

Nyíregyháza, 2016. február 6.

Első értékelés

## Köszönöm, hogy részt vettetek a mai nyíregyházi versenyen!

Az utóbbi időben leszoktam arról, hogy közvetlenül a verseny után, a konkrét jegyzőkönyv eredmények ismerete nélkül összefoglaljam az első benyomásaimat. Ideje visszatérnem ehhez a szokásomhoz (mert megérdemlitek!)

A nevezéseink, aktualizálva:

11. Aquarius Szenior Úszóverseny és 3. Dr. Varga István Emlékverseny

**A Debreceni Szenior Úszó Klub nevezése**

Rentka László, a Klub elnöke mobil: 06 30 742 52 44

| N é v                           | szül. év | kor-csop. | 50 m gyors | 50 m mell | 400 m gyors | 100 m hát | 100 m gyors | 50 m pillangó | 50 m hát |
|---------------------------------|----------|-----------|------------|-----------|-------------|-----------|-------------|---------------|----------|
| Krasznai Róbert                 | 1940     | 75-79     | 0:36       |           |             |           | 1:25        | 0:48          |          |
| Forintos Attila                 | 1970     | 45-49     |            | 0:38,4    | 5:42        |           |             | 0:34,9        |          |
| Tóth Béla                       | 1961     | 55-59     | 0:38       | 0:50      | 6:55        | 1:52      | 1:28        | 0:54          | 0:48     |
| Tóth Szilveszter                | 1978     | 35-39     |            | 0:44      | 5:55        |           | 1:19        | 0:39          | 0:46     |
| Bitskey István dr. nem jött     | 1941     | 75-79     |            |           |             | 1:50      |             | 0:46,5        |          |
| Takácsné Kancsár Katalin        | 1973     | 40-44     | 0:40       | 0:50      | 7:40        |           | 1:40        |               |          |
| Kovács Zsolt                    | 1980     | 35-39     | 0:38       | 0:55      | 6:40        |           | 1:24        |               | 0:55     |
| Rozsos Ferencné                 | 1950     | 65-69     |            | 1:23      |             | 3:23      |             |               | 1:35     |
| Horkay György                   | 1944     | 70-74     |            | 0:53      |             | 2:00      |             | 0:53          |          |
| Soltész István dr. visszalépett | 1963     | 50-54     | 0:29       | 0:43,9    |             |           | 1:07        | 0:34          | 0:35     |
| Erdélyi Zoltán dr.              | 1974     | 40-44     | 0:31       | 0:40      |             |           | 1:13        | 0:37          |          |
| Bankó Dávid                     | 1988     | 25-29     | 0:40       | 0:45      |             |           | 1:32        |               |          |
| Rentka László dr.               | 1957     | 55-59     | 0:32       | 0:39      | 5:45        | 1:22      | 1:12        | 0:35          | 0:39     |
| Éder Zsolt                      | 1958     | 55-59     |            |           | 6:00        |           |             |               | 0:35     |
| Kovács Lukácsné                 | 1935     | 80-84     | 1:16       |           |             | 2:46      |             |               | 1:15     |
| Lengyel Stella                  | 1988     | 25-29     | 0:44       | 0:51      |             |           |             | 0:47          | 0:48     |
| Szaszkó János dr.               | 1983     | 30-34     | 0:35       | 0:40      |             |           | 1:30        | 0:42          | 0:45     |
| Mauks Levente nem jött          | 1975     | 40-44     | 0:37       |           | 6:25        |           | 1:30        |               |          |
| Horányi Antal dr.               | 1942     | 70-74     | igen       |           |             |           | igen        |               |          |

Népes, 16 fős, vegyes összetételű csapat, első versenyes, új társak, Budapestről három társunk érkezett; a nyírségi csapattársaknak most előnyös, közeli volt a versenyhelyszín.

Krasznai Róbert: szenior világbajnoki bronzérmes, szenior Európa-bajnok társunk háromszor állt rajthoz, mindhárom számban győzött.

Forintos Attila 400 m gyorson jól úszott, 50 m mellen is, de – számára is érthetetlen módon – egykezes benyúlással érkezett célba a mellettem lévő pályán és kizárták. 50 m pillangón is egymás mellett úsztunk, akárcsak Szentesen, 1:1 a pillangó mérkőzésünk állása...

Tóth Béla a 2015. évi gyulai verseny óta menü úszó, itt hét egyéni versenyszám és egy váltó állt a rendelkezésére. Társunk térsérüléssel versenyzett.

Tóth Szilveszter budapesti lakos, Miklós Attila révén idén csatlakozott hozzánk. Szentesen mutatkozott be, ez volt a második versenye csapatunkkal. A mix váltó pillangósának önként jelentkezett...

Takácsné Kancsár Katalin, a nyírségi úszótársak összefogója ha nem elégedett az időeredményével, nem áll fel a dobogó legfelső fokára. Hanem csak elé. Pironkodva veszi át aranyérmeit. Kati most tart a versenyzővé válás azon szakaszánál, amikor a befektetett edzőmunka ellenére úgy látszik, hogy nem javulnak az időeredmények. Ezen a két éves (!) szakaszon több újrakezdő szenior átesett már (ne izgulj, Kati, nálad rövidebb is lehet ez az időszak!)

Kovács Zsolt: nyírbátori társunk szépen teljesít, várjuk az igazi áttörést néhány versenyszámban!

Rozsos Ferencné: lelkesedés, a csapatunkhoz tartozás öröme, a váltózás utáni vágy, egyéni- és váltó sikerek, közvetlenség a fiatalokkal – ez Rozsosné Éva fő tulajdonsága.

Horkay György jött, úszott, váltózott, majd időnként fotózásra kért, mivel a dobogón volt jelenése az eredményhirdetések során.

Erdélyi Zoltán dr. erős újoncként mutatkozott be. 29,5 mp 50 m gyorson és 1:11 a 100 m-es gyorsúszásban nem rossz kezdet!

Bankó Dávid is először versenyzett velünk, jól mozgott mellen és gyorson, és teljesíthetően kalkuláltam a nevezési időit...

Magamról: Rentka László vagyok, hamarosan 59 éves, és a nyíregyháza-sóstógyógyfürdői medencében mindig (gyermekkorom óta) nehezemre esik a versenyzés. Most is ez volt a helyzet, időim feledhetőek, de egy-egy véghajrában és a 4x50 m-es gyorsváltóban biztató érzéseim is voltak. Főként a többiek örömeinek örülhettem, jó csapat, lelkes csapat, megújuló csapat, és más egyesülethez csatlakozóknak is feltűnt, hogy igazi, jól szervezett csapatként vagyunk jelen a versenyeken.

Éder Zsolt úszó, vízilabdázó volt, hosszabb kihagyás után kezdett el velünk edzeni. Még nem meri a 100 m-es sprintet bevállalni, előbb-utóbb több számban erős lehet!

Kovács Lukácsné: 81 éves sporttársunk térdfájdalmai miatt bottal jár, gyorsasága múltban, de megbeszéltük, hogy a mi korunkban ez így természetes. Váltót is vállalt Rozika, igaz, vízből indulással.

Lengyel Stella jó eredményeket ért el az 50 m-es számokban és a mix vegyesváltó pillangózója volt. Erős, lelkes, fiatal, nagy jövő előtt áll!

Szaszkó János dr. egy egyetemistáknak rendezett versenyen már szerepelt Debrecenben, 2009 tavaszán rövid ideig edzéseinkre is járt. Elérkezett a visszatérés ideje! Első szenior verseny csapattársunk Tiszafüreden él. Szerencsés korcsoportban van, sokoldalú, jó lesz!

Horányi Antal dr. Budapestről igazolt hozzánk, első versenyén jól mutatkozott be. Százhalombattán találkozunk!

Három nevezőnk nem érkezett meg Nyíregyházára, a váltókat így is sikeresen össze tudtuk állítani (csapatvezetőként én állítottam össze).

A két mix vegyesúszó váltót részidőztem:

| 1-es pálya                       |         | 3-as pálya |                        |         |
|----------------------------------|---------|------------|------------------------|---------|
| Éder Zsolt 1958                  | 36,90   | HÁT        | Rozsos Ferencné 1950   | 1:29,77 |
| Takácsné Kancsár<br>Katalin 1973 | 51,99   | MELL       | Szaszkó János dr. 1983 | 42,16   |
|                                  | 1:28,89 |            |                        | 2:11,93 |
| Lengyel Stella 1988              | 48,59   | PILLANGÓ   | Tóth Szilveszter 1978  | 39,49   |
|                                  | 2:17,48 |            |                        | 2:51,42 |
| Erdélyi Zoltán dr.<br>1974       | 31,45   | GYORS      | Kovács Lukácsné 1935   | 1:18,49 |
|                                  | 2:48,93 |            |                        | 4:09,91 |

A férfi versenyzőkből három váltót állítottam össze. A részidőzés elmaradt.

|                             |                |
|-----------------------------|----------------|
| Horányi Antal 1942          | 74 éves        |
| Tóth Béla 1961              | 55 éves        |
| Horkay György 1944          | 72 éves        |
| <u>Krasznai Róbert 1940</u> | <u>76 éves</u> |
| összesen:                   | 277 éves       |

Bitskey István (1941) 75 éves társunk jelenlétével és a külön nevező Horányi Antal dr. (1942) 74 éves társunk nélkül, vagy kettejük cseréjével kalkulálva is Éder Zsolttal vagy velem, Rentka Lászlóval egyaránt 280 év feletti váltót tudunk volna állítani. Mind a 280-as, mind a 240-es korcsoportban igen kevés ellenfél váltóra számítottam.

A dilemma az volt, hogy érdemes-e megbontani egy másik váltóban összeálló négy leggyorsabb férfi versenyzőnk egységét. Krasznai Róbert a csapatvezetőre, azaz rám bízta a

döntést. Én a 240+ korcsoportban való indulásuk és a négy leggyorsabb úszónk egységes szerepeltetése mellett döntöttem. („Legfeljebb ezüstérmét nyertek!”)

A jegyzőkönyv ismeretében még visszatérek a dologra, de az idősebb váltónk mindkét korcsoportban egy ellenféllel találkozott volna, és valóban ezüstöt szereztek a 240+ korcsoportban.

A „gyorsak” váltója legyőzte a Törökbálinti váltóját, ami ritka esemény. 2:03,5-öt úsztunk, 2:05-2:08 között tartottam reálisnak a fáradt csapat várható teljesítményét.

|                                |                |
|--------------------------------|----------------|
| Forintos Attila 1970           | 46 éves        |
| Rentka László dr. 1957         | 59 éves        |
| Éder Zsolt 1958                | 58 éves        |
| <u>Erdélyi Zoltán dr. 1974</u> | <u>42 éves</u> |
| összesen:                      | 205 éves       |

A „fiatalok” váltóját fejenként 2 mp-cel, azaz összesen 8 mp-cel taksáltam többre – végül jóval nagyobb különbséggel zártunk.

|                              |                |
|------------------------------|----------------|
| Kovács Zsolt 1980            | 36 éves        |
| Bankó Dávid 1988             | 28 éves        |
| Szaszkó János dr. 1983       | 33 éves        |
| <u>Tóth Szilveszter 1978</u> | <u>38 éves</u> |
| összesen:                    | 135 éves       |

Vasárnap 10-től és 15 órától edzés a Debreceni Sportuszodában!

Következő versenyek: Százhalombatta, Békéscsaba, Kecskemét! Nevezési határidő: nemsokára!

A hosszútávúszó csapatunk egy hét múlva Kecskeméten úszik az Univer24 Úszógálán.

Ezzel a két keserédes számmal búcsúzom:

[Black - Wonderful Life \(HQ\)](#)

[https://www.youtube.com/watch?v=g\\_tuEKktxH4#t=94](https://www.youtube.com/watch?v=g_tuEKktxH4#t=94) Ember a holdon (temetés) :  
Friendly World - felirattal