



A Magyar Birkózó Szövetség Beszámolója
a 2017. 05. 19 -21.- között Belgrádban (Szerbia) megrendezésre került Serdülő
Európa-bajnokság birkózó versenyeiről

Készítette: Tóth Gábor
Péteri András
Módos Péter
Komáromi Tibor

BIRKÓZÁS

Szabadfogás:

A versenyre két napos összetartó edzőtáborozás után érkezünk meg, 18 versenyzővel, és két edzővel. A vártnál nagyobb mezőny jött össze köszönhetően a volt szovjet régióból érkező országoknak, akik súlycsoportonként szintén két-két versenyzővel érkeztek. Az előzetes hírekkel ellentétben ezek az országok is a legjobb korosztályos versenyzőket hozták el, tehát komolyan vették az Európa-bajnokságot. Minden csapatnál 6-8 fős edzői stáb segítette a versenyzőket. Ezen országokkal szinte csak a török versenyzők tudták felvenni a küzdelmet. Oroszország csapata kimagaslott a mezőnyből, tízből nyolc súlycsoportban szereztek aranyérmeket, öt súlycsoportban pedig „házi döntőt” tartottak. Rajtuk kívül Azerbajdzsánba és Törökországba került aranyérem. Az érmesek ezen országok versenyzői közül kerültek ki, kivéve egy olasz versenyzőt, aki döntőt birkózott.

A magyar versenyzők hat győzelmet arattak, a többi mérkőzésüket elveszítették. Értékes győzelmet is szereztünk Tímár Máté (76 kg) révén, aki grúz versenyzőt fektetett két vállra. Kiemelném még Gyurasits Mátét (35 kg) aki még diák korcsoportos versenyző. Először egy macedón versenyzőt győzött le, majd az azeri versenyzővel szemben végig vezetve, az utolsó másodpercekben szenvedett vereséget. Az egész magyar csapatból Nemes Bálint (66 kg) volt az, aki fizikálisan hasonló szinten van, mint az előbbieken említett országok versenyzői. Kielezett csatában 6-4 arányban veszített a török ellenfelével szemben. Kiemelném még Porteleki Dávidot (47 kg) aki, ügyes, tehetséges versenyző és lett birkózót győzött le technikai tussal, de sajnos fizikálisan ő is elmarad az élmezőnytől. Ez egyébként jellemző volt az egész magyar csapatra. Ebben a korosztályban csúcsosodik ki legjobban a fizikális erő különbség. A fent említett országok biológiai életkorukat tekintve, jóval a mieink előtt járnak. Lehetséges, hogy volt köztük túlkoros induló is, ami évtizedes probléma, és nehéz vele mit kezdeni...

De nem hivatkozhatunk mindig erre, mivel fizikális erejük mellett, megfelelő technikai tudással is rendelkeztek. Megfigyelésem szerint az élmezőnyhöz tartozók, folyamatos birkózásra törekednek, az állásból végrehajtott akciók után, lenti helyzetből rögtön karbehúzásra váltanak, amiből pörgetést kezdeményeznek. A lenti birkózásban még szabadfogásban is 90%-ban a pörgetések dominálnak. A rosszul sikerült lábra támadások után, azonnal visszaállnak alaphelyzetbe. Ezt a mi versenyzőinknél nagy hibának tartom, akik a sikertelen támadás után lent maradnak kiszolgáltatott helyzetben. Az említett országok edzőivel folytatott beszélgetések során elmondták, hogy a gyerekek akadémiai rendszerben készülnek, heti 6-7 edzéssel. Ha eredményesebbek kívánunk lenni, nekünk is el kell jutni oda, hogy a serdülők is legalább heti 5 edzésen vegyenek részt. Örömmel tapasztaltam, hogy sok versenyzőt elkísérte a klubedzője is, akik remélhetőleg sok hasznos tapasztalattal tértek haza.

Javasolnám serdülő korosztályban az Európa Bajnokságon szereplő súlycsoportok bevezetését hazánkban is, valamint az egész évben párhuzamosan történő versenyzést kötött- és szabadfogásban, annál is inkább, mert a következő évben, Magyarország rendezzi a korosztály Európa-bajnokságát.

Tóth Gábor

BIRKÓZÁS

Lányok:

A Magyar Birkózó Szövetség lehetőséget biztosított a serdülő leány versenyzőknek, hogy indulási jogot szerezhessenek a korosztályos Európa-bajnokságra. Egy válogató verseny alapján alakítottuk ki az induló csapat névsorát. A súlycsoportonkénti két versenyző részvételét lehetővé tevő szabállyal nem minden súlycsoportban éltek az egyesületek, így tizenhárom sportoló képviselte színeinket a versenyen. A huszonöt országot felvonultató verseny inkább egy volt szovjet tagországi szpartakiádra hasonlított, mint Európa-bajnokságra, hiszen Európa nyugati feléből szinte senki sem indult.

Az akcelerált nagyon erős ellenfelekkel szemben kevés sikert tudtunk csak elérni. A mi hazai versenyrendszerünkben sajnos nagyon kevés a leány verseny és ez megmutatkozott a sorozatmérkőzések során. Elfáradtak sportolóink. Szenttamási Róza egy nagyon ügyes orosz versenyzőt győzött le az első fordulóban, majd egy román birkózó ellen diadalmaskodott. Ő az a versenyzőnk, aki még eddig lánytól nem kapott ki és a hazai fiú mezőnyben is jól teljesít. Fizikálisan erős, technikailag képzett, de a döntőbe jutásért folyó küzdelemre elfáradt és a nagyon erős fehérorosz kislánnyal már nem bírt. A bronzmérkőzésen egy hasonló belorusz várt rá, aki kevésbé volt gyenge, mint honfitársa. Romfa Jázmin külön engedéllyel tudott indulni. F fiatal kora ellenére bátran birkózott és tussal verte bolgár ellenfelét. Sajnos utána attól az orosz versenyzőtől szenvedett vereséget, aki a másik magyar versenyzőt, Matyi Vivient is legyőzte. Elekes Enikő szintén 2004-es születésű, így még két évet versenyez ebben a korosztályban. Szoros mérkőzésen egy erős moldáv versenyzőt győzött le. A második fordulóban egy román birkózó pontozással győzte le. Horváth Vanessza, aki a kadet korosztályban is kivívta a válogatottságot, reményekkel töltött el, Tőle érmes eredményt vártunk. Rutin hiány miatt sajnos kiábrándító birkózással, két vereséggel zárta a versenyt. Nem tudott mit kezdeni egyik belorusz ellenfelével szemben sem. Fődi Ildikó a csendes és nagyon szorgalmas kiskunhalasi kislány végig a felkészülés során, minden edzői utasítást betartva készült. A húsz fős mezőnyben három győztes és egy vesztes mérkőzéssel szerzett bronzérmét az Európa-bajnokságon. Az első fordulóban szerb, a második alkalommal pedig orosz versenyzőt győzött le. A döntőbejutásért is tusolta fehérorosz vetélytársát, ám két vállra fektetni nem sikerült az igen erős ellenfelét. A bronzcsata egy újabb volt szovjet utódállambeli ellenfelet hozott. Bátor birkózással győzte le és szerezte meg a magyar csapat egyetlen érmét.

Összegezve, sajnos fizikai hátrányban vagyunk az ellenfeleinkkel szemben. A technikai tudás is hagy kívánni valót maga után. A magyar leánybirkózás az utóbbi években sokat fejlődött, a létszám gyarapodott. Az a feladatunk, hogy a minőséget is növeljük, hogy ütőképeseek lehessünk az elkövetkezendő versenyeken. Több összetartó edzést, és külföldi versenyeket kell szerveznünk ennek a korosztálynak. Ebből a csapatból mindössze ketten, Horváth Vanessza és Ferentzi Emília aki kiesik a többiek jövőre is a serdülő korosztályban versenyeznek. Jó úton haladunk, de legalább két év lemaradásunk van az élmezőnytől.

A válogatottat adó egyesületek edzőivel közösen kell felépítenünk az edzéstervet, hiszen erre a versenyre is a szakosztályokban készülve vettek részt a versenyzők. Sajnos az időpont sem volt a legideálisabb, hiszen még a tanítás véghajrájában voltak a gyerekek.

Péteri András

BIRKÓZÁS

Kötöttfogás:

Egy komoly fegyelmezés után kellő rendben és fegyelmezetten zajlott a verseny. Látszott a csapaton, hogy követték az utasításainkat nem ittak a helyi vízből a megbeszéltek szerint a bemelegítő teremben tartózkodtak és követték a verseny eseményeit. Rutintalanságuk nem volt érezhető a csapatmorál összetartó volt.

Kitérnék az én tapasztalataimra ahogy én láttam a többi nemzetnél említeném orosz, grúz, moldáv, belarusz, török, versenyzőknél volt a legjobban megfigyelhető mennyire tudatosak a szőnyegen tudták mit akarnak csinálni és azt a mérkőzés végéig ráerőltették más nemzetek versenyzőire ez a tudatosság nálunk nagy hiány volt sok versenyzőnél kérdeztük mi az elképzelése a szőnyegen nem kaptunk rá konkrét választ. Látszott a csapaton, hogy gyakoroltuk az egy karból való védekezést amit próbáltak is csinálni csak, ahogy szabadultak onnan nem támadtak vissza, újra kezdhették a bontást és onnan újra kifogták a kart. A többszöri egy kar kivétel annyira felőrölt minket, hogy a rosszul begyakorolt védekező formát használtuk és onnan minden esetben válldobással végződött. A mezőny nagy része egy kar kifogásból készített elő. Hiányosság volt, többször előfordult, hogy alátették az egy kart és onnan nem bírtunk szabadulni így passzívvá váltunk vagy akciót hajtottak végre rajtunk. Megfigyelhető volt, hogy az alapállásunk nem jó vagy nagyon előredőltünk vagy a fejünkkel betámasztottunk. Amikor ki fogtuk vagy alátettük az egy kart onnan nem támadást akartunk végrehajtani hanem megálltunk és nem volt folytatás. Előfordult többször is hogy fejlefogás helyzet alakult ki egyszer sem bírtuk kihasználni rossz irányba próbáltunk mögé kerülni. Lenti védekező formáink nem megfelelőek nem szorul a csípő, könyök lent marad nem mozdulunk, illetve a támadó formáknál nem fogunk szoroson nem a megfelelő fogást választjuk a térd nem megy alá az ellenfelet nem vesszük az ölünkbe alacsony hídon keresztül próbáljuk átvinni. Kapaszkodásos helyzetekből is sokat elvesztettünk sok esetben nem jól fogunk és félünk a helyzettől. A mezőnyből kitűnt, hogy erőnlétben nagyon elvagyunk maradva. Kitérnék néhány versenyzőre 32,35,59 kg – ban korengedményes fiatal versenyzőink voltak az alsó két súlyban versenyzőink a vártnál túl teljesítettek 59 kg -ban Szinay Csaba a jövő évben ha kijavítjuk a hibáit képes lehet 5-be kerülni.

Zurai Rajmund 47 kg – ba komoly képességekkel rendelkező versenyző akinek szintén a hiányosságait pótolva komoly éremesélyesünk lehet a jövő évi kontinens bajnokságon. Két versenyző Déri Dominik és Pénzes Péter akik nagyon biztatóan birkóztak rajtuk inkább a kapkodást láttam de úgy gondolom, hogy jövőre már rutint szerezve tudják mire számítsanak és hibáikat kijavítva esélyesek lesznek a pontszerzésre. A csapatból sajnos vannak akik jövőre már kadet korosztályba lépnek Vitek Amadeusz, Tösmagi Attila, Horváth Ádám, Jordán Szilárd és Birtalan Bendegúz. Nekik is jó tapasztalat szerzés volt, hogy ilyen fiatalon találkozhattak a nemzetközi mezőnyvel látszott rajtuk a kapkodás több esetben is. Komolyságukat mutatta az is, hogy Tösmagi Attila sérült kézzel is lebirkózta az orosz elleni mérkőzését nem adta fel és a végéig ment előre. A nehézsúlyban Mezei Dáriusz teljesítményét nem bírtam értékelni hátfájásra panaszkodott az edzőtábor alatt nem nagyon bírt edzeni ő kilógott a csapatból ő volt az egyedüli aki a lelátóról nem a csapattal nézte végig a versenyt.

Összegzésül nem vagyunk távol a nemzetközi mezőny elitjétől kicsi hibákon csúsztunk el amik javíthatóak, fontos a heti rendszerességgel bevezetett és megtervezett erőfejlesztés és kondicionális, illetve erő-állóképesség fejlesztése a technikai hibák javítása és a szituációk rendszeres gyakorlása. A lenti védekező és támadó formák olyan szintű gyakorlása és tanulása ami beleillik a nemzetközi elit trendjébe.

Módos Péter

BIRKÓZÁS

Összefoglalás:

A résztvevő edzőink és vezetőink látták, hogy fizikálisan el vagyunk maradva a szovjet utódállambeli nemzetek csapataitól. Aki a magyar birkózásban részt vesz mint edző, az tisztában van azzal a ténnyel, hogy ezt a hátrányt junior korosztály befejezését követő időszakra próbálják kiegyenlíteni versenyzőink több kevesebb sikerrel.

Az eredményes magyar stílusunkat, a kitartó hosszú időszakokon keresztül átívelő tudatos felkészítés adja meg. Ezek a versenyzők szinte a szakosztályukból elindulva tették meg kezdő lépéseiket kevés sikerrel.

Az elért eredmények, ismét felhívják figyelmünket arra a tényre, hogy világversenyekre igazán felkészülni a központilag irányított edzőtáborokban lehet tökéletesen. A 2017-es évben erre azért nem volt lehetőség mert év közben döntöttek a serdülő korosztály (schoolboys) világversenyének megrendezéséről. Amennyiben 2018-ban Magyarország megrendezi a serdülő világversenyt, abban az esetben a tervezett csapatnak több nemzetközi megmérettetésen és hosszabb közös felkészülésen kell részt vennie az eredményes szereplés érdekében.

Komáromi Tibor