

Tájéoló

2014

16

a BTFSZ lapja

32. évfolyam



Rejteki ravatal – ÉOB 2014
Három nap Miskolcon
Emléktábla avatás
Téli edzések, programok



EMLÉKTÁBLA AVATÁS

ABTFSZ elnöke, Bugár József kezdeményezésére a szövetség emléktáblát állított a 2011-ben elhunyt Valkony Ferenc emlékére Hűvösvölgyben, a Szepesi utca végén lévő réten, amely kedvelt versenyközpontja volt a kőbányai sportvezető által rendezett kisversenyeknek. A tábla felavatására november 9-én került sor, mintegy 60 sporttárs részvételével. A tábla megtalálása önmagában lehet tájékoztatósi feladat, mivel a szikla, amelyre rögzítve lett, eredetileg a rét szélén volt, de mára felnőtt a növényzet. Viszont reméljük, így védettebb lesz a vandál támadásoktól.

Az avatást követően került sor a 7 rangsoroló szerdai futamból álló idei Valkony Ferenc emlékverseny sorozat összetett eredményhirdetésére, majd a Silvanus SE szervezésében a szokásos vasárnapi edzőversenyen lehetett sportolni is. A versenyen összesen 158 rajthozállást

Az emléktábla

regisztrált a főszervező Hegedűs Béla, a bevételt pedig az egyesület a Budapest Tájfutó Sportjáért Alapítvány számára továbbítja utánpótlás-nevelési célokra. A verseny lebonyolítását, és az azon használt, idén debütált új Vadaskert térkép elkészítését a MOB szabadidősport tagozata támogatta.



*Valkony Kinga és Bugár József
leplezte le az emléktáblát*

TÁJOLÓ

A Budapesti Tájfutók
Szövetségének lapja

2014 6. szám

A szerkesztőség vezetője:

Schell Antal

Szerkesztőbizottság:

Argay Gyula, Bacsó Piroska,
Hajdu Martin, Józsa Sándor,
Nagy Krisztina,
Nemesházi László

Terjesztés: Keszthelyi Ildikó

Szerkesztőség:

1053 Budapest,
Curia u. 3. II/2.

e-mail: tajolo1@t-online.hu

Hivatalos idő:

kedd, csütörtök
16–19 óráig

Kiadja:

a Budapesti Tájfutók Szövetsége

Felelős kiadó:

Bugár József

HU ISSN 1215-8526

Megjelenik évente 6 alkalommal

lapzártá megjelenik

6. szám 11. 11. 11. 21.

Megrendelhető

a Budapesti Tájfutók
Szövetségénél,
a szerkesztőség címén.

Nyomda:

Keskeny és Társai 2001 Kft.

ONEB 2014

Kiskunmajsa-Zsana

Az utolsó

Mármint selejtezővel bonyolított Normáltávú OB. Valaha ez volt „a” bajnokság – az ONEB. Így hívták régen is, de akkor az „N” még nem normáltávú, hanem nappalit jelentett a nevében. Közben persze folyamatosan változott, úgy bő tízévenként meg-megújult.

Csak amire én emlékszem, az utolsó bő 30 évre: 1980-ig kétnapos OB-ként rendezték, a bajnoki eredményeket a két nap futott időök összeadása alapján hirdették. Feljutni a megyei majd a vidék-, a fővárosban a „B” majd „A” szintű Budapest-bajnokságról lehetett. 1981-től egynaposá vált, de a feljutási rendszer maradt. A vidék és a főváros számára meghatározott kvóta szerint lehetett bekerülni az OB-ra. Így persze nem mindig voltak egyenlőek az esélyek, attól is függött, hogy épp vidéki vagy budapesti klubban futott valaki. Jól kiütött között ez 1990-ben, amikor az utolsó Vidék- és Budapest-bajnokságot rendezték meg, akkor már közösen, egyforma pályákon. Én épp fővárosi klubban futottam, és lazán bejutottam a döntőbe, míg öcsém vidékiként, bár jobb időt futott ugyanazon a pályán, mégis kiesett. '91-től aztán megint újabb rendszer jött: OB selejtező, az egész országnak együtt, több selejtező csoporttal, de nem a döntő hétvégéjén, hanem néhány héttel korábban. Közben néhány félhivatalos esztendő után a szeniorok is teljes jogú tagjai lettek az ONEB mezőnyének, és 2001-ben épp mi rendezhettük az utolsó olyan OB döntőt, ahol még külön volt a selejtező. 2002-től volt a mostanáig érvényes rendszer: első nap selejtező, másnap döntő. Jövőre pedig már mindenki indulhat a döntőn, aki benevez. Lehetne elmélkedni azon, hogy így múlik el a világ dicsősége,

így csökkent az egykor legmagasabb rangú bajnoki cím értéke, de valójában csak a nemzetközi irányvonalat követjük. Idén már a világ bajnokságon sem rendeztek selejtezőt, persze ott azért még nem indulhat bárki, aki benevez.

Itt viszont igen, még ha most utoljára a selejtezővel is kezdtünk szombaton. Ennek megfelelően igen szép számú induló gyűlt össze. A puszták közepén nem csak a cél és versenyközpont, hanem egy valóságos vásárlóutca is várta a versenyzőket. A megszokott büfé- és felszerelés-árúsító sátrak választékán kívül sok minden egyebet: kürtőskalácsot, ékszereket, mézet és ki tudja még mit lehetett vásárolni.

A terepről, térképről, pályákról és a szokásosnál jóval melegebb időről nem írnék, erről a bajnokokat kérdeztem. Egyebekben a verseny a Maccabi rendezőgárdájától már megszokott magas színvonalat hozta, gördülékeny rendezés, a versenyzőknek nyújtott extra kedvezmények – ezúttal a kiskunmajsai termálfürdőbe léphettünk be féláron. Mivel az időjárás strandidőre fordult, így szombat délután meg is telt a fürdő tájfutókkal.

Az eredmények az újság közepén böngészhetők, én csak kettőt emelnék ki közülük. Az egyik Weiler Virágé, aki itt negyedik egyéni bajnokságát nyerte az idén, majd két héttel később ezt meg az Éjszakai OB győzelemmel fejezte meg, így ez évben egyedül ő büszkélkedhet öt egyéni bajnoki címmel. A másik Józsa Gáboré, aki hosszabb szünet után indult újra tájfutó OB-n, és egyből egy bajnoki címmel tért vissza.

Két nap futás után, még ha síkon is volt, azért jól elfáradtunk. Sebj, áprilisban jöhetünk ismét a környékre, hogy egy nap alatt fussunk ugyanennyit, hiszen a Maccabi akkor a Hosszútávú OB-val vár majd minket.

Kovács Gábor

ONEB 2014 – így látták a győztesek

Ugyanazt az öt kérdést tettem fel a bajnokoknak, akik rövidebb-hosszabb válaszokat adtak. Kettőn pedig még egy pluszkérdést is kaptak.

1. Hogy tetszett a terep?
2. Hogy tetszett a térkép?
3. Hogy tetszett a pálya?
4. Zavart-e a szokásosnál melegebb idő?
5. Számítottál a győzelemre?

N14 – Hajnal Dorottya (SPA)

1. Alapvetően nem kedvelem az alföldi terepeket, de ez tetszett, mert jelentett technikai kihívást is. Meg persze nem volt benne szint, ami az előnyömre vált.

2. Teljesen korrekt volt.

3. Nagyon tetszett benne, hogy a nyílt és az erdős területek gyakran váltakoztak, mert így futás közben nagyon sűrűn kellett változtatni a futás technikáját és tempóját, koncentrálni kellett a tájékozódásra is.

4. Nagyon zavart, egyáltalán nem bírom a meleget.

5. Tudtam, hogy lenne esélyem a győzelemre, de mivel előző héten beteg voltam és nagyon régen futottam az Alföldön, ezért igazából nem számítottam rá.

F14 – Horváth Csongor (MAT)

1. Tetszett, a gyors alföldi terep feküdt nekem, mivel a fizikumom volt a hangsúly. Külön tetszett, hogy rét és jól futható erdő is volt a terepen, így változatosak voltak a pályák.

2. Jó volt, futás közben jól ki tudtam olvasni a térképet és amerre jártam, arra nem talákoztam térképhibával.

3. Szerintem a pályakitűző a terepből a legtöbbet hozta ki. A rét és az erdő váltakozott és a normáltávnak megfelelően hosszú útvonalválasztós átmenetek is voltak, már amennyire a jól futható erdő ezt megengedte.

4. Nem zavart, engem a hideg általában jobban szokott zavarni.

5. Számítottam, mivel már a közép-távon is második lettem és talán az egész mezőnyünkben nekem van

a legjobb fizikumom. Gondoltam, hogy a gyors alföldi terepen jó eredményt érhetek el.

N16 – Sárközy Zsófia (MOM)

1. Könnyebb terepre számítottam, de tetszett nagyon, örültem a technikás részeknek.

2. Nekem mindenhol stimmel, csak a szintvonalak voltak nagyon sötétek, futás közben nem lehetett olyan jól kiolvasni.

3. A mi pályánknak az elején volt a nyílt rész, rövid átmenetekkel, utána már hosszabbak voltak, szerintem jobban el lehetett volna osztani ezeket.

4. Igen, mert a vizem már a rajtom előtt elfogyott, de futás közben annyira nem volt zavaró.

5. Dobogóra mindenképp, de a pálya után nem gondoltam, hogy ezzel az első hely is meglesz.

F16 – Szuromi Máttyás (PVS)

1. Nekem nem igazán fekszik az Alföld, ezután is ezt gondolom. Idén nem voltam elég erős futásban, legalábbis így éreztem. De a terep nagyon tetszett, így utólag már a selejtező is, mert technikás volt és figyelős.

2. Semmi bajom nem volt vele, korrekt térkép volt. A méretarány is megfelelt a távnak, de ha kellett pontosan is ki lehetett olvasni a részleteket. Ugyan én általában nem igazán néztem a részleteket, mert a pálya nehézsége ezt nem követelte, inkább növényzet alapján futottam, az gyorsabb volt, persze nem mindig lehetett.

3. Szerintem jobban kihasználhatták volna a terep adottságait. Technikás volt a terep, de a pálya lehetett volna nehezebb, bár lehet, hogy ez így volt jó a 16-osoknak.

4. Csak a selejtező. Akkor pont a legmelegebb időben voltam a réteken és az megnehezítette a futást, de hát az csak a selejtező volt... A döntőn már kevésbé, ott a pálya nagy része erdőkben, árnyékban ment, és egyébként sem volt olyan meleg.

5. Az elején picit féltam a többiektől,

mert sok a jó futó a kategóriánkban és nekik Alföldön egy könnyebb pálya feküdne, de szerencsére azért annyira nem volt könnyű. Ezt már pálya közben is láttam és akkor éreztem, hogy nagy az esélyem a győzelemre, mert hibátlanul ment a pálya technikailag és a futótempóm is közel volt a maximálishoz. A kiskörömben ugyan benne hagytam egy kicsit, de csak futásban, ott már nagyon fáradtam és hallottam, hogy mennyi az előnyöm az átfutón. Nem volt ott Süti (Zacher Marci), őt tekintették a legnagyobb ellenfelemnek, ezért nőttek az esélyeim, szóval igen, számítottam rá. Főleg futás közben éreztem, hogy jól megy, de próbáltam kontrollálni ezt és a futásra koncentrálni, így ez a tudat csak plusz erőt adott a futáshoz és sikerült is technikai hiba nélkül befejeztem a pályát.

N18 – Weiler Virág (SPA)

1. Szép változatos terep, nyílt részek, bozótosok és jól futható fehér erdő váltogatta egymást.

2. Olyan volt, amilyennek egy OB térképnek lennie kellett, én nem találtam semmi hibát benne.

3. Változatos volt a vonalvezetése, hosszabb futós, rövidebb technikásabb átmenetek váltakoztak.

4. Egyáltalán nem zavart, az edzéseket is 4-kor kezdjük, amikor nyáron elég meleg van, tehát hozzá voltam szokva ennél jóval melegebbhez is, de azért a biztonság kedvéért előtte bevezetem a hajamat. Első egyéni OB aranyamat 2010-ben a 40°C-os táblári KOB-on nyertem, mert szerencsére jól bírtam a meleget.

5. ONEB-et még sosem nyertem, de tudtam, hogy az alföldi terep nekem való, mivel sík és könnyen futható. Az edzések nagyon jól mentek mostanában, így tudtam, hogy attól nem kell félnem. ONEB előtt egy héttel elindultunk a Szeged Kupán, ahol volt lehetőségem Szerencsi Ildivel együtt futni. Megtapasztaltam, hogy ő milyen tempóban megy a pályán, mit bírok el, milyen tempót



Weiler Virág (SPA – N18) az idén minden bajnokságot megnyert

kéne majd az ONEB-en futnom. Ez szerintem sokat segített, mert elhittem, hogy ilyen tempóban is képes vagyok végigfutni a pályámat. De természetesen tartottam a többiektől.

+1: Az idén eddig szinte mindent megnyertél itthon, amit lehetett. 5 egyéni OB, OVB, PCSB, Diákolimpia sprint. Mennyi edzőmunka kellett ehhez?

A szerencse is közrejátszott abban, hogy az összes egyéni OB-t megnyertem, Szuromi Luca és Vinczai Csenge kemény ellenfelek, néha egyikünknek, néha másikunknak jön ki a lépés. Tavaly szeptember óta szinte nem volt pihenőnapom, sielés, tengerpartozás, túrázás közben is kimentem futni. Heti 50-75 km-t futok, óriási mázlim, hogy Szerencsi Ildivel tudok hetente kétszer résztávozni.

F18 – Míavecz Balázs (MOM)

1. Nagyrészt futós volt, helyenként egészen figyelős. Nekem tetszett, de útvonalválasztós átmenetekre nem adott sok lehetőséget.

2. A selejtezőben zavart a szintvonalak kinézete és a 15 ezres méretarány is, de a döntőre ezeket megszoktam.

3. Szerintem jó, változatos pályánk volt. Az útvonalválasztásokat hiányoltam, ami normáltávon fontos.

4. Éreztem, hogy meleg van, de a futásban nem zavart.

5. Augusztusban és szeptemberben nem mentek annyira jól a versenyek, mint ahogy szerettem volna. De az OB előtt rendesen edzettem, számítottam a dobogóra, de a győzelem meglepetés volt.

F20 – Tugyi Levente (DTC)

1. Egy átlagnál jobb alföldi terep volt, amin csak az számított, hogy milyen gyors az ember és mennyire precíz a tájékozódása. Szerintem a terep adottságaiból a maximálisat kihozták.

2. Nagyon jó megoldás volt, hogy a nyíladékokat nem vették fel. Másrészt a 15 ezres térkép is okozott némi felismerési problémát számomra. Így ezekkel a dolgokkal nehezíteni tudták a tájékozódást, szerencsére.

3. Folyamatos koncentrációt kellett nyújtani gyors tempó mellett a pályán. A terep szinte minden részén jártunk és egy átmenetet sem találtam unalmasnak.

4. Amikor az átfutó után a pálya kivitt a selejtező nyílt részére, ott éreztem azt, hogy bajok lesznek. Egyik pillanatról a másikra szellemileg és fizikailag is teljesen elhaltam. Az ott igazi kihívás volt a végén számomra.

5. Igen, fizikálisan erősnek és gyorsnak érzem magamat. Utóbbi időben a tájékozódásomat is jobban tudom korrigálni, így minden adott volt a győzelemre.



Kinde Vanda (SPA) és Tugyi Levente (DTC) a junior bajnokok

N21 – Szerencsi Ildikó (SZV)

1. és 3. A selejtező után nagyon megörültem, volt néhány pont, ami egész jó kis tájékozódási feladat elé állított (még hibáztam is) és reméltem, hogy a döntőre tartogattak valami még izgalmasabbat. A döntő viszont nem hozott új kihívást, másodpercekben tudnám mérni, mennyi maradt benne. A pálya dinamikája tetszett, jókor jöttek a váltások az erdő és a nyílt részek között, jó helyen volt az átfutás, ügyesen elkerülték az útfutásokat, ami folyamatos koncentrációra kényszerített. A kiskörre jól el is fáradtam, ráadásul az átfutón a 7,5 perces előnyömet 2,5 percrek értettem, úgyhogy nagyon igyekeztem kerülni a hibázást. Összességében tetszett, én azt kaptam, amire számítottam és mégiscsak ezeken a terepeken nőtem fel, szeretek rajtuk versenyezni.

2. Nem volt vele semmi problémám, előtte kicsit tartottam a 15 ezres méretaránytól, de nagyon szépen olvasható volt.

4. Nem zavart, bármelyik októberi versenyre aláírnám ezt az időjárást!

5. A ROB óta nem hátráltattott semmi sérülés, úgyhogy volt mögöttem végre egy hónap rendes edzőmunka, ezért sejtettem, hogy menni fog, bár ekkora különbségre és ilyen tempóra nem számítottam.

F21 – Józsa Gábor (TSE)

1. A természet értékei csodálatosak. Technikailag inkább a folyamatos koncentrációra kellett figyelni, mint az útvonalválasztásra vagy a finom tájékozódásra.

2. Jó érzés azt mondani, hogy nem tudok róla semmi különös elmondani. Azt hiszem egy térképhelyesbítőnek ez a legnagyobb dicséret. A térkép szerintem pontos volt, nagyon precíz, pont mint a térkép-készítők.

3. Tetszett, hogy váltogattuk a nyílt részeket a fedettel. A selejtezőn az első fele volt a nyílt területen, ahol könnyen el lehetett futni rossz

irányba. A döntőben az eleje és a vége volt ebben, de szerencsére nem okozott gondot. A döntőn az elején inkább óvatosabban kezdtem, a végén meg már én is lassultam és úgy már nem tudtam elkapkodni azt sem.

4. A selejtezőn jobban ütött, mert többet futottunk a nyílt területen huzamosabban. A döntőn nem volt gond, általában jól bírom a meleget.

5. Szeptemberben még úgy értékeltem, hogy nagy bravúr lenne a dobogó. A felkészülő versenyeken meglepően jól ment a rég nem gyakorolt tájékozódás, de ezek még egyszerűbb terepek voltak (Tatárszentgyörgy, Ruzsa). A Pírtón rendezett Szeged kupa második napján viszont már láttam, hogy sokkal technikásabb terepen is kevesebbet hibázok, mint régen és itt már a szparis titánokat is picit fel tudtam mérni, akikkel 2009 előtt még nem versenyeztem. Akkor már egy fokkal feljebb is tudtam tervezni.

+1. Hosszabb kihagyás után látunk újra tájfutóversenyen. Minek köszönhető, hogy rajthoz álltal?

Az év elejétől küzdöttem egy visszavisszatérő sérüléssel. Majdnem az egész augusztust is ki kellett hagynom, akkor már eldőlt, hogy így sem a félmaratoni, sem a maratoni bajnokságon nincs értelme odaállnom. Az újabb sérülés is elkerülendő. Szeptember elején eleinte lábkímélés céljából főleg terepen futottam. A második ilyen hét környékén rájöttem, hogy amíg fel nem erődösök újra az utcai és pálya versenyekhez, addig akár tájfuthatnék is. Szerencsére a lábam ezután már nem fájt, egész gyorsan sikerült újra felhoznom magam fizikailag.

N35 – Simon Ágnes (ETC)

1. Tetszett, érdekes volt és változatos.

2. Néhol nem éreztem jónak az irányokat, de alapvetően meg voltam vele elégedve.

3. A döntő nagyon, a selejtező kevésbé.

4. Nem, kifejezetten jól esett a nyáriás ósz.

5. Bízom benne, igen:-)

F35 – Dénes Zoltán (KAL)

1. Tetszett, bár semmi különleges nem volt benne, átlagos alföldi terep, de végre én is új terepen versenyezhettem.

2. Jó volt, nem találtam tartalmi problémát, de a nyomtatást még mindig nem sikerült eltalálni, most a barna lett túl sötét, nem tudtam futás közben megkülönböztetni a segédzintonvonalakat az ösvényektől.

3. Összességében jó, bár a döntő vége eléggé egyszerű lett, nem biztos, hogy mindenki egyetért velem, de én hiányoltam némi bozótost a pályákból, ahol jobban kell figyelni.

4. Jobban örülök a melegnek, mint az esőnek.

5. Esélyesként indultam, de pont ezért volt nehéz.

N40 – Bánki Jusstina (KZS)

1. Szeretem a fenyveseket; szeretem kerge zergeként nyargalászni az erdőben, tisztásokon. A verseny terepe erre lehetőséget adott. Kissé futósabb volt, mint technikás, ennek ellenére OB-ra való. A hegyek a kedvenceim, de azt se bánom, ha nem kell bokatoröregítő kötengeren versenyezni.

2.-3. A pálya nem volt igazán technikás és magasabb futósebességet engedett meg, ami viszont folyamatos odafigyelést, koncentrációt igényelt, és végül szoros versenyt eredményezett. A térképpel nem volt különösebb problémám, bár volt, hogy nem úgy éreztem a dolgokat, ahogy az a térképen jelölve volt. Ez azonban lehet, hogy a tempónak volt köszönhető. Örülök, hogy a kategóriám nem 15 ezres térképet kapott.

4. Az idő csodaszép, futásra ideális volt, a mi távunkon nem is volt szükség frissítésre.

5. Győzelemre nem, de dobogóra számítottam; nem is koncentráltam ilyesmire, csak célba akartam érni, mielőtt elfogy a bagulyás.

F40 – Nagy István (TSE)

1. Az előzetes várakozásokkal összhangban a terep nekem nem okozott csalódást, azt gondolom, hogy néhány borókásabb területet leszámítva az Alföldön nincsenek nagyobb tájékozódási tudást igénylő terek. Futottam sokkal egyszerűbb OB-kon is.

2. Minősége mind külsőleg, mind tartalmilag kifogástalan volt számomra.

3. Az adottságokat figyelembe véve a pályám egy jól megkomponált feladat volt, kevés helyen lehetett útfutást szóni az útvonalba, voltak nyílt meleg részek, hosszú átmenetek – nyilván kevesebb alternatívával, mint a hegyekben –, néhány rövid fordító, aki akart mehetett irányba is, tehát azt hiszem, a pályatervezőre nem lehet panasz.

4. Kellemes volt mind a versenyen mind a fürdőben, ez a nyáridéző meleg inkább előnyre vált a rendezvénynek, mint kárára, a rajtba ugyan vinnem kellett magammal vizet, de ezt leszámítva az egész esemény kerekre sikeredett.

5. Az egész évet beárnyékolta egy makacs sérülés, ami miatt fizikailag nem vagyok csúcsmódban, és a selejtezős idők összehasonlításnál is kiderült, hogy nem voltam gyorsabb az ellenfeleknél, ezért csak egy hibátlan futás lehetett elég a győzelemhez, ami majdnem sikerült is, örülök a sikernek, még ha a mezőny nem is volt teljes.

N45 – Vinczainé Kovács Ildikó (PVS)

1. Nagyon jól éreztem magam, kellemes környezetben, szép terepen. Maga a terepválasztás szerintem volt egyszerű volt, nem igazán volt technikai kihívás egy-két részletet leszámítva. Ettől függetlenül bőven lehetett hibázni, ha nem koncentráltam a feladatra.

2. Elégedett voltam, ha hibáztam is, az magamnak volt betudható...

3-4. A selejtezőn hamar túljutottam (idő: 19.48 – 3,1 km). A döntőn a nagy meleg nem esett jól, mert

egyszer már a szervezetünk hozzászokott az 5-7°C -hoz, így a ez a hirtelen jött időjárásváltozás nem gyakorolt rám pozitív hatást. Sőt kicsit féltem is tőle, de úgy voltam vele, hogy a táv relatíve nem sok (5,3 km), ezt akármilyen meleg időben is tudni kell megfelelően teljesíteni. A pálya felépítése tetszett, 90 %-a jól ment, habár nem tudtam magamból a legjobb futótempót kihozni. Miután nem nagyon hibáztam, a végére kicsit elbízottam magam, így elkezdtem bizonytalankodni.

5. Ismerve az ellenfeleket, nem tudtam mire lesz jó. A női 40-45-s mezőny elég erős, nagyon jól felkészült versenytársak között mérhetjük össze tudásunkat. A győzelemre megvolt az esélyem, számítottam rá, de a tájékozódási futás éppen attól szép, hogy kiszámíthatatlan, elég egy kis figyelemkiesés és minden elképzelés borul. Idén a 45-ös kategóriában eddig sikerült megnyernem, amit szerettem volna, azaz a klasszikus tájfutó bajnokságokat: HOEB, KOB, ONEB, a rövidtávon csak 3. lettem (egy kaput félre néztem), de itt is PVSK győzelem született csapattársam személyében (Turcsáné Cseh Erzsébet). Összességében pozitívan zárult ez a bajnokság, örülök, hogy bajnok lehettem. Hadd jegyezzem meg, hogy az idei év számomra meghatározó, és igazi tájékozódási futó emléket hagyó versenyei, melyek mind fizikai, mind igazi tájékozódási feladatot adtak: Postás Kupa, Középtávú OB, Pannon Tájfutó Napok. Ezekből kellene sok, és akkor elmondhatjuk, hogy felérünk a nemzetközi versenyezés felé.

F45 – Marton János (HSP)

1. Amikor megjelent a kiírásban, hogy olyan terepen lesz a bajnokság, ahol ezelőtt még nem tartottak tájfutó versenyt, arra gondoltam, hogy talán azért, mert a terep nem tartogat igazi kihívást, technikai nehézséget, de szerencsére az aggodalmam nem bizonyult valósnak.



Szerencsi Ildikó (SZV) és Józsa Gábor (TSE) nyerték a felnőtt bajnokságot

Semmiel sem maradt alul más, alföldi, hasonlórú terepekhez képest. A futósebességekből is látszik, hogy gyors terep, de ugyanakkor maximális koncentrációt és figyelmet igényelt. Minden másodpercben pontosan tudni kellett, hogy éppen hol vagyok és ennek megfelelően kellett a sebességet is megválasztani.

2. Nem akadtak kifogásaim a minőségével, egyedül a barna színnyomatot vettem volna világosabbra, mert a segédszintgörbe néhol nagyon összetéveszthető volt az ösvénnyel, de lehet, hogy ez is csak a gyengébb látóknak, mint én is, okozott kisebb gondot. Még talán annyit, hogy nagyobb versenyeken és bajnokságokon érdemes lenne áttérni a laminált térképekről a vízálló „papírra”. Pozitívum, hogy a pálya oldala matt, míg csak a hátoldala volt fényes fóliával ellátva. Többen panaszkodtak, hogy a térkép nem a mágneses északnak volt tájolva, de ha valaki úgy tájolt, hogy közben folyamatosan figyelte a tereptárgyakat és a domborzatot, ez nem okozott gondot.

3. Nehézségi szintje nem volt kiemelkedő, de ezen a terepen szerintem kihozták a legjobbat, és mint

már említettem, folyamatosan tudni kellett, hogy éppen hol vagyok.

4. A meleg idővel soha nem volt gondom, a nyár folyamán sokszor edzettem a déli, kora délutáni órákban, igaz a mostani váratlan meleg kissé visszavette a sebességemet, de gondolom, nem egyedül voltam ezzel így.

5. Összinté leszek, sokat, nagyon sokat edzettem rá és elszántsággal álltam rajthoz, de tudván azt, hogy a kategóriánkban sok kiemelkedő ellenfelem van, többen igazi „alföldi gyerekek”, csak titokban reménykedtem a sikerben. Viszont, egyéni bajnokságoknál, nem tartom igazságosnak az átfutó pont alkalmazását, főleg ha még szpiker is jelen van. A később rajtolóknak előnyt jelenthet a hangos kommentátor azon megjegyzése, hogy hány percre áll az addig átfutottakhoz képest. De az is lehet, hogy egy labilisabb futót éppen ez vet vissza és zavarja meg annyira, hogy emiatt hibázik a hátralévő kiskörön. Váltón persze más a helyzet, ott rendben van, de egyéni indításos rendszernél én nem engedném ennek alkalmazását.

N50 – Kármán Katalin (HSE)

1. Jól futható volt, a domborzat is segítette a tájékozódást. Kevés volt a bozót, amely növelte volna a szercsefaktort a versenyen.

2. A Forrai testvérek térképét nem először dicsérem. Pont úgy ábrázolják a terepet, ahogy én is látom. Ez nagy segítség volt a versenyen, teljesen megbíztam benne, így gyorsabb tempó mellett is kontaktusban tudtam maradni vele.

3. Ebben a tekintetben nem vagyok túl igényes. Próbálok alkalmazkodni. Ha rövid, gyorsabban futok, ha technikás, jobban figyelek. Mivel a versenyt megnyertem persze, hogy tetszett a pálya.

4. Fiatal koromban nem bírtam a meleget. Ez meg is látszott a Hungária kupa eredményeimen. Ma már ez nem zavar.

5. Semmi esélyem nem volt ezen a

pályán a sokkal gyorsabb Mátyás Ildikóval szemben. Tudtam, hogy csak a szokásosnál gyorsabb tempóval nyerhetek. Mivel a térképpel nem volt gondom, hiba nélküli futással ez sikerült.

F50 – Varga József (GOC)

1. Határozottan pozitív benyomással van a tereppel kapcsolatban, mert szeretem magát az alföldi viszonyokat és szeretek az ültetett erdőkben futni.

2. Könnyen olvasható, jól értelmezhető.

3. Pörgős, gyors, sok odafigyelést igénylő pályákön vehettem részt.

4. Engem különösebben nem zavart.

5. A selejtezőben elért 5. helyezésem után éreztem, hogy másnap többre is képes lehetek.

N55 – Horváth Magda (TTE)

1. Az alföldi terek között vannak nagyon élvezetes technikás, jelentős tudást igénylők is – ez nem volt túl bonyolult terület –, látszik ez az útvonalválasztásokon is, amely ez esetben kizárólag az iránymenetre korlátozódott.

2. Korrekt volt, jó munkát végeztek a térképválogatók.

3. A mi pályánk a döntőben 90%-ban a nyílt területeken haladt, örültem volna, ha érint más jellegű tereprészt is.

4. Nagyon zavart, de szerintem a mezőny nagy részét – ilyen napot fogtunk ki, ezen kellett teljesíteni.

5. Igen, esélyesnek éreztem magam – az ember ilyenkor nem tehet mást, végzi a dolgát a legjobb tudása szerint, kökemény fegyvellemmel, maximális koncentrációval. Ez a meleg miatt most nehéz volt, de összesen talán 10-15 mp-et hibáztam, ami sprint versenyen tétel, itt ilyen „hosszú” távon azonban nem tekintettem annak. A tanítványaimnak is gyakorta beszélek arról, milyen jó érzés, ha érzi az ember, hogy ura magának bármilyen tételyzetben.

F55 – Dosek Ágoston (OSC)

1. Nekem mindkét nap tetszett, többektől azt hallottam, hogy a selej-

tező túl egyszerű volt. Øyvind Thon (norvég kétszeres egyéni világ bajnok volt normáltávon – főiskolás VB-ekkel és váltókkal meg tucat-szoros – abban az időben, amikor még csak egy egyéni VB szám volt) mondta, hogy „nincs egyszerű pálya, gyorsabban kell futni”. Ez az alapelv a tájékozódás és futás összhangjára vonatkoztatva meg is fejt a tájékozódás lényegét. Ha nem hibázol, és nem nyersz, akkor gyenge vagy fizikailag. Ezt persze sokféleképpen meg lehet még fogalmazni... Mekkora rizikó! kell és szabad vállalni, és persze mennyire lehet tudatosan kikerülni a tévesztési helyzeteket. Összefoglalva a két nap alapján: a terep méltó volt egy színvonalas bajnoksághoz, felül is múlta a várakozásaimat, elsősorban a domborzati formák változatosságával.

2. Soha nem törekszem egy versenyen a térkép színvonalának mérckelésére. Elfogadom a körülményeket, mindenkinek azonos terep és térkép áll rendelkezésére, hogy teljesítse pályát. Akinek gondja akad, az szokta kijavíthatni (és bíráltni) a térképeket. Az első nap amolyan bemutató a várható körülményekre – ez alkalommal utolsó ilyen eséllyel léptünk pályára nappali egyéni bajnokságon, mert jövőre egy rajttal kell rögtön az érmekért csatázni majd. Aki nem a kiesés küszöbén teljesített eddig, annak a selejtező remek ráhangoló, kontaktusteremtő lehetőség volt. A kétnapos versenyzés a szabadidősport színterén, és a rendezők számára megtérülési megfontolásokból pozitívabb, mint az egynapos bajnokság. Nyilván lesz a jövőben társuló verseny az ONEB mellé. Azt gondolom, hogy volt olyan hely, ahol gyorsabban futottam, mint amennyire gondolatban elővételztem tudtam a pályámat (Thierry Gueorgiou francia világbajnokság-halmozó szerint ugyanis nem elég azt tudni, éppen hol vagy, arra kell koncentrálni, hogy percek

múltán hol leszel, hogy jutsz oda). A ligetes, növényzetileg változatos 126-os pont környéke megviccelt a döntőn, egy hosszabb átmenet végén.

3. A selejtező indítása a nyílt területen át egy hosszú átmenettel segített átrohanni a jellegtelen, kevésbé értékes részekre, tipikus párhuzamhibákkal, tévesztéssel sújtva a kevésbé taktikus, kevésbé tudatos versenyzőket. A dimbes-dombos rész kimondottan élménydús volt, a tájékozódásra koncentrálni meg lehetett felejtkezni a fizikai fáradtságról. (Tapasztalatom szerint ez a jó formában lévő versenyzőkre jellemző – intenzív felkészülést követően „jutalom” a versenyzés!) A hazafutás az erdőközön át a bejutásért való harc jegyében telt.

A döntőben sokkal több erdei szakaszt teljesítettünk, a hosszú átmenetek a helyzetünk felismerésének képességét igényelték – ha jól választottunk felfogó tereptárgyakat és vezető nagyobb formákat, akkor nagy tempóban lehetett futni. A ligetes területeken futó egyenes utakra érve a támadópont beazonosítása nehéz volt a terepen. A 126-osra gyorsabban futottam a kelletténél (Øyvind Thon elmélete...), korábban kotortam egy kicsit. A hibára szokott újabb hiba is rakódni, rögtön mellécsúsztam az ez utáni második pontra. Mindkét esetben tudom, mit hibáztam én.

3. Szépen rendben volt. Gratulálok a Forrai fivéreknak, térképhez és pályákhoz egyaránt.

4. No, ez is mindenkinek egyforma volt. Bírom a gyűrődést. Nem foglalkoztam a meleggel, egy órán belül befejeződő versenyeken még melegben sem szoktam frissíteni. Úgy tűnik, engem továbbra sem zavar.

5. Szerettem volna dobogóra kerülni, de komoly, rendszeresen edző, korábbi bajnokságokon előttem végzett ellenfeleim vannak; nem bíztam győzelemben. Amikor a döntő hibáit elkövettem, azt gon-

doltam nincs esélyem tovább. De tovább ösztökéltem magam, mert számtalanszor bebizonyosodott, hogy ha valaki kishitű, akkor utólag komoly szemrehányásokat tehet magának. Minden verseny a célig tart, szeretem végigküzdeni a pályáimat, mert legközelebbre, meg az önértékelésemhez ez kell. „Készülj fel a legrosszabbra, de számíts a legjobbra” – járja családunkban az élet többi területére érvényes mondat, amely természetesen a sportban is igaz.

N60 – Wieder Ilona (VHS)

1. Tetszett, bár elismerem, hogy vannak, voltak ennél technikásabb részek is a nem túl távoli terepeken. De itt még nem futottunk, és bizony figyelni kellett még a mi rövidebb pályánkon is a domborzatra, a bozótfoltokra, stb. 10-20 másodperces bizonytalanságok nem mindig érték bele. Ennél jóval egyszerűbb terepen is rendeztek 2013-ban HOB-ot!

2. A térkép a Forrai fivérektől megszokott jó minőségű lett. A pályák nyomtatása evvel a pirossal ezen a nagyobb felületű narancssárgán a szeniorok rosszabb szemével bizony nehezzé olvasható. Az ellenőrzőpontok sorszámaikat én néhol arrébb húztam volna az OCAD-ben. De ez egyéni dolog.

3. A pontok technikásak voltak, de a korosztályunk pályahossza nem adott sokkal nagyobb lehetőségeket a pályakitűzőnek. Szerintem azért nem haragudtunk volna egy 3-500 méterrel hosszabb távnál sem.

4. Igen, mindenképpen. Talán bennünket még jobban, mint a fiatalabbakat.

5. Reméltem, hogy sikerül – így pontosabb a megfogalmazás. Fent Mariann mindig kemény ellenfél, és Csököri Irén is okozhat meglepetést, főleg, ha én esetleg kicsit még hibázom is.

F60 – Szunyog József dr. (SAS)

1. Szeretek az Alföldön versenyezni! Az igazi kihívást itt számomra a



Dosek Ágoston (OSC) F55 kategóriában nyerte a bajnokságot

keves jól azonosítható tereptárgy, a markáns domborzat hiánya adja, néha áthatolhatatlan bozóttal, borókával kiegészítve.

2. Ilyen terepen, nagyobb sebességgel (ha ez még egyáltalán elmondható), a pontos térkép elengedhetetlen; szerintem az volt. Az más kérdés, ki tudom-e olvasni menet közben... Ezen a versenyen, minden fogadkozás ellenére, követtem el hibát, egy bozótosban, a segéd-szintvonalat felhagyott útnak néztem, máshol pedig helytelenül ítélt meg a megtett távolságot. Mint utólag kiderült, ennyi belefért.

3-4. Megítélesem szerint kevés ilyen „csapdát” tartalmazott az egyébként egyszerű F60-as pálya. A pályák hosszát (általában) alulméretezettek tartom. Most is belefért volna még 1-2 km, de jól esett célba érni, mert azért meleg volt!

5. Kategóriámban legalább 8-10 olyan versenyző van, aki reálisan meg tudja futni a győztes időt. A hibázások gyakorisága és mértéke dönti el a helyezéseket. Én is a jó eredmény reményében versenyzem és bosszant, ha a hibázom.

N65 – Hegedüs Ágnes (BEA)

1. Minél öregebb vagyok, annál jobban kedvelem az Alföldet. Ez a

terep különösen alkalmas volt hosszú, pontos iránymenetekre.

2. Nagyon élveztem, hogy amit a térkép alapján vártam, azzal találtam magam szembe a valóságban.

3. Az első pontnál kicsit megjáéztam, hogy túl egyszerű lesz a pálya, de aztán jöttek a technikásabb átmenetek.

4. Meleg volt?

5. Azt nem mondanám, hogy számítottam rá, de reméltem. Minden versenyen úgy indulok, hogy nyerni szeretnék. Korcsoportváltásnál (első éves 65-ös vagyok) ez kicsit könnyebb.

F70 – Nagy Lajos (ETC)

1. Szerettem az alföldi terepeket!

2. A térképpel nem volt problémám.

3. A pálya tetszett, csak rövid volt! Ha nem hibázok, 27 perc körül jöttem volna, ami rettenetesen kicsi idő egy normáltávú OB-ra, még 70-ben is! De a 30 perc is kicsi!!!

4. Szeretem a meleget, és bírom is.

5. Az elmúlt 3 évben 2 ONEB-et nyertem, természetes hogy szerettem volna most is nyerni. Idegesen indultam, de szerencsére összejött.

F75 – Bogdány Miklós (TTE)

1. A helyszín adott volt, ilyen terepet vártunk és kaptunk, erre kellett készülnünk. Az OB-t egy héttel megelőzte a hasonló terepen rendezett Szeged kupa, ami jó felkészülés volt, mivel ráhangolt az ilyen jellegű terepre-térképre és hibáim elemzésével kellő önkritikára kényszerített és óvatosságra intett. De azért meg kell jegyezni, hogy a Szeged kupa terepe technikásabb pályákra adott lehetőséget, mint az OB-é.

2. Nem volt vele szemben kifogásom. Hozzá kell tenni, hogy futás közben az ember csak a durvább hibákat veszi észre – ilyen nem találtam. Az apróbbakra pedig (ha voltak) nem értem rá figyelni, mert nem ellenőr voltam, hanem igyekeztem minél gyorsabban teljesíteni a pályát.

3. Amikor befutottam, az volt a véleményem, hogy „futó” pálya volt. Persze ez csalóka dolog, mert

egyetlen kis bizonytalanságtól eltekintve nem kevertem és az ember ilyenkor hajlamos lebecsülni a pálya rejtett nehézségeit. Utólag elemezve a térképet és összevetve pld. a Szeged kupa 2. napi pályájával, utóbbiban volt egy hosszú (1200 méteres) útvonalválasztós-útvonal-követős átmenet, míg az OB pálya leghosszabb (8-9) átmenete alig volt több mint 600 méter és nem kellett rajta sokat gondolkodni. Technikai feladat a viszonylag rövid átmenetek precíz teljesítése volt a rajttól egészen a 7-es pontig – onnét már tényleg csak futni kellett.

4. Bírom a meleget.

5. Nagyon hajtottam rá, de igazából csak érmes helyezésre számítottam. Persze titokban ki nem számít arra, hogy a dobogó legmagasabb fokán álljon?

F85 – Kún Ferenc (KTX)

1. A terep kiválasztása, hogy a csodálatos alföldi táj belső részeit is láthattuk, a végtelenségű síkság, a különféle fákból, növényekből és színekből álló kis erdők és tisztások változása állandóan Petőfi: Az Alföld című versét juttatták eszembe – bár szégyenemre „szövegűhűen” csak néhány sorát tudtam idézni. Hazaérve többször elolvastam, és amit a költő leírt az minden ott volt, vagy legalábbis oda képzelhető volt (pl. „méneseeknek nyargaló futása”).

2-3. Szerintem tökéletes volt.

4. A ragyogó napsütés szép búcsú volt az idej nyártól.

5. Ebben a super senior kategóriában – Balla Sanyi bácsival mindketőnket csak néhány hónap választ el a 90. születésnaptól – minden verseny előtt megbeszéljük, hogy „no ezt még megpróbáljuk” és aztán vagy Ő nyer vagy én. Most éppen én, de mint láthatod, szinte néhány másodperc különbséggel. Hogy aztán mivel lehet eltölteni 83 percet egy 2,4 km-es, szint nélküli pályán, azt majd ti is megtudjátok, ha ebben a kategóriában versenyztek és ezt teljes szívemből kívánom.

REJTEKI RAVATAL – ÉOB 2014

Kissé életidegen periódusban kell számot adjak az idei Éjszakai Bajnokságról, hisz általában a Középtávú OB félidejében szoktunk róla csemegezni a Tájoló hasábjain a nehezen megszerzett árnyékunk egyre fogyó védelmében. Aki ráadásul részt is vett az eseményen, annak ez a deviancia olyan Skulósan fogalmazva már csak „púp” volt a tortán. Természetesen addig nem lehetett okunk a panasza, amíg csak azzal kellett számolnunk, hogy az alföldi hegemonia rovására megint a hegyek között hódolhatunk a tájfutás farkasvonyításos elsötétített változatának, de hogy mindezt október zenitjén is túl, arra már néhányan fejében átfutott a gyermeknemzés egy-két szinonimája. A meteorológiai expanzió túl a legnagyobb veszélyt hegyvidéken az ez idő tájt ritka jelenségek közé semmiképp sem sorolható ködfátyol jelentette, ami az elszabadult lumenek tükrében maga a fehér halál. Hogy a rendező ETC milyen ipari eljárással hajtotta végre, hogy a ködfátyol hajszálpontosan a

terep legtetetején szűnjön meg, azt nem tudom, de ha ez csak a vak szerencsén múlt, akkor egy életre eljátszották az esélyt a lottó ötösrre, vagy éppen mi... Mindenesetre a középkori lincselést megúszták, mi pedig a hasztalan villanykapcsolgatóst.

Ami viszont sajnálatos tendencia, hogy a terepek tekintetében az ÉOB már nem képes önmagában kitermelni egy új tereprész kiheylesbitésének költségeit, így olyan rogyásig leversenyezett területre szabadítanak rá, mint az idei Rejtekek – Répáshuta – Hollósteő Bermuda háromszög, vagy mint tavaly a PVSK edzőterepe. A cél infrastruktúrája persze többé-kevésbé kielégített minden erre vonatkozó igényt, de a versenytérpet már inkább nevezném a pokol azon bugyrának, ami azokra a rendezőkre vár, akik nem élesítik a dobozokat váltóverseny előtt. A meredekebb jellegtelen oldalakat, amin nincs az a flórabirodalom, ami gyökeret verhetne, a hűs-évő növényzet által felemészített laposabb részek, és az ilyen-olyan



Befutás után elemzés

forgalmi akadállyal, szügyig érő csalánnál tarkított utak váltották. Ezek a tények igencsak leszűkítették a pályakitűző mozgásterét, és ami maradt, abból sem sikerült valami huszáros feladvánnyal megkínálnia a versenyzőket (az A és a B jelű bizonyítékok mellélkelve), pótmegoldásként pedig maradt a hentes pult (F21 utolsó 4,2 km-en 325m szint). Az eredmények mindezeket hűen tükrözték, hat kategóriában is 1 percen belüli különbséggel dőltek el a bajnoki címek, ami kétségtelenül a kevés hibázási lehetőségre utal. Történelmileg is feljegyzést érdemlő futam volt, Szerencsi Ildi a női mezőny porondmestere az elmúlt hét év összes ÉOB rajthoz állása közül most nem nyert először, ami elsősorban Novai Évi számlájára írható, aki még, ha nem is paleontológiai lelet, de jól mutatja merre lakik a rutin. Persze ebben Ildit sem kell féltetni. Összességében talán elmondható, hogy a lehetőségekhez mérten még így is egy szolidan kellemes emlék lesz az idei, de azért a jövő évi gercesei derbinek nem tette leverhetetlen magasságba a lécet, ami pedig a Rejteki terepet illeti: nyugodjék békében... Zsebe Isti



Ez a pont már megvan



Felnőtt nők dobogója



TÖRTÉNELMI RÖVIDTÁVÚ VÁLTÓBAJNOKSÁG KOMLÓSTETŐN

Aó viharos éjszakai OB másnapjára, a történelmi első Rövidtávú Váltóbajnokságra sem lettek jobb időjárási körülmények. Ugyan a szél kicsit alább hagyott, de cserében a +5 fok és eső nehezítette a népes, összesen 149 váltót felvonultató mezőny dolgát. A sprint-váltó műfaja már más szakágban eddig is ismert volt, sítájfutásban 2003 óta a magyar bajnokság ebben a formában zajlik, illetve 2011 óta VB szám is lett, de ott kicsit más felállásban 2x2 fős (1 nő, 1 férfi) és a csapat minden tagja kétszer fut. A nyári változat logikusan a sokkal nagyobb versenyzői bázisból kiindulva 4x1 fős (nő-férfi-férfi-nő) felállású. Világszinten az idei olasz rendezésű vb-n mutatkozott be először ez a versenyszám, rögtön izgalmas versenyt hozva. A célját, a tájfutás népszerűsítését, az egyéni sprinthez hasonlóan nyilván el fogja érni a látványossága miatt, de az már vitatható, hogy egy eleve nagyon sűrű VB programban és nem beszélve hazai szinten a lassan elviselhetetlenül sok OB folyamba, hogyan illeszkedik majd be ez az új szám. De kanyarodjunk vissza magához a versenyhez. A Komlóstető térkép az ifjabbaknak a múlt évi Diákolimpiáról már ismerős lehetett, de a mezőny nagyobb részének új volt. A cél helye, a rajt, az átfutás, befutás nagyon jól átgondolt, jól kivitelezett megoldás volt. A pályák jó minőségéhez pedig a DTC rendezők profi váltó specialistája, Less Áron volt a garancia. Jó ötlet volt az időben bőven elcsúsztatott kategóriánkénti rajtoltatás, mert a tömegjelenetek elkerülése mellett jól lehetett követni az aktuális kategória versenyét. Három gondolat a negatívumokról is. A jövőre nézve nem szerencsés ennyire késő délutánra hagyni a rajtoltatást, mert a későn indulókra már szinte rásötétedett. Szintén rosszul vette ki magát, hogy az eredetileg tiltott szögcsipők használatát a verseny helyszínén a rendezőség az időjárásra hivatkozva engedélyezte és ezzel a mezőny azon része, aki tudomást szerzett róla és pont nála is volt a szögcsipő, minimum fél perces előnyhöz jutott, ami sprint versenyről lévén szó bajnoki helyezésekbe is bőven beleszólhatott. Szintén fura, amatőr hiba egy ilyen rutinos

rendezői gárdától az egyik pont rossz felvezetése... De mindezeket félretéve, a verseny hozta az elvárt izgalmas, színvonalas küzdelmeket. Felnőtt kategóriában fordulatot, szinte az utolsó pillanatig nyílt versenyt láttunk. A hazai DTC-s csapat sokáig vezetett, de a végén be kellett érniük a bronzéremmel, mert az utolsó futóknál Szerencsi Ildikó SZVSE szenzációsan futva, a pálya végére utolérte, majd lehajrázta a Tabáni Spartacus befutó emberét, Weiler Virágot. A gyerekeknél a felnőttekhez hasonló forgatókönyv született. Itt is soká-

ig vezetett a DTC, de végül mégis a Tabáni Spartacus örülhetett az aranyának.

Ifiknél 45 mp-en belül érkezett az első három helyezett és itt is az utolsó futóknál fordult meg a végső sorrend, ebben az esetben a SDS Salgótarján örülhetett a legjobban a Tabáni Spartacus és a DTC Diósgyőr előtt. Összesen hét kategóriában avattak bajnokot és érdekesség, hogy egyetlen klub sem tudott duplázni, minden kategóriában más-más egyesület vitte haza az aranyérmet:

Kíácz Bence

Fotó: Máthé István



Melegszenek a versenyzők a hideg, esős időben



Horváth Magda az utolsó ponton

- V14 – Tabáni Spartacus (Zacher Enikő, Barta Gergely, Bujdosó Zoltán, Hajnal Dorottya)
- V18 – Salgótarjáni Dornyay SE (Fésűs Evelin, Strok Mihály, Biedermann Marcin, Goldmann Júlia)
- V21 – Szegedi Vasutas (Novai Éva, Novai György, Kovács Ádám, Szerencsi Ildikó)
- V105 – Diósgyőri Tájfutó Club (Halona Gergely, Hegedűs Ágnes, Magyar Zsolt)
- V135 – Postás SE (Józsa Gábor, Riczel Zsuzsa, Nemesvári László)
- V165 – Hegyisport Szentendre (Jankó Tamás, Kármán Katalin, Balla Sándor)
- V195 – BEAC (Hegedűs András, Hegedűs Ágnes, Bíró Aletta)

EDZŐ NÉLKÜL

Sokan edzenek edző nélkül. Innen-onnan összeszedett módszereket követnek vagy egyszerűen csak a saját fejük után mennek. Ha már van edződ és elégedett vagy vele, akkor kövesd továbbra is az edzéstervét és ugorj a következő cikkre!

Ebben az írásban a fizikai felkészülés négy fontos alapelveire hívom föl a figyelmet; viszonylag könnyű betartani őket.

Ha csak az egészségedért futsz, akkor untig elég hetente háromszor félórát futnod aerob iramban. Mi is ez az aerob iram? A különböző intenzitású futások közül az egyik legfontosabb. Sok meghatározását olvastam már a szakirodalomban. Ha nem akarják túllépni az alapfokú fiziológiai ismereteket, akkor általában beszélgetős iramnak nevezik. Vagyis olyan iramban futsz, hogy közben bármikor el tudnál mondani olyan hosszú összetett mondatot, mint például ezt, amelyiknek most teszek pontot a végére. Ha van futótársad, akkor aerob iram mellett folyamatosan beszélgethatsz vele tetszőleges témáról vagy szavalhatod neki a Kalevalát. A heti háromszor félórával máris rátaláltunk egy bolondbiztos edzésmódszerre. Annak ellenére, hogy első látásra kezdetlegesnek tűnik, meglepően magas edzettségi szintre juthatsz el vele. Megfelel a rendszeresség edzéselvének és a fokozatosság elve is megbújik benne. Ezzel a módszerrel valamennyire szinten tarthatod az edzettségedet, de ha ez az edzésmennyiség nagyobb, vagy ez az edzésgyakoriság sűrűbb az eddigieknél, akkor egy idő után azt tapasztalod, hogy érzéser ugyanakkora erőfeszítéssel hosszabb távot teszel meg fél óra alatt. Mondjuk, az eddigi 4-5 kilométer helyett 5-6 km-t. Egy-egy edzésnek önmagában nincs jelentősebb hatása, de három hónapi következetes edzés után már mérhető fejlődést láthatsz.

Az angol nyelvű szakirodalomban gyakran említik a „no pain no gain” szójátékot, amit úgy fordítanék, hogy szenvedés nélkül nincs fejlődés. Ezt az elvet lehet vitatni és vitatom is. A heti háromszor félórával – tapasztalatom szerint – úgy fejlődhetsz (legalábbis egy ideig), hogy az edzéseken végig a komfortzónádban maradsz.

Sokféle edzésmódszert dolgoztak már ki és egyikről sem mondanám, hogy eleve rossz lenne. Ha találsz egy neked tetsző módszert, ami nem hágja át az alapelveket, akkor kövesd bátran, de ne kapkodj, tarts ki mellette és ne válassz hetente vagy havonta újat!

Hadd ajánljam figyelmedbe Lydiard módszerét! Megveheted vagy kölcsönözheted a könyveit, de a világhálón is rákereshetsz Arthur Lydiard nevére. Sok-sok találatot kapsz rá, és mivel a közeljövőben mégsem vezetik be az internetadót, hedonista módon habzsolhatod a Gigabájtokat és töltheted le magadnak a jobbnál jobb tartalmakat. A válogatás és az elfogadás vagy elutasítás öröme viszont rád marad.

Ha lusta vagy keresgélni és szűrni, ízelítőül álljon itt Arthurtól egy heti ciklus, amit az idei versenyszezon befejeztével tett komoly elhatározásaid után hónapokig ismételhetsz, amennyiben a heti háromszor félórás terhelésnél már magasabb szintre értél el:

hétfő:	30-45 perc aerob futás
kedd:	1 óra aerob futás
szerda:	30-45 perc aerob futás
csütörtök:	1 óra aerob futás
péntek:	30-45 perc aerob futás
szombat:	1-2 óra aerob futás
vasárnap:	30-45 perc aerob futás

Ez természetesen csak útmutató, amit bátran magadra szabhatsz. Például kicsérélhetsz egy-két futóedzést keresztedzésre. Futás helyett úszhatsz, kerékpározhatsz, síelhatsz vagy úzhatsz más sportágat, de lehetőleg aerob, vagyis beszélgetős iramban. Seniorok beiktathatnak heti egy-két pihenőnapot is. „Vajtszeműk” újabb edzéselveket is fölismérhetnek benne: a változatosság elvét és könnyű és nehéz napok váltogatását. Ez itt inkább csak az időtartamok különbözőségében mutatkozik meg, de egy kicsit az iramban is. A kétórás futásod vélhetően picit alacsonyabb intenzitással lesz a félórásnál, de mindkettő az aerob zónába esik. Nehéz edzésadagba (hosszú időtartamú vagy magas intenzitású terhelésbe) csak akkor vágj bele, ha előtte pihentek érezd magad. Ha fáradt vagy, akkor ki is hagyhatod az edzést vagy az első negyedóra után dönthetsz úgy, hogy mára elég is volt ennyi. Az első két hétben kiderül, hogy bírod-e ezt a terhelést. Kezdetben érdemes a rövidebb adagokat választanod és aztán fokozatosan emelheted az edzések terjedelmét.

Végezetül még négy tanács. 1. Ne akarj túl sokat, túl gyorsan, ami a kezdők leggyakoribb hibája! 2. Ha futás közben éles fájdalmat érzel deréktól lefelé, azonnal hagy abba az edzést! 3. Betegen ne edd! 4. Lehetőleg terepen fuss, kerülj az aszfaltot!

Nem szerepelhetsz jól a versenyen, ha sérülés miatt a rajtig sem jutsz el.

Nemes Béla



HÁROM NAP MISKOLCON

**Előzetesen az OCSB-ről
„vállaltam” ezt a cikket.
Ráhangelódásként röviden
az RVB „élményeimet” is
megosztanám az olvasókkal.**

A z Éjszakai OB-ra nem neveztem. Részben idén nem versenyeztem éjszaka, tavalyról pedig lámpa problémák miatt rossz élményeim voltak. Másik ok pedig, hogy ezen a három napon alacsonyabb korosztályú csapatokban „kell” versenyez-nem, be kell osztani az erőt.

Reggel Csobánkáról indulva előző három nappal ellentétben nem esett az eső. Gödöllő környékén kezdett és kitartott Miskolcig. A versenyre érkezve „beirányítottak” a legalsó parkolóba, ahol térdig érő vizes fű volt, így a kocsiból kiszállva két lépés után csurom vizes lett cipőnk, ruhánk. A célhoz (VK-hoz) felérve meglepőde láttam, hogy a felső utcában is rengeteg versenyző parkol a versenyértésítőben leírtakkal ellentétben. A verseny kezdetére az eső hol esett, hol szünetet tartott. Ez nem lett volna zavaró, de a tömegrajt során (V165 kategória hosszú pálya) a térképraig sem jutottam el. A kitaposott sáros rézsűn megcsúsztam és az esésből feltápaszkodva két dolgot konstatáltam: a térképemre több cm sár ragadt, és már nem láttam senkit a mezőnyből. A térképet minden tócsába belemártva megpróbáltam lemosni, de csak a verseny után láttam, hogy a ruhámról az esőben folyamatosan kapta a térkép a sár utánpótlást. Szerencsére tényleg vízálló a papír, kibírta a folyamatos áztatást, sőt az otthoni mosást is. A

pálya egyharmadánál értem utol Z.A.-t akiről a célban kiderült, hogy Ő meg bennem megbotolva esett el. A lényeg az, hogy a váltótársaknak köszönhetően visszakapaszkodtunk a 10. helyre. Ez az eredményközlés hiánya miatt csak este az interneten derült ki. Számomra a három nap negatívuma az eredményközlés volt. Igaz a versenyértésítőben közölték, hogy nincs elektronikus közlés csak wifi és félóránként papíralapú. Okostelefonja még nincs mindenkinek (főleg az idősebb korosztályban), de a papíralapú a további két napon is elég nehézkesen működött.

Elérkeztünk a középső nap reggeléhez. A kollégium ablakán kinézve kelet felé a felhők között a nap próbálkozott kibújni. A kocszi hőmérője +5°C-t mutatott. A versenyre igyekeztünk korán kimenni, hogy közelebbi parkolót találjunk (lehetőleg aszfaltos). A mai napra F145 rövid pálya vár rám, „0” idő 11 óra, rajt távolság 1950 m, 90 m szint. A rajtba menet kaptunk kicsi edzőtérképet. Ezt nagyon jó ötletnek találok (annak ellenére, hogy a magam részéről az idő rövidsége

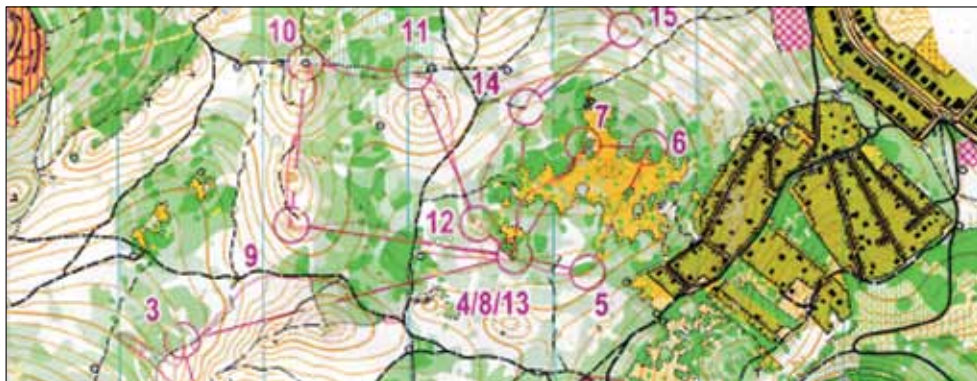
miatt csak a szalagozás menti útról látottakat azonosítottam). A terep a régi Nagykőmáza. 1975-ben versenyeztem rajta Tapolca felőli részen. Emlékeimben nagy hegyek, bányák és bozótok vannak. A versenyértésítőben szuperlatívuszokat írtak a terepről, ha annak fele valóság, akkor érdemes volt eljönni. A rajtban a rajtbója nem az útelágazásban, hanem az időrajtban volt elhelyezve. A pályám 5700 m hosszú, 18 ep. és 180 m szint. Az első pont lankás hegyoldalban kicsit lefelé egy hajlatban, majd fel a hegyoldalban „ligetes labirintusban” lévő kettes ponthoz. Óvatosan figyelve rendben (ezután szokott a probléma jönni, túlzott önbizalom). Hármas pont egy lapos völgyet követően hegyoldalban jelleghtár és egy jellegfa csonkja. Túl egyszerűnek tűnt, el is hibáztam. A négyes pont után következett a pillangó-szerű pálya. Az első körben a ligetes, a második körben a töbrök környékén. Miután harmadszor is érintettük a 70-es pontot a célig lefelé még volt öt ellenőrzőpont. Más pályákat nézve, a koncepció hasonló volt,



Száguldás a terepen



Lesiklás hó és síléc nélkül



Az F21 kategória eredményhirdetése

csak a pálya hosszaktól függően közelebbi vagy távolabbi „ligetes”-ről volt szó.

Nekem kicsit csalódás volt. Az előzetes beharangozás alapján kicsit a „Lőfő-tisztás”-hoz hasonlóra vártam. Sajnos a harmas pont környékén nem tudtam a térképjavító szemléletével azonosulni.

Más versenyzőktől a túlzott zöld használatára vonatkozóan hallottam észrevételt.

Össességében véleményem szerint jó verseny volt a Nyílt Országos Csapatbajnokság.

Zárásként pár gondolat az Egyesületi Váltó Bajnokságról.

Az időjárás eléggé csipősen kezdte. Reggel a kocsira ráfagyott a pára, aztán javult, sőt a cél környéki sár is kezdett felszikkadni. Erre a napra F170 (45-50) pálya várt rám. Érdekes volt ugyanazon a terepen más léptékű és más jelkulccsal rajzolt térképen versenyezni. A távolság érzékem nem működött mindig.

Sőt a kettes pontnál nem ismertem fel, hogy előző nap a szomszéd szikla volt a 16. pont.

Egy érdekesség. Szerintem a tájoló működését a lakótelep délekeleti részéhez közeli hegy déli oldalán valami zavarhatta (lassan és nehézkesen és összevissza muta-

Pillangók a szerző pályájának közepén

tott). A verseny után beszélgetve más is észlelt hasonlót. Azóta elfelejtettem ezután érdeklődni.

A szubjektív véleményem az időjárási körülményeket nem számítva és figyelmen kívül hagyva, hogy a nálam 10-15 évvel fiatalabbakkal egyik nap sem tudtam igazából felvenni a versenyt, de egy jól előkészített, jól szervezett és jól megrendezett csapat- és váltóbajnoki futamokon vettünk részt (kivéve a helyszíni eredményközlést).

A célterület nagyon jól ki volt alakítva mind a három nap, a napi igényekhez (átfutó pont, befutópont) igazítva.

Az első napi esőben igazán jól esett a büfé sátor melegedővé váló kialakítása.

Tetszett az eredményhirdetés, csak sajnálatosnak találok, hogy az érdekelteken kívül még az Országos Bajnokságokon is alig van érdeklődő.

Köszönjük a Rendezők segítőkész munkáját.

Remélhetően jövő októberben, a csapatbajnokságokon (jó versenyzéssel) hasonló élményekben lesz részünk.

Tetőzve az élvezeteket, hazafelé menet nem hagyhattuk ki Lillafüredet és a bükki serpentinben való autózást. **Kéki Miklós**

Legyél Törzstámogató!

Az idén ismét meghirdeti a Budapesti Tájfutók Szövetsége a törzstámogató rendszert. Ez a támogatói forma bevált, az elmúlt évben is sokan támogatták a szövetséget. Ma már a támogatás nem jár együtt személyi jövedelemadó ill. adóalap csökkentő lehetőséggel, így a támogatásról igazolást sem kell adni.

Támogatóink jelentős része eddig sem vette igénybe ezeket az adózási kedvezményeket, így bízunk benne, hogy a továbbiakban is számíthatunk adományaikra.

A Törzstámogatók három fokozata a következő:

bronz fokozatú támogató, akilegalább **8 000 Ft**-ot fizet be.

ezüst fokozatú támogató, aki legalább **12 000 Ft**-ot fizet be.

arany fokozatú támogató, aki legalább **20 000 Ft**-ot fizet be.

Támogatóinktól nem csak pénzt kérünk, hanem tanácsaikra, javaslaikra is igényt tartunk. Szeretnénk, ha az évről-évre egyre erősödő Törzstámogatói kör a budapesti tájfutósport igazi támasza lenne, az a biztos bázis, akikre mindig támaszkodhatunk.

Valamennyi támogatóknak tiszteletpéldányt küldünk a szövetség Tájéoló című lapjából, ezen felül az Ezüst fokozatú támogatókat a Budapesti normáltávú egyéni bajnokságára, az Arany fokozatú támogatókat pedig valamennyi Budapesti bajnoki fordulóra meghívja a szövetség.

A remélt támogatást a Tájéoló novemberi (14/6.) számához mellékelte csekken vagy átutalással (AXA Bank, Számlaszám: 17000019-12846995 Budapesti Tájfutók Szövetsége) kérjük befizetni. A csekkre kérjük ráírni: Támogatás. Minden eddigi és új törzstámogatóknak köszönjük az anyagi segítséget.

BTFSZ Elnöksége

Budapesti Tájfutó Napok

A Budapesti Tájfutó Napok időpontja **2015. január 17-18.**

A program a szokásos: szombaton teremtájfutó diákbajnokság, senior találkozó, este bajnokok vacsorája, vasárnap délelőtt pedig a Ripszám Henrik emléktverseny.

A senior találkozón az előzetes tervek szerint a braziliai senior VB-ről lesz beszámoló.

A pontos programot és kezdési időpontokat a BTFSZ honlapján megjelenő meghívó fogja tartalmazni. Ez a szombati nap munkanap (jan. 2. helyett), ezért lehetnek változások a megszokotthoz képest.

Tájéoló előfizetés 2015-re

2015-ben ismét 6 alkalommal jelenik meg a lap, hasonló kivitelben, mint az idén, egy szám 48 oldalas lesz + középen az eredmények oldalai.

Az előfizetési díj nem változik. Tehát a jövő évi árak:

Az éves előfizetési díj 2015-re **5000 Ft**, külföldre 8000 Ft.

Egy példány ára: 850 Ft

Akik támogatják a szövetséget, azok-



www.funkwerk-mo.hu

nak tiszteletpéldányt küldünk.

Az előfizetési díjat az utolsó számhoz mellékelte csekken vagy átutalással (AXA Bank, Számlaszám: 17000019-12846995 Budapesti Tájfutók Szövetsége) kérjük befizetni.

A megrendelő nevét és címét olvashatóan, nyomtatott betűkkel kérjük felírni a csekkre. Ugyanezen a csekkre lehet a szokásos támogatásokat is befizetni, ebben az esetben a csekk „Közlemény” rovatába nem „Tájéoló előfizetés”-t, hanem „Támogatás”-t kell írni. Az év hátralévő rendezvényein, valamint a BTFSZ-ben és a téli edzéseken személyesen is előfizethető az újság. Várjuk az előfizetéseket!

A lap jövő évi első száma várhatóan február közepén fog megjelenni.

Hálás köszönet!

80 383 Ft-t kapott idén a Budapesti Tájfutó Sportjáért Alapítvány a felajánlott 1%-okból. Sokaknak ez semmi, nekünk ez is számít. Köszönjük azoknak, akik ránk gondoltak!

Tavaly a megszűnésén gondolkodtunk, most mégis próbálunk talpon maradni. Reméljük, sikerrel.

Minden Tájfutónak eredményes újjévet kívánunk!

Csipi Erzsébet
az Alapítvány titkára

**Ajánlatunk:**

bozóttruha - lábszárvédő - póló - sapka - pólonymás
hímzett logo vagy név - lézeres gravírozás - érmek és díjak fából

crosswear@crosswear.hu
+36(1)376-51-96

1029 Budapest, Ördögárok u. 110/a.
Krolopp Frigyes (30)5665-489, Dóra Judit (20)9642-957

www.crosswear.hu

OTT EGY VASBÖDÖN! – OEVB

És akkor rögtön az elején elnézést is kérek a miskolciaktól a félrevezető cím miatt, mert bár valóban tartottam attól, hogy a jónak ígérkező terepen egyúttal a városszéli illegális hulladéklerakók világába is betekintést nyerhetünk, de emlékeim szerint a három versenyen csupán egyetlen kóbor wc-csészével találkoztam, ami üdítő meglepetés egy ilyen nagyváros szomszédságában.

Már jóval a verseny előtt jeleztem főszerkesztőnknek, hogy szívesen írok erről az erőpróbáról, mert az előzetes információk alapján a hétvége legjobb futamának ígérkezett. Végül ez a minőségi kiugrás kis híján megghiúsult, ugyanis a többi bajnokság is igen jól sikerült.

De mit is ígérték nekünk a rendezők az OEVB-re, illetve milyen rendező megoldásokkal csábítottak? Bár az Egyesületi Váltó alapesetben normál „erdei” versenyforma, de idén egyedi engedély alapján tulajdonképpen hosszú sprintpályákon futottunk, amit a kis területű, de helyenként rendkívül aprólékos terep is indokolt. Sokaknak ismerős lehetett már a terület a Borsod Kupáról és válogatott rendezvényekről, ám én korábban csak a térképet nézegetve ábrándoztam arról, hogy egyszer itt versenyezzek. Less Aron, a pályakitűző aztán alaposan ki is használta a terep adottságait, és nagyon sok ponttal szórta meg a pályákat, szinte egy fél Gígasprintet futhattunk. A feladatot tovább bonyolította, hogy a részletgazdag területek egy részén erősen korlátozott volt a láthatóság, illetve kisebb mértékben a futhatóság is, az együttfutásokat pedig a rengeteg kombináció nehezítette. És mit vártam én ezektől a pályáktól? Hát valami olyasmit, hogy a fürgelábuáknak kedvező őszi OB-k (rövid-, pontbegyűjtő-, normál-)

után most a magamfajták is jobban érvényesülhetnek majd, akik inkább csak fejben erősek.

Akkor boncolgassuk kicsit a részleteket:

A tömegrajt a már előző napokon megismert térképállványok mellől történt, ami igazából nem volt szerencsés megoldás. A szűkre szabott helyen a legszorosabb értelemben vett test-test elleni küzdelmet is muszáj volt gyakorolni, és persze nem volt mindegy, hogy a sor elején vagy végén volt-e feltűzve a térkép. Ezt kicsit enyhítette, hogy a rajtszámok kiosztása az előző évi eredmények alapján történt, így elvileg a legjobbak indulhattak legelől, de pl. Thierry, az előző évben itt váltót nem indító KRA első futója csak komoly nehézségek árán tudta áthámozni magát a tavalyi gyémántérmes váltóba kíségitőként beugró járőkeretes nénikén. Az egyik jó megoldás talán az lehetett volna, ha a tömegrajtosok a térképeket közösen leveszik az állványról, együtt elballagnak vele a sprintváltón is használt széles rajtterületre, és ott lövik el nekik a rajtot, így a térképállvány és váltóhely közötti szakasz sem szerepelt volna kétszer a pályájukban.

A célterület kordonozását az előző napokon már nagyrészt kiismer-

tük, de a kifutó és átfutó kordonok keresztezése azért sok embert megzavart, akadt olyan, aki átfutáskor a rajtbójára is rávetette magát. Egy kicsit rontott még a helyzeten, amikor a nyílt kísérőverseny térképeit is az átfutó kordonban kezdték osztogatni, azt hiszem ennél csak jobb helyet lehetett volna találni, rosszabbat nem.

A váltás módja sem az itthon megszokott volt, hiszen nem magunknak vettük el a térképet váltás után, hanem a váltótársunk adta a kezünkbe. Az előzetes latolgatásokkal ellentétben ez nem eredményezett tömegesen rossz térkép-elvételt, hiszen ha a Jukolán vagy a Tio-Milán sokszor ennyi induló megbirkózik vele, akkor nálunk is sikerülnie kell, és valóban, mindenki gondosan megnézte, hogy melyiket kell letépnie. Persze akadtak, akik ezt túlzott vehemenciával tették, észre sem véve, hogy a papírdarab értékes részei az állványon maradtak, és amiknek kínzó hiányát később a váltótárs érezhette kint a pályán. Jobb esetben csak a szimból, rosszabb esetben ellenőrzőpontok is ottvesztek a bitón. Az ezzel kapcsolatban érkezett óvást (szerintem teljesen jogosan) elutasították, ugyanis eredendően minden feltételt adott volt ahhoz, hogy komplett térképet adjunk át társunknak, és hát a versenyt általában nem a térképállványról kell megnyerni, hanem kint az erdő-



Egy vagon zizi félbevágva. No ezt olvasd ki hangsebességgel haladva!

ben. A sebtiben letépett térképpel nyert ötöd másodperc bosszúja...

Egyébként a pályákat is az jellemezte, hogy a bonyolultabb helyeken érdemes volt inkább 2-3 másodpercre megállni, és megpróbálni kiolvasni a térképet, mint utána egyre gyorsuló sebességgel pörögni a pont körül. Néhol olyan aprólékos rajzú a térkép, hogy nem is volt szabad mindent megérteni, beazonosítani, hanem igyekezni kellett csak a lényeget, a fontosabb vezető vagy támpontokat kihámozni belőle. Ha ez a terep egy teljesen tiszta erdőben van, akkor fele ilyen nehéz sem lett volna, de néhol egészen rövid volt a látótávolság. A pályakitűző további huncutsága, hogy a sűrű, részletgazdag („itt úgyis elveszünk”) részben apránként felvezette a pályát a terep tetejére, hogy aztán visszafordulva a tiszta részen végig lejtőn, szédítő sebesség mellett kényszerítse precíz tájékozódásra a versenyzőket.

A kis terület és a rengeteg ellenőrzőpont miatt folyamatosan sok futót láthattunk magunk körül, de még a saját kategóriánk váltoival is csak egészen érdekes csatákat vívhattunk. Ugyanis a rengeteg kombináció miatt szó szerinti együttfutásra nem nagyon nyílt lehetőség, viszont olyan együtt haladásra, ahol együtt nyomjuk, de más-más pontokat fogunk meg, bőven volt lehetőség, és én ezt nagyon élveztem!

Megemlítem még a terep alsó részét keresztülvágó mély völgyet, aminek leküzdése ilyen, viszonylag száraz időben is igazi túlélőpróba volt, a két nappal azelőtti esőben szerintem csak az árok (elhullott tájfutókkal való) feltöltése után tudtunk volna átkelni rajta. Én lefelé a szabadeséshez közeli állapotban haladtam, a túloldalon pedig az összes létező gyökér segítségét igénybe kellett vennem a kijutáshoz. Óriási piros pont a javítónak, amiért nem engedett a méretarány



(Kényszer) térdelőrajt

csabításának, és nem rajzolta ki szintvonalakkal a völgyoldalt, mert bizony ez helyenként fogazni való horhos volt a javából!

A véghajrában az igazán nagy küzdelmek elmaradtak, minden kategóriában legalább öt perccel győzött a bajnok, komolyabb csata csak a fiúk ezüstérméért folyt. A „felnőttknél” ezúttal teljesen kötetlen volt az indulási sorrend (ezáltal kevésbé követhetővé téve a verseny állását), amit a DTC-s fiúk úgy használtak ki, hogy a leghosszabb pályával kezdtek, ezzel kicsit elaltatva az ellenfeleket, és szép fokozatosan jöttek fel az első helyre. Ezzel szemben a lányoknál a PVSK bajnokcsapata végig vezetve, egymás után ötödször lett a szám bajnoka.

Az egyéni eredmények összehasonlítása a sokféle kombináció miatt fölöttebb nehézkes lenne, és a cikk írásakor még csak kategóriánként ömlesztve lehet őket tanulmányozni, de nálunk, F170-ben Magyus (Magyar Zsolt) futását azért mégis kiemelném, mert úgy vert négy percet a második Matrira (Vajda Zsolt, aki mellel szintén jó versenyzéssel a leggyorsabb első futó volt), hogy 300 méterrel hosszabb volt a pályája. Arra azért még kíváncsi vagyok, hogy végül milyen módon lehet majd korrekten minősi-



Nyomomban a Fekete sereg!

téseket számolni ennyi kombináció és ilyen pályahossz-eltérések esetén, de a hozzáértők biztosan ezt is tudják.

Kicsit a három miskolci nap térképéről: a helyesbítést nem nagyon taglalnám, hiszen Sümegi Janótól újra a már megszokott magas színvonalú munkákat kaptuk. A nyomtatás egyértelműen az OCSB esetében sikerült a legjobban, ott a hármas zöldben is szép sötétbarna szintvonalakat láttunk, nem

világítottak vörösen. A két váltóversenyre ez már nem volt igaz, és utólag az OEVB térképén a barnát kifejezetten halványnak látom (de bevallom, a pályán még nem zavart annyira). Az aljnővényzetes részekben vagy a zöldekben a halovány színtonalak kiolvasása nem egyszerű, az én satnya szín-látásommal semmiképp. A hetes pontom mélyedését pedig csak a verseny másnapján láttam meg itt-hon, nagytóval.

Ami viszont a három nap térképénél egyöntetűen lidérces volt, az a pontok sorszámaikat körülvevő fehér kontúr. Manapság ugyan már nem számít ördögi tudásnak a pályajelölések és pontsorszámok átlátszóvá tétele, de ha mégsem sikerül, legalább elégedjünk meg a csupasz számok által okozott pusztítással, ne tetézzük azt! Itt most félkarikányi „vakfoltok” nehezítették a tájékozódást az ellenőrzőpontok körül. Az egyesületi váltón vagy az OCSB ligeteseiben egy mellécsúszásnál igen könnyű volt befutni a sorszámok „alá”, ezekbe a Bermuda-háromszögekbe, és nem gondolom, hogy épp ezek a terek igényelték volna az ilyen nehezítést. Én megsztam, de nagyon szívesen vennék

valami elfogadható magyarázatot a fehér kontúr szükségességéről! Vagy még jobb lenne elfelejteni őket!

Össességében nekem a hétvége mind a négy futása nagyon tetszett, de nem csak a most begyűjtött pozitív élmények miatt érzem úgy, hogy nagyon jó ötlet volt az Egyesületi Váltón az erdei sprint versenyforma, hiszen egyébként is lelkes híve vagyok az ilyen versenyeknek. Igaz, hogy a sprint versenyszámot alapvetően városokba, parkokba, szóval az emberek közé álmodták meg, azért, hogy végre mások is láthassák a küzdelmeinket, de ez sok esetben azzal jár, hogy nem tudunk elegendő tájékozódási feladatot adni a nagy futósebesség mellé. (Bár szerintem épp Miskolcon még bőven lehet nagyon jó városi terepeket találni.) Ám a városi versenyzés, illetve a potenciális civil nézőközönség kedvéért igazán kár lenne kihasználatlanul hagyni az olyan finom erdei terepeket, amelyek már csak sprint méretarányban ábrázolhatók megfelelően. Igazából ez a verseny optimális elegyítése volt az erdei és városi sprintnek, hiszen a pálya nagyobbik részén kitombolhattuk



Röptében elkapom!

magunkat az erdőben, a lakótelepen pedig a civilek is követhették a kiélesedő küzdelmet.

A három nap után szó szerint igazán mély ökológiai lábnyomot hagytunk magunk után Komlóstető központi parkjában, olyannyira, hogy szerintem a rendezők a verseny bevételét kénytelenek lesznek nagyobb mennyiségű fűmagra fektetni, hogy kiengeszteljék vele a városi parkgondozókat és a helyi lakóközösséget. Az engedélyt kiadó szervek nyilván könnyűléptű démonokra és vékonyka srácokra számítottak (és esőre semmiképp), de így a verseny után már valószínűleg azt fontolgatják, vajon milyen módon hasítsanak szíjat a hátunkból. Igaz, egy dömperverse-ny pusztításával nem ért fel a tevékenységünk, de ha ködös őszi délutánokon kezükben gereblyével bolyongó DéTéCéseket lát valaki arrafelé, gondoljon a rendezőkre, értünk tették, teszik. Köszönjük nekik!

És bár most nem a klasszikus töb-rös, mérségetős terepeken versenyeztünk, amit néhányan szóvá is tettek, de jusson eszünkbe az egykori Edda Művek ide vágó sora: Miskolc mindig várni fog! Legközelebb jövőre, a P/OCSB ket-tőssel, és a verebek azt csiripelik, hogy akkor már igazi bükki terepe-ken futhatunk!

A prima fotóért köszönet Máthé Pistinek! **Kovács Péter, BBB**



Oly Egyformán Vidám Bajnokok

SPARI KUPA SZUBJEKTÍV

A tájfutás a tájékozódásról és a futásról szól, a pályakitűző által megalkotott versenypálya teljesítéséről...

Harminckett éve a Tájfutásban írt cikkemben dicsértem Kaponya pályáit, és hiányoltam a méltó körítést. Most a 62. Őszi Spartacus Kupát követően egyesületünk levelező listájáról idézve:

„Amiben szerintem nem voltak jók a Spari pályakitűzői, hogy nem tudnak elvonatkoztatni „Elit” mivoltuktól. Nem tudják mi kell a gyengébb embernek.” (H.Z.) Ezt avéleményt támasztja alá jó néhány sportársunk különböző fórumokon tett hozzászólása. Persze azért ennél árnyaltabb a kép. Anno úgy tanultam, hogy a pályakitűző először megtervezi az elit(A) pályákat, majd a gyerekpályák következnek... Végig nézve a mostani verseny pályáit, jó színvonalú felnőtt A, életkornak megfelelő 10 és 12 -es pályákat találunk a Routegadgetre feltöltve. Ugyanakkor, mint az a tájfutó levelező listán is olvasható volt, a kezdőknek szánt F15-18, és a 21 C kategóriák egyik pontja (átmenete) erősen „A” szintű volt, (a részdők alapján a felnőtteknek ez kisebb gondot jelentett, bár volt aki közülük is elvázott itt). Míg a kezdőknél ez a nehéz pont borzolta az edzők (szülők) kedélyét, a senioroknál az első napi nyiladékok pontok csapták ki a biztosítékot. Ez a terep sokkal több technikai útvonal, domborzati elemre helyezett ellenőrző pont lehetőségét kínálja fel, mint amivel most a pályakitűzők éltek. Mélyebb elemzések helyett, (mert ez mégis csak egy szubjektív írás), a gondolatmenet zárásaként álljon itt a korábbi idézet folytatása: „Egyrészt az F21B túl közel volt az A-hoz, így a kutya nem vállalta be (én sem). Nem az ellenfelek ellen menekül az ember B-be, hanem azért, mert nem akar 90-100 percig versenyezni. F35A

kicsit ugyanez. Másrészt egy F21Br, ami akár még kicsit túl rövid is volt, nem vette figyelembe, hogy oda nem az Elit versenyzők középtávú pályája való. Technikailag nyilván meg lehet kínálni a Br mezőnyt, de szombaton olyan hegymászós volt a pálya második fele, hogy ott érzésem szerint a Br mezőnyből senki sem futott.”

Talán mégsem csak a futásról szólt minden... A 400 főt jóval meghaladó induló létszám ellenére

családias, jó hangulatú versenyen vehettünk részt, és vettek részt azok az ismerőseim is, akik elmondták már néhányszor, hogy ők legközelebb Spari kupára aztán tényleg, de tényleg nem jönnek. Hogy végül mi hozza ide őket újra? A Vértés, a tájfutó barátok, a rövid nevezési határidő (hat nap) adta könnyebb tervezhetőség? Az őszi Vértés különösen szép, az ember szívesen vissza-, visszatér. De valahol a ködös múltból felmerülnek a pilisi, gerecei November 7. versenyek emlékei is. Remélem a megújult, fiatal térképhelyesbítői gárda meglep bennünket mihamarabb egy új tereppel. **Vékony Andor**



SZVSE rendezőinek csoportképe



SZVSE RENDEZŐK A 2016-OS HUNGÁRIA KUPA ELŐŐRSEKÉNT

**Szeged Kupa –
Tázlár, 2014. október 4-5.**

A Szegedi Vasutas Sportegyesület 2014. szeptember 20-án ünnepelte 95 éves fennállását. Ezen ünnepséget követően, október első hétvégéjén a Magyar Tájékozódási Futó Szövetség (MTFSZ) megbízásából az SZVSE tájékozódási futói rendezhették Szeged Kupa néven azt a kiemelt rangsoroló futamot, ami egyben világranglista verseny is volt.

A rangos versenyt Tázlár térségében rendezték, ahol az ország egyik legtechnikásabb terepe található, a sok egyforma homokbucka és bozótfolt között a tájékozódás igen nagy koncentrációt követel a gyors futótémppal mellett. Az időjárás sem fogadta kegyeibe a futókat, hiszen szombaton szakaszosan szakadt az eső, sőt még vasárnap is a rajt környékén, – de csak ott!

A cél területén a mosdási lehetőség megoldott volt. A büfé mindig széles választékkal üzemelt. Gyermekversenyt mindkét napon a cél környékén rendezték, s valamennyi befutó ajándékot kapott. Többeknek is feltűnt, hogy most a célterületen – a szokásos lakodalmi sátor mellett – jelentős infrastruktúrával a honvédség is felvonult.

Gera Tibor, a versenybírózás elnökhelyettese ezzel kapcsolatban az alábbi tájékoztatást adta: „A honvédség adta a katonai sátrakat (3 részes cél sátor, 3 részes rendezői sátor és a két egy részes öltöző sátor). A két db lajtos kocsi is ugyancsak Ők biztosították a mosdáshoz. Miért is kaptuk ezt? Mert idén már kétszer is rendeztünk Szentesen – a honvédség toborzó napjának alkalmából –, egy-egy kis tájfutó játékot az SI-vel.”

A sikeres verseny érdekében, Szokol Lajos elnök vezényletével, Gera Tibor, valamint Szokol Mónika elnökhelyettesek irányításával igyekezett a több mint 40 fős rendezőgárda teljesíteni a részfeladatokat.

A versenyre öt országból közel 400 fő nevezett, a szombati napon délelőtt a középtávú pályákon futhattak a résztvevők, ami a felnőtt elit kategóriákban egyben világranglista verseny is volt. Szombat délután egy gyors farsta-rendszerű tömeg-



Díjak és érmek hirdetésre várva

rajtos váltóversenyen küzdhettek a tájfutók, ahol a dobogósok egy-egy tortát is nyerhettek. Vasárnap a normál távú pályákkal ért véget a három futamból álló Szeged Kupa. A mezőnynek nagyon jó felkészülési lehetőség volt a következő hétvégén rendezendő Magyar Bajnokság előtt.

Kiemelkedik **Szerencsi Ildikó** (SZVSE) teljesítménye, aki WRE futam megnyerése mellett az összetettben sem talált legyőzőre, de ezen kategóriában összetettben is maradt az első napi dobogós helyezési sorrend. A WRE futamok megnyerését követően a győztesek így összegezték a versennyel kapcsolatos benyomásaikat:

Szerencsi Ildikó /SZVSE, N21E): „Tázlár a kedvenc terepeim közé tartozik, minden alkalommal tartogat újdonságot. Így volt ez most is, nagyon tetszett a pálya, tökéletes volt a térkép, a díjazásról nem is beszélve!”

Dalos Máté (TTE, F21E): „A Tázlári terep a kiírásban mindenkinek kecsegtetően hangzott, főleg úgy, hogy egy új részen is versenyezhattünk. Ennek megfelelően remek versenyt csináltak nekünk. Fizikailag és technikailag is kihívást jelentett. A rajtolástól a célba beérkezésig százszázalékosan kellett koncentrálni. Olyan volt, mint egy sprint szám. Folyamatosan olvasni kellett a térképet, nem lehetett elkalandozni. Állandóan mondogattam is magamnak, hogy ezt a zöldet lentől, utána jobbra, balra kis résen be, jobbra réten végig... Alföldön a 6,3 km-es versenypályára hamar rámondja az ember, hogy ez bizony gyors tempó lesz. De itt ez nem volt nyerő. A hosszú átmenetek után volt pár rövid átmenet, amivel igencsak megforgattak minket, azután újra egy hosszú átmenet. A versenyen fokozott tájékozódást igényelt, és nagy fegyelmetzettséget. A terepen ráadásul egy adag hideg vizet is kaptunk a nyakunkba.



Tömegrajt kalákában



Dalos Máté és Szerencsi Ildikó, a WRE futam győztesei

Összességében remek terep, és verseny volt, feledtette velünk a rossz időjárást.”

Erdélyi Tibor, a WRE kategóriák ellenőrző bírója így összegezte a verseny tapasztalatait: „A 2014 évi Szeged Kupa Világranglista versenyként került megrendezésre, ez azt jelenti, hogy az F és N21E kategóriában úgynevezett WRE pontokat lehetett gyűjteni. Ebben a két kategóriában a rajtsorrend nem sorsolással került kijelölésre, hanem az aktuális WRE pontok alapján, a rangsorban jobb helyezéssel versenyző indult hátrébb. A

WRE kategóriák pályáinak hosszát a várható győztes idő függvényben kellett tervezni. Ez nem könnyű feladat, hiszen a mezőny erőssége meghatározó. A női pályán jobban sikerült megközelíteni a győztes időt, a férfi pályán kissé hosszabb lett, amit a verseny előtt/alatti eső is befolyásolt. Zsebe Isti sajnálatos pontkihagyása egy jó győztes időt nullázott le.

A verseny terepe méltó volt egy ilyen eseményhez, a tázlári buckákon nagyon jó, élvezetes pályákat lehet kitűzni. A régebben használt terület térképe kissé ki lett bővítvé, így új versenyközpont helyszínt lehetett használni, korlátlan parkolási lehetőséggel. A cél a SZVSE-től megszokott módon mintaszerűen volt telepítve, és minden úgy működött, ahogy kell. Az eredményhirdetésen az eseményhez méltó érmek és tiszteletdíjak kerültek átadásra. Összességében jó terepen, jó térképen, jó pályákon, jól szervezett versenyen futhattak a két Elit kategória, de úgy gondolom mindenki a Szeged Kupán.”

A Szeged Kupa versennyel kapcsolatban **Petroczi Ádám** ellenőrző bírói jelentéséből is idézve:

„A verseny részben új terepen volt megrendezve (a korábbi Tázlár tér-

kép kelet felé lett bővíve). A célterület egy nagyméretű nyílt területen (legelő sarkában) lett kialakítva. A parkolásra megfelelő méretű hely állt rendelkezésre. A rajthely mindhárom futamon megfelelt a követelményeknek, a bemelegítéshez is nagy terület állt rendelkezésre. A rajtoltatásokat mindkét nap személyesen ellenőriztem. Maga a rajtoltatás időben, mintaszerűen történt. A 2014-es javított térkép Dénes Zoltán munkája, amely új területeket is tartalmazott. A térképátadás viszont több hetet csúszott, így a pályakitűzőknek kevesebb idejük maradt a munkájuk elvégzésére. A térkép pontos, a terepi bejárások során hibát nem találtam. A pályakitűzés csúszása miatt kevés idő maradt a nyomdai előkészítésre is. A két pályakitűzővel (Bereczki Máté középtáv és váltó, Fodor József normáltáv) folyamatos volt a kapcsolat. A versenypályák néhány kivétellel megfelelték a kategóriák fizikai és technikai követelményeinek. A versenykiírás és a versenyértéstitő minden szükséges információt tartalmazott és idejében felkerült a verseny honlapjára, valamint az MTFSz portálra is. Az eredmények a verseny napján publikálásra kerültek. Az SI rendszer és a kiértékelés megfelelően működött.

A célban WIFI-s eredményközlés üzemelt. Az eredményhirdetés mindkét napon rendben lezajlott, a helyezettek színvonalas érem- és tiszteletdíjazásban részesültek.

Végeztül **Szokol Lajos**, a versenybíróság elnöke így összegezte benyomásait:

„Normál esetben egyszerű rutin feladat a szakosztály számára egy ilyen ”kis verseny” megrendezése, hiszen a szerény részvétel (még akkor is, ha kiemelt rangsoroló és WRE futam is egyben) szerény, anyagiakban visszafogott rendezésre ad lehetőséget. A szakosztály vezetése azonban úgy döntött, hogy a várhatóan kevés indulótól függetlenül, a nagy rendezvényeinkre jellemző komfortot és odafigyelést biztosítunk a versenyzők kiszolgálásában a körítést és szakmai részt illetően egyaránt. Ennek fő oka, hogy az általunk rendezendő 2015-ös rövidtávú egyéni és váltóbajnokságon és a 2016-os Hungária Kupán tervezett színvonalból és odafigyelésből szeretnénk volna ízelítőt adni. Szintén fontos szempont volt, hogy felelős pozíciókban új embereket próbáljunk ki és teszteljük rendező gárdánkat az új feladatok előtt. Úgy érzem mindkét területen sikeresek voltunk. Végül közel négyszáz résztvevő élvezhette az új terepen, jó szín-

WRE eredmények:

W21E (14 induló, 5,1 km, 23 ep.)

1. Szerencsi Ildikó	SZV	39:34
2. Weiler Virág	SPA	43:38
3. Rusvai Katalin	FSC	45:37
4. Császár Barbara	GOC	49:22
5. Nagy Virág	SZV	49:56
6. Boros Anna	SDS	51:24

M21E (24 induló, 6,3 km, 25 ep.)

1. Dalos Máté	TTE	42:20
2. Bugár Gergely	SPA	43:37
3. Liszka Krisztián	SPA	44:51
4. Bakó Áron	SPA	45:29
5. Vellner Gábor	SPA	46:10
6. Forrai Gábor	HOD	47:01

vonalon kinyomtatott térképekkel, komfortos céllal, színvonalas díjazással megrendezett versenyt.”

Mint általában, ezúton is jelentős volt a támogatóknak a száma, aminek következtében színvonalassá tudták tenni a versenyt, az eredményhirdetéseket. Név szerint is megemlítem a támogatókat: Rubin Kft, Azimut Kft, Dechatlon, MOL Nyrt, Frittman Borászat, Kontyos gyümölcs borászat, Maros Fleur Kft, Nestle, Árendás Virágkertet, Generáli Biztosító, Virágpaletta, Stop Cukrászda és a TESCO. A WRE 1-6. helyezettjei érem-, oklevél- és tiszteletdíj díjazásban, a váltó és az összetett egyéni verseny 1-3. helyezettjei pedig érem- és tiszteletdíj díjazásban részesültek.

Szerényen még idekívánczok, hogy a jó háziasszony módjára, nagyon finom sütitket is csináltak a lányok a Szeged Kupára! (Azért tudom, mert én is vettem belőle.) Úgy érezzük, hogy a versenyzők teljes megelégedéssel távoztak a helyszínről, dicsérve a pályákat, a színvonalas díjazást és magát a 40 fős rendező-gárdát a kiemelkedő versenyrendezésért! Várunk Mindenkit szeretettel 2015-ben a Rövidtávú Egyéni és Váltó OB-n, 2016-ban pedig egy felejthetetlen Hungária Kupán!

Sindely Pál

Foto: Farkas Annamária és Máthé István



Mix szenior váltó érmesei

BERTÓTI REGINA ÉS BAKÓ ÁRON A FŐISKOLÁS BAJNOKOK

A Göcsej KTFE rendezte október 17-19-én az Egyetemi és Főiskolás OB-t Zalaegerszeg központtal.

Péntek délután a nem hivatalos rövidtávú számmal kezdődött a program. A házigazda város Ságod városrészében fekvő Gébárti-tó két partján található Thermál kemping, illetve Aquacity akvapark volt a helyszín, amelyek között egy fahídon keltek át a pályák.

A fiúknál szoros versenyben az első két helyen a Miskolci Egyetem versenyzői végeztek Tölgyesi Tamás, Tugyi Levente sorrendben, a harmadik Péntek Máttyás (VIA UC) lett. A lányoknál jobban szét húzódott a mezőny, a két BME-s, az első Nagy Virág és a harmadik Császár Barbara közé Szabó Erika (Nyugat-Magyarországi Egyetem) jött be másodiknak.

Szombaton a zalaegerszegi főiskola volt a váltó központja. A szomszédos lakótelepen és a korábbi laktanyából átépített kampusz területén kanyarogtak a pályák. A lányoknál a BME és a Semmelweis Egyetem váltója vívott szoros csatát, végig egy percen belül voltak, végül a műegyetemisták (Nagy Virág, Szokol Mónika, Weiler Virág) nyertek a SE (Kinde Vanda, Cserkúti Dominika, Bertóti Regina) előtt. A harmadik helyre a körről-körre előrébb lopakodó ELTE (Vincze Rebeka, Faggyas Eszter, Zsigmond Vanda) ért oda.

A fiúknál is a BME (Sulyok Ábel, Kovács Bertalan, Bakó Áron) nyert négy és fél perccel a Miskolci Egyetem (Tugyi Levente, Fehérvári Zsolt, Tölgyesi Tamás) és hat és fél perccel a Nyugat-Magyarországi Egyetem (Nagy Petrik, Iski Richárd, Kazal Márton) előtt.

Vasárnap a klasszikus számmal zárult a bajnokság Döbröcén. A kacsaringós pályákon a futósebesség volt a döntő. A lányoknál kétperces különbségek alakultak ki, Bertóti Regina (Semmelweis Egyetem) lett a bajnok, Weiler Virág (BME) és Kinde Vanda (Semmelweis Egyetem) előtt. A fiúknál Bakó Áron (BME) négy és fél perccel verte a mezőnyt, Baumholczér Máté (Pécsi Tudományegyetem) és Tölgyesi Tamás (Miskolci Egyetem) állhattak még a dobogóra.

Az intézmények közötti pontversenyt a Budapesti Műszaki Egyetem csapata nyerte, második lett a Semmelweis Egyetem, harmadik a Miskolci Egyetem.

(mtfsh.hu)

ELHUNYT LOVAS KÁZMÉR (1929–2014)

I. osztályú versenybíró, a Tipográfia örökös tagja. A Tipográfiába 1970-ben került át a Sashalmi Elektronikus SE-ből. Főleg számítási területen tevékenykedett, így lett tagja a Tipográfia számvizsgáló bizottságának. Mint versenyző fénykorában elérte a II. osztályt, de már akkor is erősen rövidlátó volt, szemüveg nélkül 5 centire sem látok, mondta. Tizenhat dioptriával is fáradhatatlan versenybíró lett, főleg célbíróként tevékenykedett. Munkáját 1983-ban I. osztályú versenybírói minősítéssel ismerték el.

B.G.Y.

ELHUNYT SCHÖNVISZKY GYÖRGY

2014. november 16-án, életének 76. évében elhunyt Schönviszky György, a Spartacus sokszoros magyar bajnoka.



DÁNIEL EDIT EZÜSTÉRMES A SZENIOR VB-N

Braziliában rendezték november elején a Szenior Világbajnokságot Porto Alegre központtal, ami az első IOF esemény volt a dél-amerikai kontinensen.

A várakozásnak megfelelően az Európától távoli helyszínen a szokásosnál alacsonyabb létszám vett részt a versenyen, hazánkat is egyszámjegyű kontingens képviselte.

A sprintverseny legmagasabb döntőjében két magyar versenyző szerepelt: Dániel Edit (W55) a 30., Kovács Attila (M60) az 58. helyen végzett.

A normáltávú versenyen szép sikert ért el Dániel Edit. A döntőbe jutott magyar versenyző a W55 kategóriában, ahol hihetetlenül szoros versenyben (17 másodpercen belül volt a három dobogós) a második helyen végzett.

(mtfsh.hu)

KÖNYVBEMUTATÓ

Várhatóan január 21-én lesz a bemutatója a Ripszám Henrik és a magyar tájfutás kezdetei (1948-ig) című könyvnek.

Részletek a tájfutó listán, aki nem olvassa, jelentkezzen Hegedűs Ábelnél a részletekért.

SILVANUS SE TÉLI EDZÉSSOROZATA

NOVEMBER 23-TÓL MINDEN VASÁRNPAN

Időpont: minden vasárnap 10-13-óraig
Helyszín: KFKI Sporttelep, Konkoly Thege Miklós út végén
GPS: 47.4858972973, 18.9535148987
Megközelítés: 21-es autóbusz Moszkva térről 20 percenként, gépkocsival a sporttelep ill. a végállomás parkolójáig.
Rendező: Silvanus Sportegyesület
Edzés kezdete: 10:00 óra, utolsó rajt 12:45. Rajtolás egyénileg tetszés szerint.
Bontás: 13:00-tól
Térkép: Kakukk-hegy 1:7500
Pontmegnevezés: Térképen.
Időmérés: SPORTident rendszerrel, dugóka bérelhető a helyszínen 200Ft/ dugóka, fényképes igazolvány letétellel (elvesztés esetén 8500 Ft térítendő)
Pályák: Hosszútávú futó edzéslehetőség állandó időmérése pályákkal. Mindig változó tájfutó edzőpályák a Kakukk hegyen. Önálló futás.
Öltözés: fűtött, őrztöltözben, fűrésdi lehetőséggel.
Díj: Öltözéshasználat 500 Ft/ alkalom. Pályák térképpel 600 Ft/ alkalom. Kontrollkörök időméréssel: 300 Ft/ alkalom. Csomagmegőrzés, frissítőink (teával bővül idén a kínálat!) továbbra is ingyenesen.
Információk: Hegedűs Béla 06-30-233-5256, hbfort@gmail.com

T É L I E D Z É S E K A V É R T E S B E N

Ebben az idényben is megrendezzük téli edzéseinket a Vértesben.
Az edzések az előző évekhez hasonlóan 2 hetente, szombaton 8:30-13:00-ig tartanak.
A program és időpontok:
1. 12.06. Kápolnapuszta – Antalárok – Hajdúvár
2. 12.20. Csákerény – Régi focipálya
3. 01.03. Pusztavám – Csukató – Katonacsapás
4. 01.17. Csákvár Saroklegelő – Gémhegy – Badacsonyhegy
5. 01.31. Gánt bányatelep – Gránás – Németgránás
6. 02.14. Gánt – Gántető – Gémhegy - Öreghegy
Az edzésekre jelentkezni(nevezni) kell továbbra is mailben az edzést megelőző csütörtök éjfélig somlayg@portal.hu email címen.
A nevezési díj: 700Ft.
Ha esetleg nagy havazás miatt a cél autóval nem megközelíthető vagy a terep edzésre (futásra) alkalmatlan, az edzés elmarad. Erről a tájfutó listán tájékoztattuk benneteket.
Továbbra is 4 pályát tervezünk (A-B-C-D-pályák), de ha van rá igény akkor az E-pálya is elkészül ami 10 km feletti lesz.
Aki szereti a fázisnyomatos edzéseket – erre is lesz lehetőség. Várunk benneteket.
Szervezők: Páhy Tibor és Somlay Gábor

BÚÉK KUPA

Időpont: 2014. december 27.
Helyszín: Hűvösvölgyi Nagy-rét, Bobci padjainál
Nevezés: a helyszínen 9-9.45 között
Nullidő: 10.00. Nevezési díj: 600 Ft/fő
Kategoriák: Fiú, Lány (18 éves korig), Férfi, Női (19-39 éves), Szenior férfi, Szenior női (40 évtől)
További információk: www.mom-o.hu

BUDAPESTI TÁJFUTÓ NAPOK

A Budapesti Tájfutó Napok időpontja 2015. január 17-18.
A program a szokásos: szombaton teremtájfutó diákbajnokság, szenior találkozó, és este bajnokok vacsorája, vasárnap délelőtt pedig a Ripszám Henrik emlékverseny.
A pontos kezdési időpontokat a BTFSZ honlapján megjelenő meghívó fogja tartalmazni. Ez a szombati nap munkanap (jan. 2. helyett), ezért lehetnek változások a megszokotthoz képest.

KISKUNHALASI EDZŐTÁBOR!

2015. január 23-25.
Várható program:
- Időt csak kérésre mérünk, a rajtokat koordináljuk.
- Hozzatok dugókat, mert tervezünk edzést SI-vel is.
- Minden edzésen lehet „normál” pályákon is futni, ill. egyéni pályákat a kitett pontokból.
Tervezett edzések: Péntek de. 10.00-12.00 Zsana (útvonalkövetés)
Péntek du. 14.00-16.00 Tázlár (domborzati pálya)
Szombat de. 09.00-11.30 Bócsa (domborzati pálya+borókás)
Szombat du. 14.30-16.00 Pirtó (memória pálya)
Vasárnap 09.00-12.00 Tázlár (tömegrajtos farsta)
Részvételi költség:
szállás 2500 Ft/fő/nap
étkezés (szombaton meleg vacsora) 900 Ft/fő
térképek 300 Ft/db
szállítás. Csak külön kérésre!
Jelentkezési határidő: Január 11. (vasárnap)
Gera Tibor: Cím: 6723 Szeged, Szent László u. 16/b. e-mail: gera.tibor@szegedivasutasse.hu. tel: 70/3348367, 70/3825673
A határidő után jelentkezőknek nem tudom garantálni a részvételt!
A pénteki program csak akkor lesz megtartva, ha a kollégiumban legalább 25 fő kér szállást.
Szeged, 2014. november 11.

Gera Tibor



SZENIOR EGYESÜLETI PONTVERSENY

Az októberi két egyéni OB (11-12-én az ONEB, 23-án az Éjszakai OB) és két csapatjellegű OB (25-én a hagyományos CSB, 26-án az Egyesületi váltó) eredményei – meglepő módon – nem változtattak az összetett csapatbajnokság szeptemberig kialakult állásán. Legalábbis az 1-6. helyért folyó küzdelemben. A HSE nagy fölényrel, 250 pontos összteljesítménnyel lett első, a második helyen 182-182 ponttal holtverseny alakult ki a tavalyi második BEAC és a TTE között, végül az Egyesületi Váltón szerzett több pontjával a TTE érdemelte ki a második helyet. A 4. helyet 108 ponttal a PVSK szerezte meg a CSB után még előttük álló OSC előtt /107 pont/, a hatodik a HSP gárdája lett 93 ponttal.

Az előző évben a legjobb egyéni teljesítményeket taglaltam értékelő cikkemben. Ezúttal a legtöbb bajnoki pontot Boros Zoltán HSE szerezte /38,42/, alig maradt le tőle a PVSK-s Vinciczai Ferenc /38,33/. (A furcsa századpontos a csapatversenyeken szerzett pontok elosztásából adódnak).

Ezúttal is a HSE-ben volt a legtöbb 30 pont felett teljesítő: Boros Zoltán, Balla Sándor és Kármán Katalin. Rajtuk kívül a TTE-s Horváth Magda /35,67/, a BEAC-os Hegedűs Ágnes /32/ és a már említett PVSK-s Kovács Ildikó szerzett 30 pontnál többet.

Idén 57 egyesület szerzett bajnoki pontot. Érdekeség, hogy bár a holtversenyek eldöntéséről a bajnoki pontverseny kiírása részletesen rendelkezik, egy alkalommal – a csak az OREB-en pontszerző és ott egyaránt 5. helyezeket szer-



ző két egyesület /NYV és TSC/ között – nem sikerült dönteni.

A hagyományok folytatását tervezük: az 1-6. helyen végzett egyesületek képviselői pontszerző versenyzőik részére emléklapokat vehetnek át az MTFSZ 2015. évi közgyűlésén. Ugyancsak emléklap készül az Összetett Egyéni Bajnokság 1-6 helyén végzettk részére, ezeket az egyesületek képviselői szintén a közgyűlésen vehetik át (az 1-3. helyezettek érdemdíjazása október 25-én volt).

A.Gy.

Szenior összetett bajnokság (2014)

F35 (4)	Ö	
1 Molnár Zoltán	THT	9
2 Vereszi Tibor	THT	15
3 Vajda Zsolt	THT	18
4 Molnár Attila	THT	19
5 Lajszner Attila	ETC	27
6 Sárecz Lajos	ZTC	31

F40 (4)

1 Nagy István	TSE	6
2 Borbás Nándor	KAL	13
3 Neda László	TSE	13
4 Paróczy Zsolt	ZST	14
5 Baracsi Gábor	TTE	31
6 Torna Szabolcs	MOM	33

F45 (4)

1 Gillich György	TTT	10
2 Marton János	HSP	12
3 Dezső Sándor	HTC	13
4 Egei Tamás	SPA	15

5 Vinciczai Ferenc	PVS	20
6 Gillich István	MSE	21

F50 (4)

1 Varga József	GOC	14
2 Szlatényi Ferenc	OSC	14
3 Muliter Gábor	HSE	24
4 Weiler Zsolt	MAF	26
5 Tökés Árpád	SAS	30
6 Körmendi Miklós	MSE	36

F55 (4)

1 Gyulai Zoltán	MSE	5
2 Kerényi Dénes	HSE	19
3 Vankó Péter	HSE	21
4 Harkányi Csaba	SAS	22
5 Jankó Tamás	HSE	23
6 Kürti István	PVM	31

F60 (4)

1 Balla Sándor	HSE	6
2 Spiegl János	SMA	9
3 Bikki Sándor	VTC	12
4 Hegedűs Zoltán	OSC	12
5 dr. Szunyog József	SAS	23
6 László Károly	HBS	23

F65 (4)

1 Boros Zoltán	HSE	4
2 Bogdanovits András	MSE	9
3 András Lajos	HER	19
4 Tüskés György	SUN	26
5 Gyalog László	SPA	29
6 Lux Iván	BEA	30

F70 (3)		
1 Jelinek István	PSE	4
2 Muszély György	BEA	7
3 dr. Nagy Árpád	ETC	8
4 Hargitai István	TTE	10
5 Szemler István	TTE	13
6 Nagy Lajos	ETC	17

F75 (3)		
1 Bogdány Miklós	TTE	3
2 Varga György	POE	5
3 Nagy Dezső	HSP	8
4 Schell Antal	PSE	9
5 Szabon János	KOS	11
6 Ijjász István	PVS	13

F80 (3)		
1 Dudás István	OSC	3
2 Buncsik János	PSE	7
3 Hrenkó József	ETC	7

F85 (3)		
1 Kún Ferenc	KTX	3

N35 (4)		
1 Simon Ágnes	ETC	5
2 Nagy Krisztina	BEA	14

3 Rácz Eszter	POE	39
4 Kaszásné Boa Ágnes	HER	40
5 Rostás Anikó	KAL	42

N40 (3)		
1 Wengrin Ágnes	TTE	4
2 Boros Anna	SDS	7
3 Schmal Kinga	ZST	9
4 Füzy Judit	OSC	9
5 Bánki Juszina	KZS	10
6 dr. Hegedüs Ágnes	DTC	16

N45 (3)		
1 Viniczainé Kovács Ildikó	PVS	3
2 Tömördi Ágnes	HSE	8
3 Györffy Gabriella	HSE	9
4 Turcsánné Cseh Erzsébet	PVS	10
5 Galambos Erika	ZST	14
6 dr. Gillichné Kalocsai A.	MSE	14

N50 (3)		
1 Mátyás Ildikó	PVM	3
2 Kármán Katalin	HSE	4
3 dr. Muzsnai Ágota	HSE	6
4 Szerencsiné Csamangó J.	PUS	11
5 Várady Szilvia	DTC	13
6 Jenővári Gabriella	HSE	13

N55 (3)		
1 Horváth Magda	TTE	3
2 Takács Ágnes	SZV	6
3 Szopori Éva	KRI	11
4 Lévainé Kovács Róza	KSE	15
5 Mező Éva	PVM	16
6 Dömötörné Horváth E.	SFC	20

N60 (3)		
1 Wieder Ilona	VHS	3
2 Fent Marianne	ARA	6
3 Szabó Zsuzsanna	SAS	7
4 Csököri Irén	BBB	9
5 Karsai Klára	OSC	10
6 Novotni Tiborné	BBB	15

N65 (3)		
1 Hegedüs Ágnes	BEA	3
2 Bíró Aletta	BEA	7
3 Komár Béláné	HER	7
4 Fey Klára	HSP	10
5 Szuromi Imréné	SPA	13
6 Gombkötő Zsuzsanna	VTC	18

N70 (3)		
1 Cser Borbála	HER	3
2 Cser Krisztina	SPA	6
3 Wengrin Istvánné	VTC	10
4 Schell Antalné	PSE	11

RIPORT HELYETT...” INKÁBB MEMENTÓ”

Gyönyörű őszi idő, emléksvénnyel kombinált emléktábla. Gavató. Kimentem, nem voltam itt egy szárguldo riportert, kortársakkal is találkoztam, és nem voltam „doyen”. Láttam is hallottam is.

Főszerkesztőnk is kint vala, a megnyitó összehoztatása, még 85 //db/ sikerült és mondtam vala: „Verba volent, discripta manunt.” És micsoda öröm: voltak kortársakból, aki kiszúrta, hogy praesens és praeteritum áll egymás mellett. Mondtam volt az irás majd még jön, de az is félmult, amikor olvassák. Itt nem kívántam a szót szaporítani csak mozaikokat kívántam össze szedni. Hol, mikor, ki, mit tett le?

Feri -bára emlékezvén egy lényeges mozaik, mely nélkül buda-pesti diáksport történelem sincs. Kollegáim! Ami ma is meg-gondolandó és aktuális: a 70-es évek végén, Csillebércen tájé-kozási futó Úttörő olimpia volt. Emlékeimet a tényleg doyen egykori V.B. elnök Balla Sanyi bá itt a helyszínen alátámasztotta. A lényeg több mint 600 start és ezek közül Kőbányáról Feri –bá szervezés mintegy 100 diák. (Én ott ellenőrző bíró voltam.) Miért elevenítem ezt föl? Ma is szívesen ellenőriznék Diák olimpián egy kerületből 100 indulót. Sanyi-bá emlékeiben ennél népesebb mezőny is van.

Kell verseny, utánpótlás nevelési céllal is!... de nem ezekért. Más kell ide! Lelkes, elkötelezett versenyrendezőkön kívül rá-szervező is. Feri-bá mindkettő volt: „motor, vagy ha úgy tetszik Baross Gábor.” (De ugye ez már perfectum.)

Ugye: „Látjátok feleim szümtükkel mik vogmuk?”

„S nem használ itt már: sem sírás, sem ima, sem vegyszer.”

Ezek ugye „Halotti beszédek”, s ha már a „Tanár úr” irodalomba csúszott át:

„Nem elég jóra vágyini

A jót akarni kell!

S nem elég akarni

De tenni, tenni kell!..

Mondhatjátok a Tanár urat károgó öreg varjúnak s tényleg évek óta morog. Még jó hogy fehér hollók is léteznek, Feri tanítványai a legjobb időre szervezték az összetett eredményhirdetést és a Babits-os fehér holló fiókait dobogón látni.

Szóval: „Látjátok feleim: szervezni, tanítani, nevelni, kísérni, oda-figyelni, példát mutatni, azaz tenni, tenni kell!” (S nem ezekért, amit ugye majd visszafogatunk az utánpótlás nevelésbe.)

Remélem, lesznek még Feri-bák s fehér hollók: a pálya nyitott, szabad „elől futni is”.

Tanár úr...-Bajusz

Orvosi Nobel-díj a tájékozódás agyi folyamatainak kutatásáért. Az idén díjazott három tudós közül az amerikai-brit John O'Keefe már 1971-ben kimutatta, hogy a patkányok hippokampuszában egyes sejtek tüzelése az állat térbeli helyzetével függ össze. Ezeket a sejteket térsejteknek nevezte el. Valamikori fiatal munkatársai, a norvég May-Britt és Edvard, 2005-ben már mint Moser házaspár, az agy helymeghatározó rendszerének egy másik elemét fedezte fel. A szagló agykéregben „koordinátarendszerbe” szervezett hálózati



sejteket találtak, amelyek révén az állat folyamatosan érzi helyzetét és mozgásának irányát. Ganajttúró bogarak (Tájoló 2013/6) és királylepkék (Tájoló 2014/4) tájékozódásáról hallva várható volt, hogy az emlősöknél is van valami, ami a térbeli eligazodást működteti. Képpalkotó berendezésekkel végzett további kutatások, valamint idegsebészeti műtéten átesett betegek vizsgálata bizonyította, hogy az emberi agyban is léteznek a patkányoknál kimutatott térsejtek és hálózati sejtek.

A Tájoló olvasóit nem kábíthatjuk olyan bulvár szöveggel, hogy a Nobel-díjasok felfedezték az „agy GPS-t”, amely „térképet” készít a bennünket körülvevő térről. A megismert agyi működés nem GPS, csak gráf, nincs térkép, csak viszonyítási pontok. Fogalmunk sincs arról, hogy lenne az embernek irányérzéke, ha csak nem a Nap vagy tájoló segítségével.

A Nobel bizottság döntése alaposan meglepte a szakmát. Egy rosszkedvű fanyalgó szerint a díjazottak csak azt bizonyították be, hogy nem vagyunk hülyébbek a patkányoknál.



Fotó: Tallár Tamás

A Göcsej KTFE-vel kialakult kapcsolatuk révén elsőként az Egyetemi-Főiskolás OB-n jelentek meg, ahol izotóniás italokkal, energiaszelékkal és más Penco termékekkel jutalmazták a verseny helyezettjeit. A bajnokság női győztesének személyében találták meg azt a tájfutót, akinek versenyzését támogatni kívánják.

Bertóti Regina szponzora a PENCO. Ez egy kimondottan dopping-tiszta teljesítményfokozókat előállító cég, amelyet Csehország vezető élelmiszer kutatói hoztak létre a közelmúltban. Első sorban sportolók számára kifejlesztett közel 60 terméket kínálnak, amelyek az átlagemberek számára a betegségek megelőzését és a kiváló életminőség elérését is lehetővé teszik.



Fotó: Novai Éva

Regi első egyéni bajnokságát az idei HOB-on nyerte a sportág két nagyszonyja, a már 27-szeres egyéni bajnok Novai Éva és a jelen nagy favoritja, Szerencsi Ildikó előtt. Egy éve PhD hallgató a Semmelweis Egyetem Farmakognóziái Intézetében, ami a PENCO figyelmét is felkelthette a vonzó megjelenés mellett. Itt Budapesten lehetősége van ismét hegyen edzeni az egyetemi évek alatti debreceni homokbucka futások után. Továbbra is szeretné kihozni magából a maximumot. Fontos távoli célnak tartja a 2016-os miskolci Főiskolás VB-t, hiszen ritkán adódik olyan lehetőség, hogy a szülővárosában álljon rajthoz nagy nemzetközi versenyen. Hát sok sikert hozzá!



Üрге-Vorsatz Diána a Nobel-díjas IPCC klímakutató tudósa is részt vett a miskolci OCSB-n, ahol az N145-ös részlegén a legjobb időt futotta. Nem lett hűtlen a BEAC-hoz, ahol még a '80-as években ismerkedett meg a tájfutással. Nagyobb versenyeken ritkán indul, de ezúttal jött az egész család, és férje, Üрге László is rajthoz állt. Hét gyermeket nevelnek, tíz hónapos kisbabája és a háztartás mellett dolgozni is szinte csak éjszakánként tud. 2002 óta vesz részt az ENSZ Éghajlat-változási Kormányközi Testületének (IPCC) munkájában, amely tevékenységét 2007-ben Nobel-békedíjjal ismerték el. Számítalan kitüntetés mellett a Magyar Köztársasági Érdemrend középkeresztjének is birtokosa. A globális felmelegedés világra szóló horderejű kutatása mellett mindig a család és a gyerekek az elsők, mondja Diána, csak azt vállalom el, amit mellettük lehet. Ha utazom, viszem magammal a kicsit, és néha az óvodásokat is. Nem könnyű, hiszen hét gyermek nevelése szinte napi harminchat óras munkát igényel, de ez szép feladat, és érdemes vállalkozni rá, mindenkit csak bízhatni tudok. Jó látni azt a gondoskodó szeretetet, amellyel egymáshoz fordulnak. A gyermekeim végtelen energiaforrások, az ő szeretetük tölt fel igazán. A konferenciák révén csodálatos helyekre jutottam el a világban. A többiek mindig maradnak néhány napot, én inkább sietek vissza a családhoz. Persze így sem könnyű, mégis arra bátorítanám a nőket, hogy aki érez magában kihívást, hogy a családon kívül is tegyen a világért, az ne féljen nekivágni.

Weiler Virág a 2014-es év abszolút bajnoka. Mind az öt egyéni országos bajnokságon győzött. Ez ifi lánynak eddig még sohasem sikerült, igaz csak 2006 óta van nekik is ÉOB. Legszívesebben Virág is kihagyta volna az éjszakaizást, de klubszempontból menni kellett, és ha már ott volt, győzött. Legbüszkébb a nappali bajnokságára, mert ott futott a legjobban és nagy ellenfelét, Szuromi Lucát 2:50-el fölényesen lenyomta. A győzelem mindig kettőjük között dőlt el, kivéve a HOB-t, ahol Luca ugyan jobbat futott, csak egy pontot elnézett és így maga elé kellett engednie az egész mezőnyt. Virág úgy érzi, hogy a KOB-on mehetett volna jobban is, a ROB-on győzni pedig nem volt nagy dicsőség, mivel ő résztávozik legtöbbet a mezőnyből. A Tabáni Spartacus igencsak meg lehet elégedve WV teljesítményével, aki az öt egyéni arany mellett még további öt csapat érmet is behúzott 2-2-1-es megosztással. Ezek szerint az itthon létező 10 bajnokság mindegyikéről van érme, amivel korábban még senki sem dicsekedhetett. Idén Kinde Vanda is 10 bajnoki érmet gyűjtött, mindig egy csapatban Virággal. Csupán 38 éjszakai másodpercen múlt, hogy Vanda nem lett egyéni abszolút bajnok N20-ban.

Abszolút bajnokaink korábban is voltak: Szerencsi Ildikó 2012-ben nyert öt egyéni bajnokságot N21-ben, Baumholczér Máté 2010-ben F18-ban, Kovács Róbert 2006-ban F20-ban. Legelső 100%-osan abszolút bajnokunk pedig az ugyancsak spartacusos Schönviszky György volt, aki 1967-ben az akkor létező összes egyéni, csapat és váltó bajnokságról aranyéremmel térhetett haza. Igaz ezért összesen hatszor kellett futnia.



Bozán György

„Mielőtt innen végképp elmegyek,
Szeretnék elköszönni, emberek.”
(Juhász Gyula: Búcsú)

Az SI-DUGÓKA UTOLSÓ ÜZENETEKÉNT

Papp János (MCB) sportoló emlékének

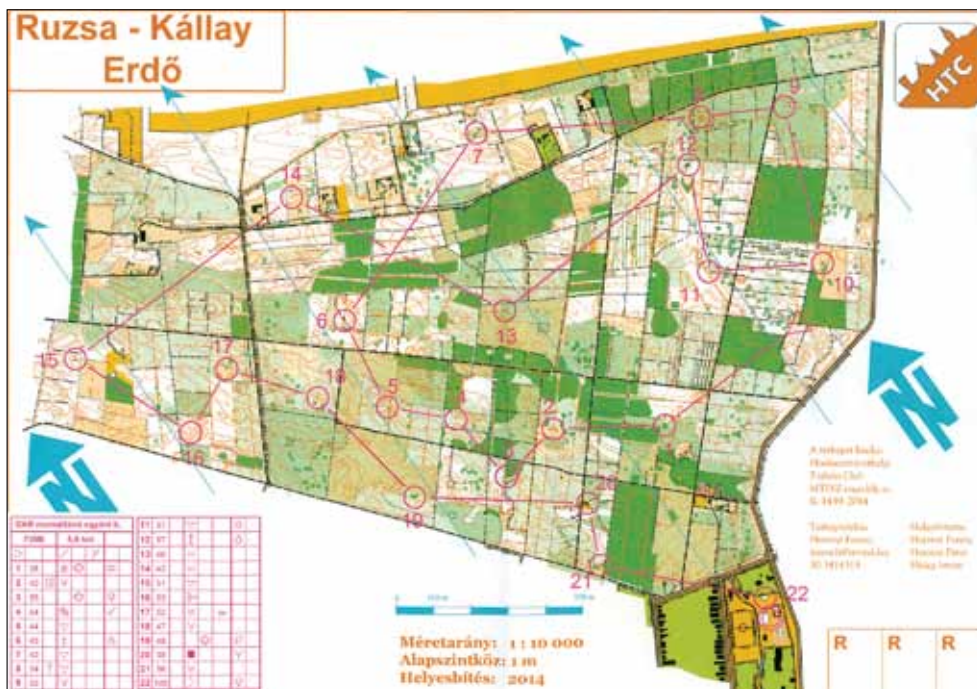
Az ember a sportpályafutása során, verseny közben nagyon sokszor halad el egy-egy temető, sírhalom, emlékezőhely mellett. Így történt ez legutóbb is, – 2014. szeptember utolsó szombatján – a Hódmezővásárhelyi Tájékoztató Futó Club által rendezett Délalföldi Regionális Normáltávú Egyéni Bajnokságon is. A verseny helye ezúttal Ruzsán, a Kállay erdő versenyterepe volt, az az erdő, ahol a 2010.

évi Éjszakai OB-t is rendezték. A rajtoltatás most Ruzsa község felől történt, s a kövesúttal párhuzamosan volt a rajtmenetünk, éppen a temető mellett. Nagyon nehéz szívvel írom le e sorokat, amikor egy olyan sporttársról emlékezünk, aki több éven keresztül sportéletünk része volt, s akivel a 2014. évi DAR nappali egyéni rangsoroló tájékoztató futó verseny 11. percében még éppen együtt raj-



Papp János sportfotója

toltam. A térképrajtot követően a jellegzetes alföldi erdőben ki-ki folytatta saját versenypályáját. A hurokpályáknak köszönhetően még két alkalommal is találkoztunk verseny közben. János mosolyogva futott el mellet-



Papp János versenytérképe

DARNEB 2014

Papp János				MCB Maccabi VAC				45605 F35				1:42:28
1(38)	2(40)	3(55)	4(54)	5(44)	6(45)	7(42)	8(34)	9(32)	10(31)	11(37)	12(57)	13(46)
3:38	6:13	8:13	10:14	12:07	14:05	20:48	26:12	28:21	35:41	38:34	41:11	47:19
3:38	2:35	2:00	2:01	1:53	1:58	6:43	5:24	2:09	7:20	2:53	2:37	6:08
14(43)	15(51)	16(53)	17(52)	18(47)	19(49)	20(39)	21(56)					
53:52	1:00:36	1:04:09	1:06:14	1:09:35	1:13:09	1:18:32	1:20:01					
6:33	6:44	3:33	2:05	3:21	3:34	5:23	1:29					

tem. A második alkalommal a 14-es és a 15-ös pontok közötti átmenetben – éppen ott, ahol a tanyájuk is van. Azután teltek a percek, s a célban sorra érkeztek a versenyzők. Néhány perccel fél 12 után, futva érkeztek a gyerekek s közölték: „Egy bácsi rosszszul lett! Ott fekszik az úton!”. Ekkor még senki sem gondolt a legrosszabbra... Orvos, mentő, rendőrség... Már senki sem tudott rajta segíteni. A sporttársaknak még esélyt sem adott arra, hogy újraélesszék Őt! Az orvos szakértő szerint állva érte őt a halál.

Valamennyien tudjuk, s talán el is fogadjuk a megváltoztathatatlant, azt, hogy az emberi élet véges. A jelképes homokóra mindenki számára lepereg egyszer. A tájékoztatósi futóknak is van ilyen jelképes homokórája. Gyönyörűek Arany János sorai

az elmúlásról: „Hullajtja levelét az idő vén fája...” Ezúttal az egyik levelét túl korán lehullott.

Kedves János! A ruzsai erdőben az utolsó pályádat is megfutottad, s amíg éltél, „hibapont nélkül”. Ennek igazolásaként, – utolsó üzenetként – az SI-dugóknak még elküldted a teljesített részdíjakat is. Legyen békés pihenésed!

Névjegy:

Papp János Róbert (Szeged, 1973. szeptember 14. – Ruzsa, 2014. szeptember 27.) 1999-ben tett érettségi vizsgát, majd 2003-ban kezdte meg főiskolai tanulmányait Budapesten a Zsigmond Király Főiskolán, ahol humánerőforrás menedzseri végzettséget szerzett. Élete utolsó 10 évében a szegedi Molnár Autóház Kft.-nél dolgozott. A Rádiós Tájfutást 1984-ben kezdte Ruzsán. Több megyei, délalföldi és országos versenyen ért el dobogós helyezéseket. 2001-ben kezdte a tájfutást ahol túlnyomórészt regionális versenyeken indult. Több

Papp János SI-eredménye

alkalommal is dobogós helyezéseket ért el. Megalakulásától kezdve meghatározó tagja volt a Maccabi VAC Tájékoztatósi Futó Szakosztálynak. Az utóbbi években az egyesület által minden versenyrendezésben részt vett, mint felvezető. A ruzsai erdőben, az egyesület által 2010-ben rendezett Éjszakai Országos Bajnokság versenyközpontjának házigazdája volt, úgy is, mint a Napraforgó Vendégház panzió tulajdonosának családtagja. Utolsó versenye is a ruzsai erdőben volt. Az F35-ös kategóriában indult ekkor. Az erdőből kiérve, az utolsó ellenőrzőpont előtt érte őt a váratlan halál. A 80.01 perces versenyideje kiváló sportteljesítményre utal. Papp János Róbert sporttársunktól, a családtagok, rokonok, egykori versenyzőtársak, sportbarátok, ismerősök és tisztelők búcsúztak tőle 2014. október 8-án a Ruzsai temetőben. 41 éves volt. Sírja mindössze 200 méterre van, utolsó versenyének rajtjától.

Sindely Pál, Szeged

Mi a SZŐSZ?

Szegedi őszi szerdák. Gera Tibor javaslatára, megirigyelve a budapesti 3Sz sorozatot, Szegeden is megpróbálkoztunk egy hétközi versenysorozattal. Eredetileg 10 fordulóra terveztük, de a miskolci OB-k után a korai sötétedés miatt már nem rendeztünk versenyt. A szegedi adottságok miatt csak sprintversenyben gondolkodtunk, kb. 3, 2 és 1 km-es légvonalúval. Végül is a 7 fordulón 423 rajthozállás volt, a legnépesebb a 2. forduló volt 80 fővel, legkevesebb a 7. (esős) forduló 34 fővel. Eleinte csak aktív versenyzők indultak, majd egyre több volt tájfutó, barát, ismerős (kisgyerekekkel) jelent meg és próbálta ki a sportágat.

A rendezést a megyei szövetség, a SzVSE és a Szegedi Bokorugró TSE vállalta, a nevezési díj 300 Ft volt. A rendezést az is megkönnyítette, hogy jelenleg 8 területről van már sprint térkép Szegeden, a használt térképek méretaránya 1:4000 és 1:2500 közt változott. A rendezők úgy gondolják, sikeres volt a próbálkozás, ezért tavasszal SZTSZ (Szegedi tavaszi szerdák) névvel lesz versenysorozat, megpróbálva a médian keresztül nagyobb hírvérést csapni a sorozatnak. Nem politizálok, de szeptemberben a szegedi önkormányzati választások előtt több képviselőjelölt is tartott un. Családi Napokat, ezeken több program szerepelt, két esetben a tájfutást is ki lehetett próbálni (térképpel) az érdeklődőknek.

Felföldi Károly

A HAZAI TURISTASÁG BÖLCŐJE: A MAGAS TÁTRA

A magyar turista irodalom és térképírás első darabjai és gyöngyszemei készültek a Magas-Tátráról. Az óriási anyagból most három érdekes térképet ragadunk ki.

A Magas-Tátra a világ legkisebb területű és legjobban megközelíthető magashegysége, ezért mindig az érdeklődés középpontjában állt.

1873. augusztus 10-én a világon hatodik turista egyesületként Tátrafüreden alakult meg a Magyarországi Kárpát Egyesület. Hamarosan, eleinte csak németül, de 1882-ben már magyar nyelven is adtak ki útikönyveket és 1876-os dátummal megjelent az első, szép rajzú, 1 : 100 000-es turistatérkép is. A lap érdekessége, hogy a keret nyugati kitörésében van Liptóújjvár, ezt a részt a vászonra kasírozott térképeken kis behajtható fülként alakították ki. Papp-Váry Árpád szerint a térképet csak 1887-ben tették közzé, ennek oka az lehetett, hogy a katonai térképek felhasználását csak ekkorra engedélyezték az illetékesek Bécsben. A térképet a közeli Bielitzben (ma: Bielsko-Biala, Lengyelország) nyomtatta Eduard Klimek háromszínű könyvmotként. „Kolbenheyer térképe nagy szenzáció volt. Az első turistatérképünk, az első hegységi turistatérkép, az első magyar turistatérkép jelzőkkel szokták említeni” – lelkendezik Hrenkó Pál. A térkép névrajza a magyarországi részen főként magyar, alatta kisebb betűkkel zárójelben a német megfelelő. Szlovák (korabeli magyar szóhasználat: tót) nevekkkel csak elvétve találkozunk, pedig a Magas-Tátrát körbevevő falvak túlnyomórészt szlovák lakosságúak voltak. Igaz viszont, hogy a hegyre elsősorban német, másodsorban magyar ajkúak jártak. (Felső térképrészlet)

(A Magas Tátra és határos előalpesi térképe. A „magyarországi kárpátgyűjtés” megbízásából a cs[ászári] és kir[ályi] vezénykar eredeti felvétele nyomán rajzolta és mások valamint saját leghitelesebb magasságméréseivel ellátta Kolbenheyer Károly tanár. Eduard Klimek's Litographie Anstalt, Bielitz)

Gustav Pelikan 1840-ben született a Prága és Pilzen között fekvő Zbirovan (ma: Zbiroh). Fiatalon katonának állt és hamarosan a bécsi katonai térképszethez került. Részt vett több háborúban, és mikor 51 évesen nyugállományba került, nemességet kapott, ettől kezdve Gustav Edler von Pelikannak hívták. Nyugdíjasként érdeklődése a dombortérképek (németül Relief, de akkoriban Geoplastikannak hívták) készítése felé fordult. Salzburgban telepedett le és leghíresebb alkotása a nagyméretű, 1 48 000-es méretarányú dombormű Salzburg környékéről, amely 1895 óta a Salzburgi Múzeumban látható. 1919-es elhunytáig kéttucatnyi,

rengeteg munkát és türelmet kívánó, dombortérképet készített, többről térképet is kiadott. A megfelelően megvilágított domborműről fényképet készítettek és erre vitték fel a kiegészítő térképi anyagot.

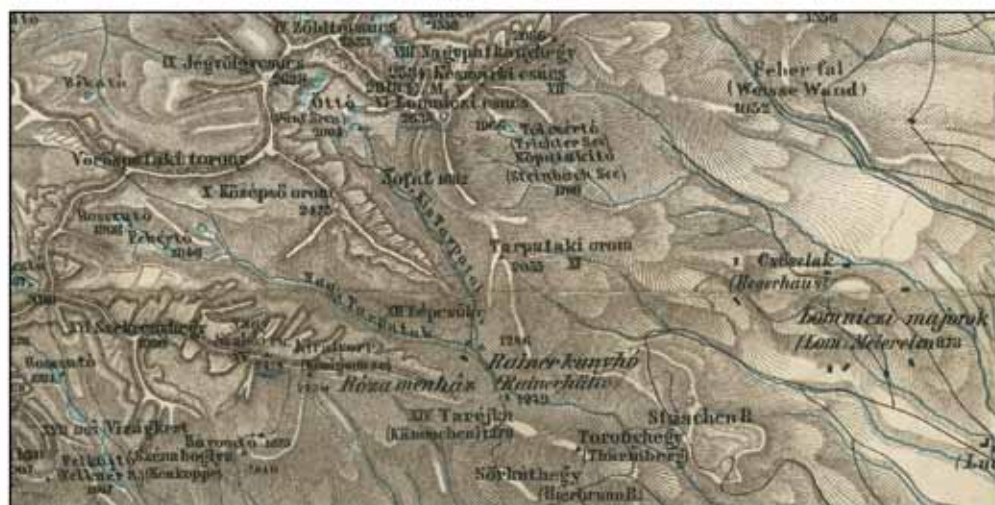
A Magas-Tátrát ábrázoló 1 : 25 000 mértékű dombortérképpel 1906-ban készült el és erről is készült térkép (1 : 75 000), mégpedig teljesen magyar névrajzzal. Ez a kiadvány az Országos Széchényi Könyvtár katalógusa szerint 1913-ban jelent meg az MFI kiadásában. Az MFI-nek ekkor már komoly nyomdai kapacitása volt, de Pelikan nyilván jobban bízott a bécsiekben. A térkép német nyelvű kiadásának nem akadtam nyomára, elképzelhető, hogy a meglévő domborműről kifejezeten az MFI-nek készült a térkép. Az MFT (csonkán maradt) világatlaszában is kísérletezett ezzel a technikával, 1912-ben Xantus János és Cholnoky Jenő készített Magyarország hegyei és vizei térképet ilyen módon (1 : 2 000 000). A módszer később nem terjedt el. (Középső térképrészlet, a csik korábbi savas ragasztócsík maradványa)

(A Magas Tátra térképe, az eredeti dombormű fényképe után kidolgozta Gustav Edler von Pelikan cs. és kir. ny. őrnagy. A Magyar Földrajzi Intézet r. t. kiadása. Sokszorosította a wieni cs. és k. katonai földrajzi intézet.)

A Tátra iránti tudományos érdeklődést mutatja, hogy a francia Földrajzi Társaság 1881-ben tudományos ülést szentelt a témának és ehhez készült egy 1 : 150 000-es térkép is a hegység főgerincéről. A technika akkori szintjén ez elég nagy vállalkozás, de a tudományra mindig áldoztak a franciák. Az összes földrajzi nevet, amit csak tudtak, lefordítottak franciára, ez megfelel a korszak szokásainak és a francia felhasználóknak. Csak a Vaskapu és a Bástyá név maradt magyarul, figyelmetlenségből vagy mert nem találtak rá jó kifejezést. Német nevet is csak egyet találtam (Schlagendorfer Sp.), valószínűleg hasonló okból. Érdekessége a térképnek, hogy a két keret között megírták a környék lakosainak nemzetiségét, ezek között magyar nem szerepel. Ez szintén nagyjából igaz, de jó lett volna, ha ezt a ragaszkodást a nemzetiségek pontos feltüntetésére a franciák megőrizték volna a trianoni tárgyalásig... (Alsó térképrészlet)

(Carte des Tatras et d'une partie du Podhale par le dr. Gustave le Bon. Société de Géographie, Séance du 21 Janvier 1881. Publié par le Tour du Monde. Gravé par Erhard, 12. r. Duguay-Trouin, Paris. D après la carte au 1/75 000 d'l Etat-Major Autrichien et des documents originaux.)

Hegedüs Ábel térképező
HM Hadtörténeti Intézet és Múzeum Térképtára
hegedus.abel@mail.militaria.hu



2016-OS BAJNOKSÁGOK

Az MTF SZ Naptárbizottsága döntött a 2016. évi országos bajnokságok és diák-olimpia rendezőiről az alábbiak szerint:

HOB:	KAL-PAK	(Bátaszék)
ODOL:	ESP	(Eger, Felsőtárkány)
ÉOB:	MCB	(Zsana)
KOB-VOB:	TTE	(Besztercebánya)
ROB-SVOB:	GYO-SDS	(Gyöngyös, Mátrafüred)
ONEB-EVOB:	SPA	(Csákbéreny)
OCSB-PCSB:	PSE	(Buják)

Gratulálunk a sikeres pályázóknak! A többieknek pedig figyelmükbe ajánljuk a 2016. évi kiemelt rangsoroló versenyeket, amelyek rendezési jogára november 30-ig lehet pályázni.

Üdvözlettel: Molnár Péter, naptárbizottság

A TABÁNI SPARTACUS NYERTE A BAJNOKI PONTVERSENYT

Az MTF SZ Versenybizottsága közzétette a 2014. évi bajnoki pontversenyek végeredményét. Sítájfutásban egyetlen bajnokságot sikerült rendezni, ahol a Göcsej KTFE gyűjtötte a legtöbb pontot; Trail10-ban a Zalaegerszegi Tájfutó Club szerezte meg az elsőséget; a tájkerékpáros szakágban pedig a Diósgyőri Tájfutó Club lett az első.

A tájfutó szakág bajnoki pontversenyében nagy fölénnyel a Tabáni Spartacus SKE végzett az élen. 477 bajnoki pontjával (az összes bajnoki pont 19,4%-ával) közel 100 ponttal előzte meg a Szegedi Vasutast (378 pont) és 120-szal a Pécsi Vasutast (358 pont). Negyedik a Diósgyőri TC (287 pont), ötödik a MOM (179 pont), hatodik a Tipo TKE (142 pont) lett.

A kilenc bajnokság közül az első ötön a Tabáni Spartacus szerezte a legtöbb pontot, az utolsó négyen kétszer a DTC, az ONEB-en a Szegedi Vasutas, az egyesületi váltón a PVSK lett a legeredményesebb.

A bajnokságokat illetően is nagy a Tabáni Spartacus fölénye: 23 bajnokságot nyertek (16 egyéni és 7 csapat), a PVSK 11-et (5+6), a SZVSE és a DTC 10-et (5+5, illetve 3+7), a MOM 9-et (6+3).

A többi bajnoki címen a TTE (1 egyéni + 3 csapat), a GOC (1 egyéni + 1 csapat), a BSC és a SIR (2-2 egyéni), illetve a MAT és a TSE (1-1 egyéni) osztozott (a Rövidtávú OB-n N14-ben holtverseny alakult ki az 1. helyen).

Az egyes bajnoki kategóriákat nézve a Tabáni Spartacus 4 kategóriában (N20, N14, F21, F16), a SZVSE 3-ban (N21, N16, F14), a DTC kettőben (F20 és F18), a PVSK egyben (N18) szerezte a legtöbb bajnoki pontot.

Mivel az össz-szakági pontversenyben a gyalogos szakág szerepel a legnagyobb súllyal, nem meglepetés, hogy annak első tíz helyezettje megegyezik a tájfutó szakági pontversenyével. A pontversenyek részletes eredményei megtalálhatók az MTF SZ honlap Dokumentumok oldalán a Pontversenyek / 2014. fejezetnél.

(mtfsz.hu)

SZERENCSI ILDIKÓ ÉS BAUMHOLCZER MÁTÉ AZ ÖSSZETETT BAJNOKOK

Megjelent az MTF SZ honlapján a 2014. évi tájfutó összetett bajnokság végeredménye. Mivel a kategóriák egy részében az ONEB, más részében az ÉOB volt az utolsó bajnokság, ezért nem egyszerre alakult ki a végeredmény, amit végül az OCSB-n hirdettek ki.

A nőknél Szerencsi Ildikó (SZVSE) visszahódította az elsőséget, miután tavaly egy sérülés miatt két OB-t kihagyott, pedig a másik hármat megnyerte. Idén az Éjszakai OB kivételével mindig

az első kettőben volt, így simán győzött. A második helyre egy még nagyobb visszatérő, Novai Éva (SZVSE) ért oda, aki a tavalyi évet szülés miatt hagyta ki; a harmadik pedig a címvédő Bertóti Regina (Göcsej KTFE) lett.

A férfiaknál ismét Baumholczer Máté (PVSK) és Bakó Áron (Tabáni Spartacus) lett az első-második. Mindketten két bajnokságot nyertek, így Baumholczer Máté számára két ezüstérme biztosította be az összetett elsőséget. Kovács Ádám (SZVSE) egy helyezési ponttal lemaradva végzett a harmadik helyen.

Juniorban Tugyi Levente (Diósgyőri TC) simán nyert, miután ősi ellenfele, Péntek Máttyás csak háromszor indult, Kovács Bertalan (PVSK) és Fehérvári Dániel (Salgótarján) lettek még dobogósok. A lányoknál Kinde Vanda (Tabáni Spartacus) négy arannyal és egy ezüsttel győzött Varsányi Kinga (Sirályok SE) és Gera Krisztina (SZVSE) előtt.

Az ifi lányoknál Weiler Virág (Tabáni Spartacus) százszázalékos teljesítménnyel lett első, a második Szurmi Luca (PVSK) négy ezüstöt gyűjtött, a harmadik helyen Viniczai Csenge (PVSK) végzett. A fiúké volt az egyetlen kategória, amelyik az Éjszakai OB előtt még nyílt volt. Végül szoros versenyben Miavetz Balázs (MOM) győzött egy helyezési ponttal Mészáros Máttyás (Diósgyőri TC) és hárommal Szűcs Botond (Diósgyőri TC) előtt.

A lányoknál a gyermek kategóriában nagy csatát vívott Gárdonyi Csilla (MOM) és Hajnal Dorottya (Tabáni Spartacus), mindhárom bajnokságon kibérelték az első két helyet, a Rövidtávú OB-n egyenesen holtversenyben nyertek. Most az ONEB jobb helyezése döntött Hajnal Dorottya javára; Magyar Kata (Diósgyőri TC) lett a harmadik.

Serdülőben Sárközy Zsófia (MOM) nyert, minden OB-n dobogós volt, kettőt meg is nyert. Vékony Vanda (ARAK) és Neda Ágnes (Sirályok) lettek még dobogósok.

A fiúknál a legfiatalabb kategóriában Jónás Ferenc (SZVSE) teljesítménye két arany- és egy ezüstérem volt, így nem fért kétség az elsőséghez. Demeter Ambrus (Diósgyőri TC) is minden bajnokságban a dobogón végzett, így lett második. A harmadik helyre Bujdosó Zoltán (Spari) ért oda.

A serdülő kategóriát a Sparisok dominálták, akik eléggé keresztbeverték egymást. Végül szoros versenyben Kálmán Erik (8 helyezési pont), Egei Patrik (9), Ormay Mihály (13) lett a sorrend. (mtfsz.hu)

A teljes lista az MTF SZ honlapon és a Tájéoló e számának XVI. oldalán olvasható.

TÁJFUTÓ GÁLA,

MARKETING SZAKMAI NAP, EDZŐI KONFERENCIA
BUDAPEST, 2015. JANUÁR 31-FEBRUÁR 1.

Tartalmasnak és talán mondhatjuk, történelmi jelentőségű eseménynek lehetünk részesei, ha 2015. január utolsó és február első napját szeretett sportágunknak, a tájkezőzódási futásnak (és szakágainak) szenteljük. Mivel versenyidőszakon kívül vagyunk, ezért egy „benti” hétvégére hívunk, várunk benneteket.

Ezen a hétvégén rendezünk meg Budapestre a már hagyománnyá váló „Marketing szakmai napot”, az „Edzői konferenciát”, a hétvége fénypontja pedig várhatóan az első alkalommal megrendezésre kerülő Tájfutó Gála lesz!

Ezen a gálán szeretnénk ünnepélyes keretek között átadni az év sportolója díjakat szakágként, az év edzőjének a Szerletz Iván díjat, a Ripszám Henrik emlékermet, a Tájékezőzódási Futásért plakettet, valamint a Tájékezőzódási Futásért kitűzőket

Erre az alkalomra tervezünk meghívni a magyar sportdiplomácia képviselőit, valamint a támogatóinkat is. A gála mindenki számára nyitott, belépődíj ellenében bárki részt vehet rajta. A belépődíj magában foglal egy színvonalas kulturális műsort, az ünnepségen való részvételt, a vacsorát, valamint az ezt követő zenés-táncos estet.

További részletekről az www.mtfsz.hu oldalon olvashattok
Várunk mindenkit sok szeretettel rendezvényünkön!

Paskuj Máttyás

MTFSZ Marketing és Kommunikációs bizottságvezető

FANTASZTIKUS MAGYAR GYŐZELEM A TRAILO EURÓPA KUPA ZÁRÓ FUTAMÁN

Atalyi évtől kezdve (nem hivatalos) Európa Kupát (ECTO) is rendeznek a szakág élversenyzői számára. Rendszerint a vezető TrailO országok 2-2 napos rendezvényei alkotják az 5-6 elemből álló sorozatot. Csak Open kategóriát rendeznek PreO és TempO számban, több futamban. Nevezési korlát nincs, így mindig nagyon erős a mezőny.

Az összetett versenybe a legjobb 5 pontszám számít bele, az egyes versenyeken a győztes 50 pontot kap, a 2. helyezett 42-t, a 3. 36 pontot stb., egészen a 27. helyezett versenyzőig.

A 2014-es sorozatba finn, litván, lett, svéd, dán rendezések kerültek és a záró eseményre a múlt hétvégén Csehországban, Kuntiska Hora mellett került sor. Magyar versenyzők eddig EK futamon



nem indultak, a mostani versenyre Mihácz Zoli ki tudott utazni.

A klasszikus verseny első napját homokkővek között rendezték, az igen erős technikai nehézségű

pályán 3 hibával a 19. helyen végzett. A második napot egy golfpályán tartották (a cseheknel ez népszerű, lásd 2008. évi VB), ahol a versenyzők dolgát a felkelő nap nehezítette, mert a korai verseny alatt végig kelet felé kellett tekinteni. Zoli egy hibája a 13. helyet jelentette, összetettben az előkelő 11. helyet szerezte meg (időhátránnyal, mert időmérő hibák is becsúsztak).

A klasszikus számmal párhuzamosan zajlott a TempO selejtező és döntő: a szirtre épült vár oldalában, törmelék és töbör rengetegben, egymáshoz nagyon közel elhelyezett pontokkal zajlott a selejtező. A nyolcvan feletti induló közül 21 jutott a döntőbe, a magyar versenyzőnek ez 6. helyen sikerült, 2 hibával, átlagosan 5,3 másodperces válaszüddel.

A döntőre közvetlenül a PreO 2. futama után került sor, eltérő méretarányú térképen (1:2500). Mihácz Zoli magabiztosan és magas koncentrációval versenyezve, ismét „csak” két hibát



A képen látható, szokatlan feladat sokakat megréft.

ejtett, míg a többiek általában többet. A sebessége nem csökkent az előző napihoz képest, így ő lett a leggyorsabb, és összetettben (mindkét futam eredménye beszámított) a legkisebb idővel (291 mp.) győzött. Mögötte Lars Waaler (Norvégia, 304) és Martin Fredholm (Svédország, 320), akik valószínűleg az Európa Kupa ez évi dobogóján fognak végezni. Gratulálunk ehhez a lenyűgöző teljesítményhez!

Forrás: mtfsh.hu, képek: <http://mfj.mff.cuni.cz/ecto2014>

TRAILO VÁLTÓ OB

Sok előkészület előzte meg az első

hazai Trailó Váltó OB-t, Fehér Jancsi és Nemesházi Laci kitétek magukért az október 25-én, Miskolc Komlóstetőn rendezett versenyen. Szerintem a terepválasztás ideálisnak bizonyult, és a feladatok nehézségi szintjét is jónak, változatosnak találtam.

Ez a forma lehetőséget ad arra, hogy a pontok elosztása, indulási sorrend megválasztása által a csapatok többlet-értéket adjanak az egyéni teljesítményekhez. Kétféle taktikával találkoztam: az első futó szétosztotta szám / hurok alapján két részre a pályát ezáltal kijelölve a második futó pályáját vagy végigment és megoldotta a számára szimpatikus pontokat. Mi (Bíró F., Madarassy A.) az elsőt csináltuk, elsőként az 1-9 pontokat választottam, társamnak hagyva a pálya felső részét. Így jól belefértünk a 100 perces időlimitbe. Mindkét versenyzőnek teljesítenie kellett pálya után a két idő-

mérő feladatot, melyek a crosspálya domborzati elemein voltak kitézve, és ha a versenyzőnek nem volt módja korábban megnézni, elég nehéz volt gyors döntést hozni.

A pontonként adott helyes válaszok aránya 25-100% között mozgott, ez valamelyest mutatja a feladatok nehézségét és változatosságát. Többeket meglepett, hogy az utolsó négy pont zéró választást nem merték az ismétlődés („túl sok zéró”) miatt jelölni.

A paralympiai kategória versenyzői sajnos távol maradtak, egyébként ezen a bajnokságon csak egy, open kategória van. Juniorban a Hajnal-Kálmán (SPA) kettős győzött a ZTC (Csertán A., Porgányi M.) és a Spári másik csapata előtt (Zacher E., Barta G.). A felnőttek versenyét Erdős Gábor - Fehér Ferenc (ZTC) nyerték, második a BEAC (Madarassy A., Bíró F.) jobb időmérő eredménnyel a bronzérmes DNS csapata (Márkus E., Márkus T.) előtt.

Rövid interjú a junior bajnokokkal:

Mindketten indultatok már trailó versenyeken, a szokásoshoz képest milyennek találtátok ezt a váltó versenyszínt?

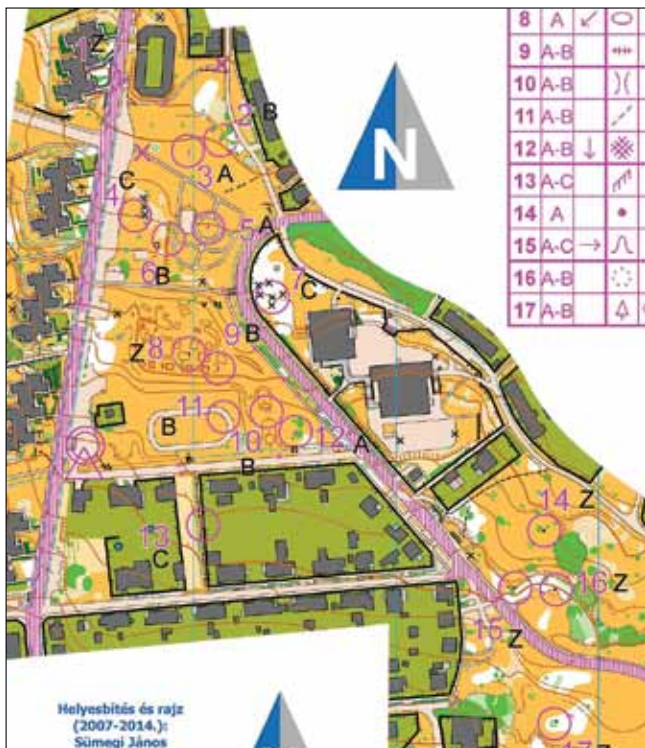
Kálmán Imola: Szerintem kicsit izgalmasabb volt, mint egy sima trailó, mert itt nem csak a saját eredményed múlt rajta, hanem a társadé is.

Hajnal Dorka: Érdekes volt, szerencsére mivel már több éve versenyzünk együtt, tudjuk, hogy a másik hogyan trailozik.

Mi volt a taktikátok, hogyan választotta ki az első futó, melyik pontokat oldja meg?

K.I.: Igazából nem nagyon gondolkodtunk ezen, csak megbeszéltük a sorrendet. Az elsőnek (Dorka) nehezebb volt szerintem, mert a másik ember erősségeit figyelembe véve kellett a pontokat elosztani. Szerintem jól működött a taktika.

H.D.: Csak azt beszéltük meg, hogy melyikünk csinál eggyel több pontot. Én felfelé indultam, mert úgy gondoltam a térkép alapján, hogy Imó jobban





Fotó: Máthé István

meg tudja csinálni az alsó részt. Ott mindent megoldottam, és úgy érzem, hogy nem is megy rosszul.

Mivel kísérleti verseny volt, megkérdem, hogy változtatnátok-e

valamit a váltó formáján?

K.I.: Igazából az volt a baj, hogy sokat kellett várni a társadra. Lehetett volna úgy, mint a pontbegyűjtő, hogy előre

elosztjuk a pontokat és egyszerre indulunk el.

H.D.: Lehetne kevesebb az idő, mert ez így kiszámítható és bőséges volt.

Nagyon szép eredményt értek el, az abszolút versenyben is másodikként végeztek. Szerintetek miért ment ilyen jól?

K.I.: Nagyon örültem az eredménynek, bár gondoltam, hogy jól fog menni. Mivel mi elég régóta és sokszor trailoztunk, tudjuk mit kell figyelembe venni. És azt hiszem, csapatban az ember jobban odateszi magát.

H.D.: Mert nagyon jól ismerjük egymást, jól tudunk együtt dolgozni.

Keves csapatnak ment hibátlanul az időmérő, ti magasan a legjobb korrigált időt produkáltátok. Tetszett nektek az időmérő feladat?

K.I.: Szerintem jó volt az időmérő, mert ha rájöttél, mi a megtévesztő, onnan már könnyen ment a dolog.

Kedves Versenyrendezők, Edzők!

Tájékoztatlak benneteket, hogy korlátlan mennyiségben rendelkezem

Pretex 100 g-os és Pretex 120 g-os vízálló, nehezen szakadó térkép papírral.

Színes lézer nyomtatóval nagyon szép térképeket lehet nyomtatni, kiválva a térkép laminálást és a térkép zacskót. Digitális géppel és offset géppel is nyomtatható.

Minden érdeklődőnek adok mintát, műleírást. Mivel ezen túl akár 10-20 db-hoz is hozzá juthattok, remélem a térkép használat terén egy új korszak kezdődik.

Méretek: 215x305 mm, 430x305 mm, 430x610 mm

A 215x305 mm méret ára: 100 g-os 23 Ft+ÁFA; 120 g-os 28 Ft+ÁFA

PRETEX
TÉRKEP PÁPÍR

MEZ FELIRATOZÁS - PÓLÓ EMBLÉMÁZÁS
RAJTSZÁMOK - KORDONSZALAG - MOLINÓ/PONYVA
ÉREM - ÉREMSZALAG - NYAK SZALAG

GRAFFIC-COM_{BT}
SPORT - DEKOR - AJÁNDEK

sportesgrafika.com mathepista@gmail.com 06-20/9573-165



multiNavigator.hu
tervezés - outdoor - navigáció

EGYESÜLETI KEDVEZMÉNYEK!

SEBESSÉGMÁMOR ZALÁBAN

Idén ötödik alkalommal rendezték Magyarországon a Thermenland Open.

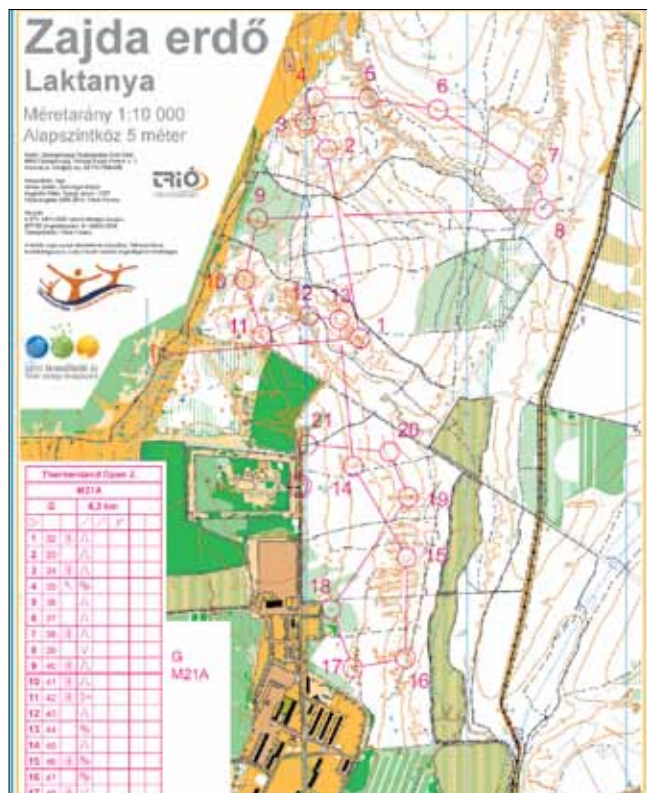
A 2002-ben Thomas Krejci által életre hívott verseny 2005-ben került először Ausztrián kívülre, akkor Kőszeg központtal Skuló Marci az MTFSZ égisze alatt volt a verseny főszervezője. Ezután három szomszédos ország három klubjának (TV Fürstenfeld – SD Severovzhod – Zalaegerszegi Tájfutó Club) együttműködésének keretében vetésforgóban került háromévente Magyarországra az esemény (2007 – Lenti és 2010 – Csöde). Ezekben az években nem

csak az évenkénti helyszínek változtak országonként, hanem több alkalommal a verseny prologja és főfutamai sem azonos országban voltak. A verseny általában osztrák és magyar rangsoroló volt egyszerre és az elit kategóriákban világranglista pontokért küzdhetett a mezőny. Sajnos 2010-ben már látszott a létszámon, hogy a magyar mezőnyt nagyon nehéz egy ilyen távoli helyszínnel bevonítani, ezért 2011-ben, amikor az osztrákok nem vállalták a rendezést, és így ismét hozzánk került a verseny, a zalaegerszegiek Kis Thermenland Open néven és regionális rangsorolóként tartot-

ták meg Kistolmácson. Ez a forma maradt meg idénre is (a névből azért elhagyták a „kis” jelzőt), de mivel az eredetileg kitűzött nyári időpontra minimális létszámú nevezés érkezett, a szervezők elcsúszttatták a versenyt novemberre. Ez annyiból szerencsés döntésnek bizonyult, hogy így sikerült 200 főle tornáznia az indulók számát, amin belül a magyarok egyértelműen alulmaradtak a külföldiekkel szemben. Valószínűleg őket abszolút nem érdekli, hogy a magyar versenyrendszerben melyik polcra került a verseny, a nevezési díjak alacsonyak voltak (1000 Ft/nap), és utazniuk sem kellett annyit, mint mondjuk egy budapestinek.

A mostani kétnapos verseny versenyközpontja és terepe már ismert volt 2007-ből. Az egykori zajdai laktanya infrastruktúrája ennél sokkal nagyobb verseny kiszolgálására is bőven alkalmas, az öltözőként és melegedőként funkcionáló színházterem és benne a becsületkasszás büfé időutazós jellegével együtt is kimondottan hangulatos volt. A külsőségek inkább egy országos rangsoroló verseny színvonalát hozták (mondjuk egy hangosítás azért elkeltnél volna, első sorban az eredményhirdetésen), a stáb frappánsan és sallangmentesen bonyolította le a versenyt, és abszolút rugalmasak voltak a versenyzők kéréseinek kiszolgálása terén is. Nem maradtott el a verseny kötelező kelléke, a kedvezményes fürdőbelépő sem minden induló számára.

A terep fő ismertetőjele, hogy hihetetlenül gyors, gyakorlatilag alföldi terepeken megszokott tempóban lehet haladni. A szintkülönbségek minimálisak, a gyönyörű szálerdő szinte hívogat a rohanásra. Viszont eközben észnél kell lenni, mivel helyenként részletgazdag árokrendszerek találhatók, amiknek a lekötése nem egyszerű, a több-



A vasárnapi M21A pálya



nyire negatív domborzati formákban elhelyezett pontok pedig általában nem villantak be messziről. A jellegtelenebb részekeken pedig a pontos iránytartásra kellett törekedni, mert ha eltért az ember a jó iránytól, objektumok híján nem tudta semmi alapján helyrerakni magát.

Szombaton a versenyközponthoz közelebbi területeket járták be a pályák, vasárnap pedig egy távoli céllal és egy még távolabbi rajttal sikerült elérni, hogy a hosszabb pályák kivételével a két versenynap által használt területek ne legyenek átfedésben. Sajnos útvonalválasztós átmenetek kitűzésére nem igazán alkalmas a terep, csak néhány bekerített irtás szolgált ehhez eszközül, ezekkel viszont jól élt a pályakitűző. Szintén jól használt ki, hogy a terep molyolósabb területeit jártuk be a középtávú futamon, míg a keleti oldal jellegtelenebb, lapos részein húzta meg a normáltáv hosszabb átmeneteit.

A verseny előtti időszak esőzéseinek köszönhetően eléggé vizenyős volt az erdő, és a térképen kék szaggatott vonallal jelölt patako-



Tisztán ZTC-s dobogó (N16 és F18)

kon sem mindig adta magát elsőre az átkelőhely. Szerencsére a szombat délelőtti esőtől eltekintve az évszakban megszokottnál melegebb időt élvezhettünk.

A két csúscategória délszláv válogatott versenyzők sikerét hozta: a nőknél a szlovén Mojca Flerin, a férfiaknál a horvát Matjaz Stanfel győzött (mindketten indultak az idei felnőtt világbajnokságon).

A 21A kategóriák dobogószai

Utóbbi mindkét nap egy paraszthajszállal ötpercesen belüli kilométer átlagot futott. Az utánpótlás kategóriákban a ZTC dominált, nemegyszer az összes dobogós az ő soraikból került ki.

Szombat estére egy, az összetettbe nem számító éjszakai sprintversenyt is a programba illesztettek a rendezők, aminek a célja és a rajtja versenyzőbarát (és nem mellékesen rendezőbarát) módon a tornatermi szállást adó iskola udvarán volt. Az előzetesen közzétett térkép alapján nagyon egyszerűnek tűnt a terep, ám a hétvége összes pályáját kitűző és az éjszakai térképészítőként is jegyző Fehér Fecó jól rácáfolt a várakozásokra és változatos feladatot kínál pályákat kaptunk.

Jövőre ismét Ausztriában lesz a verseny az Alpok-Adria kupával közösen. Sajnos a Középtávú és Váltó OB-val azonos hétvégén, így magyar indulókra nem nagyon számíthatnak a fürstenfeldi rendezők.

Molnár Péter

Fotó: Allwinger Herwig

EGY HÉT A SVÉD RIVIÉRÁN

avagy ilyen volt az idei O-Ringen(2. rész)

A harmadik nap szintén egy érdekes élmény volt, mivel ez egy teljesen más jellegű terep volt, mint az összes többi. Ezen a napon ugyanis Hanö Bay tengerpartjára vitték a versenyt. De kezdjük az elején! Ez a nap volt legmesszebb a versenyközponttól, onnan kb. egy óra volt az út kocsival, de mivel mi a túlodalán laktunk, így mi másfél órát kocsikáztunk. Ekkor azonban csak a parkolóhoz érkeztünk meg, ami ugyanaz volt, mint ami majd az ötödik napon is. Ezen a napon azonban innen még buszok vittek a célterület környékére, ahol leraktak, onnan még 1700 métert kellett gyalogolni az arenáig. De még mire felszálltunk a buszra, az is egy külön történet volt. Először is beállt az ember a nyolc sor valamelyikébe, majd a sor elejéről körülbelül 50 embert beengedtek egy téglalap alakú elkerített részbe, amikből egy sornak kettő is volt. Majd amikor megjött a következő busz, akkor a hamarabb beengedett emberek felszállhattak rá, és engedték a következő 50-et.

A célterület egy részén ki voltak vágva a fák, valószínűleg azért, mivel ott volt a zuhanyzó, illetve a rendezők azt tervezték, hogy a versenyzők majd ott fognak táborozni, de mivel erősen tűzött a nap, így mindenki a fák árnyékában foglalt helyet magának. Ezen a napon mi eléggé későn indultunk, így amikor mentünk ki a rajtba, ahová az út a tengerparton vezetett, addigra már a célterületről kb. 150 méterre levő strand tele volt emberekkel. Útközben annyira meleg volt és annyira lehetetlen volt a part menti futóhomokban közlekedni, hogy többek példáját követve végül én is a hullámok vonalában „futottam” a rajthelyem felé. A terep ezen a napon talán leginkább a magyar Alföldhöz hasonlított, azon belül is nekem Tázlár jut eszembe. A domborzat kifejezetten szabdalt volt, sok nyílt rész volt futóhomokkal és sok fenyőerdővel borított terület is volt. Futni itt sem volt egyszerű, minden

ellépésnél bokáig lehetett süllyedni a homokban. A térkép a harmadik pont után már jó volt, mivel hiába kaptunk ezen a napon 1:15 000-es helyett 1:10 000-est, a domborzatot ugyanolyan nehéz volt kiolvasni, és csak a harmadik pont környékén szoktam hozzá. A pályák elég jók voltak, végig oda kellett figyelni, bár útvonalválasztás csak pár helyen volt és ott is maximum annyi, hogy jobbról vagy balról kerüljük a hegyet. A terep közepén K-Ny-i irányban volt egy patak, az ettől északra induló pályák végén volt egy kicsit mikrosprint-szerű rész, ahol egy ligetes részen kellett az erdőfoltok sarkait megfogni. Ez néhány versenyzőt megkavart, lelassított ugyan, de még így is szükség volt arra, hogy a középtávú pályák hosszabbak legyenek a megszokottnál, mivel gyors volt a terep.

Befutás után, ha az ember végigszenvedte magát a futóhomokkal borított befutón, meg lehetett támadni a közeli homokos strandot. És hiába volt homokos a part, és hiába fürdött már a vízben a versenyzők zöme, itt mégsem volt zavaros a víz, mint az ilyen helyeken lenni szokott. Illetve jó magas hullámok

is voltak, amikben jól lehetett fürdeni. Fürdés után elsétáltunk a parton délfelé, a patak túlsó partjára, ahol is megtaláltuk Csongor egyik pontjának a helyét. A pont ugyan már nem volt ott, de tisztán látszott az ösvény, amit a futók tapostak. A hazaút legalább olyan kalandos volt, mint a kiút, mivel mi későn indultunk, így a többség már befejezte a fürdést, mire mi egyáltalán lementünk a partra, és amikor fürdés után még le akartunk zuhanyozni, egy szervező jött szembe, aki szölt, hogy már csak öt percig lesz víz a zuhanyban. Így hát sietősen lezuhanyoztunk, majd siettünk vissza oda, ahol a buszok letettek minket, mivel megijedtünk, hogy esetleg már nem lesz busz, ami visszavigyen. Aggodalmunk azonban felesleges volt, még legalább négy busz várt utasokra, a miénk is csak egy családott vitt rajtunk kívül.

Másnap volt a pihenőnap, amit mi Hanö gyönyörű szigetén töltöttünk Kristináékkal, akiket már említettem az első napon. Nagyon aranyos, szimpatikus család voltak, csak azt sajnáltam, hogy hiába volt nagyon édes a két kis iker fiú, Anton és Oliver, és a kislány, Emma, sajnos még kicsik voltak ahhoz, hogy angolul beszélgessünk, így viszont, mivel ők csak svédül tudtak, csak a gesztusok nyelvén tudtunk kommunikálni.



Sziklafal, a legfőbb vezetővonal

A sziget egyébként tényleg csodaszép volt, és egyben, mint utólag kiderült, jó terepgyakorlat is a másnapi terep egy részére vonatkozólag. A sziget legmagasabb pontján – amiről egyébként Andras tolmácsolásában a Wikipédiáról megtudhattuk, hogy a hegyeken kívüli Svédország legszelebb pontját képezi, – található egy világítótorony. Az a legendája, hogy volt egy sárkány, aki minden éjszaka két szárnycapással elrepült a 20 km-re levő Tärnö szigetére Hanöre, de amikor az első fény kigyúlt Hanön, akkor megvakult, és leesett az égből, és így keletkeztek a sárkánynyomok Hanön. Az igazsághoz hozzátartozik, hogy mi ugyan kerestük ezeket a sárkánynyomokat, és az út egy ideig még ki is volt táblázva, de végül nem jöttünk rá, hogy pontosan melyik szikla volt a sárkány nyoma. Úton a hajó felé még betértünk egy helyi palacsintázóba, ahol egy aranyos néni süttött gofrít, amivel mindenki jóllakhatott. A hajóúton Anton befészkelte magát az ölembe, majd a fejébe vette, hogy a sziget térképének segítségével megtanít svédül számolni. Be kell, hogy valljam, csak az egyig jutottam... Este egy tartalmas nap után kicsit fáradtan, de élményekkel telve búcsúztunk egymástól.

A negyedik napon ugyan korán indultunk, de szerencsénkre pont ezen a napon volt a legközelebb a verseny. A pályák eleje egy nyílt sziklafelszínnel borított, finom tájékozódást követelő részen vitt keresztül, ahol régi álmom is teljesülhetett, futhattam hangák között, amikről a nevemet kaptam. Pár rövidebb átmenet után kiértünk innen, egy, az első két napra emlékeztető terepen. Itt néhány hosszabb átmenet következett, majd már csak a befutás volt hátra. Ezen a napon ugyan nem volt sem meredek lejtővel sem futóhomokkal megtűzdelve a befutó, de a rendezők itt is kitettek magukért, hogy a befutás emlékezetes legyen. A befutóponttól még egy 100 m-t futottunk, majd egy 180°-os fordulatot követően újabb 100 méteren keresztül kellett követnie mindenkinek a számára kijelölt befutóásvot.



Útjelzőtáblák



Érkezik a tömeg az ötödik napon

Aznap délután volt a legtöbb időnk, így ha már Sölvesborg mellett voltunk egy hetet, úgy döntöttünk, hogy megnézzük a város fő látványosságát, a hidat. Átsétáltunk rajta a tenger túloldalára, majd vissza, és ebben számunkra nagyjából ki is merültek a város látványosságai, már csak egy strandra vágtunk, amit meg is találtunk egy közeli kempingben.

Az utolsó, ötödik nap reggelén már összes csomagunkkal együtt indultunk a versenyre. A célterület ezen a napon

a harmadik napról már ismert parkoló feletti dombon helyezkedett el, ahonnan csodálatos kilátás nyílt a közeli tengerre és az érkező autó- és emberáradatra. A verseny utolsó napja vadászsrajtos volt. A kategóriám eleje pechünkre csak délben indult, így én egy óra körül vágtam neki a pályának. A már beérkezettektől hallottam, hogy ez a terep hasonlít a hazaiakra, úgyhogy nyugodtan indultam ki, az volt a célom, hogy a fél perccel előttem induló lányt utolérjem, esetleg még az előtte fél perccel indulót is. Ehhez képest, ami-



Az utolsó napi befutó

kor egy szép tiszta erdőben futott, egy útvonalválasztós és néhány iránymenetes átmenetet tartalmazó, fárasztó pálya után beértem a célba, több meglepetés is ért. Elsőként az, hogy Thierry Gueorgiou, akire a 2009-es miskolci VB óta felnézek, ott osztogatott autogramot a kiolvasás után, így gyorsan én is szereztem egyet, még mielőtt elrángatták eredményhirdetésre. A másik pedig az volt, hogy 40.-ről a 32. helyre sikerült felfutnom, holott én az erdőben senkit sem láttam. Testvérem 15. helyen ment ki és 14.-en ért célba, és mivel az ő kategóriájukban az első 30 kapott ajándékot, így még egyszer meglátogattuk az O-Ringen Town-t, ahol begyűjtöttük az ajándékot, és így végül ezzel a végszóval búcsúztunk az idei O-Ringentől.

Horváth Hanga

TEGYÜNK RENDET A 10D-BEN!

Lassan egy évtizede követem figyelemmel a mindig más évjáratokat érintő, de rendre visszatérő, mély sértődéseket okozó 10D-s indulások problémáját. Gyakran előfordul, hogy a komolyan felkészített, tudatosan gondolkodó, és bátran egyedül elinduló gyereket előkelő helyről leszorítanak a szülők által kísért csemeték. Nem csalást, vagy rossz szándékot kell feltételezni, csak a felkészültségnek egy alacsonyabb fokozatát, amikor még nincs meg az a tudás, gyakorlat, elszántság, amivel a versenyző-palánta biztonságosan egyedül vágathatna neki a teljesítésnek. (Persze, ha van a versenyen 10DK-s kategória, akkor nincs mentség a 10D-ben a kísérésre)

Jó lenne központi szabályozással rendezni a helyzetet:

Kötelezővé lehetne tenni a 10DK kategória megrendezését. Igazából nem sok plusz munkával jár, mert a pálya ugyanaz. Külön díjazásra nem lenne szükség, mert a kísérről történő pályateljesítésnek nem az a célja, hogy minél hamarabb végig-rángassa a kísért a gyereket a pályán, hanem, hogy minél több információt megosszon vele.

Jó megoldás volt a Hungárián a teljesítők kiszolgáltatása, és apró figyelmességgel honorálása.

A másik megoldás, a kísért versenyző vk. státuszba történő utalása, de ez olyan kitasztattnak tűnik nekem.

Akárhogy is, az biztos, hogy a rajtban, a személyzetnek ellenőrizni kellene, hogy aki kísérről megy ki a pályára, az ne versenyezzen azzal, aki zsenge kora ellenére saját fejből teljesíti a feladatot.

Másik, sok csalódást okozó probléma a túlkorosság. A 10D-ben induló gyerekek nagy része nincs leigazolva. Ha valakinek van igazolási száma, abból kiderül a születési éve, és jó esetben a nevezőrendszer vagy a rendezők kiszűrik a jogosulatlan indulókat, de az avval nem rendelkezőtől senki nem kérdezi a korát. Sokszor edzőjük sincs ezeknek a gyerekeknek, aki megmondhatná, hogy a kategória kiválasztásánál a születési évet kell figyelembe venni. A szülők – jóhiszeműen feltételezve – azt gondolják, hogy még nincs 11 éves a gyermek, csak két hét múlva lesz, tehát indulhat a 10 évesek között. Ezzel rontják a jogosultak esélyeit, és jogosulatlan előnyhöz jutnak a saját évjáratuk szabályosan eljáró tagjaival szemben, akinek már nincs szalagozva a pályája. Persze ha a 11 éves még biztosabban érzi magát a szalagoston, akkor ott is mehesen, de versenyen kívül.

Jó lenne, ha ebben a sok gyereknek és szüleinek az igazságérzetét sértő és versenyzési kedvét szegő ügyben következetesen lehetne lépni!

Ez a felvetésem jelent meg a listán. Azóta a konstruktív hozzászólások nyomán módosítanám, kiegészíteném ez eredeti elképzelésemet:

1. A 10DK-nál jobb megoldás a Nyílt Szalagos. Ott idősebb kezdő is indulhat, és lehetne rajtjód nélküli indítás, hogy a szülő rajtjához tudják igazítani.
2. Jó lenne, hogy aki kísérről indul, kaphasson két térképet, mert úgy sokkal hatékonyabb az együttműködés a gyerekekkel.
3. A rajtszemélyzet figyelje, hogy aki kísérről megy ki, az ne az egyéniben (F/N10D-ben) induljon!
4. Kellene egy életkor-kontroll a nevezésnél.

Köszönettel: Krasznai Orsolya

TÁJFUTÓ MARATON

2015. március 21–22. Győr, Fenyőfő

Jövőre ismét országos rangsorolóként kerül megrendezésre a kora tavaszi, hosszútávú kategóriákat is kínáló, szezon elejei verseny, a Tájfutó Maraton.

A szervezőket kérdeztük az előkészületekről.

Hol kerül sor a jövő évi versenyre, hol tartanak az előkészületek?

Természetesen most is a Bakonyban lesz a normáltávú és hosszútávú kategóriákat kínáló Tájfutó Maraton, egy csodaszép és nem mellékesen igen technikás terepen, a fenyőfői Kakas-hegy térségében. Ízelítőül mellékelünk is egy kis részletet a térképből.

Most is rendezünk szombat délután városi prologot, amelyvel 8 év után ismét visszatérünk Győrbe, mégpedig a Belváros és az Egyetemváros ad majd otthont a futamnak, ami után, az erdei verseny előtt, még lehet majd egy jót „relaxálni” a győri termálfürdőben.

A Maraton pályatervei már elkészültek, most zajlanak a bejárások, és ezzel párhuzamosan a korábbi térkép felülvizsgálata.

Kiknek ajánljátok ezt a versenyt?

Gyakorlatilag bárkinek. Sokan még most is megriadnak a verseny nevéből, „hú Tájfutó Maraton, hát azon én biztos nem tudok végigmenni”. Pedig nem ez a helyzet, hiszen persze most is lesz a szokásos hat maratoni, azaz hosszútávú kategória, amelyről a verseny a nevére kapta, és amelyben mind az ifik, mind a felnőttek, mind a seniorok próbára tehetik magukat, tesztelhetik szellemi és fizikai állóképességüket, feszegethetik a teljesítőképességük határait, vagy egyszerűen csak letesztelhetik két héttel az országos hosszútávú bajnokság előtt, mennyire volt sikeres a

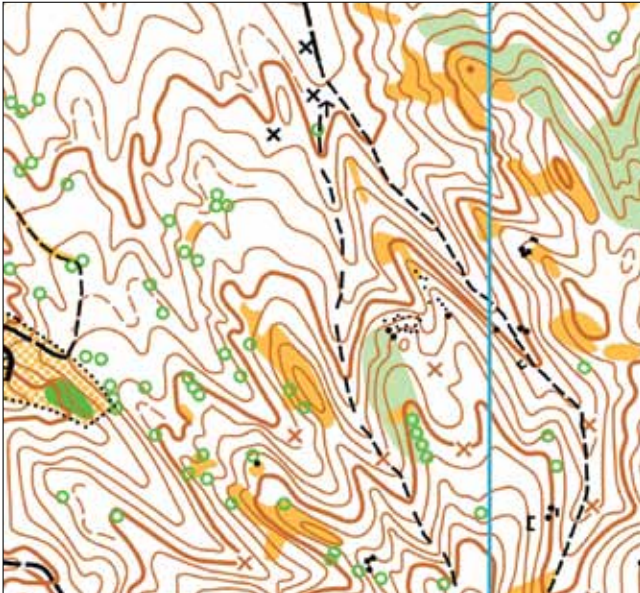
téli alapozás. Másrészt azonban lesznek természetesen a szokásos normáltávú kategóriák, amelyek között nyilván mindenki megtalálja majd a neki megfelelőt. Emellett még ott a prolog, amivel természetesen az egyik nem titkolt célunk, hogy azoknak is lehetőséget teremtsünk a sportágba való bekapcsolódásra, akik ezt eddig még nem tették meg, ide el lehet hozni bátran az ismerősöket, barátokat, ha el is téved valaki, biztosan visszatalál majd a Célba. Meg természetesen lesz gyerekverseny is a legkisebbeknek, mind a két nap, az egyetemvárosba tervezett célhelyünk is kiváló lehetőséget kínál erre.

Vártok külföldi versenyzőket is?

Természetesen szeretnénk, ha egyre inkább felfedeznék magukat a környező országok él- vagy éppen határait feszegető amatőr versenyzői, elsősorban a maratoni kategóriákat. Ennek érdekében a www.vbtse.hu/tajfutomaraton2015 oldalt legalább kétnyelvűre tervezzük, azaz angol nyelven is kommunikálni kívánjuk a régióban a rendezvényt. Szinte biztosra is vehető, hogy lesznek majd a környező országokból érkező versenyzők, hiszen több külföldi klub és versenyző felfedezte már magának az elmúlt évtizedben ezt a különleges versenyt, és évről-évre visszajár hozzánk, hogy próbára tegye magát a Tájfutó Maratonon.

Köszönöm az interjút és kívánok sok sikert a versenyre való felkészüléshez!

Mi köszönjük a megkeresést. Szeretnénk mi is megragadni az alkalmat, hogy Kellemes Ünnepeket és eredményes felkészülést kívánjunk a magyar tájfutóknak a 2015-ös szezonra, és természetesen sok szeretettel várunk mindenkit március 21-22-én Győrben és Fenyőfőn a Bakonyban a XI. Tájfutó Maratonon. Gyertek el és tegyék próbára magukat, vagy csak legyen részük egy kellemes versenyélményben.



NÓGRÁDI HUNGÁRIA KUPA

2015 – Salgótarján

A Tájéoló előző számában elkezdtünk egy cikksorozatot, amiben folyamatosan tájékoztatást adunk arról, hogyan állnak a verseny előkészületei, mi várható a jövő évi Hungária Kupán?

Október végén tartottunk egy újabb rendezői értekezletet. Véglegesítettük a rendezői stáb legfontosabb irányító posztjait. Már mindegyik részfeladatnak megvan a maga felelőse. Pontosítottuk az egyes futamok és a kísérő versenyek helyszínét, utóbbiaknak az időrendjét is meghatároztuk. Ezeket a közeljövőben megjelenő részletes versenykiírás fogja tartalmazni. Javában folyik a térképek készítése. Ehhez alapanyagként megrendeltük a legfrissebb, 2014-es készítésű ortofotókat is. Dénes Zoltán az első nap, Sötér János a negyedik nap térképébe kezdett bele. Mindkét terep teljesen új lesz, és mindketten igen elismerő szavakkal jellemezték a saját területüket.

Dénes Zoli a Kazár és Mátraszele közötti, riolitufa alakzatokban bővelkedő részt egyenesen az ország egyik legjobb terepének nevezte – és neki van összehasonlítási alapja Kaskantyú, Tázlár vagy épp a mecseki töbrösök térképeinek elkészítése után. Egy kisebb területet már készre rajzolt, ezt illusztrációként közöljük is. Bár ez a részlet talán zöldnek tűnik, vannak a terepnek ettől jobban futható, teljesen fehér részei is, egyébként pedig ez az 1-es zöld a láthatóságot jobban, a futhatóságot kevésbé csökkentve csak még technikásabb teszi a terepet.

Sötér János a Szilvás-kő kettős bazaltcsúcsának környékét térképezi fel. Elmondása szerint nem is annyira a névadó csúc

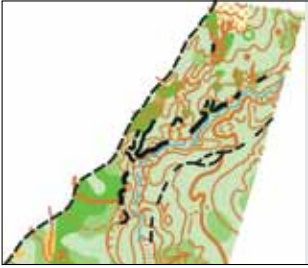
hegyormának sziklaalakzatai jelentik a kihívást számára, hanem inkább az, hogy a területen nagyon nagy számban található az egykori bányászati tevékenység nyomai, többnyire a felszín beszakadásai formájában. Ezeket egyenként, gödrökként vagy mélyedésekként ábrázolva a sok pontszerű objektum miatt a fő domborzati forma ábrázolása kerülhet veszélybe –persze biztosak vagyunk abban, hogy a végleges térkép a töle megszokott magas színvonalon adja majd vissza a terep képét.

Az ötödik nap ugyan nem teljesen új terepen lesz, de a térképet teljesen nulláról kezdte Czímer Z. József. A Rónai-lapost szegélyező oldalak szintén az egykori bányászat nyomaival vannak tele. „Szörnyen jó terep”- jellemezte Popey, ízelítőül ebből is bemutatunk két kisebb darabot. Akik a délelőtti versenyek után, a kísérő versenyek helyett nem újabb délutáni erőpróbákra, hanem inkább kikapcsolódásra vágnak, netán a környék nevezetességeire kíváncsiak, azok is számtalan lehetőség közül választhatnak.

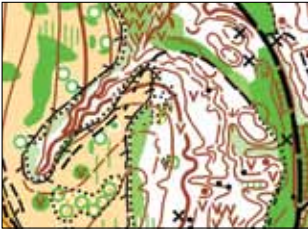
A Tóstrand strandfürdő medencéje felfrissülést kínál a megfáradt versenyzőknek, akik pedig hosszabb távot szeretnének úszni, a Városi Uszodát is felkereshetik. Az országban egyedülálló föld alatti Bányamúzeum és a Dornyay Béla Múzeum kiállításait is érdemes lesz megnézni. Ezekre a helyekre kedvezményes, karszalagos beléptetést tervezünk. Nincs messze Salgóvár és



Somoskővár romja, mindkettőtől páratlan panoráma tárul a Karancs-Medves vidékére. A geológiai érdekességek iránt érdeklődők Salgóvár közelében sétálhatnak egyet a Boszorkánykő csúcsát megkerülő tanösvényen. Somoskőn nem szabad kihagyni a világhírű bazaltömlést, kicsit hosszabb sétával a Nógrád megyei Kőpark is elérhető. A gyerekeknek nagy élmény lehet az Ipoly Erdő Zrt. Vadasparkjának meglátogatása. A Baglyas-kő vulkánembriója közelében a Bükki Nemzeti Park látogatóközpontját lehet felkeresni. Kishartyánban a Kőlyuk-oldal homokkősziklába vágott barlangja tekinthető meg. További geológiai látványosságokról a Nógrád-Novohrad Geopark honlapjáról és kiadványaiból szerezhetünk tudomást. Valamivel távolabb, Kazáron, Szűpatakon és Hollókőn népi építészeti emlékeket találunk, utóbbi a világörökség részét képezi és ismerős lehet még a tavalyi Nógrád Nagydíjról, de aki jövőre látogat el, jelentősen megújult főtccával, új tanösvényekkel találkozik majd. És persze itt sem szabad kihagyni a középkori várat, a körülötte lévő, a közelmúltban visszarit-



Részlet az 1. napi térképből



Részlet az 5. napi térképből



Részlet az 5. napi térképből

kített hagyásfás legelőt, vagy az erdei kalandparkot, benne a Cserhát leghosszabb fahídjával.

Több helyen találunk kilátókat, legmagasabban a Karancs 729 m-es csúcsán álló torony van, közelében a Karancs-kápolnával. Salgótarján városára a fölötte magasodó Kálvária-hegyről nyílik jó panoráma. Ez ismerős lehet a 2010-es Rövidtávú OB selejtező rajtmenete óta, de közben a Kálváriát felújították, így megér egy újbóli sétát. A 4-5. napi cél közelében a nemrég átadott Mogyorósi-kilátó áll.

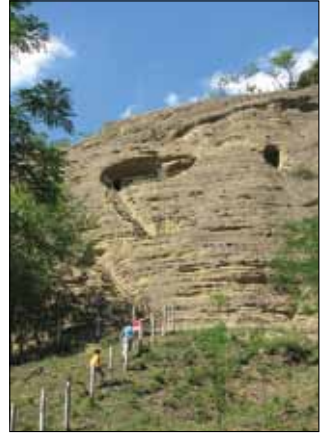
Akik várak helyett inkább kastélyokra kíváncsiak, látogassa-

nak el Kisterenyére, a Gyűrky-Solymossy- vagy Szécsénybe a Forgách-kastélyba.

Világhíresek Ipolytarnócon az Európa Diplomás ősmaradványok, az úgynevezett „Ősvilági Pompeji”. A több millió évvel ezelőtti élővilágot a 4 dimenziós mozi mutatja be igen érzékletesen. Szintén itt láthatók a néhány évvel ezelőtti Bükkábrányban felfedezett több millió éves ősfák is. Két faluval odébb, Nógrádszakál határában a Páris-patak völgye, más néven a „Palóc Grand kanyon” kínál izgalmas látnivalót. Érdeemes a határ túloldalára is átlátogatni, az átjárást a közelmúltban visszaépített pöstenypusztai és rárósi Ipolyhidak nagymértékben megkönnyítik. Rögtön Nógrádszakállal szemközt, az Ipoly túloldalán áll Rárósmulyad (Muľa) temploma, mely 1910-ben épült Medgyaszay István tervei szerint, a történelmi Magyarország első vasbeton szerkezetű temploma, a századfordulós szecessziós építmény mesterműve. További várak is vannak, az egyik Ajnácskőn (Hajnáčka), a másik, különösen nagy kiterjedésű és látványos



Rárósmulyad vasbeton temploma



A kishartyáni Kőlyuk-oldal

rom pedig Füleken (Fiľakovo). Alsósztrégován (Dolná Strehová) a közelmúltban felújított Madách-kastélyt kell felkeresni. Érdekessége, hogy a kastély parkjáról maga Madách Imre készítette az országot (sőt talán az egész világot) egyik legelső parktérképét, még 1858 körül. A kirándulást az alsósztrégovai Aquaparkban javasoljuk befejezni.

Termál- és gyógyfürdők szép számban vannak a közelben, egy délutáni autózással elérhető távolságban. A már említett Alsósztrégova mellett Eger, Bükkszék, Egerszalók, Demjén továbbá a közeli Rapp (Rapovce) fürdői tökéletes felüdülést nyújtanak a napi versenyeken megfáradt testnek.

Aki pedig a versenyek közötti időt horgászattal töltené, a versenyközpont melletti tóban vagy a 20 kilométerre lévő, mára már Magyarország egyik legnépszerűbb horgászvízével felfejlesztett közel 82 ha-os maconkai horgászpáradicsomban teheti próbára tudását és szerencséjét.

**Várunk mindenkit szeretettel
2015 augusztusában!
Nógrádi Hungária Kupa
rendezőse**

MARTONVÁSÁR KUPA

**A BEAC és a MAFC Tájfutó Szakosztálya
2014. november 29-én, szombaton,
nem minősítő tájfutó versenyt rendez
Martonvásáron.**

A terep változatos futhatóságú, közepesen
részeszetgazdag erdő, érdekes eróziós formákkal.
A terület a vasút megépüléséig a kastélypark része volt,
bár erre már csak néhány szép fa emlékeztet. Ezen a
környéken még soha nem volt tájfutó verseny.

A térkép Szarka Ernő munkája, a pályákat (2 – 6,5 km)
Hegedüs Ábel tervezte András bátyja segítségével.

A versenyközpont a vasútállomástól DNY-ra 150 m-re, a
vasút ÉNy-i oldalán lesz.

Megközelíthető a Déli pu-ról minden óra 10-kor és
Kőbánya-Kispestről minden óra 26-kor induló vonatok-
kal. A menetidő 26 illetve 30 perc. A vonatjegy 650.–Ft,
Budapest (BKV) bérlettel 310.–Ft.

Nevezés a helyszínen 10.30 – 12.30 óráig, pályazárás:
14.00, nevezési díj 500.–Ft/fő, de

INGYENES a részvétel mindenkinek, akinek gondot
jelent a fenti összeg kifizetése.

Térkép: 2013-ban készített, 2014 novemberében futó-
lag kiegészített 1 : 10000 / 5m, benyomatott pályával,
A4 méretű. Normál nyomtatóval készült, tasakot biz-
tosítunk.

A terepen mély horhosok vannak, vegyétek komolyan a
feketébe váltó tereplépcsőket!

Minden pálya keresztezi a Szent László-patak (más
források szerint: -víz vagy vize, sőt: -vízfolyás) mind-
két ágát. Az átkelés 40 cm széles, 5–8 méter hosszú,
vasbűrűn történik. A hidacsok jól rögzítettek, nem
mozognak, kb. 1 méterrel vannak a víz felett. A vasle-
mezék nedves időben csúszhatnak, tanácsos megfelelő
cipőt viselni.

A verseny kapcsán ingyenesen megtekinthető a kas-
télypark és a benne levő Beethoven Múzeum. A park-
ban nagyon szép fák és egy nagy tó is van szigettel,
védtett terület.

Az ingyenes látogatások 13.00 és 14.30-kor indulnak a
park főbejáratától, legyenek pontosak!

A vezetést a terület gazdája, az MTA Agrártudományi
Kutatóközpont részéről (ezúton is köszönjük a lehető-
séget!) dr. Molnár Dénes fogja tartani, mesélni fog a
parkról, a kastélyról, a Brunszvik családról és termé-
szetesen Beethovenról, valamint a Kutatóközpontról is.
A fenti időpontokon kívül belépőjegyek váltásával
lehet megtekinteni a látnivalókat 16 óráig.

Érdemes meglátogatni a (nemrég új helyre költözött)
Óvodamúzeumot is, amely hazánkban az egyetlen
ilyen intézmény (Emlékezés tere, a kastélypark bejárá-
tával szemben, 11–16 óráig).

A verseny, a múzeumok és a park látogatása együtt
kitűnő családi program.

A gépkocsival való megközelítés és egyéb részletek a
honlapon (MTFSZ).

Mindenkit szeretettel várnak: a verseny rendezői

Inf: Hegedüs Ábel, abel.terkep@chello.hu, 06-20-911-4014



A cél környéke 1928-as 1 : 25 000-es térképen.

-10 000 Ft

Karácsonyi akció

MOSCOMPASS

versenytájéolókhoz
ajándékot adunk



Minden kedves vásárlónknak
kellemes ünnepeket
és boldog új esztendőt
kívánunk!

Az akció december 30-ig tart a készlet erejéig.
Vásárlásonként egy utalványt adunk.
Más kedvezménnyel nem összevonható.

 **multiNavigator.hu**
térképítés - outdoor - navigáció

(+36-1) **7 888 888**
1134 Budapest, Dózsa György út 61-63.
(bejárat az Angyalföldi út felől)



Fotó: Máté István



Címlap: Józsa Gábor (TSE), a normáltávú egyéni OB győztese a célban
Hátsó borító: Rajtolnak a férfiak az egyesületi váltóbajnokságon

a Budapesti Tájfutók Szövetségének lapja

HU ISSN 1215 8526



1215-8526
850 Ft