

Világverseny Beszámoló

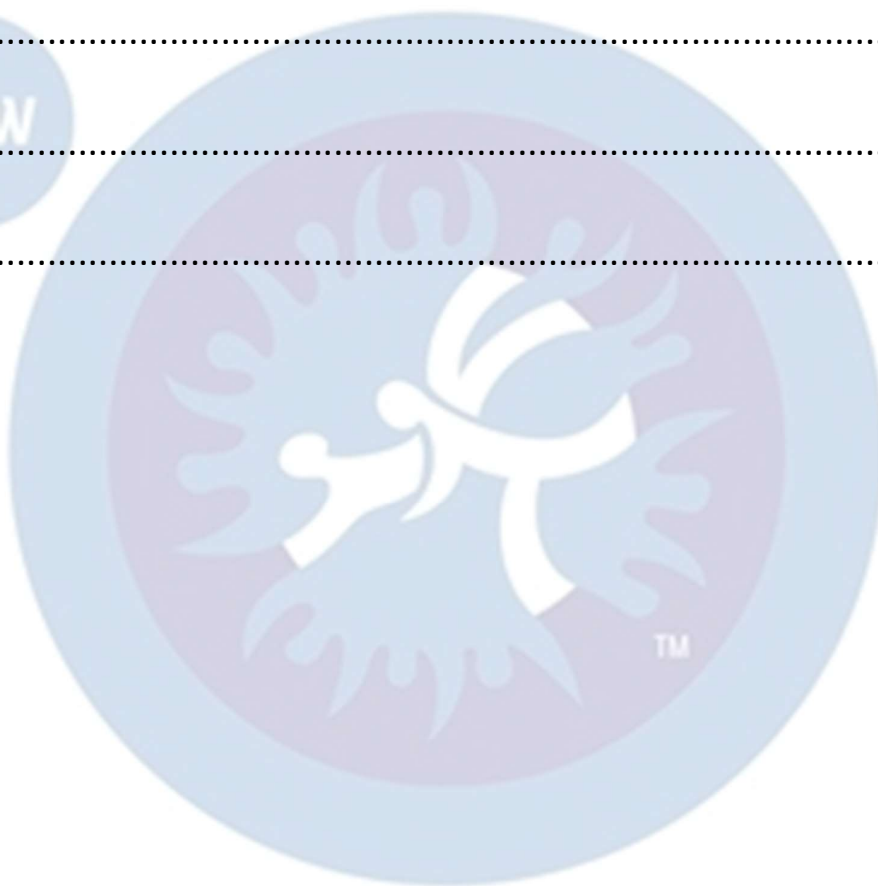
Felnőtt világbajnokság, Oslo (NOR)

2021.10.02-10.



Tartalom

SZABADFOGÁS	2
NŐI.....	5
KÖTÖTTFOGÁS.....	7



**WORLD
CHAMPIONSHIP**

SZABADFOGÁS

Verseny neve:	Felnőtt világbajnokság
Verseny ideje:	2021.10.02-05.
Verseny helyszíne:	Oslo (NOR)
Induló országok száma:	53 ország
Korcsoport /szakág:	Felnőtt / szabadfogás
Indulók száma:	240 fő
Szakágvezető/edző:	Bánkuti Zsolt, Konsantyn Gulevskyy

Induló neve:	Gamzatgadzsi Halidov
Súlycsoport / Indulók száma:	61kg/25 fő
Elért helyezés:	25. helyezett
1. mérkőzés:	Amouzadkhalili (IRI) - Halidov 5-0
Észrevétel:	Sajnos csak egy mérkőzése volt ezen a világbajnokságon, amit azért sajnálok, mert súlycsoportot váltott és szüksége lett volna az új súlyában több mérkőzésre! Még mindig úgy látom, hogy fizikális lemaradása van az élmezőnyhöz képest! Az iráni elleni mérkőzésen is a fizikai különbség nagyon érezhető volt! Azt gondolom, hogy ha fel akar zárkózni a mezőnyhöz akkor ebben sokat kellene fejlődnie! A mérkőzésen egyszerűen nem tudott fogásközelbe kerülni, mert az iráni versenyző mindent blokkolt karalából lefogta és ezzel nem tudott mit kezdeni!

Induló neve:	Antal Dániel
Súlycsoport / Indulók száma:	70 kg/26 fő
Elért helyezés:	20. helyezett
1. mérkőzés:	Kusyak (UKR) - Antal 12-2
Észrevétel:	Daninak is úgy, mint mindegyik indulónak nagyon szüksége lett volna még további mérkőzésekre ezen a világbajnokságon! Igazából tanácstalan vagyok vele kapcsolatban, mert nagyon jól dolgozott az elmúlt időszakban, közvetlenül a meccs előtti bemelegítésen teljesen jól mozgott és a mérkőzésen pedig úgy láttam mintha leblokkolt volna! Sajnos az elején az ukrán versenyző eldobta egy vállra emeléssel és azt láttam, hogy ez nagyon kizökkentette! Volt egy helyzet amikor mögé került és befogta a karját, de nem pörgette meg itt nagyot hibázott, mert még vissza tudott volna jönni a meccsbe! Összegezve a munkájával és a hozzáállásával nincs probléma, a nemzetközi rutin hiányzik és fizikálisan is van még lemaradása!

Induló neve:	Murad Kuramagomedov
Súlycsoport / Indulók száma:	74 kg/29 fő
Elért helyezés:	23. helyezett
1. mérkőzés:	Tohuzov (UKR) - Kuramagomedov 10-0
Észrevétel:	Sajnos megint abba a hibába esett, hogy a meccs elején óvatoskodva birkózott és nem támadó taktikával kezdte a mérkőzést, pedig az utóbbi két versenyen végre már megértette, hogy ha végig birkózik és támad akkor tud eredményes lenni! Az elmúlt időszakban az edzőmunkájával és a hozzáállásával nem volt probléma, a súlyát fegyelmezetten hozta! Azt gondolom, hogy ha az állóképességén még tud javítani és végig támadó birkózással versenyez, akkor tud előre lépni!

Induló neve:	Vida Csaba
Súlycsoport / Indulók száma:	79 kg/25 fő
Elért helyezés:	17. helyezett
1. mérkőzés:	Sakayev (KAZ)- Vida 5-5 nél tus vereség
Észrevétel:	Nagyon bosszantó volt a Csabi versesége, mert amit megbeszéltünk a meccs előtt azt maximálisan betartva birkózott! Sajnos a lenti helyzetben a 3. pörgetésnél hibázott, mert ha ugyanúgy csinálja, mint az előző kettőt akkor nem maradt volna alatta! Nála taktikai hiányosságok vannak legfőképpen, azt kell megtanulnia, hogy nem kapkodva gyorsan akarja befejezni a mérkőzést, mert akkor hibázik! Súlycsoportot váltott, mert a 74 kg-ra ha lefogyott egyszerűen nem tudott teljesíteni! Nagy szüksége lett volna neki is még egy-két mérkőzés ezen a világbajnokságon! A felkészülés alatt az edzőmunkájával nem volt probléma! Összegezve a jövőben akkor tud előre lépni, ha koncentráltabban, higgadtabban és a taktikát betartva versenyez!

Vélemény és észrevételek

(szállás, étkezés, utazás, stb.)

A szállás és az étkezés rendben volt, a versenyen kirívó eset nem történt. Az utazás probléma mentes volt.

Bánkúti Zsolt

NŐI

Verseny neve:	Felnőtt világbajnokság
Verseny ideje:	2021.10.4-8.
Verseny helyszíne:	Oslo (Norvégia)
Induló országok száma:	
Korcsoport /szakág:	felnőtt / női szabadfogás
Indulók száma:	170 fő
Szakágvezető/edző:	Ritter Árpád

Induló neve:	Németh Zsanett
Súlycsoport / Indulók száma:	76 kg / 18
Elért helyezés:	11. hely
1. mérkőzés:	JPN – HUN 5:2
Észrevétel:	<p>Zsanett a mérkőzés elején egy fejlefogásból megcsinálta a pontjait. Ezután átadta az irányítást a Japán versenyzőnek, aki egyszer levitte és egyszer kivitte, a végén Zsani próbált még akciót csinálni, de már nem volt benne erő és mögé ment a japán versenyző. Azzal, hogy átengedte a Japán versenyzőnek az irányítást neki minden mozdulatra reagálnia kellett és elfáradt. A japán egy fiatal tehetséges versenyző U23-as Világbajnok, de Zsanettnak le kellett volna győznie! Verhető ellenféltől kapott ki. A következő körben kikapott így Zsanett kiesett.</p> <p>Zsanettnak szeptember közepén kiderült, hogy Lyme kóros ezért akkor rögtön egy hétig antibiotikumot kellett szednie és a Vb után még egy 1 hónapos kúrát kellett csinálnia. Minimálisan ez is közre játszhatott, hogy elfáradt, de mindig van egy indok az utóbbi években, amire ő ráfoghatja, hogy miért nem sikerült.</p>

Vélemény és észrevételek

(szállás, étkezés, utazás, stb.)

A rendezéssel minden rendben volt.

A magyar női birkózásban, utánpótlásban mindig vannak szép eredményeink, többet eddzenek náluk jobb és idősebb lányokkal és fiúkkal is. Sajnos kijőve a junior korosztályból a mi versenyzőinknek sokkal több idő kell, hogy nemzetközileg beérjenek vagy egyáltalán odaérjenek. Több ország főleg tőlünk keletebbre (Ukrajna, Moldávia, Japán, Kirgizisztán, USA), már fiatal versenyzőik szinte azonnal ott vannak a világ élvonalában. Itthon nincs konkurencia, nagyon kevés a motiváció. Első emberek bármit csinálnak bárhogy eddzenek, nincs mögöttük egy második ember, aki több és minőségi munkára sarkallná.

Ritter Árpád

KÖTÖTTFOGÁS

Verseny neve:	Felnőtt birkózó világbajnokság
Verseny ideje:	2021.10.07 – 10.
Verseny helyszíne:	Norvégia - Oslo
Induló országok száma:	49 ország
Korcsoport /szakág:	Felnőtt / Kötöttfogás
Indulók száma:	242 versenyző
Szakágvezető/edző:	Módos Péter, Takács Ferenc

Induló neve:	Kecskeméti Krisztián
Súlycsoport / Indulók száma:	60 kg / 19 induló
Elért helyezés:	18. helyezett
1. mérkőzés:	Muras Mammadov (AZE) - Kecskeméti Krisztián (HUN) 3:0
Észrevétel:	Krisztián állás birkózása sokat fejlődött az elmúlt időszakban, azonban céltalan, nem törekszik akcióra. Az állás helyzeteknél célszerűen alkalmazza kontra akciónak a bújásokat, azonban véleményem szerint képes lenne egy megfelelő előkészítés mellett, a derékra támadásokra is. A lenti védekező technikái sajnos nincsenek megfelelő szinten, amit javítani kell nála. Fontos lesz számára minél, több olyan edzőtábor, ahol nemzetközi partnerokkal tud készülni, és a védekező elmozgásokat folyamatosan javítani kell nála. A súlyát folyamatos kontroll alatt kell tartani!

Induló neve:	Torba Erik
Súlycsoport / Indulók száma:	63 kg / 21 induló
Elért helyezés:	5. helyezett
1. mérkőzés:	Torba Erik (HUN) - Mostafa H. A. Mohamed (EGY) 12:1
2. mérkőzés:	Mihai R. Mihut (ROU) - Torba Erik (HUN) 6:1
3. mérkőzés:	Leri Abduladze (GEO) - Torba Erik (HUN) 7:1
4. mérkőzés:	Kensuke Shimizu (JPN) - Torba Erik (HUN) 10:1
Észrevétel:	Erik úgy határozott a nyári játékok után, hogy súlykategóriát vált (67 kg). A felnőtt országos bajnokság és a Gedza emlékverseny képet adott számunkra, hogy két kategóriát nem tud váltani, így edzői nyomásra belátta a 63 kg-ban kell versenyeznie. A „kontra birkózó” versenyzői típushoz tartozik, aki sokszor csak a másik fél támadó szándékára vár, ami nagyon rizikós egy-egy mérkőzés folyamán. Látszódik a folyamatos fejlesztés nála az állás helyzeteknél már a mérkőzések elején aláteszi az egykart és onnan stabil tud maradni, de tovább kell nála fejleszteni a pozíciót. Törekedni kell, hogy a súlyát 68 kg-nál feljebb ne engedje. A lenti védekező technikáit fejleszteni kell sokszor rossz irányba fordul vagy emelésnél a rossz lábát feszíti meg!

Induló neve:	Váncza István
Súlycsoport / Indulók száma:	67 kg / 27 induló
Elért helyezés:	16. helyezett
1. mérkőzés:	Nazir R. Abdullaev (RWF) - Váncza István (HUN) 4:1
2. mérkőzés:	Mateusz L. Bernatek (POL) - Váncza István (HUN) 3:1
Észrevétel:	István állás birkózása teljes mértékben támadó stílusú, képes akciót végrehajtani is, ami nagy előnyt jelent. Az egykart jó ritmusban teszi alá és onnan végig stabil tud maradni. A lenti támadó technikái is jó szinten vannak képes emelni, illetve a fordított emelést is alkalmazza. A lenti védekező technikái nem érik még el a komoly nemzetközi szintet és sokat kell vele foglalkozni. Nála nagyon fontos lesz a mentális egyensúly és a sportág iránti alázat megerősítése. Idén több hetet nem bírt rendszeren készülni volt, hogy maga miatt, volt, hogy önhibáján kívül, de a kihagyott időszak nagyon meglátszódott a teljesítményén. A sportág iránti alázata nem egy komoly élsportolóhoz méltó (van, hogy visszabeszél, kifogásolja az edzőmunkát, súlyára nem figyel oda) és ez miatt, sokszor az edzőmunkája sem, olyan szintű. Képes lesz rá és változtat a hozzáállásán és folyamatos edzőmunkát fog végezni akkor a jövőben komoly birkózó válhat belőle, de ezt neki is akarni kell és azt kell megértenie, hogy mi nem ellene, hanem vele vagyunk!

Induló neve:	Fritsch Róbert
Súlycsoport / Indulók száma:	72 kg / 27 induló
Elért helyezés:	17. helyezett
1. mérkőzés:	Fritsch Róbert (HUN) - Mikko Petteri Peltokangas (FIN) 4:3
Észrevétel:	Robi az Európa-bajnokság, után úgy figyeltük meg nem, olyan intenzitással készült, mint előtte. A mentális stresszt is rosszul kezeli, amit sportpszichológussal próbálunk jobbá tenni. Fontos lesz számára megérteni, hogy az edzésen, ha fáradt akkor is ki kell hozni magából a maximumot. A lenti támadó technikái nem voltak megfelelőek, lassú enervált volt az előkészítése és ezért nem is tudott hatékonyan akciót végrehajtani. Az állás birkózása jó stílusban teszi alá az egykart, azonban nem jut el akcióhoz. Fontos lesz számára megtanítani állásból egy derékra csapást, amivel már előnyre tehet szert és sokkal hatékonyabb lesz. A lenti védekező technikáit is javítani kell, mint amit a csapat összeségében tapasztaltunk. Törekednünk és meg kell követelnünk nála a folyamatos magas szintű edzőmunka elvégzését és akkor át fog tudni lépni önmagán úgy, mint az év eleji Európa-bajnokságon.

Induló neve:	Lévai Tamás
Súlycsoport / Indulók száma:	77 kg / 31 induló
Elért helyezés:	5. helyezett
1. mérkőzés:	Antonio Kamenjasevic (CRO) - Lévai Tamás (HUN) 5:5*
2. mérkőzés:	Lévai Tamás (HUN) - Sajan Sajan (IND) 7:0
3. mérkőzés:	Lévai Tamás (HUN) - Nemes Viktor (SRB) 1*:1
4. mérkőzés:	Roman Valsov (RWF) - Lévai Tamás (HUN) 7:0
5. mérkőzés:	Mohammadali A. Geraei (IRI) - Lévai Tamás (HUN) 9:0
Észrevétel:	Tamás rendkívül nagy akarással rendelkezik, ami miatt a szőnyegen sokszor át tudja lépni önmagát. Az állás birkózása nagyon sokat fejlődött, már nem dől annyira előre, közel van ellenfeleihez, azonban ezt még nem tudja az egész mérkőzés folyamán tartani ez miatt, folyamatos kontrollt igényel, majd az edzések folyamán. Jól alkalmazza a fordított egykar helyzeteket, amit tovább kell nála erősíteni. Fizikálisan még erősödnie kell, de állóképessége magas szinten van. A lenti védekezését neki is fejleszteni kell, de van nála javulás az év elejéhez képest. Sikerült neki egy erős ágon pontszerző helyre eljutni és teljes mértékben az élmezőnyhöz tartozó versenyzőket legyőznie, ami nagyon nagy dolog számára és számunkra is.

Induló neve:	Szabó László
Súlycsoport / Indulók száma:	82 kg / 27 induló
Elért helyezés:	5. helyezett
1. mérkőzés:	Byeongcheol Shin (KOR) - Szabó László (HUN) 1:7
2. mérkőzés:	Burhan Akbudak (TUR) - Szabó László (HUN) 11:0
3. mérkőzés:	Gegham Torgomyan (ARM) - Szabó László (HUN) 3:1
4. mérkőzés:	Benjami E. Provisor (USA) - Szabó László (HUN) 2:1
5. mérkőzés:	Pejman S. Poshtam (IRI) - Szabó László (HUN) 4:0
Észrevétel:	Laci rutinos versenyző, aki a helyzeteket nem kapkodja már el, tudja ki ellen mit és mennyit kell birkózni. Az év eleji formájához képest magas szintet tudott elérni, támadó stílusban birkózott, letisztultak voltak a mérkőzései. A lenti védekező technikáiban ő is hibázott, de akarásának és rutinjának köszönhetően mérkőzéseket tudott nyerni. A pályafutása végéhez közeledik, de nagyon bízik benne és edzői ráhatással is, de szeretném, ha a jövő évi Budapesti Európa-bajnokságon részt venne, mert ha szinten tudjuk tartani tud eredményt elérni. Remélem ez az eredményt ad neki egy kis pluszt a továbbiakban.

Induló neve:	Takács István
Súlycsoport / Indulók száma:	87 kg / 25 induló
Elért helyezés:	5. helyezett
1. mérkőzés:	Nursultan Tursynov (KAZ) - Takács István (HUN) 3:1
2. mérkőzés:	Kristoffer Z. Berg (SWE) - Takács István (HUN) 3:1
3. mérkőzés:	Kirył Maskevich (BLR) - Takács István (HUN) 12:6 (TUS)
4. mérkőzés:	Arkadiusz M. Kulynycz (POL) - Takács István (HUN) 5:2 (TUS)
Észrevétel:	István állás helyzetekből való birkózásából, hiányzik a magas szintű iram. Fontos lesz vele megértetni, hogy komoly mérkőzéseket nem fog tudni, úgy megnyerni, hogy a meccs nagy részében csak vár és nem fárasztja ellenfeleit, pedig képes lenne rá. Nem csak versenyen, sokszor edzésen sem birkózik megfelelő iramú mérkőzéseket és így a versenyen sem tud megindulni, amikor kellene. A rossz taktikával, vesztes pozícióban, mivel ellenfelei nem fáradnak el kapkodásra kényszerítik, amibe belehibázik. A lenti emelés védekeit fejleszteni kell nála. Nagyon bosszantó és dühítő, hogy ha a mérkőzés vége felé hibázik és tus veszélyes helyzetbe kerül, onnan még meg se próbál kifordulni, így esélye sincs megfordítani a mérkőzést, pedig képes lenne rá. Még hiányzik neki a rutin sok nemzetközi mérkőzést kell birkózni a jövőben és változtatni kell a stílusán, hogy támadó szellemben birkózzon, mert egy értékes versenyző és csak így válhat sikeressé.

Induló neve:	Szóke Alex
Súlycsoport / Indulók száma:	97 kg / 27 induló
Elért helyezés:	2. helyezett
1. mérkőzés:	Yevhenii Saveta (UKR) - Szóke Alex (HUN) 1:6
2. mérkőzés:	Szóke Alex (HUN) - Peter Oehler (GER) 4:1
3. mérkőzés:	Tracy G. Hancock (USA) - Szóke Alex (HUN) 4:4*
4. mérkőzés:	Mohammadhadi A. Saravi (IRI) - Szóke Alex (HUN) 3:1
Észrevétel:	<p>Alex formáját sikerült, átmentenünk a világbajnokságra. Az első mérkőzés volt számára holtpont, de akarata és mentális erősségének köszönhetően nagyon stabilan birkózott az egész verseny folyamán. Állás helyzetből és lentől is képes akciót végrehajtani még a mérkőzése második felében is. Nagyon pozitív volt, hogy nem taktikázott birkózni akart és nyerni is tudott. Az lenti támadó technikáiból az emelést szinten kell tartani, hiszen ebben a súlykategóriában ez egy óriási fegyvertény. A döntő mérkőzésen a második félidőben ellenfele egy zóna széli kiszolgáltatott helyzetből kitolta úgy, hogy rálépett a lábára. A videó challenge-t kértük, azonban sok időt vett igénybe, ezért ellenfele regenerálódni tudott a végére, pedig az egész mérkőzést dominálni tudta. Sajnos a döntő folyamán a lenti támadó akcióját nem tudta alkalmazni, de ha szinten tartjuk és nemzetközi ellenfelekkel tud készülni, akkor ezek a mérkőzések is a javára dőlhetnek. Szívből gratulálok neki, hogy fiatalsága ellenére egész évben magas szintet fent tartva komoly eredményeket tudott elérni és világbajnoki ezüstérmet szerzett.</p>

*RWF – Oroszország az orosz birkózó szövetség (Russian Wrestling Federation) neve alatt vehet részt az eseményen!

**WORLD
CHAMPIONSHIP**

Vélemény

A felnőtt világbajnokság előtti négy hetes mezociklusunkat Budapesten a Körcsarnokban kezdtük meg. A felkészülésünk elején nagyobb terhelést kaptak versenyzőink és az aerob energianyerést fejlesztettük a foglalkozásaink alatt, illetve az erő-állóképésre is kellő hangsúlyt fektettünk. A Szerbia, Mladenovacban rendezett Gedza emlékverseny felfedett számunkra több, olyan hibát, amikben javulást értünk el a négy hét alatt. A második héten Dániában, Nykobingban vettünk részt egy nemzetközi edzőtáborban, ahol már a birkózó foglalkozások kerültek előtérbe. A 110 fő részvételével igen hasznos nemzetközi szintű mérkőzéseket tudtunk megvívni edzőkörülmények között, így nagyon hasznos volt számunkra. A harmadik héten a Tatai edzőtáborban végeztük el a tervezett programunkat, ahol az anaerob fejlesztés mellett a robbanékonyság fejlesztés és az egyéni technikai képzések is előtérbe kerültek. A negyedik héten két napot Budapesten, majd Norvégiában folytattuk a felkészülésünket, ahol már a formában tartó microciklusunkat végeztük el. A gyorsaság az anticipációs képesség, és a mentális készségfejlesztés mellett az ellenfelek monitorozása is fontos szerepet kapott. A versenyen egy teljesen új és fiatal generáció kapott lehetőséget a bizonyításra. A mérkőzések alatt jól megfigyelhető volt, hogy a lenti védekező technikákat fejlesztenünk kell egységesen, mert sokat hibáztunk benne. A rutin még nem volt jellemző a csapatra, ami teljes mértékben érthető, hiszen a csapat nagy része U23-as korosztályban van. Nagyon fontos lesz véleményem szerint a fiatal csapattal, mentálisan is foglalkozni megértetni azokat a módszereket, gyakorlatokat, amiket végzünk, mit miért csinálunk, mert sokszor nincs képük róla és nem értik. A kommunikációnak óriási szerepe lesz, abban miként mozdul a csapat morál a jövőben. Én úgy gondolom, hogy egy tervszerű kommunikatív munkával nagyon jó csapat alakulhat, majd ki, de fontos lesz az egyéni fejlesztés és meg kell látnunk azokat a hibákat, amiket ki tudunk javítani. Szőke Alex 2. helyezett, Torba Erik V. helyezett, Lévai Tamás V. helyezett, Szabó László V. helyezett, Takács István V. helyezett lett az Osloban rendezett felnőtt kötöttfogású világbajnokságon. A magyar kötöttfogású csapat 49 ország közül a 6. helyezést érte el.

A folyamatos és zavartalan felkészülésünket, a prevenció és ellátásban a masszőrünk Hadi Gergely segítette, amiért nagyon hálásak vagyunk neki és köszönjük. Sokat jelentett a csapatnak Lőrincz Tamás olimpiai bajnok jelenléte, aki a csapatot segítette a háttérből. Szeretném megköszönni Takács Ferenc U23-as vezetőedző segítségét, aki az elmúlt időszakban segítette a munkámat.

A következő időszakunk az alapozó időszak lesz, ami meghatározza a versenyzőink szereplését a jövő évi hazai rendezésű felnőtt Európa-bajnokságon.

Módos Péter