 fő vizsgálva, 6 válogató versenyből 4 legjobb eredmény figyelembevételével.)

1. Vekerdy Zoltán (Vasas)	105,84 %
2. Vigh Sándor (Tipográfia)	107,69 %
3. Harkányi Ádám (K.Lombik)	112,02 %
4. Pap László (Tipográfia)	113,02 %
5. Petőcz László (Váci Forte)	114,29 %
6. Szűcs László (Tatabánya)	116,85 %
7. Gyenis Zoltán (Pécsi TF)	117,51 %
8. Tóth János (Tipográfia)	120,59 %
9. Erdő Imre (Volán SC)	121,03 %
10. Tésy Tamás (BEAC)	126,88 %

## N-17

(45 fő vizsgálva, 6 válogató versenyből 4 legjobb eredmény figyelembevételével.)

1. Takács Ágnes (Szegedi Radnóti)	105,80 %
2. Piróth Eszter (BEAC)	109,46 %
3. Dobosi Erzsébet (Spart. TE)	111,08 %
4. Ladányi Olga (Váci Forte)	111,57 %
5. Kármán Katalin (Egri Spart.)	111,62 %
6. Murai Zita (BEAC)	112,87 %
7. Kalló Annamária (DVTK)	117,50 %
8. Jenővári Gabi (Spart. TE)	126,84 %
9. Kozák Éva (Siroki Vasas)	127,09 %
10. Stramszki Piroska (DVTK)	128,17 %



Az MTF SZ elnökségének intéző bizottsága az Edzőbizottság javaslata alapján kijelölte az 1975. évi válogatott keretet. A felnőttek munkáját Deseő László irányítja, az utánpótlás keret edzője Fekete Jenő, az ifjúsági válogatotté Balogh Tamás.

## Nők, felnőtt "A"

Monzpart Sarolta	Spartacus TE
Horváth Magda	OSC
Donovszky Mária	BSE
Hegedűs Ágnes	BEAC
Schmidmeiszter Ilona	Spartacus TE
Szopori Éva	Tipográfia
Fodor Cecília	BEAC
Rostás Irén	HMSE

## Férfiak, felnőtt "A"

Boros Zoltán	Egri Spartacus
Hegedűs Zoltán	OSC
Vajda Géza	Bp.MÁV SC
Vincze István	ME AFC
Kovács Attila	DEAC
Szaktilla János	Tipográfia
Honfi Gábor	BSE
Hegedűs András	BEAC
Sótér János	BSE

## Női utánpótlás

Farkas Katalin	HMSE
Tumai Ildikó	Tipográfia
Kiss Beatrix	K.Lombik
Takács Ágnes	Szegedi Radnóti
Piróth Eszter	BEAC
Dobosi Erzsébet	Spartacus TE
Kalló Annamária	DVTK

## Férfi utánpótlás

Gyalog László	VM Egyetértés
Gyurkó László	Spartacus TE
Biró II. Sándor	BEAC
Klimstein László	Schönherz SE
Petőcz János	Váci Forte
Dosek Ágoston	TFSE
Nagy András	BEAC
Ertel Zoltán	Nyiregyházi TITÁSZ

## Férfi junior

Bokros István	ME AFC
Kiss Zoltán	Postás SE
Krajcsovics András	Nyiregyházi TITÁSZ
Szabó László	PVSK
Horváth János	Tatabányai Bányász
Pap László	Spartacus TE
Szűcs László	Tatab. Bányász
Gyenis Zoltán	PMSC

## Női ifjúsági

Ladányi Olga	Váci Forte
Kármán Katalin	Egri Spartacus
Muray Rita	BEAC
Jenővári Gabriella	Spartacus TE
Kozák Éva	Siroki Vasas
Stramszki Piroska	DVTK
Csank Ágnes	Egri Spartacus

## Férfi ifjúsági

Vekerdy Zoltán	Spartacus TE
Harkányi Ádám	K.Lombik
Petőcz László	Váci Forte
Erdő István	Volán SC
Tésy Tamás	BEAC
Kürthy István	Soproni Erd. Techn.
Hrenkó László	TITÁSZ
Benkő Oszkár	Ajka Bányász
Könyves Tóth Mihály	K.Lombik

# VERSENYNAPTÁR

Dátum	Nap	V E R S E N Y	Fokozat	Rendező
Jan. 19.	Va.	Sitájfutás		Fejér megyei TFSZ
Febr. 23.	Va.	Felszabadulási	B-C	TITÁSZ
Márc. 9.	Va.	Petőfi ev.	B-C	SBTC
15.	Szo.	Éjszakai Kupa	A-B-C	Spartacus TE
16.	Va.	Tenkes Kupa	B-C	Baranya megyei TFSZ
		Asztalos János ev.	B-C	DEAC
		Alapfoku minősítő	C-D	Bp. Körzeti TFSZ
22.	Szo.	Hegyi Futóverseny		Sopron VTFSZ
23.	Va.	Spartacus Kupa	F-H A-B-C	Spartacus TE
		Felszabadulás Kupa	B-D	Pécsi TFSZ
		Császky L. ev.	B-C	Kisvárdai JTFSZ
		Tanácsköztársaság ev.	B-C	Nógrád megyei TFSZ
29.	Szo.	- Váltóbajnokság	C	Budapest, Körzeti TFSZ
30.	Va.	Április 4. ev.	C	Nagykanizsa VTFSZ
		Nógrádi Sándor ev.	B-C	Salgótarján TFSZ
		Felszabadulási ev.	B-C	Csongrád megyei TFSZ
Ápr. 4.	Pé.	Felszabadulási ev.	ntk. A-C	BTFSZ
		Felszabadulási ev.	B-D	Szombathelyi JTFSZ
		Április 4. ev.	B-D	Borsod megyei TFSZ
		Felszabadulási ev.	B-C	Győr megyei TFSZ
		Felszabadulási ev.	B-C	Veszprém megyei TFSZ
		Felszabadulási ev.	B-C	Somogy megyei TFSZ
6.	Va.	Kilián ev.	ntk. E-C	MAFC
		Felszabadulási váltó	B-C	Szabolcs megyei TFSZ
11.	Pé.	Általános és Középiskolai Bajnokság	C-D	Járásí-városi TFSZ
11-12.		- Országos Egyetemi és Főisk. Bajn.	A	Hajdu-Bihar megyei TFSZ
12.	Szo.	Szélrózsa Kupa	éA-C	Tipográfia TE
13.	Va.	- Csapatbajnokságok	C	Járásí-városi TFSZ
		Felszabadulási ev.	B-C	Szolnok megyei TSZ
20.	Va.	- Budapest váltóbajnokság	B	BTFSZ
		Alapfoku minősítő v.	C-D	Bp. Körzeti TFSZ
27.	Va.	Semmelweis ev.	A-C	OSC
		"Május 1" ev.	C	Zalaegerszeg VTFSZ
		Csermely ev.	B-C	Pécsi OEÜ SK
		Kilián ev.	B-C	Szabolcs megyei TFSZ
Május 1.	Csü.	"Május 1." ev.	A-C	VM-Egyetértés
		Bükkí Kupa	B-D	Miskolc VT FSZ
2-4.		Alba Regia Kupa	B-C	Székesfehérvár VTFSZ
4.	Va.	Vasutas Kupa-Csik J. ev.	ntk. E-C	Bp. MÁV Ig. SC
		Thury Kupa	C	Nagykanizsa VTFSZ
		- Váltóbajnokságok	C	Járásí-városi TFSZ
11.	Va.	Typographia Kupa	A-C	Tipográfia TE
		Népfrent Kupa	B-C	Csongrád megyei TFSZ
17.	Szo.	- Váltóbajnokságok	B	Megyei TFSZ
18.	Va.	- Csapatbajnokságok	B	Megyei TFSZ-BTFSZ
		Alapfoku minősítő	C-D	Körzeti TFSZ
25.	Va.	- Csapatbajnokságok	A	MTFSZ-BTFSZ
		- Általános és Középiskolai Bajn.	B	Megyei TFSZ
		- "Május 1." Ált. és Középisk. Döntő	C	BTFSZ
Junius 1.	Va.	Országos Váltóbajnokság	A	MTFSZ
		Landler Kupa	C	Nagykanizsa VTFSZ
		Szabolcs Kupa	B-C	Szabolcs megyei TFSZ
		Apáczai Csere János ev.	B-C	Budai TFSZ
7.	Szo.	Kohász Kupa	A-C	Ozdi KSE

Dátum	Nap	V E R S E N Y	Fokozat	Rendező	
Junius	8. Va.	Mazura ev.	A-C	Ózdi KSE	
		Bp. Uttörő Olimpia, Középisk. Bajn.	B-C	BTFSZ	
		Alapfoku minősítő	C	Körzeti TFSZ	
	15. Va.	- Országos csapatbajnokság	E	MTFSZ	
		Nyári Kupa	C	Budai TFSZ	
	21. Szo.	Országos Postás Találkozó	B	PVSK	
		BSE Kupa	éA-C		
	22. Va.	BSE Kupa	vA-C		
		- Uttörő Olimpia Országos Döntő	B		
	22-30.	29. Va.	Édes Hazánk ev.	B-C	Közép Pesti TFSZ
- Országos Középiskolai Bajnokság			A		
Julius	3-4	Velence Kupa	ntk A-C	Fejér megyei TFSZ	
		Jurisich ev.	A-C	Vas megyei TFSZ	
	5. Szo.	Sopron Kupa	A-C	Soproni VTFSZ	
		Dunakanyar Kupa	B-C	Vác Járás TFSZ	
	13. Va.	Ifjúsági Kupa	B-C	Veszprém megyei TFSZ	
		Ságvári ev.	C	Közép Pesti TFSZ	
	19. Szo.	Szakszervezeti Kupa	A-C	Hajdu Bihar megyei TFSZ	
		Alföldi Kupa	ntk E-C	Hajdu Bihar megyei TFSZ	
	20. Va.	Nagy Mihály ev.	B-C	ATSC	
		Dobó ev.	A-C	Heves megyei TFSZ	
	26. Szo.	27. Va.	Herman ev.	A-C	Miskolci VTFSZ
			Alapfoku minősítő	C-D	Körzeti TFSZ
	Aug.	3. Va.	Göcsej Kupa	B-C	Zala megyei TFSZ
			Hajós ev.	B-C	É-Pesti TFSZ
		9-10.	Eötvös ev.	ntk E-C	BEAC
Hungária Kupa			ntk E-C	MTFSZ	
24. Va.		Lombik Kupa	A-C	Kőbányai Lombik SK	
		- Éjszakai Egyéni Bajnokságok	C	Körzeti TFSZ	
29. Pé.		Budapest Kupa	A	BSE	
		- Nappali Egyéni Bajnokságok I.	C	Járás-városi TFSZ	
31. Va.		Reaktor Kupa	A-C	KFKI	
		- Nappali egyéni Bajnokságok II.	C	Járás-városi TFSZ	
Szept.	6. Szo.	- Körzeti nappali egyéni bajn. I.	C	Budapest, Körzeti TFSZ	
		Éjszakai Egyéni Bajnokságok	C	Járás-városi TFSZ	
	7. Va.	Bakony Kupa	A-D	BVTC	
		Szűreti Kupa	B-C	Gyöngyös Járás TFSZ	
	Hirős Kupa	B-C	Bács megyei TFSZ		
		- Körzeti nappali egyéni bajn. II.	C	Budapest Körzeti TFSZ	
	12. Pé.	- Budapest Éjszakai egyéni Bajn.	B	BTFSZ	
		Nappali Egyéni Bajnokság I	B	Megyei TFSZ	
	14. Va.	Nappali Egyéni Bajnokság II.	B	Megyei TFSZ	
		- Budapest Nappali Egyéni Bajn. I.	B	BTFSZ	
	20. Szo.	- Éjszakai Egyéni Bajnokság	B	Megyei TFSZ	
		21. Va.	KIMSZ Kupa	B-C	Nógrád megyei TFSZ
	Tisza Kupa		B-C	Szolnok megyei TFSZ	
	- Budapest Nappali Egyéni Bajn. II.	B	BTFSZ		
		Alapfoku minősítő	C-D	Körzeti TFSZ	
27. Szo.	Nappali Egyéni Bajnokságok I.	A	MTFSZ-BTFSZ		
	Schönherz Kupa	C-D	Schönherz SE		
28. Va.	Nappali Egyéni Bajnokságok II.	A	MTFSZ-BTFSZ		
	Döbrönte Kupa	B-D	Pápai Textiles		
Zugló Kupa	C	É-Pesti TFSZ			
	Okt. 4. Szo.	- Éjszakai Egyéni Bajnokságok	A	MTFSZ-BTFSZ	
Csongrád Kupa		B-C	Csongrád megyei TFSZ		
5. Va.	Szeged Kupa				
	Mecsek Kupa	A-C	Baranya megyei TFSZ		
	- Középkorúak Budapest Bajnoksága	B	BTFSZ		
	Bozi László ev.	B-C	Vas megyei TFSZ		
	Kelet-magyar Kupa	B-C	Csongrád megyei TFSZ		

Dátum	Nap	V E R S E N Y	Fokozat	Rendező	
Okt.	5. Va.	Ágasvár Kupa	B-C	Nógrád megyei TFSZ	
		Bp. Ifjusági Kupa	B-C	BTF SZ	
		Alapfoku minősítő	C-D	BTF SZ	
	11.	Szo.	Országos Egyéni Bajnokság I.	E	MTFSZ
	11-12.		Szentes Kupa	B-C	Csongrád megyei TFSZ
	12. Va.		Országos Egyéni Bajnokság II.	E	MTFSZ
			Wolf J. ev.	C	PVSK
			Petőfi Kupa	B-C	Sopron VTFSZ
			Bessenyei ev.	C	Kisvárdai TFSZ
			Gyermek és Ujanc verseny		MMG
			Cházár ev.	B-C	Siketek SC
			- Országos Éjszakai Egyéni Bajn.	E	MTFSZ
18.	Szo.	Bors László ev.	C-D	Sopron VTFSZ	
19. Va.		Józsa András ev.	B-C	TITÁSZ	
		Makó Kupa	B-C	Csongrád megyei TFSZ	
		Vértess Kupa	B-C	Komárom megyei TFSZ	
		Barbácsi ev.	B-C	BEAC	
26. Va.		PEAC Kupa	C	PEAC	
		Pataki és Gyógyszer Kupa	B-C	K-Lombik SK	
		Nagy Kun Kupa	B-C	Karcag VTFSZ	
Nov.	2. Va.	"Nov. 7." ev.	B-C	Zala megyei TFSZ	
6. Csü.		Bányász Kupa	A-C	TBSC	
7. Pé.		Nov. 7. ev. OKISZ Kupa	ntk E-B	Spartacus TE	
		Nov. z. ev.	B-C	Baranya megyei TFSZ	
		Nov. 7. ev.	B-D	Borsod megyei TFSZ	
		Nov. 7. ev.	B-C	Győr megyei TFSZ	
		Nov. 7. ev.	B-D	Veszprém megyei TFSZ	
		Nov. 7. ev.	B-C	Bács megyei TFSZ	
		Nov. 7. ev.	B-C	É-Pesti TFSZ	
8. Szo.		Nov. 7. ev.	B-C	Nyiregyháza TFSZ	
9. Va.		Alapfoku minősítő	C-D	Körzeti TFSZ	



## Hajdú-Biharban

A Hungária Kupa a szigetlakók szemével  
David Roach /The Orienter, 1974 október/

A "Hungária Kupa" ötnapos O-Ringen - típusu verseny, amelyet a Magyar Tájékoztató Futó Szövetség rendez évente. Ez évben Debrecen környékén, Magyarország keleti, lapos vidékén, Budapesttől 3 órás vonatutnyira került rá sor. A nevezők létszáma jóval 1000 fölött volt, amely szám magába foglalja a magyar élvonal nagy részét, csapatokat Romániából, Bulgáriából, Csehszlovákiából és az NDK-ból, és kisebb csapatokat sok más európai országból, minket is beleértve.

Valószínűleg minden indulónak az első nap volt a legnehezebb, a férfi elit pálya hossza 14,8 km. Sok fedetlen terület, némi kukoricás (0 % áthatolhatóság!) Az első 4 napon a későn indulóknak 90°F (32°C) fölötti hőmérsékletet kellett elviselniük. A terep igen lapos volt, sok egyedülálló domborzati elemmel. A 3. és 4. napi térkép 2 méteres alapszintvonalu volt és az erdőben a domborzati alakzatokat mindenütt 2 méternél magasabb csalán rejtette?! Az utárlózat felettrebb sűrű, főleg az utolsó napon képeztek a nyiladékok igen sűrű rácsot. A térképek általában magas színvonaluak voltak és igen érdekes és hasznos módon tettek különbséget az örökzöld és lombos növényzet között.

Igen kevés kivételtől eltekintve a rendezés jó volt. Honvédségi teherautó konvojok (és rendőrségi különítmény) biztosították a versenyzők szállítását a versenyekre és vissza. Ezek a járművek gyakran igen tömötté váltak, és egyeseken az ülések azt a különleges szokást vették fel, hogy minden előzetes értesítés nélkül összeroppantak. Az utolsó versenyt a szálláshelytől járótavolságnyra rendezték. Erre szükség is volt, hiszen az üldözéses (időkiegénylítéses) rajt következtében a versenyben vezetőik már reggel 7 órakor az erdőben voltak.

A brit csapat nagy része az utolsó napon megtartotta összesített eredményét, számos éremszerzőnk is volt. Jean Ramsden (DBE) megnyerte a D 15-ös a csapatvezető Chris James (SN) második lett a H 35-ben és Tim Matkins (ROC) harmadik helyezést ért el a H 17 kategóriában. Adrian Barnesch nyolcadiknak futott a H 21 E kategóriában, melyet a magyar bajnok Hegedűs András nyert. H 19-ben Richard Gardner (SELOC) ötödik, miközben a 2. napon 3. a negyedik (11 km, 56 perc!) második lett és minden H 19 beli brit a mezőny első negyedében végzett. A harmadik napon Jean Ramsden és Nicola Meadows (a 2. napi győzelme után) az első két helyet szerezték meg D 15-ben, míg Sue Reed (CO) nyert D 17-ben.

Tim Watkins és Francis Edge a 4. napon az 1-2. helyen végeztek.

Sok barátságos és segítőkész magyarral találkoztunk, akik legtöbbször már jobb brit térkép-gyűjteménye van, mint nekünk. Végül a csapat köszönetet mond Bojársky Dezsőnek és Katinak (BEAC) és Deső Lászlónak a Magyar Tájékoztató Futó Szövetségből, akik olyan jól gondoskodtak rólunk és 4 csapatvezetőnknek, akiknek gondos tervezőmunkája és nevelése nem kis részben járult hozzá ehhez az igen sikeres turához.

Fordította Lux Iván



Október közepén, nem sport ügyben s először Berlinben töltvén egy hetet, igyekeztem minden elérhető dologról benyomásokat, információkat szerezni. Így láthattam a BSG Lokomotiv nem is szerény faliújságját, melyről az NDK 1974. évi Tájékoztató Futó bajnokságáról értesülhettem, egy héttel a verseny után. Nem is annyira az eredmény, hanem a propaganda módja az, amiről úgy érzem érdemes pár sort közölni.

A faliújság helye: Alexander Platz, S-Bahn állomás, nagy földszinti várócsarnok. A közlés módja: fényképekkel illusztrált riport. Különösen megfogott, hogy úgy mondtam eltalált, egy elgondolkoztató rajz: bozótos széle, oldalt vaddisznó, előtérben egy edző és egy versenyző, háttérben a bozót szélén eldobott flakók, konzervdobozok, papír, stb. szóval szemét; és az aláírás, az edző oktató szövege: "Igy néz ki az ő otthona, előkészítés után!" (Ugy látszik NDK-s barátainknál is vannak még hibák!)

Az ok, amiért épp a BSG Lokomotiv versenyzői szerepeltek:

Junior fiúk: Gerhardt Brettschneider

Váltó: BSG Lokomotiv

Ifjúsági fiú B: Hartmut Brettschneider

Ifjúsági lány A: Gabriella Schmidt

És még egy apróság: a bajnokokról verseny közben készült felvételek tették élővé a faliújság közleményét.

Szeredai László

Vittek Lajos szakedző

## Edzéstervezés

A tájékozási futó edző munkája rendkívül összetett feladatot jelent. Amilyen bonyolult a versenyző tevékenysége verseny közben, olyan bonyolult munkát jelent az edző mindennapos tevékenysége is. Amikor edzők találkoznak, mindig találnak olyan témát, amin nagyon sokáig lehet vitatkozni. Ki milyen módszerrel készíti fel versenyzőit, kinek mit nyújt az egyesülete, van autóbusz? hová tudnak elmenni technikai edzést tartani. Itt aztán megreked a beszélgetés, mert jönnek a panaszok, hogy ez sincs az sincs. A technikai edzés mindenhol problémát jelent. Az edzések általában 4 és 5 óra között kezdődnek. A leghosszabb napokon 3 óra edzésidő áll rendelkezésre, kb. 8 óráig van világos. Ezt a 3 órát kell hasznosan eltölteni; belezsufolni a technikai és a fizikai edzés nagyon sokrétű munkáját. A pályakitűzés is ide tartozna, de az edző is dolgozik. Mikor tegye ki a pályát? Természetesen a vasárnapokon, amikor több idő áll rendelkezésre, ugyanakkor hasznos a több egyesület által közösen rendezett technikai edzés.

A hét többi napjáról szeretnék beszámolni tapasztalataim alapján, amikor a késő délutáni edzéseket vezetem. Rólam közismert, hogy a fizikai edzéseket nagyon fontosnak tartom, mégpedig a rövid távok ismételt futását helyezem előtérbe azokkal szemben, akik a hosszú futásokra esküsznek. Én szeretem látni ki mit csinál. Edzőtrepünk a Vadaskert, nyugodtan mondhatom, hogy budapesti versenyzők számára itt már alig van technikai probléma, minden ösvény, gödör, bokor ismerős. Viszont az ösvények egymásbahurkolódása kiváló lehetőségeket nyújt olyan edzések tartására, amikor az edző egyhelyen állva figyelemmel tudja kísérni versenyzői teljesítményét, a körök idejét mérheti, a futások közti pihenőt meg tudja határozni, egyszóval adagolni tudja versenyzői munkáját.

Igy adódott az a gondolat, hogy a pihenő időt ki kellene tölteni, hiszen a versenyen nincs pihenő, a megállások térképnézéssel, utvonalválasztással, memorizálással telnek el. Töltsük ki ilyen feladatokkal a pihenő időt, így talán közelebb jutunk a versenytevékenységhez. A leértékelt térképeket nem kell sajnálni, ezeket használtam fel az elmúlt években.

Egy-egy térképet felvágtam kb. 6x6-os darabokra, felragasztottam egy géppapírra és egymás utáni sorrendben megszámoztam a darabokat. Minden térképdarabra berajoltam 6 pontot, szabályosan úgy ahogy a verseny-térképeken a pontot jelölik (a pontokat nem kell összekötni). Minden versenyző kapott egy egész térképet, ugyan olyat mint amelyet felvágtam.

A feladat a következő:

A versenyzők 30 mp-ként indulnak, 30 mp-el az indulás előtt szólítom, ez az idő áll rendelkezésére a térképdarabon lévő pontok memorizálására. Rajt vezényszóra elindul, végigfutja a kijelölt távot (4-800 m), s miután visszaérkezett a saját térképére berajzolja a megjegyzett pontokat. Ha kész megnézi a kettes számú térképdarabot és fut tovább.

A második feladat memorizálása már nem meghatározott időre történik, mert az edző egymaga nem tud annyifelé figyelni hogy az idő letelte után még el is indítsa a versenyzőt.

Mit mér az edző.

Az előre megvonalozott papíron felírom az indulási időt a kör végén a beérkezési időt, a következő kockába már a második kör indulási ideje kerül. Pl: X.Y. ind. <sup>00</sup> 3.20  
erk. 2.15 5.40

Az első kör ideje 2.15 mp. a rajzolási és a memorizálási időt a 2.15 és a 3.20 közötti idő adja, ez 65 mp. A "pihenő" idő 65 mp. volt, és így tovább.

Az utolsó körnél beírom az érkezési időt és a rajzolás után szól a versenyző "Kész", ez pedig a feladat teljes befejezését jelenti.

Igy ellenőriztem, hogy körönként mennyire egyenletes a futóidő, a pihenőidők összehasonlításánál pedig kiderül ha a köridőket is nézem hogy hol kezdett el fáradni. Az edzés idő adatainak értékelése számítási feladatot jelent.

Ezután a térképek értékelése következik. Mivel minden versenyző azonos sorrendben hajtotta végre a feladatokat össze tudom hasonlítani a teljesítményeket. A pontok berajzolását elsősorban pontosság szempontjából kell értékelni. A rossz helyre rajzolt pontokat olyan szempontból is el kell bírálni, hogy helyük domborzatilag azonos-e a térképdarabon lévő helyével. Esetleg itt derül ki hogy valaki nem ismeri fel a domborzati formákat, stb.

### Felszerelés:

Stopper óra, annyi térkép ahány versenyző van, a könnyebb rajzolás miatt minden versenyzőnek egy karton lap, és ceruzák.

Kezdő versenyzőknél ügyeljünk a fokozatosság betartására. A térképdarabokra jól azonosítható síkrajzi pontokat jelöljünk először, amelyeket jól meg tudnak jegyezni. Ellenkező esetben a sok hiba elveszi a kezdő kedvét a további gyakorlástól.

Gyakorlott versenyzőkkel nehezebb feladatokat is adhatunk, egyrészt több pont berajzolásával, domborzati pontok megadásával, csak domborzati térkép használatával.

A legnehezebb feladatot az jelentette, amikor a térképdarabokra rajzolt pontok (6-8) közé utvonalt rajzoltam. Ez az utvonal nem a "logikus" utvonal. A berajzolt utvonalt kellett megjegyezni és átrajzolni a pontokkal együtt. Ez a feladat igen nagyfokú figyelmet követel a versenyzőktől, de talán ez közelíti meg legjobban a versenyfeladatot.

Balogh Tamás

Farkas Ferenc

## SZÖVETKEZETIEK KÜLFÖLDÖN

A Brassó felett elterülő Poiana edzőtábor és üdülőtelep környékén került megrendezésre a szövetségi sportolók nemzetközi szpartakiádja. A vendéglátókon kívül bulgár, csehszlovák és lengyel versenyzők voltak ellenfeleink.

A közel 1000 méter tengerszint feletti magasságban kitzított pályák technikailag könnyűek, fizikailag viszont, 3-500 m. szintkülönbséggel, annál nehezebbek voltak. A térkép 1974-ben kiadott, 1:20000 méretarányu, 10 méteres szintvonalakkal. A jó nyomásu, szép rajzu lap ferde északkal készült, futhatóság ábrázolást nem tartalmazott, s a térképjelek tájolója sem északra történt.

A versenyek, két egyéni és egy váltó, háztól-házig folytak, mert a rajt és a cél, valamint a harmadik napi váltóhely is közvetlenül az épület előtt volt. A pályák minden alkalommal keresztetkék az üdülőtelepet, ami - főleg vasárnap - nem volt túl szerencsés. Egyéni versenyen a futóknak - saját időből - kellett berajzolni a térképet. Sajátos módon boholyódott a váltóverseny is : 5 perces időeltolással volt a rajt, de nem volt időkiegyenlítés, csak a célban kellett leszámítani az 5 perceket. Az eredményekkel elégedettek lehetünk ; fiataljaink is szépen helytálltak.



Eredmények : /2 nap alapján /

Nők:	1. Monspart S.	100.23
	2. Scully Ilena R.	129.05
	6. Dobosi E.	141.16
	8. Schmidmeiszter	149.48
	11. Jenővári G.	161.28

Férfiak:

1. Bozán Gy.	147.13
2. Balogh T.	168.49
3. Enyedi Andrej R.	176.45
9. Dira J.	189.13
14. Gajdos L.	245.21

Váltó: Nők: 1. Spartacus /Monspart, Dobosi, Schmidmeiszter/

2. Román Szövetkezeti válogatott	138.16
3. Csehszlovák " "	150.03
	199.57

Férfiak:

1. Spartacus /Bozán, Dira, Balogh/	149.04
2. Román Szöv.váll.	154.49

Szakszervezeti Spartakiád Klodzkóban.

Az évenként megrendezésre kerülő versenyt az idén Lengyelország felszabadulása 30. évfordulójára rendezték, az ország déli részén.

A szocialista országokon kívül egy 15 fős svéd és finn csoport is részt vett a találkozón. A magyarokat mi képviseltük, egriek. Minden csapatnál 3 női és 3 férfi felállás volt, kivételt a svédek és a finnek jelentettek, ők három, illetve két csapatot indítottak F-21-ben.

A fogadás pompás volt, a nyelvi nehézségeket hamar áthidalutk mutogatással. Szállásunk a város szélén egy turistaházban volt, ahol minden csapatot el tudtak helyezni.

Egyéni IX.6-án, szombaton a várostól 20 km-re, gördülőkényen és ami meglepő, kevés rendezőgardával zajlott le.

Színes térképet adtak ki erre az alkalomra, valószínű ez volt az első Lengyelországban. A helyesbítési hibákért nem akarjuk elmarasztalni őket, nagyon sok lelkesedés fekszik benne. A terep megválasztása viszont nem volt szerencsés. Időnként komoly fizikai munkát jelentett egy-egy átmenet. Szabdalt, mély völgyek, időnként bozótos fenyevesek jellemzik ezt a vidéket.

F-21-ben a svédek és a finnek "külön" versenyt vívtak. Az első tizenötben nem is volt rajtuk kívül más csapat. Számunkra nem, voltak ismeretlenek, sokszor jártak már magyar területen. A váltót is az egyéni térképben rendezték, csak egy kicsit délebbre. Rendszerében hasonlított az ezévi Eötvös váltóra, egyszerűbb formában és gyengébb kivitellel. Kemény harc alakult ki a svéd, finn és az egrri csapat között. Végül mi győztünk, jó hajrával. Eredményhirdetés a szálláson, másnapba nyuló bankettel.

Eredmények.

N-19 Táv. 7900 m 500 szint 12 ell.p.

1. Kármán Katalin Eger
4. Csank Ágnes "
9. Farkas Zsuzsa "

F-21 Táv. 12.000 m Szint 1000 m. 17 ell.p.

1. Marinatti Matti Finn
4. Farkas Ferenc Eger
5. Tóth II. Sándor "
9. Baglyas Imre "

Váltóeredmények.

N-19 Táv. 5-6000 m

1. Eger ( Csank-Farkas-Kármán)
2. Lengyel I (Wroszláv)
3. Bulgár ( PLOVDIV)

F-21 Táv. 7-8000 m

1. Eger (Farkas-Baglyas-Tóth II.)	413.05
2. Finn I	417.55
3. Svéd I.	418.07

Monzpart Sarolta

## ORSZÁGOS EGYÉNI BAJNOKSÁG

Veszprém megyében

Régen sikerült ilyen országos bajnokságot rendezni, de miért? Miért? És MIÉRT? Nagyon elkésereedtem: semmi sem úgy alakul az idén a tájékozási futó sportban, mint szeretném és szeretném. Valahogy nem léptünk szinte semmit az idén előre, sőt inkább hátra, persze ez csak az én egyéni véleményem, lehet, hogy tévedek, bár ne lenne igazam... Olyan, mintha egy nemtörődöm gondatlanság uralná sportágunk fejlődését, mintha éveken át építettük volna sok emeletes házunkat és most derül ki, hogy nincs alap, recsegnek az emelet, segíteni kell, mindenkinek valamit adni szabad idejéből, szaktudásából és szeretetéből a tájfutás iránt. Már is kezdeném az OB ürügyén a bírálattal és dicsőretekkel való segítséget, ami tudom a legkönnyebb, csak óráig ülök az írógép előtt és a nyugtalan gondolatokat leírom a papírra, de cselekedetekkel is szívesen alátámasztom a következőkben felsorolt érveim helyességét: örömmel ugrálok a tájfutás érdekében bármilyen munka körül és benne is természetesen. Érzésem szerint - bár a hölgyi érzések sokak szerint megbizhatatlanok - az idén a szövetség minden erejét, "katonáját", lehetőségét a Hungária Kupára vetette be. Minden lelkes aktívát lefosztott idejét, energiáját tekintve a debreceni verseny sikerének érdekében és minden összefogási lehetőséget, anyagi többlet segítséget lemerített, mint az álló autó égve felejtett lámpája az akkumulátort. Így végül a következő hibák csuszta be a legfontosabb hazai verseny rendezésébe:

- a/ Terep - elosztásánál az első helyen kellené a bajnokságot kijelölni, majd a legfontosabb nemzetközi versenyekét (Eötvös, Nov. 7. Hungária) és végül a többi klubtalálkozóét. A terep legyen technikás, nehéz, hiszen a világ bajnokságokat is a legfurcsább, legnehezebb, legspeciálisabb legnyencebb területekre költöztetik az adott ország lehetőségein belül.
- b/ Térkép - a legjobb hazai helyesbítőket kellene a megfelelő időben és támogatással felkérni. Nem többlet, mert mikor átfutunk X terepéről Y-éra? ... és az összes szentek ... Ez az idő körüli huza-vona, ami az idén volt, külön cikket érdemelne. Ki szerint ki, hol, mikor, miért hibázott és késett, mivel a nappali és éjszakai OB, valamint a Nov. 7. térképét együtt lehetett csak kinyom-

tatni. A nyomólemezeire vitt javításokat még az én három dioptriás szemem is felfedezte, ugyanis olyan furcsán fekszenek a térképen, hogy.... csak na!

- c/ Pályák - Nagy versenyeken sohasem a helyesbítő a kitűző, mert az esetleges nem meglátott hibákat az új szem a kitűzéskor felfedezi és így nem kerülhet térképhibás helyre pont. Még ma sem értem az első napi kettes pontunkat, amit 10 perc keresés után, úgy mutattak meg, még most sem hiszem el jó kódját. Jelleghatáron, utólag behuzott uton fekvő dagonya helyett semmi nem volt a valóságban csak egy kis gödör vízzel. Hogy a zöld csak oda-ömlött volna rajzoláskor? és az utat csak véletlenül húzták oda? Én kérem bizom, ill. bízom a térképben, hiszen a legfontosabb hazai verseny térképe van a kezemben. Minden keresés nélkül, rohantam a szomszédos gerincre, hiszen itt semmi zöld nem látszik, ott sem volt jelleghatár, de végül is a másik oldalán sem a jó gerincnek. Hol keressük ilyen esetben? Nem akartam úgy versenyezni, mint általában tőlünk délebbre kell, ahol az irány és távolság számít, a többi nem érdekes, a térkép csak jó ha van...

És a férfi pályák nagy átmenetei a minimális mondanivalóval? Biztos lehetett volna több és jobb az utvonaltámasztási lehetőség.

- d/ Rendezés - no itt csak az első napi időmérés teljes kuszaságát említeném, még ma is vannak boldog elírt perces eredményű futók, de se baj. Talán sokkal jobban esett volna a dobogósoknak, ha a szövetség elnöke ill. főtitkára szorított volna kezét velük, ez olyan külön tiszteletdíjnak számított volna, az amúgy is összecsapottan megvásárolt kerámia cserepek mellett. Nem az érték ellen van kifogásom, csak a figyelmes választás hiányzott.

- e/ Időpont - évek óta sirunk mi versenyzők, hogy késő az október vége, úgy látszik ezt a rossz időpontot az edzőbizottság hozzáértő támogatása sem tudja megváltoztatni egyes elképzelésekben.

Végül szeretem KÖSZÖNET minden rendezőnek, hiszen sosem cserélnék el még 10 verseny lefutását sem egy rendezésére: utálatos, hálátlan, fárasztó munka, de szeretnék és szeretném segíteni, hogy jövőre jobb legyen, több pozitív irhassunk le mint az idén: hogy ez tetszett:



- a, pontok elhelyezése, felszerelése, könnyen és gyorsan kezelhető lyukasztói
- b, citromos meleg tea a hidegben
- c, rugalmas busz - indulások
- d, a szövetségi ellenőr, mint olyan
- e, egy helyen való elszállásolás: a vidék és főváros, a különböző klubok, a fiúk és lányok kapcsolatainak kialakulása érdekében
- f, az utolsó pillanatban való teljes munka bevétele a rendezőség részéről. Egy Hornák Zoltán nem elegendő minden munka hiánytalan ellátására!

Segítsünk, és hagyjanak is segíteni, biztos jobb versenyek lesznek és a tájfutás is jobb napokat látna, egy egységesebb, alaposabb és szeretettel teltebb összefogással. Mindenre számítunk!

Dr. Varasdy Sándor

Vas megyében

Vas megyében először került megrendezésre országos bajnoki küzdelem október 26-án. A versenybíróóság nagy gonddal készült a viadalra, új színes térkép minél részletesebb és jobb elkészítésével, továbbá a színvonalhoz illő pályák kitűzésével. A terep és a térkép adottságai, formája nehezítette a feladatot. A térkép külső megjelenése impozáns, nyugodt lelkiismerettel állíthatjuk legszebb térképeink mellé, azzal a megjegyzéssel, hogy az érvényes jelkulcsban megadott méretek felülvizsgálása indokolt egyes jelek tekintetében. (pl. utak). A terep részletgazdag, domborzata változatos, növényzete, futhatósága változó. Kivülálló véleménye döntő a térkép terephűsége és megbízhatósága tekintetében, amit érdeklődéssel várunk az érintettektől ...

A pályák alakját résztaókat, átmeneteket, a pontok számát egyrészt a térkép formája, a terep adottságai, másrészt a szabályzat előírásai és az elődöntők adatai, eredményei határozták meg. Nehezebb és színvonalasabb versenyt kellett készíteni, mint a selejtezők voltak, ez természetes, hogy ez miként sikerült? Az eredmények és a részeredmények értékelése ad erre választ. Erre a későbbiekben rátérek. A rendezőket azonban jobban érdekli a résztvevők tárgyilagos véleménye, amit szintén szeretnék hallani.

A verseny rendezéséhez az érintett szervektől a legmesszebbmenő segítséget megkaptuk. Az Erdészet a tisztogatási munkákat úgy ütemezte, hogy azok a verseny idejére elkészüljenek. Ez minden bizonnyal egyedülálló a sportág történetében. A versenyzők ellátása, szállása, mozgatása minden igényt kielégített.

Mint minden versenyen, itt is voltak, akik a rendezőség jól megszervezett munkáját igyekeztek megzavarni. Ezeket név szerint feltüntettük az eredményértésítőben. Ezzel is szeretnénk elősegíteni azt a helyes törekvést, hogy a jövőben ne kelljen a versenybíróóságok-

nak ilyen kérdésekkel foglalkozni. Ide kívánkozik a következő derűs epizód. Az egyik ifjúsági versenyzőt mikor megláttam a versenyirodán, derűsen üdvözöltem és figyelmeztettem korábbi két versenyre, amikor eredményének értékelése nagy nehézségbe ütközött a térképre, kézre nadrágra bélyegzés miatt. Jó és sikeres versenyzést kívántam neki azzal a reménnyel, hogy itt most nem lesz semmi probléma vele. Kissé meglepődötten nézett rám, majd így folytatta: éppen azért keresem, mert nem fogadják el jelentkezésemet, pedig csak négy napja járt le a sportorvosim. Természetesen hi maradtam pillanatokkal előbb tett vésztájékoztató megjegyzésemhez: nem engedtem indulni.

A versenybíróóság a viadal színvonalát és az indulók eredményes szereplését elő akarta segíteni, hogy a versenyzők pihenten álljanak rajthoz. Egy-két egyesület megtorpedózta ezt a helyes elképzelést. Egy országos bajnokság színvonalát és eredményeit lényegesen befolyásolja, hogy azon pihenten, vagy négy óras utazás után indulnak a versenyzők. Meg vagyok győződve, hogy a tervezett lebonyolítás esetén lényegesen jobb idők születnek és szorosabb, izgalmasabb versenyt láthatunk volna. Ez a körülmény miként befolyásolta egyes versenyzők eredményét, azt ők tudnák megmondani, de a részeredményekből azt lehet kiolvasni, hogy a helyezések sorrendje másként is alakulhatott volna ...

Az eredményértésítőhöz olyan táblázatot készítettem, amely a verseny egyes szakaszainál mutatja a pillanatnyi állást. A versenyzők önértékelése szempontjából többet mond az a táblázat, amely az egyes pontok között felhasznált időt mutatja, azonban a küzdelem lefolyását jól szemlélteti a közölt táblázat és ugyanakkor alkalmas versenyzői önértékelésre is, hiszen a pálya 1.5-2.5 km-es résztaókra lett felbontva. Hat résztaó a verseny egyes szakaszainak lezárását jelenti, jölehet egyik-másik résztaóval helyesebb lett volna egy-egy ponttal rövidíteni, illetve hosszabbítani, azonban nem mindegyik pontnál vezették pontosan az adatokat. Értékelésem szerint a versenyzők döntő többsége a pálya elején értékes percekét vesztette és a szükségesnél lényegesen több időt használt el. Míg egyesek az első pontot 1-2 perc alatt érintették, addig az átlag 4-5 percet használt fel, de voltak akiknek ehhez 8-9 percre volt szükségük. Versenyláz, rajtláz, helytelen utvonálválasztás vagy éppen az óvatos kezdés, a terep és a térkép megismerésére fordított idő rabolta el ezeket az értékes percekét? Egyiknél ez, másiknál az, egyeseknél pedig talán több tényező is közrejátszott. Ez az észrevétel vonatkozik a második és harmadik pontra is. Egyébként ez volt a verseny legkönnyebb szakasza, amelyet iránymenettel 5 perc alatt könnyedén

lehetett teljesíteni. A 3-7 pontig jó utvonálasztással lehetett eredményesen versenyezni. Érdekes, hogy a versenyzők ezen a lényegesen hosszabb és nehezebb szakaszon kb. annyi időt használtak fel, mint az 1-4 pontig terjedő szakaszon.

A verseny következő szakasza a térkép nyugati különálló részén zajlott le. Itt az időfelhasználás általában reális volt, kivéve a 11-12. pontig terjedő átmenetet. Erre a 2-3 perces átmenetre a legrövidebb idő 4, a leghosszabb pedig 13 perc volt, a táv pedig alig haladta meg a kétszáz métert. A 12. pont környéke tereptárgyakban gazdag, tájékozódásra alkalmas tereptárgyakkal, melyeket a térkép precízen feltüntet. Talán már itt jelentkezett az utazás okozta fáradtság, nem fizikailag, hanem szellemileg. Itt volt a verseny félideje. Eddig a terep lankásan domborzatos volt, míg a következő szakasz teljesen sík. A következő szakasz közel két km-es résztáv vezette be. A terepnek ez a része gazdag uthálózatban; sétatuk és gyalogutak sokasága teszi nehezzé a tájékozódást, amelyeket éjjel nehéz felismerni. Itt a pontos és eredményes tájékozódáshoz irányt és távolságot kellett mérni, amit megkönnyített a keresztezett utak azonosítása. Ezen a szakaszon különösen

nagy jelentősége volt a szellemi frissességnek, hiszen nem voltak olyan markáns felfogónalak, mint a terep első felében és a fix pontok száma is lényegesen lecsökkent. A pálya vége felé a fizikai fáradtság fokozottabb mértékben idézte elő a szellemi fáradtságot is. A kettő együtt pedig a lassabb tájékozódást, vagy a keverést. A 15. pontig meggyőzően és biztosan vezetett Horváth Attila, a verseny könnyű szakaszán adta el Vajda Gézával szembeni hat perces előnyét! Sőt azt a verseny végéig további 14 perccel megtoldotta.

A táblázatból az is kitűnik, hogy Vajda a 7. pontnál befogta a korábban már összetalálkozott Spiegl és Komárt. Szabó László már a térképraajtnál bevárta Horváth Attilát. A jól hajrázó Szaktilla sorra befogta az előtte indulókat és mintegy négy fős bolyt hozott össze. Biró is már a 7. pontnál befogta Ballát és utána együtt mentek. Ugy látszik a befogottak beletörődtek sorsukba, mert annak nyoma sem látható a táblázatból, hogy le akarták volna rázni befogóikat; szerintem érdemes lett volna, ha nem is mindegyik esetben. Kupaversenyen még csak elmegey valahogy a ragadás, ott nem is figyelik annyira, de országos bajnokságon ez mégsem helyénvaló. Ime a táblázat:

H. Rajsztz.	Név	4.	7.	12.	15.	18.	Cél
ellenőrzőpontoknál felhasznált idő							
1.	107 Vajda Géza	17	32	65	84	98	105.52
2.	112 Biró Sándor	18	31	60	81	96	109.49
3.	110 Balla Sándor	17	37	65	87	102	115.53
4.	127 Szaktilla János	25	43	78	96	108	115.57
5.	130 Honfi Gábor	21	39	74	91	99	119.03
6.	106 Horváth Attila	18	29	66	78	108	119.26
7.	119 Gyalog László	19	38	72	94	109	120.05
8.	102 Spiegl Sándor	20	47	80	99	113	121.10
9.	125 Kempelen Miklós	16	31	76	103	114	122.09
10.	105 Szabó László	21	32	68	80	112	122.22
11.	101 Komár Béla	23	50	83	103	116	123.48
12.	124 Bozán György	19	34	79	106	118	125.04

Az ellenőrzőpontok érintésének igazolására zsirkkrétát és lyukasztót is használtunk. Egyre jobban az a meggyőződés alakul ki bennem, hogy a zsirkréta a legjobb megoldás. A lyukasztó hátránya, hogy üzembiztos használatához asztalkát kell telepíteni, ami elég nehézkes megoldás. Alátét nélkül a lyukasztás nem tökéletes, miután a versenyzők többsége vastagabb térképtokot használ. Probléma az is, hogy a versenyzők egy része nem fordít elég gondot a bélyegzés helyére és olvashatóságára. Előfordult, hogy több bélyegzést is egy helyre lyukasztottak. Az ilyen karton értékelésnél csak annyit ér, mint a párnás bélyegzés esetén az elázott! Ezen a versenyen is volt néhány versenyző, akinek nem lehetett a bélyeg-

zéseit azonosítani. Amikor pedig előzékeny megkértük a versenyzőt, hogy mutassa meg a versenybírók által hiányolt bélyegzéseket, szinte fálháborodottan mondbotta: "csak nem képzelitek, hogy ilyen szintű versenyen pontot hagyunk ki". Ezek szerint a világbajnokságon nem is kellene bélyegzést alkalmazni, sőt országos bajnokságon sem? Nyilvánvaló, hogy ez helytelen szemlélet. Ezeket a hiányos bélyegzéseket a pontőrkartonok ellenőrzésével pótoltuk, így a versenybíróknak sikerült a versenyzői felületességeket helyrehozni. A versenyzőknek érdemes lesz ezeket megszívlelni, mert nem minden versenyen alkalmaznak pontőröket, sőt általában nincsenek. Már pedig kiméletlenül alkalmazzuk a szabályzat idevonat-

kozó előírásait, még akkor is, ha helyezés, vagy éppen bajnoki cím várományosa az illető versenyző. Ugyanakkor azt is el kell mondani, hogy nagyon sokan szépen, olvashatóan bélyegeznek, betartják a bélyegzési sorrendet. Ha minden versenybírószám következetes lesz az olvashatatlanság tekintetében, minden bizonnyal felszámolható az ezen a téren észlelhető felületesség. A zsirkrétá alkalmazása esetén lényegesen kevesebb probléma adódik, ha vízhatlan bélyegzőkartont használnak. Vas megyében ezen utóbbi megoldás további tökéletesítésén fáradozunk. A viadal végére a felcsigázott kedélyek lecsillapodtak és az éjféli eredményhirdetésekor versenyzők és rendezők megnyilatkozásaiból azt lehetett megállapítani, hogy jó versenyyel zárult az idei bajnoki év.

## Tülevél

Megdöbentett, és az egekig felháborított (pfuj!) a Népsport 1974. XII. 4. számában megjelent

Sport és nyelvújítás című rövid cikke.

E cikk tartalmához az alábbiakban adom rövid véleménynyilvánításomat;

Dicső bekezdésében így fogalmaz: egyik megyei lapunkban ujszerű, rövidített formában bukkant fel a tájékozdási futás kifejezés; tájfutás. Már e bevezetést is nagyon homokosnak találom. Csak úgy korgog az ember értelme alatt. De bővebben róla majd a Rádió magyarán szólva műsorában.

Tájfutás. Mi is érthető tájfutás alatt? Nem sok. Tájon futás, tájban futás, az egy kicsit más, mint ahogy a későbbiek folyamán fejtegeti is e cikk ezt a kicsivel értelmesebb megfogalmazását. Amennyire nem sokat jelent, annyira tág is e fogalom. Mert ugyebár, van libalegelő táj, birkalegelő táj, marha legelő táj, ménes legelő táj, stb. Hogy az utóbbinál maradjunk, ilyen a mi nagy vagy csendes, sik, csupasz hortobágyi tájunk. De van ehhez hasonló sok más tájunk is. Valóban, ezeken a tájakon van tájfutás. Rendszerint olyankor, amikor egy-két kis liba, vagy nagy liba, ellőtyörög a falkától, egy kis privát életre. Ilyenkor a libaórzó kislány utánuk siet, és visszahajtja őket a falkába. És a libák futnak, futnak. Ez "igazi tájfutás". Ehhez liba ész is elegendő. Amikor a birkák is nagyon eloldalognak a juhász pihenő subájától, és a juhász puli kutyáját ráparancsolja a nyájra: visszaterelő feladattal, és a puli csiholó hangjával a nyáját futásra kényszerítve tereli vissza a kijelölt területre, ez is "valódi tájfutás". Ellátogatva ménesekhez is egy kis tapasztalatszerzésre; amikor a ménest gimnasztikáztatják, ebben rövidebb-hosszabb futások is szerepelnek; ha

a csikók és a lovak a futás emelkedő hevében bevágtnak, akkor ez "a tájvágatás". Ha pedig a csikós bojtár elmege udvarolni, és a hosszan eltöltött idő után a méneshez való visszafelé igyekeztében lova előtt egy kis veréb fölrepül, amely olyan ijedségre gerjeszti a bojtár lovát, hogy futásában gazdája képtelen uralkodni felette, akkor ez a "tájszáguldás".

A nagy vagy kopár, sik, csendes nagy hortobágy alatt, és hasonló más tájak alatt is, a sok kis élő-állatfajta között ott élnek az ürgék is. Napfényes, nyugalmas időben ezek is feljönnek a tájra. Játszanak a tájban, sütkéreznek a tájon, és gyönyörködnek a tájban. Ha netalán egy arra tévedt vándor, vagy kiránduló, egy "tájgyalogló", megzavarja őket játékoságukban, vagy boldog nyugalmas perceikben, akkor megijedve elszaladnak. Sokszor messzire. Az üldözésükre, megfogásukra kedvet kapó ember vagy gyerek, hiába rohan utánuk. Hihetetlen pontossággal megtalálják földalatti labirintusaik nyitott kapuját. Kérem, ezek a kis ürgék nem tájfutnak mint a birkák, libák, marhák, tinók, ménesek. Kérem ezek a kis állatok is ésszerűen, jól tájékozódásilag futnak, szaladnak. Ha nem így tennék, az életükbe kerülne.

Ha az értelem nagyítója alá tesszük ezeket az ujdonsült nyelvújított szavakat, akkor rögtön észrevesszük, hogy milyen bőditően konganak az ürességtől. Kiloptak, bocsánat, kicsiholták belőlük az értelmet.

Tovább olvasva a cikket, szöszerint (azok kedvéért, akik nem olvasták) "A sportág berkeiben már évek óta használják ezt a szóalakot. Részben kényelmességéből, részben megérezve a hosszabb változat nehézségét, születésbeli rendellenességeit".

A sportág berkeiben esetleg imitt-amott kiejthették e rövidített kifejezést. De ezek, ilyen kívül álló kontárok lehetnek, akiknek halvány gőzük sincs sem az értelmezhetőségről, sem a tájékozdási futás szellemi-fizikai versenyzésének fenségességéről. Öt éve versenyzem 100-1000 fős mezőnyökben, de még soha nem hallottam ezt a rövidített kifejezést. Ha hallottam volna, abban a pillanatban felszólalok ellene.

Ha összevetem a két szót; rendellenesség-tájékozdás, akkor azt tapasztaljuk, hogy a két szó szótagjainak a száma megegyezik. Akkor ezt is, részben kényelmességéből, részben megérezve a hosszabb változat kiejtési nehézségét, a kényelmes, lusta, puha, rusnya, pusnya, az átlagos emberi szellemi nivó alatt fetrengők szemszögéből nézve, ujtssuk, rövidítsük. Pl. az agyban, szellemiekben, éleselméjűségben, mélyelmélyűségben, gondolkodásban rendellenességüket vizsgálva, de maradjunk csak a rendellenesség-et jelentő szó mellett. Ennek a legjobban megfelelő, a legmagyarosabb, a legrövidebb, és a leg-

található megújításával helyettesíthető szó a sü-sü. Igen, így kötőjellel, a kényelmesek és a gyengébbek kedvéért.

Ikerestvére a süsü, már régebben meghonosodott az igazi magyar nyelvszólásban. Azóta is bátran helytáll. Gondolom, e cikk szerzői mellett sem vallanának szégyent.

Akinek nehézséget jelent, és kényelem feladást a tájékozdási szó kiejtése, kérem, azok ne ejtsék ki. Sétáljanak el mellette, és hagyják meg formájában és jelentésében. E helyett javasolni tudnám a beee, buuu, gá-gá, és a po-póó szavakat. Ezek rövidek is, kifejezőek is, kényelmesek is, találók is, és nincsenek születési rendellenességeik.

Folytatva a cikket, ugyanaz a bekezdés; mivel e folyamat erősödése várható, Skerletz Iván főtítkár az MTA Nyelvtudományi Intézete mai magyar nyelvi osztályának véleményét kérte ki, helyes-e az új szóalak?

Vajon milyen folyamatnak az erősödése várható? Mert ebből a fogalmazásból egy épkézláb, épeszü, a tájékozdási futásban jártas magyar olvasó sem tud biztosra menni. A sportág tömegesítésének a folyamata, vagy a nyelvújítás folyamatának az erősödése várható-e? Még az előbbinek sem lehetne igazán szívből örülni, mert mit is kezdenénk olyan sok emberrel pénz nélkül? Az utóbbtól pedig mentsen meg a jó ég, ha nem akarjuk magunkat ország világ előtt kiröhögtetni.

A továbbiakban ez olvasható; a válasz nem késett sokáig. Részlet Dr. Grétsy Lászlónak, az intézet tudományos osztályvezetőjének leveléből; örömmel üdvözljük (hurrá-hurrá) az új sportkifejezést, a tájékozdási futásból rövidült tájfutást. Az eredeti kifejezésnél rövidebb (ez igaz, de értelmileg is) egyszerűbb (ez is igaz) jobban hangzó, (szinte vetekszik a déli harangszóéval) és ugyanakkor találó, kifejező szó. Micsoda?! Hát kérem, ennek a tudományos intézetnek ez a fölöttébb buta kijelentése kiütött. Kérem, ki vagyok úgyve! Azóta egyfolytában éjjel nappal rámszámolnak. Mosa, ha egyetértesz velem, akkor segíts, mert meglehet, hogy még etlalálom veszíteni ezt a mérkőzést!!!

És végül két különböző megjegyzéssel, és egy kéréssel had fejezzem be felháborodásomat.

Skerletz Iván főtítkár sporttársunk jobban tette volna, ha Kazinczy (Kazinczy-szerk.) emlékeihez fordult volna nyelvújítási problémáival, vagy kedves barátainkhoz, a finn és svéd tájékozdási futókhoz, és nem utolsó sorban sportágunk hazai versenyzőjéhez. De legelőször önmagához.

A Népsport szerkesztősége eddig sajnálta a helyet a tájékozdási futóktól. Ujabbán a nyomdafestéket is? Hát akkor előre ez egészséges sportág további tömegesítéséért a Népsport nyomdafestéke nélkül!

Dr. Grétsy Lászlótól elvárnám és örömmel venném, ha a saját nevét is

megújítaná. Nevének kimondásakor majdnem mindig kificamodik a nyelvem. Ugy látszik, nagyon gyenge nyelvi vagyok. Nem tehetek róla. Nem is akarok.

Végül is, gondolom, mindnyájan egyet akarunk; a jobbat. Vagy a jót megtartani. Ez a célunk.

A kritika élessége nem mehet a barátság rovására.

Csamangó Ferenc  
Egy tájékozdási futó

Ha még olykor-olykor eszembe jut a Népsportnak ez a rövid kis Sport és Nyelvújítás című cikke, csak ennyit tudok mondani; pfuj!



1974. október 6-án részt vettem a Kapos TE által rendezett "Zselic Kupa és Noszlópy Gáspár Emlékversenyen". Az F 21 B kategóriában indultam. Befutásom után 16 éves versenyzői pályafutásom során először óvtam.

Indoklás:

- Az F 21 B kategória pályájának 2. ellenőrzőpontja (pontmegnevezése: etető) a terepen az etetőtől 160 méterre É-ra lévő nyiladék végén volt, amikor megtaláltam.

- A fenti kategória 4. ellenőrzőpontja (pontmegnevezése: gödör csoport) a térképen bejelölt, valamint a terepen helyesen bemért és zöld 10-es magya kártyalappal megjelölt helyétől 40 m-re É-ra levő páfrányos mélyedésben volt, amikor megtaláltam.

A pályán a fentiek ellenére "végigmentem" a célbaérkezésem után; a fent említett két pont elhelyezését a terepen a versenyszabályzat 6.51 pontjában foglaltak alapján megóvtam. Az óvást írásban és 100 Ft-ot, mint óvási díjat készpénzben Marton Péter pályakitűzőnek személyesen adtam át.

A versenybíróság a fentiek ellenére az eredményt kihirdette, a díjakat átadta.

Az írásban benyújtott óvásomra született döntésről sem az ellenőrzőbírótól, sem a verseny rendező szervétől a mai napig választ nem kaptam.

Az eredményértésítőben egy teljes mértékben szabálytalan tartalmu eredményt találtam, amelyet a versenybíróság érzésem szerint igazolni nem tudott a verseny befejezésekor, és a jelen pillanatban sem tud. Az óvásról ezen eredményértésítőben sem történt utalás...

Göbölös István  
Pécsi Tanárképző Főiskola SK.

Dr. Adorján József

## Futóhírek

Sopronból

A szövetségünk elnöksége összetételében változás következett be, Reisch György sporttárs a titkári beosztásáról lemondott, és a versenybizottság vezetője tisztjét vette át, a városi szövetség titkára Varga Jenő sporttárs lett.

A sportágunk léte nagy mértékben függ az erdész szakemberek támogatásától és jóindulatától. Városunkban egy Erdészeti Szakközépiskola és egy Erdészeti és Faipari Egyetem működik. Mindkét oktatási intézményben mérsékelt eredménnyel üzték az utóbbi időkig a sportágunkat. Ebben az évben az egyetem versenyzői az országos éjszakai, illetőleg nappali bajnokságon is az első tíz között végeztek. A szakközépiskola tanulója Kúrti István pedig megnyerte az F.17. kategóriában az országos éjszakai egyéni bajnokságot. Ezek az eredmények döntő lökést adtak a korábban érlelődő elhatározásunknak. Abból a célból, hogy a városunk minőségi sportját fejlesszük, továbbá a jövőendő erdészgenerációval a sportágunkat megszerettessük, a két oktatási intézmény diákjai számára Erdész kupát alapítunk 1975. évtől, ahol az évfolyamok illetőleg a szakközépiskola osztályai vetélkednek egymással csapatverseny keretében. (8 illetőleg 5 fős csapatok részvételével)

Az elmúlt évi országos értekezleten szövetségünk képviselője olyan tájékoztatást kapott, hogy a technikai bizottság dolgozik egy fény és hangjelekkel működő rajtberendezés készítésén. A nálunk meglévő hasonló tervezést e hír hallatán leállítottuk. A Hungária Kupán tapasztalt kezdetleges módszerek (majd leesett a számokat hajtogató sporttársnő a faágról) arra engedtek következtetni, hogy a várt indítógépet nem készült el. A szövetségünk egyik külső munkatársa — a városi Természetbarát Szövetség aktivája — Bujtás Imre újból nekikezdett a készülék tervezésének és elkészítésének. Remény van arra, hogy a Sopron Kupán a készüléket bemutathatjuk.

A Sopron Kupa rendezésével kapcsolatban olyan határozatot hozott a szövetség elnöksége, hogy az alapító levél módosításával a csapatverseny helyett csupán egyéni verseny keretében rendezi meg 1975-től kezdődően.

Ez év nyarán Nyiregyházán üdültem. Az üdülés utolsó napjaiban találkoztam a nyiregyházi edzőpálya egyik pontjával. Nagyon jó lett volna, ha az edzőpálya létéről korábban szerzek tudomást. Ez a körülmény arra

inspirált, hogy javaslom a tájékozási futás szerkesztőségének: előzetes adatgyűjtés után tegye közzé, hol és milyen fix pontos edzőpálya van használatban, mert ezzel különböző edzőtáborozások tervezését és az üdülések jó kihasználását teszi lehetővé.

Sopronban is van egy 30 pontos edzőpálya, és már több alkalommal érdeklődtek a használata felől, kértek térképet.

Végül a következők lényegének közlését kérjük a szaklapunkban.

A Sopron Kupáról hazautazó versenyzők közel két tucat személyes holmit (alsónadrágtól a karóráig!) felejtettek az öltözőben. Az elhagyott ruhaneműt és használati tárgyakat azóta sem kereste senki. Ennyire jól állnak a sportkörök, a szülők és a versenyzők, hogy ilyen hanyagságot megengedhetnek? A városi szövetség a jelen értesítés megjelenésétől számított 30 napig még megőrzi az elhagyott holmikat és utána selejtezi, illetve hatósági őrzésre leadja őket. Kérjük a versenyzőket, hogy az előbbi időpontig jelentkezzenek az elhagyott javaikért. A szövetség címére kell írni (9400 Sopron, Ifjuság tér 27.) megjelölve az elhagyott felszerelés színét, formáját, nagyságát stb.



Köszönetet mondok Szarka Ernő sporttársnak, amiért a TF 9. számában helyesbítette a 8. számban megjelent téves adatot, ahol az 1960-as év országos bajnokaként nem Schönviszky László, hanem Schönviszky György szerepelt.

Magam is nagyonényes vagyok minden tárgyi tévedésre. A hiba azonban nem valami téves forrásból eredt. Fogalmazványomban nálam is László szerepel, a György csak gépelési hiba. Hogy ezt a hibát én követtem el, amikor letisztáztam, vagy, ami még valószínűbb a szerkesztőségben a gépelő hibázta el, amikor e cikket írta, ma már nehéz lenne megállapítani.

A nyomtatott szövegben pedig a hibát nem vehettem észre — mert akkor magam is azonnal jeleztem volna —, mint saját cikkemet az ujságban nem olvastam el.

Még egyszer köszönetet mondok Szarka Ernőnek, és másokat is arra kérek, ha valahol valami téves adat jelennék meg, akár tudatlanságból, akár gépelési hibából, azt helyesbítsék.



Bemutató előadásokkal kezdtünk, aztán úgy határoztunk, hogy inkább beszélgetünk. Mondjon mindenki valamit. Persze aki betévedt az azt sem tudta, hogy üljön-e vagy álljon. Hallani és látni szeretett volna inkább.

A szerencsések először ritka szép ajándékot kaptak: Magyarország régi térképeinek (15 Ft-os) faksimile nyomatát. Jöttek is a telefonok: mit ábrázolnak ezek a térképek? Osztáskor ezek közlése elmaradt.

Juniusban elkészítettem egy szabályzat-tervezetet, amit szét is küldtünk a tagoknak. Megalakult a vezetőség (négy taggal júliusban). A decemberi összejövetelen nagyot léptünk előre. Féléves munkatervet dolgoztunk ki. Minden hónapban ismertetőt tartunk valamilyen témában de bemutatásra, megbeszélésre, tájékoztatásra is sor kerül. Szeretnénk a cserét is megindítani, bár ennek nagy akadálya, hogy kevés a cserére alkalmas térkép.

Egy éve, hogy a térképszerűtök széles táborának vezérsátrát felállítottuk a TIT Kossuth Klubjában. Házigazdáink segítő támogatásának elmaradása felett elszomorodom – a majdhogynem teljes érdektelenséget látva szedtük a sátorfánkat és magashegyi turára indultunk. Bevettük a budai várat és főhadiszállásunkat a Várhegy legjobban védett fokán, a minden irányba meredező ágyuk mögötti Hadtörtéti Muzeumban építettük ki. Itt aztán védve voltunk. Olykor a még fegyvertelenül és támadó szándék nélkül közelítő tagjainkat is megszalasztotta a porta.

Uj házigazdánk attól tartott, hogy nagy-nagy tömegek sereglük meg a baráti kört. Először is a vidékiek előtt zárult le a sorompó. Az aktívák felduzzasztása sem volt kívánatos, nehogy esetleg a munka az elgondoltnál serényebben induljon be, mert annak visszafogására nem látszott kiút.

Bemutató előadásokkal kezdtünk, aztán úgy határoztunk, hogy inkább beszélgetünk.

Előreláthatólag 1975. évi programunk:

- január 9. A tájékozdási sport térképei
- február 6. A rézmetszések
- március 6. A regionális tervezések térképei
- április 10. Történelmi térképek
- május 8. A régi Budapest
- június 5. Régi felvételek

Az előadások helye a Kossuth Klub, de változások elképzelhetők, s ezért legjobb ha a szövetség telefonszámán érdeklődnek. (126-820)

Szeretnénk a TIT keretében maradni továbbra is. Ehhez elengedhetetlen a helyégbiztosítás, mert enélkül idegeneknek éreztük magunkat mind a Kossuth Klubban, mind jelenlegi ideiglenes helyünkön a Várban.

Egy év mérlegét megvonva nem dicsekedhetünk látványos eredményekkel. Kétség-telenül életképes baráti kört alapoztunk – kellő támogatás és szimpátia híján. A tagság egy része szívósan kitartott és ez reményt nyújt arra, hogy a kör tovább bővülve végül is megerősödik és elkezdődhet a klubélet.

Dicséretes, hogy éppen a tájékozdási sport berkeiből került ki a legtöbb tag. Mellettük a pedagógusok segítségére számíthatunk az iskolás fiatalok mozgósításában. Én határozott híve vagyok a vidékiek támogatásának, ami egyelőre esetleg egy levelező-aktív szorgalmas munkájával oldható meg.

Most, amikor az első magyar "térkép-muzeumot" szervezik, amikor a Széchenyi Könyvtár térképtára a Várban költözés előtt áll, amikor a kutatás jobban figyelembe veszi a régi térképeket, amikor eleink megbecsülése és évszázados tapasztalataink praktikus átvétele általános jelenség, az aktív térképszerűtő tagság mozgalmának kell, hogy legyen jövője. Ennek reményében a "Tájékozdási Futás" egy oldalmi terjedelemmel áll a klubhírek közlésével a térképszerűtő sporttársak szolgálatára. A térképek jobb megismerését elősegítő – az eredményes munka reményében mindenkit szeretettel várunk összejöveteleinkre, rendezvényeinkre.

Hrenkó Pál

Térképbarátok Köre titkára

## TÁJÉKOZODÁSI FUTÁS

### A MAGYAR TÁJÉKOZODÁSI FUTO SZÖVETSÉG HIVATALOS LAPJA

Szerkeszti a Szerkesztő Bizottság. Felelős szerkesztő: Skerletz Iván. Szerkesztő: Szaktila János. Olvasószerkesztő: Nyitrai György. Képszerkesztő: Józsa Sándor. Szerkesztőség: Budapest, VI., Bajcsy-Zsilinszky ut 31. II. em., telefon: 126-820. Levelezési cím: 1374 Budapest, Pf. 614 - Kiadja a Sportpropaganda Vállalat (1143 Budapest, Dózsa Gy. u. 3.) Kiadásért felel: Béres Tibor igazgató. - Terjeszti a Magyar Posta. Előfizethető bármely postahiválnál, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlapirodánál (KHI, 1900 Budapest, József nádor tér 1.) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI 215-96162 pénzforgalmi jelzőszámra. Egyes szám ára: 3.-Ft. Előfizetési ár egy évre: 30.-Ft. (megjelenik havonta). Számonként kapható: Sportpropaganda Vállalat Terjesztési Osztály 1051 Budapest, Bajcsy-Zsilinszky ut 38.

Indexszám: 25827

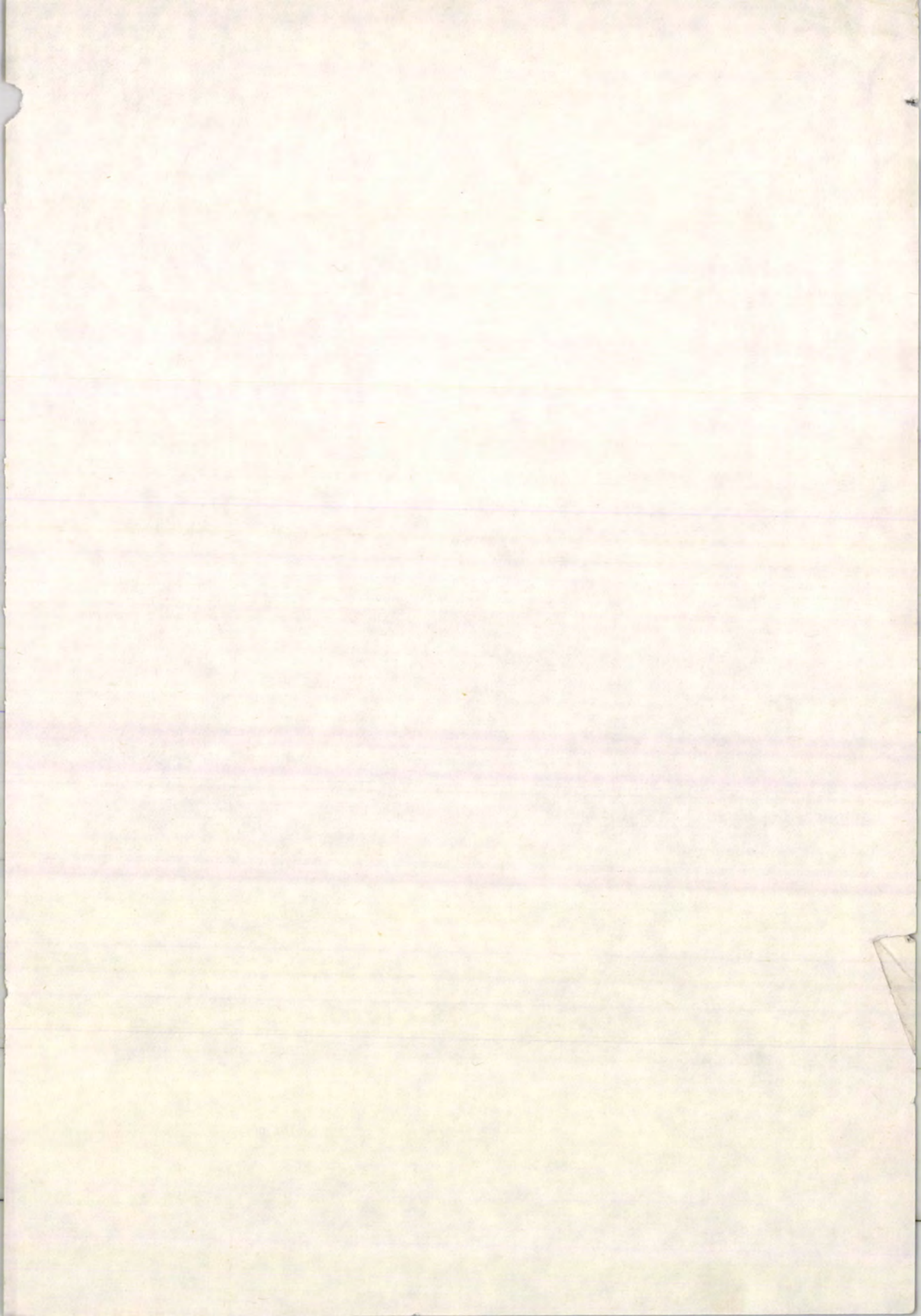


Fig. 3. - Ft

