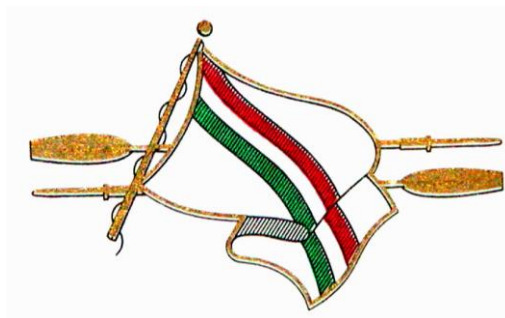




A XXXI. Riói nyári olimpiára készülő evezős válogatott keret felkészülési programja



Készült: A Magyar Olimpiai Bizottság részére

Szlatényi György
Főtitkár

Budapest, 2014. március

1. Helyzetelemzés.

A londoni olimpia tükrében megállapítható, hogy az evezős sport a világ egyik legnépszerűbb sportága maradt. A Nemzetközi Evezős Szövetség (FISA) mára már 141 tagországgal rendelkezik mind az öt földrészről. Nem változott – a FISA erejét, a sportág univerzalitását példázza – hogy az olimpián a 3. legnagyobb versenyzői létszámmal (550 fő: 353 férfi, 197 nő) tud részt venni az evezős versenyeken. Az olimpiai kvalifikációs versenyeken résztvevő több mint 100 nemzetből végül 56-nak sikerült kvótát szerezni a londoni olimpiai evezős versenyekre.

Az evezős éremszerző országok a pekingi és a londoni olimpiákon:

Peking 2008					
Hely	Ország	A	E	B	Össz
1	GBR - Nagy-Britannia	2	2	2	6
2	AUS - Ausztrália	2	1	-	3
3	CAN - Kanada	1	1	2	4
4	USA - Egyesült Államok	1	1	1	3
5-7	CHN - Kína	1	1	-	2
5-7	NED - Hollandia	1	1	-	2
5-7	POL - Lengyelország	1	1	-	2
8	NZL - Új-Zéland	1	-	2	3
9-10	DEN - Dánia	1	-	1	2
9-10	ROU - Románia	1	-	1	2
11-12	BUL - Bulgária	1	-	-	1
11-12	NOR - Norvégia	1	-	-	1
13	GER - Németország	-	1	1	2
14-18	CZE - Csehország	-	1	-	1
14-18	EST - Észtország	-	1	-	1
14-18	FIN - Finnország	-	1	-	1
14-18	GRE - Görögország	-	1	-	1
14-18	ITA - Olaszország	-	1	-	1
19-20	BLR - Fehéroroszország	-	-	2	2
19-20	FRA - Franciaország	-	-	2	2
	Összesen	14	14	14	42

London 2012					
Hely	Ország	A	E	B	Össz
1	GBR - Nagy-Britannia	4	2	3	9
2	NZL - Új-Zéland	3	-	2	5
3	GER - Németország	2	1	-	3
4	DEN - Dánia	1	1	1	3
5	CZE - Csehország	1	1	-	2
6	USA - Egyesült Államok	1	-	2	3
7 - 8	RSA – Dél-Afrika	1	-	-	1
7 - 8	UKR - Ukrajna	1	-	-	1
9	AUS - Ausztrália	-	3	2	5
10	CAN - Kanada	-	2	-	2
11 - 14	ITA - Olaszország	-	1	-	1
11 - 14	CRO - Horvátország	-	1	-	1
11 - 14	FRA - Franciaország	-	1	-	1
11 - 14	CHN - Kína	-	1	-	1
15 - 18	SLO - Szlovénia	-	-	1	1
15 - 18	NED - Hollandia	-	-	1	1
15 - 18	POL - Lengyelország	-	-	1	1
15 - 18	GRE - Görögország	-	-	1	1
	Összesen	14	14	14	42

Az éremtáblázatot böngészve jól látszik, hogy a sportág erőviszonyai az elmúlt időben nem változtak, kis eltéréssel ugyanazon országok versenyzői szereztek érmekeket négy éve a pekingi olimpián. Azon senki sem csodálkozott, hogy az éremtáblázat elején Nagy-Britannia szerepelt. A hazai rendezésű olimpián várható volt, hogy a britek, akiknél nemzeti sport az evezés rendkívül erős csapattal álltak ki, és a megszerzett négy arany és összesen kilenc érem fényesen igazolta várakozásaikat. Nem volt meglepetés Új-Zéland jó szereplése sem, talán csak az, hogy amíg ők három aranyat nyertek, az Ausztráloknak csak ezüstök jutottak. Meglepetés volt a dél-afrikaiak aranyérme a férfi könnyűsúlyú négyesben, és örömteli hogy itt a csapat vezérevezőse színes bőrű. Egészen biztosan rengeteg követője akad majd a világban, ami ugyancsak az evezős sport kiszélesedését szolgálja.

A női mezőnyben sem változtak az erőviszonyok, meglepő csupán csak két dolog, hogy a német evezőslányok csak egy ezüstérmet szereztek; valamint hogy a románok érem nélkül maradtak.

Összességében megállapítható, hogy az evezős sport rendkívül népszerű a világ minden táján; az olimpiai versenyek döntőit naponta 30-40 ezren látogatták és a NOB értékelése szerint az Olimpia első hetében a legjobb rendezés az evezésé volt, valamint a legjobb hangulat is az evezőspályát uralta.

Magyarország szerepe a nemzetközi evezőseletben vegyes képet mutat. Míg U23-as világbajnokságokon-, Európa Bajnokságokon számos döntős, felnőtt nem olimpiai számban érmes, és az olimpiákra kvótás résztvevői helyezéseket tudunk felmutatni, addig olimpiai számokban világbajnokságokon és olimpiákon az utóbbi években adósak vagyunk pontszerző eredmények elérésével.

A jelenlegi hazai szűk felnőtt élvonalbeli versenyzőket „ötvözve” az elmúlt időszak kiemelkedő utánpótlás eredményeket elért (Ifi, U23) versenyzőivel, - és fejlődésüket tovább ösztönözve - reális cél lehet a magyar evezőssport Riói olimpián történő legalább 3 egységgel való eredményes szereplése, pontszerzése. Evezésben 10-12 év alatt érik be a sportoló a nemzetközi élvonalba. Egy sportágon belül ~ 100.000 versenyzőből 1 lesz olimpiai bajnok, ezért sem mindegy, hogy evezőseinket milyen program szerint készítjük fel hosszú távon. Feltételezésünk kellő megalapozottsággal az, hogy jelenleg a magyar evezőssport is rendelkezik olyan versenyzői gárdával, akik néhány éven belül képesek felnőtt nemzetközi szintű élménybe érni, ill. 4 év múlva olimpiai pontszerző, döntős eredményt produkálni.

Ahhoz, hogy egy több éves felkészülés után elérhessük a végső célt (Sikeres VB, olimpiai szereplés), versenyzőnként évről évre teljesíteni kell az előre lefektetett szakmai elvárásokat, célkitűzéseket így sportágunk várható szereplése a világversenyeken tervezhetőbbé válik. Csak megfelelő paraméterekkel rendelkező versenyzőtől várunk, várhatunk nemzetközi élvonalbeli teljesítményt! Ehhez szükséges a teljes szakmai programot szolgáló verseny-, és tesztrendszer betartatása és számonkérése. A válogatott sportolóktól elvárható terjedelmi, és intenzitási mutatószámok okán folytatni kell az edzésnaplók számonkérését, és a felmérők, tesztek eredményeinek táblázatban történő versenyzőnkénti folyamatos rögzítését a fejlődés nyomon követhetőségének érdekében.

A Magyar Evezős Szövetség tageszerveleteinek száma: **38**

2013-ban versenyengedéllyel rendelkező sportolók száma: **1.388 fő**

Utánpótlás	352
Felnőtt	601
Masters	83
Ifjúsági	131
Serdülő	123
Tanuló és Mini	98

- a sportág eredményessége olimpiai versenyszámokban az elmúlt négy esztendőben, tendenciák/EB, VB/

2010. év

	EB helyezés	VB helyezés
Hajóegység	Montemor-o-Velho/Portugália	Karapiro/Új-Zéland
Férfi egypárevezős	7.	
Női négy párevezős	8.	
Férfi kn. kettes	10.	
Férfi ks. kétpárevezős	11.	
Férfi ks. négyes	13.	

2011. év

	EB helyezés	VB helyezés
Hajóegység	Plovdiv/Bulgária	Bled/Szlovénia
Férfi ks. kétpárevezős	5.	13.
Férfi ks. négyes	6.	
Férfi kn. kettes	7.	11.

Női kétpárevezős	7.	
Férfi egypárevezős	10.	
Férfi kétpárevezős		19.

2012. év

	EB helyezés	Olimpia
Hajóegység	Varese/Olaszország	London/Nagy-Britannia
Férfi egypárevezős	6.	
Férfi kn. kettes	6.	13.
Női kétpárevezős	7.	
Férfi ks. kétpárevezős	15.	11.
Férfi négy párevezős	13.	

2013. év

	EB helyezés	VB helyezés
Hajóegység	Sevilla/Spanyolország	Chungju/Dél-Korea
Férfi kn. kettes	5.	12.
Férfi ks. négyes	11.	
Férfi egypárevezős	13.	17.
Férfi ks. kétpárevezős	14.	

Négy év visszatekintésében látható, hogy a sportágunk eredményességét sokáig meghatározó versenyzőink „kiöregedésével”, és az őket pótolni tudó, megfelelő felnőtt nemzetközi színvonalat elérő versenyzők híján csökkent az olimpiai versenyszámokban indított csapataink száma. Ezen belül a felnőtt női csapataink száma teljesen elfogyott. Eredményesség terén látható, hogy olimpiai számokban néhány EB döntős helyezést sikerült elérnünk, azonban a világbajnoki eredményességünk nagyjából évek óta stagnál.

Ami a statisztikai adatokból nem tűnik ki az az, hogy szerencsére az elmúlt évek ifjúsági Európa-, és világbajnokságokon és U23-as világbajnokságokon döntős versenyzőink fokozatosan kezdenek a felnőtt nemzetközi élvonalhoz felzárkózni (generációváltás), és a nem olimpiai versenyszámokban induló eredményes versenyzőink olimpia számokra történő bevonásával 2014. évtől már számíthatunk az eddigieknél népesebb, és eredményesebb világbajnoki szereplésekre.

2. Olimpiai válogatott keret névsora /a mellékelt Excel táblázatban/
3. Az olimpiai felkészülést irányító és a felkészülésben résztvevő szakemberek névsora:

Szövetségi kapitány						
Felnőtt Szakágak	Férfi normál		Férfi ks		Női	
Szakági felügyelet	Szakágvezetői duó		Szakágvezetői duó		Szakágvezető	
					normál és ks	
	párvezős	váltott evezős	párvezős	váltott evezős	párvezős	váltott evezős
	Olimpiai kerettagok					

Az olimpiai felkészülési program megvalósításában résztvevő szakemberek:

1. Szövetségi kapitány

Ficsor László
e-mail: laszloficsor@hunrowing.hu
tel: 30/747-4080

2. Szakágak vezetése:

Szakág	Szakági vezető	e-mail	telefon
Felnőtt férfi ks párevezős	Rapcsák Károly	vvec@digitalvac.hu	70-370-8273
Felnőtt férfi ks váltottevezős	Kiss László	kiss.laszlo.fater@gmail.com	30-525-7165
Felnőtt férfi váltottevezős	Molnár Dezső	molnar.d@tiszae.hu	30-925-8371
Felnőtt férfi párevezős	Molnár Zoltán	lopezocska@gmail.com	20-923-4593
Felnőtt női váltott-, és pár	Szierer János	sziererj@freemail.hu	30-203-0447

3. Csapatokat felkészítő edzők:

A válogató verseny után kerülnek kijelölésre

4. Közreműködő orvosok (sporttudományos stáb)

- | | |
|--------------------------------------|---|
| 1. dr. Kokas Péter | Sporttudományos stáb vezető |
| 2. dr. Szabó Anita | Keretorvos OSEI |
| 3. dr. Komka Zsolt, dr. Györe István | Teljesítmény élettani szakember, Semmelweis Egyetem |
| 4. dr. Lénárt Ágota | Pszichológus |
| 5. dr. Török Éva | Táplálkozástudományi szakember |
| 6. Lajkó Zsuzsa | Fizioterapeuta |
| 7. Halász László | Masszőr |

4. A Rio de Janeiro-i olimpiai felkészülést szervező sportágvezető kijelölése.

A riói olimpia felkészülési, szervezési feladataival a Magyar Evezős Szövetség elnöksége Ficsor László szövetségi kapitányt bízta meg.

4.1 A szövetségi kapitány:

- Szervezi, és a szakági vezetőknél, válogatott csapatokat felkészítő edzőknél keresztül irányítja, ellenőrzi a számításba jöhető versenyzők felkészülését és versenyzését.
- Kapcsolatot tart a válogatottakat adó klubok edzőivel és versenyzőivel.
- A edző-, és orvosi bizottsággal egyeztetve kidolgozza a felkészülési programot, koordinálja a szakmai munkát.
- Tájékoztatja a szövetség elnökségét a válogatott keretben folyó munkáról.
- Felel a szakmai munkáért és a célkitűzések teljesítéséért.

4.2 Szakági vezetőktől, válogatottakat felkészítő edzőktől elvárt követelmények, feladatok:

- Megfelelő képzettség (edzői, szakedzői végzettség), ill. hazai és nk. szintű eredményesség.
- Az éves program sarokpontjait figyelembe véve csoportjának, ill. csapatának éves, majd operatív edzésterv, edzésprogram elkészítése elektronikus formában!
- Csoportjának, ill. csapata edzésprogramjának nyomon kísérése, ellenőrzése (edzésnapló, felmérők, tesztek).
- Válogatott csapatkijelölésekre javaslattétel.

- Csoportjának, ill. csapata edzőmunkájának időszakos értékelése, beszámoló készítése elektronikus formában!
- Fő verseny után csapata teljesítményének értékelése.
- Edzőtáboron kívül, őszi-tavaszi időszakban csoportjának összetartó edzés tartása. Tavasztól a fő versenyig csapatának, lehetőség szerint minimum hétvégenként edzés tartása.

Megjegyzés: A szakág vezetők, és felkészítő edzők kijelölésénél továbbra is az eddigi szempontok kerülnek előtérbe, azaz a szakágban való saját versenyzői eredményességi, létszámbeli érintettség. Együttműködési készség a szövetségi kapitánnyal.

A szakági vezetőket, és a válogatott csapatokat felkészítő edzőket a szövetségi kapitány jelöli ki!

4.3 Edzőbizottság: feladatai az olimpiai felkészülésben

- Az olimpiai felkészüléssel kapcsolatos szakmai, és ezzel összefüggő szervezeti területen véleményező, javaslattevő szerv. Hatáskörébe tartozik minden az olimpiai felkészüléssel kapcsolatos témakör, melyet az elnökség hatáskörébe utal.
- Részt vesz a válogatott keretek, és szakág vezetők éves szakmai programjának előkészítésében, segítséget nyújt annak megvalósításában, véleményezi a szakmai beszámolókat.
- Segítséget nyújt az edzők képzési, továbbképzési feladatainak kidolgozásában, meghatározásában.
- Elemzi, értékeli az olimpiai programban résztvevő versenyzők fejlődésének helyzetét, fejlődési tapasztalatait.

5. A Rio de Janeiro-i olimpia tervezett célkitűzései:

2016.08.06.-14.

Rio de Janeiro

Az olimpiát megelőző kvalifikációs versenyeken 3 hajóegységben kiharcolni az indulás jogát.
Tervezett kvalifikált versenyzők száma: 6

Sportági célkitűzések:

- 1 x I – VI. helyezés („A” döntő)
- 2 x I – XII. helyezés („A” vagy „B” döntő)
- 1 - 5 olimpiai pont megszerzése.

Ennek megvalósítása a következő szakágakban, és versenyszámokban lehetséges:

- | | |
|---------------------------|----------------------------|
| - férfi ks párevezés | kétpárevezős |
| - férfi váltott evezés | kormányos nélküli kettes |
| - férfi ks váltott evezés | kormányos nélküli négyes |
| - férfi párevezés | négypár, vagy kétpárevezős |
| - női párevezés | kétpár, vagy egypárevezős |

A négyéves olimpiai ciklust a már bevált eredményes versenyzőkkel lehet megkezdeni, és a fiatal tehetséges, az ifjúsági-, és U23-as világbajnokságokon, Európa bajnokságokon már jól szerepelt versenyzőket folyamatosan kell beépíteni a csapatba, hogy az olimpiai kvalifikációs

versenyig kialakuljanak azok a hajóegységek, amelyekkel esélyünk lehet a célkitűzéseket teljesíteni. Az említett hajóegységekkel szinkronban, azok edzőpartnereiként, „hátszágaként” szükséges egy „B” keret menedzselése, foglalkoztatása is, mely keretből szükség esetén be lehet emelni, cserélni versenyző(ke)t az „A” keretbe. Pl. Férfi ks négyes mellett ks nyolcas, vagy ks kétpárevezős mellett ks nyolcas.

Az olimpia programján nem szereplő, de a világ- és Európa-bajnokságokon nagy jelentőséggel bíró versenyszámok – férfi/női könnyűsúlyú egypárevezős, férfi/női könnyűsúlyú négy párevezős, valamint a férfi könnyűsúlyú nyolcas – az olimpiai egységek felépítését, felkészülését, a legjobb kombinációk megtalálását szolgálják. A versenyzőknek ezekben a hajóegységekben történő foglalkoztatása (edzés és versenyzés) elengedhetetlen az olimpiai kvalifikációra történő eredményes felkészülés, valamint a nemzetközi szintű eredményesség stabilitása, a fiatal tehetségek csapatokba történő „beépítése” érdekében.

6. A 2016-ig a VB-k és EB-k célkitűzései éves bontásban:

A tervezett célkitűzések egybevágnak a sportág-fejlesztési elképzelésekben lefektetett célokkal, amelyek feltételezik az előirányzott sportág fejlesztési költségvetés és előirányzott programok megvalósulását.

A 2014. évi Világbajnokság célkitűzései

2014.08.23.-24.

Amszterdam (Hollandia)

	<i>Helyezés</i>	<i>Hajóegység</i>
1 x	1-6. hely	Férfi ks kétpárevezős / Férfi ks egy-, vagy négy párevezős
2 x	1-6. hely	Férfi kn kettes, vagy négyes / Férfi két-, és/vagy négy párevezős
3 x	1-12. hely	Férfi ks. kn négyes / Női egy-, vagy kétpárevezős / Férfi két-, és/vagy négy párevezős
1 x	5-8. hely	férfi ks nyolcas (nem olimpiai szám)

A 2014. évi Európa-bajnokság célkitűzései

2014.05.30.-06.01.

Belgrád (Szerbia)

	<i>Helyezés</i>	<i>Hajóegység</i>
1 x	1-3. hely	Férfi ks egypárevezős
2 x	1-6. hely	Férfi kormányos nélküli kettes vagy négyes / Férfi két- és/vagy négy párevezős
3 x	1-12. hely	Férfi ks kétpárevezős / Férfi egypárevezős / Férfi ks. négyes és/vagy kettes /

A 2015. évi Világbajnokság célkitűzései (olimpiai kvalifikációs verseny)

2015.08.29.-09.06.

Aiguebelette (Franciaország)

	<i>Helyezés</i>	<i>Hajóegység</i>
1 x	1-3. hely	Férfi ks egypárevezős
1 x	1-6. hely	Férfi ks kétpárevezős
2 x	1-9. hely	Férfi kn kettes / Férfi ks. kn négyes / Férfi két-, és/vagy négpárevezős
2 x	1-12. hely	Női egy-, vagy kétpárevezős / Női ks egypárevezős
2 x	5-10. hely	Férfi ks négpárevezős / férfi ks nyolcas (nem olimpiai szám)

Amennyiben valamely csapat olimpiai hajóegységben az olimpiai ciklus során nemzetközileg elfogadható eredményeket ér el, jogosult lesz a kvalifikációs versenyen való indulásra.

7. A sportág kvalifikációs rendszere, kvalifikációs stratégiája.

A 2015. évi világbajnokság és a 2016. évi európai zóna pótkvalifikációs versenyek meghatározott eredményei alapján lehet kiharcolni az olimpiai részvételt, számonként és nemzetenként 1 hajóegységgel.

„A”

2015. évi Világbajnokság (olimpiai kvalifikációs verseny)

2015.08.29.-09.06.

Aiguebelette (Franciaország)

„B”

2016. évi olimpiai végső (pót)kvalifikációs verseny

2016.05.28.-29.

Luzern (Svájc)

A kvalifikációs rendszernek tükröznie kell mind a FISA, mind a NOB céljait.

A NOB jóváhagyta a FISA által kialakított, a Rio de Janeiro-i Olimpára vonatkozó. módosított kvalifikációs rendszert. A megoldást kialakítását hosszú konzultációs folyamat előzte meg, melybe a több-kevesebb sikerrel a nemzeti evezős szövetségeket is igyekezett a FISA bevonni.

A FISA már a Chungjuban megtartott kongresszuson tájékoztatta a képviselőket, hogy a NOB 2016-ra jóváhagyta a Londonban is érvényes számokat: 14 versenyszámban, összesen 550 versenyző vehet részt a Rió-i olimpián. A változás az egyes versenyszámok közötti kvóta megoszlásban van.

A FISA az alábbi alapelvek figyelembevételével alakította ki a kvalifikációs rendszer módosítási javaslatát:

1. Kiválóság, kiváló teljesítmény

A cél, hogy a legjobbak versenyezzenek az olimpián, ezért 10 versenyszámban a kvótákat kizárólag a 2015. évi világbajnokságon, illetve a 2016. évi luzerni kvalifikációs döntőn lehet megszerezni.

2. Univerzalitás

FISA és NOB alapelv. A lehető legtöbb ország legjobbjainak kell lehetőséget adni az olimpiai szereplésre.

Négy versenyszámban (M1x, W1x, LM2x, LW2x) lehetőség van kontinentális kvalifikációs versenyen is kvótát szerezni.

A módosított kvalifikációs rendszer célja az is, hogy növekedjen az olimpiára kvalifikációt megcélzó nemzetek, és az olimpián résztvevő nemzetek száma.

Ezért a javaslat szerint a fenti négy versenyszámban (M1x, W1x, LM2x, LW2x) a kontinentális kvalifikációs versenyen egy ország kizárólag egy férfi és egy női csapatot kvalifikálhat. Ez vonatkozik a luzerni kvalifikációs versenyre is, amely a fenti versenyszámokban kontinentális kvalifikációnak minősül Európa, USA, Canada, Ausztrália és Új-Zéland részvételével.

Óceánia FISA tag országai (Ausztráliát és Új-Zélandot kivéve) az Ázsiai kvalifikációs versenyen vehetnek részt, ezért az ott megszerezhető kvóták számát eggyel emelkedett.

3. A férfiak és nők részvételi arányának közelítése

A 2012-es London-i olimpián az arány 64% férfi és 36% női versenyző volt. A FISA Council egyhangúlag elfogadta, hogy ezt az arányt Rió-ra 60% férfi/40% női versenyzőre kell módosítani. Ez úgy érhető el, ha a 6 női versenyszám közül négyben (W1x, W2-, W2x, LW2x) megemeljük a kvóták számát, míg a férfi számok közül háromban (M1x, M4x, M8+) csökkentésre kerülnek a kvóták.

A FISA természetesen más módon is szeretné ösztönözni a nagyobb arányú női versenyzői részvételt a sportágban, ennek érdekében a sportág minden szintjét érintő stratégiai tervet készít, melyet 2014-től azonnal életbe is léptet.

További megfontolások

1. Attraktív versenyek az olimpián

Fontos szempont, hogy az olimpia nyolc versenynapja során végig attraktív versenyeket biztosítson a sportág. Ezért kell, hogy megfelelő számban legyenek 12 indulónál többet regisztráló versenyszámok – ez esetben kerül középfutam is megrendezésre. A javasolt rendszer a 14 számból 10-ben biztosítaná ezt, szemben a londoni 9-cel.

2. A váltott evezés és párevezés közötti egyensúly megtartása

A FISA Council egyetért abban, hogy meg kell őrizni és fejleszteni kell mind a váltott, mind a párevezést. Különös hangsúlyt fektet a női váltott evezés fejlesztésére – ennek érdekében a W2- versenyszámban 15-re emeli a megszerezhető kvóták számát.

3. A női könnyűsúlyú evezősök részvétele

A női könnyűsúlyú evezést nagyobb arányban kell reprezentálni az olimpián, ezért a női könnyűsúlyú kétpárevezős versenyszámban az eddigi 17 hajó helyett 20 hajó szerezhet kvalifikációt.

Azon nemzeteknek, amelyeknek nem sikerült a 2015. évi világ bajnokságon adott versenyszámban kvótát szerezniük, a kvalifikációs folyamatot lezáró, 2016. évi európai végső kvalifikációs versenyen (Luzern) még lehetőségük van olimpiai kvalifikációt szerezni az alábbiak szerint:

Kvalifikációs összesítő táblázat

QUALIFICATION PLACES								
MEN / WOMEN								
Number of boat quota places available per qualification event (subject to the reallocation of unused quota places):								
	Continental Qualification Regatta							
	2015 World Champs	Asia/ Oceania	Africa	Latin America	European (+AUS, NZL, CAN, USA)	Final Qualif Regatta	Total Boats	Total Rowers
Men								
Single Sculls (M1x)	9	7	4	6	3		29	29
Pairs (M2-)	11	-	-	-		2	13	26
Double Sculls (M2x)	11	-	-	-		2	13	26
Fours (M4-)	11	-	-	-		2	13	52
Quadruple Sculls (M4x)	8	-	-	-		2	10	40
Eights (M8+)	5	-	-	-		2	7	63
Men Lightweight								
Double Sculls (LM2x)	11	3	1	3	2		20	40
Fours (LM4-)	11	-	-	-		2	13	52
Other								
Host Country Places (M1x)							1	1
Tripartite Places (M1x)							2	2
Total Men's Boats	77	10	5	9	5	12	121	331

Women								
Single Sculls (W1x)	9	7	4	6	3		29	29
Pairs (W2-)	11	-	-	-		4	15	30
Double Sculls (W2x)	11	-	-	-		2	13	26
Quadruple Sculls (W4x)	5	-	-	-		2	7	28
Eights (W8+)	5	-	-	-		2	7	63
Women Lightweight								
Double Sculls (LW2x)	11	3	1	3	2		20	40
Other								
Host Country Places (W1x)							1	1
Tripartite Places (W1x)							2	2
Total Women's Boats	52	10	5	9	5	10	94	219
Total Rowers	380	26	12	24	14	88		550

Kontinentális kvalifikáció (Férfi/Női egypárevezős, Férfi/Női Könnyűsúlyú kétpárevezős versenyszámokban)

Boat Class	Asia / Oceania	Africa	Latin America	Europe
Men				
Single Sculls (1x)	7	4	6	3
Men Lightweight				
Double Sculls (2x)	3	1	3	2
Women				
Single Sculls (1x)	7	4	6	3
Women Lightweight				
Double Sculls (2x)	3	1	3	2

8. Egyes szakmai mutatók területén kitűzött célok:

8.1 Technikai képzés

A felkészítő munka egyik nagyon fontos része, az egy-egy hajóegységen belüli egységes technika, stílus megteremtése. A felkészítő munkában állandó, folyamatos feladatként kell kezelni a technikai képzést, hiszen hiába a megszerzett kondicionális tudás, ha az adott csapategységen belül az erők nem összeadódnak, hanem szétforgácsolódnak, ill. kioltják egymást. A meglévő erőt és állóképességet a kiélezett versenyeken, magas

csapásszámmal, jó technikával, a hajó futásának és a csapás áthúzásának megfelelő ritmusú kialakításával lehet hasznosan felhasználni. Az egységes csapattechnika kialakításának elengedhetetlen feltétele az adott csapatnál számításba jöhető versenyzők minél több közös edzéseken való részvétele, a kondicionális feltételeknek megfelelő versenyzők különböző csapategységekben és összetételben való kipróbálása.

8.2 Taktikai képzés

Taktikai képzésnél törekedni kell arra, hogy a csapat az adott kondíciójának megfelelően, és az ellenfelek versenytaktikájának ismeretében, a lehető legeredményesebb versenytaktikát gyakorolja be először edzéseken, majd hazai-, és nemzetközi versenyeken. El kell érni, hogy a csapatok az adott versenyen a versenytávot, megfelelő ritmusban és erőbedobással tudják teljesíteni úgy, hogy szükség esetén a váratlan versenyszituációk megoldására, elviselésére is képesek legyenek (időjárás körülmények (hullámos víz, magas páratartalom, ...), verseny közbeni támadás(ok) indítása, visszaverése, ...).

8.3 Fizikai képzés

Az evezés döntően erő állóképességi sport, ezért az eredményességet meghatározó alapvető kondicionális képességek az erő, állóképesség, erő állóképesség, döntő jelentőségűek, azonban nem elhanyagolható tényezőként szerepel a gyorsaság, ügyesség, hajlékonyság sem, ami egy korábbi időszak (utánpótlás kor) kiemelt feladataként szerepelt, de felnőtt korban is figyelmet kell fordítani a megszerzett képesség(ek) megtartására, fejlesztésére. Az evezősteljesítményt meghatározó tényezők fejlesztése az adott felkészülési időszaknak megfelelően mindig más és más képesség hangsúlyos fejlesztését célozza meg. Az elmúlt időszakra visszatekintve, fizikai, kondicionális téren alapvető hiányosságunk, az adott időszakra szóló edzésterjedelmi, és intenzitási mutatók optimális meghatározása, ami túl kevés, túl sok, túl intenzív, túl csekély intenzitású edzésekben, ill. az előzőek variációiban nyilvánult meg, ezért a jövőben alapvető törekvésünk, egy objektív alapokon nyugvó terhelés élettani „Team-re” való támaszkodás. Ennek a csapatnak a létrehozása úgy gondolom feltétlenül szükséges!

8.4 Mentális tulajdonságok fejlesztése

A sikeres versenyeredmény elérése érdekében fontos a versenyző (edző) minden olyan személyiségjegyének kiszűrése, mely hátrányosan befolyásolja mind az egyént, mind a csapatot az optimális versenyeredmények, elérésében. Amennyiben az edző nem képes az esetlegesen felmerülő problémák kezelésére, abban az esetben szükséges más edző, pszichológus bevonása a felkészülési munkába. Az egyén, és a csapat pozitív irányú mentális fejlődésének fontos feltétele a felkészülési szintnek megfelelő reális célok kitűzése. Az edzések, versenyek fokozott kihívásainak elviselésében, lényeges elem a pozitív értékítélet kialakítása, és az evezésben hangsúlyos pszichés tulajdonságok szem előtt tartása, fejlesztése (akarat-erő, kitartás, monotónia tűrés, ...). Ösztönözni és fejleszteni kell a belső erkölcsi motivációt, hogy a versenyekre példás küzdőszellemű, kitűnő akarat-, erkölcsi tulajdonságokkal rendelkező csapat alakuljon ki. A nevelési folyamat lényeges része a magas szintű edzési-morál kialakítása. Az edző a versenyzővel a feladatot ne csak végrehajtsa, hanem ösztönözze is az adott feladat minél tökéletesebb, hatékonyabb megoldására.

8.5 Versenyeztetés

A nemzetközi versenyeken való részvétel kettős célt szolgál: egyrészt az edzéseken kialakított tempó és a sebesség megismétlését és felülmúlását a versenyeken - és azon belül a különböző pályaszituációk begyakorlását -, másrészt az élmezőnyhöz való viszonyítást. Nagyon fontos, hogy a versenyzők tapasztalatot és rutint szerezzenek. A felkészülési rendszer célja a főversenyre való legjobb felkészülés.

A versenyeztetési terv szempontjai:

- felkészülés ellenőrzése
- válogatás
- formába hozás speciális módszere
- ellenfelek megismerése, erőviszonyok felmérése
- rutin megszerzése

8.6 Formaidőzítés

Az olimpiai felkészülés négy évében az első három évben évenként, és korosztályoktól függően két csúcsmódot elérését tervezzük. A csúcsmódot az első három évben a fiatalabb felnőtteknél az EB-n, és U23-as VB-n, illetve az idősebb (eredményesebb) felnőttek esetében az EB, és VB időpontjában, ill. a negyedik évben az olimpiai időpontjában kívánjuk elérni. A terhelés adagolásának megtervezése oly módon történik, hogy a kívánt csúcsmódot időpontjától visszafelé haladva tervezzük a terhelési ciklusokat. A terhelés adagolása és az edzettségi szint ellenőrzése részben orvosi, szakmai mérésekkel, részben az evezős ergométerrel, valamint a versenyeredmények alapján történik.

- technikai, taktikai tudásszint emelése
- a fizikai állapot fejlesztése, /gyorsaság, állóképesség, erőfejlesztés/
- mentális tulajdonságok fejlesztése
- motiváció, akarat tényezők
- a nevelés-fejlesztés területén
- központi és egyesületi munka aránya
- az egyesületi edzők helyzete a központi munkában

9. Az olimpiai felkészülés szakaszai és kiemelt feladatai éves bontásban.

2013. év kiemelt feladatai:

- Az olimpiai ciklusban számításba jöhető versenyzők objektív alapokon történő kiszűrése.
- A szűrés eredményeként kiválasztott sportolók csapategységekben történő kipróbálása, versenyeztetése.
- A tehetséges, de még jelentős felnőtt eredményekre nem képes versenyzők (versenyzői háttér bázis) motiválása, „életben tartása” (U23 világbajnokság, VB nem olimpiai számban indulás).

2014. év kiemelt feladatai:

- A bevált hajóegységek edzettségi szintjének, csapategységének fokozása.

- Újabb csapatok kipróbálása olimpiai versenyszámokban.
- A tehetséges, de még jelentős felnőtt eredményekre nem képes versenyzők (versenyzői háttér bázis) motiválása, „életben tartása” (U23 világbajnokság, VB nem olimpiai számban indulás).

2015. év kiemelt feladatai:

- A meglévő legtehetségesebb versenyzők olimpiai hajóegységekbe koncentrálása.
- Az olimpiai hajóegységek edzettségi szintjének, csapategységének fokozása.
- Tehetséges fiatalok beépítésével minél több hajóegységben olimpiai kvalifikáció kivívása.

2016. év kiemelt feladatai:

- A pótkvalifikációs versenyen további kvótaszerezés.
- Az olimpiai játékokon minél jobb eredmény elérése.

10. A válogatás elvei.

10.1 A felnőtt válogatott „A” keret tagja lehet az a versenyző :

- aki az Európa bajnokságon I-VI., olimpiai számban korosztályos (felnőtt, U23) világbajnokságon I.-VIII helyezést ért el, ill. olimpián szerepelt,
- aki az előző évi ifjúsági világbajnokságon olimpiai számban I-VI. helyezést ért el (kivétel, amennyiben utolsó volt), és következő évben felnőtt korcsoportba kerül.
- akit az éves kijelölt hazai és nemzetközi versenyeken elért eredményei alapján a szakmai vezető kerettagságra javasol.

10.2 A válogatás szintjei:

I. szint

Ősszel (októberi hosszú-távú verseny után) bő válogatott keret kijelölése, szakáganként a fenti szempontok alapján.

II. szint

Ősztől koratavaszig tartó időszakban végzett tesztek, felmérők alapján keretszűkítés (tavaszi márciusi alapozó vízi edzőtáborozásig).

III. szint

A hosszú távú verseny, és a kishajós tesztverseny után csapatkijelölés a szegedi nemzetközi. versenyre speciális hajóegységben.

IV. szint

A szegedi májusi nemzetközi verseny eredményei alapján csapatkijelölés a nemzetközi versenyekre. Az őszi-, tavaszi tesztek, versenyek alapján keretfrissítés (szükség esetén pótválogató verseny).

V. szint

Az éves program szerint kötelezően megjelölt nemzetközi versenyek eredményei alapján csapatkijelölés a fő világversenyekre.

Csak azok a hajóegységek jöhetnek számításba az Európa-, és világbajnokságon való indulásra, amelynek reális esélyük van a célkitűzésekben megfogalmazottak teljesítésére!

10.3 A válogatottaktól, ill. a kerettagságra pályázó versenyzőktől elvárt követelmények:

- egyesületi tagság és versenyzési engedély.
- tiltott teljesítményfokozó szerek nélküli felkészülés.
- MOB szerződésekben foglalt követelmények betartása.
- a MESZ szerződésekben foglalt követelmények betartása.
- szakmai követelmények teljesítése.
- a válogatottság szakmai kritériumainak megfelelő versenyző egyesületének – MESZ vállalásán felüli - felkészülési, versenyeztetési költségeinek garancia vállalása a fő verseny időpontjáig.
- Tartósan magas színvonalú edzésmennyiségi, és minőségi (óra/hét) edzőmunka végzése edzői ellenőrzés alatt.
- Edzésnapló vezetése, és rendszeres leadása a szakági vezetőknek egységes elektronikus formában.
- Felmérőkön, teszteken való megjelenés:
 - Vízi (6000m, 2000m, küszöb, ...)
 - Ergométer (6000m, 2000m, küszöb, VO2 max., ...)
 - Súlyzó (EA, ME, ...)
 - Egyebek (futás, sífutás, ...)
- Egészségi, morális alkalmasság
- Csapattagságra pályázó versenyzőknek rendszeresen, - a szakági vezető, ill. a megbízott felkészítő edző által meghatározott időkből - összetartó, csapatépítő edzéseken való részvétel.
- Válogatottként induláshoz szükséges minimális követelményszintek teljesítése (ergométer 6000m, 2000m + vízi tesztek 1x, -2 hajóegységben, majd később speciális egységben).

10.4 Nemzetközi versenyre történő válogatás szakmai követelménye:

	edzésszám	terjedelem/edzés	vízi és szárazföldi edzések aránya
U23	7-12x	45-150'	60% és 40%
Felnőtt	10-14x	45-150'	60-70% és 40-30%

Válogatottaknak elérendő edzésterjedelem (éves átlag/hét)	
Felnőtt	U23
Legalább 16 óra/hét	Legalább 12 óra/hét

ELVÁRHATÓ TELJESÍTMÉNYSZINTEK ERGOMÉTEREN („A” keret)				
	NŐK		FÉRFIAK	
	2000 m	6000 m	2000 m	6000 m
Felnőtt normálsúly	6'55"	21'50"	6'00"	19'20"
Felnőtt ks.	7'15"	23'00"	6'18"	20'05"
U 23 normálsúly	7'05"	22'55"	6'04"	19'40"
U 23 ks.	7'20"	23'30"	6'22"	20'25"
ELVÁRHATÓ TELJESÍTMÉNYSZINTEK ERGOMÉTEREN („B” keret)				
	NŐK		FÉRFIAK	

	2000 m	6000 m	2000 m	6000 m
Felnőtt normálsúly	7'05"	23'00"	6'10"	19'56"
Felnőtt ks.	7'25"	23'35"	6'28"	20'40"
U 23 normálsúly	7'15"	23'30"	6'20"	20'16"
U 23 ks.	7'30"	23'50"	6'32"	20'56"

10.5 Irányadó idők, a felnőtt csapatok nemzetközi versenyre jelöléséhez:

Legjobb versenyidők táblázat (2012)								
	Férfiak				Nők			
	Felnőtt		U23		Felnőtt		U23	
Hajók	Normálsúly	Könnyűsúly	Normálsúly	Könnyűsúly	Normálsúly	Könnyűsúly	Normálsúly	Könnyűsúly
1x	6,33,35	6,46,93	6,46,61	6,46,93	7,07,71	7,28,15	7,27,23	7,30,19
2x	6,03,25	6,10,02	6,08,43	6,14,98	6,38,78	6,49,43	6,51,58	6,59,31
4x	5,33,15	5,45,18	5,39,62	5,49,69	6,09,38	6,23,96	6,22,11	
2-	6,08,50	6,26,61	6,20,43	6,26,90	6,53,80	7,18,32	7,05,13	
2+	6,42,16							
4-	5,37,86	5,45,60	5,48,12	5,54,12	6,25,35		6,35,00	
4+	5,58,96		6,03,01					
8+	5,19,35	5,30,24	5,24,31		5,54,17		6,03,23	

Megjegyzés:

- Az edzésnapló vezetési kötelezettséget elmulasztó versenyzők, nem vehetnek részt a MESZ, ill. a MOB által finanszírozott edzőtáborokban!
- Amennyiben a mulasztó versenyző, a kötelezően előírt felmérőkön kiemelkedően teljesít, és a tájékoztató, ill. válogató versenyen győzelmet szerez, abban az esetben kisegységben (1x, 2-) indulhat a nemzetközi versenyeken.
- A teszteken, a könnyűsúlyúakra vonatkozó súlyhatárok:

Nők Férfiak

Ergométer OB, és Őszi hosszú távú: 61,5 kg 75,0 kg

Tavaszi hosszútávú, és Kishajós verseny: 59,0 kg 72,5 kg (FFks -2, 71,0 kg*)

* Csapatban az egyéni súly nem haladhatja meg a 72,5 kg-ot!

10.6 A felnőtt világbajnokságra történő csapatkijelölés

Csak az a hajóegység jöhet számításba a világbajnokságon való indulásra, amely az alábbi eredményeket éri el (reálisan értékelve, teljesíteni tudja VB eredményességi célkitűzésben megfogalmazottakat):

Az év során az utolsó Világ Kupa versenyen:

- döntőbe kerül, vagy
- a kisdöntőben győz, vagy
- a kisdöntőben a győztes ideje + 2 %-ot teljesít.

Prioritási szempontok csapatkijelöléseknél:

1. Olimpiai kvótaszerzés, szereplés
2. Felnőtt VB olimpiai számok 1-8. helyezés
3. U23 VB olimpiai számok 1-8. helyezés
4. EB (olimpiai) számok 1-6. helyezés
5. Felnőtt VB nem olimpiai számok 1-8. helyezés
6. U23 VB nem olimpiai számok 1-8. helyezés

Természetesen a fentebb említett prioritások nem azt jelentik, hogy egy hosszú-távú felkészülésnél csak olimpiai számokban gondolkodunk, hiszen egy olimpiai felkészülés során kiindulási, ill kiegészítő pontja lehet a világbajnokságokon nem olimpiai számokban, vagy U23-as világbajnokságon történő indulás is (pl. FFks 8+; FFks 4x). A meglévő anyagi forrásainkat azonban döntően azokra a számokra kell, hogy fordítsuk, mely kitűzött olimpiai céljaink elérését szolgálja, ill. mely után – a válogatottak működéséhez szükséges – állami támogatást kapunk.

A csapatok kijelölésénél nem elhanyagolható egyéb szempont a Gerevich ösztöndíjhoz jutási feltétel, jogosultság:

- Olimpiai játékok 1-8. helyezés
- Felnőtt világbajnokságon 1-8. helyezés megszerzése olimpiai szám(ok)ban.
- Európa bajnokságon 1-6. helyezés olimpiai szám(ok)ban

11. A sportág utánpótlás helyzete a Rio de Janeiro-i olimpia szemszögéből.

Az ifjúsági korosztályból felnőttbe felkerülő legjobb válogatott versenyzőink egy része, főiskolai, ill. egyetemi tanulmányokat folytat, ezáltal lehetőségük van evezős sportpályafutásuk meghosszabbítására. Az utóbbi évek sikeres ifjúsági- és U23-as világbajnoki, felnőtt Európa bajnoki eredményeket elérő versenyzők némi nehézségek árán, de össze tudták, tudják egyeztetni iskolai elfoglaltságukat a felnőtt szintnek megfelelő edzőmennyiségi és minőségi követelményekkel. Az olimpiai szereplést szem előtt tartva, a legjobb képességekkel, és adottságokkal rendelkező U23-as versenyzőinket, és legeredményesebb felnőtt versenyzőinket koncentrálni alakítjuk ki a riói olimpiára számításba jöhető csapategységeket. Az olimpiai ciklusban újonnan felbukkanó tehetséges versenyzőinket, a már meglévő csapategységeink továbbberősítésére, illetve új olimpiai csapategységek kialakítására próbáljuk ki.

12. Az olimpiai keretek foglalkoztatásának szakmai, szervezési feladatai /edzőtáborok, válogató versenyek, ciklusrend stb./

A felkészülés alappillére a szövetségi kapitány által kidolgozott éves felkészülési program, ami a szakág vezetői és felkészítő edzői részére iránymutatásul szolgál. Tartalmazza a felkészülési szakaszokat a makro-, és mezociklusok rendszerét, a különböző tesztek és versenyek dátumát, az edzőtáborok tartamát és helyét, a csúcs verseny és a fő versenyek hangsúlyait, az orvosi mérések, klinikai vizsgálatok illeszkedéseit, azonban az operatív tervek a felkészítő edzők nagyfokú szabadságával valósulhatnak meg.

Feltételezzük és hangsúlyozzuk, hogy tekintettel a célkitűzések fontosságára, az edzők a nevesített csapatok felkészítésére maximálisan koncentrálnak és állandó jelenlétükkel

kontrolálják azt. A szövetség e tárgyban deklarálta, hogy kéri az érdekelt klubok segítségét ennek megvalósítására. A nemzetközi versenyek közül az Európa bajnokság, és a világkupa versenyek jönnek elsődlegesen, és kötelezőn számításba! A verseny után felülvizsgáljuk az addig nyújtott teljesítményeket és csak a célt még valósan elérhető távolságba kerülő csapatokat engedjük tovább.

Ami a csúcsforma időzítéseket illeti, az év folyamán 2 csúcsformát tervezünk, egy mérsékeltet az utolsó világkupa versenyre, és egy abszolút csúcsot a világbajnokságra. A többi verseny elsődlegesen az erőfelmérést, és a tájékozódást szolgálja.

A válogatott versenyzők felkészítése részben klubhelyszínen, részben összevont központi helyszínen történik. Valamennyi kerettag egyéni operatív edzésprogram alapján készül a kijelölt szakág vezetői, ill. felkészítő edzők közreműködésével.

A Magyar Evezős Szövetség továbbra sem rendelkezik egy edzőtábori felkészülés elemi igényeit kielégítő központi vízi bázissal (súlyzó terem, öltöző, pihenőszoba, étkező, ...), így a válogatott keret közös edzéseit döntően egyesületi helyszíneken végzi, meglehetősen puritán körülmények között (Szolnok, Baja, Győr, Szeged, Budapest). Felnőtt válogatottjaink az MNSK központi edzőtáborait (Dunavarsány, Szeged, Tata) a kiemelt sportági lehetőségekkel élve 2013 őszétől egyre több alkalommal és létszámban veszik igénybe. A hétvégi közös edzőtáborozások száma a versenyzők iskolai, ill. munkahelyi elfoglaltsága mértékében szakáganként eltérőek.

Mivel a hétvégi közös edzések döntő részben a szakág vezetői, ill. válogatott csapatokat felkészítő edzők egyesületénél történik, ezért szükséges a felkészülési helyszínek edzőtábori körülményt biztosító anyagi segítségnyújtása (szállás, étkezés, motorcsónak üzemanyag, ...).

Az éves felkészülési terv szakaszai:

- Felkészülési időszak (vízi-, szárazföldi alapozás időszaka, I-III.)
- Versenyidőszak (I-II.)
- és Átmeneti időszak szerint alakul a válogatott keretek éves edzésprogramja.

Válogatott keret ellenőrzés, visszajelzés, értékelés menete:

- versenyző – edző (edzésnapló, felmérők, versenyek)
- edző – csapat felkészítő edző (edzésnapló, felmérők, versenyek)
- csapat felkészítő edző – szakág vezető (edzésnapló, felmérők, versenyek, éves beszámoló)
- szakág vezető – szövetségi kapitány (edzésnapló, felmérők, versenyek, éves beszámoló)
- szövetségi kapitány – MESZ elnökség (versenyek, éves beszámoló)

13. Az olimpiai keret sportegészségügyi ellátása, sportorvosi hálózat, sporttudományos háttér.

Közreműködő orvosok (sporttudományos stáb)

1. dr. Kokas Péter	Sporttudományos stáb vezető
2. dr. Szabó Anita	Keretervos OSEI
3. dr. Komka Zsolt, Györe István	Teljesítmény élettani szakember Semmelweis Egyetem
4. dr. Lénárt Ágota	Pszichológus
5. dr. Török Éva	Táplálkozástudományi szakember
6. Lajkó Zsuzsa	Fizioterapeuta
7. Halász László	Masszőr

Orvosi bizottság vezető

Együttműködve a szövetségi kapitánnyal, felelős a válogatottak eredményességét szolgáló sporttudományos háttér minél hatékonyabb működtetéséért.

Sporttudományos intézetekkel, szakemberekkel, válogatott keretekkel történő kapcsolattartás.

Javaslattevő a válogatottak hatékony felkészülését szolgáló legkorszerűbb sporttudományos eljárások alkalmazására.

Általános orvosi feladatok

A keretervos legfontosabb feladata a versenyzők egészségügyi állapotának ellenőrzése, szükség esetén megfelelő szakorvoshoz utalása.

Sérülés, hosszantartó betegség után a rehabilitáció mielőbbi megkezdése, illetve annak megszervezése.

Az edzőtáborban történő ellenőrzés, mérés, a versenyzők évenkénti klinikai szűrővizsgálatának megszervezése, a szűrővizsgálati eredmények kiértékelése.

A szükséges gyógyszerek, vitaminok, regeneráló szerek kiválasztása és beszerzése.

A keretervosnak szoros kapcsolatot kell kialakítani a válogatottakat adó egyesületi edzőkkel és a szövetségi kapitánnyal.

Speciális terhelésvizsgáló, terhelés élettani feladatok

A versenyzők edzettségi szintjének, alakulásának megállapítása objektív teljesítménydiagnosztikai, terhelés élettani módszerek segítségével. A mérési eredmények figyelembevételével kidolgozott (edzés)javaslatokkal segítséget nyújtani az edzők számára az egyéni edzések tervezéséhez.

Pszichológusi feladatok

Válogatott kerettagok pszichológiai szűrése, sportteljesítmény javítását szolgáló gyakorlatok megismertetése a kerettagokkal, ill edzőikkel. Szükség esetén gondoskodik a kerettagok terápiás kezeléséről.

Táplálkozás tudományi feladatok

A válogatott kerettagok sporttáplálkozással kapcsolatos ismereteinek bővítése, frissítése, ill. az ezzel kapcsolatos felvilágosítás.

A kiemelt válogatott kör számára (max. 20 fő) antropometriai mérés elvégzése, BMI index meghatározása.

A kiemelt válogatott kör számára ételallergia szűrés.

A kiemelt válogatott kör részére személyre szóló étrendi ajánlás, ill. a szükséges táplálék kiegészítőkre javaslat tétel.

Fizioterapeuta feladatok

A válogatott keret részére gyakorlati tanácsadás, gyakorlatvezetés a sportsérülések elkerülése érdekében.

Sérült, panaszos kiemelt státuszú válogatottak rehabilitációja.

Masszőri feladatok

A kiemelt státuszú válogatottak izomzatának karbantartása, edzések, versenyek közötti regenerációs idő lerövidítése.

14. A sportág doppingellenes küzdelme.

1. A Magyar Evezős Szövetség a tavaszi alapozó edzőtáborozások alkalmával szervez doppingellenes felvilágosító előadást mind a felnőtt, mind az utánpótlás kerettagjaink számára az edzőtáborozások helyszínén. Előadóként a HUNADO vezető szakemberét, Dr. Tiszker Ágnest kérjük fel, így az előző évek gyakorlatát követve első kézből hallhatják a fontos információkat a válogatott kerettagok és az őket felkészítő edzők.
2. Klubjainkat, versenyzőinket, edzőinket rendszeresen, körlevélben, valamint honlapunkon és a facebook oldalunkon való közzététel útján tájékoztatjuk a HUNADO által szervezett dopping témájú előadásokról.
3. A 2014. évi edzői továbbképzés egyik napirendi pontjaként tervezzük a HUNADO egyik munkatársának felkérését doppingellenes felvilágosító előadás megtartására.
4. Válogatottjaink, csak a MESZ által foglalkoztatott dietetikus szakember hozzájárulásával szedhetnek táplálék kiegészítő szereket.
5. A MESZ illetékes vezető tisztségviselői folyamatosan kapcsolatot tartanak a HUNADO munkatársával.
6. Ellenőrizzük a „Whereabouts” kitöltését.
7. A sportolói szerződésekben kitérünk a kötelező doppingellenes tevékenységek betartásának előírásaira. A MACS honlapon történt közlések időszakos nyomon kísérésének (www.antidoping.hu) kötelezettsége is szerepel sportolói szerződésekben. A „Whereabouts” kitöltési kötelezettség a Nemzeti Nyilvántartott Vizsgálati Csoport (RTP), és regisztráció a nyilvántartott sportolók részére szintén kötelező.

15. Sportdiplomáciai feladatok, a sportág nemzetközi tisztségviselők névsora.

A MESZ nemzetközi kapcsolatrendszere, események, pályázatok:

FISA/ERMB

A MESZ kapcsolata a Nemzetközi Evezős Szövetséggel (FISA), a FISA Európai Elnökségével (European Rowing Management Board), más országok, elsősorban az európai, ezen belül is a közép-európai régió evezős szövetségeivel hagyományosan jó, kiegyensúlyozott. A FISA tagszervezeteként az évente, a világbajnoksággal összekapcsolva megrendezésre kerülő FISA kongresszuson mindig képviselteti magát a MESZ, erre célszerű a jövőben is hangsúlyt fektetni (2014 – Amszterdam, 2015 – Aiguebelette, 2016 – Rotterdam). Szövetségünk azon testületek közé tartozik, amelyek 3 mandátummal rendelkeznek, ami 3 szavazatot jelent. A sportdiplomácia szempontjából ennek jelentősége van, és ezért a 3 fő szövetségi vezető megjelenését szükségesnek tartjuk! Hagyományosan az olimpia utáni évben, februárban kerül sor a Rendkívüli Kongresszusra, amely a négyéves ciklus egyetlen lehetősége a szabálymódosításra.

A nemzetközi evezős élet a NOB, a változó folyamatok, a megjelenő új lehetőségek, az újonnan induló multi-sport események (pl. Európai Játékok) kihívásaira igyekszik a

sportágnak megfelelő válaszokat, megoldásokat megtalálni. Az Európa-bajnokság erősödésével jelentős változás várható a FISA versenynaptárban és a világkupa lebonyolítási rendszerben 2017-től.

- Jelentősen szigorodtak a FISA versenyeken való részvétel, illetve ezen versenyek megpályázásának, megrendezésének feltételei
- A következő Universiade (2015 Gwanju) programján is szerepel az evezés

Coupe de la Jeunesse

Szövetségünk tagja a 12 nemzetet tömörítő Coupe de la Jeunesse szervezetnek, mely feladata évente egy ifjúsági verseny megrendezése a 12 nemzet versenyzőinek részvételével. A 2015.évi Coupe de la Jeunesse versenynek a MESZ rendezésében Szeged ad otthont.

Olimpiai Reménységek Versenye

A Visegrádi Országok evezős szövetségeivel szoros együttműködésben veszünk részt, illetve négyévente egyszer megrendezzük az Olimpiai Reménységek Versenyét. Magyarország legutóbb 2011-ben volt házigazdája az eseménynek a Velencei-tavi evezős pályán.

A többi evezős szövetséggel, külföldi evezős klubokkal meglévő jó kapcsolatainkat a MESZ évente megrendezésre kerülő Dr. Simády Béla Nemzetközi Emlékversenye színvonalának emelésére, a résztvevők számának növelésére, edzőtábori lehetőségek (meleg vízi, magaslati) költséghatékony megszervezésére, a második vonal nemzetközi versenyzési lehetőségeinek bővítésére szeretnénk kihasználni. Azonban meg kell jegyezni, hogy a MESZ által rendezett egyetlen, jelentős nemzetközi versenyen a nemzetközi részvétel az évek óta konzekvensen csökkenő források miatt érezhetően csökkent. Azaz, a hosszú évek alatt kialakított jó kapcsolatok nem pótolhatják a csökkenő forrásokat.

Az Erasmus+ program ösztönzésére keretében tervezünk nemzetközi együttműködésben edzői csereprogramokat, újszerű sprint versenysorozatot megvalósítani a következő években.

Egyre népszerűbb a gróf Széchenyi István Évadnyitó Emlékverseny keretében megrendezésre kerülő „Budapest Kupa” nemzetközi hosszú távú nyolcas verseny, valamint nemzetközivé bővül a „Duna Regatta”, az egyetemek nyolcasainak rangadója.

A sportág nemzetközi tisztségviselői:

Szántó Éva

- FISA (Nemzetközi Evezős Szövetség) European Rowing Management Board tag (Evezésben nincs külön Európai Evezős Szövetség, a FISÁ-n belül működik az Európai „Elnökség”) – az európai szövetségek éves közgyűlése 2011-ben Plovdivban újra választotta
- FISA Events Commission (Versenytechnikai Bizottság) tag (2010 óta, a tagság 2011-ben újabb 4 évre megerősítésre került)
- FISU (Nemzetközi Egyetemi Sport Szövetség) evezés sportágért felelős technikai bizottság vezetője (a FISA és a MEFS javaslatára, a FISU ExCom döntése alapján 2011-től)

Tevékenység: Részvétel a bizottsági, FISA Összevont Bizottsági üléseken, pályázati folyamatok nyomon követése, helyszínlátogatások (site visits), szervező bizottságokkal

folyamatos kapcsolattartás, technikai delegátusként részvétel a FISA/FISU versenyeken, Európai közgyűlés előkészítése, beszámolók összeállítása stb.

dr. Kokas Péter

- FISA Orvosi Bizottság volt tagja, jelenleg meghívott szakértő. A TUE 2 Bizottság vezetője. (hivatalos megbízatása a FISA Alapszabálya értelmében 65. életévének betöltésével 2011-ben járt volna le, de a FISA 2012. évre is felkérte bizottsági tagként való közreműködésre). Tevékenység: bizottsági ülések évente összesen 3 alkalommal; FISA versenyeken FISA orvosként közreműködés, szakmai állásfoglalások készítése, egyes kiemelkedő FISA eseményekre a teljes EÜ működés megszervezése, a forgatókönyvek elkészítése és ellenőrzése. A FISA eseményeken a teljes Dopping ellenőrzési tevékenység megszervezése, lebonyolítása, majd a jelentések elkészítése. Kapcsolattartás a NOB Orv. Bizottsággal, az ASOIF Orv. Tanácsadói Csoporttal (AMCG), a WADA Orv. és Tudományos Bizottsággal.

Nemzetközi bírók

Nemzetközi bíróink (jelenleg: 2 fő: Dr. Mészáros László és Szántó Éva; rendszeresen látnak el versenybírói feladatokat a FISA bajnokságokon és világkupákon, illetve egyéb nemzetközi versenyeken, meghívásoknak és bírói csereprogramoknak eleget téve különböző európai nemzetek bajnokságaiban.

Terveink között szerepel FISA bíróink számának növelése, további versenybírók felkészítése a nemzetközi vizsgára. A következő lehetőség erre, 2014 november, amikor a FISA Európában tart bírói vizsgát.

16. Az olimpia keret létesítmény helyzete.

A versenyevezés versenypálya létesítmény-követelményei igen egyértelműen megfogalmazásra kerültek a Nemzetközi Evezős Szövetség (FISA) által.

Ma Magyarországon a szegedi Maty-éri Evezős és Kajak-kenu Olimpiai Központ döntő mértékben már megfelel a nemzetközi követelményeknek. Az állami támogatással létrejövő versenypálya fejlesztés és az elnyert 2010-es Egyetemi és Főiskolai Evezős Világbajnokság megnyitotta a további nemzetközi versenyek hazai pályára hozatalának lehetőségét.

Tudni kell azonban, hogy manapság a világban számos olyan edzés-, és verseny helyszínekkel kell versenyre kelni, melyek jóval korszerűbb felszereltségűek, jobb infrastruktúrával rendelkeznek, a hazaiaknál.

A Magyar Evezős Szövetség válogatottjainak központi (MNSK) edzőtáboron kívüli felkészülését 2009. évig a budapesti Gubacsi híd lábánál található – korábban az MTK evezős szakosztályának használatában lévő – jelenleg a Magyar Kajak-kenu Szövetség üzemeltetésében lévő telepen biztosította.

Az időközben bekövetkezett sajnálatos változások miatt – erről a telepről kiszorultak az evezősök - válogatottjaink felkészülése döntően egyesületi helyszínen, csekély mértékben központi edzőtábori helyszíneken történt.

Szövetségünk régi törekvése egy logisztikai és felkészülési vízi bázis létrehozása mely a sportág illetve a válogatottak érdekeit szolgálná. A MESZ pesterzsébeti önkormányzattól 30 évre bérelt területén eme régi törekvésünk megvalósítására kellő előkészítés után ismét lehetőség nyílik a KSF „létesítmény fejlesztési” projekt keretén belül.

A Magyar Evezős Szövetség vízi bázisának fejlesztése több szempontból is szükséges.

Ezek:

- A MESZ válogatott kereteinek csapatépítő, és szakági összetartó edzéseinek megtartásához szükséges létesítmény feltételek biztosítása,
- A válogatott keretek vidéki tagjainak, kiutazások előtti szálláslehetőségének biztosítása
- A MESZ eszközeinek biztonságos, szakszerű tárolásának szükségessége, a tárolási terület bővítése,
- Vízitúra állomás kialakításának szükségessége,
- Iskolai és szabadidős programok megvalósításának helyszíne,
- Egyebek, (pl. A MESZ számára bevételt jelentő szállás-, kondicionáló terem bérbeadásának lehetősége)

A telephely evezős tevékenység szempontjából nyugodt, biztonságos vízfelület mellett helyezkedik el, azonban jelenlegi állapotában nem felel meg a fenti kívánalmak teljesítéséhez. Ahhoz, hogy a fenti céljainkat, feladatainkat meg tudjuk valósítani az alábbi fejlesztésekre, beruházásokra van szükségünk.

Létesítmény fejlesztése, beruházások

- A közeljövőben várható hajóbeszerzéseink következtében szükséges a meglévő hajótároló (Sirály csónakház) kapacitásunk bővítése, korszerűsítése.
- Edzőtáborok, összetartó edzések megtartásához szükséges:
 - 20 fő elszállásolásához szükséges 10 x 2 ágyas szobák építése,
 - Adminisztrációs feladatok ellátása érdekében, edzői iroda építése,
 - Masszőr, ill. fizioterapeuta kezelésekre szükséges helyiség építése,
 - Video elemzésekhez, társas együttléthez közösségi helyiség építése,
 - Melegítő konyha építése,
 - Zuhanyozási, öltözők, WC lehetőség kialakítása (férfi, női),
 - Iskolai programok lebonyolításához öltözők kialakítása
 - Kondicionáló terem építése (súlyzó, ergométer),
 - Biztonságos vízreszálláshoz, kikötéshez szükséges a meglévő stégek felújítása.
- Motorcsónakok és egyéb eszközök tárolásához (versenytechnikai eszközök) szükséges tároló helyiségek építése
- A motorcsónak üzemanyagok tárolásához szükséges különálló üzemanyag tároló helyiség építése.
- Hajó- és egyebek karbantartásához szükséges egy műhely építése.
- A hajószállító utánfutó biztonságos, balesetmentes beállításához szükséges egy kapu építése a Vízisport utca felől.
- A telep gondnoki feladatainak ellátásához szükséges egy gondnoki helyiség építése.

Vízi bázis fejlesztések, beruházások ütemezése

A fentebb megjelenített teljes fejlesztési, beruházási igények a Kiemelt Sportágfejlesztési Program (KSF) első éves keretéhez illeszkedve a BMSK - MESZ szerződés jelenleg aláírás előtt álló állapotban van. A további fejlesztési szerződés (szerződések) alapján várhatóan 2016-ra fejeződik be el a beruházás. A jelenlegi első ütem a tervezés, engedélyezés, tulajdonosi hozzájárulás stádiumában van és ennek megfelelően több éves folyamat után valósítható meg a teljes terv és kerül az összes kívánt funkció ellátásra. A megvalósítás során azonban az ütemes átadás nyomán már remélhetőleg javulnak a vízi bázis lehetőségei, a sportolók kiszolgálása, iskolai programok elindítása. A beruházás pontos ütemezése a projekt megvalósításával megbízott tervezővel, kivitelezővel történt egyeztetést követően a közeljövőben kerül meghatározásra, a mielőbbi funkcióba állás illetve prioritások figyelembe vételével.

Az evezős egyesületek, szakosztályok döntő részében Mosonmagyaróvártól Mohácsig rendkívül lelakott, a kor követelményeitől messze elmaradó létesítmények, hajóházak, tárolók találhatók. A sportág érdemi fejlődése elképzelhetetlen egy átfogó létesítmény fejlesztés nélkül, melynek első tervezetét benyújtottuk a BMSK felé és alapja a sportág „stratégiai fejlesztési koncepciójában” leírtakkal egyezik. Forrásigénye több milliárd forint, de a jelen állapot nem tud alapja lenni egy hatékony létszám és eredményesség növelő programnak.

17. A szövetség és az olimpiai keretet adó egyesületek kapcsolata.

Az olimpiai felkészítésben résztvevő szakemberek, szükség szerint tartanak kapcsolatot – személyes beszélgetéssel, telefonon, vagy levelezés (e-mail) útján – a klubedzőkkel. A szükséges információkat átadják, továbbítják egymásnak, így biztosítva a folyamatos információ áramlást.

A válogatott kereteknél-, és a klubokban folyó edzésmunka elvileg szervesen épül egymásra az éves felkészülési programok szerint.

A válogatottak az edzésmunka java részét saját egyesületükönél végzik, miáltal az elvégzett munka mennyiségét, és minőségét a klubedzőkkel történt beszélgetéseken túl egy egységes táblázatban kezelt edzésnapló bekérésével ellenőriztük. A kerettagok a bekért edzésnaplókat edzői jóváhagyás után elektronikus úton (e-mailben) továbbították a szakági vezetőknek (szoros számonkérés), akik időszakosan az edzőbizottsági üléseken számoltak be a szakágukban folyó munkáról.

18. Az olimpiai felkészülést befolyásoló tényezők.

1. Kiszámíthatóság
2. Tervezhetőség
3. Pénzügyi biztonság
4. A MOB szakmai vezetésével a folyamatos kapcsolattartás és konzultáció igénylése
5. Külföldi és hazai szakmai anyagok, elemzések, módszerek hatékony beépítése
6. Központi edzőtáborok, hazai versenyhelyszínek – Szeged, Velence – tervezett időben való igénybevétele

19. Észrevételek, javaslatok.

- Költség és időtakarékoság miatt javasoljuk, hogy kerettagjaink egészségügyi ellátását ne csak központi (Sportkórház), hanem regionális központokban is el lehessen végezni.
- Kérjük, hogy a sportolói, edzői, sportszakemberi Gerewich ösztöndíj keret valóban ösztönző legyen és vegye figyelembe az objektív MOB-os olimpiai pontszámításon alapuló tendenciákat! Pontnövekedés esetén növekvő ösztöndíj, pontcsökkenés esetén csökkenő ösztöndíj.
- Sportszakmai továbbképzéseknél sportágcsoportok szerint differenciálva legyenek a képzési anyagok, programok elkészítve, mely előadásokon való megjelenés csak az adott sportágakban érintett edzők számára legyenek kötelezőek. Továbbképzéseknél legyen lehetőség az interneten keresztüli (távoktatás) bekapcsolódásra is, mely a kiemelt edzőkön túl, bármely érdeklődő sportszakember számára elérhető legyen.

Budapest, 2014-03-31.