

# U23 világbajnokság beszámoló

Tirana (ALB), 2023.10.23-29.



**Összeállította:**  
Bácsi Péter

## **Tartalom**

SZABADFOGÁS .....	<b>2</b>
NŐI.....	<b>4</b>
KÖTÖTTFOGÁS .....	<b>7</b>

## SZABADFOGÁS

<b>Verseny neve:</b>	U23 világbajnokság
<b>Verseny ideje:</b>	2023.10.23-25.
<b>Verseny helyszíne:</b>	Tirana (ALB)
<b>Induló országok száma:</b>	46
<b>Korcsoport /szakág:</b>	U23 szabadfogás
<b>Indulók száma:</b>	204 fő
<b>Szakágvezető/edző:</b>	Konstantyn Gulevskyy

<b>Induló neve:</b>	<b>Végh Richárd</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	97 kg/17 fő
<b>Elért helyezés:</b>	14. helyezett
<b>1. mérkőzés:</b>	KAZ GAFUROV Y. – HUN Végh R. 9:3
<b>Észrevétel:</b>	<p>A kazak elleni mérkőzésen 3-1-re vezetett Ricsi, utána saját fogásból (fejlefogás) 2-szer veszített 2 pontot. A meccs végéig közeledve kockáztatott, fejlefogásból próbált dobni, de nem sikerült neki, 2 pontot veszített. Még egy támadás próbált, de azt is elveszítette. Véleményem szerint Ricsi nem volt gyengébb a kazahtól, csak a saját hibája miatt veszítette el a meccset. Hogyha megnézzük a súlycsoport első öt emberét, Ricsi szinte nem volt gyengébb. Ricsinek edzéseken több időt kell fejlefogással foglalkoznia és a láb védelemmel. Valamint még maximális erővel kell fejleszteni. Azt gondolom, hogy Ricsi szorgalmával nincs probléma, a hozzáállása is sokat változott pozitív irányba! Továbbra is foglalkoznia kell a láb támadásokkal, illetve a lábvédelemmel a visszatámadásokkal. Ricsi az utolsó évben sokat fejlődött. Verseny előtt Bakuban és Párizsban volt nemzetközi táborban, ami sokat segített neki. Van neki saját stílusa, amit tovább kell fejleszteni. A Los Angelesi olimpiát nézve, sok táborra, versenyre van szüksége, hogy legyen tapasztalata és természetesen nagyon sok munkát beletenni.</p>

## Vélemény és észrevételek

A versenyen kirívó eset nem történt, az utazás rendben volt. A szállás és az étkezés nem volt a legjobb, de még elfogadható.

**Konstantyn Gulevskyy**

## NŐI

<b>Verseny neve:</b>	U23 világbajnokság
<b>Verseny ideje:</b>	2023.10.25-27.
<b>Verseny helyszíne:</b>	Tirana (ALB)
<b>Induló országok száma:</b>	34
<b>Korcsoport /szakág:</b>	U23 női
<b>Indulók száma:</b>	155 fő
<b>Szakágvezető/edző:</b>	Martin Gábor

<b>Induló neve:</b>	<b>Szekér Szimonetta</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	50 kg / 20 fő
<b>Elért helyezés:</b>	7. helyezés
<b>1. mérkőzés:</b>	SVK - Khrystyna BASYCH 5:0 tus
<b>2. mérkőzés:</b>	JPN - Umi ITO 10:0
<b>3. mérkőzés:</b>	UKR - Aida KERYMOVA 3:0
<b>Észrevétel:</b>	Szimonetta az első meccsen viszonylag könnyedén legyőzte az ukrán-szlovák ellenfelét, második mérkőzésen japán ellenfelével nem bírt, tempó és technikai különbség is volt köztük. Mivel a japán lány döntőbe jutott ezért következett a vigaszági mérkőzés, fiatal ukrán versenyzővel birkózott, sajnos nem sikerült legyőznie, lemozogta, levédekezte Szimonettát, nem tudott hozzáférni, és értékelhető akciót csinálnia.

<b>Induló neve:</b>	<b>Bognár Erika</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	55 kg / 16 fő
<b>Elért helyezés:</b>	13. helyezés
<b>1. mérkőzés:</b>	TUR - Sevval CAYIR 5:0 tus
<b>Észrevétel:</b>	Török riválissal kezdett, jól állt a lábán, de egy rosszul sikerült kapaszkodásból, tus veszélyes helyzetbe került ráadásul be is szorultak a kezei így nem tudott kijönni és vereséget szenvedett. A fogyása jól sikerült, mondhatni könnyed volt, de a mérkőzésre nem tudta összerakni magát kellőképpen, motiváció volt, koncentráció nem sok.

<b>Induló neve:</b>	<b>Pók Karolina</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	65 kg / 18 fő
<b>Elért helyezés:</b>	8. helyezés
<b>1. mérkőzés:</b>	FRA - Iris Mathilde THIEBAUX 6:2 tus
<b>2. mérkőzés:</b>	LAT - Elma ZEIDLERE 3:1
<b>Észrevétel:</b>	Karolina francia versenyzővel kezdett, jó birkózással viszonylag könnyedén tus győzelmet aratott felette. Második mérkőzésen Lett ellenfél következet, sajnos ezt a mérkőzést nem sikerült abszolválni, nem volt támadása hat perc alatt, kizárta ellenfele folyamatosan a birkózásból, fizikálisan erősebb volt nála.

<b>Induló neve:</b>	<b>Szabados Noémi</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	68 kg / 14 fő
<b>Elért helyezés:</b>	7. helyezés
<b>1. mérkőzés:</b>	SWE - Tindra Linnea SJOEBERG 3:2
<b>Észrevétel:</b>	Svéd riválissal kezdet, legalább ötször birkóztak már eddig mindig Noémi nyert, most ez nem sikerült neki 3-2es vereséget szenvedett, egyáltalán nem hozta azt a szintet, amit tőle megszokhattunk eddig. Motivált volt, jó sorsolása is volt, én döntőbe, de minimum bronzmérkőzésre számítottam, de sajnos a koncentráció hiánya kijött nála is.

## Vélemény és észrevételek

A felkészülés utolsó két hete Tatán zajlott fiatalokkal kiegészülve. Úgy éreztem a tábor ideje alatt, hogy a versenyzők jó állapotban vannak, elvégezték a munkát, és jó küzdőket láttam. Ebből a verseny viszont semmi nem tükröződött vissza. Sajnos megint szembesültem azzal, hogy erőltetjük az évi négy világversenyt, és ennek ez az eredménye, hogy teljes szétesés és dekoncentráció jön ki a mérkőzésre, és hiába edzenek a verseny előtti időszakban megfelelően, nem tudják már összerakni magukat. Erika, Szimonetta, Noémi, egész évben együtt készülnek, sok munkát végeznek el, és nem elvárható tőlük, hogy egy hónappal a felnőtt világbajnokság után ismét olyan állapotba kerüljenek, mint a fő versenyre. A következő évtől figyelniük kell erre, mert különben idő előtt ki fognak égni a versenyzők. Tisztában vagyok vele, hogy nem tudunk második sort kiállítani, de akkor is megoldást kell találnunk erre a helyzetre.

Állandó probléma még, hogy a felkészülés kilencven százalékát masszőr nélkül csináljuk végig, tudom, hogy nehéz jó embert találni erre a feladatra, de örülnék, ha erre találnánk megoldást a jövőben. Nehéz úgy készülni, hogy ugyanannyi a supportunk mint a kadet válogatottnak, de az elvárás értelem szerűen sokkal nagyobb.

A versennyel kapcsolatban egy két dolgot osztanék meg, először is a szállás Tiranában kritikán aluli volt 180 CHF/fő ért cserébe négy versenyző lakott egy szobában. Meleg vízzel nem találkoztunk. Tudom, hogy ez nem a magyar szövetség dolga és problémája, de az azért nyomasztó, hogy négy napig hideg maximum langyos vízbe kell zuhanyozni. Étkezés szintén elég szerényen volt megoldva, nem gondoltam volna, hogy 2023-ban ilyen szintű világbajnokságot még megrendezhetnek bárhol is.

A csapat a 14. helyen zárt 18 pont szerezzve. 2019 óta foglalkozom az U23-as csapattal, minden vb-n sikerült legalább pontszerző helyezést elérnünk, ez most sajnos nem sikerült, teljes mértékben vállalom a felelősséget és a következményeket a gyenge szereplésért.

**Martin Gábor**

## KÖTÖTTFOGÁS

<b>Verseny neve:</b>	U23-as Világbajnokság
<b>Verseny ideje:</b>	2023.10.27-29.
<b>Verseny helyszíne:</b>	Tirana (ALB)
<b>Induló országok száma:</b>	37 ország
<b>Korcsoport /szakág:</b>	U23 - Kööttfogás
<b>Indulók száma:</b>	205 versenyző
<b>Szakágvezető/edző:</b>	Lőrincz Viktor

<b>Induló neve:</b>	<b>Klányi Krisztofer</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	72 kg / 25 induló
<b>Elért helyezés:</b>	11. helyezett
<b>1. mérkőzés:</b>	Irfan Mirzoiev (UKR) – Klányi Krisztofer 15:7
<b>2. mérkőzés</b>	Klányi Krisztofer – STOLARCZYK P (POL) 3:3
<b>3. mérkőzés</b>	Klányi Krisztofer – NURULLAYEV R. (AZE) 2:1
<b>Észrevétel:</b>	Krisztofer számára jól indult az első mérkőzése az ukrán versenyző ellen, aki később ezüstérmet szerzett. Lenti helyzetből fordított emelésből szerzett 7:0 előnyt, amit sajnos nem tudott megtartani és elvesztette a mérkőzést. Sajnos egy mentális össze omlás történt, ami által rengeteg hibát követett el. A jövőben több hangsúlyt kell fektetni a mentális fókusz fenntartására az ő esetében. Az idei évben fejlődött az állás iramváltása, és végre ki tudta harcolni a lenti helyzetet. A fordított emelésére is nagy hangsúlyt fektetett az edzéseken, aminek meglett az eredménye.



<b>Induló neve:</b>	<b>Tösmagi Attila</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	77 kg / 24 induló
<b>Elért helyezés:</b>	<b>5. helyezett</b>
<b>1. mérkőzés:</b>	Hassan Saleh A BARNAWI (UAE) – Tösmagi Attila 0:10
<b>2. mérkőzés</b>	Khasay HASANLI (AZE) – Tösmagi Attila 9:1
<b>3. mérkőzés</b>	Tösmagi Attila - Deepak PUNIA (IND) 7:1
<b>4. mérkőzés</b>	Tösmagi Attila - Khvicha ANANIDZE (GEO) 3:1
<b>Észrevétel:</b>	<p>Attila az idei évben súlycsoportot váltott és a 77 kilóban versenyzett. Sajnos nem volt még elég ideje beleerősödni ebbe a súlycsoportba. A lenti támadásoknál nem volt meg a megfelelő erő és dinamika, ami alapfeltétele az ő fogásának. A lenti védekezésére további hangsúlyt kell helyezni, mert sokszor rossz felé mozdul és teljesen egyhelyben áll. A bronzmérkőzése, az előbb említett hibák miatt nem sikerült. Az állás birkózása javult az elmúlt időszakban, egyre többet dolgozik belülről, amiből ki tud alakítani zónaszéli szituációkat. Amire külön kell figyelni, amikor elfárad nagyon előre dől és szétesik az állás birkózása. Az 5. hely az ő esetében úgy gondolom nagy előre lépés, ugyanis még jövőre is ebben a korosztályban fog versenyezni.</p>

<b>Induló neve:</b>	<b>Dömök Péter</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	82 kg / 23 induló
<b>Elért helyezés:</b>	15. helyezett
<b>1. mérkőzés:</b>	Dömök Péte – Ruslan ABDIIEV (UKR) 2:5
<b>Észrevétel:</b>	<p>Visszatérő probléma nála a mentális készség fenntartása a versenyeken. Az edzéseken sokkal jobban tud teljesíteni, de amint belépünk a verseny hetébe megint csak előjön a mentális zavar. A lenti védekezése lassú és technikailag vannak hiányosságai. Egy régi sérülés miatt nem meri kirakni a kezét, ezáltal összeomlik az egész mozgása. Javasoltam neki a jövőben sportpszichológus segítségét, hogy fent tudja tartani a fókuszt a versenyeken.</p>

<b>Induló neve:</b>	<b>Takács István</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	87 kg / 21 induló
<b>Elért helyezés:</b>	<b>3. helyezett</b>
<b>1. mérkőzés:</b>	Hamza SERTCANL (SWE) – Takács István 0:7
<b>2. mérkőzés:</b>	Takács István – Magomed Abdulaevitch MURTAZALIEV (RUS) 1:6
<b>3. mérkőzés:</b>	Muhutdin Saricicek (TUR) – Takács István 1:3 tus
<b>4. mérkőzés:</b>	Takács István – Exauce MUKUBU (NOR) 2:1
<b>Észrevétel:</b>	István címvédőként érkezett a világbajnokságra és joggal várhattuk tőle, hogy most is fel tud állni a dobogó felső fokára. Nagyon hosszú éven van túl, elsősorban a felnőtt válogatottba kerülésért vívott komoly harcot Losonczy Dáviddal. A felnőtt Európa-bajnokságon 1. helyezést ért el, utána viszont alulmaradt a válogatókon. A versenyen kissé tompa és enervált volt a mozgása, ami nála nem megszokott. Érezhető volt az ő esetében, hogy mind mentálisan és fizikálisan megterhelő volt számára ez az év. Ennek ellenére megszerezte a magyar csapat egyetlen érmét, ami ezek fényében egy jó eredmény. A jövőben kiemelt feladat lesz az ő esetében a motiváció fenntartása és az edzések minőségi kivitelezése.

<b>Induló neve:</b>	<b>Szóke Alex</b>
<b>Súlycsoport / Indulók száma:</b>	97 kg / 21 induló
<b>Elért helyezés:</b>	11. helyezett
<b>1. mérkőzés:</b>	Lucas Alexandros LAZOGIANIS (GER) – Szóke Alex 4:4
<b>Észrevétel:</b>	Alex az idei évben egy gerinc sérv műtéten esett át, ami több mint 2 hónap kiesését jelentett számára. Teljesen kimaradt nála az utóalaposítás, ami elengedhetetlen része a felkészülésnek. 3 hét felkészülés állt a rendelkezésére, ami nagyon szűk volt a világbajnokság előtt. A versenyen egy szoros mérkőzésen maradt alul a német versenyzővel szemben. A lenti védekezésnél egy kimaradás miatt akciót hajtottak végre rajta, ami annak tudható be, hogy nem volt meg a megfelelő állóképessége. Azzal, hogy elindult a versenyen ilyen állapotban, azt jelenti, hogy vissza akar térni a felnőtt válogatottba. Nála is nagyon fontos lesz a motiváció és a hit fenntartása.

## Vélemény és észrevételek

Az U23-as világbajnokságon 5 súlycsoportban indítottunk versenyzőt, amiből egy bronzérmét és egy 5. helyezést sikerült elérnünk. Hosszú, megterhelő éven vannak túl a versenyzők, külföldi és hazai edzőtáborokban vettek részt a felnőtt válogatottal. Ennek megfelelően állítottuk össze az edzésprogramot, hogy megmaradjon a lendület a világbajnokságra is. A technikai és taktikai elemekre további hangsúlyt kell helyezni a versenyzőknek. Továbbá a tudatos és profi életmód fenntartása elengedhetetlen ahhoz, hogy komoly eredményt tudjanak majd elérni a felnőtt mezőnyben. A magyar csapat egyetlen érmét a kötöttfogás szerezte meg. A felkészülésben szeretném megköszönni Módos Péter szövetségi kapitány alázatos munkáját, illetve Hadi Gergely és Takács Ferenc segítségét is.

**Lőrincz Viktor**