



MAGYAR EVEZŐS SZÖVETSÉG

ALAPÍTVÁ: 1893

Szakmai beszámoló

Felnőtt és U23

2023

Budapest, 2023. 09. 24.

Lőrincz Attila

Felnőtt szövetségi kapitány

1 Bevezetés

1.1 Kiindulási helyzet

A MESZ Szakmai Team 2022 október 1-étől került kinevezésre az alábbi feladat- és hatáskörökkel:

- Az evezős sport stratégiai szakmai programjainak kidolgozása, menedzselése
- Válogatott szakmai irányítása és a hozzá szükséges szakmai háttér koordinálása
- Az Utánpótlásnevelés szakmai irányítása
- Szakágak, projektek felosztása és szakemberek kijelölése
- Létszámnövelő programok menedzselése
- Szabályzatok, szakmai motivációs rendszerek kidolgozása
- Edzők, sportszakemberek és egyéb munkatársak szakmai irányítása
- Szakmai döntéselőkészítés a MESZ Elnökség számára

Jelen beszámoló az élsport területét fedi le, melynek felelőse Teamen belül a felnőtt szövetségi kapitány. Ide tartozik a felnőtt, U23 és egyetemi válogatott programja.

A felnőtt és U23-as program azokkal a versenyzőkkel tud dolgozni, akik elelve a felnőtt keret tagjai voltak, vagy a válogatott utánpótlásnevelési rendszerből kerülnek fel, mely pedig e klubrendszerünk teljesítményétől függ. Eleve egy felnőtt világbajnokság indulói szintjének az eléréséhez egy versenyzőbe átlagosan 8-10 év folyamatos befektetés és szakmai munka szükséges. Tehát egy sok szereplős folyamat, melyben minden szakasz sikeressége az előző szakaszban elvégzett szakmai feladatok színvonalának függvénye. Toborzás – kiválasztás – tehetséggondozás – élsport felkészítés.

2022 során az olimpiai keret 20 fős volt, de volt olyan VB résztvevő, aki nem is volt ennek a tagja.

A következménye, hogy 2022 október 1-én közel 1,5 millió Ft volt az élsport maradvány, aminek a korábbi évek gyakorlata szerint március 1-ig ki kellett volna tartani, és emiatt nagyságrendileg 15 millió Ft tartalékkal volt tervezve a költségvetés.

Időközben az államtitkárság megváltoztatta az elszámolási határidőt márciusról január végére, ugyanakkor a 2023-as támogatási összeg csak áprilisra érkezett meg.

A szakmai működés átcsoportosításokkal biztosítva volt végig, kiemelten figyelve a versenyzőknek adott juttatásokra. Ez a helyzet azért csökkentett üzemmódot jelentett az év elei tervezésnél, valamint a klubok segítségével és előfinanszírozásával tudtunk téli felkészülést végezni, ha csoportokra bontva is.

1.2 Kvalifikációs előzmények 2019

Mivel a későbbiekben részletesen említve lesznek eredmények és feltárt okok, az értékelés reális kontextusba helyezéséhez kiindulási helyzetének a 2019-es Kvalifikációs Világbajnokság eredményeit kell venni, mivel a köztes évek és a kvalifikációs év mezőnyének erőssége eltérő.

Eredmények 2019 Linz:

- FF 1x E/F középfutam (helyezés nélkül)
- FF 2- F döntő (helyezés nélkül)
- NF 2x D döntő 3.

- NF 2- D döntő 3.

1.3 Megtartott folyamatok és programok

Párizs 2024 Olimpiai keret kiemelt finanszírozása.

Szerződések rendszere megmaradt 09.30-ig - „fizetés” intézménye.

Műhelymunka alapú felkészülés.

Válogatott edzők autonómiája megmaradt.

Versenyzők autonómiája megmaradt.

1.4 Változtatások

A kiemelt csapatokra költött összegek egyértelműen emelkedtek.

Versenyzők juttatásai.

Szervezeti struktúra.

Projekt edzők – emelt ösztöndíj.

Sporttudományi szakemberek bevonása.

MTSE, Synlab

Ergométer minimum szintek bevezetése felmenő rendszerben.

Pontrendszer alapú versenyzői és edzői ösztöndíj rendszer.

Olimpiai szám centrikus felkészülési terv és versenyzetelési finanszírozás.

2 A szakmai terv célkitűzései

2.1 Programok

2.1.1 Sporttudományi háttér fejlesztése

- Erőnléti edzők bevonása a válogatott sportolók felkészítésébe, részben központi, részben felkészülési helyszín szerint szervezve, teljesítés alapon finanszírozva. Kiemelt feladatok az erőfejlesztő gyakorlatok technikájának speciális oktatása, felkészítő edző bevonásával (fejlesztő folyamat kialakítása egyéni szükségletek felmérése (funkcionális tréning, crossfit stb.).
- Gyógytornász megerősítése (anyagilag is), segítő bevonása és rendszeres alkalmazásuk a válogatott edzőtáborokban preventív jelleggel.
- Labor háttér biztosítása és bővítésének lehetőségei külső szolgáltató bevonásával.
- Teljesítménydiagnosztika alapú monitoring és tesztrendszer kialakítása, illetve a kiértékelések alapján kialakított edzésprogramok tervezése a felkészítő edzők bevonásával.
- Sérülés utáni rehabilitáció szervezése dr. Varga Nóra vezetésével OSEI háttérrel, különleges helyzetekben egyéb szolgáltatók bevonása is a keretorvos döntési lehetőségei közé tartozzon.
- Egyéni sportpszichológus alkalmazása a felkészítés ideje alatt – fejlesztő folyamat létrehozása a cél minden sportoló esetén egyénileg
- Dietetikusi háttér újra szervezése – Synlab bevonása, különböző csomagok kialakítása felkészülési program igényei szerint – Kiemelten Párizs Program
- Sportmasszőr/gyúró háttér megerősítése: több szakember bevonása, minimum heti rendszerességű kezelés biztosítása a Párizs keret számára, a korosztályos kereteknek is felmenő jelleggel rendszeres hozzáférés biztosítása. Minden korosztályos nemzetközi versenyen kötelező jelleggel kell szakembert vinni a csapattal.
- Spiroergometria protokoll felülvizsgálata, dinamikus ergométer (Rp3) bevonásának vizsgálata az adatelemzés hatékonyságának fejlesztésére – nemzetközi trend pár éve, itt csökkenteni lehet és kell a lemaradást. Mobil spiro műszer használati lehetőségének vizsgálata.
- Vízi felmérők és versenyek esetében visszahozni a tejsav mérés lehetőségét, illetve eszköz háttérének fejlesztése.
- Különböző diagnosztikai eszközök mérési protokolljának összehangolási lehetőségeinek vizsgálata (spirom biomechanikai mérőegységek)
- Regenerációs és fejlesztő eszközök használata a mindennapokban és edzőtáborokban (kryosauna, jégkád, Galileo-gépek, Hypoxiás sátrak, power breathe, Bemer)
- Antidopping előadások és egyéb sporttudományos célzatú előadások szervezése, lebonyolítása edzőtáborokban

2.1.2 További elengedhetetlen prioritások:

- Versenyzők oktatása az edzést segítő és teljesítményelemző eszközök (pulzus öv) fontosságára, edzésnapló használatának fejlesztő hatásáról és egyéb eszközök, applikációk használatának általánossá tételére
- A felsorolt sportegészségügyi háttér átszervezése hangsúly változást kell, hogy jelentsen a forrásfelosztásnál.
- **Elsődleges prioritás, elsősorban a Párizs keretnél, hogy a napi szintű felkészülés minden szükséges háttére folyamatosan rendelkezésre álljon a válogatott versenyzőknek a támogatási szintjüknek megfelelően.**
- Táplálékkiegészítők keretszintnek megfelelő finanszírozása
- Doppingellenőrzések, járulékos költségek, megelőzési feladatok, sporttudományos kiadások
- Tudományos előadások

- Terápiás, diagnosztikus és rehabilitációs eljárások költségei

2.1.3 Párizs 2024

A Párizs 2024 Program elsődleges célkitűzése az olimpiai kvóta megszerzése, illetve olyan helyezés elérése a Kvalifikációs Világ bajnokságon, amely a kijelölt versenyszámban a pótkvalifikációs szakaszban kvótaszerzés esélyét mutatja. Ez egzaktan a versenyszámban elérhető összes kvótaszámnak megfelelő helyezés elérése. Amennyiben az adott versenyző, illetve egység eléri ezt a kritériumot, ez automatikusan azt jelenti, hogy a 2024-es válogató versenyig a Párizs 2024 keret tagja marad, megőrizve helyét az adott projektben. Ebben az esetben egyetlen kritériumot kell teljesítenie az adott időszakban, az ergométer minimum szintet, melynek végső határideje a 2024-es Ergométer OB.

Ha az elért helyezés a kitűzött cél +2 helyen belül van, abban az esetben az SzT. a verseny képét mérlegelve (külső befolyásoló körülmény: időjárás, sorsolás, betegség stb.) javasolhatja adott egységet a tovább menetelre a következő időszaki támogatáshoz.

Versenyszámok szerint ez az alábbi:

- FF/NF 1x 15
- FF/ NF 2- 13
- FF/NF ks 2x 11
- FF/NF 2x 13

2.1.4 Los Angeles

Az első utánpótlás-nevelést és tehetséggondozást célzó olimpiai programunk. Ebben a mostani elit versenyzőkénél nagyobb létszámot kívánunk menedzselni, hogy a csapatépítés folyamatában a lehető legjobb versenyzőket bent tudjuk tartani, ezáltal kívánva elősegíteni fejlődésüket, és biztosítva, hogy egy-egy versenyző kiesése esetén is legyen a programban olyan, akivel az adott csapategység tovább tud készülni. Ez a válogatott kategória a felkészülési támogatások szintjén kevesebb támogatást jelent egy-egy versenyzőnek, viszont ezek a támogatások koncentráltabban a versenyzők közvetlen felkészülését hivatottak szolgálni. A keretek fent részletezett logikája miatt ide tartoznak a jó U23-asok, illetve azok a fiatal felnőttek, akik még nem érték el az elit szintet. Az ő számukra projekt egységekkel célozzuk meg a nemzetközi rutinszerzést, melynek eszközei a regionális nemzetközi versenyek, kisebb létszámú világkupák, illetve a nemzetközi egyetemi versenyek (Egyetemi Világ bajnokság, Egyetemi Világjátékok, Egyetemi Európa-bajnokság stb.). Ezekkel a versenyekkel nem titkolt célunk, hogy a Los-Angeles 2028 Programban szereplő versenyzőink felkészítéséhez megnyerjük partnernek azokat az egyetemeket, ahova válogatottjaink járnak.

Évfolyamok: 1998 – 2003

Tervezett egységek:

- F 4x vagy 4- és 2x, 2- /megfelelő létszám esetén 8-as lehetőségének vizsgálata/
- N 4x vagy 4-,
- F, N 2x/2- és 1x opcionális (vagy kiemelkedő teljesítmény, vagy tartalék szerepkör)

2.1.5 Brisbane

„8-as program ifjúsági és fiatal U23-asokkal”

Korosztályosan a program potenciális képviselői a jelenlegi 2004-2008 között született első éves fiatal U23-as korosztályosoktól az elsőéves serdülő korcsoportig behatárolható. Kitűzött cél, hogy tovább haladjunk a minőségi létszámemelés mentén, azaz a megfelelő antropometriai tulajdonságokkal rendelkező fiatalokat kutassuk fel a korábban táblázatba foglalt értékek szerint. A mennyiségi megjelenés egyik formája a nagyegység program, amely, ha minőségi versenyzőkkel telik meg, lényegesen előnyösebb helyzetben találjuk magunkat. Ezért amennyiben az ifjúsági és fiatal U23-as csapatban rendelkezünk a megfelelő mennyiségű és minőségi sportolói állománnyal, úgy a nagyegység programot, mint minden szempontból ösztönző programot, ismét folytatni szükséges.

Évfolyamok: 2004-2008

Tervezett egységek:

- FI 4- és 4+ vagy 4x / 8-as
- NI 4x és/vagy 4- és 2x/2- és 1x (eredmény alapján)

2.2 A válogatott keret névsora a 2023-as nemzetközi szezonra

Párizs 2024 olimpiai keret

1. Pétervári-Molnár Bendegúz	BEE	Molnár Zoltán
2. Bertus Kitti	Külker	Lőrincz Attila
3. Bácskai Máté	MTK	Simon Tamás
4. Szabó Márton	MTK	Simon Tamás
5. Juhász Adrián	Szolnok	Molnár Dezső
6. Simon Béla	Szolnok	Molnár Dezső

Felnőtt keret

1. Ács Kristóf	VVES	Mácsik Miklós
2. Szentpáli Gergő	FEC	Danó Károly
3. Szentpáli Balázs	FEC	Danó Károly
4. Galambos Péter	MTK	Rapcsák Károly
5. Szabó Bence	GYAC	Molnár Dezső
6. Furkó Kálmán	Szolnok	Molnár Dezső
7. Galcsó Vencel	FEC	Danó Károly
8. Tamás Bence	Külker	Lőrincz Attila
9. Bence Dorottya	DNHE	Ficsor László

Los Angeles

Felnőtt egyetemi

1. Gerei Tamás	MEC	Ambrus Gábor
2. Preil Vivien	BEE	Molnár Zoltán
3. Zsiros Janka	Külker	Lőrincz Attila
4. Hopp Márton	CSEK	Pergel László
5. Kerekes Krisztián	CSEK	Pergel László
6. Csepel Zsófia	VVEC	Mácsik Miklós
7. Szili Dorina	Külker	Lőrincz Attila
8. Csepel Zsófia	VVEC	Rapcsák/Mácsik

U23

1. Szklenka Bence	VVEC	Mácsik Miklós
2. Újhelyi Mihály	BEE	Molnár Zoltán
3. Bridge Henry	DNHE	Ficsor László
4. Szöllősi Balázs	GYAC	Alföldi Zoltán
5. Fehérvári Eszter	GYAC	Alföldi Zoltán
6. Boros Bálint	CSEK	Pergel László
7. Boros Olivér	CSEK	Pergel László
8. Harsányi Viktória	Külker	Lőrincz Attila
9. Balázs Szonja	MTK	Nagy Attila
10. Elek Boglárka	DNHE	Ficsor László
11. Kas Natália	Külker	Lőrincz Attila
12. Fazekas Fanni	GYAC	Alföldi Zoltán
13. Angyal Zsófia	GYAC	Alföldi Zoltán
14. Galcsó Flóra	FEC	Danó Károly
15. Csányi Petra	DNHE	Ficsor László
16. Schrieber Anna	DNHE	Ficsor László
17. Koncsik Dominik	CSEK	Pergel László
18. Király Miklós	SZVE	Dani Zsolt

3 Eredmények

3.1 Felnőtt

3.1.1 VK I. Zágráb 2023.05.05-07.

Jó létesítmény, kedvező, koranyáriás időjárás, pályaelőnyök a verseny alatt nem voltak tapasztalhatóak.

Meglepően kevés induló volt a versenyen, egyes akár olimpiai szám esetén 2-3 egység állt rajthoz.

Részletes: <https://worldrowing.com/event/2023-world-rowing-cup-i>

Indított egységek és eredmények:

FF 1x	Pétervári-Molnár Bendegúz	9. hely 25 induló
FF 2-	Juhász Adrián – Simon Béla	8. hely 9 induló
FF 2x	Újhelyi Mihály – Szklenka Bence	helyezés nélkül
FF ks 1x	Galambos Péter	3. hely 8 induló
NF 1x	Bertus Kitti	8. hely 9 induló

Értékelés:

FF 1x Pétervári-Molnár Bendegúz

A legnagyobb létszámú és legsűrűbb mezőny.

Minden kör teljes odafigyelést igényel, a közép mezőny hasonló szintű versenyzőkből áll, futamonként változik, hogy ki lehet veszélyes.

Bendegúz terhelésből érkezett, ennek ellenére tudatos versenyzést és futam felépítést láttunk tőle.

Kifejezetten otthonosan mozgott a versenyen, (sokat készül itt), illetve a mezőny tagjait jól ismeri, kinek mi az erőssége, gyengéje.

Az A/B középfutamán féltávig esélyes volt a továbbjutásra, de a 2. számú dán versenyző frissebb volt.

A „B” döntőben 4 versenyző gyakorlatilag végig vonalban haladt, és 1500-nál még 6. helyen volt, de az utolsó 300 méteren nagy sebességkülönbséget generálva jött át 3 versenyzőn. A futamgyőztes horvát versenyzőtől bő 5”-re ért be.

FF 2- Juhász Adrián – Simon Béla

A tavalyi VB-hez képest javuló formát mutattak. Minden futamban versenyben voltak. A reményfutamban jött a szokásos finish, de az osztrák csapat az utazóban kellő előnyt szerzett, amit meg tudtak tartani. A 9. csapat ugyanaz a Hongkong volt, akiktől tavaly a VB-n kikaptak, ami mutat előre mozgulást a csapat részéről.

Adrián a verseny előtt nem sokkal beteg volt, így ez egy feljövő formának biztató kezdés volt.

A „B” döntőben győzteshez bő 3”-re, az „A” győzteshez 18”-re voltak.

FF 2x Újhelyi Mihály – Szklenka Bence

Fiatal csapat, tapasztalatszerzési céllal vittük ki, a hazai válogatón mutatott formájuk alapján, ahol 5"-re voltak az olimpiai keretes FF 2x-tól.

Sajnos Újhelyi már a verseny kezdetén enyhe megfázásos tüneteket mutatott, ami lehetséges, hogy inkább a horvát edzőtábor erős terhelésének a hatása lehetett. Végül a reményfutam után feladni kényszerültek a versenyt orvosi igazolással.

FF ks 1x Galambos Péter

Péter az egész tavaszi időszak alatt jó, már-már kiemelkedő formát mutatott (ergo, THT fölényes).

A VK előtt ő is kisebb megfázással küzdött, de a tavaszi formáját így is meg tudta mutatni. Jól versenyzett, 3.-ként 4"-re volt a győztes szlovén versenyzőtől, ami az EB előtt kifejezetten biztatónak tűnt.

NF 1x Bertus Kitti

A válogatón és felkészülés alatt mutatott formához képest egyértelmű csalódás volt.

A reményfutamban egy vízitök ráakadt a svertjére, amin utána nem tudott túllépni. A „B” döntőben több visszalépés után 3-an álltak rajthoz, a futamgyőztes svájci versenyző irama végül túl erős volt neki, 14"-re mögötte, a thai versenyzőt megelőzve ért célba.

A mutatott versenyzése alul múlta a hazait, nem tudott megbirkózni a hazai és nemzetközi mezőny közti kontraszttal.

3.1.2 EB Bled

2023.05.25-28.

Jó létesítmény, kedvező, nyárias időjárás, pályaelőnyök a verseny alatt nem voltak tapasztalhatóak.

„Megjött a mezőny”

A ks nem olimpiai számok az 1x kivételével nevezők hiányában elmaradt.

A szakág teljes leépülését látjuk – távlatban tervezni vele már nem érdemes.

Részletes: <https://worldrowing.com/event/2023-european-rowing-championships>

Indított egységek és eredmények:

FF 1x	Pétervári-Molnár Bendegúz	helyezés nélkül 12-be jutott	23 induló
FF 2-	Juhász Adrián – Simon Béla	14. hely	18 induló
FF 2x	Bácskai Máté – Szabó Márton	17. hely	20 induló
FF ks 1x	Galambos Péter	7. hely	11 induló
NF 1x	Bertus Kitti	12. hely	12 induló

Az előzetes eredményességi célkitűzéseket egyik egység sem teljesítette.

Értékelés:

FF 1x Pétervári-Molnár Bendegúz edző: Molnár Zoltán

Ismét a legerősebb mezőny, de már országoként csak egy versenyző állhatott rajthoz.

Bejutott a legjobb 12-be, de a reményfutamban teljesen kihajtotta magát, kifejezetten erős időt evezve a nem extra gyors vízen (6:50).

A középfitam már nem ment ilyen jól, erőtlennek érezte magát. Éjszaka végül be is lázasodott, így orvosi igazolással nem állt rajthoz a „B” döntőben.

Látszik, hogy jó úton halad a felkészülése, az itteni formája erősebb volt, mint a válogatón, illetve a Zágrábban látott, de sorozatban még nem stabil ilyen iramú és színvonalú pályákban.

FF 2- Juhász Adrián – Simon Béla edző: Molnár Dezső

Zágrábhöz képest sikerült kicsit javulniuk, ugyanakkor a mezőny is sűrűbb lett. Minden futamon az látszott, hogy nincsenek messze a mezőny sűrűjétől, nagyjából 5-6”-re voltak a reményfutamban is végig.

A „C” döntős idejükkel 1”-re voltak a futamgyőztestől, 9”-re a „B” döntő győztestől és 21”-ra az „A” győztestől.

FF ks 1x Galambos Péter edző: Rapcsák Károly

Péter nagy reményekkel érkezett az I. VK tapasztalata után. Viszont már érkezés után elmondása szerint az edzéseken nem érzete stabilan a vizet. Az előfutam után kiderült, hogy a villája el van repedve, ami nem először fordult elő, ezért már megérkezett a tartalék villa, csak még nem állították be, ezért nem hozta el.

A reményfutamban egy kölcsön Filippi 1x-ben versenyzett, de nem jutott tovább az „A” döntőbe.

A „B” döntőt, az ideje 17”-el marad el a győztesétől és 7”-el az „A” döntő 6. helyezettétől.

NF 1x Bertus Kitti edző: Lőrincz Attila

Zágrábhöz képest valamelyest sikerült javulnia, elsősorban versenyzési morálban. Sajnos ez is kevés volt, még mindig elmaradt az itthoni formájától, de legalább a „B” döntőben az utolsó helyért is mondhatni megküzdött, de így is 21”-et kapott a futamgyőztestől és 39”-et az „A” döntő győztesétől. Mindenképpen csalódást keltő ez az eredmény.

FF 2x Bácskai Máté – Szabó Márton edző: Simon Tamás

Az egyik legnagyobb csalódás, tekintve, hogy két kiemelkedő fizikális adottságú versenyzőből állt a csapat, amit teszteltünk is a tavasz folyamán. Az itt mutatott versenyzésük sokkal alul múlta a válogatón, még inkább a csapatteszten nyújtott teljesítményüket.

A C/D középfutam volt az egyetlen elfogadhatónak mondható pályájuk, de a „C” döntős teljesítmény és versenyzési morál mindent magában foglalt. 6:50 a FF 1x-ünk ideje... 20”-re a „C”, 30”-re a „” és 43”-re az „A” döntő győztesétől.

3.1.3 VK II. Varese 2023.05.25-28.

Sűrűsödő mezőny az EB-hez képest is. Csak a FF 1x ment ki az olimpiai keretből. A többiek a válogató eredmények alapján, de mivel az ergométer minimumok nem voltak meg, így teljes önköltségen utaztak a versenyzők.

Részletes: <https://worldrowing.com/event/2023-world-rowing-cup-ii>

Indított egységek és eredmények:

FF 1x	Pétervári-Molnár Bendegúz	12. hely	35 induló
FF 2-	Szentpáli Gergő – Szentpáli Balázs	14. hely	18 induló
FF 2ks x	Galcsó Vencel – Tamás Bence	14. hely	14 induló
FF ks 2-	Szabó Bence – Furkó Kálmán	2. hely	4 induló

3.1.4 VB Belgrád 2023.09.03-10.

Felnőtt VB	2023.09.03-10.	Belgrád
Tervezett csapatok		Tervezett eredmények
FF 1x		IX-XIII.
FF 2-		X-XIII.
FF 2x		X-XIII.
FF ks 2x vagy 4x		VII-XI. (4x IV-VI.)
NF 1x		XII-XV.
NF 2- vagy 2x		X-XIII.
NF ks 2x és/vagy ks 1x		VII-XI.
FF ks 1x		I-III.
FF ks 2-		I-III.

Indított egységek és eredmények:

FF 1x	Pétervári-Molnár Bendegúz	18. hely	48 induló
FF 2-	Juhász Adrián – Simon Béla	20. hely	28 induló
FF ks 1x	Galambos Péter	5. hely	27 induló
FF ks 2-	Szabó Bence – Furkó Kálmán	2. hely	4 induló
PR 1x	Pető Zsolt	18. hely	24 induló

Értékelés

FF ks 1x Galambos Péter edző: Rapcsák Károly

Péter jó formában és hangulatban érkezett a versenyre. Stabil versenyzéssel és helyezésekkel jutott el a döntőig, de sosem futamgyőztesként. Ez utóbbi tény viszont később visszaütött, mivel már a középfutamtól napokig erős oldal-ellenzél volt, ami miatt pálya átsorolások történtek a korábbi futam eredmények alapján. A 6-os pálya aznap számára garantálta a döntő utolsó helyét, ami 5. lett, mivel az osztrák versenyzőt eszköz törés miatt a futam előtt lemondták.

Mindenképpen pozitív az eredmény szakmailag, hiszen több olyan versenyző is a „B” vagy „C” döntőben fejezte be a versenyt, akik év közben Peti előtt végeztek még (pl: Hrvat).

FF ks 2- Szabó Bence – Furkó Kálmán edző: Molnár Dezső

Gyakorlatilag a „papírforma” ezüstként tekinthetünk az eredményre. A helyosztóban nem voltak messze az olasz csapattól, ő másfél hosszra, de a döntő idején uralkodó oldal-ellenzél gyakorlatilag fixálta az esélyeket minden irányban.

Az edzői tájékoztatót hallgatva a versenyszám a végórát éli, nem elképzelhetetlen, hogy az utolsó VB döntőt láthattuk.

FF 1x Pétervári-Molnár Bendegúz edző: Molnár Zoltán

Ismét a legerősebb mezőny, ráadásul a kiemelés sem volt kegyes. (két érmes versenyzőt kapott..)

Onnantól az érkező oldal-ellenzél minden futamon plusz nehezítés volt, mivel 5-ös, illetve 6-os pályára került a negyedöntőben, illetve a C/D középfutamban, hiába nyerte meg előtte könnyen a reményfutamat.

A középfutamban minden erejét mozgósította a finishre, így az utolsó 200-on 3 hajó hátrányt behozva jutott tovább.

Viszont, ahogy évközben is megfigyelhető volt, ha egyszer „ellövi” ezt a finisht, akkor a következő futamra már nem tudja tartani a korábbi iramot az utazóban.

Sajnos kvótát csak az első 9 versenyző szerzett, így mindenképpen az európai kvalifikációs körben lesz újra lehetősége rá.

FF 2- Juhász Adrián – Simon Béla edző: Molnár Dezső

Szebb időket megélt csapatunk. Itt is elmondható az ellenzél, meg az átsorolás, de sajnos a realitás az, hogy csak a különbség lehetett volna kisebb a negyedöntőben a továbbjutó csapatokhoz képest, de az eredmény nem lett volna merőben más. Elmondhat, hogy becsülettel küzdöttek, hozzáállásuk a verseny alatt a korábbiakhoz képest sokkal jobb volt.

A versenyen kívüli tapasztalatom viszont az, hogy ez a csapat így az edzőt erősen ideértve megfáradt egymástól. Folyamatos az edző és a csapat közti személyes adok-kapok, ami egy ideig vicces is lehet, de alapvetően érezni a felgyűlt feszültséget és ez mindenki igyekezete ellenére negatívan hat az egész

tágabb csapat moráljára. Itt erősen kérdésesnek tűnt, hogy a két versenyző a VB-t értékelve milyen döntést hoz a kvalifikációs vagy EB felkészülés tekintetében.

3.1.5 Az olimpiai keret értékelése:

A kvótaszerzés egyik egységnek sem sikerült.

A további támogatás megítélése a leírtak szerint:

Ha az elért helyezés a kitűzött cél +2 helyen belül van, abban az esetben az SzT. a verseny képét mérlegelve (külső befolyásoló körülmény: időjárás, sorsolás, betegség stb.) javasolhatja adott egységet a tovább menetelre a következő időszak támogatáshoz.

- FF 1x 15 + 2 = 17 helyezés 18
- FF 2- 13 + 2 = 15 helyezés 20

Tehát a támogatási feltételek nem teljesültek.

Bár a kvalifikációs felkészülés a végső kvalifikációs versenyig, azaz május közepéig tart, a mostani VB az egyik legfontosabb mérőszám, és itt mindenképpen önreflexiót kell tartanunk és a feltért problémákat kezelni kell, valamint a kitörési pontokat is meg kell jelölnünk.

3.2 U23 és egyetemi keret – Los Angeles

3.2.1 Bled NK 2023.06.09-11.

Indított egységek:

Név	1. nap versenyszám	Csapat neve	2. nap versenyszám	Csapat neve
Gerei Tamás	19 M 1x	HUN "A"	119 M1x	HUN "A"
Ács Kristóf	19 M 1x	HUN "B"	119 M1x	HUN "B"
Preil Vivien	20 W 1x	HUN "A"	120 W 1x	HUN "A"
Zsiros Janka	20 W 1x	HUN "B"	120 W 1x	HUN "B"
Hopp Márton	23 M 2-	HUN "A"	123 M 2-	HUN "A"
Kerekes Krisztián	10 LW 1x	HUN "A"	110 LW 1x	HUN "A"
Csepel Zsófia	10 LW 1x	HUN "B"	110 LW 1x	HUN "B"
Szili Dorina	21 M 2x	HUN "A"	121 M 2x	HUN "A"
Újhelyi Mihály	27 LM 2x	HUN "A"	127 LM 2x	HUN "A"
Szklénka Bence	1 Király Miklós	HUN "A"	131 M 8+	HUN "A"
Bridge Henry	20 W 1x	HUN "C"	120 W 1x	HUN "C"
Szőllősi Balázs	20 W 1x	HUN "D"	120 W 8+	HUN "A"
Boros Bálint	20 W 1x	HUN "E"	120 W 8+	HUN "A"
Koncsik Dominik	22 W 2x	HUN "A"	130/132 W 4x/W 8+	HUN "A"
Király Miklós	2 Csányi Petra	HUN "A"	102/132 W 4-/W 8+	HUN "A"
Boros Olivér	Balázs Szonja			
Galcsó Flóra	Angyal Zsófia			

Férfi ks vonalon 3 versenyzőnek volt ergométer szintje, melyből a felnőtt csapatteszt alapján eldőlt a 2x felállása, amit a válogató verseny megerősített. Női ks vonalon egy versenyzőnek volt ergo szintje és a kisegységes válogató alapján sem bővült a lista.

A Los Angeles Program célcsoportját képző normálsúlyú U23-asok esetén is a várakozásoktól eltérő a kép. Férfiaknál 5 főnek van meg az ergométer kritériuma, ami a vízi teljesítmény után 2 fővel tudott bővülni: Ez sajnos elmaradt a várakozásoktól. Összesen tehát 7 fő.

Nőknél 8 főnek volt meg a vonatkozó ergométer szintje. Ezt kiegészíti a NU23 2- szkiffhez képesti kritérium szerinti győzelemmel Fazekas. Összesen tehát 9 fő.

Előzetesen jelölt egységek – Bled, U23 VB (vízi győzelem + ergo szint/ vagy felnőtt egységhez képesti megfelelő különbség):

Eredmények I. nap

NF 1x	3. hely Pádár
NF 1x	4. hely Preil
NF ks 1x	6. hely Szili
NF 2x	1. hely
FF 2x	1. hely
FF ks 2x	1. hely
FF 4-	1. hely
NF 4-	1. hely*

Eredmények	II. nap
NF 1x	3. hely Preil
NF 2x	2. hely
FF 2x	2. hely
FF ks 2x	2. hely
FF 8+	2. hely
NF 4-	1. hely*
NF 8+	1. hely*
* 1 induló	

Részletes: <https://www.bledrowing.com/>

Gondolatok és tanulságok

Jó motivációs verseny, mert szép – de szakmailag nem jól értékelhető

Időszakra jellemzően változatos szélirány

Kiszámíthatatlan mezőnyök – nehezíti az értékelést

Kiskapu a magyar edzők számára – pótválogató hirtelen kikényszerítési taktikája zavaró, mivel bárki nevezhet, így próbálják kikerülni a válogatási rendszert (ez eddig bevett szokás volt).

Elszálló árak, újabb és újabb költségfajták – nevezési díj, külön ebéd stb.

A jövő évre megkérdőjelezhető a szerepe.

Helyette Peideluco stb.

3.2.2 U23 VB Plovdiv 2023.07.19-23.

Kifogástalan körülmények.

Rendkívül meleg – jég akku, hotel medence.

Nem olimpiai számok itt is gyérebbek, kivéve a ks szkiffeket, de még legalább léteznek.

Olimpiai számok ellenben egyre erősebbek, miközben az össz indulószám folyamatosan csökken (8-asok, ks számok...)

A mezőny eleje sebességben a Férfi 1x-et leszámítva átfedésbe van a felnőtt „B” döntő végével.

Részletes:

<https://worldrowing.com/event/2023-world-rowing-under-23-championships>

Indított egységek és eredmények:

U23 VB		Plovdiv	
Tervezett csapatok	Tervezett eredmények	Teljesülés	Indulók száma
FU23 2x	7-10.	11.	17
FU23 4-	7-10.	12.	14
FU23 ks 2x	7-10.	10.	17
NU23 2x	7-10.	9.	11
NU23 4-	7-10.	12.	12
NU23 ks 1x	6-8.	11.	19

Egyik csapat sem érte el a kitűzött helyezéseket.

NU23 2x Elek Boglárka – Harsányi Viktória edző: Lőrincz Attila

Tisztességes versenyzés és megfelelő verseny morál, a legjobb idei teljesítményük. Minden futamban fegyelmezetten teljesítették a feladatukat.

A „B” döntőben mindent megpróbáltak, 900 méterig élen haladtak a holland csapattal, 1500-ig tudtak az élbolyban haladni, a végére kijött az erőnléti hiányosság. A „B” döntő győztestől végül 9”-re, a az „A” döntő győztestől 24”-re értek célba.

FU23 ks 2x Bridge Henry – Szöllősi Balázs edző: Ficsor László

„Biztosági versenyzés” jellemezte a csapatot végig, gyenge rajt, fokozódó iram. Érzékeltem némi elképzelés különbségek a csapat és az edző között ezt a megközelítést tekintve. A tavalyi EB érem után többre számított a csapat, de az eredmény mindent összevetve reális.

A „B” döntő győztestől 6”-re, az „A” döntőtől 10”-re voltak.

FU23 2x Újhelyi Mihály – Szklenka Bence edző: Molnár Zoltán

Minden futamban próbáltak elől menni, amíg tudtak. Kissé hektikus lelkeségű csapat az edzőt is ideértve, de motivációban nincs hiány.

A „B” döntőben mindent megpróbáltak, 1000 méterig 3. helyen haladtak a holland, 1500-ig tudtak az élbolyban haladni, a végére kijött az erőnléti és mobilitási hiányosság. A „B” döntő győztestől végül 5”-re, a az „A” döntő győztestől 13”-re értek célba. Az idei legjobb idejük.

NU23 1x Fehérvári Eszter edző: Alföldi Zoltán

„Biztosági versenyzés” jellemezte végig a versenyzőt, de fordítva, ahogy a FF ks 2x-et. 1000m-ig gyakorlatilag többször erőn felül indult, és 1000m után a megbeszélte „B” tervre állt rá, amint nyomás érkezett a következő versenyzőtől. Időeredményei és a verseny képe messze elmaradtak az OB-n látottaktól, még a „B” döntőben is, ahol gyakorlatilag 4 egységünk is idei legjobbját evezte. A „B” döntő győztestől 8”-cet, az „A” döntő győztestől 23”-et kapott.

FU23 4- Boros Bálint – Koncsik Dominik – Király Miklós – Boros Olivér edző: Pergel László

Az idei szezonjuk nem volt tökéletesnek mondható – több betegség, illetve ez a szakág szenvedte el a legnagyobb létszám veszteségeket az elmúlt másfél évben.

Mindennek ellenére a csapat hozzáállása példás volt, a reményfutamban meg tudták lepni a sokkal esélyesebb spanyol csapatot, egy hosszú és kitartó finish-el.

Sajnos a csapat nem tudott előrébb kerülni, a „B” döntő győztestől 12”-et, az „A” döntőétől 18”-et kaptak, a futam ideje az idei legjobbjuk.

NU23 4- Fazekas Fanni – Csányi Petra – Angyal Zsófia – Balázs Szonja edző: Alföldi Zoltán

Alkatilag ilyenek kell lennie egy evezős négyesnek, viszont mentalitásában nagyon nem. Annak ellenére, hogy ígéretesen indult a projekt, tudtuk, hogy nem az élmezőnyt fogják képviselni, de sajnos a Bled-i versenyzésüket sem sikerült megismételni, az addigi trend szerint a női dublótól időben távolodniuk kellett volna, ehelyett közeledtek.

A „B” döntő idejük 20”-cel marad el a futamgyőztestől és 23”-cel az „A” döntő győztestől.

A teljesítmény háttérében személyi problémák is voltak, melyeket tetézték szerintem szakmai hibák is a VB tábor alatt, amikről a felkészítő edzőtől utólag értesültem, miután a VB alatt kirobbant egy veszekedés az egyik versenyző körül.

Gondolatok és tanulságok

Sűrűsödő U23 mezőny olimpiai számokban – ott tart most az U23, ahol 15-20 éve a felnőtt

Mi most álltunk át a könnyű mezőnyök kereséséről az olimpiai számokra...

Nőknél az Amerikában tanuló versenyzők helyzete sok kérdést vet fel a jövőre nézve, nem egyértelmű, hogy szükségesek – sőt a mostani feszültséget egy beilleszkedési probléma okozta.

A jövő év különösen sok kérdést vet fel a kérdéskörben...

Nem tökéletes körülmények.

Pályaelőnyök egyértelműek, ellenszél, ami hamar fordult ellen-oldal irányba.

Nem olimpiai számok itt is gyérebbek, kivéve a ks szkiffeket, de még legalább léteznek.

Olimpiai számok ellenben egyre erősebbek, a ks számok hígulnak.

Részletes: <https://www.krefeld-europeanrowing23.com/results/>

Indított egységek és eredmények:

U23 EB		Krefeld	
Tervezett csapatok	Tervezett eredmények	Teljesülés	Indulók száma
FU23 2x	IV-VI.	8.	11
FU23 4-	IV-VI.	8.	8
FU23 ks 2x	III-V.	2.	10
NU23 1x	IV-VI.	12.	14
NU23 2x	IV-VI.	8.	9
NU23 ks 1x	IV-VI.	5.	9

Értékelés

FU23 ks 2x Bridge Henry – Szöllősi Balázs edző: Ficsor László

Megismételték a tavalyi eredményt, ami nagyon szép teljesítmény, látványos finish-el a 4. helyről az utolsó 500 méteren, a portugál csapatot a vonalon elcsípve (akik a VB-n 9-ek lettek tizedekkel előttek). A teljességhez hozzá tartozik, hogy a középfutamban és a döntőben is a védett oldalon voltak, ami az utolsó 500-on szemmel láthatóan számított.

Az évközi mérések (ergo, Györe...) folyamán gyakorlatilag erőnléti nem fejlődött a csapat, az eredmény a tavalyihoz hasonlóan kellemes meglepetés a VB után, de a várt erőnléti fejlődés elmaradt.

NU23 ks 1x Fehérvári Eszter edző: Alföldi Zoltán

A fiú ks 2x-hez hasonlóan jónak mondható az eredmény, amihez az előfutamban szerencsés sorsolása is hozzá segített minket, ahonnan 2. helyen közvetlenül jutott tovább, ezzel megspórolta a reményfutamban pályáját. A döntőben a 2-es pályán evezett, ahol kihozta a lehetőségeiből, amit lehetett.

Eszternek ez a 4. nemzetközi bajnokság szintű versenye volt, amit még az egyetemi EB is követett (ahol egy ks 1x ezüst és egy 2x bronz szép eredmény).

Megjegyzés: hosszú és nehéz szezonya volt, mindenképpen a regenerációé kell, hogy a hangsúly legyen.

NU23 2x Elek Boglárka – Harsányi Viktória edző: Lőrincz Attila

Küzdős versenyzés jellemezte őket a fontos futamokon, de vékonya alkatuk miatt az ellenszél kevésbé fekszik nekik. Ráadásul mindig az 1-2 –es pályán voltak, ami nem könnyítette meg a dolgot, bár nem lehet azt mondani, hogy ezen múlt volna a döntő.

Mindkét világversenyen egy nagyjából 10"-es erőnléti lemaradás látszik a döntő határához. Ez egy tél alatt behozható, mivel két 20 éves versenyzőről van szó.

FU23 2x Újhelyi Mihály – Szklenka Bence edző: Molnár Zoltán

A hektikusság továbbra is jellemzője a csapatnak. A szezont értékelve elmondható, hogy ezt a csapatot jellemzően túlzó külső és belső elvárások övezték, amit pályán nem bírt el a csapat, ahhoz a hiányosságok kiküszöbölésére sokkal több idő kellett volna.

A „B” döntőben nagyot hajráztak, és szépen fejezték be a versenyt, az eredményük reálisnak mondható, mindamelllett, hogy ők is inkább a szelesebb oldalon voltak kénytelenek közlekedni. Sajnos csak Misi marad U23-as, így a csapat további közös munkája kétséges.

FU23 4- Boros Bálint – Koncsik Dominik – Király Miklós – Boros Olivér Edző: Pergel László

Az egyetlen megmaradt csapathajónk volt a korosztályban.

Egyértelműen gyengén szerepeltek, bár a „B” döntőben becsülettel küzdöttek a dán csapattal hosszon belül tudtak maradni. Sajnos „kihalásos” alapon szűkült a létszám erre a 4 főre, akikkel szerettük volna életben tartani a szakágot.

NU23 1x Pádár Luca Edző: Molnár Dezső

Az évközi, főleg az Országos Bajnokságon mutatott teljesítménye alapján döntő esélyes volt. A középfutamban a jó pályát próbálta döntős helyezésre váltani, nem is volt messze a továbbjutás, de végül nem sikerült. Viszont ez a pálya olyannyira kimerítette, hogy „B” döntőre már nem maradt energiája.

Megjegyzés: hosszú és nehéz szezonya volt, mindenképpen a regenerációé kell, hogy a hangsúly legyen.

3.3 Egyetemi program

3.3.1 XXI. NYÁRI EGYETEMI VILÁGJÁTÉKOK 2023.07.27.-08.08.

Helyszín: Csengdu, Kína

Eredmények:

FE 1x Gerei Tamás Ágoston (MEC); edző: Ambrus Gábor (MEC)

Indulólétszám: 16 Eredmény: 8

NE 1x Preil Vivien Zsuzsanna (BEE); edző: Molnár Zoltán (BEE)

Indulólétszám: 15 Eredmény: 7

FE 2- Hopp Márton Péter (CSEK) - Kerekes Krisztián (CSEK); edző: ifj. Pergel László (CSEK)

Indulólétszám: 9 Eredmény: 8

FE 2x Bácskai Máté (MTK) – Szabó Márton (MTK); edző: Simon Tamás (MTK)

Indulólétszám: 11 Eredmény: 6

NE ks 2x Fehérvári Eszter (GYAC) – Szili Dorina (KEK); edző: Alföldi Zoltán (GYAC)

Indulólétszám: 8 Eredmény: 5

FE ks 2x Szabó Bence (GYAC) – Furkó Kálmán (Szolnok); edző: Alföldi Zoltán (GYAC), Molnár Dezső (Szolnok)

Indulólétszám: 11 Eredmény: 3

Értékelés:

A SWUG, avagy Egyetemi Világjátékok idén először szerepelt a válogatott szakmai programjának szerves részeként, az új szövetségi stratégia egyetemi sport fejlesztési irányvonalával összhangban. Ennek hozadéka, hogy az általános célkitűzéseknek megfelelően felvállaltan olimpiai szám centrikus volt a válogatás és a csapatjelölés is, a nem olimpiai számokat teljesen mellőzve. A teljes verseny indulóit átfutva jellemző volt, hogy a felnőtt olimpiai csapatokban szereplő versenyzők nem indultak, feltehetően a kvalifikációs felkészülés prioritása miatt. Sokkal inkább jellemző volt viszont, hogy a résztvevő országok azokat a legjobb U23-as versenyzőiket indították, akik még nem értek be az elsőszámú, kvalifikációra készülő csapatokba.

Az eredmények ebben a megvilágításban véleményem szerint az előzetes elvárásoknak megfelelnek, minden egység legalább a pontszerző 1-8 helyezést hozta.

Legeredményesebb egységünk egyértelműen a bronzérmes könnyűsúlyú kétpárevezős. Remek versenyzéssel a finishben jöttek fel és szerezték meg az érmes helyezést. Ezzel a szezon eddigi állása szerint ők a legeredményesebb válogatott könnyűsúlyú kétpárevezősünk, sőt e leggyorsabb

kétpárevezősünk is, mivel a futamuk alatt érkező eső ellenére 6"-cel jobb időt eveztek, mint a normálsúlyú kétpárunk.

A női könnyűsúlyú kétpár lett a második legeredményesebb egységünk, de a győztestől való lemaradásuk nagyobb volt, az általam vártnál.

A férfi kétpárunk „A” döntős 6. helyezése önmagában jó, de nem kiemelkedő eredmény. A teljesítményük alapján itt volt a helyük, de az itteni élmezőnyhöz képest is lemaradást mutatnak, hozzáteve a ks kétpárnál említett, hozzájuk képesti gyengébb időeredményt is. Itt meg kell említeni, hogy a teljes csapatból csak a férfi kétpár kapott kiemelt projekti státuszt idén, ennek megfelelő kiemelt támogatással, így egyértelműen elvárható lett volna, hogy a legjobb eredményt hozó csapat legyenek, de ez a gyakorlatilag klubköltségen, ráadásul alapvetően más versenyszámra készülő férfi könnyűsúlyú kétpárevezősnek sikerült.

A két egypárevezős bár nem jutott „A” döntőbe, az indulók száma itt volt a legnagyobb, ezzel a mezőny első felében végeztek, ez a helyezések szakmai értékét növeli.

A kormányos nélküli kettes sajnos egészségügyi nehézségekkel küzdött, ami miatt orvosi ellátásban részesült Hopp Márton, talán ezért szerepelhettek az általam vártnál gyengébben.

A versenyt megelőzően tervben volt egy vegyes négypárevezős indítása is a kint lévő versenyzők

duplázásával, de az indítás megítélését és az összeállítását a csapatvezetőre bízom. Végül a csapatvezető a szóba jöhető versenyzőkkel közösen úgy döntött, hogy nem indul csapat vegyes négypárban és inkább a saját számukra koncentráltak, ami az eredmények tükrében ésszerű, jó döntés volt.

3.3.2 Egyetemi Európa-bajnokság 2023.09.07-10.

Helyszín: Bydgoszcz

- 7 érintett egyetem, mint finanszírozó
- 25 versenyző - 7 érem

Női 1x

ELTE/ Zsíros Janka 1.

PTE/ Fűzi Zsófia 16.

SZE/ Romsics Lili 17.

Férfi 1x

ELTE/ Bácskai Máté 3.

BME/ Csizmadia Ádám 8.

SZE/ Shah Amir 12.

SZE/ Pető Benedek 13.

ÓE/ Pecsénye Keve 17.

Férfi 2x

MTSE/ Gerei Tamás-Kerekes Krisztián 3.

Férfi 2-

ÓE/ Pecsénye Keve-Tóth Benedek 12.

Férfi ks 1x

SZE/ Szigeti Roland 3.

SZE/ Szöllősi Balázs 6.

Férfi ks 2-

SZE/ Glázer Márió-Józsa Márton 6.

Férfi ks 4x

SZE/ Szigeti Roland-Szöllősi Balázs-Józsa Márton-Glázer Márió 3.

Férfi 4-

BME/ Ozsváth Máté-Kovács Krisztián-Hopp Márton-Dobai Tamás 5.

Férfi ks 2x

SZE/ Szigeti Roland-Szöllősi Balázs 4.

Női 2x

SZE/ Fazekas Fanni-Fehérvári Eszter 3.

Női 2-

SZE/ Fazekas Fanni-Viandt Léna 5.

Női ks 1x

SZE/ Fehérvári Eszter 2.

Pannon/ Ott Anna 9.

3.3.3 Az egyetemi program értékelése

Az idei évben először voltak a felkészülési tervnek részei az egyetemistáknak rendezett nemzetközi versenyek, mint az „Univerziádé” új nevén Summer World University Games, vagy az Európai Egyetemek Bajnoksága, avagy EUSA. Az elsőt olyannyira felvállalta a MESZ, hogy a MEFS-sel közös finanszírozásban utazási támogatást biztosított a kiutazott sportolóknak. Az EUSA részvételt a MESZ közvetlenül nem támogatta, csak eszköz segítséget adott a hajószállításhoz. Ugyanakkor mégsem önköltséges volt a részvétel, mivel a MESZ-szel partner egyetemek felvállalták a versenyzők versenyeztetési költségeit, így aktív támogatást nyújtottak sportolóinknak, ami a jövőre nézve még szorosabb együttműködési lehetőségeket rejt ezekkel az intézményekkel.

A fentiek fényében az egyetemi válogatott programot mindenképpen kitörési pontnak kell kezelni és hangsúlyosabb eleme kell, hogy legyen a válogatott felkészülésének és a tehetséggondozási programunknak is.

4 Válogatott keret teljesítményelemzése

4.1 Alkati paraméterek

Ifjúsági	Minimum		Optimum	
	Fiú	Lány	Fiú	Lány
Magasság (cm)	185	172	192	178
Karfejtáv (cm)*	190	172	197	178
Testsúly (kg)*	75-85	60-70	80-90	65-75
Ergo 2k	6:35	7:35	6:20	7:20

Név			Magasság (cm)		súly (kg)
Pétervári-Molnár Bendegúz			189,5		98,8
Bertus Kitti			180,5		74
Bácskai Máté			195,5		92,4
Szabó Márton			192		95,1
Juhász Adrián			188		87,4
Simon Béla			188		94,9
Ács Kristóf			198,1		93,4
Szentpáli Gergő			185,4		84,1
Szentpáli Balázs			186,4		83,2
Galambos Péter			182		72,5
Szabó Bence			-		-
Furkó Kálmán			-		-
Galcsó Vencel			176		64
Tamás Bence			178		70,5
Bence Dorottya			-		-
Gerei Tamás			185		86,4
Preil Vivien			176		67,4
Zsiros Janka			175		69,4
Hopp Márton			-		-
Kerekes Krisztián			-		-
Csepel Zsófia					
Szili Dorina			168		58
Csepel Zsófia			-		-
Szklenka Bence			-		-
Újhelyi Mihály			-		-
Bridge Henry			181,5		71
Szóllósi Balázs			181,5		68

Fehérvári Eszter			178		59
Boros Bálint			187		77,9
Boros Olivér			185,5		79,8
Harsányi Viktória			178,6		63,5
Balázs Szonja			182,2		77,8
Elek Boglárka			173,5		66,9
Kas Natália			174,6		68,4
Fazekas Fanni			177,5		71
Angyal Zsófia			186,5		83,5
Galcsó Flóra			171		73
Csányi Petra			180		65,5
Schrieber Anna			178,5		80,4
Koncsik Dominik			193,5		87,9
Király Miklós			191,4		90,5

Összesen 14 versenyző üti meg a minimum alkati kritériumokat, és csak 11 az optimum szintet.

Ezek közül összesen 5 férfi és 1 nő húzta meg az elit ergométer minimum szintet 2000 méteren.

4.2 Mérési eredmények és trendek

Azoknál a versenyzőknél, akik együttműködtek a mérési programban és legalább két mérésen részt vettek, ott lehetőségem volt elemzést kapni a versenyzők fejlődési trendjéről.

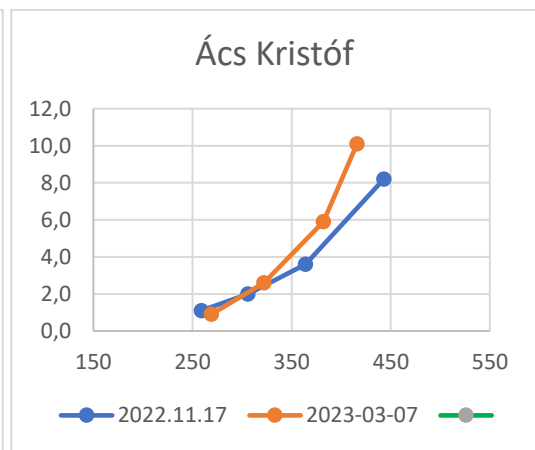
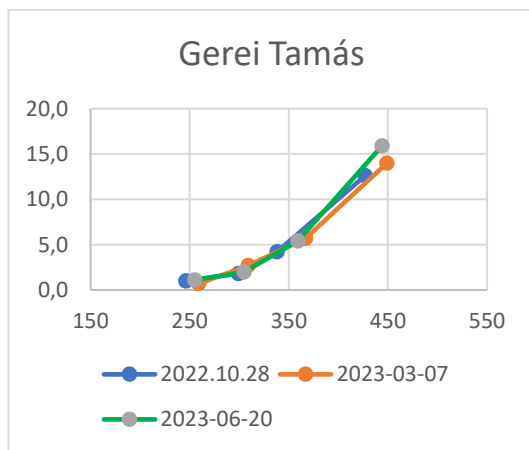
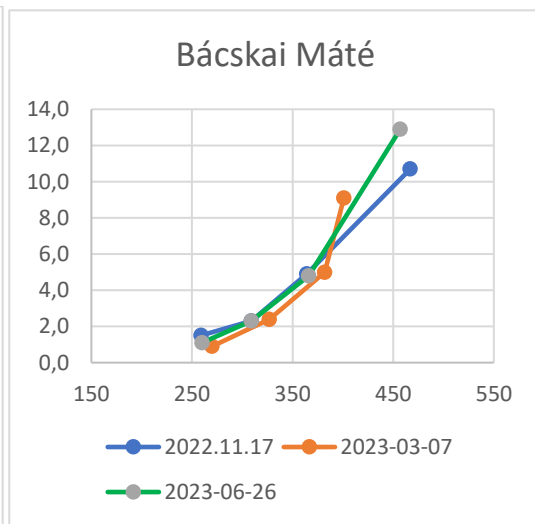
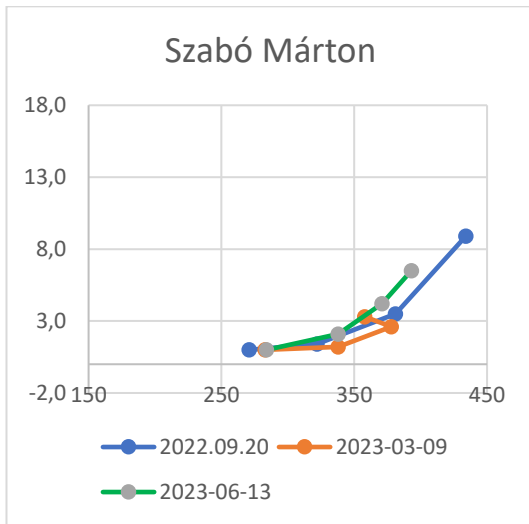
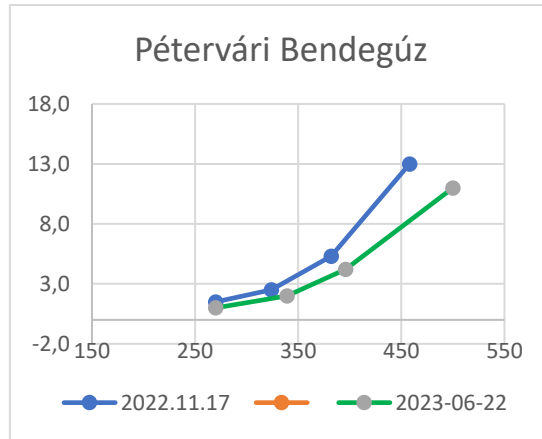
Sajnos mindig voltak hiányzók, különböző okokra hivatkozva, így nincs átfogó kép, mérési oldalról, de az eredmények sajnos nem ütnek el az átlagos trendtől, ami a maximális teljesítmény adatokat illeti. Azért volt a programban több versenyző, akik pozitív trendet mutatnak, és páran közelítik az elvárható maximális teljesítmény szintjét. További észrevétel, hogy az adatok elemzését követően kettős konklúziót tudunk levonni. Általában elmondható, hogy versenyzőink nem kapnak megfelelő mennyiségű, vagy megfelelően konzisztens állképességi terhelést, illetve az vélhetőleg kevesen követik az edzés ajánlásokat, amiket a mérések után mindenki megkapott.

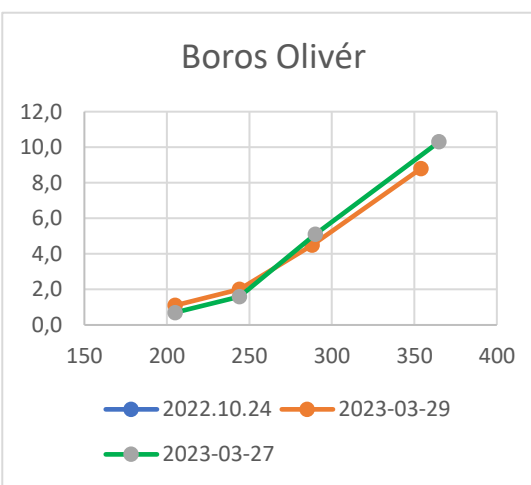
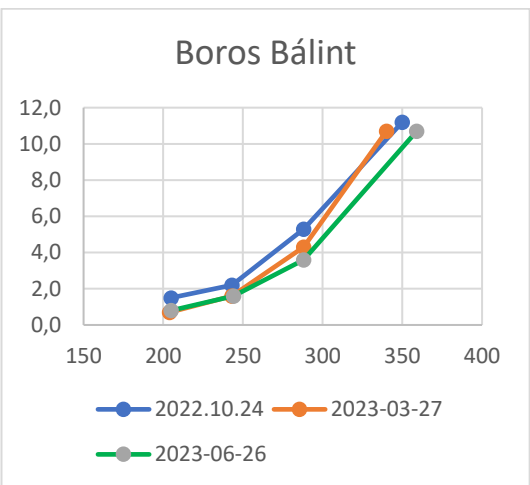
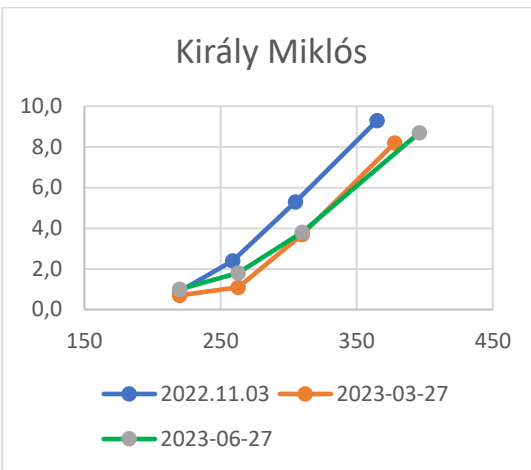
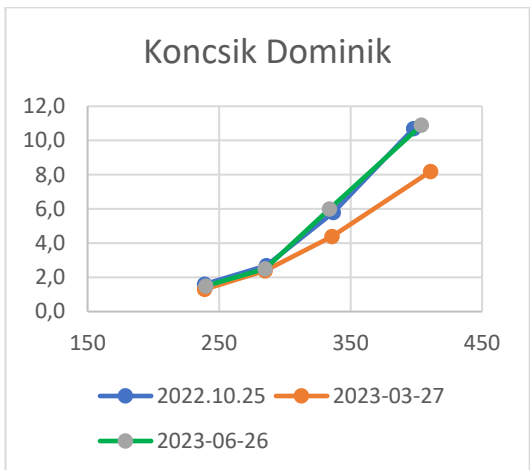
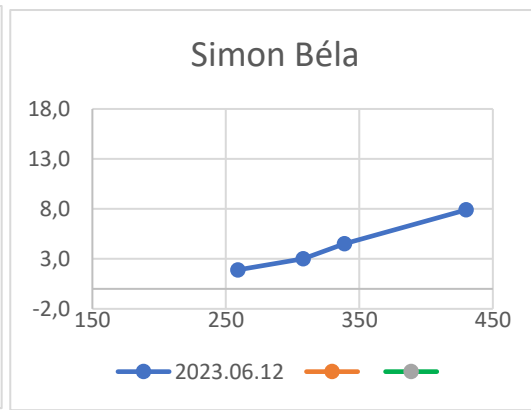
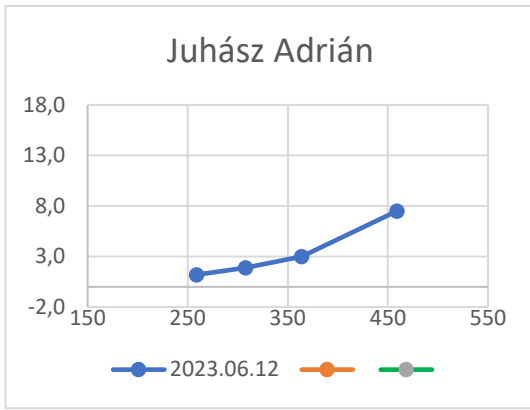
A jegyzőkönyvek elég terjedelmesek, de Györe doktor készített egy grafikus kimutatást a legtöbb versenyzőre, így ezeket könnyű átlátni.

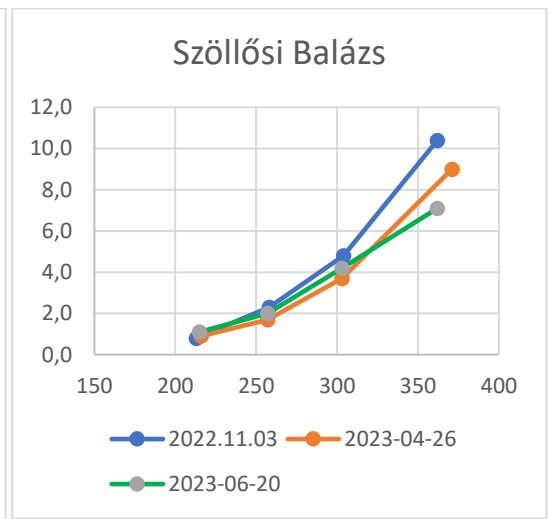
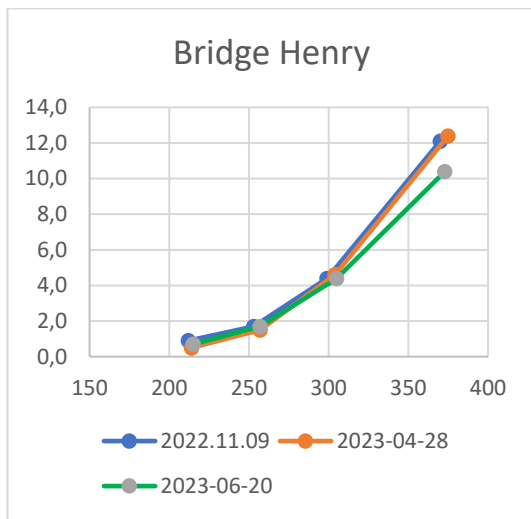
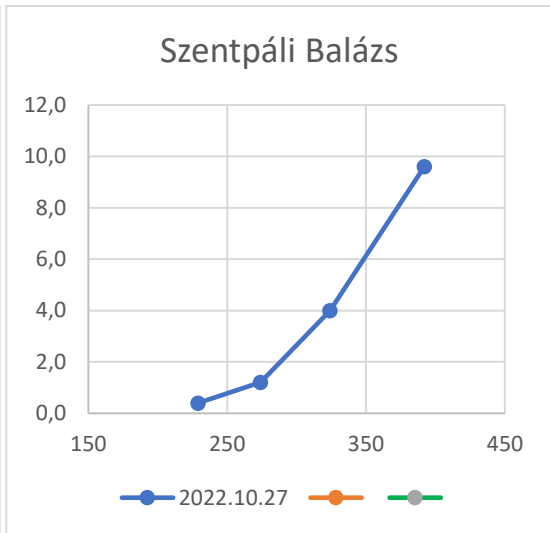
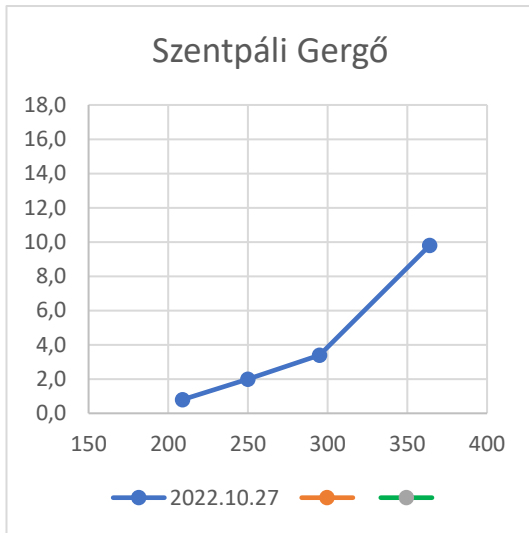
Ökölszabály szerint az edzőmunka hatására a görbének jobbra kell tolódnia, illetve alapozáshoz képest a versenyidőszakban a 4. lépcsőhöz magasabb pulzus is tartozik (illetve igazából alapozásban alacsonyabb). Ez önmagában egy szükséges feltétel, de nem elégséges a nemzetközi szinthez. Az eddigi eredmények fényében látszik, hogy férfiaknál el kell tudni érni a 450 Wattot, nőknél pedig a 300 Wattot, hogy egyáltalán elkezdhesük a magasabb színvonalú vízi felkészülést.

Ezek természetesen mindig csak egy aktuális állapotot tükröző mérés, és a leghatékonyabb a rendszeres időszaki mérések folyamata, melyből a trendek egyértelműen megmutatják, hogy az edzőmunka megfelelő irányba halad-e.

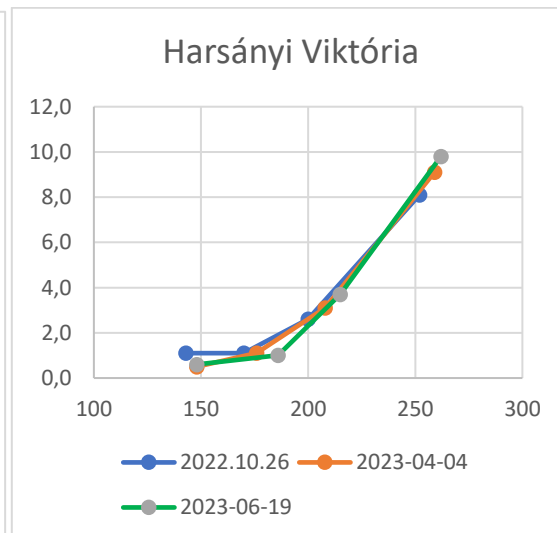
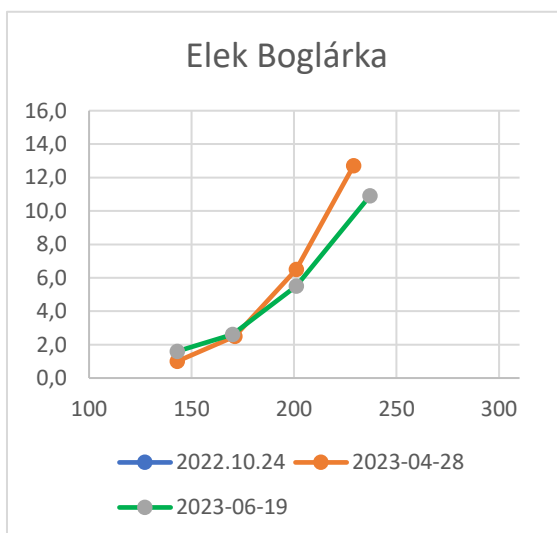
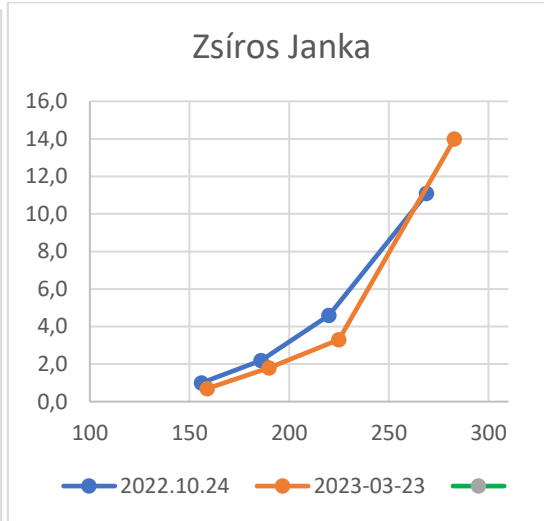
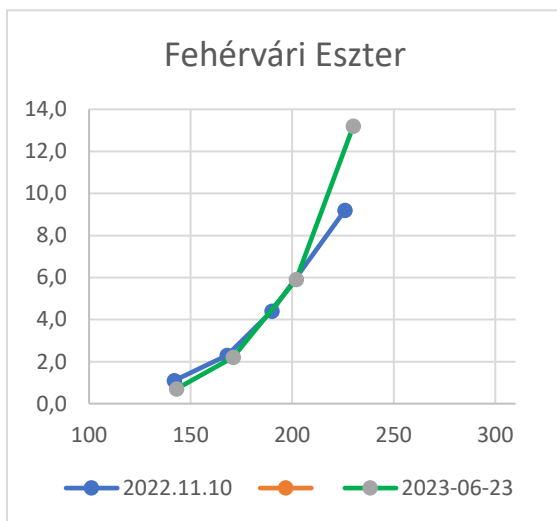
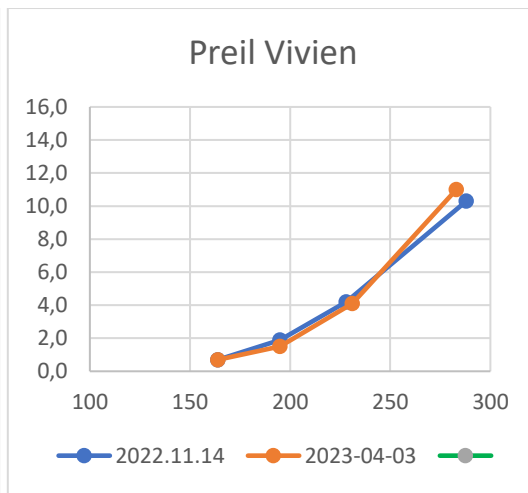
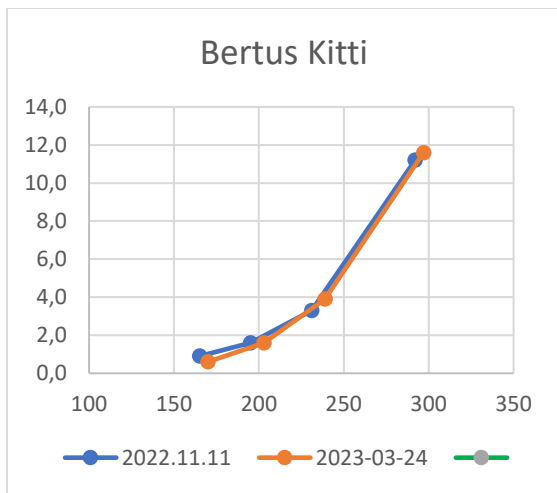
Férfiak:

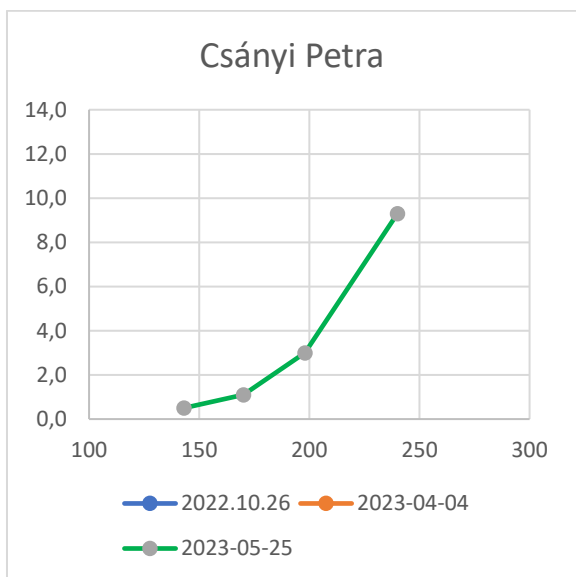
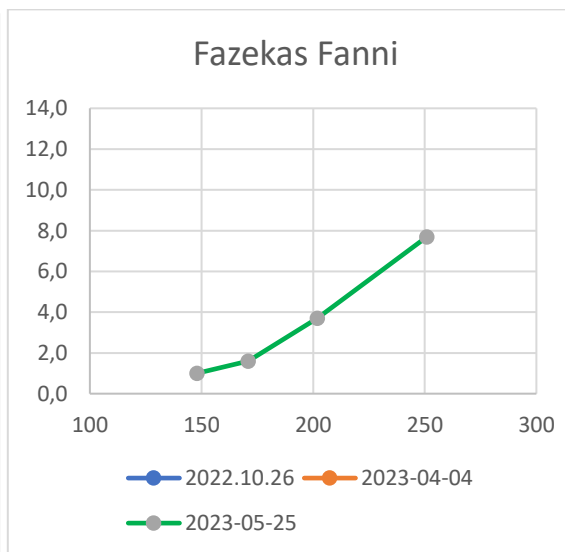
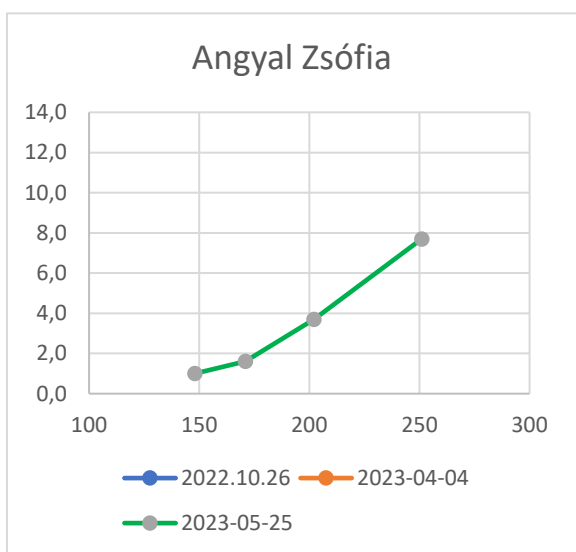
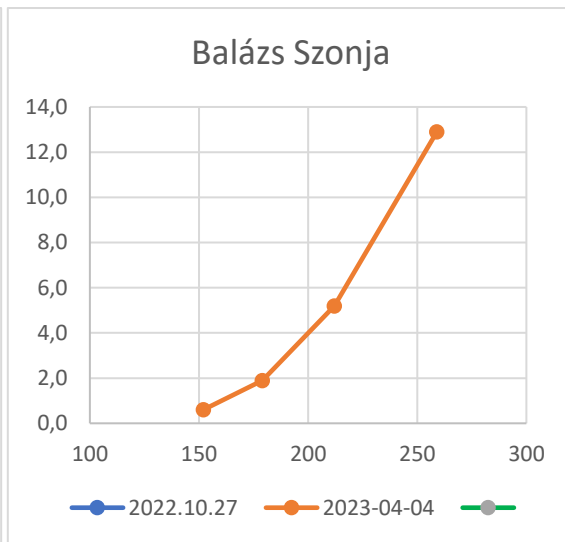
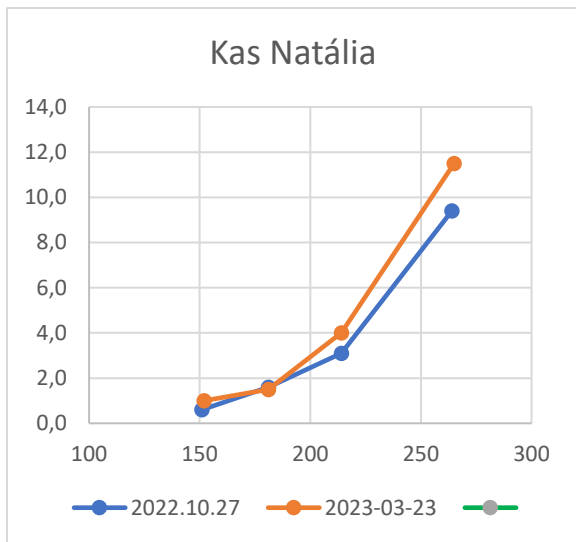






Nők:





4.2.1 Nyomon követés – edzésadatok – edzésnaplók

Ez a leghiányosabb része az alapvetően műhelymunkára épülő rendszerüknek. Az egyetlen eszköz az edzőkkel való kapcsolattartás, de a személyes tapasztalatom, hogy gyakran az edzők sincsenek teljesen tisztában versenyzőik elvégzett edzőmunkájával. A legtöbb versenyző nem vezet naplót, nem használ pulzusmérő eszközöket sem rendszeresen. Persze vannak jogos kritikák a különböző gyártók rendszereivel szemben, de a semminél minden jobb lenne, akár az egyszerű Strava alkalmazás is. Persze itt még csak a mennyiségi követésről lenne szó, minőségi adatelemzéshez el sem jutunk.

Pozitív kivételek vannak, akik Rendszeresen és hatékonyan töltenek edzésnaplót, hozzáférést biztosítva, például Pétervári-Molnár Bendegúz, vagy Strava feltöltés esetén Galambos Péter. Az eddigiek alapján egyértelmű összefüggés van a két említett példa hazai elsősége és az edzőtudatosságuk között.

Mivel a kiemelt versenyzőkön kívül csak kevesek edzésadatai vannak meg, csak valószínűsíthető, hogy a többiek elmaradnak tőlük konzisztenciában és elvégzett állóképességi munkamennyiségben, és még számukra is van felzárkózni való ezen a téren is a nemzetközi elit munkamennyiségéhez.

Amíg a heti 1000 perc edzőmunka elvégzése és követése megoldhatatlan feladat egy versenyzőnek, addig nem lesz képes a jelenlegi szintről előre lépni.

4.2.2 Edzői beszámolók

Részben összefügg az előző témával. Eddig elég kevés beszámoló érkezett be határidőre. Itt is Rapcsák Károlyt kell kiemelni, aki pontos edzés adatokat küldött, ráadásul nagyságrendileg egyezik is versenyzője feltöltéseivel. Érkezett olyan beszámoló, ami korrekt számokat tartalmaz és ahol rálátok a versenyző feltöltéseire is, de a két számsor köszönőviszonyt is alig mutat.

Ezen a téren kétszintű a feladat, ami a kollégák előtt áll. A válogatott ambícióval rendelkező fiatal versenyzőket meg kell tanítani, illetve rá kell nevelni az edzésnaplók használatára. A másik, hogy a felnőtt válogatottak edzőinek saját érdekükben el kell érni napi szintű használatot, pláne, hogy ma már nagyon sok eszköz nyújt elemzési segítséget, melyekhez a napló alapfunkció. El kell mozdulnunk arról a szintről, hogy magukat olimpiai szintűnek gondoló versenyzők nem tartják fontosnak ezt, és kényszerítő eszközként kell megjeleníteni a pulzusmérőket, hogy egy válogatott versenyző eddzen.

Ezek nélkül az edzői beszámolók is veszítenek relevanciájuk, pláne, ha néha még adatokat sem tartalmaznak, hiszen valódi elemzést nem lehet belőlük készíteni, így a felkészülési hiányosságokra sem derül fény.

Az eddig beérkezett anyagokból látszik, hogy az elvégzett edzőmunka éves átlagát tekintve a felnőtt versenyzőink átlagban elmaradnak az 1000 perc/héttől, valahol 900 és 1000 perc között van az átlag. Az U23-asaink pedig egy-egy eseti és időszaki kivétellel a 14-15 órás edzőhetet teljesítenek, azaz 840-900 perc között. Ez gyakorlatilag mindkét esetben pont az egyel lejjebbi korosztályos trendeknek felelnek meg külföldön.

5 A nemzetközi mezőny elemzése

5.1 Várható sportági átalakulások

Gyorsulnak a „felülről” jövő változások

- transzgender versenyzők témája
- gender equality
- Beach Sprint kampány...
- ergo, mint e-sport irányzat...

Ezzel együtt a ks szakág végső leépítése befejező szakasza – vége a 2-3 indulós számoknak.

Csak felnőtt/U23 ks 1x és 2x marad, mint nem olimpiai szám, amennyiben nem csökken azoknak is drasztikusan az indulószáma.

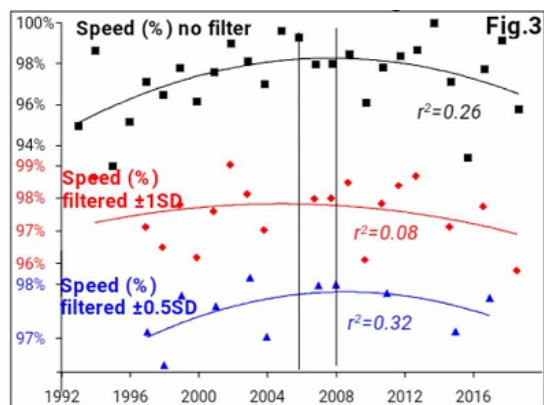
Tehát sajnós a könnyűsúly végnapjait látjuk, így a jövőbeli megtérülés nem tervezhető a szakágra fordított finanszírozást tekintve, így sajnós ez innentől nem is célszerű a szegedi olimpiai kvalifikációs verseny után.

5.2 Kvótaszerezés esélyei és korosztályos trendek

PARIS 2024 OLYMPIC GAMES MEN'S QUALIFIED BOATS							PARIS 2024 OLYMPIC GAMES WOMEN'S QUALIFIED BOATS							PARIS 2024 PARALYMPIC GAMES QUALIFIED BOATS				
M1x	M2-	M2x	M4-	M4x	M8+	LM2x	W1x	W2-	W2x	W4-	W4x	W8+	LW2x	PR1 M1x	PR1 W1x	PR2 Mix2x	PR3 Mix2x	PR3 Mix4+
GER	SUI	NED	GBR	NED	GBR	IRL	NED	NED	ROU	NED	GBR	ROU	GBR	UKR	NOR	GBR	AUS	GBR
NED	GBR	CRO	USA	HIA	NED	SUI	NZL	AUS	LTU	ROU	NED	USA	USA	HIA	HIA	CHN	USA	USA
NZL	IRL	IRL	NZL	POL	AUS	ITA	AUS	ROU	USA	GBR	CHN	AUS	ROU	GBR	UKR	POL	FRA	GER
GRF	ROU	ITA	NFD	GBR	ROU	CZE	BUL	IRL	IRL	USA	SUI	GBR	CAN	GBR	ISR	NFD	GBR	AUS
DEN	USA	ESP	AUS	SUI	GER	ESP	LIU	USA	FRA	CHN	ROU	CHN	CHN	ISR	GER	IRL	GER	FRA
CRO	HSA	CHN	HIA	GER	NOR		GER	ESP	AUS	AUT	GRE	HIA	NZL	AUS	CHN	UKR	CHN	CHN
AIN*	ESP	ROU	ROU	ROU	MEX		SRB	GBR	NOR	LIU	CHN	CZE	NFD	UZB	BIA			
JPN	AUS	GER																
LTU	NZL	NOR																
	HIA	HIA																
	CRO	NZL																

Két fő trend van a sportágban, ami elsőre nem egyértelmű, de a nemzetközi szakemberek elemzése alapján egyértelműnek tűnnek.

Az egyik, hogy a sportág élmezőnyének gyorsulása (olimpiai számokban) egy-két versenyszámot leszámítva megállt, sőt az átlagot tekintve valamelyest csökkent. A csökkenés egy részéért a női 4-es felelős, mert még elmarad a többi olimpiai számtól a biomechanikai modellezés alapján várható győztes idők százaléka, ez várhatóan a párizsi ciklus végére felzárkózik.



All three trends confirm the above findings: rowing speed achieved its peak in 2006-2008, and then results continuously decreased.

©2020 Dr. Valery Kleshnev www.biorow.com

Kleshnev, RBN, 2020/08

Ez viszont csak az élmezőnyre vonatkozik. A kvalifikáció határa körül viszont jelentősen sűrűsödött a mezőny, mivel több ország képes egy-egy kvalifikáció esélyes csapatot kiállítani, mint korábban. Ennek következménye, hogy a tokiói ciklushoz képest több, korábban a 2 kvótás szintet elérő evezős „középhatalmi” státuszú ország fog érkezni a szegedi európai kvalifikációs versenyre. (Belgium 0, Dánia 1, Lengyelország 1, Ukrajna 0) Ugyanakkor a fő számok nem változtak, csak az országok cserélődtek valamelyest.

Kettő vagy több kvóta: GBR, NED, GER, NZL, AUS, ROU, ITA, USA, IRL, CAN, CRO, NOR, ESP, SUI, FRA, CZE, GRE, CHN, LTU

Ez 19 ország, melyből 15 európai, tehát nem vehetnek rész a kontinentális kvalifikációs versenyen.

Egy kvóta: AUT (W1x), BUL (W1x), SRB (W1X), RSA (M2-), AIN (RUS M1x)*, MEX (LM2x)

*még nincs eldöntve, hogy megkapja-e, várhatóan novemberig megszületik a döntés. Ez azért fontos a következő versenyző a bolgár Vasiljev, így Bulgáriának meglehne a két kvóta.

Tehát eddig 25 ország szerzett kvalifikációt.

Összehasonlításként a 2019-es kvalifikációs VB után:

Kettő vagy több kvóta: USA, GBR, SUI, IRL, NZL, CAN, GER, DEN, NED, CZE, LTU, NOR, ROU, FRA, CHN, CRO, AUS, ITA, BLR, CHN

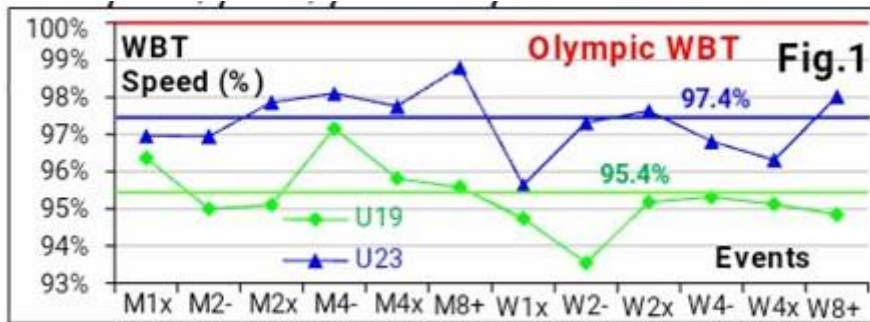
Ez 20 ország, melyből 15 európai, tehát nem vehetnek rész a kontinentális kvalifikációs versenyen.

Egy kvóta: ESP, BEL, SRB, RSA, GRE, AUT

Tehát ugyanúgy 25 ország szerzett kvalifikációt.

A második fontos trend is összetett, de egyértelműen nehezíteni fogja a dolgunkat a jövőre nézve.

Olimpiai számokat tekintve a felnőtt élmezőny már nem gyorsul, de az utánpótlás igen. Mind az U23, mind az ifjúsági élmezőny teljesítménye közelít a felnőttkéhez, ezen belül pedig az ifjúsági még közelebb került az U23-hoz. A sebesség tekintetében az U23-as a felnőtt 97,4%-a, az ifjúsági 95,4%.



Kleshnev, RBN, 2022/07

Tehát elmondható, hogy a korosztályos különbségek csökkennek, az ifjúsági korosztályhoz képest kisebb a sebesség ugrás, mint U23-ról felnőttre, ami egyrészt azt jelentheti, hogy korosztály váltáskor több az újbóli eredményességhez szükséges plusz munka és idő igény a felnőtt korosztályra fellépve, mint U23-ba ifiből.

Ezt a sebesség trendekből levont következtetést jelentősen árnyalja a World Rowing által a VB – n bemutatott elemzése, mely szerint a korosztályos világversenyeken az alsóbb korosztályok eredményessége kis relevanciával bír a felnőtt olimpiai eredmények tekintetében. Az ifjúsági korosztály élmezőnyét alkotó versenyzői állományt felnőttre felváltja egy másik réteg, akik a legtöbb esetben az U23-as korosztály versenyein lesznek eredményesek, vagy akár ott jelennek meg először a rendszerben.

Ez gyakorlatilag azt jelenti, hogy nemzetközi szinten is az akcelerált, azaz koraérő versenyzőkre építenek az edzők ifjúsági korosztályban, mivel objektíven még erősebbek, mint a késői érő társaik, ugyanakkor a pályáivük is általában rövidebb.

Erre azért látni ellenpéldát is, például a skandináv modellt, ahol 18 év utánra tervezik az élsport felkészülés kezdetét, addig a széleskörű alapképzés a fő hangsúly.

6 Értékelés

6.1 Projekt edzők

Koncepció

A projektedzői konstrukció lényege volt, hogy a műhelymunkában, országosan szétszórt kiemelt fontosságú válogatott csapatok, illetve programok folyamatos felügyelete és irányítása meglegyen, gyakorlatilag a szövetségi kapitány meghosszabbított kezeként. A felkészítés és edzésterv kapcsán teljes autonómiával és a hozzá tartozó felelősséggel. Ennek két oka volt. Az egyik, hogy egy nem központi rendszerben a felkészítő edző jobban fogja ismerni az adott versenyzőt, akivel dolgozik, így jobban rá tudja szabni az edzésmunkát.

Másrészt az elmúlt két évben már megkezdődött a kvalifikációs felkészülés, aminek hagyni kellett egy elsődleges kifutást és megpróbálni legalább az esélyesség jeleit halványan is hordozó csapatok számára stabilizálni a körülményeit, esetleg javítani rajta.

Ez sajnos más-más okokból, de nem váltotta be a hozzájuk fűzött reményeket.

FF 1x – Molnár Zoltán

Fia Bendegúz edzője. Jellemző, hogy évek óta külön úton készülnek, mégis idén a legtöbb nyitottság és együttműködés tőlük érkezett. Akár az edzésnapló hozzáférést, akár a rendszeres kétoldalú (!) kommunikációt lehet említeni. Az eredmény nem kielégítő, de egyedül vele tudtam a felkészülés szükséges változtatásiról érdemi egyeztetést kezdeni. Ugyanakkor a FF 1x felkészülése így nyílt versennyel folytatódik a válogatóig, így ez a funkció jelenleg értelmét veszti.

FF 2x – Simon Tamás

Eleinte bizakodó voltam vele kapcsolatban, a kommunikáció is heti rendszerességű volt köztünk, de ezt sajnos a klubvezetésének más irányú kommunikációja vele szembeni elvárásai és céljai jelentősen megnehezítették. A verseny szezonban véleményem szerint elveszítette a kontrollt a versenyzői munkája felett, bár a meglátásom szerint ez legkevesbé rajta múlt. A FF 2x projekt a két érintett versenyző szkiif irányú elköteleződése miatt megszűnt, így nyáron a projekt edzői státuszt is ezzel együtt megszüntettük.

FF 2- - Molnár Dezső

Rá is jellemző, hogy saját kidolgozott felkészítési rendszere van sokéve. Kivételes, hogy felnőtt is ifjúsági projekteket is egyszerre vitt, ráadásul a projekt egységnek nem minősült Egyetemi Férfi ks kétpárevezőst, egyben a FF ks 2- -t is ő készítette. Valószínűleg ez nincs összefüggésen, de nála is a csapata fölött kontroll elvesztésének jelei látszódnak. Erről beszéltünk is, egyelőre kérdéses, hogy a versenyzői mit és hogyan vállalnak a továbbiakban.

Könnyűsúly – Ficsor László

Itt év elején nem volt még specifikusan csak egy csapat, mert a ks 2x mellett terv volt egy esetleges ks 4x is, de az EB alacsony nevezési számai ezt keresztbe húzták. Ez a kiemelt funkció az U23 ks 2x miatt nem lett volna indokolt, mivel a többi olimpiai projekt egységgel ellentétben a ks programban senkinek nem volt meg az elit ergométer minimum. Viszont a hazai EB vélt csapatépítési lehetőségei több hozadékkal kecsegtettek, mint ami jelenleg várható a nem olimpiai számoktól, ha egyáltalán az idei év

tapasztalatait nézve meg lesznek-e rendezve. A ks 2x-ek rivális felkészülése hozhat jelenleg fejlődést és halvány reményt, így ez a funkció a 2024-es felkészülést tekintve nem indokolt, minden csapat a saját kijelölt edzőjével készül. A szakág pedig vélhetőleg megszűnik, így távlatilag sem érdemes vele tervezni.

Hiányos funkciók

Külföldön egyre szembetűnő, hogy a kis csapatok körül is egyre nagyobb stáb dolgozik, és nem csak edzők és egészségügyi szakemberek, hanem technikai személyzet is, hogy a logisztikai és egyéb szervezési, eszköz stb. háttér is mindig a lehető legzökkenőmentesebben rendelkezésre álljon. Ezen a területen iv van felzárkózni valónk, és a felkészülési program bizonyos pontjain a projekt edzők egész éves ösztöndíjának egy részét kiváltandóan alkalmi díjért előre kijelölt és megfelelő háttérrel (PI: E kategóriás jogosítvány, kiséphajvezetői engedély ..) rendelkező technikai munkatársakat célszerű alkalmaznunk.

6.2 Szakmai munka

6.2.1 Magyar versenyzők hosszútávú felkészítése

Jelenleg nincs egy elfogadott, korszerű anyag, ami mintául szolgálna az edzőknek, hogy klubszinten hogyan kell a különböző korosztályokat felkészíteni, ahhoz, hogy a válogatott pályafutásuk ne a korábbi rossz gyakorlat miatt szakadjon meg, például egy sérülés miatt, ami megelőzhető lett volna. Jelenleg a korai túlversenyztetés erős veszély a rendszerben, és szakemberek fókuszja a versenyzőik mielőbbi felfuttatása serdülő és ifjúsági korosztályban, sőt sokszor már tanulók között is ahelyett, hogy széles edzettségi alapok kialakítására és sokoldalú képzésre törekednének, mely későbbi felfutással járna, de esetleg hosszabb pályafutással is.

6.2.2 Válogatott

Az idei felnőtt keret korfáját átnézve szembetűnőek azok a hiányosságok, amik az eredmények kiegyensúlyozatlanságának főbb okai:

- Gyakorlatilag ugyanaz a felnőtt keretünk gerince 2016 óta
- A VB résztvevők átlagos életkora 31,6 év – kvalifikációs számokban 33 év
- A mostani 26-28 éves korosztály nem érte el a VB kiküldetés szintjét
- A női válogatott versenyzők száma 23 év fölött télen 3 fő volt, a szezon végére ez 1 fő lett
- A felnőtt keretbe olimpiai számban U23-ból 3 éve nem jött fel versenyző
- Az elmúlt 5 évben megfelelő alkati paraméterekkel és korosztályos VB eredményességgel rendelkező versenyzők száma 20 fő felett volt férfi vonalon, melyből már csak 3 evezett idén – sajnos eddig az ifi VB döntős helyezés a legjobb prediktor volt arra, hogy egy versenyző nem fog evezni az U23-as korosztály végére.
- A sportági profilnak jelenleg megfelelő minimum alkati paraméterekkel rendelkező versenyzők száma korosztályonként kevés

6.2.3 Menedzselés hiánya és fogalma

Az ideai tapasztalat az, hogy a menedzselés fogalmát mindenki használja és sürgeti, sokszor mást és mást értünk ezalatt. A menedzselés hiánya az alábbi jelenségen mutatkozik meg leginkább:

Több szezonos csapatok hiánya – elvárásrendszer kettőssége

Az utóbbi évek jellemzője volt, hogy folyamatosan cserélődtek a csapatösszeállítások szezonon belül. Ez a működési mód a nagy számú versenyzői állománnyal rendelkező országok jellemzője. A kisebb országokra sokkal inkább jellemző, hogy egy csapatot több szezonon keresztül menedzselnek és fejlesztenek, ami így folyamatosan tud készülni távlati céllal. Ez a fajta menedzselési szemlélet hiányzik legtöbbször az értékelésnél is, főleg utánpótlás korosztályban. Ha a csapat első korosztályos VB-je, EB-je alatt nem kerül „A” döntőbe, akkor levesszük róla a keretszövet, pedig az épített csapatok hosszú távon tudnak nyereséget hozni.

Ezen közösen kell tudnunk változtatni, és sokkal inkább a folyamatos fejlődési trendek szerint kell megközelíteni egy csapat vagy versenyző értékelését, főleg ifi, vagy U23-as korosztályban.

7 Konklúzió

Az idei év tapasztalatai nyomán elkezdődött a Szakmai Team működésének elemzése, és várhatóan az Elnökség elé kerül egy módosítási javaslat, melynek szellemében újra írásra kerül a működési folyamatok egy része, ezzel együtt a felkészülési tervek felülvizsgálata eredménytől függetlenül is meg kellene, hogy történjen.

7.1 Megoldandó feladatok és problémák a 2024-es felkészülési programban

Edzői struktúra – projekt edzői rendszer

Jelenleg az olimpiai felkészülés esetén a projekt edzői kijelöléseknek nem lesz értelme, mivel az új felkészülési szakasz egyénileg, illetve a kétpárevezősök esetében kiscsoportosan zajlik majd.

A kiemelt olimpiai projekt edzői státuszok megszűnése nem jelenti azt, hogy nincs szükség a válogatott munkáját segítő projekt edzőkre, csak a hangsúlyt a távlati programok, hazai EB, illetve az egyetemi program kiemelt szakmai projektjeihez fogunk kollégákat keresni.

Kijelölés a felkészülés határpontjainál várható (Hosszútávú, Válogató).

7.1.1 Versenyzői edzőmunka

Szövetségi kapitányi oldalról tanulságos volt az idei évnek ez a konklúziója. Egyik oldalról előttünk áll egy pedagógiai feladat, másrészt a jövőben minden MESZ támogatás mellé, bele értve a szövetségi hajók használatát, pulzusmérő és edzésnapló használati kötelezettség is tartozni fog.

Györe doktorral már elkezdtek vizsgálni a platformokat, hogy melyiket tudnánk költséghatékonyan alkalmazni monitoringra. Csak adatok birtokában lehet jól tervezni.

Ehhez azért idén próbáltunk már mankót adni, a teljesítménydiagnosztikai mérések utáni egyéni edzésjavaslatokkal, de mind az edzők, mind a versenyzők részéről tapasztaltam érdektelenséget, akár ellenállást is.

A továbbiakban a nemzetközi főversenyen (Olimpia, VB, EB, Egyetemi VB) induló és a korosztályos tehetséggondozó programba tartozó válogatott versenyzők számára évi 3 mérés kötelező.

7.1.2 Sporttudományi háttér

Sajnos több olyan program elem sem váltotta be a hozzá fűzött reményeket, ami a versenyzők felkészülési színvonalát lett volna hivatott emelni.

Ezek:

- erőnléti edző bevonása – Movement lab
- Synlab labor és sport dietetikai program

Az erőnléti edző bevonása alapvetően szükséges, főleg a hosszútávú tehetséggondozás és prevenció oldaláról. Ugyanakkor a csoportos órák nem kifizetődőek, ráadásul az edzők nem igazán veszik figyelembe a tervezésnél az ottani plusz terhelést, valamint a vidékiek esetén nem lehet megoldani a felutazást. Ha ki akarjuk terjeszteni a programot több korosztályra, akkor egyáltalán nem lenne finanszírozható egy szint fölötti létszám.

A terv az, hogy az edzőtovábbképzési rendszerbe építjük be a Movement labos együttműködést, melyet el is kezdtünk. Így a korszerű ismeretek az erőedzés és a prevenció kondicionálás témakörében minden edzőhöz, így minden szintre el tud jutni költséghatékonyan.

A Synlab programot szinte biztosra vettem, hogy sikeres elem lesz, de tévedtem. Már a kezdeteknél érződött, hogy nincs meg a teljes együttműködés és motiváció minden versenyző részéről, és ezt a Synlab munkatársai jelezték is, akkor átmenetileg javult a helyzet, a kommunikációt tekintve mindenképpen. De a visszamérések és konzultációk utáni projekt beszámolók eredményei után rendre kiderült, hogy a versenyzők különböző indokokra hivatkozva nem tartják az étrendeket és nem alkalmazzák a felírt kiegészítőket.

Egyedül Pétervári-Molnár Bendegúz tanúsított végig kellő együttműködést. Rajta kívül Bertus Kitti kapott erre megfelelő osztályozást a szakemberektől, de ő a gyenge EB szereplést követően május után kikerült a válogatott programból.

7.1.3 Korosztályos szakmai tervek – egyetemi program

A könnyűsúly megszűnése és a korábbi mezőnyelemzésről szóló fejezet alapján egyértelműen szükséges lesz az alkati kiválasztási és tehetséggondozó program megerősítése.

A ks versenyzők eltűnésével a sportági profil nemzetközi átlagos alkati kiválasztási mutatói emelkedni fognak.

Innentől nem érdemes korosztályos U23-as könnyűsúlyú egységbe fektetni nagy összeget, még ha pontszerző helyen is várható egy U23-as Vb-n, hiszen nem lesz kifutása.

7.1.4 Finanszírozás

A válogatottak felkészülési támogatási szintjeinek újragondolása szükséges.

Az alapszinthez a MESZ eszközök használata tartozhat, illetve a kerettagsággal járó OSEI által biztosított egészségügyi szolgáltatások (ideértve a rehabilitációt, pszichológust és dietetikai szolgáltatást) továbbá a MESZ prevenció és teljesítménydiagnosztikai és monitoring programjához tartozó szolgáltatások igénybevétele.

A finanszírozási rendszerhez tartozik a motivációs rendszer, aminek egyike eleme a Gerevich Aladár ösztöndíj, aminek keretösszegét a Sportért felelős államtitkárság határozza meg és biztosítja.

A másik motivációs eszközünk az eredményességi juttatás, melynek mértékét a MESZ elnöksége határozza meg.

A végleges felkészülési és költségterv elfogadására később kerül sor, ezért csak főbb vonalakat érdemes megemlíteni.

Ez innentől kezdve csak eredmény után fog járni, kizárólag olimpiai számban (Olimpia, VB, EB, Egyetemi VB), korosztályonként sávosan emelkedve.

Az összeg egyszeri eredményességi juttatás lesz versenyző és edző részére külön.

A táplálékkiegészítők rendszere sem a termékek kiadásával, sem a pénzösszeg dietetikusi felügyelet melletti biztosításával sem volt megoldott. Mindig volt, aki eladta a terméket, vagy pénzösszeget nem arra fordította, amire kellett, ami pedig kiderült a labor jegyzőkönyvekből. Így ez a támogatási forma egyelőre kikerül a palettáról.