

Jegyzetek 1-12

Jegyzetek a 2020. március 31-én véglegesített szöveggel kapcsolatban.

Az eredeti feldolgozásokat a 2013. április 20-21-ei 33 órás váltóúszás után nem sokkal, 2013. április 28. és május 14. között írtam, és „90 %-os” állapotukban léptem tovább a következő feladatok, aktuális rendezvények felé. Egy évvel később újra nekifogtam a váltóúszás feldolgozásának, és be kell ismernem, nem sokkal jutottam előbbre.

Ez a harmadik nekigyürkőzésem.

Csaknem hét év telt el a 33 órás váltóúszás óta, a szöveget olvasva és a képeket nézegetve mégis nagyon eleven az egész!

33 órás váltóúszás

I. rész

Jegyzetek 1-12



2. oldal: <http://www.elmenykulonitmeny.hu/team?id=290> Ilyen címen már nem található. Ez valószínűleg Nagy Kata aktuális, működő bemutatkozó oldala volt.

Nagy Kata élménykülönítményes bemutatkozását viszont most is elértem:

<https://elmenykulonitmeny.hu/jotekony-sportolo/nagy-kata/>

Biztonságból ide másolom, mielőtt ez is eltűnik...



[Bátor Üvegtigris](#)

Nagy Kata

III. Rotary Debrecen Félmaraton és Maraton / 5 fős maraton váltó

Szereném megragadni a lehetőséget, hogy a sport iránti szeretetemmel másokat támogassak.

Gyerekként gyakran táboroztam és tisztában vagyok vele, hogy abban a korban, az ott szerzett tapasztalatok milyen sokat jelenthetnek. Remélem minél több emberrel sikerül megismertetnem a Bátor Tábor céljait.

A Bátor Tábor Alapítvány tizenkét éve foglalkozik daganatos és krónikus beteg gyerekek élményterápiás táboroztatásával. Évente 750 súlyos beteg gyereknek biztosít sikerélményekben és megerősítésben gazdag vidám programokat – olyan kalandokat, amiktől a gyerekek új erőre kapnak, erősödik az önbizalmuk és a gyógyulásukba vetett hitük. Márpedig a gyógyszerek mellett ezekre is nagyon nagy szükség van a felépüléshez. Ahogy egy táborozó mondta: „Az orvosok az életemet, a Bátor Táborosok az életkedvemet adták vissza.”

Március 24-én én is ezekért az élményekért állok majd rajthoz a III. Rotary Debrecen Maratonon. Kérlek, állj mellém Te is, fogadd örökre egy kilométeremet egy-két ezer forint felajánlásával. Veled együtt messzebb jutunk.

[Vissza](#)

112 %

Adománygyűjtési cél:

200 000 HUF

Adományodat daganatos és krónikus beteg gyerekek élményterápiás táboroztatására fordítjuk. Felajánlásodat online fizetéssel, banki átutalással vagy postai csekk igénylésével is megteheted. [Kattints ide!](#)

- Csapat eddig gyűjtött: 224 054 HUF

Az adományvonalról ide másolom saját adományomat és üzenetemet, amely utal a jótékony sporttal kapcsolatos terveim akkori állására (Rentka László megjegyzése 2020. március 31-én)

2013. március 16. 14:26

Dr. Rentka László

25 000 Ft-tal támogatja Nagy Kata kampányát

HAJRA, BÁTOR KATA! FODOR GYURIVAL ÚSZÁSBAN VALAMI HASONLÓT TERVEZÜNK A NYÁRON!

A Bátor Üvegtigrisről:

<https://elmenykulonitmeny.hu/csapatok/bator-uevtigris/>

2. oldal: az 1. kép szereplőiről

Nagy Kata biológia szakon végzett a Debreceni Egyetemen. Az egyetemi és a Debreceni Szenior Úszó Klub csapatának lelkes tagja volt hosszú évekig sok közös edzéssel, versennyel, váltózással. Néhány éve Budapesten él.

Bana Richárd azóta dr. Bana Richárd lett, és háziorkosként az egészségügy első vonalában dolgozik. Az első vonal ma sokkal többet jelent a szokásosnál, lásd a lap alján az internet által feldobott híreket.

MEFOB úszóbajnokságon, triatlonversenyeken, szenior úszóversenyeken indul. Az Orvosok Világjátékán is eredményesen szerepel:

<https://haon.hu/sport-jasz-nagykun-szolnok/bana-richard-ermekkel-tert-haza-az-orvosi-vilagiatekokrol-2446531/>

<https://www.dehir.hu/sport/aranyermmel-tert-haza-a-balmazujvarosi-rezidens-az-orvosi-vilagiatekokrol/2018/06/22/>

<https://haon.hu/jasz-nagykun-szolnok/sport-jasz-nagykun-szolnok/az-ujvarosi-rezidens-lett-a-legjobb-3239245/>



2020. március 31-én jelen írás szerkesztése közben ezeket a híreket dobta fel az internet:

KORMÁNY  INFORMÁCIÓ

KIJÁRÁSI KORLÁTOZÁS!

2020. március 28. – április 11.

www.koronavirus.gov.hu

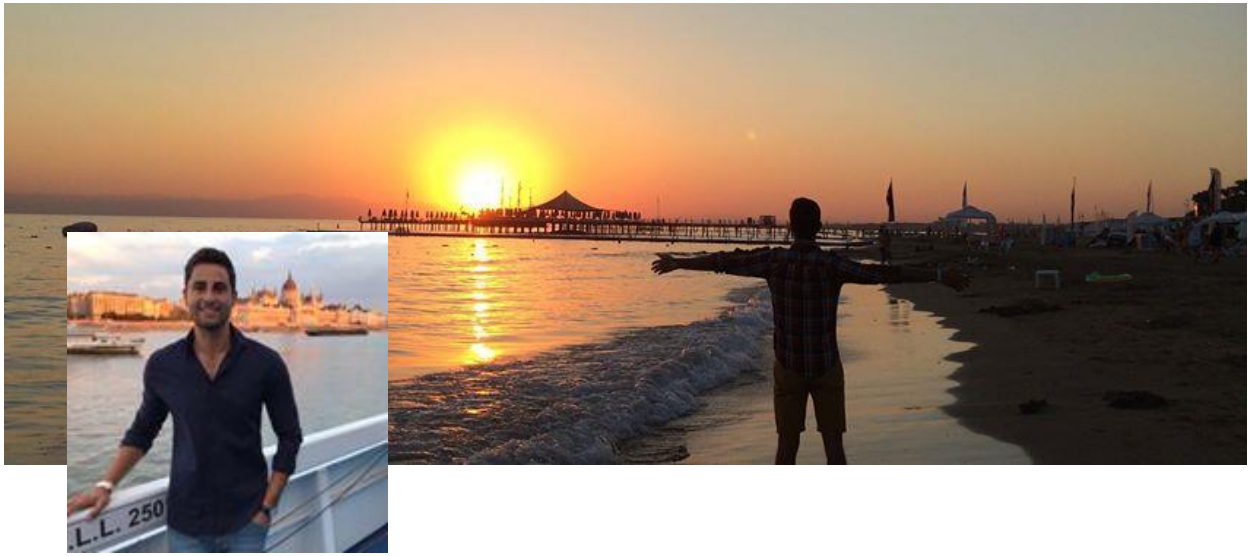
Közéleti Magyarország Kormányának megbízásából.

A járvány ideje alatt az
**előfizetőinknek
ajándékba
adjuk a digitális
lapszámokat!**



**Kattintson
a digitális
lapszámért!**

A fotó harmadik szereplőjéről, Füsti-Molnár Bencéről: azóta már végzett növényorvosként is gyakran látogatta a Debreceni Egyetem Úszóklub edzéseit.



4-5. oldal:



A Nick Vujicic képek közül stílusosan ezt a medencébe ugrókat választottam. Érdekes az interneten bőségesen fellelhető képek, cikkek és videók alapján megismerkedni a motivációs trénerrel!

Nicholas James Vujicic ([Melbourne](#), [Victoria](#), [1982. december 4.](#) -) nemzetközi híró [prédikátor](#), szónok, [motivációs](#) tréner, aki a karok és lábak nélkül született emberként vált híressé. Előadásainak témái a fogyatékoság, a remény és a [keresztény hit](#).

5. oldal:

A hivatkozott oklevél jól olvasható szkennelt képe

EMILÉKLAP

.....
részére, aki

a 2013 perces váltóúszáson részt vett

Rendező:

A Debreceni Szenior Úszó Klub

Társrendezők:

**A Smaragd Delfin az Egészségért Alapítvány
„DISZ&Ügyvédek”**

**Debreceni Egyetem Úszó Klub
EXTRÉM Csapat**

További résztvevő csapatok:

Debreceni Úszó Sportegyesület (DUSE)

Herpály SE Berettyóújfalu

DSC-SI triatlonisták

Pepe SE

Debreceni Aqua Sport Egyesület

Támogatók:

Beregszászi Pál Szakközépiskola és Szakiskola, Pepesport,

Élménykülönítmény, Ráthonyi Kft. Traubisoda, Carpe Diem Teaház,

FESS Fürdőruha Kft., Derecske Alma és valamennyi résztvevő!

Beregszászi Pál Szakközépiskola és Szakiskola uszodája

/Debrecen, Jerikó u. 17-19./

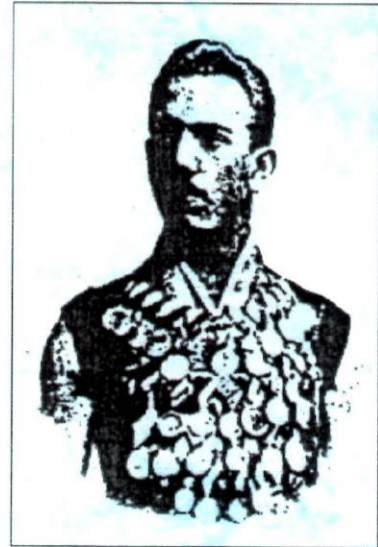
Debrecen, 2013. április 20-21.

Idén 13. alkalommal rendeztük meg a “33 órás” váltóúszást!

<http://elmenykulonitmeny.hu/esemeny?kid=13> <http://www.dszuk.hu/> <http://www.smaragddelfin.hu/>

<http://www.duse.hu/> <http://www.teautja.hu/> <http://www.webpcmatrix.hu/pepesport/>

<http://bujfalu-hse.gportal.hu/> <http://www.dbsportcentrum.hu/sportiskola/triatlon/edzok.aspx>



Hajós Alfréd, a magyar sport első olimpiai bajnoka az 1896. évi olimpián a 100 méteres és az 1200 méteres úszásban is győzött. A helyi úszószövetség 1976 óta rendezi meg a Hajós Alfréd nemzetközi emlékversenyt Debrecenben és Hajdúszoboszlón.

A DISZ úszószakosztálya és a Debreceni Szenior Úszó Klub tagjai és a felhívásunkhoz csatlakozó sportbarátaink 1993 óta több, mint 10000 alkalommal úszták le rendezvényeinken az 1200 méteres "Hajós Alfréd-mérföldet".

7. oldal:

A három időeredmény kiderítése komoly papír alapú kutatómunkát igényel, most mellőzöm. Legalább lesz indok még egyszer a témához nyúlni!



7-8. oldal: Cikkek kincsestára!

A HAJDÚ-BIHAT Napló TÁJ-KÉP mellékletében sok írásunkat közölték. Ilyen cikkekre bukkanhatunk honlapunkon a megadott linkeken:

1993. október 7.

TÁJ-KÉP

Hajós Alfréd-mérföld – előszőr

Debrecen (HBN – R. L.) – Bár már javában az őszben járunk, pillantsunk egy kicsit vissza a nyár végét követő napokra. A vízisportolók és az úszást kedvelők immár hagyományos nyárbúcsúztató uszodai rendezvényét idén szeptember 12-én – vasárnap – a DISZ úszószakosztálya szervezte meg.

Reggel 6 órától a SUTE (a Spártai Úszók és Természetjárók Egyesülete) tagjai és a strand törzsközönsége rótt a hosszakat az 50 méteres versenymedencében, a szemerkélő esőben. Közülük többen teljesítették a 100 méteren és 1200 méteren kiírt Hajós Alfréd- emléktávot.

Délben még esett az eső, de egy órától már elfogadható időjárás mellett került sor a Hajdúszoboszlóról, Hortobágyról és Püspökladányból érkezett ötven általános iskolás úszó és triatlonista részére rendezett 25, 50 és 100 méteres versenyúszásokra. A rendezvényen a debreceni Angyalföld Téri és Vénkerti

Általános Iskola és a Tóth Árpád Gimnázium tanuló vettek még részt.

Mivel ez volt az 1200 méteres Hajós Alfréd-mérföld első nyilvános teljesítési lehetősége, talán érdemes hogy felsoroljuk, kik is úszták végig a távot: Kocsár László, Újlaki Péter, Tóth Lajos és Hegedűs Erika az Oxigén Klubból; Lövei Zsolt, Legoza Józsefné, Rentka László és Szűcs Kornélia a DISZ úszószakosztályából; Molnár János, Győri Tibor, Kerekés Csaba, Zsamboki Zoltán, Gara Zoltán és Szilágyiné Tóth Irén Püspökladányból, Jakabné David Emília és Biriné Szabó Éva Hajdúszoboszlóról, Suller Balázs és Solymos Péter a debreceni Tóth Árpád Gimnáziumból; Ötvös Imre úszómeszter a nagyerdei strandról, Papp Ferenc a Debreceni Búvárklubból, Dániel Péter a SUTE-ből, valamint Rajmüller László, Solymosi József, Egerházi Anikó és Nagy Imréné. Az időeredmények 18 perc 30 másodperc és 38 perc 58 másodperc közöttiek voltak.

Hajós Alfréd, a magyar sport első olimpiai bajnoka az 1896-os olimpián a 100 méteres és 1200 méteres úszószámokban is elsőként ért célba. Közeleg sporttörténeti győzelmeinek centenáriuma.

A debreceni úszószövetség – az országban egyedülálló módon – már 18 éve ápolja évenkénti úszóversenyével Hajós Alfréd emlékét. 1996-ban, a budapesti világkiállítás és az atlantai olimpia évében Debrecenben – a nagyerdei strandon – uszodai, Debrecen környékén – valószínűleg a látóképi 1-es víztározóban – nyílt vízi 1200 méteres nemzetközi úszóversenyt terveznek, amelyen az úszókon és szenior úszókon kívül más sportágak képviselői és – a Balaton átúszásához hasonlóan – „amatőrök”, gyerekek és felnőttek is indulhatnak. A DISZ úszószakosztálya addig több előversenyt rendez, legközelebb október 10-én és 17-én – vasárnap – 9 órától az Újkerti Általános Művelődési Központ 25 méteres tanuszodájában.

Az úszás hozta össze őket

Naplószerűen egy baráti társaságból lett szakosztály életéről

Debrecen (HBN – R. L.) – A Debreceni Demokratikus Ifjúsági Szövetség (DISZ) úszó szakosztálya 1992. november 17-én alakult meg 34 alapító taggal. A szakosztály megalakításával egy évек óta alkalmi uszodai rendezvényeket tartó sportbaráti közösségnek teremtett a DISZ rendszeres sportolási és rendezvénytartási lehetőséget, és a fél év alatt 60 főre gyarapodott szakosztály számos területen élt ezzel a lehetőséggel.

A tagságot főleg családok és volt úszók alkotják a 4 és 75 év közötti korosztályokból. Tiszteletbeli tagjaik: Krasznai Róbert, a senior úszók tavalyi indianapolisi világbajnokságának bronzérmese; Puskás Pál, a helyi úszószövetség elnöke és Rentka László nyugalmazott úszóedző (a szakosztály csaknem valamennyi tagját ő tanította úszni az elmúlt évtizedekben).

A szakosztály rendszeres hétvégi uszodai foglalkozásokat tart saját tagjainak az Újkerti Általános Művelődési Központ tanuszodájában. A foglalkozásokon a gyerekek és a szülők is úszhatnak: Alkalmi úszásoktatás is folyik, de a rendszeres úszótanfolyamokat nyáron rendezik.

A debreceni iskoláknak év elején pályázatot írtak ki díjtalan uszodai foglalkozásokra. Valamennyi pályázót, szám szerint nyolc iskolát láttak vendégül egy vagy több alkalommal. Így például az Angyalföldi Téri Általános Iskolát, amely a létszámrekorder volt 102 és 110 résztvevővel; a Kinizsi Pál Általános Iskolát (Az uszodai foglalkozáson vendégük volt Csász Imre olimpiai bronzérmes cselgáncsozó, az iskola volt tanulója. Ő vezette a vízi kosárlabdázást.); a Hatvani István Általános Iskolát (Ebből az iskolából 15 gyerek egyébként is tagja a szakosztálynak. Mestyán Szabolcs ötödikes tanulójuk révén, aki országos bajnok uszonyos úszó, a Debreceni Búvárklub uszonyos-úszó- és könnyűbúvár-bemutatót tartott a foglalkozáson), a Haláp tanyai általános iskolát (Az ő többszöri fogadásuk igazán missziós feladat, hiszen az általános iskolásoknak „kötelező” úszásoktatásban az összevont osztályok-



Challenge Day. „Sokan voltunk” Fotó: Szakosztályarchívum

ban tanuló gyerekek mind-egyik nem részesültek.). A Lilla téri, a Tóthfalusi Sándor és a Békessy Béla Általános Iskola tanulóit és tanárait fogadták még uszodai foglalkozásaikon. A Dienes László Egészségügyi Szakközépiskolával is folyamatos a sportkapcsolatuk.

Egyik foglalkozásukat a DOTE Gyermekgyógyászati Klinika „Gyermekeinkért” alapítványa javára tartották, melyen a résztvevők adományaiból 5000 forint gyűlt össze.

1993. április 18-án tiszteletbeli tagjuk, Rentka László nyugalmazott úszóedző, testnevelő tanár 75. születésnapját segítették rendhagyó módon, az újkerti tanuszodában megrendezni, amelyet volt tanítványai kezdeményeztek.

1993. május 9-én 10 kilométeres úszást tartottak a nagyatádiak Cetrend versenyfelhívásához csatlakozva az ÚAMK 25 méteres fedett tanuszodájában. Amíg két pályán a fejenkénti 400 hosszatt rötta a négy induló – Nagy Emese, Legoza Józsefné, Lövei Zsolt és Szabados József –, addig a másik két pályán iskolásoknak és a szakosztály tagjainak tartottak váltóversenyeket és 1 kilométeres úszást.

Az úszószövetség minősítő versenyén hat gyermek úszójuk kapott úszóversenyzői engedélyt. Több tagjuk már versenyzőként, sőt, visszavonult versenyzőként lépett be a szakosztályba.

1993. május 26-án a nagy-erdei strandon a kihívás napja uszodai rendezői között volt a szakosztály, természetesen a többi vízi sportág kép-

viselőivel együtt. A szakosztály szerkesztette és adta ki a Challenge Day Híradót, amelyet a kihívás napjára készülő műhelykiadványának szántak. Szeptemberre újabb számot szerkesztenek.

1993. június 6-án uszodai foglalkozásukon tizenegyen teljesítették tagjaik közül az általuk Hajós Alfréd-mérföldnek elnevezett 1200 méteres távot. A legfiatalabb úszó a 11 éves Szabados Csaba, a legidősebb a 75 éves Rentka László volt.

Ösztöl szeretnének úszótanfolyamot, illetve uszodai foglalkozásokat tartani mozgássérült, asztmás és Down-kóros gyerekeknek, természetesen orvosi ellenőrzés mellett. Elkezdik kampányukat is az 1996-os centenáriumi Hajós Alfréd úszó emléktversenyre. Szeretnék, ha foglalkozásaikon minél többen teljesítenék a 100 méteres és az 1200 méteres távot. (Ezen a két távon nyert olimpiai bajnokságot – közöttük Magyarország első újkori olimpiai bajnokságát – Hajós Alfréd 1896-ban.) A helyi úszószövetség, amely hazánkban egyedülálló módon már tizennyolc éve ápolja évenkénti versenyével Hajós Alfréd emlékét Debrecenben, javaslatukat is figyelembe véve a medencei úszóversenyen kívül nyílt vízi csoportos nemzetközi Hajós Alfréd-emlékversenyt is tervez 1200 méteres távon.

Szeretnék továbbra is közös rendezvényekkel összefogni a különböző vízi sportok képviselőit, és más sportágak képviselőivel is közös uszodai és szárazföldi rendezvényeket terveznek.

Úszás és korfball

KISS ERZSÉBET

Debrecen (HBN) – A debreceni Bocskai István Általános Iskola tornatermében és uszodájában nonstop üzem folyik reggel nyolctól este hatig. Azok a szerencsés vidéki diákok, akiknek nevelői vállalták, hogy a nyári szünetben bekísérik őket a foglalkozásokra, tíz alkalommal napi kétórás edzésen vehetnek részt.

– Hogyan választották ki a részt vevő iskolákat? – kérdeztem Juliusz Lászlónét a megyei diáksportszövetség titkárát.

– Nem mi választottuk ki őket, pályázni lehetett a felkínált lehetőségre. Nagyon fontos lenne, hogy minden gyermek tanuljon meg úszni, ha lehet minél előbb. Sajnos megyénkben kevés az oktatásra alkalmas vízfelület. Harmadik éve biztosítottunk anyagi támogatást, oktatókat és teremlehetet, hogy a költségek se jelentenek akadályt.

– Hányan éltek a felkínált lehetőséggel?

– Élhetek volna többen is. E nyárra tizenhét iskola jelezte részvételi szándékát, akiknek 15-20 ezer forint hozzájárulást biztosítottunk, gyermeklétszámtól függően. Tépe, Hosszúszályi, Fülöp, Pocsaj, Bodaszőlő, Létavétes két iskolája, a hajdú-böszörményi 4-es iskola diákjai vállalták a beutazást Debrecenbe. Nagyhegyes, a berettyóújfalui 5-ös, Almós, Nagykereki, Nyiracsád, Szentpéterszeg, a balmazújvárosi 1-es, a hajdúszoboszlói 6-os általános iskola diákjai, valamint a biharkeresztesi gimnazisták vagy a helyi strandot, vagy Szoboszló és Püspökladány furdóját választották az oktatás helyszínéül.

– Akik Debrecenbe jöttek, az úszáson kívül még egy kuriozumnak számító sportággal is megismerkedhetnek.

– Ez a korfball. 1990 óta törekszünk a holland eredetű sportág elterjesztésére megyei és országos szinten egyaránt, a Debrecenben működő országos szövetséggel karöltve. Egyre többen ismerkednek meg és kedvelik a fiúkat és lányokat egy időben szerepeltető labdajátékot. Különösen vidéki viszonylatban látom fejlődésének kedvező feltételeit. Csúspán egy ötös méretű focilabda és két állvány kell hozzá, melyet bárhol fel lehet állítani, fűves, bitumenes, sálakos, homokos küzdőtérre egyaránt, variálható pályamérettel. A foglalkozásokat úgy tervezzük, hogy az iskolai csoport egyik fele, 15-20 fős uszodában van, a másik fele a tornateremben gyakorol. Egy óra elteltével cserélnek. Most augusztus 6-ig, illetve augusztus 9-től 19-ig tart az oktatás. Jövőre remélhetőleg következik a folytatás, még több iskola bekapcsolódásával.

Harminchárom órás váltóúszás

Debrecen (HBN - R. L.) - Hajós Alfréd 1896. április 11-én nyert olimpiai bajnokságot a görögországi Pireusznál, a Zea-öböl 11-12 Celsius-fokos vízében a 100 méteres és az 1200 méteres úszásban. Debrecenben a helyi úszószövetség 1976 óta ápolja évenkénti emlékversenyevel Hajós Alfréd emlékét, s terveik között szerepel az 1996-os, centenáriumi emlékverseny méltó megrendezése. A DISZ úszószakosztálya pedig 1993. június 6. óta számos versenyt rendezett az 1200 méteres „Hajós Alfréd-mérföldön”. Tizenegy órás váltóversenyük egy nap híján 98 évvel követte a magyar olimpiikon legendás úszását.



A 10 kilométeres egyéni táv teljesítői: Vass Tibor és Horváth Zoltán
Fotó: Magánarchívum

Hónapokig tervezgették - 1994. április 10-én - vasárnap- reggel 8 órakor elkezdtek. Öt csapat indult az Újkerti Altalános Művelődési Központ tanuszodájában a Hajós Alfréd tiszteletére rendezett váltóúszáson, és 11 órával később, este 7 órakor valamennyi célba is ért. A váltók tagjai arra törekedtek, hogy 1200 méterenként váltva egymást, minél nagyobb távot tegyenek meg a 11 óra alatt.

Az Oxigén Triathlonklub és a Debreceni Búvárklub tagjai végig kemény iramot diktáltak. A Szepesi SE mindössze négy úszóval indult, de a verseny második felére néhány segítőtűk is akadt. Két vegyes csapatban a rendező DISZ úszószakosztályának tagjain kívül bárki rajthoz állhatott.

A váltóúszáson összesen 72-en vettek részt, és az úszók 167 alkalommal teljesítették az 1200 méteres Hajós Alfréd-mérföldet. A végeredmény: 1. Oxigén Triathlonklub (43 750 méter), 2. Debreceni Búvárklub (40 950 méter), 3. Szepesi SE (36 200 méter), 4. I. vegyes csapat (34 850 méter), 5. II. vegyes csapat (27 000 méter). A verseny során ketten teljesítették folyamatosan úszva a 10 kilométeres egyéni távot: Vass Tibor 2 óra 41 perc 54 másodperc alatt, és Horváth Zoltán 3 óra 1 perc 40 másodperc alatt. A tavalyi négy debreceni úszó után így ök is felkerültek a nagyatádi Solar Club által vezetett Cetrend-ranglistára, korosztályukban a 2. és 4. helyet elfoglalva. Az Oxigén Triathlonklub győztes csapata és a legma-

gasabb átlagos életkorú (34 év) I. vegyes csapat egy évre elnyerte a debreceni vízművállalat által felajánlott két vándorszerleget.

A résztvevők megegyeztek abban, hogy 1994 novemberében háromszoros teljesítményre próbálkoznak: Hajós Alfréd olimpiai győzelmeinek közelgő centenáriuma alkalmából 1996 perces (33 óra 16 perces) váltóúszásban indulnak. A versenyen egy lakossági csapatban bárki részt vehet. Az érdeklődők vasárnap délelőttönként az Újkerti tanuszodában (Debrecen, Jerikó u. 17-19.) a DISZ úszószakosztályának foglalkozásain jelentkezhetnek próbászásra. Bővebb felvilágosítást Renka László, a verseny szervezője ad délelőttönként a 416-222/223-as telefonszámon.

Megyei másodosztályú labdarúgó-bajnokság

5. forduló (szeptember 10-11.):

Görbeháza-Tiszacsege 3-0 (1-0). Góllövők: Szóke Z, Kocsis. Jó iramú, kemény mérkőzésen a hazaiak nagyobb arányban is győzhettek volna. Ifj.: 0-2 (0-0). Hajdúszovát-Szentpéterszeg 1-5 (1-2). Góllövők: Varga, illetve Lakatos F. 2, Lakatos T., Olajos, Muzsnai. Megérdemelt vendéggyőzelem. Ifj.: 7-0 (4-0). Tépe-Hajdúszámon 1-3 (0-1). Góllövők: Vadász, illetve Bíró, Dusa, Krasznai. Nehezen, de megérdemelten nyertek a sámsóniak. Ifj.: 1-14 (0-8). Kőröszegapáti-Bárán 3-2 (1-1). Góllövők: Spiró, Berke, Rövid, illetve Mosdóci, Szónyi. Küzdelmes mérkőzésen igazságos eredmény. Ifj.: 3-2 (0-0). Sárrétudvari-Komádi 2-2 (0-0). Góllövők: Hegedűs, Laskai, illetve Méhes, Erdei. Igazságos eredmény, jó iramú mérkőzés. Ifj.: 1-10 (0-7). Nyírábrány-Nagyhegyes 1-2 (1-1). Góllövők: Szabó, illetve Kunkli, Szegedi. A hazaiak idegesen és gyengén játszottak. Ifj.: 5-0 (1-0). Hajdú Volán-Csökmő 3-0 (1-0). Góllövők: Lakatos, Szabó L., Gulácsi. A Csökmő csapata nem tanúsított nagy ellenállást. Ifj.: 16-1 (9-0). Nádudvar-Polgár 0-0. Igazságos pontostozkodás. Ifj.: 1-1 (0-0).

Körzeti bajnokság

Debreceni körzet, 3. forduló (szeptember 11.): D. Haladás-Újtikos 4-1. Góllövők: Tóth L., Tóth Cs., Asztalos Z, illetve Balázs. Fülöp-Hortobágy 2-2. Góllövők: Kovel, Balogh L., illetve Szabó J., Iváncs. Ebes-Egyek 2-1. Góllövők: Bana, Szabó, illetve Kun. Nyírmartonfalva-Imperial-DTE 2-1. Góllövők: Gyarmati, Szemán és Görög (Imperial, öngól). A mérkőzések sportszerűek voltak.

Püspökladányi körzet, a 2. forduló (szeptember 4.) két eredménye: Kismarja-Bihartorda 2-5 (1-2). Góllövők: Polgári 3, Horváth, Papp S. (Bihartorda), Kocsán öngól. Váncsod-Monostorpályi 0-3 (0-2). Góllövők: Basa 2, Gyügyei.

3. forduló (szeptember 11.) Pocsaj-Kismarja 6-1 (6-1). Góllövők: Jónás 2, Lakatos, Pongor, Móni (Pocsaj), Gulács 1+öngól (Kismarja). Biztos hazai győzelem. Biharnagybajom-Záska 0-9 (0-2). Góllövők: Duró J., Kovács A. 2, Szántó, Roza 3, Bárcsi 2. A vendégcsapat végig jobb volt. Nagyrábé-Tétetlen 0-0. Jó iramú mérkőzés, igazságos eredmény. Bihartorda-Sáp 2-2 (0-1). Góllövők: Gyóri Zs., Polgári Zs. (Bihartorda), Papp K., Papp B. (Sáp). Durvaságokkal tarkított mérkőzés, igazságos eredmény. Berekbőszörmény-Mezősas 4-1 (2-0). Góllövők: Turi, Török S. 3, (Berekbőszörmény), Kovács (Mezősas). Monostorpályi-Hencida 5-0 (4-0). Góllövők: Basa 2, Rácz, Gyügyei, Zara. A hazai csapat végig jobb volt.

MOZDULJUNK!

(3.)

Csapatjátékok az uszodában

KISS ERZSÉBET

Néhány hete indított sorozatunk harmadik részében vízi ügyességi játékokat ajánlunk a mozgagni vágyók figyelmébe.

A kiütős játéknál hangos visongások kísérik a labda előli sikeres vízbemerüléseket. Megtévesztésként, cseles megoldásként alkalmazható a labda ugratása a vízben, így a felpatanás kiszámíthatatlannabbá válik.

Lovascsata: A résztvevők párokban helyezkednek el szétszórva a kijelölt játéktéren. A nagyobbak hátukra veszik a kisebbeket. A játékvezető jelére megindul a csata. A cél a lovakat megfosztani lovasuk-

tól. Karjuknál fogva kell megpróbálni őket vízbe dönteni. A vízbe borult pároknak el kell hagyni a játéktérrel. Amelyik pár győz, 10 pontot szerez csapatának.

Vízlabda: A játék eredményének legigazságosabb eldöntésére a legmegnyugtatóbb eszköz a vízlabdakapu használata lenne. Am ennek hiányában se mondjunk le erről az izgalmas játékról. Próbálkozunk ideiglenes megoldásokkal (bója, úszóöv, cölöp, ...). A versenyt meghatározott időre, 2x15 percre tervezzük. Ha körmérkőzés formájában, több csapat részvételével bonyolítjuk, a maximális játékidő 2x5 perc legyen. A játék a labda megszerzésével kezdődik. Ezt megszabhatjuk úgy, hogy a két csapatki-

tány úszással szerezzék meg a labdát, de játékba hozhatjuk a kosárlabdához hasonlóan feldobással is. Gól esetén középkéz és mindenki a saját térére megy vissza. Szabálytalanság esetén: ellökésnél, víz alá buktatásnál szabaddobást ítélnék a vetlen csapat javára. Súlyosabb esetben kiállítás, vagy a kapu közelében büntetődobást ítélnék.

Labdacica vízben: A játékosok körben helyezkednek el és adogatják egymásnak a labdát. A kör közepén állnak a „cicák” - 2-3 fő - és a labdát meg akarják szerezni. Akinek sikerül, kiáll a körből és helyet cserél azzal a játékosal, akinek a labdáját sikerült megszereznie. Biztassuk a gyerekeket a bátor vetődésre, a labdátért.

A 101. évforduló is igen fontos!

Az előző esztendő számunkra Hajós Alfréd olimpiai győzelmeinek centenáriuma jegyében telt el – emlékeztet a Táj-Képnek küldött levelében Rentka László, a DISZ úszószakosztályának vezetője, a Debreceni Szenior Úszóklub elnöke, a Hajós Alfréd-centenáriumi rendezvények szervezője. Írását az alábbiak szerint közöljük:

Harmincöt, vasárnapi tanuszodai foglalkozásunkon alkalmanként ötven-tizen úszót le az 1200 méteres Hajós Alfréd-mérföldet (1896-ban ez volt a sportoló második győztes tája). Kétszer rendeztük meg a nyolcórás éjszakai úszást, amelyen több mérföldes távot is lehetett teljesíteni.



A makói verseny érmesei
Fotó: Magánarchívum.

A Dózsa-Termál SE két tizenhat éve úszója (Lengyel Bulcsú és Tacsai Krisztián) például 10 mérföldet, azaz 12 kilométert úszott a novemberi rendezvényünkön. Szintén kétszer rendeztük meg a Hajós-centenáriumi jegyében különleges versenyünket, az 1996 perces váltóúszást (összesen közel négyszáz résztvevővel). Országos versenyfelhívásunkra harminc településről, mintegy kétszázán válaszoltak az úszóeredményeik beküldésével.

Némileg személyes vonatkozású, de mindenképpen a város és a sportág hírnevét öregbíti, hogy édesapám, id. Rentka László nyugalmazott testnevelő tanár, úszóedző 1996 március 15-én megkapta Debrecen kitüntetését, a Hajós Alfréd-díjat, amely a személyes elismerésen kívül az elmúlt évtizedek debreceni úszósportjának értékelését is jelentette.

A kiváló csapatát szerveződétt debreceni szenior úszók öt, Debrecen kívüli versenyen szerepeltek, közel kétszáz dobogós helyezést, egy csapatverseny-győzelmet (Makón), egy csapatverseny harmadik helyezését (Gyulán) megszerezve. A szenior úszók az úszósövetség Hajdúszoboszlón megrendezett nemzetközi Hajós Alfréd-emlékversenyén is elindultak.

1997-ben folytatjuk az 1993-ban megkezdett és sikeresnek bizonyult rendezvénysorozatunkat. Mottónk: Nekünk a 101. évforduló is fontos!

Csecsemők is úsznak közöttük

Szűnni nem akaró versenylázbán a DISZ-esek és a szeniorok

Debrecen (HBN – HeP) – Debrecen azon úszói, akik nem igazán a versenysportot képviselik (de azért nem idegenkednek egy jó kis erőpróbától), igen jó lehetőségeket élvezhetnek a DISZ úszószakosztályának jóvoltából, immár ötödik éve. Munkájuk elsősorban családokra és gyermekekre épül, és szoros az együttműködésük a Debreceni Szenior Úszóklub tevékenységével is.

Az utóbbi tömörítés 1995 októberére óta működik, és már öt nagyobb megmérettetésen is szerepelt. Tagjai többek között egy gyulai országos versenyen is indultak, ahol csapat kategóriában harmadik helyezést értek el, egy makói országos versenyen pedig – 96 dobogós helyezéssel – csapatsők lettek. A résztvétel mindig saját zsebből állják, sőt olykor egymást is kisegítik, ha az szükséges. Rentka Lászlótól, a két társaság vezetőjétől többet is megtudhatunk a klubok működéséről, ideai terveiről.

– A két klub olykor egymást váltva segíti a másikat – avatott be a kulisszatitkokba a sportaktíva. – Hiszen gyakorlatilag mindössze akkora összeg áll rendelkezésünkre, hogy az Újkerti Általános Iskola és Művelődési Központ tanuszodájában hetente egy alkalommal medencét béreljünk, és hogy évente néhány versenyt rendezzünk. Az uszodában vasárnaponként mindenkit szívesen várunk, aki a strandolást meghaladó szinten szeretne foglalkozni az úszással.

– Mit tudnak nyújtani az érdeklődőknek?

– A már ismertek gyakorlása mellett lehetőség van újabb úszásnemek elsajátítására, s edzéshez, versenyeken való részvételhez is segítséget tudunk adni. Az igazán egyszerű dolog pedig az, hogy felnőttek és gyerekek mindezt együtt tehetik meg, akár az egész családdal közösen. Érdekességként említhetem, hogy Molnár István vezetésével az egyévesnél fiatalabb gyermekek úszástanítására is van lehetőség a szülőknek. Ez az úgynevezett életosztónúszótanfolyam, amelyen ő az USA-ban vett részt a gyermekével.

– Mindez persze csak másodlagos...

– Fő profilunk az, hogy gyakorlatilag minden korosztály és minden úszásszint meg tudjon lenni egymás mellett egy medencében. Erre találtuk ki a harminchárom óránál is hosszabb, úgynevezett ezerkilencszázkilencvenhat perces váltóúszást is. A tavaly kétszer kiírt viadalsorozaton kétszáz-kétszáz résztvevő jelent meg, és saját tudásának és technikájának megfelelően úszta le a Hajós-mérföld ezerkétszáz méterét.

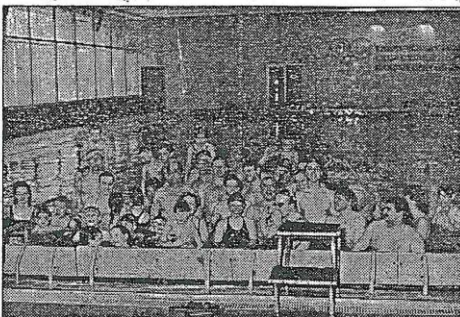
– Terveznek új rendezvényeket is erre az évre?

– Csapatunk mindig előretekintő; minden egyes alkalommal azt kérdezzük, vajon el egymástól, hogy vajon mikor találkozunk legközelebb – nem pedig azt emlegetve, hogy milyen jó volt ez meg az. Idei terveink között továbbra is szerepel az említett, tanítási időben, reggel kilenc óra és dél között zajló, nyílt foglalkozásaink megtartása: Ha lesz elég energiánk, ebben az esztendőben is egy sikeres

szerepmesei. Egy nyugdíjas orvosprofesszor Szorópusztáról értesített bennünket, hogy tanyájáról egy uszodába beszállva az utolsó pillanatban csatlakozott, és teljesítette a távot. De voltak olyan barátaink, akik Hollandiában vagy az Égei-tengeren teljesítették a Hajós Alfréd-emléktávot. Legalább kétezer ember vett részt a demonstráción, amit idén is szeretnénk folytatni.

– Mindezt pusztán lelkesedésből...

– Csapatunkat úgy állítjuk össze, hogy azok körülbelül egyharmadát volt úszók, másik harmadát pedig évek óta kitaró amatőrök alkotják. A harmadikba újoncok is bekerülhetnek. Noha mi egy amatőr társulat vagyunk, idén a hajdúszoboszlói uszodában meg fogjuk tartani az első országos versenyünket is. Május tizedikén és tizenegyedikén a Szenior és a hajdúszoboszlói gyógyfürdő rendezésében kerül sor erre, amikor is gyermek- és családi versenyszá-



Az igazán nagyszerű dolog az, hogy felnőttek és gyerekek, akár egész családok együtt úszhatnak. Fotó: Magánarchívum.

versenysorozaton vehetünk részt. A váltóúszásunk idén ezerkilencszázkilencvenhat percesre növekszik, és két alkalommal is megrendezzük.

Pásztai Csaba, volt úszó-öttszázó családjának a megsegítésére is szervezünk úszóakciót, ahol az érdeklődők ötperces úszással vehetnek majd részt.

– Tavaly nagy sikerű volt a Hajós Alfréd-emlékúszással.

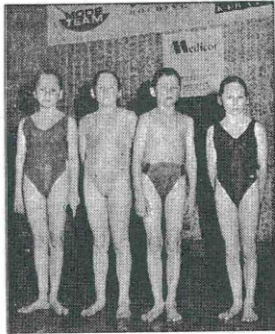
– A Hajós Alfréd olimpiai győzelmeinek centenáriumi éve után az a mottónk, hogy nekünk a százegyedik év is fontos. Tavaly valóban nagy sikert értünk el az akcióval, amelyhez az ország számos pontján csatlakoztak az úszás

monkát is lebonnyoltunk. Az ÚAMK-ban már most várjuk azokat, akik segítséget akarnak kapni az erre való felkészüléshez.

– Meglehetősen vegyes a generációs összetételük.

– Tagjaink között tulajdonképpen a csecsemőktől a nyolcvan éven felüli nyugdíjasig-minden korosztály megtalálható. Minden programunkat ehhez mérten szervezzük. Résztvételünk az országos nagy versenyeken – ahol már korábban is jártunk – szinte természetes. Voltunk már Baján, Szentesen, Gyulán, Makón, s idén talán Budapestre is eljutunk.

Tízévesek az „úszóikrek”



A Boda Ikrek. Balról: Anita, Rózsá, István, Ágnes. Fotó: Rentka László

Debrecen (HBN - R. L.) - A Boda négyesikrek (akik 1996 december 16-án ünnepelték a 10. születésnapjukat) a debreceni református általános iskola negyedik osztályos tanulói. Évekkel ezelőtt Nádházi Sándornál tanultak meg úszni. Azóta édesapjuk, Boda István foglalkozik velük, aki egykor a Czako-féle klubban könnyűbúvárkodott.

Két éve látogatják rendszeresen a DISZ úszószakosztályának hét végli foglalkozásait. A legutóbbi 1996 perces váltóúszáson valamennyien sikeresen leúszták az 1200 méteres Hajós Alfréd-mérföldet.



Ebes: Karácsonyi ünnepséget rendezett az ebesi művelődési házban az Arany János Általános Iskola. A közel másfél órás műsort telt ház előtt adták a gyerekek. Főléptek a táncosok, a színjátszó csoport és az énekkar tagjai. Az előadást a svájci testvérváros, Meilen iskolászekének vezetője is megtekintette. Fotó: Farkas János

Öregek és kicsik „1996-oztak”

Harminchárom óra alatt négyszáz Hajós Alfréd-mérföldet úsztak

Debrecen (HBN - R. L.) - Hajós Alfréd 100 évvel ezelőtti olimpiai győzelmeinek tiszteletére negyedik alkalommal rendezték meg december végén az 1996 perces váltóúszást. Az ÚÁMK tanuszodájában indult nyolc csapatban több mint kétszázan váltották egymást 1200 méterenként (1896-ban ez volt Hajós Alfréd második győztes távja).

Szombat estétől vasárnap hajnalig öt váltó úszta végig folyamatosan a 33 óra 16 perces versenyt. A megtett 1200 méteres távok száma alapján a következő sorrend alakult ki közöttük:

Miklósváry István, Torkos Csaba és Takács Zsolt. Másnap is visszatértek úszni, sőt, 10 évvel ezelőtti csapatuk edzője, a világválogányon sokszoros érmes Krasznai Róbert is velük úszott. Nagy Emese tizenegyszer, Jákimné Lövei Éva tízszer úszta le az 1200 méteres távot (ők voltak a legtöbbször úszó női versenyzők). Lövei Zsolt, Végh Ildikó, Torkos Sándor, Máté Zoltán, Kovács Erzsébet, Nagy Emese, Zabos Hanna, Diebel Nathalie és Jákimné Lövei Éva a második éjszakát is végigúszták, és egyúttal a társrendező DISZ csapatát is célba juttatták.



Böszörményi Judit és Nagy Réka, 14 éves búvárúszók összesen 10 mérföldet haladtak



A szenior úszók és a DISZ-csapat egy része

Fotók: Rentka László

Első az Oxigén-DSI Triathlon (20 fővel és 115 Hajós Alfréd-mérfölddel plusz 50 méterrel). Rutkovszky Ede volt az egész verseny legtöbbször rajtához szólított indulója. Összesen tizenegyszer úszta le a távot (ebből háromszor a Tóth Árpád Gimnázium csapatában). Pethő „Pepe” Zoltán tizenkét úszása között egy sikeres országosútcúscs-javító kísérlet is volt: az új csúcús 13 perc 51,7 másodperc. Csige Győző, Nyakó Szabolcs víz-tíz alkalommal úszott (az Oxigén mellett a TAG-nak is besegítve). A fiatalok közül kiemelkedő a 14 éves Zakar József és a 15 éves Szabó Sándor nyolcszori úszása. Ujlaki Péter, a márciusban súlyos balesetet szenvedett triatlonista azóta most először úszta le az 1200 méteres távot.

Második a Debreceni Szenior Úszóklub negyventagú csapata lett a 85-ször 1200 méter plusz 350 méteres teljesítményével. Az első mérföldjeiket volt vizilabdázók tették meg: Kőrösi Zsolt, Gál Csaba, Török László, Kardos Sándor,

A harmadik helyet a Tóth Árpád Gimnázium ötvenöt tagú csapata szerezte meg, 80 Hajós-mérfölddel és 600 méterrel. Kovács Béla, volt TAG-os, jelenleg a KLTE ötödéves biológus-ökológus szakos hallgatója ötször, Mestyan Szabolcs búvárúszó vasárnap éjjel háromszor úszott a váltóban. Negyedik helyen végzett a DISZ negyvenkilenc fős csapata, 68x1200 méter plusz 50 méteres megtett távval. A négy Boda iker egyaránt leúszta a mérföldet. Az 5 éves Erdei Balázs 25 métert, a 6 éves Mikulán Dávid 50 métert úszott. A legfiatalabb, teljes távot úszók a 8 éves Pap István és Scheirer Kristóf voltak. Vasárnap délután fél 2-ig a Mikulán és a Bedő család tagjai egymást váltva tartották fenn a váltó folyamatoságát.

Az ötödik helyezett „ügyvedek és ügyfelek” csapatot egy - neve elhallgatását kérő - sportszerető ügyvéd szervezte meg. Teljesítményükkel a rendezőség különdíját érdemelték ki. A debreceni úszók-

nak és búvárúszóknak meg tart a versenydényük, de - nem teljes versenydíjban úszva - tizenötön 32 mérföldet így is teljesítették: Közülük Böszörményi Judit és Nagy Réka, 14 éves búvárúszók egymást váltva összesen 10 mérföldet haladtak.

A vasárnap esti csúcsidőben rajtolt szeniorok B csapatának tizennyolc nevezője 25 Hajós-mérfölddel növelte a váltóúszáson megtett össztávot. Az Oxigén-DSI Triathlon B csapatában kilencen, 18 mérföldnyit úsztak. A váltóúszás három legidősebb, 58-58 éves résztvevője Farkasné Bíró Gyöngyvér és Nagy Zoltán szeniorok, valamint Kovács István, a szív- és értegek rehabilitációs csoportjának tagjai voltak. Kovács István, aki többszörös szívkoszorúér-műtéten esett át, 600 méteres féltávot úszott. A Dobrossy, a Thurzó, a Szabados, az Aliczky, a Máté, valamint a Kappelmayer, a Szabó, a Bitskey, a Mikulán és a Rentka családból három-három családtag úszott a váltókban.

8. oldal: A megadott linkről megnyitva a dokumentum elemei helyenként összecsúcsnak. PDF fájl formátumban mellékelem következő honlap cikként

A CENTENÁRIUMI XXI. HAJÓS ALFRÉD
úszó emlékverseny jegyzőkönyvéből
1996. június 8 - 9.

9. oldal:

Néhány kép kedvcsinálónak Balatonalmádiból



<http://www.dszuk.hu/fotok/05obol/p1012479.htm> Kovács Lukácsné: Megvan a kupa!



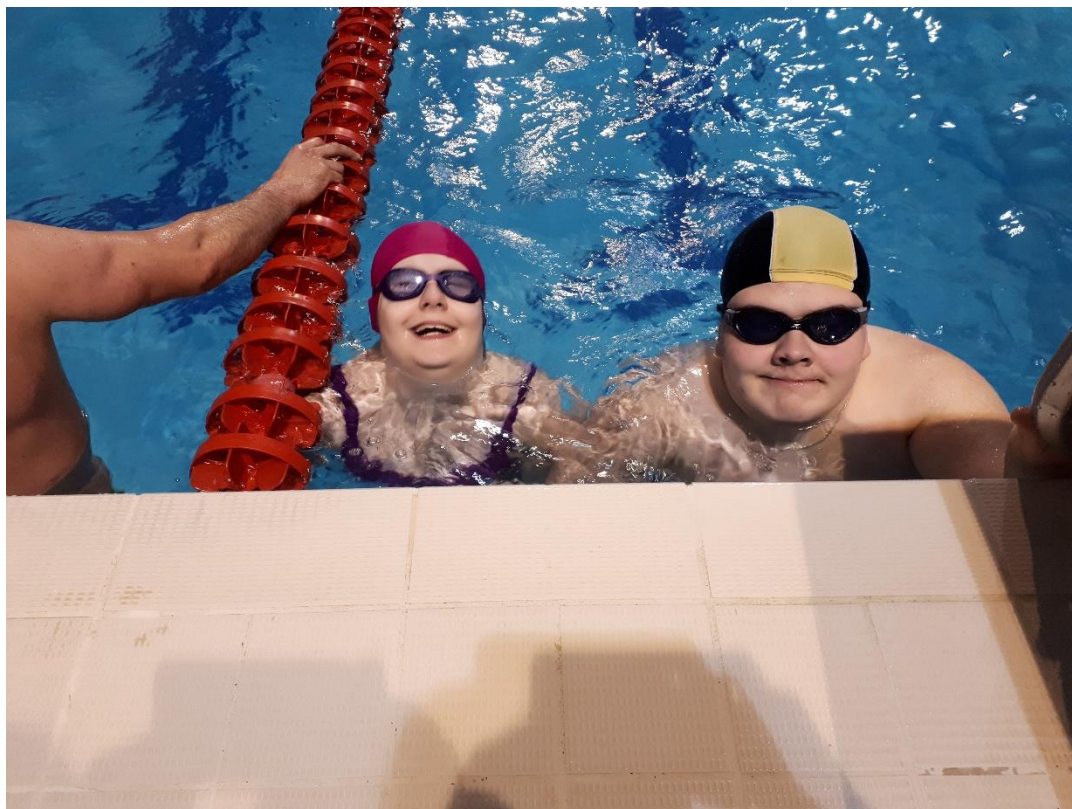
<http://www.dszuk.hu/fotok/05obol/p1012493.htm> Törös Lajos és Rentka László



<http://www.dszuk.hu/fotok/05obol/05obo1.htm>

12. oldal

Horváth Gábor azóta 15 éves lett. Húgával, Dórizal edzéseinket gyakran látogatja, a látássérült gyerekek úszóversenyein mindketten szép sikereket érnek el.







„Hugi nénivel”

(2013-ban)...ebben a váltóban úszott Horváth Gábor 8 éves látássérült kisfiú, aki 1 óra 9 perc 51 mp alatt édesanyja irányítása mellett úszta le a Hajós Alfréd mérföldet.

Nem mellesleg Gábor 2018-ban 55 perc alatt teljesítette az 1200 métert...