

A magyar szabadfogású és női birkózó válogatott kialakítása és felkészítési programjának tervezete a 2018. évi októberi budapesti világbajnokságra

készítette: az MBSZ 2017. december 8-i elnökségi ülésére
Gulyás István szabadfogású férfi és női szövetségi kapitány

Helyzetelemzés

Ahhoz, hogy reális képet kaphassunk a hazai szabadfogásról az elmúlt 40 év eredményeit értékelném.

Világbajnoki érmeseink 1977-től 1996-ig:

- 1977 / Kovács István (bronz) és Balla József (ezüst)
- 1979 / Kovács István (arany)
- 1982 / Orbán József (bronz)
- 1985 / Balla József (ezüst)
- 1986 / Bíró László (ezüst)
- 1989 / Tóth Gábor (bronz)

Világbajnoki érmeseink 1996-tól 2017-ig:

- 2005 / Ritter Árpád (ezüst) és Aubéli Ottó (bronz)
- 2010 / Hatos Gábor (bronz)
- 2013 / Veréb István (bronz)

Olimpiai érmeseink 1980-tól 1996-ig:

- 1980 / Kovács István (bronz) és Balla József (ezüst)
- 1984 / Balla József (bronz)

Olimpiai érmeseink 1997-től 2016-ig:

- 2012 / Hatos Gábor (bronz)

Mint a táblázatból látszik (1. sz. melléklet) az elmúlt 40 év világbajnokságain ezeket az eredményeket értük el. Tény, hogy 1996-tól a szabadfogású birkózásban új időszámítás kezdődött, amelyben az európai országok vezető szerepe megingott. Oroszországon kívül nagyon kevés nemzet tudott érmet nyerni a Világbajnokságokon és az Olimpiákon és rengeteg ország köztük az utódállamok is honosítások révén szerzik érmeiket a Világbajnokságokon. A következő két táblázatban (2. és 3. sz. melléklet) az elmúlt 20 év Olimpiai és Világbajnoki érmeseit sorolom fel a csatolmányban.

A táblázatból látszik, hogy egyre kevesebb ország tud érmet nyerni a világbajnokságokon, nagy részt honosított sportolókkal teszik, egy-két példát felsorolnék:

- Lengyelország és Németország 1999-ben nyert utoljára érmet világbajnokságokon. 2017-ben a lengyel színekben induló dagesztáni versenyző nyert érmet.
- A szlovákok olimpiai és világbajnoki érmeit honosított sportolók szerezték Mussulbess és Makoev személyében
- Magyarország még mindig ott van azon kevés nemzetek között, akik saját nevelésű sportolókkal tudtak érmeiket nyerni ahhoz, hogy reális célkitűzéseket fogalmazzunk meg, mindenképpen figyelembe kell vennünk az elmúlt évek tapasztalatait. A 2017 évi Világbajnokság eredménylistájából is látszik, hogy 16 ország szerzett érmet, ezek között a már említett honosítás révén Alborov Aslambek (AZE), Magomedmurad Gadzhiev (POL), Makoev Boris (SVK), Shabanov Ali (BLR), Ketoev Georgi és Leven Berianidze (ARM), Frank Chamizo (ITA) álltak a dobogón.

Szakmai program

A világbajnoki felkészülés meghatározásában a legfontosabb rendező elv az kell, hogy legyen, ha világszintű teljesítményt várunk a versenyzőktől, a felkészülés lehetőségeit is a világszínvonalhoz kell közelíteni! Ezért az „A” keret számára egy kiemelt programot állítottunk össze a szakág vezetőikkel, amit szintén a csatolmányban küldök.

Az „A” keret tagjai szabadfogásban:

- Molnár József (61 kg)
- Lukács Norbert (70 kg)
- Gulyás Zsombor (74 kg)
- Veréb István (86 kg)
- Ligeti Dániel (125 kg)

A nőknél:

- Dénes Mercédesz (53 kg)
- Galambos Ramóna (55 kg)
- Barka Emese (57 kg)
- Sleisz Gabriella (62 kg)
- Németh Zsanett (76 kg)

csatlakozhat az „A” kerethez még, sikeres honosítás révén:

Pavel Olejnyik (97 kg) és
Stalvira Orshush (53 kg)

Illetve szülés után Sastin Marianna.

Az „A” keretet egyenlőre azok a versenyzők alkotják, akik az elmúlt években vállalták a központi felkészülést és a nemzetközi versenyeken valamint a világvversenyeken sikerrel szerepeltek.

Célkitűzés

Jelen állás szerint a felsorolt versenyzőket tervezem az EB-n indítani. Az EB-n mindkét fogásnemben egy érem és egy pontszerző hely megszerzése.

A világbajnokságon teljes csapattal szeretnék indulni mindkét fogásnemben. A célkitűzés a Világbajnokságon szabadfogásban két pontszerző hely, nőiben egy érem és egy pontszerző hely.

A fennmaradó súlycsoportokban a tavasszal megrendezésre kerülő két válogató verseny után jelölöm ki a versenyzőket. Az Európa Bajnokság és a Magyar Bajnokság lebonyolítása után válik véglegessé a Világbajnoki csapat.

Felkészülésért felelős edzők, szakemberek

A szakmai munkáért Michail Haracsura és Nagy Lajos felelnek.

Javaslatok

Véleményem szerint a hazai Világ bajnokság vonzó ereje miatt nagyon sok versenyző fog kedvet kapni a válogatott mez megszerzésére. Sajnos az elmúlt években a meghívásokat a központi edzőtáborokba rendre munkahelyi és iskolai elfoglaltságokra hivatkozva mondták le a versenyzők, ezért a felkészülést a Magyar Bajnokságig két részre bontanám. Az „A” keret tagjai a javasolt felkészülési terv alapján készülnek. Azon versenyzők számára, akik aspirálnak a világbajnoki csapatba kerülésre folytatódnak a Körcsarnokban a mindennapos edzések, ami a Budapestiek számára kötelező. A vidékeik számára pedig amikor az „A” keret itthon táborozik szintén kötelező a részvétel! Szeretném ha az „A” keret tagjai és a később kialakítandó „B” keret tagjai is végre kiemelt juttatásokban is részesülnének, ezért javaslom egy ösztöndíj rendszer és egy extra prémium rendszer bevezetését a hazai világbajnokságra való tekintettel!

„A” keret tagok:

- Olimpiai érmes vagy világbajnok / havi 250 ezer forint
- Olimpiai helyezett vagy világbajnoki érmes / 200 ezer forint
- Világbajnoki helyezett vagy EB érmes / 150 ezer forint
- EB pontszerző / 100 ezer forint
- az eddig eredményt el nem ért versenyzők, illetve a későbbi világbajnoki csapattagok / 50 ezer forint

A világbajnoki prémium rendszert az Olimpia jutalmazás mintájára javaslom, tehát az első 8 helyezett számára kérnék prémiumot! Azt javasolnám, hogy a Magyar Birkózó Szövetség az állami prémium dupláját ajánlja fel a versenyzőknek. A pontszerzők részére pedig a következő javaslatot tenném:

- 5. helyezett / 1 millió forint
- 7. helyezett / 800 ezer forint
- 8. helyezett / 600 ezer forint

Javaslom továbbá az „A” keret tagok táplálék kiegészítési igényeit kiemelt támogatásban részesíteni (ennek beszerzése úgy tudom már folyamatban van Dr. Bakanek György és Kőrösi Éva által.) Kőrösi Éva dietetikustól kértem egy tanulmányt a reggeli mérlegelés miatti változás táplálék kiegészítés pótlására a versenyeken. Dr. Bakanek Györggyel javaslom történjen egy mielőbbi megbeszélés a prevenció/rehabilitáció részről. Kerüljön meghatározásra az „A” kerettagok kitől és milyen segítséget kaphatnak ezen a téren, pl. gyógytorna, kryoterápia, pszichológus.

A válogatott versenyzőknek semmilyen biztosításuk nincs, javasolnám az „A” keret tagok részére egy kiemelt biztosítás megkötését, hiszen az elmúlt évek tapasztalatai mutatják, a versenyzők a fokozott terhelés hatására megsérülnek. Mint már javasoltam a kiemelt prevenció/regeneráció bevezetését azonban történtek súlyos operációk az elmúlt időszakokban Veréb István, Ligeti Dániel, Gulyás Zsombor, Barka Emese, Sastin Mariann, Dénes Mercédész esetében. Úgy gondolom ezek a versenyzők az egészségüket teszik kockára az eredményes versenyzés érdekében, így javaslom a már több sportágban bevezetett magas szintű biztosítás megoldását!

Időszerű lenne a válogatott szerelés kérdését is rendezni, ezért a következő javaslatot teszem:

„A” keret:

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| - gála melegítő | kihordási idő 4 év |
| - gála póló | 2 év |
| - gurulós utazó táska | 4 év |
| - hátizsák | 4 év |

- anorák	2 év
- két pamut melegítő	2 év
- 2 pamut és 2 techfit kompressziós edzős póló	2 év
- 2 hosszú és 2 rövid techfit kompressziós edző nadrág	2 év
- papucs	2 év
- edzőcipő	1 év
- birkózó cipő	1 év
- birkózó mez	1 év
- 2 törölköző az egyik verseny méretű	1 év

A válogatott edzők is hasonló szerelést kapnának mint az A kerettagok, a B keret, akik csak a Világbajnokságon vesznek részt, egy ésszerű szerelést kapnának.

Úgy gondolom, amennyiben sikerül elvégeznünk a tervezett felkészülést, valamint javaslataim is megvalósulnak, újra rangja lesz a válogatottságnak és egy sikeres világbajnokság után kellő önbizalommal vághatunk neki az olimpiai felkészülésnek.

Felkészülési program

	megnevezés	helyszín	időpont	létszám
1	edzőtábor	BP	január 3-5.	
2	edzőtábor	ESP	január 8-19.	5+2 fő
3	edzőtábor	BP	január 22-26.	
		válogató	27.jan	
4	edzőtábor	JPN ? Vagy külföld	január 29-feb 9.	
5		klub	február 12-16.	
6	edzőtábor	BP	február 19-21.	
7	verseny	Kijev (UKR)	február 21-26.	
8		Tata/Mátraháza	március 5-9.	
9		BP	március 12-16.	
10		válogató	17.márc	
11		BP	március 19-23.	
12	tábor+verseny	USA	március 28-ápr.12.	
13	edzőtábor	Vladikavkaz (RUS)	április 18-Ebig	
14	verseny	EB - Kaspiisk (RUS)	április 30-máj 6.	
15		OB	19.máj	
16	edzőtábor	SVK - Csorba-tó	május 28-jún 6.	
17	edzőtábor	GEO v Vladikavkaz	június 11 - 23.	
18	verseny	GEO	június 24 -30.	
19		klub	július 2 -8.	
20		BP	július 9 -13.	
21	verseny	Madrid (ESP)	július 13-15.	
22	edzőtábor	Madrid (ESP)	július 16-20.	
23		BP	július 23-27.	
24	verseny	TUR	július 27-30.	
25	edzőtábor	Vladikavkaz (RUS)	július 30 - aug. 10.	
26		klub	augusztus 13-17.	
27		BP	augusztus 20-24.	
28	edzőtábor	POL	aug. 27 - szept. 7.	
29	verseny	POL	szeptember 7-9.	
30		klub	szeptember 11-14.	
31		Tata	szeptember 17-21.	
32	tábor+verseny	ROM	szeptember 21-okt 5.	
33	edzőtábor	Tata/Mháza	október 8 - 20.	
34	verseny	VB BP	okt 20-28.	
35	verseny	Moszkva (RUS)	november 7-10.	
36	verseny	Khasavjurt (RUS)	november 29-dec 3.	

szakág:	Felnőtt női 2018			
szakágvezető:	Nagy Lajos			
	megnevezés	helyszín	időpont	létszám
1	edzőtábor	BP	január 3-5.	
2	edzőtábor	ESP	január 8-19.	4+2 fő
3	edzőtábor	BP	január 22-25.	
4	verseny	válogató	27.jan	
5	edzőtábor	JPN	január 29-febr.09.	
6	verseny	AUT Wolfurt	február 2-3.	
7	edzőtábor	BP	február 12-15.	
8	verseny	Kilppan (SWE)	február 16-19.	
9		BP	február 20-23.	
10	edzőtábor+verseny	UKR	február 21-márc.9.	
11	edzőtábor	klub	március 12-16.	
12		válogató	17.márc	
13	edzőtábor	Mátraháza	március 19-23.	
14	edzőtábor	BP	március 26 -28.	
15	verseny+tábor	USA	március 28 - ápr.12.	
16	edzőtábor	Tata/Mátraháza	április 16 - utazásig	
17	verseny	EB - Kaspiisk (RUS)	április 30-máj 6.	
18		OB	19.máj	
19	edzőtábor	SVK - Csorba tó	május 28-júni 8.	
20	edzőtábor	BP	június 11-15.	
21	verseny	U23 EB - Istanbul (TUR)	június 5-10.	
22	tábor+verseny	CHN	június 20-júli 6.	
23	edzőtábor	BP	július 9-12.	
24	verseny+tábor	Madrid (ESP)	július 13-20.	
25	verseny	TUR	július 27-30.	
26	verseny	BP	július 30-aug 3.	
27	edzőtábor	JPN	augusztus 6 - 24.	
28	edzőtábor	BP	augusztus 27-31.	
29	verseny	BP	szeptember 3-6.	
30	verseny	POL	szeptember 7-9.	
31	edzőtábor	POL	szeptember 10-19.	
32	verseny+tábor	Buakrest	szeptember 21-okt.3.	
33	edzőtábor	BP	szeptember 24-28.	
34	edzőtábor	Tata/Mátraháza	október 8 - VBig	
35	verseny	VB BP	október 20-28.	

2017. november 29.

Gulyás István szöv. kap.

Világ bajnokságok éremtáblázata 1997-2015-ig:

	Arany	Ezüst	Bronz
RUS	45	11	19
IRI	12	21	19
USA	8	6	14
TUR	6	6	8
AZE	5	9	9
UZB	5	6	10
BUL	5	6	4
CUB	4	13	15
UKR	4	6	18
GEO	4	5	14
ARM	4	-	2
BLR	2	1	8
PRK	2	1	1
CAN	2	-	2
KOR	1	4	2
IND	1	1	3
ITA	1	-	-
MGL	-	5	5
JPN	-	2	5
GER	-	2	1
HUN	-	1	3
MDA	-	1	1
POL	-	1	1
PUR	-	1	-
TJK	-	1	-
MKD	-	1	-
KAZ	-	-	7
KGZ	-	-	2
GRE	-	-	2
ALB	-	-	1

30 ország versenyzői szereztek érmeget a Világ bajnokságokon, köztük Magyarország is.

Az Olimpiák tekintetében 2000-2016-ig is hasonlóan nagy orosz fölényt konstatálhatunk a következő táblázatot elemezve:

	Arany	Ezüst	Bronz
RUS	13	4	6
USA	6	3	3
AZE	3	2	5
IRI	2	4	6
GEO	2	3	5
UZB	2	2	2
TUR	2	1	3
JPN	1	3	3
UKR	1	3	1
CUB	1	1	4
CAN	1	-	-
KOR	-	2	1
KAZ	-	2	2
IND	-	1	2
BUL	-	1	2
BLR	-	1	1
TJK	-	1	-
PUR	-	1	-
ROU	-	-	2
HUN	-	-	1
GRE	-	-	1
MKD	-	-	1
KGZ	-	-	1
SVK	-	-	1
PRK	-	-	1
ITA	-	-	1

26 ország sportolói nyertek érmet az Olimpiákon.

World Championship
Freestyle Seniors
2017-08-25 Paris (FRA)

		RANK OVERVIEW		HOME	
Weight	Gold	Silver	Bronze		
57.0 kg	Takahashi, Yuki	 Gilman, Thomas	 Erdenebat, Bekhbayar	 Yatsenko, Andrey	
61.0 kg	Aliev, Haji	 Rashidov, Gadshimurad	 Bonne Rodriguez, Yowlys	 Khinchegashvili, Vladimir	
65.0 kg	Iakobishvili, Zurabi	 Gadzhiev, Magomedmurad	 Valdes Tobier, Alejandro	 Gogaev, Alan	
70.0 kg	Chamizo Marquez, Frank	 Green, James	 Fujinami, Yuhi	 Tanatarov, Akzhurek	
74.0 kg	Burroughs, Jordan Ernest	 Tsabolov, Khetik	 Shabanov, Ali	 Demirtas, Soener	
86.0 kg	Yazdani Charati, Hassan	 Makoev, Boris	 Valiev, Vladislav	 Cox, J'den	
97.0 kg	Snyder, Kyle	 Sadulaev, Abdurashid	 Ketoev, Georgi	 Alborov, Aslanbek	
125.0 kg	Petriashvili, Geno	 Akguel, Taha	 Berianidze, Levan	 Gwiazdowski, Nick	