



MAGYAR EVEZŐS
SZÖVETSÉG

Felnőtt és U23 Szakmai beszámoló

Lőrincz Attila – szövetségi kapitány

MESZ Edzői fórum, Dunavarsány 2023.11.18.

Bevezetés

A MESZ Szakmai Team 2022 október 1-étől került kinevezésre az alábbi feladat- és hatáskörökkel:

- Az evezős sport stratégiai szakmai programjainak kidolgozása, menedzselése
- Válogatott szakmai irányítása és a hozzá szükséges szakmai háttér koordinálása
- Az Utánpótlásnevelés szakmai irányítása
- Szakágak, projektek felosztása és szakemberek kijelölése
- Létszámnövelő programok menedzselése
- Szabályzatok, szakmai motivációs rendszerek kidolgozása
- Edzők, sportszakemberek és egyéb munkatársak szakmai irányítása
- Szakmai döntéselőkészítés a MESZ Elnökség számára

Jelen beszámoló az élsport területét fedi le, melynek felelőse Teamen belül a felnőtt szövetségi kapitány. Ide tartozik a felnőtt, U23 és egyetemi válogatott programja.

Megtartott folyamatok és programok

- Párizs 2024 Olimpiai keret kiemelt finanszírozása.
- Szerződések rendszere megmaradt 09.30-ig - „fizetés” intézménye.
- Műhelymunka alapú felkészülés.
- Válogatott edzők autonómiája megmaradt.
- Versenyzők autonómiája megmaradt

Változtatások

- A kiemelt csapatokra költött összegek egyértelműen emelkedtek
- Versenyzők juttatásai
- Szervezeti struktúra
- Projekt edzők – emelt ösztöndíj
- Sporttudományi szakemberek bevonása
 - MTSE, Synlab
- Ergométer minimum szintek bevezetése felmenő rendszerben
- Pontrendszer alapú versenyzői és edzői ösztöndíj rendszer
- Olimpiai szám centrikus felkészülési terv és versenyzetelési finanszírozás

Eredmények

Felnőtt

VK I. Zágráb

2023.05.05-07.

- Jó létesítmény, kedvező, koranyáris időjárás, pályaelőnyök a verseny alatt nem voltak tapasztalhatóak.
- Meglepően kevés induló volt a versenyen, egyes akár olimpiai szám esetén 2-3 egység állt rajthoz.
- **Indított egységek és eredmények:**
 - FF 1x Pétervári-Molnár Bendegúz 9. hely 25 induló
 - FF 2- Juhász Adrián – Simon Béla 8. hely 9 induló
 - FF 2x Újhelyi Mihály – Szklenka Bence helyezés nélkül
 - FF ks 1x Galambos Péter 3. hely 8 induló
 - NF 1x Bertus Kitti 8. hely 9 induló

Eredmények

EB Bled

2023.05.25-28.

A ks nem olimpiai számok az 1x kivételével nevezők hiányában elmaradt.

A szakág teljes leépülését látjuk – távlatban tervezni vele már nem érdemes.

Részletes: <https://worldrowing.com/event/2023-european-rowing-championships>

Indított egységek és eredmények:

FF 1x	Pétervári-Molnár Bendegúz	helyezés nélkül 12-be jutott	23 induló
FF 2-	Juhász Adrián – Simon Béla	14. hely	18 induló
FF 2x	Bácskai Máté – Szabó Márton	17. hely	20 induló
FF ks 1x	Galambos Péter	7. hely	11 induló
NF 1x	Bertus Kitti	12. hely	12 induló

Az előzetes eredményességi célkitűzéseket egyik egység sem teljesítette.

Eredmények

VK II. Varese 2023.05.25-28.

Sűrűsödő mezőny az EB-hez képest is. Csak a FF 1x ment ki az olimpiai keretből. A többiek a válogató eredmények alapján, de mivel az ergométer minimumok nem voltak meg, így teljes önköltségen utaztak a versenyzők.

Indított egységek és eredmények:

FF 1x	Pétervári-Molnár Bendegúz	12. hely	35 induló
FF 2-	Szentpáli Gergő – Szentpáli Balázs	14. hely	18 induló
FF 2ks x	Galcsó Vencel – Tamás Bence	14. hely	14 induló
FF ks 2-	Szabó Bence – Furkó Kálmán	2. hely	5 induló

Eredmények

VB Belgrád

2023.09.03-10.

Indított egységek és eredmények:

FF 1x Pétervári-Molnár Bendegúz
FF 2- Juhász Adrián – Simon Béla
FF ks 1x Galambos Péter
FF ks 2- Szabó Bence – Furkó Kálmán
PR 1x Pető Zsolt

Felnőtt VB	2023.09.03-10.	Belgrád
Tervezett csapatok		Tervezett eredmények
FF 1x		IX-XIII.
FF 2-		X-XIII.
FF 2x		X-XIII.
FF ks 2x vagy 4x		VII-XI. (4x IV-VI.)
NF 1x		XII-XV.
NF 2- vagy 2x		X-XIII.
NF ks 2x és/vagy ks 1x		VII-XI.
FF ks 1x		I-III.
FF ks 2-		I-III.

18. hely 48 induló
20. hely 28 induló
5. hely 27 induló
2. hely 4 induló
18. hely 24 induló

U23 és egyetemi keret – Los Angeles

Bled NK **2023.06.09-11.** **Indított egységek:**

Felkészülési verseny

Jó motivációs verseny, mert szép – de szakmailag nem jól értékelhető

Időszakra jellemzően változatos szélirány

Kiszámíthatatlan mezőnyök – nehezíti az értékelést

Elszálló árak, újabb és újabb költségfajták – nevezési díj, külön ebéd stb.

A jövő évre megkérdőjelezhető a szerepe.

Név	1. nap versenyszám	Csapat neve	2. nap versenyszám	Csapat neve
Gerei Tamás	19 M 1x	HUN "A"	119 M1x	HUN "A"
Ács Kristóf	19 M 1x	HUN "B"	119 M1x	HUN "B"
Preil Vivien	20 W 1x	HUN "A"	120 W 1x	HUN "A"
Zsiros Janka	20 W 1x	HUN "B"	120 W 1x	HUN "B"
Hopp Márton	23 M 2-	HUN "A"	123 M 2-	HUN "A"
Kerekes Krisztián				
Csepel Zsófia	10 LW 1x	HUN "A"	110 LW 1x	HUN "A"
Szili Dorina	10 LW 1x	HUN "B"	110 LW 1x	HUN "B"
Újhelyi Mihály	21 M 2x	HUN "A"	121 M 2x	HUN "A"
Szklenska Bence				
Bridge Henry	27 LM 2x	HUN "A"	127 LM 2x	HUN "A"
Szöllősi Balázs				
Boros Bálint				
Koncsik Dominik	1 M 4-	HUN "A"	131 M 8+	HUN "A"
Király Miklós				
Boros Olivér				
Galcsó Flóra	20 W 1x	HUN "C"	120 W 1x	HUN "C"
Kas Natália	20 W 1x	HUN "D"	120 W 8+	HUN "A"
Schrieber Anna	20 W 1x	HUN "E"	120 W 8+	HUN "A"
Elek Boglárka	22 W 2x	HUN "A"	130/132 W 4x/W 8+	HUN "A"
Harsányi Viktória				
Fazekas Fanni				
Csányi Petra	2 W 4-	HUN "A"	102/132 W 4-/W 8+	HUN "A"
Balázs Szonja				
Angyal Zsófia				

U23 és egyetemi keret

U23 VB Plovdiv 2023.07.19-23.

- Kifogástalan körülmények.
- Rendkívül meleg – jég akku, hotel medence.
- Nem olimpiai számok itt is gyérebbek, kivéve a ks szkiffeket, de még legalább léteznek.
- Olimpiai számok ellenben egyre erősebbek, miközben az össz indulószám folyamatosan csökken (8-asok, ks számok...)
- A mezőny eleje sebességben a Férfi 1x-et leszámítva átfedésbe van a felnőtt „B” döntő végével.

U23 VB		Plovdiv	
Tervezett csapatok	Tervezett eredmények	Teljesülés	Indulók száma
FU23 2x	7-10.	11.	17
FU23 4-	7-10.	12.	14
FU23 ks 2x	7-10.	10.	17
NU23 2x	7-10.	9.	11
NU23 4-	7-10.	12.	12
NU23 ks 1x	6-8.	11.	19

U23 és egyetemi keret

U23 VB Plovdiv

- **Gondolatok és tanulságok**
- Sűrűsödő U23 mezőny olimpiai számokban – ott tart most az U23, ahol 15-20 éve a felnőtt
- Mi most álltunk át a könnyű mezőnyök kereséséről az olimpiai számokra...
- Nőknél az Amerikában tanuló versenyzők helyzete sok kérdést vet fel a jövőre nézve, nem egyértelmű, hogy szükségesek – sőt a mostani feszültséget egy beilleszkedési probléma okozta.
- A jövő év különösen sok kérdést vet fel a kérdéskörben...

U23 és egyetemi keret

U23 EB Krefeld 2023.08.26-27.

Nem tökéletes körülmények.

Pályaelőnyök egyértelműek, ellenszél, ami hamar fordult ellen-oldal irányba.

Nem olimpiai számok itt is gyérebbek, kivéve a ks szkiffeket, de még legalább léteznek.

Olimpiai számok ellenben egyre erősebbek, a ks számok hígulnak.

U23 EB		Krefeld	
Tervezett csapatok	Tervezett eredmények	Teljesülés	Indulók száma
FU23 2x	IV-VI.	8.	11
FU23 4-	IV-VI.	8.	8
FU23 ks 2x	III-V.	2.	10
NU23 1x	IV-VI.	12.	14
NU23 2x	IV-VI.	8.	9
NU23 ks 1x	IV-VI.	5.	9

U23 és egyetemi keret

XXI. NYÁRI EGYETEMI VILÁGJÁTÉKOK 2023.07.27.-08.08. Helyszín: Csengdu, Kína

Eredmények:

FE 1x Gerei Tamás Ágoston (MEC); Indulólétszám: 16	Eredmény: 8
NE 1x Preil Vivien Zsuzsanna (BEE); Indulólétszám: 15	Eredmény: 7
FE 2- Hopp Márton Péter (CSEK) - Kerekes Krisztián (CSEK); Indulólétszám: 9	Eredmény: 8
FE 2x Bácskai Máté (MTK) – Szabó Márton (MTK); Indulólétszám: 11	Eredmény: 6
NE ks 2x Fehérvári Eszter (GYAC) – Szili Dorina (KEK); Indulólétszám: 8	Eredmény: 5
FE ks 2x Szabó Bence (GYAC) – Furkó Kálmán (Szolnok); Indulólétszám: 11	Eredmény: 3

U23 és egyetemi keret

Egyetemi Európa-bajnokság 2023.09.07-10.

Helyszín: Bydgoszcz

- 7 érintett egyetem, mint finanszírozó
- 25 versenyző - 7 érem

Női 1x

- ELTE/ Zsíros Janka 1.
- PTE/ Fűzi Zsófia 16.
- SZE/ Romsics Lili 17.

Férfi 1x

- ELTE/ Bácskai Máté 3.
- BME/ Csizmadia Ádám 8.
- SZE/ Shah Amir 12.
- SZE/ Pető Benedek 13.
- ÓE/ Pecsenye Keve 17.

Férfi 2x

- MTSE/ Gerei Tamás-Kerekes Krisztián 3.

Férfi 2-

- ÓE/ Pecsenye Keve-Tóth Benedek 12.

Férfi ks 1x

- SZE/ Szigeti Roland 3.
- SZE/ Szöllősi Balázs 6.

Férfi ks 2-

- SZE/ Glázer Márió-Józsa Márton 6.

Férfi ks 4x

- SZE/ Szigeti Roland-Szöllősi Balázs-Józsa Márton-Glázer Márió 3.

Férfi 4-

- BME/ Ozsváth Máté-Kovács Krisztián-Hopp Márton-Dobai Tamás 5.

Férfi ks 2x

- SZE/ Szigeti Roland-Szöllősi Balázs 4.

Női 2x

- SZE/ Fazekas Fanni-Fehérvári Eszter 3.

Női 2-

- SZE/ Fazekas Fanni-Viandt Léna 5.

Női ks 1x

- SZE/ Fehérvári Eszter 2.
- Pannon/ Ott Anna 9.

Válogatott keret teljesítményelemzése

Alkati paraméterek

Összesen 14 versenyző üti meg a minimum alkati kritériumokat, és csak 11 az optimum szintet. Ezek közül összesen 5 férfi és 1 nő húzta meg az elit ergométer minimum szintet 2000 méteren.

Mérési eredmények és trendek (Györe)

Volt a programban több versenyző, akik pozitív trendet mutatnak, és páran közelítik az elvárható maximális teljesítmény szintjét. Az adatok elemzését követően kettős konklúziót tudunk levonni. Általában elmondható, hogy versenyzőink nem kapnak megfelelő mennyiségű, vagy megfelelően konzisztens állképességi terhelést, illetve az vélhetőleg kevesen követik az edzés ajánlásokat, amiket a mérések után mindenki megkapott.

Ökölszabály szerint az edzőmunka hatására a görbének jobbra kell tolódnia, illetve alapozáshoz képest a versenyidőszakban a 4. lépcsőhöz magasabb pulzus is tartozik (illetve igazából alapozásban alacsonyabb). Ez önmagában egy szükséges feltétel, de nem elégséges a nemzetközi szinthez. Az eddigi eredmények fényében látszik, hogy férfiaknál el kell tudni érni a 450 Wattot, nőknél pedig a 300 Wattot, hogy egyáltalán elkezdhessük a magasabb színvonalú vízi felkészülést.

Válogatott keret teljesítményelemzése

Nyomon követés – edzésadatok – edzésnaplók

Ez a leghiányosabb része az alapvetően műhelymunkára épülő rendszerüknek. Az egyetlen eszköz az edzőkkel való kapcsolattartás, de a személyes tapasztalatom, hogy gyakran az edzők sincsenek teljesen tisztában versenyzőik elvégzett edzőmunkájával. Persze itt még csak a mennyiségi követésről lenne szó, minőségi adatelemzéshez el sem jutunk.

Mivel a kiemelt versenyzőkön kívül csak kevesek edzésadatai vannak meg, csak valószínűsíthető, hogy a többek elmaradnak tőlük konzisztenciában és elvégzett állóképességi munkamennyiségben, és még számukra is van felzárkózni való ezen a téren is a nemzetközi elit munkamennyiségéhez.

Amíg a heti 1000 perc edzőmunka elvégzése és követése megoldhatatlan feladat egy versenyzőnek, addig nem lesz képes a jelenlegi szintről előre lépni.

A nemzetközi mezőny elemzése

Várható sportági átalakulások

Gyorsulnak a „felülről” jövő változások

- transzgender versenyzők témája
- gender equality
- Beach Sprint kampány...
- ergo, mint e-sport irányzat...

Ezzel együtt a ks szakág végső leépítése befejező szakasza – vége a 2-3 indulós számoknak.

Csak felnőtt/U23 ks 1x és 2x marad, mint nem olimpiai szám, amennyiben nem csökken azoknak is drasztikusan az indulószáma.

Tehát sajnós a könnyűsúly végnapjait látjuk, így a jövőbeli megtérülés nem tervezhető a szakágra fordított finanszírozást tekintve, így sajnós ez innentől nem is célszerű a szegedi olimpiai kvalifikációs verseny után.

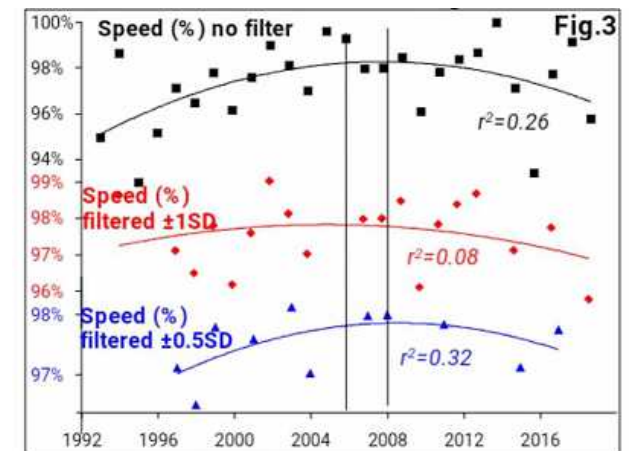
A nemzetközi mezőny elemzése

Kvótaszerezés esélyei és korosztályos trendek

Két fő trend van a sportágban, ami elsőre nem egyértelmű, de a nemzetközi szakemberek elemzése alapján egyértelműnek tűnnek.

Az egyik, hogy a sportág élmezőnyének gyorsulása (olimpiai számokban) egy-két versenyszámot leszámítva megállt, sőt az átlagot tekintve valamelyest csökkent. A csökkenés egy részéért a női 4-es felelős, mert még elmarad a többi olimpiai számtól a biomechanikai modellezés alapján várható győztes idők százaléka, ez várhatóan a párizsi ciklus végére felzárkózik.

Ez viszont csak az élmezőnyre vonatkozik. A kvalifikáció határa körül viszont jelentősen sűrűsödött a mezőny, mivel több ország képes egy-egy kvalifikáció esélyes csapatot kiállítani, mint korábban. Ennek következménye, hogy a tokiói ciklushoz képest több, korábban a 2 kvótás szintet elérő evezős „középhatalmi” státuszú ország fog érkezni a szegedi európai kvalifikációs versenyre. (Belgium 0, Dánia 1, Lengyelország 1, Ukrajna 0) Ugyanakkor a fő számok nem változtak, csak az országok cserélődtek valamelyest.



All three trends confirm the above findings: rowing speed achieved its peak in 2006-2008, and then results continuously decreased.

©2020 Dr. Valery Kleshnev www.biorow.com

A nemzetközi mezőny elemzése

Kvótaszerzés esélyei és korosztályos trendek

Kettő vagy több kvóta: GBR, NED, GER, NZL, AUS, ROU, ITA, USA, IRL, CAN, CRO, NOR, ESP, SUI, FRA, CZE, GRE, CHN, LTU

Ez 19 ország, melyből 15 európai, tehát nem vehetnek rész a kontinentális kvalifikációs versenyen.

Egy kvóta: AUT (W1x), BUL (W1x), SRB (W1X), RSA (M2-), AIN (RUS M1x)*, MEX (LM2x)

*még nincs eldöntve, hogy megkapja-e, várhatóan novemberig megszületik a döntés. Ez azért fontos a következő versenyző a bolgár Vasiljev, így Bulgáriának meglenne a két kvóta.

Tehát eddig 25 ország szerzett kvalifikációt.

Összehasonlításként a 2019-es kvalifikációs VB után:

Kettő vagy több kvóta: USA, GBR, SUI, IRL, NZL, CAN, GER, DEN, NED, CZE, LTU, NOR, ROU, FRA, CHN, CRO, AUS, ITA, BLR, CHN

Ez 20 ország, melyből 15 európai, tehát nem vehetnek rész a kontinentális kvalifikációs versenyen.

Egy kvóta: ESP, BEL, SRB, RSA, GRE, AUT

Tehát ugyanúgy 25 ország szerzett kvalifikációt.

A nemzetközi mezőny elemzése

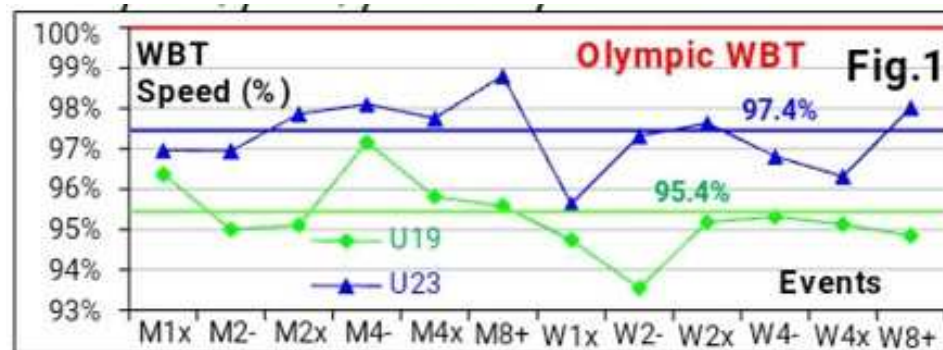
Kvótaszerzés esélyei és korosztályos trendek

A második fontos trend is összetett, de egyértelműen nehezíteni fogja a dolgunkat a jövőre nézve.

Olimpiai számokat tekintve a felnőtt élmezőny már nem gyorsul, de az utánpótlás igen. Mind az U23, mind az ifjúsági élmezőny teljesítménye közelít a felnőttekéhez, ezen belül pedig az ifjúsági még közelebb került az U23-hoz. A sebesség tekintetében az U23-as a felnőtt 97,4%-a, az ifjúsági 95,4%.

Tehát elmondható, hogy a korosztályos különbségek csökkennek, az ifjúsági korosztályhoz képest kisebb a sebesség ugrás, mint U23-ról felnőttre, ami egyrészt azt jelentheti, hogy korosztály váltáskor több az újbóli eredményességhez szükséges plusz munka és idő igény a felnőtt korosztályra fellépve, mint U23-ba ifibőli.

Ezt a sebesség trendekből levont következtetést jelentősen árnyalja a World Rowing által a VB – n bemutatott elemzése, mely szerint a korosztályos világversenyeken az alsóbb korosztályok eredményessége kis relevanciával bír a felnőtt olimpiai eredmények tekintetében. Az ifjúsági korosztály élmezőnyét alkotó versenyzői állományt felnőttre felváltja egy másik réteg, akik a legtöbb esetben az U23-as korosztály versenyein lesznek eredményesek, vagy akár ott jelennek meg először a rendszerben.



**Folytatás a felkészülési
programnál!**



Köszönöm a figyelmet!

