



# MAGYAR EVEZŐS SZÖVETSÉG

ALAPÍTVÁ: 1893

## SZAKMAI BESZÁMOLÓ SERDÜLŐ (U17), IFJÚSÁGI (U19) 2024.08.31-IG

ifj. Pergel László

Utánpótlás szövetségi kapitány

Budapest, 2024. december 07.

# Bevezetés

A MESZ Szakmai Team 2022 október 1-étől került kinevezésre, amely struktúra 2023 október 1-étől megszűnt, önálló jogkörökre lett bontva:

- Felnőtt szövetségi kapitány
- UP szövetségi kapitány
- Fejlesztési igazgató

Jelen beszámoló az utánpótlás területét fedi le (U17 serdülő és U19 ifjúsági versenyzők), melynek felelőse az utánpótlás szövetségi kapitány, a felnőtt szövetségi kapitány ellenőrzésével.

## Előzmények, állapotelemzés

A serdülő és ifjúsági korosztályra jellemző, hogy két-két évet ölel fel egy adott korosztály, serdülők esetében első és másodéves serdülők, ifjúságiaknál első és másodéves ifjúságiak. Korosztályok között megfelelő indokoltság esetén (teljesítmény követelmények vízen, ergométeren) felfelé átjárás lehetséges.

Sportágunk gyakorlatára jellemző, hogy a korosztályi váltások ősszel, az iskola kezdetével megvalósulnak, ami azt jelenti, hogy naptári életkor szerint egy másodéves serdülő versenyző már az ifjúsági korosztály elvárásai szerint kezdi el felkészülését a következő szezonra. Az őszi hosszútávú versenyen a válogatottságra pályázó, korosztályváltó versenyzők már a jövő évi korosztályukban kell rajthoz állniuk, bár ezen versenyzők hivatalosan naptárilag, január 1-ével váltanak korosztályt. Ennek említése azért érdekes, mert figyelembe véve a természetes fejlődésükben lévő sportolók életkorát, joggal feltételezhető, hogy korosztályon belül is más célkitűzés fogalmazható meg az elsőéves és másodéves sportolók előtt, de kivétel szinte minden évben van. A 2023-as év Európa- és világbajnoki kiküldött csapat nagy részére jellemző volt, hogy másodéves ifjúsági versenyzők alkották a nemzeti csapatot, akik korosztályváltók, tehát U23 korosztályba léptek 2023 őszén. Az ő teljesítményük meghatározó volt a hazai válogató versenyen, valamint a főbb nemzetközi versenyeken, kiemelve a női ifjúsági egyptárevezős U19 Eb ezüstérmét, a férfi kormányos nélküli négyes U19 Eb bronzérmét, valamint az U19 VB 6. helyezését, ide sorolva még a női képtárevezős U19 Eb negyedik helyezését. A 2023-as évben elsőéves, 2006-os születésű ifjúsági versenyzők jelentős része inkább az évről évre erősödő Coupe de la Jeunesse versenyen vettek részt. Megfigyelhető volt létszámbeli stagnálás, nagyságrendileg megegyező létszámban csatlakoztak az ifjúsági korosztályhoz serdülő korosztályú versenyzők, illetve hasonló arányban teljesítettek a megfelelő nemzetközi szerepléshez szükséges ergométer szinteket is, tehát a célkitűzések hasonló gondolatmenetet követtek a 2023-as évhez hasonlóan. Ez elmondható a serdülő korosztályhoz csatlakozók létszámára is nagyságrendileg.

A korosztályos válogatott csapatok kialakítása szempontjából a serdülő korosztály egyetlen nemzetközi versenye az Olimpiai Reménységek Versenye, amely 2024-ben külföldi helyszínen, Brnoba került megrendezésre. Külföldi verseny lévén a válogatás menete szigorodott az előző évhez képest, és teljes „A” csapatok indítására szűkült a kiküldetés, a 2023-as év hazai, szegedi

rendezésű ORV-től eltérően, ahol szinte minden versenyszámban „B” csapatokat is indítottunk. Ennek hátrányát is megtapasztaltuk, mert sok esetben ezen „B” egységek jelentős lemaradást produkáltak.

Ifjúsági korosztályban tehát nagyságrendileg hasonló létszámban és tudásban összehasonlítható a 2023-as válogatott kerettel. A felkészülési programban meghatározott végső időpontig 14 női és 22 férfi ifjúsági versenyző volt képes valamely nemzetközi versenyhez szükséges ergométer minimum szintet teljesíteni, amely szigorúan meghatározó tényezője volt a nemzetközi kiküldetésekhez. A létszám, illetve alkati, vízi és ergométer teljesítmények alapján a nyolcas program újragondolása nem volt reális, ellenben a CDJ-re sikerült női és férfi középegységek összeállítására, az Eb és Vb tekintetében férfi vonalon megvalósult a négyprévezős hajóegység kiküldetése.

## Célkitűzések

A serdülő (U17) korosztály fontos előszobája egy versenyző sportkarrierjének, de nem lehet célállomás. Itt elsősorban a klubszintű fejlesztésen van hangsúly, beleértve a klubhoz kötődés megerősítését, helyi identitás kialakulását, klubhoz/csofathoz tartozás fontosságának érzését. A kívánatos cél, hogy az Országos Bajnokság korosztályi létszáma nőjön, és az általános (teljesítmény-, testalkat-, mentális-, evezős technikai, stb.) színvonal emelkedjen. Természetesen az ORV fontos állomás, de nem lehet a hosszú távú egyéni fejlesztési célokat alárendelni egy ORV eredményességnek. Szükséges a nagy létszámú minőségi korosztályos megjelenés az egyesületekben annak érdekében, hogy a későbbi korosztályokban a minőségi létszám megfelelő válogatási alapot adhasson. Serdülő korosztályú versenyző az a sportoló, aki a 2008/2009-as naptári években születtek.

Az utánpótlás-nevelési programok egy merőben más ifjúsági (U19) csapattal folytatódik, a nagycsapat programok előtérbe maradnak. A 2007-es születésű lányok és fiúk ifjúsági korosztályba integrálása, megismerése, majd a keretfeltöltő őszi hosszútávú verseny után tisztább kép kialakítása a keretről. További általános célként megfogalmazható a minőségi létszámnövelés országos szinten, több ifjúsági korosztályú sportoló megjelenítése a hazai versenyrendszerben, valamint ezen sportolók életkori sajátosságuk, valamint sportági megfelelés felé történő képzés. Reális cél kis- és középegységek keresése, kialakítása, amely csapatok szereplési színhelye függ a kondicionális képességektől, alkati tulajdonságoktól, csapat esetén még a homogenitásától is. A 2024-es évben célszerű az Európa-bajnokságot, illetve Jeunesse-kupát fő versenyként kitűzni. Az U19 világbajnokság helyszíne (Kanada) miatt financiálisan nagy megterhelés, ezért oda optimum szintekkel és a válogató verseny, majd az ifjúsági Eb eredményeinek ismeretében volt szükséges kialakítani. Az U19 Európa-bajnokság, és Jeunesse-kupa szolgálhat a 2023-as évnek megfelelően nagyobb létszám szerepeltetésére. U19 korosztályú versenyző az a sportoló, aki a 2006/2007-as naptári években születtek.

## Felkészülés

A válogatott csapatok felkészülését az utánpótlás felkészülési program részletei határozták meg (forrás: [Az utánpótlás \(U17 és U19\) evezős válogatott keret felkészülési programja, 2024](#)). A

válogató verseny eredményei alapján kerültek összeállításra az Orv, az U19 Eb csapatai, majd az eredmények ismeretében került kijelölésre az U19 Vb csapat utazó kerete is (*a válogató verseny eredményei: [2024. évi U17 és U19 Válogató verseny](#)*).

A serdülő csapatok, illetve az U19 Eb csapatok operatív felkészülése klubhelyszíneken, a csapatok kijelölt edzőinek vezetésével történt. Az U19 Vb csapat edzőtábori körülmények között, Dunavarsányban készült a világbajnokságra. A női kétpárevezős a felkészítő edzővel történt előzetes megbeszélés alapján klubhelyszínen, a Velencei-tavon szervezte és bonyolította a felkészülést. A Cdj csapatok szintén klubhelyszínen, az egységek mellé kijelölt edzők vezetésével került sor.

## Versenyek

### **Olimpiai Reménységek versenye**

2024-ben Brno (Csehország) adott otthont az Olimpiai Reménységek Versenyének. A csapatok az UP válogató verseny alapján alakultak ki. A verseny szinte minden számban meggyőző fölényt hozott a válogatott csapatok javára, ezért „B” csapatok indítását nem láttam indokoltnak, és az eredmények ezt a döntést alá is támasztották.

Az U17-es magyar küldöttség férfi vonala eredményesebbnek bizonyult, mint a női vonal. Az összetett 3. helyezést elfogadható, hiszen Ausztria továbbra is a tavalyi évhez hasonlóan kiemelkedő, valamint a házigazda csehek végeztek előttünk.

Fejlesztendő területek: a képzés folyamán túl nagy hangsúlyt fektetünk a magas tempó elérésére a korosztályban, és kevesebbet a helyes lapátvezetésre, a hatékony hajóhajtásra.

Tehetséggondozás szempontjából kiemelten szükséges figyelni, nevelni és gondozni néhány sportolót, akik megütik a nemzetközi szinten sikeres evezősök alkati és teljesítménybeli paramétereit. A teljesség igénye nélkül pl. Krug Dóra, Strochmayer Maja, Tarlós Dóra, Tumpek Flóra, Szögi Kata, Mezősi Márton, Makai Samu, Kaluber Zénó, ifj. Vámos György, Dabup Benjamin, Kup Barnabás.

Teljesítményével jelenleg a korosztályában kiemelkedő, Kup Barnabás.

Az U17 magyar csapat eredményessége összefoglalva:

1. helyezések: 3
2. helyezések: -
3. helyezések: 4
4. helyezések: 5
5. helyezések: 1
6. helyezések: -

## Ifjúsági Európa-bajnokság, Kruszwica

Az utánpótlás válogató versenyt követően kihirdetésre került az ifjúsági Európa-bajnokság kerete. A kijelölt egységek edzőik vezetésével megkezdték felkészülésüket. A csapatok edzői saját edzéstervvel készültek az eseményre. Különleges esemény sajnos a négy pár esetén történt, ahol a csapat felét az utazás előtti napon cserélni kellett.

### A küldöttség:

Csapat	Név	Edző
NI 1X	Rádai Bianka	Halmainé Mészáros Éva
NI 2-	Szente Dóra Rebeka Bagdács Szonja	Polivka Dóra
NI 2X	Demkó Janka Nagy Zsófia	Illés László
FI 1X	Mózes Márk	Pergel László
FI 2X	Hajdú András Vince Hajdú Márton	Dani Zsolt
FI 4X	Daróczi Dávid Kup Barnabás Rigó Barnabás Bajári András	Mácsik Miklós

### Női egypárevezős (készítette: Halmainé Mészáros Éva edző)

Rádai Bianka

Ergométer eredménye: 07:16,7 / 269W, amely EB és VB szintidőn belüli

Bianka serdülő korú versenyző, de fiatal kora ellenére megnyerte a női ifjúsági egypárevezős versenyszámot a válogató versenyen, Csepelen, ellenszeles időjárás viszonyok között. Győzelmével edzőjével közösen az egypárevezős versenyszámot választották az Európa-bajnokságra.

Teljesítménye végig stabil mintát mutatott, fiatal kora ellenére remekül helyt állt. A korosztályhoz megállapított gold standard időhöz képest legjobb teljesítménye a „B” döntőben sikerült, amely 91,38%-os teljesítményt jelent, átlagos teljesítménye a verseny alatt 91,28%.

## **Női Kormányos nélküli kettes (készítette: Polivka Dóra edző)**

Bagdács Szonja

Ergométer eredménye: 07:05,2 / 291,4W, amely EB és VB szintidőn belüli

Szente Dóra

Ergométer eredménye: 07:20,9 / 161,5W, amely EB és VB szintidőn belüli

Bagdács Szonja és Szente Dóra útját, teljesítményét napi szinten szem előtt kísértem a Soroksári-Duna ágon. A két versenyző jó fizikummal és kiemelkedő ergométeres teljesítménnyel rendelkezik, ami bizakodásra adott okot. A válogató versenyt fölényesen nyerték versenyszámukban, ezért a kormányos nélküli kettes mellett döntöttünk az Európa-bajnokságra a kormányos nélküli négyessel szemben. Bár cél volt főleg csapatépítés jelleggel a női négyes szerepeltetése, azonban a válogató első két helyezett ketteseinek tagjai között a fizikális különbségek a kettes felé irányították a gondolkodást és a döntést. Az Európa-bajnokságon a teljesítményük a következők.

A versenyszámban hét egység került nevezésre, így az „A” döntő minimális elvárás volt. A könnyebb előfutamból magabiztosan egyenes ágon jutottak az a döntőbe. A másik előfutam résztvevői a román az olasz, illetve a görög egységek voltak, akikkel szemben kemény ellenfelet feltételeztem. A feltételezés helytálló volt, de kemény versenyben görög ellenfelünket sikerült legyőzni, ezzel bronzérmert szerzett egységünk.

A korosztályhoz megállapított gold standard időhöz képest legjobb teljesítménye az „A” döntőben sikerült, amely 94,07%-os teljesítményt jelent, átlagos teljesítményük a verseny alatt 93,49%.

## **Női kétpárevezős (készítette Illés László edző)**

Demkó Janka

Ergométer eredménye: 07:15,7 / 271W, amely EB és VB szintidőn belüli

Nagy Zsófia

Ergométer eredménye: 07:19,5 / 264,4W, amely EB és VB szintidőn belüli

Az utánpótlás válogató versenyen egypárevezősben Zsófia a 2., Janka a 3. helyen végzett, amely megerősítette korábbi szándékukat, miszerint jogosan állhatnak kétpárevezősben rajthoz a második napon. Versenyszámukat fölényesen nyerték, így megkapták a jelölést az Európa-bajnokságra, ahol teljesítményük az alábbiak szerint alakult.

A mezőny szoros, így eredményük ennek fényében, a sikertelen éremszerzés ellenében nagyon jónak mondható. Zsófia a tavalyi Európa-bajnokságon is kétpárevezősben indult, és szintén a 4. helyezést érte el, azonban idén lényegesen közelebb került az egység az élmezőnyhöz.

A korosztályhoz megállapított gold standard időhöz képest legjobb teljesítménye az A/B középfutamban sikerült, amely 95,98%-os teljesítményt jelent, átlagos (medián) teljesítményük a verseny alatt 94,13%.

## **Férfi egypárevezős (készítette Pergel László edző)**

Mózes Márk

Ergométer eredménye: 06:15,0 / 425,5W (RP3), amely EB és VB szintidőn belüli

Az Európa-bajnokság volt Márk számára élete első nemzetközi síkvízi versenye, rögtön egypárevezősben, a legnehezebb mezőnyben. 16 nevezés történt a versenyszámban.

Márk az egyetlen, aki a két nap alatt négy futamot húzott, ami első nemzetközi versenyén komoly sorozat terhelést jelentett. Azonban teljesítményén jól látszik, hogy rendkívül egyenletesen teljesített. Szüksége volt az első pályára, hogy megismerkedjen a körülményekkel, majd onnan a reményfutamban nem volt kérdés a továbbjutást jelentő helye, amelyet presztízsből szeretett volna megnyerni, nem hagyta, hogy szlovák ellenfele a hajrában megelőzze. A középfutamban a futamgyőztes görög ellenfele már 2023-ban, a párizsi ifjúsági világbajnokságon is egypárevezősben ezüstérmes volt. Azt gondolom, az „A” döntő bármely résztvevője érem esélyes lehet a világbajnokságon.

Márk rengeteg tapasztalattal gazdagodott, amit kamatoztatni fog a jövőben. Tisztában lettünk a fejlesztendő területekkel, amelyekre hangsúlyt fektetve komoly előrelépést várhatunk tőle.

A korosztályhoz megállapított gold standard időhöz képest legjobb teljesítménye az A/B középfutamban sikerült, amely 93,38%-os teljesítményt jelent, átlagos teljesítménye a verseny alatt 93,15%.

## **Férfi kétpárevezős (készítette, Dani Zsolt edző)**

Hajdú András

Ergométer eredménye: 06:17,4 / 417,4W, amely EB és VB szintidőn belüli

Hajdú Márton

Ergométer eredménye: 06:13,2 / 431W (RP3), amely EB és VB szintidőn belüli

Az utánpótlás válogató versenyen Hajdú Márton kormányos nélküli kettesben győzött (Pálka Bálinttal), Hajdú András egypárevezősben a „C” döntőt nyerte meg, amely a 4 pályás lebonyolításban a 9. helyezést jelenti. A második nap megnyerték a kétpárevezős versenyszámot, amely alapján kiküldetést nyertek az Európa-bajnokságra. Az egység annak ellenére, hogy testvérekből áll, különleges előélet nélküli, ugyanis más-más egységekben készültek a válogató versenyre. Ezért véleményem szerint az egység még szintén felszálló ágba van. Technikai készségek javítása, fejlesztése célként folyamatosan a fókuszban van.

A korosztályhoz megállapított gold standard időhöz képest legjobb teljesítménye az A/B középfutamban sikerült, amely 94,82%-os teljesítményt jelent, átlagos teljesítményük a verseny alatt 94%.

## **Férfi négy párevezős (készítette: Mácsik Miklós edző)**

Daróczi Dávid

Ergométer eredménye: 06:40,0 / 350W, amely CDJ szintű teljesítmény

Kup Barnabás

Ergométer eredménye: 06:16,7 / 420W, amely EB és VB szintidőn belüli

Rigó Barnabás

Ergométer eredménye: 06:23,8 / 397W, amely EB és VB szintidőn belüli

Bajári András

Ergométer eredménye: 06:28,9 / 381W, amely EB szintidőn belüli

Az egység kialakulása viharos körülmények között történt. Sajnálatos módon Drávucz Dániel az EB hetén autóbalesetet szenvedett. A keretorvos a leletek vizsgálatokor megállapította, hogy versenyre nem küldhető. Az ez után történtek sajnós Dánielnél felvetnek morális, etikai kérdéseket. Dániel saját maga hívta fel Dr. Varga Nóra keretorvost, és Nóra elmondása alapján a fiatal versenyző minősíthetetlen, kioktató stílusban beszélt vele, amelyet még korábban nem tapasztalt. A versenyző hangnemében mérhetetlen agressziót vélt felfedezni. Az esetet Nóra a Főtitkár felé is jelezte. Ez olyan súlyos etikai vétség, amely erősen elgondolkodtató Dániel ideai szerepeltetésével kapcsolatban. Természetesen jókívánásainkat fejeztem ki edzője, Molnár Dezső felé.

Dániel sajnálatos balesete után szerdán Pető Ágoston jelentett beteget, így a tavaszi hosszútávú verseny, illetve a 2024. évi ORV győztese Kup Barnabás került behívásra.

Az újonnan kialakult csapat tudását egy pillanatra sem kérdőjeleztem meg, bíztam az elmúlt évek közös egységeiben, illetve a csapatpróbák alatt látottakban.

Az egység „A” döntőbe jutása a küldöttségünk legnagyobb meglepetése. Ilyenkor nyert értelmet a március 16-i szegedi csapatteszt, illetve az őszi alapozó tábor konklúziója, amikor meggyőződünk arról, hogy érdemes négy párat építenünk. A tartalék versenyzők mozgósítása nagyon jól sikerült, örömmel éltek a lehetőséggel. A csapaton belüli pozitív légkör és egymás segítségének szándéka kiemelendő.

A döntőben sajnós már a rajtban hibáztak, ami az összeszokottság hiánya is. Ez rányomta bélyegét a végeredményre.

A korosztályhoz megállapított gold standard időhöz képest legjobb teljesítményük az előfutamban sikerült, amely 94,54%-os teljesítményt jelent, átlagos teljesítményük a verseny alatt 93,03%, amelynek romlását erőteljesen befolyásolta a döntő előtti percekben feltámadó ellenszél.

### **A verseny következtetései**

Az Európa-bajnokság az eredmények tekintetében jól sikerült. Minden egység a legjobb 10 csapat között végzett, senki nem lógott ki negatív irányban a teljesítményével, ami rendkívül örömteli. Csapataink között sorrendet felállítani nagyon nehéz, hiszen valakit a helyezése,



valakit a teljesítménye emel fel, de az elmondható, mindenki igazolta teljesítményével az EB részvétel jogosságát.

A válogatási rendszer igazolta, hogy megfelelő csapatok kerültek összeállításra, amelyek már a korábbi csapattesztek alapján is megjelentek (őszi alapozó edzőtábor, március 16-i csapatteszt).

Külön öröm számomra, hogy ezek az ifjúsági korosztályú versenyzők még nem szerepeltek a köztudatban, amelynek jelenléte – az elmúlt években tapasztaltakhoz mérten – károsan befolyásolhat, fals képet jeleníthet meg egy-egy sportolóról.

Versenyeredmények:

[https://wyniki.wioslarstwo.poznan.pl/details.php?url=../results\\_pdf/299\\_02-06-2024\\_2024%20European%20Rowing%20U19%20Championships/](https://wyniki.wioslarstwo.poznan.pl/details.php?url=../results_pdf/299_02-06-2024_2024%20European%20Rowing%20U19%20Championships/)

### **Coupe de la Jeunesse, Racice**

Az utánpótlás válogató, az ifjúsági Európa-bajnokság, illetve a szakmai programban elfogadott kritériumok alapján kialakult a Jeunesse-kupa küldöttség. A csapatok edzői saját edzéstervvel készültek az eseményre.

#### **A küldöttség**

##### Női szakág:

NI 1X: Somogyi Dorca, felkészítő edző: Dani Zsolt

NI 2-: Mácsai Lilla/Szabó Blanka Napsugár, felkészítő edző: Dani Zsolt

NI 2X: Bálint Zsófia/Pála Barbara, felkészítő edző: id. Pergel László, verseny ideje alatt Dani Zsolt

NI 4X: Szabó Dorca/Sovány Blanka Vanda/Kovács Lujza/Szögi Dóra, felkészítő edző: Lakó Szandra/Alföldi Zoltán

##### Férfi szakág:

FI 1X: Bajári András, felkészítő edző: Mácsik Miklós

FI 2-: Mezősi Márton/Makai Samu, felkészítő edző: Alföldi Zoltán

FI 2X: Daróczi Dávid/Demkó Mátyás, edző: Tevesz László

FI 4X: Rácz Regő/Nyikos Péter/Schiszler Ádám/Boros Áron, edző: Alföldi Zoltán

##### Edzői küldöttség:

Dani Zsolt, Alföldi Zoltán, Mácsik Miklós, Tevesz László

Csapatvezető: Alföldi Zoltán

### Kiküldetés összesített létszáma:

Női versenyzők: 9 fő

Férfi versenyzők: 9 fő

Edzők: 4 fő

### **Eredmények**

NI 1X Somogyi Dorka, edző: Dani Zsolt						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	3.	07:53,2	5.	07:43,6	07:32,0	97,50
2.	2.	07:49,6	5.	07:47,3	07:32,0	96,73

A még kevés evezős rutinnal rendelkező Somogyi Dorka remekül helyt állt, mindkét nap az „A” döntőbe került, és remek időeredménnyel versenyzett. Alkati és teljesítmény tulajdonságai miatt érdemes követni sportpályafutását.

NI 2- Mácsai Lilla, Szabó Blanka, edző: Dani Zsolt						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	1.	07:32,8	3.	07:20,8	07:12,8	98,19
2.	2.	07:34,6	3.	07:36,8	07:12,8	94,75

Hazánk második számú kormányos nélküli kettese, nagyszerű teljesítménnyel mindkét nap bronzérmel szerzett. Az első napi időeredményük kiemelkedő.

NI 2X Pála Barbara, Bálint Zsófia, edző: Pergel László						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	"B" Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	6.	07:43,9	6. "B"	07:46,3	06:58,8	89,81
2.	6.	07:52,0	6. "B"	07:47,7	06:58,8	89,54

A női kétpárevezős kissé kilógott lefelé a teljesítményével, de az egypárevezős hazai teljesítményük alapján megérdemelten versenyezhettek.

NI 4X Sovány Blanka, Szögi Dóra, Kovács Lujza, Szabó Dorka, edző: Alföldi Zoltán						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	"B" Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	3.	06:42,7	6.	06:55,1	06:26,3	93,06
2.	2.	06:47,2	3.	06:41,0	06:26,3	96,33

A női szakág azon képviselői, akik bár egypárevezős teljesítményükkel még elmaradnak a legjobbaktól, de ergométer teljesítményük, alkati tulajdonságaik alapján odafigyelést igényelnek. Remek csapategységet alkottak, és nagyot léptek előre az első naphoz képest. Bronzéremmel tértek haza, másnapi időeredményük is remeknek mondható.

FI 1X Bajári András, edző: Mácsik Miklós						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	4.	07:14,9	2. "B"	07:02,2	06:51,4	97,44
2.	5.	07:13,6	1. "B"	06:56,5	06:51,4	98,78

Az Európa-bajnokságon szereplő négy párevezős tagja, aki számára a Jeunesse-kupa jelentette az irányt. Edzője kérését meghallgatva egypárevezősben került nevezésre. Sajnos a döntőbe jutás egyik nap sem sikerült, de a második napi „B” döntő győzelem erős idővel kicsit szépít a teljesítményén.

FI 2- Makai Samu, Mezősi Márton, edző: Alföldi Zoltán						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	3.	06:43,5	6.	06:45,9	06:25,7	95,02
2.	2.	06:40,2	3.	06:46,5	06:25,7	94,88

A küldöttség legfiatalabb egysége. Mindkét fiú serdülő korosztályú, akik idén az ORV-t nyerték ugyanebben a versenyszámban. Szerepeltetésük menedzselési szándékú volt, de éltek a lehetőséggel, eredményük nagyon jónak mondható.

FI 2X Demkó Mátyás, Daróczy Dávid, edző: Tevesz László						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	"B" Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	4.	06:27,2	1. "B"	06:23,3	06:19,6	99,03
2.	3.	06:31,2	2. "A"	06:20,0	06:19,6	99,89

Az első napi csalódást keltő eredmény után a második napon sikerült ezüstérmet szerezniük, egy rendkívül erős mezőnyben. Időeredményük kiemelkedő.

FI 4X Rácz Regő, Nyikos Péter, Boros Áron, Schizler Ádám, edző: Alföldi Zoltán						
Versenynap	Előfutam helyezés	Előfutam Idő	Döntő helyezés	"B" Döntő Idő	WBT PVI	Döntő PVI %
1.	4.	05:58,3	6. "B"	05:53,6	05:49,3	98,78
2.	4.	05:59,8	5. "B"	05:57,4	05:49,3	97,73

Sajnálatos betegség, illetve válogatott szereplés visszamondása után, a válogató verseny eredménye alapján került megnevezésre az egység. Időeredményük mindenképp figyelemreméltó, annak ellenére, hogy a mezőny végén végeztek összesítésben.

Összesen tehát küldöttségünk 4 éremmel tért haza, amely sikeresebb az egy évvel ezelőtti versenynél, bár nem sikerült minden egységünknek az „a” döntős helyezések elérése.

A részletes eredményeket [ide kattintva](#) lehet megtekinteni, valamint a versenyt visszanézni a <https://www.youtube.com/@ceskyveslarskysvaz> csatornán lehet.

A verseny mindkét napján minden versenyszámban rendkívül erős idők születtek, megközelítve, sőt meghaladva több számban a korosztályos legjobb időket. Ezt a meleg időjárás, a meleg víz, és a szél iránya tette lehetővé.

### **Ifjúsági világbajnokság, St. Catharines, Kanada**

Az utánpótlás válogató versenyt követően, valamint az Ifjúsági Európa-bajnokság eredményeinek ismeretében kihirdetésre került az ifjúsági Európa-bajnokság kerete. A csapatok edzőik vezetésével saját edzéstervvel készültek az eseményre.

## A Küldöttség

Csapat	Név	Edző
NI 1X	Rádai Bianka	Halmainé Mészáros Éva
NI 2-	Szente Dóra Rebeka Bagdács Szonja	Polivka Dóra
NI 2X	Demkó Janka Nagy Zsófia	Illés László
FI 1X	Mózes Márk	ifj. Pergel László
FI 4X	Hajdú András Vince Hajdú Márton Kup Barnabás Rigó Barnabás	ifj. Pergel László

Valamint Kemény Mátyás, gyúró.

### Női egypárevezős, Rádai Bianka (edző: Halmainé Mészáros Éva)

Bianka még serdülő korosztályú, azonban határozott versenyzést mutatott. Egyenesen jutott tovább az előfutamból. A középfutamban azonban mindkét futamban szétvált az „A” és „B” döntő szintje, az első három helyezettek simán jutottak tovább. A „B” döntőben bátor versenyzéssel a 3., összesítésben a 9. helyezést érte el.

Az OB utáni rövid szünetet követően Dunavarsányban készült, edzője iránymutatása alapján. Hajóváltás is volt - Wintechről Filippire -, ez egy kicsit késleltette az intenzívebb terhelés kezdését, de sikerült az átszakás és optimális edzőmunkával. A VB helyszínen az átállás, a vihar miatti kényszerszünet és az ismételten új hajó megszokása okozott némi bizonytalanságot. A zömmel 2006-os születésű, 14 indulóból álló mezőnyben volt a tavalyi világbajnok (ROU), a 4. (GER), a 7. (AUT) és a 10. (UKR) helyezett. Bianka esetében a rutintalanság is tényező volt, ami az oldal ellenszeles előfutam rajtjában mindjárt meg is mutatkozott. Ennek ellenére az előfutam 3. helyével sikerült továbbjutnia.

A középfutamban még érződött a pálya első felében némi megilletődöttség, a 6. helyen evezett 1000 méterig, 1500 méternél már 5. volt, majd remek hajrával a 4. helyen ért célba.

A B döntőben már jobban sikerült a pálya első fele, 1000 méterig a 4. helyen evezett, majd egy jó hajrával a 3. helyre húzta be a hajóját. Így összesítésben a 9. helyen végzett. Úgy gondolom, hogy az eredménye a realitásokat tükrözi. Első világbajnokságán serdülőként hasznos tapasztalatokat gyűjtve, az utolsó méterekig küzdve, tisztességesen szerepelt.

### Női Kormányos nélküli kettes, Bagdács Szonja/Szente Dóra (edző: Polivka Dóra)

Az egység célja az „A” döntő elérése volt, ami sajnos nem sikerült. Legyőzőik mind nagyobb erővel bírtak, a „B” döntő győzelme számukra reális eredmény.

Az EB bronzérem természetesen magasra a lécezt, az „A” döntő volt a csapat kitűzött célja. Így az elvárás az volt, hogy fejlődjenek kondicionálisan, valamint növeljenek a hajó sebességén az Európa-bajnoksághoz képest. Több új, eddig ismeretlen csapat is az ellenfél sorai között volt.

Egy hosszú, tartalmas és eredményes szezont eredményes versennyel zárt az egység. Bár az „A” döntős célkitűzés nem sikerült, de a „B” döntőben nyújtották talán legjobb teljesítményüket, mely pontszerző helyet jelent.

### **Női kétpárevezős, Demkó Janka/Nagy Zsófia (edző: Illés László)**

Az egység célja az „A” döntő elérése volt, ami sajnos nem sikerült. Nagyon szoros reményfutamból jutottak a középfutamba, ahol a „B” döntőbe kvalifikálták magukat. A csapat utazó tempója lényegesen alacsonyabb volt ellenfeleiknél, ami nem volt elegendő az „A” döntő sebességének eléréséhez. Végül a 9. helyen zárt az egység.

### **Férfi egypárevezős, Mózes Márk (edző: ifj. Pergel László)**

Márk élete első nemzetközi verseny szezonja volt, ahol teljesítette célkitűzését, az 1-12 közé kerülést. Az tisztán látható, hogy az élvonal kiemelkedik a teljes mezőnyből. Érett versenyzést mutatott minden futamában. Rigó Barnabás, a négy pár vezérevezőse betegség miatt sajnos kiesett a négy párból, helyére a korábban megbeszéltek alapján Márk ült be. Nehéz szakmai feladat állt lelkileg és technikailag is előtte, azonban minden rosszérzés nélkül azonnal tudomásul vette, hogy a szki szereplését feladni kényszerül. Amennyiben megfelelő idő állt volna rendelkezésre a két futam között, úgy elvállalta volna az egypárevezős „B” döntőt is, de ez a szükséges idő nem állt rendelkezésre. Véleményem szerint a „B” döntőben a 10. helyezés elérhető lett volna számára. Nagyon jó kvalitású és gondolkodású sportoló, akire építeni lehet a jövőben.

### **Férfi négy párevezős, Hajdú András, Hajdú Márton, Kup Barnabás, Rigó Barnabás (edző: ifj. Pergel László)**

A világbajnokság legpotensebb csapata. Az egység célja a verseny előtt a 6 percen belüli versenytáv teljesítés volt. Korábbi mezőnyelemzések alapján kimondható volt, hogy 6 percen kívüli teljesítménnyel (korrekt körülmények között) nem lehet „A” döntőbe kerülni. Az időbeliség célja sikerült, 5:57,24-es időt jöttek a középfutamban, ami azonban 4 tizeddel kevésnek bizonyult az ír csapat ellen, akik a másnapi „A” döntőben simán a 4. helyezést érték el. Az előfutamból egyenes ágon, ellenszélben, az EB bronzérmes svájci csapatot is legyőzve jutottak tovább. Nagy reményeket fűztünk az „A” döntőhöz, ami sajnos egy hajszállal elmaradt. Közrejátszik ebben Rigó Barnabás sajnálatos betegsége. A középfutam előtti este kezdett panaszkodni torokfájásra. Megfelelő ellátásban részesítettük, azonban a középfutam végén rendkívül éles torokfájással, nyelési nehézségekkel kötött ki. Másnap, a „B” döntő reggelén megvizsgálta a versenyorvos, aki vírusos torokgyulladást állapított meg, megerősítve, hogy sajnos aktív vírus jelenlét van abban a térségben. Sajnos cserére kényszerültünk, Mózes Márk feladva „B” döntőjét egypárevezősben, beülve a négy párból, teljesítette a „B” döntőt, ahol talán a körülményekhez mérten érthető okokból a várt teljesítmény („B” döntő győzelem) elmaradt.

Mindegyik fiú példásan állt a versenyzéshez és az előttük álló feladatokhoz. Remélem, hogy a be nem következett siker még éhesebbé teszi őket a jövőbe. Az egység a 11. helyen végzett.

### **A Világbajnokság összefoglalása**

Nagy öröm volt, hogy végül az egységek edzői is elkísérték csapataikat. Úgy gondolom, a jövőben nem szabad, hogy kérdésként merüljön fel, hogy az edző a csapattal kell utazzon. Lélektani, technikai szempontból az edző jelenléte nélkülözhetetlen. A Filippivel való szerződés miatt ismeretlen eszközökkel versenyeztünk, amik pontos, alapos beállítást igényeltek, ami önmagában kemény kihívás egy versenyen, hiszen ez minden hajó esetében többnapos procedúra volt.

Továbbá legalább ennyire fontos a kisegítő személyzet jelenléte, jelen esetben Kemény Mátyás gyúró gondos foglalkozása a sportolókkal. Sokat mond felkészültségéről és tudásáról, hogy minden verseny előtt a versenyzők első kérdései közé tartozik, hogy Mátyás jelen lesz e a versenyen. Nagyon nagy szerepe van a versenyzők izomzatának karbantartásában, illetve pozitív személyisége miatt csapatformáló eseménnyé is képes fordítani a nap végi gyúrás. Szakértői jelenlétét a jövőben is javaslom.

Sajnos bebizonyosodott az is, hogy egy ekkora versenyen a tartalék evezősnek is nagy szerepe van. Ha Mózes Márk nem utazhatott volna, a négy pár teljes visszalépését kellett volna eszközölni, így legalább a négy pár sikeresen be tudta fejezni a versenyt. Tehát tartalék jelenlétét a világversenyeken továbbra is javaslom.

Az étkezés, szállás megfelelő minőséget hozott. Gyakorlatilag minden nemzet egy campuson volt jelen, így minden étkezés egy nagy nemzetközi evezős rituálévá vált.

A shuttle járatok szervezettsége példaértékű. Minden nap pályanyitástól zárásig 10 percenként közlekedtek járatok a szállás és a pálya között, lehetővé téve az önállóságot, a csapatok külön időbeosztását.

Eredmények: <https://worldrowing.com/event/2024-world-rowing-senior-under-23-under-19-championships/>

YouTube: <https://www.youtube.com/@worldrowingofficial/videos>

## Összegzés, elemzés, jövőre vonatkozó javaslatok

Az elmúlt években a nemzetközi evezőssportban az ifjúsági versenyzők teljesítménye látványosan fejlődött, és egyre közelebb kerül az idősebb korosztályok szintjéhez. Ennek háttérében a modern edzésmódszerek, a fejlett sporttudományi támogatás, valamint egyre több országban az ifjúsági sportolók számára biztosított professzionális infrastruktúra áll. Az ifjúsági mezőny versenyzői ma már olyan fizikális és technikai felkészültséggel rendelkeznek, amely korábban kevésbé volt jellemző. Mindez azt eredményezi, hogy az ifjúsági, U23 és felnőtt korosztály közötti teljesítménybeli különbség folyamatosan csökken, új kihívások elé állítva az edzőket és sportszakembereket. Éppen ezért határoztunk meg olyan kondicionális szinteket, amely a lehető legjobb kiegészítő teljesítmény mellé párosítandó, és együtt kezelendő és összegzendő teljesítmény faktor. A fenti sorokban leírt korosztályos szintemelkedést követnünk kell. Az ifjúsági korosztálynál a három fő nemzetközi verseny eltérő színvonalat képvisel, amelyhez lépcsőzetes ergométer szinteket határoztunk meg, párosítva a kishajós válogató verseny eredményével. Alap gondolatként azért fogalmaztuk meg ennek szükségességét, hogy a magyar csapatok a nemzetközi versenyeken a mezőnyben igenis jelentős erőt képviseljen. Úgy gondolom, ez sikerült. Bár a férfi négypárevezőst sorozatos szerencsétlenségek kísérték, de az U19 Világbajnokságra szakmailag, alkatilag, korábbi többoldalú eredményeket figyelembe véve a lehető legerősebb csapat került kialakításra. Ezt bizonyította az előfutamukban nyújtott teljesítmény, ahol ellenszeles körülmények között, az U19 Eb bronzérmes csapatát (Svájc) is megelőzték, rendkívül jó összképet nyújtva, egyenes ágon jutva a középfutamra. A fizikum és a hozzá tartozó teljesítmény a női csapatoknál is megfigyelhető volt. Javasolom, hogy a jövőben sem engedjünk az alapvető kondicionális teljesítmények szintjéből, ugyanis a sportág a korosztályon belül gyorsul. A nem megfelelő, kompromisszumokkal összeállított csapatok nem állják meg a helyüket ezeken a versenyeken.

Minden versenyre sátorhely bérlése elengedhetetlen, hogy a csapatok megfelelő körülmények között készülhessenek a versenynap során. A sátrak lehetőséget nyújtanak az eszközök és felszerelések biztonságos tárolására, valamint a versenyzők kényelmes pihenésére, átöltözésére és regenerálására. Emellett védelmet biztosítanak az időjárás viszontagságai, például az eső, a szél vagy az erős napsütés ellen, amelyek hátrányosan befolyásolhatják a sportolók teljesítményét. A sátor hiánya diszkomfort érzetet okozott Kanadában, edzésidőben a versenyzők sokszor a szabadban hagyták táskáikat, amelynek veszélyeit ismerjük, bár értékmegőrző működött, amelynek használatára rendszeresen hívták fel mindenki figyelmét. Ide sorolom a masször ág hiányát is, amelyről gondoskodni szükséges minden versenyen.

A következő tengeren túli verseny sikeres lebonyolításához javasolom az összefogást a szomszédos országok evezős szövetségeivel. A hajók, lapátok és egyéb felszerelések szállítása jelentős logisztikai kihívást és költséget jelent, amelyet közös erőfeszítéssel hatékonyabban lehet megoldani. Az eszközök együttes szállítása nemcsak költségcsökkentést eredményezne, hanem a nemzetközi kapcsolatok erősítését is szolgálná a régió országai között. Ez az együttműködés lehetőséget adna arra, hogy a sportolók a saját, egész évben megszokott és használt eszközeiben versenyezzenek, és megelőzze az ismeretlen eszközök okozta bizonytalanságot és nehézséget. Példa a fiú négypár esete. A Filippi az amerikai szövetségen keresztül biztosított hajót a csapat számára, amely hajó az átvételkor erős hiányosságokkal

szenvedett, nem voltak benne kocsik, hiányzott a kormány és a schvert, valamint három pár cipőt cserélni kellett méretprobléma miatt. A Filippi segített a probléma elhárításán.

Nem javaslom a továbbiakban a Filippivel történt együttműködési szerződés megújítását, ugyanis ez a kööttség az egész éves finansziális tervezésére rányomta bélyegét, hosszú ideig tartó állandó nyomás alá helyezve a felnőtt és utánpótlás kapitányok gondolkodását. A túl korai időben meghatározott és igényelt hajók szinte fordított gondolkodást igényeltek, szinte a hajóhoz kerestünk versenyzőt, nem pedig a versenyzőknek hajót. Ezt a limitáló faktort szükséges lenne kiiktatni.

A korábbi tapasztalatok alapján megfigyelhető, hogy a különböző korosztályok válogatott versenyzői eltérő melegítő felszereléseket kaptak, ami az összevont ifjúsági és U23, nem olimpiai számok világbajnokságán a magyar csapat megjelenésének egységét gyengítette. Egy világeseményen kiemelten fontos, hogy a csapat egységes és professzionális megjelenéssel képviselje az országot, hiszen ez nemcsak a sportolók identitását és összetartozását erősíti, hanem a Magyarország iránti nemzetközi elismerést is fokozza. Ezért javaslom, hogy a jövőben biztosítsuk a teljes magyar válogatott számára az egységes felszerelést, amely méltóképpen tükrözi a csapat szellemiségét.

## Nevelő edző program, 2024

### **A kiválasztott edzők bemutatása**

Forrai Dávid:

Támogatandó klub edző. Bartos Nándor helyett az egyesület kérvényezése után került a programba.

Dani Zsolt:

Kiemelkedő létszámú és kiemelkedő minőségi toborzó szakember.

Alföldi Zoltán:

Egyesülete kiemelkedő, két kvótát is szervezz, pontverseny alapján került a programba.

Bóka Örs:

Pontverseny alapján kerül a programba.

Mácsik Miklós:

Pontverseny alapján kerül a programba.

Mucsi György:

Pontverseny alapján kerül a programba.

id. Pergel László:



Egyesülete kiemelkedő, két kvótával is rendelkezik, ragyogó nevelő és utánpótlás edző. A pontverseny alapján került a programba.

ifj. Matheisz József:

Támogatandó klub kategória alapján a pontverseny szerint került a programba.

Csiba Brenda:

Pontverseny alapján került a programba.

Németh Zoltán:

Támogatandó klub kategória alapján a pontverseny szerint került a programba.

Puruczki Ferenc:

Pontverseny alapján került a programba.

Nagy Péter:

Pontverseny alapján került a programba.

Nagy Gábor:

Egyesülete kiemelkedő, két kvótát is szervezz, pontverseny alapján került a programba.

Polivka Dóra:

Nagy Attila más egyesületbe távozása után, az egyesülete kérésére Polivka Dóra került a programba.

Sinka Flóra:

Egyesülete kiemelkedő, két kvótát is szervezz, pontverseny alapján került a programba.

Vida Erik:

Támogatandó klub kategória alapján a pontverseny szerint került a programba.

## **Összefoglaló, záró gondolatok**

A Magyar Evezős Szövetség üdvözölte a Nevelő edző Program beindítását, aminek reményében többlet forráshoz tudja juttatni a korosztállyal foglalkozó nevelő edzőket. A pontozási rendszerünk úgy került kialakításra, hogy a korosztályi célokat helyezze előtérbe, tehát ösztönzi a szakembereket a nagy létszám folyamatos megtartására, növelésére, valamint a minőség a serdülő és ifjúsági kerettségével jelenik meg, amit extra szorzóval jutalmaz a rendszer.

Elmondható, hogy két klub emelkedik ki létszám és minőség alapon. „Általános” és „támogatandó” klub kategóriákat hoztunk létre a fentebb ismertetett szempontok alapján, ami igyekszik egyenlőbb erőviszonyokat teremteni az egyesületek között.

A Programban részt vevő edzők tudásuk és lehetőségeik javát nyújtva megérdemelten, objektív szempontok alapján kerültek be-, vagy ki a rendszerből. A 2023-as évben teszt jelleggel kétszer fél évet vizsgáltunk. A második fél év az országos bajokság végeztével kezdődött, és tartott januárig.

A Program elemeit sikerült megvalósítanunk.