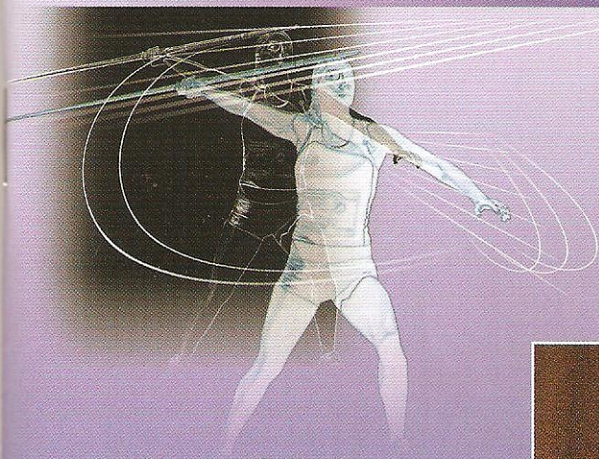


MAGYAR

SPORTTUDOMÁNYI

*Hungarian Review of Sport Science*

SZEMLE



# Dékánváltás a TF-en

Sporttehetség,  
kiválasztás,  
gondozás



Felsőoktatási  
sport-  
szervezetek



Női  
esély-  
egyenlőtlenség



*Tóth Miklós és Tihanyi József*

**Emléküket szívünkben örökre megőrizzük**



*Nádori László  
(1923–2011)*



*László Ferenc  
(1961–2011)*



*Mészáros János  
(1948–2011)*



# Tartalom/Contents

<b>Elnöki rovat</b>	
Fájdalmas veszteségek után...	3
<b>Tanulmány</b>	
<b>Keczei Danica</b> Sporttehetségek kiválasztása és gondozása a Debreceni Sportiskolában (DSI) <i>Selection and care of sports talents in the Sport School of Debrecen (SSD)</i>	4
<b>Varga-Pintér Barbara, Pavlik Gábor</b> A Taiji gyakorlás hatása a bőr karotinoid szintre <i>Taiji practice's effects on skin carotenoid level</i>	8
<b>Műhely</b>	
<b>Bakonyi Tibor</b> A labda mindig gömbölyű	15
<b>Bács Zoltán</b> A magyar sport működési szerkezetének lehetséges szegmense: a felsőoktatási sportszervezetek	21
<b>Trenka Magdolna</b> Esélyegyenlőtlenség a sportvezetésben és a sportdiplomáciában	24
<b>Dékánváltás</b>	
<b>Gallov Rezső</b> Korszakzárás – Eötvös-díjjal	27
„Teremtsük meg a 21. századi TF-et!”	30
<b>Interjú</b>	
<b>Gallov Rezső</b> Skinner professzor missziója	34
Ritka vendég Dél-Afrikából	37
<b>Kitüntetés</b>	
<b>Gallov Rezső</b> A Philip Noël-Baker díj idei kitüntetettje	39
<b>Végső búcsú</b>	
<b>Tihanyi József</b> Búcsúbeszéd dr. Nádori László temetésén	40
<b>Balogh László</b> Búcsú Professzor László Ferentől	41
<b>Pavlik Gábor</b> Búcsú Professzor Mészáros Jánosról	42
<b>Konferencia</b>	
<b>Tóth Tihamér, Szilágyi Pál, Török Olivér</b> „Olimpia – Verseny – Sport – Jog”	43
<b>Gáldiné Gál Andrea</b> Beszámoló a Nemzetközi Sportszociológiai Társaság 2011. évi világkonferenciájáról	46
<b>Könyvbemutató</b>	
<b>Szakály Sándor</b> Egy szakmai életút állomásai	47
<b>Referátum</b>	
Apor Péter rovata	48



**Magyar Sporttudományi Szemle**  
*Hungarian Review of Sport Science*

12. évfolyam 47. szám – 2011/3

Megjelenik  
negyedévenként

**Főszerkesztő**  
*Editor-in-Chief*

Földesiné Szabó Gyöngyi  
(társadalomtudomány)  
Mészáros János†  
(természettudomány)

Bartusné Szmodis Márta  
(természettudomány)

**Felelős szerkesztő**

*Editor-in-Charge*

Mónus András

**Szerkesztő**

*Editor*

Bendiner Nóra

**Angol nyelvi lektor**

*English Editorial Consultant*

Gallov Rezső

**Tanácsadó testület**

*Advisory Board*

Apor Péter, elnök

Ángyán Lajos

Bánhidai Miklós

Gáldiné Gál Andrea

Hédi Csaba

Ihász Ferenc

Keresztesi Katalin

Pucskó József

Radák Zsolt

Rétsági Erzsébet

Szabó S. András

Tihanyi József

Vajda Ildikó

Zsidedgh Miklós

Kiadja a

**Magyar Sporttudományi Társaság**

*Published by the*

**Hungarian Society of Sport Science**

Elnök

*President*

Tóth Miklós

**Tiszteletbeli elnök**

*Honorary President*

Nádori László

**Szerkesztőség**

*Editorial Office*

1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3.

Tel./Fax: (36-1) 460-6980

E-mail:

nora.bendiner@helka.iif.hu

Internet:

www.sporttudomany.hu

Hirdetésfelvétel

a szerkesztőség címén

*Advertising*

*in the Editorial Office*

Műszaki szerkesztő

Somogyi György

**Nyomdai munkálatok**

Reálszisztéma Dabasi Nyomda Zrt.

ISSN 1586-5428



**Fő támogató:**  
**Nemzeti Erőforrás Minisztérium**  
**Sportért Felelős Államtitkárság**



## Fájdalmas veszteségek után...

Összefoglaló gondolatok társaságunk életéből rendszerint a naptári év végére gyűlnek össze. Most mégis év közben kell megtorpanjunk egy pillanatra a magyar sportéletet, így a magyar sporttudományt is érintő veszteségek okán. Már az év hajnala baljósan indult, hiszen itt hagyott minket Nyerges Mihály, a TF korábbi dékánja. Társaságunk örökös tiszteletbeli elnöke, Nádori László áprilisban hunyt el, majd augusztusban László Ferenc, az éppen megalakult Mozgásgyógyász Szakbizottság alelnöke, s egy héten belül Mészáros János, lapunk főszerkesztője követte. A sporthírek pedig most Schulek Ágoston távozásával vannak tele. Nem egészen egy éven belül a hazai sportélet és sporttudomány pótolhatatlan kiválóságai távoztak.

Mindez azért is fájó, mert társaságunk életének egyik legaktívabb szakasza zajlik, és jó lett volna sikereinket eltávozott nagyjainkkal együtt ünnepelni, azokkal, akiknek életműve döntően hozzájárult ahhoz, hogy a hazai tudományos közéletben meghatározóbb szerepet tudjunk betölteni. Sikerült útjára indítanunk a Magyar Sporttudományi Füzetek sorozatát. Jól működő szakbizottságaink (sportgazdasági, sportinnovációs, sportmenedzsment, sportszociológiai, sporttörténeti) és a titkárság megfeszített munkája nyomán ebben az évben öt tudományos füzet lát napvilágot, és ezek kellően reprezentálják a tudományterület interdiszciplináris jellegét, eredményeit. A természettudományos témák mellett helyet kap a sporttörténet, a sport és a társadalom kölcsönhatása, az egyéni és a csapatsportok szakmaisága, vagy éppen a sport és a gazdaság kapcsolata. Idei rendezvényeink sora, a hazai tudományos társasági élet aktivitását tekintve egyedülállóan gazdag. Sikerült, szinte valamennyi területen, a társtudományok érdeklődését fel-

kelteni, és rendezvényeink előadói sorában a sporttudományok kiválóságai mellett a hazai tudományos élet legkiválóbbjai is megtalálhatók.

Örvendetes tény, hogy rendezvényeink közül többet is a Magyar Tudományos Akadémia falai között tartunk ebben az évben, ott tehát, ahol eddig a sport ritka vendég volt. Szűkös költségvetésünk ellenére, társaságunk közvetlen kutatótámogatási rendszere határozottan tudta felkarolni a fiatal tehetségeket. Intenzív pályázati munka eredményeként társaságunk több milliós külső forrást tudott bevonni programjaink megvalósításához. Nemzetközi szerepvállalásunk is jól alakult. Tagjaink nagy számban vettek részt az Európai Sporttudományi Kollégium kongresszusán, a Nemzetközi Sporttudományi és Testnevelési Tanács Végrehajtó Bizottsági ülésén elismerést váltott ki az MSTT idei tevékenysége, végül a sport tudományos aspektusai mellett, a gyakorlati jelleget szem előtt tartva, aktív részt tudtunk vállalni az Universiade ünnepélyes hazai záró rendezvényén is. Különösen sikeres az együttműködésünk a Magyar Olimpiai Bizottsággal, melynek eredményeként „Olimpia – Verseny – Sport – Jog” címmel rendezett, nagy érdeklődéssel kísért, kétnapos nemzetközi konferenciát tudhatunk magunk mögött. A szigorúan vett szakmai munka mellett társaságunk tagjai aktív részt vállaltak a formálódó felsőoktatási törvény és a sporttörvény alkotásában is.

Érdemes tehát ezt a súlyos veszteségekkel kísért évet fokozott erőfeszítéssel, jó hajrával zárni, hiszen az eddig elvégzett eredményes munka és a hátralevő feladatok sikeres teljesítése társaságunk kedvező megítélését, jó hírét erősítik.

2011. október 3.  
Tóth Miklós



# Sporttehetségek kiválasztása és gondozása a Debreceni Sportiskolában (DSI)

Selection and care of sports talents in the Sport School of Debrecen (SSD)

**Keczeli Danica**

Debreceni Sportcentrum-Sportiskola Nonprofit Kft., Debrecen

E-mail: keczeli.danica@cts.hu

## Összefoglaló

Manapság egyáltalán nem könnyű eldönteni, milyen sportágat válasszon a gyerek. A szülők által gyakran feltett kérdés az, hogy gyermekük adottságait figyelembe véve, vajon a legmegfelelőbb sportágat választották-e számára. Van-e lehetőség arra, hogy a gyermek, még a sportolás megkezdése előtt, olyan eligazításban részesüljön, amelynek segítségével valóban a számára a legjobb sportágban teszi meg a kezdő lépéseket? Választ keresve ezekre a kérdésekre, 2006-ban a DSI elindította a sporttehetségeket kiválasztó programját, a Kincskereső programot. A tanulmány célja az, hogy betekintést nyújtson a DSI kiválasztási és tehetséggondozási programjába és ismeresse az abban résztvevő 8-10 éves gyermekek képességfelmérésével kapcsolatos első eredményeket. E program fő célja felfedezni és kiválasztani a sportban tehetséges gyermekeket, megszerettetni velük a sportot, gondozni tehetségüket és segítséget nyújtani nekik a sportágválasztásnál. A programba bekerülő gyermekek a DSI-ben több sportágat kipróbálhatnak, és saját tapasztalatuk alapján határozzák meg, hogy mit akarnak sportolni. A kiválasztási folyamat motoros képességek mérésén, sportalkalmassági, sportantropometriai és sportpszichológiai vizsgálatokon alapszik. A tanulmány a több évre tervezett kutatómunkának első évére vonatkozó eredményeit tartalmazza.

**Kulcsszavak:** sportágválasztás, sportképességek, antropometriai tulajdonságok

## Abstract

Nowadays, it is not easy at all to decide what sport is the best choice for a child. A frequently asked question by parents is that regarding the skills of their children, whether the right sport was chosen for them or not. Is there any possibility for receiving the right instruction in this respect? Seeking answers to these questions, in 2006 the SSD launched a sport talents selection program under the name: Treasure Hunt program. The objective of this paper is to give an insight into this talent identification and talent care program and to present the first results of the sports ability tests carried out with 8-10 years old boys and girls participated in this program. The main goal of the program is to identify and to select talented children in sports, to foster their interest in sport, to take care of their talent, and to assist them in selecting sport. The children entering the program can try several sports in the SSD. On the basis of their own experiences they decide which sport they want to do. The selection process is based on the measurement of motor skills, sport ability, anthropometric and

psychological tests. The research is planned for several years. In this article the experiences of the first year are published.

**Key-words:** selection of sport, sports ability, anthropometric characteristics

## Bevezetés

A sportágak rohamos fejlődése indokoltá teszi a sporttehetségek tudatos, tudományosan megalapozott kiválasztását és gondozását. Egyre több ország és egyre több sportoló vesz részt az olimpián, a világ- és kontinens bajnokságokon. Emellett az évek során fokozatosan javultak a sportteljesítmények is. A nemzetközi élvonalbeli eredményeket figyelembe véve egyértelművé vált, hogy a fokozatosan javuló teljesítményekre csak a kiemelkedő, sajátos adottságokkal rendelkező fiatalok készíthetők fel (Harsányi, 2000). Köztudott, hogy csúcsteljesítmények eléréséhez a legjobb adottságokkal rendelkező sportolókra van szükség, ugyanakkor az sem vitatott, hogy az edzés minősége és mennyisége is döntő tényező a folyamatban. A mai versenysportban elért nemzetközi eredmények megkívánják a fiatal sportolók folyamatos és objektív mérését a kiválasztás és beválás folyamatának elősegítése érdekében (Révész et al., 2005).

Ezzel egyidejűleg a versenysportnak egyre bővülő konkurenciával kell szembenéznie, a tanuláson kívül a tévezés, az internetezés és a plázázás is a sportolás konkurenciái lettek. Ezen túl, a mai oktatási rendszerben a testnevelés igen nehéz helyzetben van. Míg régen a testnevelési órák tartalmát a NAT szabályozta, most inkább a helyi tantervekre vannak bízva a programok, amelyek, tapasztalataink szerint, nem mindig elegendők az alapvető fizikai képességek fejlesztéséhez. A felgyorsult életmód, az átalakult értékrendek miatt, a korábbi kiválasztási módszerek már nem elég hatékonyak.

A fenti tényekből kiindulva a DSI tehetséggondozó programot indított Kincskereső program elnevezéssel. Ennek célja és feladata az, hogy tudományos felmérések alapján megkeresse a kiemelkedően magas színvonalú, sajátos sportadottságokkal rendelkező gyermekeket és bevonja őket a tervszerű, rendszeres, folyamatos sportbeli felkészülésbe. A sokoldalú képességfejlesztéssel párhuzamosan lehetősége van a gyermekeknek arra, hogy a sportiskolában jó néhány sportággal megismerkedjenek, majd ennek alapján, a Sportiskola szakembereivel együtt, döntsenek arról, hogy melyik sportág az, amelyik a legközelebb áll hozzájuk, amelyben, úgy érzik, sikeresek tudnának lenni.

A Kincskereső program „A sportolók tehetséggondozása és menedzselése az észak-alföldi régióban” című kutatási téma kiemelt részterülete.

A kutatási folyamat elindításakor, Herskovits (2005) gondolataira hivatkozva, fő célunk az volt, hogy minél több gyermekben felfedezzük a tehetségre utaló jegyeket, és ezután megfelelően fejlesszük azokat. Arra törekedtünk, hogy egy olyan kiválasztó és gondozó



módszert dolgozzunk ki, amely lehetővé teszi azt, hogy a gyermekek képességeiknek megfelelő sportágat válasszanak.

A tehetségek kiválasztásának jellemzőit már az 1950-es évektől vizsgálták Magyarországon is (Harsányi és Sebő, 1989). A kiválasztás szempontjai sportáganként specifikusak; magukba foglalják a testalkati tulajdonságokat, a motoros teljesítményeket, a mozgástanulást, illetve a sportág tekintetében fontos mentális, kognitív tényezőket (Baumgartner et al., 2005).

A technika és a tudomány fejlődésével a kiválasztás módszerei és eljárásai is változásokon mentek keresztül. A jelentősebb kiválasztási metodikákat négy csoportba sorolhatjuk: (1) természetes kiválasztódás, (2) közvetett kiválasztás, (3) sikeren alapuló kiválasztás és (4) tudományos kiválasztás. Manapság mindenekelőtt a tudományos alapokra épülő kiválasztásnak van létjogosultsága (Harsányi és Sebő, 1989). Rókusfalvy (1986) véleménye szerint a sportágra való alkalmassághoz nem elég csak bizonyos fizikai és antropometriai adottságokkal rendelkezni, a tehetség megállapításához a sportoló egész személyiségének meg kell felelnie a speciális sportági tevékenység ismérveinek. A modern kiválasztás komplex vizsgálat, amely pedagógiai módszereket is alkalmaz és megméri a biológiai érettséget, valamint a szociális, fizikai és pszichikai adottságokat.

*A Kincskereső program tervezetének kidolgozásakor és a program megvalósításakor az alábbi komplex célokat tűztük ki a programba bevont gyermekekkel kapcsolatban:*

- az egészség megőrzése és megszilárdítása, egészséges életmódra nevelés;
- az egészségkárosodások elkerülése;
- az ortopédiai elváltozások megelőzése, a preventív szemlélet elfogadása, a sérülésekkel szembeni ellenálló képesség fokozása;
- a motoros képességek fejlesztése;
- a sokoldalú mozgásműveltség kialakítása;
- a mozgás, a játék, a verseny és a sportolási igények felkeltése, illetve kielégítése;
- társadalmi hátrányok kompenzálása, esélyegyenlőtlenség csökkentése;
- az egész életen át tartó fizikai aktivitás igényének kialakítása;
- a sportági ismeretek közvetítésén keresztül az alkati és pszichikai tulajdonságoknak legjobban megfelelő sportágválasztás.

Ez a tanulmány a Kincskereső programban résztvevő 8-10 éves gyermekek képességfelmérésével kapcsolatos első eredményeket mutatja be, a 2007-2008-as tanévben végzett felmérések alapján.

### Anyag és módszerek

Debrecenben 2007-2008-ban 32 általános iskolát kértünk meg az együttműködésre. Kezdetben a program iránti érdeklődés 72%-os volt. A következő tanévekben egyre több iskola csatlakozott a programhoz, 2010-re a programban való részvétel 93%-os lett. A közreműködő iskolákban a 8-10 éves tanulók száma 1252 volt. A vizsgálati mintába, előzetes kiválasztás alapján, 166 gyerek került, 96 fiú és 70 lány (57,8% fiú és 42,2% lány).

A kiválasztási folyamat első lépése testnevelési órák látogatása volt. Kikértük a testnevelő tanár véleményét a tanulókról. Ezután a programba bevont edzők segítségével egy testnevelési órán megtörtént az első

számú felmérés az „edző szeme módszerrel”. A felkért edzők véleményezték a gyermekek mozgását mozgáskoordinációjuk, majd a testnevelési óra játék részében küzdőképességük alapján. A gyermekek kiválasztása a programba a motoros tesztekben elért eredményeik és az edző személyes benyomása alapján történt. A kiválasztás során a szakemberek a következő szempontokat vették figyelembe:

- testalkat, antropometriai tulajdonságok,
- gyorsaság, erő, állóképesség,
- koordinációs képesség,
- küzdőszellem, hozzáállás,
- testnevelő tanár véleménye, javaslata.

Az ily módon kiválasztott, tehetségesnek vélt gyermekek kerültek be a programba. A program egyik alappillérenek a Mönks (1997) modellt tekintettük. A modell szerint egy ígéretből akkor lesz megvalósult tehetség, ha a belső (átlagon felüli adottságok, kreativitás és motiváció) és a külső (család, iskola, kortárs-csoportok) tényezők összhangban vannak. A programba bekerült gyermekekre újabb vizsgálatok és felmérések vártak:

- sportorvosi alkalmassági vizsgálat,
- motoros képességek felmérése,
- antropometriai vizsgálat.

A motoros képességek felmérése az alábbi próbákból állt: 30 m futás, súlypontemelkedés és két kézzel alulról, előre történő 2 kg-os medicinlabda hajítás. A próbák ideje alatt két edző foglalkozott a gyermekekkel. A 30 m futás mérése fotocella segítségével történt. Minden gyermeknek volt két próbafutása. Ez azért volt szükséges, hogy a gyermekek megértsék, hogyan működik a műszer. A lényeg, hogy az első érzékelő pont előtt és az utolsó után teljes sebességgel kellett futni. A próbamérések után következett az a két futás, amelyek eredményét figyelembe vettük. Az adatok feldolgozásánál a jobb eredményt használtuk fel.

A súlypontemelkedés mérése (Sargent-teszt) falon rögzített, léces mérőszközzel történt. Egyértelműen lehetett meghatározni azt, hogy a helyből történő súlypontemelkedés hány centiméteres. Itt is két próbaugrás volt.

A két kézzel alulról történő 2 kg-os medicinlabda hajítása előre meghatározott területen történt, eredményként a labda első földérintése számított. A labda hajítása után a kísérletet végző gyermek a vonal mögött maradt, nem léphetett előre az elhajított labda irányába.

Minden próba előtt részletesen elmagyaráztuk és bemutattuk a feladatot, a gyermekek kipróbálhatták a gyakorlatokat és ezután történt a mérés.

A sportorvosi alkalmassági- és szűrővizsgálatnak, sportágtól függetlenül, kötelező eleme volt az anamnézis felvétele, a 12 elvezetési EKG, valamint a vizeletvizsgálat. Ezekkel a vizsgálatokkal kiszűrtük azokat, akiknek valamilyen egészségügyi ok miatt nem ajánlott a sportolás.

Az antropometriai mérés során azt a 24 testadatot vettük fel, amelyek alapján kiszámítható a mért testtömegben az izom, a csont, a zsír, és a rezidum (belső szervek) tömegének mennyisége (kg) abszolút értékben, továbbá meghatározható az egyes testösszetevők testtömeghez viszonyított (%) relatív aránya. A konstitúció és a becsült csonttömeg alapján jellemezhető az egyén erősíthetősége, illetve az erősítés "gazdaságossága". A várható testmagasság  $\pm 3$  cm pontossággal megbecsülhető.



A kincskeresési folyamat eredményeként a „kincsek” átkerülnek a szakosztályokhoz, ahol tovább folytatódik tehetségük fejlesztése, gondozása.

### Eredmények

Az általunk mért motoros próbáknak a lényege az volt, hogy meghatároztuk a programba felvett gyermekek alapvető felkészültségi állapotát, azt a szintet, ahonnan indultak. Az eredmények elemzése során arra is kerestük a választ, hogy van-e olyan motoros adottság, amelyben a gyermekek, nemre való tekintet nélkül, hasonlóan teljesítenek. A próbák során a 30 m futásnál elért teljesítményeket, nemekre bontva, az **1. táblázatban** közöljük.

Az adatokból látható, hogy a mért mintákban az átlagérték 5,2-5,4 mp között van, tehát a minta 24%-a átlagosan teljesített. Az **1. táblázatból** az is kiderül, hogy a tanulók 55%-a az átlagértéknél jobb eredményt ért el, 21%-a pedig az átlagnál rosszabbul teljesített. A fiú mintának 83%-a teljesít átlagosan vagy azon felül. A lányok esetében ez az érték 73%.

A súlypontemelkedés eredményei azt mutatják, hogy a teljes minta 41%-a átlagosan teljesített (**2. táblázat**).

Az átlagérték 25-30 cm között van. A gyermekek 31%-a az átlagértéknél jobb eredményt ért el, 28%-a annál rosszabbul teljesített. Az eredmények nemcsak azzal magyarázhatók, hogy különböző képességű gyermekekről van szó, hanem azzal is, hogy különböző környezetből érkeztek, előzetesen nem azonos mennyiségű és minőségű edzőmunkát végeztek. A nemenkénti elemzés a súlypontemelkedésnél 2%-os eltérést jelez a fiúk javára, ami elhanyagolható. Ez az eredmény jól mutatja, hogy ebben az életkorban a dinamikus láberő tekintetében még nincs lényeges eltérés a fiúk és a lányok között.

A két kézzel alulról, előre történő 2 kg-os medicinlabda hajítás eredményei azt tükrözik, hogy milyen erővel rendelkeznek a gyermekek. Az adatok szerint a tanulók 20%-a átlagosan, 41%-a az átlagértéknél jobban, 39%-a pedig az átlagnál rosszabbul teljesített. E próba esetén a nemek közti eltérés 12%-os, ismételten a fiúk javára (**3. táblázat**). Ebből azt a következtetés le lehet vonni, hogy az erőbeni különb-

ség a két nem között már 8-10 éves korban megjelenik.

Összegezve az eredményeket megállapíthatjuk, hogy a próbákkal mért képességekben (gyorsaság, ruganyosság, erő) ebben a korosztályban a fiúk eredményei átlagosan 8%-kal magasabb értéket mutatnak. Ebből a tényből messzemenő következtetés nem vonható le, de jó alapot szolgáltat az edzők további munkájához.

A kiválasztás sikerét az is meghatározza, hogy mi motiválta a kezdőket az adott sportág választásában. Gál (2003) vizsgálatában a megkérdezett tanulók több mint fele válogatott szintet, vagy legalább I. osztályú minősítést akart elérni, egyharmadukat viszont nem teljesítményorientáltság vezérelte. Az utóbbi csoporthoz tartozó gyermekeknél a szabadidő hasznos eltöltése, a kedvtelés, a szórakozás iránti vágy jelent meg fő motivációként. Munkánk során mi is kíváncsiak voltunk arra, hogy a vizsgálati mintába beválasztott gyermekek milyen indítékok alapján választanak sportágat, illetve az antropometriai mérések alapján javasolt sportág egybeesik-e a tanulók önálló motivumai alapján választott sportággal. Eredményeink szerint az indítékok sorában az első helyen a sportág jellege és a sportág iránti érdeklődés volt, ami szoros kapcsolatban állt a sportág népszerűségével. Második helyen az edző személyisége motiválta leggyakrabban a tanulókat. Az idevonatkozó adatok alapján megállapíthatjuk, hogy a gyermekek 34%-ának a választott sportága megegyezett az antropometriai adatok alapján javasolt sportággal.

### Következtetések

A sporttehetségek kiválasztása hosszú, több éven át tartó folyamat. Dolgozatunkban e folyamat első lépéseiről számoltunk be a Debreceni Sportiskolában végzett vizsgálatunk kezdeti szakaszában kapott eredmények alapján. Kutatásunk során azt tapasztaltuk, hogy a tehetséges gyermekekhez tehetséges edzők, valamint sportot támogató és szerető szülők szükségesek. A kiváló testalkat, a jó mozgáskoordináció, a gyorsaság fontos összetevője a tehetségnek. Mindez azonban csak egy a sok tényezőcsoport között. Ha emögött nincs egy olyan szülő, aki nap, mint nap fog-

#### 1. táblázat. 30m futás eredményei nemek szerint

Table 1. Result in 30m runing by gender

Count										
mp	4,2-4,4	4,4-4,6	4,6-4,8	4,8-5	5-5,2	5,2-5,4	5,4-5,6	5,6-5,8	5,8-6	Total
Fiú	1	2	13	27	14	23	12	3	1	96
Leány	0	1	5	8	20	17	10	4	5	70
Összesen	1	3	18	35	34	40	22	7	6	166

#### 2. táblázat. Súlypontemelkedés eredményei nemekre bontva

Table 2. Results in lifting up the centre of gravity by gender

Súlypontemelkedés							
cm	15-20	20-25	25-30	30-35	35-40	40-45	Total
Fiú	3	23	34	22	10	4	96
Leány	3	17	34	14	2	0	70
Összesen	6	40	68	36	12	4	166

#### 3. táblázat. Medicinlabda hajítás eredményei nemek szerint

Table 3. Results in throwing medicine ball by gender

m	3-3,5	3,5-4	4-4,5	4,5-5	5-5,5	5,5-6	6-6,5	6,5-7	7-7,5	7,5-8	Total
Fiú	1	1	7	23	18	15	21	4	1	4	95
Leány	2	5	12	13	15	12	8	2	1	0	70
Összesen	3	6	19	36	33	27	29	6	2	4	165



lalkozásokra viszi tehetséges gyermekét, vagy nincs egy olyan tehetséges edző, aki ezzel a gyermekkel megfelelő módon bánt, akkor a tehetség gondozás általában eredménytelen lesz. A gyermek tehetségének kibontakozása az edzők szakmaiságán és felkészültségén múlik.

A Kincskereső programban nem csak a tehetség kiválasztása, hanem a tehetség gondozása is folyik. A programban eltöltött idő nyolc hónap. Nyolc hónapos sokoldalú és sportágspecifikus foglalkozás után „kincseink” sportágot választanak és átkerülnek az általuk választott szakosztályhoz. Munkánkat gyorsítás, gazdagítás és differenciálás jellemzi. Ez annyit jelent, hogy bár tehetséges gyermekekről van szó, közöttük is nagy képességbeli különbségek vannak. Ennek megfelelően állítjuk össze az edzésterveket (differenciálás, gazdagítás módszerrel), illetve kivételes, indokolt esetekben engedélyezzük a tehetséges gyermekek gyorsabb átkerülését egy adott szakosztályhoz (gyorsítás módszerrel). E módszer lényege, hogy a korosztályuknál gyorsabban fejlődő és az új mozgásformákat gyorsabban elsajátító gyermekek átkerülhetnek náluk korban idősebb csoportokba.

Amikor tehetség gondozásról beszélünk, három fontos dologra utalunk: kiválasztás, fejlesztés és tanácsadás. Tehát, azon kívül, hogy a gyermekek kezdetben saját élményt szerezhetnek a DSI minden sportágában, a gyermekeknek is és a szülőknek is lehetőségük van pszichológiai tanácsadáson részt venni. A tanácsadás az edzői vélemény, az antropometriai vizsgálat és a sportpszichológiai vizsgálat eredményeire épül. Az utóbbi vizsgálatok megtörténtek, az adatok feldolgozása folyamatban van.

A tehetség kifejlődéséhez nagyon fontosak a későbbi lehetőségek. Itt első körben a felnőtt sportszervezetekre, egyesületekre gondolunk, ahol a fiatal sportolók, kikerülve a sportiskolából, tovább folytathatják a pályafutásukat. A Debreceni Sportiskola és a debreceni versenysport egyesületek között kiváló együttműködés van.

Nagyon sok feltételnek kell egyszerre megfelelni ahhoz, hogy el lehessen mondani valakiről azt, hogy te-

hetséges. Ugyancsak nagyon sok feltételt kell biztosítani a tehetség kibontakoztatásához. A kiválasztási folyamat sokkal eredményesebb lehetne, ha szélesebb bázisról történe. Szükség lenne arra, hogy a társadalom tagjai megértsék, miért is jó a sport, milyen lehetőséget nyújt a gyermek, a család számára. Mit ad egy gyermeknek és mitől óvja meg? A sporton keresztül a gyermek megtanulja, mi a siker, és mi a kudarc. Megtanulja, hogyan kell feldolgozni a győzelmet és a vereséget. Csapatmunkára tanít, felelősségérzetet fejleszt, felelősséget mások és saját maga iránt. Ezért is nagyon fontos, hogy legyenek hasonló kezdeményezések a tehetségek kiválasztása és gondozása terén. Szent-Györgyi Alberttel együtt valljuk, hogy: „A sport nem csak testnevelés, hanem a léleknek is az egyik legerőteljesebb nevelőeszköze. A sport a test útján nyitja meg a lelket.”

### Felhasznált irodalom

Baumgartner, E., Bognár, J., Géczy, G. (2005): *A tehetség fogalmának értelmezése: testnevelés szakos hallgatók álláspontja*. IV. Országos Sporttudományi Kongresszus Tanulmánykötet II., 35-38.

Gál L. (2003): *A sport iránti érdeklődés és a sportágválasztás indítékai szombathelyi tanulók körében*. IV. Országos Sporttudományi Kongresszus Tanulmánykötet II., 110-116.

Harsányi L. (2000): *Edzéstudomány I.* Dialóg Campus Kiadó, Budapest – Pécs.

Harsányi, L., Sebő, A. (1989): *Módszer a kiválasztás és válogatás értékelésére*. *Atlétika*, 5: 3-7

Herskovits M. (2005): *Mit kezdünk a tehetséggel?* *Iskolakultúra*, 4: 25-36.

Mönks, F. J., Knoers, A.M.P. (1997): *Ontwikkelingspsychologie*. 7th ed. Assen, Van Gorcum.

Révész, L., Géczy, G., Bognár J., Tóth, L. (2005): *A sporttehetség megközelítési módja Magyar Edző*, 4: 5-8.

Rókusfalvy, P. (1986): *A sport és testnevelés pszichológiája*. Sport Kiadó, Budapest.

<http://www.citatum.hu/szerzo/Szent-GyorgyiAlbert>



# A Taiji gyakorlás hatása a bőr karotinoid szintre

Taiji practice's effects on skin carotenoid level

**Varga-Pintér Barbara, Pavlik Gábor**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,  
Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék, Budapest

E-mail: vp\_barbara@tf.hu

## Összefoglaló

Az USA-ban a magas antioxidáns szintben, Keleten a Qi, azaz az energia nagy mennyiségében látják az egészség kulcsát. Ismert, hogy a zöldségek, gyümölcsök fogyasztása, a rendszeres fizikai aktivitás javítja az antioxidáns rendszer státuszát. Egy kínai energia-szint-növelő mozgásrendszer, a Taiji Quan gyakorlásának antioxidáns státuszra gyakorolt hatását vizsgáltuk Taiji gyakorlók bőr karotinoid szintjét (Skin Carotenoid Score, SCS) több alkalommal mérve egy edzőtáborban. A méréseket népegészségtani interjúkkal egészítettük ki. A gyakorlók az edzőtáborban közel ötször akkora terhelést kaptak, mint az év közbeni edzésterhelésük. Eredményeiket kontrollszemélyek eredményeivel hasonlítottuk össze.

A Taiji gyakorlók átlagos SCS pontja az 1. napon  $38300 \pm 9394$  volt, ez szignifikánsan csökkent a 3. napra, majd ismét magasabb értékeket mértünk a tábor végén ( $p < 0,001$ ). Sem a nemek, sem a korcsoportok szerint (35 év alattiak és felettek) nem találtunk különbséget. Az év közbeni heti edzésóraszám azonban befolyásolta a karotinoid-szint módosulásának mértékét. A kontrollcsoport átlagos SCS pontja  $27133 \pm 10776$  volt. A két csoportnál a zöldség- és gyümölcsfogyasztás mértékében és a fizikai aktivitás mennyiségében is különbséget találtunk (mindhárom  $p < 0,001$ ). A taijizó csoport szubjektív egészségi állapota, valamint munkájukkal való elégedettségi szintje és karotinoid-szintje összefüggést mutatott (előbbi  $R=0,36-0,42$ , utóbbi  $R=0,29-0,30$ ).

A Taiji gyakorlók magasabb fokú egészségtudatossága csak részben magyarázza a kontrollcsoporthoz képest kapott jobb eredményeiket. Úgy tűnik, a Taiji gyakorlók magas bőr karotinoid értékei valóban a Taiji gyakorlásnak köszönhetők, bár az eredmények további megerősítést igényelnek.

**Kulcsszavak:** taiji, antioxidáns, karotinoid, fizikai aktivitás, táplálkozás

## Abstract

In the United States of America high antioxidant level is believed to be the key of health, while East believes in the high quantity of Qi or energy. Regular physical activity's and vegetable and fruit consumption's ameliorating effect on antioxidant system is already known. We wondered whether Taiji Quan, this energy-level developing movement system has effect on the antioxidant level, measuring skin carotenoid level (Skin Carotenoid Score, SCS) in Taiji practitioners (TPs), three times in a training camp. Control persons (Ctrls) were also measured. Everybody had also an interview about their life-style. TPs practiced approx. 5-fold more in the camp than they do usually.

TPs average SCS were  $38300 \pm 9394$  on the 1st day, which decreased significantly to the 3rd day ( $p < 0.001$ ), and increased again to the end of the camp ( $p < 0.01$ ). There were differences neither between genders, nor between age groups (below or over 35 yrs), but the regular training time had effect on the degree of carotenoid levels' change. Ctrls SCS was  $27133 \pm 10776$ . There were differences between TPs and Ctrls in vegetable and fruit consumption and also in the quantity of physical activity (all  $p < 0.001$ ). Taiji practitioners' SCS showed correlation with subjective health ( $R=0.36-0.42$ ) and with the degree of work-satisfaction ( $R=0.29-0.30$ ).

Taiji practitioners' better health-consciousness explains insufficiently the results. Taiji practice seems to elevate the skin carotenoid level, however these results need further affirmation.

**Key-words:** taiji, antioxidants, carotenoids, physical activity, nutrition

## Bevezetés

A Taiji Quan egy egészségmegőrző, egészség-helyre-állító mozgásrendszer, mozgásanyagában olyan, mint a kung fu, de mozdulataira többnyire lassú, ám folyamatos kivitelezés jellemző. Stílustól függően a hangsúly lehet csupán az egészségmegőrzésen, valójában azonban a Taiji Quan is egy kínai harcművészeti rendszer. A kung fu ágazatok között a belső stílusok közé sorolják, mert a gyakorlás a Taiji Quannál elsősorban a 'belső erőt' célozza. A külső és belső erő fogalma körülbelül a fizikai és a lelki vagy mentális erőnek felel meg.

A Taiji gyakorlásnak már számos egészségre gyakorolt hatása ismert. A legtöbb sportághoz hasonlóan csökkenti a vérnyomást, a pulzusszámot (Qu, 1986; Thornton, 2008; Wolf et al., 2006) a koleszterin-szintet (Song et al., 2009). A 2-es típusú diabéteszeseknél a Taiji gyakorlás hatására a regulatorikus T-lymphocyták száma nőtt, a citotoxikus T-lymphocyták pedig csökkent (Yeh et al., 2007). Néhány pszichés hatása is ismert, például csökkenti a depressziót, javítja a koncentrációs képességet és kiegyensúlyozottabbá tesz (Dechamps, 2007; Jin, 1992; Wall, 2005). A Taiji Quant daganatos betegségek, illetve az azok kezelése során kialakuló mellékhatások enyhítésére is alkalmazták (Reid-Armdt et al., 2011). Ezeknek a gyógyulásoknak a hátterében a kínai medicina (HKO, azaz Hagyományos Kínai Orvoslás) a Qi, azaz energia, erő testben történő áramlásának akadálytalanítását látja (Dravetzky, 2000; Havasi, 2004). A Qi-nek ezt az akadálymentes áramlását segíti például a Taiji Quan gyakorlása is.

Míg keleten több ezer év óta az egészség alapjának a Qi nagy mennyiségét és megfelelő áramlását tartják, addig az 1990-es években, az USA-ban az antioxidáns-kutatók kijelentették, hogy minél magasabb egy személynek az antioxidáns-szintje, annál egészségesebb az illető, és annál tovább él (Packer és Colman, 1999).

Az antioxidánsok a szervezetben, valamint a táplálékainkban is jelen lévő olyan vegyületek, amelyek a



szabad gyökök befogásával, azok károsító hatásainak megelőzésével részt vesznek egészségünk megőrzésében. Jótékony hatásukat igazolták már allergiákban, szív-érrendszeri megbetegedésekben, ízületi betegségekben, Alzheimer-kórban, szürke hályogban, valamint daganatos betegségekben is (Passwater, 1999). Az antioxidánsok lehetnek vitaminok (például A-, C-, E-vitamin), enzimek (glutathion-peroxidáz, kataláz, stb.), vagy ásványok, mint például a szelén, a vas vagy a mangán. Az antioxidánsok egy része megtalálható szervezetünkben, nagy hányadukat azonban a táplálékunkkal, elsősorban zöldségekkel, gyümölcsökkel juttathatjuk be szervezetünkbe. Legjelentősebb képviselőiket az **1. ábrán** tüntettük fel.

## Antioxidánsok

- *Enzimátikus (endrogén antioxidánsok)*

- Kataláz
- Glutathion peroxidáz
- Szuperoxid dizmutáz (SOD)

- *Nem enzimátikus*

- Bioflavonoidok
- Karotinoidok
  - Lutein
  - Likopin
  - B-karotin
- C-vitamin
- E-vitamin
- Ásványi anyagok (Se, Fe, Mn, Cu, Zn)
- Kéntartalmú aminosavak (Cisztein, Metionin > Glutathion)
- Antioxidáns koenzimek (NADH, koenzim Q10,  $\alpha$ -lipidsav)

**1. ábra.** Az antioxidánsok csoportjai  
**Figure 1.** Groups of antioxidants

Ha a szervezetet az átlagosnál, vagy a megszokottnál nagyobb mértékű oxidatív stressznek tesszük ki (például rendszeresen elkezdünk sportolni vagy egy, a saját életünkben szokásos mértékben jelen lévő stressz-szintünél stresszesebb időszakot élünk át), akkor a szervezet teljes antioxidáns-kapacitása javul, a szervezet ezen a területen is alkalmazkodik a nagyobb megterheléshez, akár a szívfrekvencia vagy a maximális oxigén-felvétel tekintetében. Ez természetesen megfigyelhető a sportolóknál is (Kanter, 1998; Pucsek et al., 1999; Radák, 2008).

Az antioxidánsok mérhetőek a vérplazmában, ez a módszer azonban invazív, rutinszerűen csak mérsékelt mennyiségben végezhető, és nem olcsó. Bőrben is mérhető egyes antioxidánsok (elsősorban a karotinoidok) szintje, ennek korábbi módja egy bőrterület kimetszése, majd annak nagy nyomású folyadék-kroma-

tográfba, illetve tömegspektrométerbe helyezése volt. Ez a megoldás, amellett, hogy drága, elég fájdalmas.

A civilizációs népbetegségek (daganatos betegségek, szív-érrendszeri betegségek, allergiák) mindegyikében azonban preventív szerepet tulajdonítanak az antioxidánsoknak, így az egészségi állapot egyszerű megbecsülhetőségét nyújthatja az antioxidáns státusz felmérése. A Pharmanex cég Raman spektrográfja azzal a céllal születte, hogy egy olyan eszközt hozzanak létre, amely az egyén antioxidáns szintjét szűrőprogram-szerűen képes vizsgálni. Ehhez gyakorlatilag fájdalommentes, non-invazív, olcsó és gyors módszerre volt szükség. A biológiában és biokémiában már több mint két évtizede használatos a Raman spektrográf fehérjék, DNS, toxikus anyagok kimutatására (Efremov et al., 2008; Notingher et al., 2005; Notingher, 2007; Swain & Stevens, 2007). Ennek adaptációja új lehetőséget biztosított az antioxidánsok kimutatásához.

A karotinoidok vérből való kimutatásához valójában 1976-ban használtak először Raman spektrográfot (Rein et al., 1976). Hata és munkatársai, valamint Stahl és munkacsoportja összefüggést találtak a bőrben és a vérben mérhető karotinoid-szint között (Hata et al., 2000; Stahl et al., 1998), Svilaas és munkatársai pedig a vérben mérhető antioxidánsok teljes mennyiségét korreláltatva az egyes antioxidáns csoportokéval (Svilaas et al., 2004), a legerősebb korrelációt a karotinoidok plazmában mérhető mennyiségével találták. Ezt követően keresték a bőrben lévő karotinoidok non-invazív mérésének lehetőségét. A Raman spektrográf egy kék lézerefény sugarat bocsát a bőrfelületre, amely a karotinoidok speciális molekulaszervezetének köszönhetően más hullámhosszban verődik vissza. A visszaérkező, megváltozott hullámhosszúságú fény mennyiségéből ki lehet kalkulálni a bőrben jelenlévő karotinoidok mennyiségét (Ermakov et al., 2001; Hata et al., 2000; Smidt, 2003.). Több mint ezer fős vizsgálati anyag alapján jelentették ki, hogy minél magasabb valakinek a bőr karotinoid-szintje (skin carotenoid score, SCS), annál valószínűbb, hogy védett a különböző egészségi ártalmak ellen. 1000 Skin Carotenoid Score (SCS) egység 1 ml plazmában mért kb. 0,04 $\mu$ g karotinoidnak felel meg (Smidt, 2003).

### Anyag és módszerek

Abból a feltevésekből indultunk ki, hogy ha a Taiji gyakorlás növeli a Qi mennyiségét a szervezetben, tehát ha hatására a gyakorló személy valóban egészségesebbé válik, akkor a biofotonikus szkennelvel magasabb antioxidáns-szinteket kell, hogy mérjünk a Taiji gyakorlóknál, mint a kontrollszemélyeknél. (A Qi és az antioxidánsok szintjének növelése természetesen minden, fizikai aktivitással járó sporttevékenységre igaz lehet.)

A magyarországi Chen-stílusú Hun Yuan Taiji-Quan Egyesület 2009. évi nyári edzőtáborában végeztük méréseinket. A tábor hat napos volt, 50 gyakorlónak követtük az antioxidáns-szint változásait a tábor során (25 férfi és 25 nő). A táborban a napi öt óra edzés a csoport átlagosan heti 5,4 órás edzésének közel ötszörös terhelését jelentette. A méréseket a Pharmanex cég biofotonikus szkennelével végeztük az első, a harmadik és az ötödik napon. A mérés során a vizsgálati személyeknek a tenyerük egy meghatározott pontját kellett a szkennel lézercsőjének útjába helyezniük, a mérések személyenként körülbelül három percet vettek igénybe. A mérések mellett egy nép-



1. táblázat. A vizsgálatban résztvevők alapstatisztikái / Table 1. Basic statistics of the participants

	Atlag±Std.Dev. / Mean±S.D.			Maximum			Taiji gyakorlók		Kontroll-csoport
	Atlag±Std.Dev. / Mean±S.D.	Minimum	Maximum	Atlag±Std.Dev. / Mean±S.D.	Minimum	Maximum	Minimum	Maximum	Maximum
Kor/ Age	36,8±8,75	22	67	29,77±10,55	10	51.5			
Taiji sportkor (év)/Taiji sportage (yrs)	4,76±2,61	0.4	15	-	-	-			
Taiji heti edzésidő (óra/hét)/Taiji training (hrs/wk)	5,39±2,94	0.5	13	-	-	-			
Egyéb sport (óra/hét)/other sports (hrs/wk)	1,78±2,76	0	12	1,79±3,44	0	12.5			
Össz edzésóra (óra/hét)/Total training time (hrs/wk)	7,17±4,21	2	23	1,79±3,44	0	12.5			
Egyéb sport korábban - hány évig? /Other sports prev. - for how many yrs?	11,03±11,99	0	61	8,6±12,03	0	41.5			

2. táblázat A résztvevők megoszlása az egyes alcsoportokban / Table 2. The number of participants in the different subgroups

Nemek szerint / Gender	Résztevők / Participants	
	Férfiak / Men	Nők / Women
Életkor szerint / Age	35 év alattiak / Under 35 yrs	35 éves vagy 35 év felettek / 35 yrs old or more
Taiji sportkor / Taiji sportage	Kevesebb mint 5 év / Less than 5 yrs	5 év vagy több / 5 yrs or more
Heti edzésóraszám / Weekly training time	Kevesebb mint 5,5 óra/hét / Less than 5.5 hrs/wk	5,5 óra/hét vagy több / 5.5 hrs/wk or more
Sporttevékenység / Sport	Csak Taiji / Only Taiji	Taiji+egyéb sport / Taiji+ other sport
Iskolai végzettség / Educational level	Alacsonyabb mint egyetemi / Lower than university	Egyetemi végzettség / University certificate
Táplálkozási szokások / Nutritional habits	Vegyes táplálkozású / Meat eaters	Vegétáriánus / Vegetarian
Dohányzás / Smoking	Nem dohányzók / Non-smokers	Dohányzók / Smokers

3. táblázat. Táplálkozási csoportok összehasonlítása / Table 3. Comparison of different alimentary groups

Táplálkozási csoportok / Alimentary groups	Vegétáriánusok / Vegetarians		Vegyes táplálkozásúak / Meat-eaters	
	Esetszám / Number	Atlag / Mean	S.D.	Esetszám / Number
SCS érték 1. mérés / 1st SCS measurement	9	44667*	9874	41
SCS érték 2. mérés / 2nd SCS measurement	9	42222*	11311	41
SCS érték 3. mérés / 3rd SCS measurement	9	43444*	11727	41
SCS változása 2.-1./SCS change from 1st to 2nd meas.	9	-2444	3712	41
SCS változása 3.-2./SCS change from 2nd to 3rd meas.	9	1222	5333	41
SCS változása 3.-1./SCS change from 1st to 3rd meas.	9	-1222	4919	41

\* p&lt;0,05



egészségtani interjút is készítettünk a résztvevőkkel, amelynek kérdései a táplálkozási, italfogyasztási, alvási szokásaikra, táplálék-kiegészítők szedésére, valamint egészségi állapotukkal, magánéletükkel és aktuális munkájukkal való megelégedettségükre terjedtek ki. Ez utóbbiak értékelése öt fokozatú Likert-skálával történt. Az interjúk a mérések alatt történtek; a vizsgálatban önkéntes volt a részvétel.

A következő kérdésekre kerestünk választ:

1. Magasabbak-e a Taiji gyakorlás hatására a gyakorlók nyugalmi SCS értékei, mint a kontrollszemélyeké?

2. Az edzőtábori 25 óra gyakorlás hatására a kezdeti érték fölé emelkedik-e a gyakorlók SCS értéke?

3. Mely életviteli tényezők mutatnak összefüggést a gyakorlók antioxidáns-szintjével?

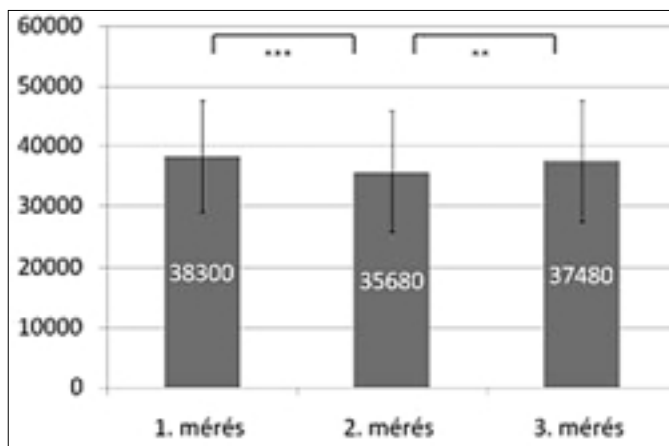
A vizsgálatban résztvevők alapadatait a **1. táblázat** tartalmazza.

A csoport eredményeit nem csupán együtt, de több szempontból alcsoportokra osztva is vizsgáltuk. Ezek a szempontok az alábbiak voltak: nem, kor (35 év alattiak és feletti), sportkor (kevesebb, illetve több mint öt év Taiji edzéssel töltött idő), heti edzésidő (több vagy kevesebb, mint heti 5,5 óra), iskolai végzettség (egyetemi vagy alacsonyabb), valamint a táplálkozási (vegyes táplálkozás – vegetarizmus) és a dohányzási szokások (dohányzik vagy sem). Az alcsoportokat alkotó személyek számát a **2. táblázat** tartalmazza.

A tábor után egy tizenöt fős kontrollcsoportot is megvizsgáltunk, náluk csak egy nyugalmi mérés történt, az interjúval kiegészítve. Az eredmények kiértékeléséhez STATISTICA for Windows 8.0 programot, egymintás és kétmintás *t*-próbát, Mann-Whitney *U*-tesztet és Spearman-féle rang-korrelációt alkalmaztunk. A véletlen hiba maximumát kevesebb, mint 5%-ban határoztuk meg.

## Eredmények

A tábor során végzett három mérés teljes csoportra vonatkozó értékeit az **2. ábrán** mutatjuk be.



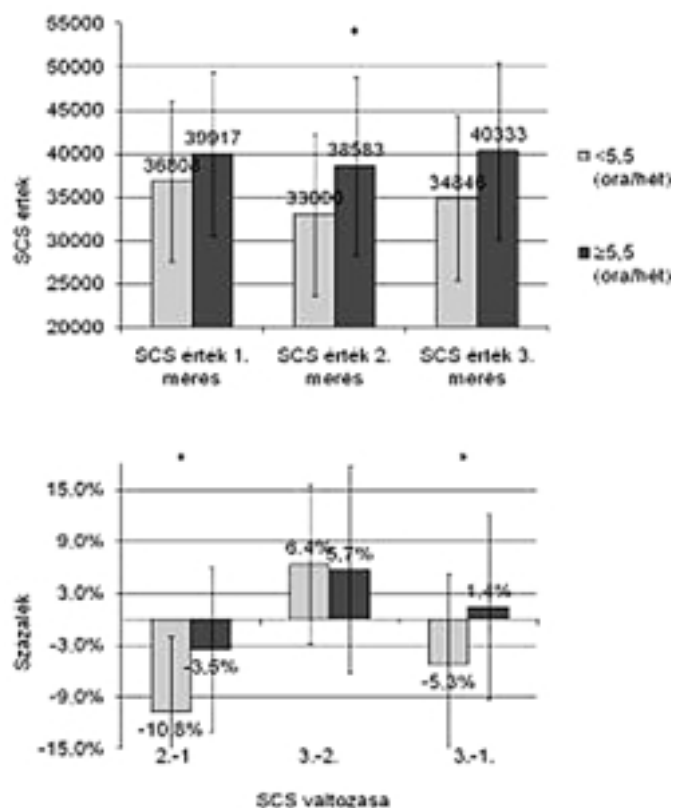
**2. ábra.** A Taiji csoport három mérési eredménye  
**Figure 2.** Results of the Taiji group

\*\*  $p < 0,01$

\*\*\*  $p < 0,001$

A nem, a kor, a Taiji-sportkor, az iskolai végzettség, a végzett sporttevékenység fajtája (csak Taiji vagy Taiji+más sport), illetve a dohányzási szokások szerint elkülönített csoportok között sem a karotinoid-szintekben, sem az SCS változás mértékében nem találtunk különbségeket. A taijizó és a Taiji mellett egyéb

sportot is űzők eredményeinek különbségeit összevetve (1. méréskor  $p=0,15$ , 2. méréskor  $p=0,10$ , 3. méréskor  $p=0,21$ ) minden esetben a más sporttevékenységet is folytatók rendelkeztek magasabb értékkel. A dohányzó és nem-dohányzó csoport karotinoid értékeinek különbségei megközelítették a szignifikáns határt (1. méréskor:  $p=0,06$ , 2. méréskor:  $p=0,14$ , 3. alkalommal  $p=0,12$ ), magasabb értékeket mérve a nem-dohányosoknál. A heti edzésóraszám és a táplálkozási szokások alapján kialakított két-két csoport között azonban mutatkoztak különbségek. A más átlagos heti edzésóraszámú csoportok 2. mérés kori értékeikben és az első méréshez képest a 2. és a 3. mérés kor tapasztalt mérések közti különbségekben (**3. ábra**) tértek el szignifikánsan egymástól (az első mérési eredményüknél  $p=0,246$ , a harmadiknál  $p=0,053$  volt). A vegetáriánusok mindhárom alkalommal magasabb értékekkel rendelkeztek a vegyes táplálkozásúakhoz képest, ám értékeik változásaiban nem találtunk különbséget (**3. táblázat**).



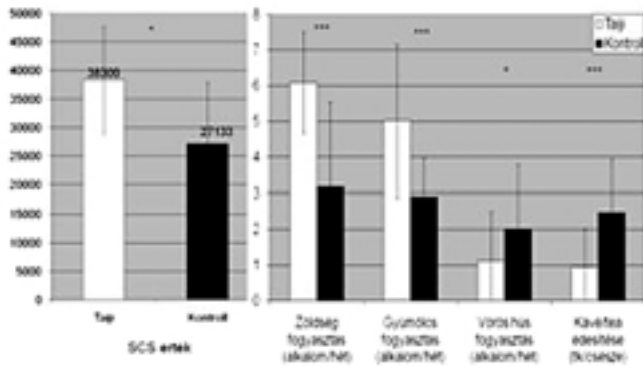
**3. ábra.** Heti edzésszám szerinti csoportok bőr karotinoid értékei és karotinoid-szint változás mértéke szerinti különbségei

**Figure 3.** Skin Carotenoid Scores (SCS) and SCS changes in percentage of groups formed by different training time

\*  $p < 0,05$

A taijizók csoportja kiindulási SCS értékeiben, heti zöldség, gyümölcs és vörös hús fogyasztásában, valamint a kávé, teát édesítési szokásaiban különböző a kontrollcsoporttól (**4. ábra**).

A Spearman-féle rang-korreláció számítások összefüggéseket mutattak ki és a Taiji gyakorlással töltött heti edzésidő, a teljes (más sportot is magába foglaló) heti edzésidő és a bőr karotinoid szint 2. és a 3. mérésének eredményeivel. A munkával való megelége-



4. ábra. A taiji és kontrollcsoport SCS értékeinek összehasonlítása és táplálkozási szokásainak szignifikáns különbségei

Figure 4. Comparison of Taiji group and Controls, differences by their alimentary habits - vegetable, fruit and red meat consumption, sweetening of coffee/tea

\* p<0,05

\*\*\* p<0,001

dettség, a szubjektív egészség és a vegetarizmus is korrelált a bőr karotinoid szinttel, valamint a napi alvásmennyiség is összefüggött az 1. mérés eredményével. A korreláció-analízis eredményeit a 4. táblázat tartalmazza.

### Megbeszélés és következtetések

Az eredmények részben igazolták feltevéseinket, részben pedig új kérdéseket vetettek fel. A taiji csoportnak szignifikánsan magasabb nyugalmi bőr karotinoid értékei voltak, mint a kontrollcsoportnak. A magas értékeket tulajdoníthatnánk nagyobb mértékű zöldség- és gyümölcs-fogyasztásuknak, épp úgy, ahogy a taiji csoportján belül is a vegetáriánusoknak volt magasabb az antioxidáns szintje. Nem várt módon a vegetáriánusok bőr karotinoid szintje is, a vegyes táplálkozásúakéhoz hasonlóan, az intenzívebb fizikai igénybevétel hatására csak kis mértékben csökkent. Smidt (2003) 1375 amerikai személy körében mindössze 19072±8828 pontos átlag bőr karotinoid értéket talált, noha a csoport 98%-a minden nap fogyasztott zöldséget/gyümölcsöt. Li és munkacsoportja 88611 főt vizsgálva (Li et al., 2006) 26963±10739 átlagos SCS értékeket találtak; az általuk vizsgált csoport tagjai minden nap fogyasztottak zöldséget/gyümölcsöt. Ennek alapján a Taiji gyakorlók kezdeti átlagos értékét, a saját kontrollcsoportunkhoz is viszonyítva, megállapíthatjuk, hogy a taiji gyakorlók magasabb nyugalmi értékeiket gyakoribb zöldség- és gyümölcsfogyasztásuk nem magyarázza teljes mértékben.

A taiji csoport magas SCS értékét a rendszeres fizikai aktivitás következményének is tarthatnánk. A hetente eleve többet edző csoportnál megfigyelhettük, hogy magasabbak voltak az egyes alkalmakkor mért SCS értékeik és kisebb mértékben csökkent a fokozottabb terhelés hatására bőr karotinoid szintjük. Az edzőtáborban 2. és 3. alkalommal mért bőr karotinoid szint értékek korrelációja a heti edzésóraszámokkal, szemben az első mért értékekkel nem korreláló heti edzésórákkal, arra utal, hogy az edzőtábori edzések még jobban befolyásolták a karotinoid szintet. Az egyéb sporttevékenység hatását nem tudtuk kizárni, a teljes edzésóraszám épp úgy korrelált a 2. és a 3.

4. táblázat. Összefüggések a karotinoidok bőrből mérhető szintje és azok változása, valamint egyes megkérdészt mutatók között  
Table 4. Correlations between Skin Carotenoid Scores (SCS), SCS changes and some life-style variables

	SCS ÉRTÉK/ SCS value 1. mérés/ 1st meas.	SCS ÉRTÉK/ SCS value 2. mérés/ 2nd meas.	SCS ÉRTÉK/ SCS value 3. mérés/ 3rd meas.	Változás/ Change 2.-1.	Változás/ Change mérés/meas. 2.-1.	Változás/ Change mérés/meas. 3.-1.
Nem/Gender	-0.07	0.01	0.02	0.21	0.02	0.21
Kor/Age	0	0.03	0.02	0.1	-0.03	0.06
Taiji sportkor/Taiji sportage	0.18	0.19	0.19	0.06	0	0.06
Taiji edzésidő (óra/hét)/Taiji weekly training time (hrs/wk)	0.25	<b>0.35</b>	<b>0.36</b>	<b>0.34</b>	0.04	<b>0.34</b>
Teljes edzésidő (óra/hét)/Total training time (hrs/wk)	0.26	<b>0.38</b>	<b>0.34</b>	<b>0.39</b>	-0.1	0.25
Munkával való megelégedettség/Satisfaction with work	<b>0.29</b>	<b>0.29</b>	<b>0.3</b>	0.04	0.03	0.06
Szubjektív egészség/Subjective health	<b>0.37</b>	<b>0.42</b>	<b>0.36</b>	0.21	-0.17	0.03
Magánélettel való megelégedettség/Satisfaction with privacy	-0.07	-0.03	-0.1	0.09	-0.19	-0.09
Zöldségfogyasztás (alkalom/hét)/Vegetable consumption (times/wk)	0.18	0.24	0.17	0.2	-0.18	0.01
<b>Vegetarizmus/Vegetarian diet</b>	<b>0.32</b>	<b>0.31</b>	<b>0.28</b>	0.02	-0.07	-0.05
Táplálék-kiegészítő szedése (alkalom/hét)/Nutritional supplement (times/wk)	0.11	0.11	0.13	0.01	0.06	0.06
Táplálék-kiegészítő szedése (igen/nem)/Nutritional supplement (yes/no)	0.09	0.07	0.12	-0.03	0.13	0.1
<b>Alvás (óra/nap)/Sleeping (hrs/day)</b>	<b>0.3</b>	0.25	0.22	-0.07	-0.08	0.14

A szignifikáns korrelációs együtthatók értékeit vastag dőlt betűvel tüntettük fel./Significant correlations are presented with bold, SCS: Skin Carotenoid Score, bőr karotinoid szint



mérési eredményekkel, mint a csak taijizással töltött heti edzésórák száma. Az egyéb sporttevékenységet folytatók a csak Taijit gyakorlókénál magasabb értékei azonban jelzik a több sporttevékenység erőteljesebb antioxidáns-szint növelő hatását. Másrészt, a csak Taijit gyakorlók átlagosan 35217 SCS értéke arra utal, hogy csupán csak a Taiji gyakorlása is jótékony hatással van az antioxidáns-szintre. A szakirodalomban csupán egyetlen vizsgálatot találtunk, amely sportolók körében ugyanezt az eszközt használta. Az eredményeket Skaug (Skaug et al., 2009) a European College of Sports Sciences 2009. évi, 14. kongresszusán mutatta be. Norvég élvonalbeli sportolók egy csoportját két részre osztva az egyik csoportnak az edzési időszak kezdetétől nagy antioxidáns tartalmú multivitamin készítményt (Vit), a másiknak pedig placebót (Ctrl) adva, a csoportok bőr karotinoid szintjét az edzési időszak elején és a végén (hat héttel később) megmérve, a kontrollcsoport kezdeti 29737 pontos SCS értéke 31105-re, a Vit csoporté 27278-ról 34333-ra emelkedett. Az edzési időszakban átlagosan heti nyolc órát edzettek a vizsgálatba bevont személyek. Ezek alapján úgy gondoljuk, hogy a taijizó csoport kezdeti 38300 pontos bőr karotinoid szintje, bármelyik csoporthoz képest igen magasnak tekinthető, és úgy véljük, hogy ez a magas érték nem tulajdonítható csupán a Taijinak, mint fizikai aktivitásnak sem.

Amennyiben a bőr karotinoid-szintre valóban az egészség mértékeként tekintünk, akkor a korrelációanalízis eredményeiről megállapíthatjuk, hogy visszazigazolták a már ismert – ám talán még ilyenformán nem kimutatott – tényeket, hogy az alvás mennyisége hatással van az egészségi állapotra, valamint a szubjektív egészség mértéke és a magánélettel való megelégedettség mértéke, mint a lelki egészség, illetve közérzet mutatói szintén befolyásolják az egyén egészségét.

A teljes taijizó csoport táplálkozási szokásai tehát megfelelnek az egészséges táplálkozásra vonatkozó mai ajánlásoknak. A gyakorlók rendszeres zöldség-, illetve gyümölcsfogyasztása önmagában azonban nem magyarázza kellőképpen a csoport magas bőr karotinoid értékeit; épp úgy, ahogy a Taiji, mint fizikai aktivitás sem. Az SCS értékek lelki egészséggel mutatott összefüggése talán az előző kettő módosító tényezővel együtt megmagyarázza, hogy a Taiji gyakorlás hogyan képes ilyen mértékben az antioxidáns-szintet emelni. Mindazonáltal megjegyezzük, hogy egyetlen edzésen sem történt külön meditáció.

Összefoglalva elmondhatjuk, hogy a Taiji gyakorlás hosszútávon az antioxidáns-szintet növelni látszik. Napjainkban a National Geographic csatorna „A harc tudománya” című műsorának egyik részében biomechanikával foglalkozó kutatók szintén kísérletet tettek a Qi mérésére, azonban módszereikkel a Qi-t nem tudták megragadni (National Geographic csatorna honlapja). Jelen munkánkban, ha nem is biztos, hogy magát a Qi-t, de talán annak egy hatását sikerült kimutatnunk.

Annak érdekében, hogy a Taiji gyakorlás hatásait más sporttevékenységek antioxidáns szint növelő hatásával összevethessük, témánk további kutatásokat igényel.

### Köszönetnyilvánítás

Köszönjük Han Kui Yuan 19. generációs Taiji és Qi Gong mesternek a támogatását, a NuSkin-Pharmanex

cégtől Tresser Kata, Nyíri Attila, Vass Gergely és Németh László segítségét és a gyakorlóknak a részvételét.

### Felhasznált irodalom

Dechamps, A., Lafont, L., Bourdel-Marchasson, I. (2007): Effects of Taiji exercises on self-efficacy and psychological health. *European Review of Aging and Physical Activity*, **4**: 1. 25-32.

Dravetzky, É. (2000): *Akupunktúra – Elmélet – Gyakorlat*. Dr Haller Média Kiadó, Pécs.

Efremov, E.V., Ariese, F., Gooijer, C. (2008): Achievements in resonance Raman spectroscopy. Review of a technique with a distinct analytical chemistry potential. *Analytica Chimica Acta*, **606**: 119-134.

Ermakov, I.V., Ermakova, M.R., McClane, R.W., Gellermann, W. (2001): Resonance Raman detection of carotenoid antioxidants in living human tissues. *Optics Letters*, **26**: 15. 1179-1181.

Hata, T.R., Scholz, T.A., Ermakov, I.V., Scholz, T.A., Bernstein, P.S. (2000): Non-invasive laser Raman detection of carotenoid antioxidants in skin. *Journal of Invest Dermatology*, **115**: 441-448.

Havasi, A. (2004): *A Taiji Quan elmélete és filozófiája*. Lunarimpex, Budapest.

Jin, P. (1992): Efficacy of Taiji, brisk walking, meditation, and reading in reducing mental and emotional stress. *Journal of Psychosomatic Research*, **36**: 4. 361-370.

Kanter M. (1998): Free radicals, exercise and antioxidant supplementation. *Proceedings of the Nutrition Society*, **57**: 9-13.

Li, C.L., Bi, S.X., Poole, S., Smidt, C., Zhu, J.S. (2006): Human Skin Carotenoids in 88,611 subjects measured by Biophotonic Scanner. *Chinese Journal of Clinical Pharmacy*, **15**: 2. 124-125.

National Geographic Channel's website. Part from Fight Sciences. Retrieved Nov 30, 2010, from [http://channel.nationalgeographic.com/series/fight-science/all/Photos#tab-Videos/07762\\_00](http://channel.nationalgeographic.com/series/fight-science/all/Photos#tab-Videos/07762_00).

Nothingner, I., Jell, G., Notingner, P.L., Bisson, I., Tsigkou, O., Polak, J.M., Stevens, M.M., Hench, L.L. (2005): Multivariate analysis of Raman spectra for in vitro non-invasive studies of living cells. *Journal of Molecular Structure*, **744-747**: 179-185.

Nothingner, I. (2007): Raman Spectroscopy Cell-based Biosensors. *Sensors* **7**: 1343-1358.

Packer, L., Colman, C. (1999): *The Antioxidant Miracle: Your Complete Plan for Total Health and Healing*. John Wiley & Sons, NYC.

Passwater, R.A. (1998): *All About Antioxidants*. Avery Publishing Group, Inc., NY.

Pucok, J., Malomsoki, J., Radák, Zs., Nemeskéri, V. (1999): A rendszeres mozgás hatása a szabadgyökök keletkezésére és antioxidánsok működésére. *Sportorvosi Szemle*, **40**: 2. 61-74.

Qu, M.Y. (1986): Taijiquan: a medical assessment. In Chinese Sports Editorial Board (ed.): *Simplified Taijiquan*. China International Book Trading Corporation, Beijing, 6-9.

Radák Zs. (2008): Szabadgyökök és testedzés: jelen- és jövőbeli perspektívák. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **9**: 2. 11-14.

Reid-Arndt, S.A., Matsuda, S., Cox, C.R. (2011): Tai Chi effects on neuropsychological, emotional and physical functioning following cancer treatment: A pilot study. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. Article in Press.

Rein, A.J., Saperstein, D.D., Pines, S.H., Radlick, P.C. (1976): Blood Plasma Investigations by Resonance Raman Spectroscopy: Detection of Carotenoid Pigments. *Experientia*, **32**: 10. 1352-1354.

Skaug, A., Sveen, O., Raastad, T. (2009): Administration of an Antioxidant Multi Vitamin/Mineral Supplement Reduced Training Induced Increases in  $VO_{2max}$  In Well Trained Subjects. Oral Presentation at 14th Annual ECSS Congress, June 24-27, 2009. Abstract: Book of Abstracts, 130.

Smidt, C.R.(2003): Clinical Screening Study: Use of the Pharmanex BioPhotonic Scanner to Assess Skin Carotenoids as a Marker of Antioxidant Status. Retrieved Nov 20, 2010, from <http://www.scannersuccess.com/nss-folder/scannerclinicals/Pharmanex%20Scanner%20Clinical.pdf>.

Song, R., Ahn, S., So, H.Y., Park, I.S., Kim, H.L., Joo, K.O., Kim, J.S. (2009): Effects of Tai Chi Exercise on Cardiovascular Risk Factors and Quality of Life in Post-menopausal Women. *Journal of Korean Academy of Nursing*, **39**: 1. 136-144.

Stahl, W., Heinrich, U., Jungfmann, H., Von Laar, J., Schietzeel, M., Sies, H., Tronnier, H. (1998): Increased dermal carotenoid levels assessed by noninvasive reflection spectrophotometry correlate with serum levels in women ingesting betatene. *Journal of Nutrition*, **128**: 903-907.

Svilaas, A., Sakhi, A.K., Andersen, L.F., Svilaas, T., Ström, E.C., Jacobs, D.R., Jr., Ose, L., Blomhoff, R. (2004): Intakes of antioxidants in coffee, wine, and vegetables are correlated with plasma carotenoids in humans. *Journal of Nutrition*, **134**: 3. 562-7.

Swain, R.J., Stevens, M.M. (2007): Raman microspectroscopy for non-invasive biochemical analysis of single cells. *Biochemical Society Transactions*. **35**: 3. 544-549.

Thornton, E. (2008): Tai Chi exercise in improving cardiorespiratory capacity. *Medicine and Sport Science*, **52**: 54-63.

Wall, R.B. (2005). Taiji and mindfulness-based stress reduction in a Boston public middle school. *Journal of Pediatric Health Care*, **19**: 4. 230-237.

Wolf, S.L., O'Grady, M., Easley, K.A., Guo, Y., Kreszig, R.W., Kutner, M. (2006): The influence of intense Tai Chi training on physical performance and hemodynamic outcomes in transitionally frail, older adults. *The Journals of Gerontology, Series A, Biological Sciences, Medical Sciences*, **61A**: 2. 184-189.

Yeh, S.-H., Chuang, H., Lin, L.-W., Hsiao, C.-Y., Wang, P.-W., Yang, K.D. (2007): Tai Chi Chuan exercise decreases A1C levels along with increase of regulatory T-cells and decrease of cytotoxic T-cell population in type 2 diabetic patients. *Diabetes Care*, **30**: 3. 716-718.



# A labda mindig gömbölyű

Egy sikersportág társadalmi hátteréhez

**Bakonyi Tibor**

Magyar Olimpiai Bizottság, Budapest

E-mail: bakonyitibor@fogaz.hu

## Összefoglaló

A látványsportokat az 1980-as évektől világszerte globális gazdasági kihívás érte. A volt keleti blokk államokban, köztük Magyarországon is, az 1989-1990-es gazdasági és politikai rendszerváltás következményei megsokszorozták ezt a kihívást, amelyre az érintett országok sportirányítása, sportszövetségei, sportegyesületei eltérő válaszokat adtak. A magyarországi sportvezetők túlnyomó része tragédiaként fogta fel az új helyzetet. A dolgozat célja, hogy a magyar kézilabda sport példáján keresztül bemutasson egy olyan sportágat, amely ebben az időszakban sikeressé vált, mert menedzsmentje a kihívásokra adekvát válaszokat adott. A dolgozat dokumentumelemzéseken és esettanulmányokon alapul. A tanulmány első részében a szerző bemutatja a hazai látványsportok helyzetét, valamint a kézilabdázás és a labdarúgás státusza közötti hasonlóságokat és különbségeket. A második részben azt elemzi, milyen fontos küldetést töltött be a kézilabdázás a társadalmi integrációban és milyen jelentősen bővült a sportág szurkolóinak tábora a 2000-es években. Tárgyalja továbbá azt a kérdést, hogyan értelmezi a sportági vezetés a társadalmi szerep és felelősségvállalást. Következtetéseiben a szerző hangsúlyozza, hogy a magyar sportnak is vannak működő húzóágazatai, amelyek a sporttársadalom számára követendő példát jelenthetnének. Ezek között kitüntetett helyet foglal el a kézilabdázás.

**Kulcsszavak:** látványsportok, kézilabdázás, sportfogasztás, társadalmi felelősségvállalás

## Bevezetés, célkitűzések

A dolgozatban a sportpolitikában kiemelten kezelt csapatsportok kontextusában tárgyaljuk a magyar kézilabda közelmúltját és a sportág társadalmi státuszát. Kitérünk a Magyarországon legnépszerűbb két látványsportág, a labdarúgás és a kézilabda elmúlt két és fél évtizedének összehasonlítására is. A látványsportok közül Magyarországon vitathatatlanul a két legnépszerűbb és nézettség mutatóikban összevethető labdarúgás és kézilabda hasonló helyzetben volt a nyolcvanas évek közepén. Alaptézisünk, hogy a sportmozgalmat, különösen a csapat- és látványsportokat a nyolcvanas évek közepétől a kilencvenes évek elejéig egy globális gazdasági kihívás érte (Jády, 2010). Ez a kihívás – a kényszerű Los Angeles-i bojkott miatt is – máig ható módon, megkésettiséggel érte a magyar sportot a rendszerváltás éveiben, amikor a magyar sport és annak vezetése nem a kihívásoknak megfelelő szerkezetváltással, hanem a napi túléléssel volt elfoglalva. Ez a globális kihívás párosult Magyarországon azzal a kelet-európai rendszerváltásból fakadó folyamattal, ami az államszocialista sportrendszer politikai, sportszakmai, gazdasági, társadalmi és nem utolsósorban erkölcsi csődjével járt együtt

(Bakonyi, 2007, 2008; Földesiné, 1990, 1996). A magyar sport közelmúltjáról, legyen az versenysport, szabadidős, iskolai, vagy rekreációs sport, az 1990-es évek elejétől a politikai cenzúrától szabaddá vált sportszociológia és szociográfia rendre szomorú képet fest (Frenkl és Gallov, 2002; Földesiné, 2009). Az általános képlet szerint a magyar sport a rendszerváltás egyik nagy vesztese. Ez a sommás tétel, ha kritikátlanul elfogadjuk axiómaként, megnehezíti a tényeken és adatokon nyugvó részlemzéseket. A dolgozat komparatív módon igyekszik árnyalni a fenti axiómán alapuló képet. Úgy véljük, hogy a magyar kézilabdásport olyan változásokon ment át az elmúlt két évtizedben, amelyeknek nem egy eredője kifejezetten pozitívnak mondható. A kihívásokra a magyar kézilabdásport, ha kényszerűen is, de alapvetően korszerű, mind a sportgazdasági, mind a sporttársadalmi realitásokat figyelembe vevő, sporteredményekben és társadalmi elfogadottságban is mérhető módon, sikeres válaszokat tudott adni. A globálisan is egyre népszerűbb látványsportok közül a kézilabda helyzete különbözik a többi magyarországi látványsportétól. Ennek okaira keres egyfajta lehetséges választ ez a dolgozat.

## A látványsportok helyzete hazánkban

A nemzetközileg legfontosabb és Magyarországon is jelentősnek számító csapatsportágak közül – a világversenyek, illetve a nemzetközi szövetségek hivatalos statisztikáit figyelembe véve – hazánkban a legeredményesebb a vízilabda, amelynek azonban olimpiai jövőjével kapcsolatban a sportág egykori olimpiai bajnoka, jelenlegi aktív edző, erős, szakmai kritikán alapuló félelmeket fogalmazott meg. Elemzésében jelezte: A magyar csapatsportok látványossága a 21. század elején már nem azonos azzal, amilyen a 20. század második felében volt. Egyfelől a nemzetközi vízilabdásportban a magyar válogatottak az elmúlt esztendőben az élmezőnyben szerepeltek. Másfelől ez az élmezőny, mint ahogyan a nemzetközi vízilabdásport bázisa és piaca is, látványszempontokból meglehetősen szűk. Ugyanakkor az eredményességi mutatókban a vízilabdától elmaradó magyar kézilabdásport egy harmadik évtizede dinamikus fejlődő sikertörténet szerves része.

Az eredményességet tekintve, a látványsportágak közül – az egyedülállóan sikeres vízilabdát leszámítva – egyik sem vetélkedhet Magyarországon a kézilabdával. A dolgozatban mégsem a vízilabdával, hanem a labdarúgással hasonlítjuk össze a magyar kézilabdát, mert a vízilabda globálisan nem eléggé népszerű. A vízilabda három olimpián keresztül a magyar látványsport „zászlóshajója”, a sportág olimpiai szereplése azonban kérdésessé vált az elmúlt években.

Míg a kézilabda az elmúlt évtizedekben valóban globális látványsportággá vált, addig ez az áttörés a vízilabda esetében elmaradt. Bár a vízilabda hagyományos olimpiai sportág, ellentétben az olimpiákon parvenünek tekinthető kézilabdával, részben hasonló kihívásokkal küzd, mint például egy másik, szintén

klasszikus magyar olimpiai sportág, az öttusa. A hazai vízilabda bajnoki mérkőzések, illetve a magyarországi – főleg budapesti – rendezésű nemzetközi kupamérkőzések látogatottsága messze elmarad a kézilabdameccsétől. A televíziós közvetítések nézettségében a vízilabda meg sem közelíti a dinamikus fejlődést mutató kézilabdát.

A hagyományosan legnépszerűbb magyar sportág, a labdarúgás mai eredményeit sem a vízilabdáéval, sem a kézilabdáéval nem lehet érdemben összevetni. Míg a kézilabda és a vízilabda élvonalának eredményességi mutatóit pozitívan árnyalja a nemzetközileg sikeres klubcsapatok eredményeinek beszámítása, a labdarúgók esetében a klubcsapatok szereplésének figyelembe vétele még a FIFA rangsoránál is szomorúbb képet nyújtana. A további látványsportok közül a kosárlabda és a röplabda globálisan fejlődik, ám ez Magyarországon nem jelenik meg. Itthon, hasonlóan az egyre népszerűbb jégkoronghoz, ezekben a sportágakban is szűk a társadalmi bázis.

A kiemelten kezelt sportágak közül Magyarországon a kosárlabdázás sajátos helyet foglal el. Globálisan a kosárlabda a kézilabdánál jelentősebb gazdasági, társadalmi és médiaháttérrel rendelkezik (Ágai Kis és Liszkay, 2008), ám az alább következő összehasonlításból a hazai kosárlabda is törvényszerűen kimarad. Sem a kosárlabda, sem a röplabda, ellentétben a kézilabdával, nem volt képes a globális média által gerjesztett sportgazdasági kihívásoknak a mai napig megfelelni, nemigen jegyzik egyiket sem nemzetközi szinten.

### **Magyar kézilabdázás és labdarúgás: hasonlóságok és különbségek**

A hazai sporttudomány alapműveit áttekintve, a közelmúltról az az általános kép bontakozik ki, hogy az 1989-1990-es gazdasági és politikai rendszerváltás egyfajta negatív, helyenként pusztító jelenséggént hatott a magyar sportra. Ez, az időnként egyoldalú kép – ha akaratlanul is – arra is szolgál, hogy a magyarországi sportrendszer-váltás menedzsereinek, sportpolitikai döntéshozóinak felelősségét elfedje. A szakirodalomban arra is találunk utalást, hogy a magyarországi sportot ért legfontosabb kihívás alapvetően globális jellegű, és eredetét tekintve a kelet-európai rendszerváltásokat megelőzően generálódott (Jády, 2010). Ez a kihívás pedig elsősorban gazdasági jellegű, és csak azt követően sportpolitikai. Úgy tűnik, hogy ugyanarra a globális eredetű kihívásra egy adott ország sportrendszerén belül egy-egy sportszövetségi vezetés egymástól eltérő jellegű, és ebből fakadóan eltérő sikerű válaszokat adott. Ami a magyar kézilabdásportot illeti, megítélésünk szerint, nem lehet ugyanazokkal a jelzőkkel leírni annak elmúlt két évtizedes sorsát, amelyekkel általában a magyar sportról szokás beszélni.

A kézilabdásport az elmúlt évtizedekben kinőtte nemcsak Közép-Európát, de magát az „öreg kontinenst” is. Az „új” kézilabda már a hetvenes években visszatért az olimpiai játékokra, de ekkoriban még nem volt része a világ globalizált és mediatisztált sportüzletének. Ám a nemzetközi kézilabda, illetve a nemzetközi szervezetek vezetői pontosan megéreztek a nyolcvanas évek közepétől jelentkező kihívásokat a nemzetközi sportéletben, különösen a sportfinanszírozásban. A Los Angelesben megrendezett olimpia – a szocialista országok bojkottja ellenére – egyszerre vált

globális médiaeseményé és üzleti sikertörténeté. Azt követően élsport csak akkor lehetett üzleti szempontból sikeres, ha eladható volt a mediatisztált piacon. Az, hogy a magyar kézilabdázás a 21. század elején versenyképes, az nem kis mértékben a fenti tény felismerésével, és az ezzel járó szemléletváltás elfogadásával is magyarázható. Az olimpiai nemes eszmék felől nézve a Los Angeles-i nem volt a legnemesebb olimpia, ám az ott megmutatkozó változások minden látványsportot átalakítottak, az alapoktól a leglátványosabb csúcsokig. Azok a hagyományos sportnemzetek, amelyek kényszerű távolmaradásuk miatt nem vették ki aktívan részüket a Los Angeles-i leckéből, olyan ütemkésésbe kerültek, amit azóta sem sikerült ledolgozniuk. A ledolgozatlan hátrány nem sorsszerűen következett be. A szemléletváltás elmaradása, a sportpiacosításának és újra-társadalmisításának megkésettisége nem valamiféle kényszerpályás fejlődésből fakadó, elkerülhetetlen szükségszerűségek. A magyar sport 1989-et követően felismert válsága több sportágban elkerülhető lett volna az adott sportágak teljes vertikumában.

Gallov Rezső szerint „az 1989-1990-es rendszerváltás óta lényegében nem történt meg két évtized alatt sem sportkultúránk átfogó rendezése. Jellegében ma éppen olyan áldatlan, rendezetlen állapotok uralkodnak ennek a szférának csaknem minden fontos ágazatában...” (Gallov, 2010, 5.). Gallov Rezső szavai általában igazak. Ám, az aggodalom és a mindenkori sportpolitikai döntéshozókra való hivatkozás gyakorlata mellett, nem éreztelen azoknak a különös eseteknek, jelenségeknek a felidézése, amelyek nem mindig illenek bele az általános képbe.

A magyar sport „eltékozolt évtizede” (Frenkl, 1986), valójában jóval hosszabbra nyúlt, mint egy évtized. A nyolcvanas évek második felében az államszocialista rendszer sportstruktúrája még eredményesnek tűnt. A diktatórikus sportvezetés még rendelkezett annyi tartalékkal, hogy a rendszerváltás körüli években kiemelkedő nemzetközi sportsikereket produkáljon, hozzájárulva egy idejétmúlt sportrendszer átmentéséhez egy új, piaci alapokon nyugvó demokratikus rendszerbe.

Az 1991 óta üzleti vállalkozásként és globális médiatemökként üzemelő európai csúcsfutball volt az első európai sportiparág, amely a Los Angeles-i kihívásoknak megfelelően szabályozta újra egyik legfontosabb versenyfolyamatát, a korábbi BEK-et. Az új kiírásnak fő szervező eleme lett a piacképesség és az eladhatóság. Ebből a szempontból kétségtelenül hatalmas siker az európai labdarúgás üzletésítése. Az európai csúcsfutball olyan népszerűségre tett szert, amellyel más sportágak nem vetélkedhetnek. A kézilabda nem vetélkedhet a labdarúgással, ám mintákat az EHF minden jel szerint átvette az UEFA-tól.

Az európai csúcsfutball radikális átalakulása előtt néhány évvel még úgy tűnhetett, hogy a kelet-európai labdarúgás szerves része a legnagyobb játéknak és a magyar futball büszkeségre okot adó, élő hagyomány. Például, 1985-ben az UEFA döntőjébe jutott a Videoton. 1986-ban a magyar válogatott a világranglistán ma már elképzelhetetlenül előkelő helyen állt, sorrendben harmadszor vívta ki a vébé részvétel jogát. A válogatott csapat a mexikói világbajnokságra (1986) majdnem úgy készült, mint az ötvenes évek élsportolói a helsinki olimpiára, a hazai és az európai (futball-) valóságtól elidegenedve. Ennek a futballvalóságtól,



sportvalóságtól, a valódi alapoktól éppúgy, mint a nemzetközi konkurenciától elidegenedett szisztémáknak utolsó sikere – vagy ha tetszik: első látványos kudarca – volt a mexikói világbajnokság.

A magyar kézilabdázás és a labdarúgás sikerekkel „fordult” a sorsdöntő nyolcvanas évekre. Mind a klubcsapatok, mind a nemzeti válogatottak szintjén nemzetközileg is jegyzett teljesítményeket mutathatott fel mindkét sportág. Ahogyan a honi kézilabdasporthoz népszerű történelemkönyve fogalmazott: a „sírós-nevetős nyolcvanas évek” (Gulyás, 2008) sok tekintetben hasonlóságokat mutattak a két népszerű látványsportban elért nemzetközi eredményességben. A kihívások és az ezekre adott válaszok nem voltak Magyarországspecifikusak. Például, a labdarúgásban, alig néhány évvel a globális futballüzlet európai intézményesülése előtt, a kelet-európaiak időről-időre produkáltak nemzetközi sikereket. Például a Dinamo Kiev KEK győzelme (1986); a Steaua Bukarest BEK első (1986) és második helye (1989); a Videoton UEFA Kupa második helye (1985). A kelet-európai futballválogatottak világeseményeken való szereplése is említésre méltó. Jugoszlávia csapata, az ország megszűnése előtti utolsó vb-én negyeddöntőt játszott 1990-ben, ahogyan az utolsó csehszlovák válogatott is. Úgy tűnhetett, hogy az 1976-os Eb-győztes csapat utódját sikeresen megszervezték Csehszlovákiában. Az egykori szovjet labdarúgó elit reprezentánsai is a legjobbak között játszottak a nyolcvanas években, az 1988-as Európa Bajnokságon a döntőig menetelt a csapat.

A magyar kézilabda válogatottak a nyolcvanas években szintén hangos sikereket arattak. A férfiak az 1980-as moszkvai olimpián negyedik lettek, az 1986-os svájci világbajnokságon pedig ezüstérmesek. A női szakág „sírós-nevetős évtizedet” zárhatott 1990-ben. Az 1982-ben, a budapesti vb-én ezüstérmes lett a Sterbinszky-vezette aranycsapat (Gulyás, 2008).

A magyar kézilabda klubcsapatok a nyolcvanas években folyamatosan az európai és a világ élvonalában vitézkedtek, ami ekkor még azonos volt. A Budapesti Honvéd férfi csapata 1977 és 1979 között kétszer is elődöntőt játszhatott, az 1981-1982-es BEK döntőt pedig megnyerte. A női klubcsapatok európai kupáiban a hetvenes évek végétől kezdődően a Vasas, az FTC és a Spartacus jeleskedett. A Vasas 1978-as és 1979-es BEK második helyezését 1982-ben első hely követte. A magyar női kézilabdacsapatok, a Vasas mellett a Debreceni MVSC és a Spartacus, folyamatosan ott voltak az élmezőnyben, a legerősebb európai kupákban az elkövetkező években.

A nyolcvanas években rendszeresen szerepeltek magyar férfi kézilabdázók a világválogatottban, ahogy azóta is rendre fel-felbukkannak ott magyarok. Az utóbbi évtizedben női világválogatott szinte elképzelhetetlen magyarok nélkül. Ez az adat a magyar labdarúgással összevetve még értékesebb; az utolsó magyar labdarúgó, aki meghívást kapott hasonló szereplésre (1985-1986 között hat alkalommal) Détári Lajos volt. Kevésbé szubjektív műfaj a világ legjobb játékosa címe, amelyet a nőknél 1995-ben Kocsis Erzsébet, 2000-ben és 2003-ban Radulovics Bojana, 2004-ben Kulcsár Anita, 2005-ben Görbic Anita nyert meg a World Handball Magazine szavazásán. (<http://www.worldhandball.com/DesktopDefault.aspx?menuid=550>). A férfiaknál Nagy László 2004-ben a világ negyedik legjobb játékosa lett.

A kelet-európai, szocialistának nevezett, államosított „sportmozgalom” – azon belül a magyar kézilabdasporthoz – a legnépszerűbb látványsportok nemzetközi mezőnyében, „a magyar sport elvesztegetett (hosszú) évtizedében” (Frenkl, 1986) látványos (rész-)eredményeket tudott produkálni. Az évtized végére azonban nyilvánvalóvá vált, hogy a sikeres és hagyományos magyar látványsportok válságba kerültek. Ez a válság a magyar futballban lett a legmélyebb. A mexikói világbajnokságot követően Végh Antal, aki 1974-ben még azt kérdezte, hogy miért beteg a magyar futball, 1986-ban már hangosan kijelentette, hogy a magyar futball „gyógyíthatatlan” (Végh, 1974, 1986).

A nyolcvanas évek közepén hasonlóan tűnő start-helyzetből alapvetően eltérő utakat járt be a két sportág Magyarországon az elmúlt évtizedekben, az alapoktól kezdődően, a világversenyeken szereplő válogatottakig bezárólag. A két sportág jelenlegi, alapvetően eltérő helyzete sportpolitikai, szakmai, stratégiai és gazdaságvezetői döntések eredője. Azért is indokolt a magyar labdarúgás állandó szem előtt tartása a magyar kézilabdáról szólva, mert a kihívások is hasonlóak voltak a nyolcvanas évek közepétől, és különösen azok az 1989-1990-es politikai rendszerváltást követően. Miközben az elmúlt két évtized a magyar labdarúgásban Végh 1986-os anamnéziséét látszik igazolni, a magyar kézilabdasporthoz csúcscsapatok viszont nagy-szerűen szerepeltek a legfontosabb nemzetközi eseményeken (1. táblázat).

Magyar egyesületek kézilabdacsapatok a egyre nagyobb népszerűsége szert tevő klubtornákon rendre meghatározó szerepet játszottak az elmúlt években. A magyar felnőtt válogatottak is a világversenyek meghatározó szereplői voltak. Figyelemre méltó, hogy a

1. táblázat. A magyar kézilabdázók nemzetközi eredményei 1995-2008 között Európa- és világbajnokságokon elért helyezések

	'95	'96	'97	'98	'99	'00	'01	'02	'03	'04	'05	'06	'07	'08
<b>Nők</b>	3.	10.	9.	3.	5.	1.	6.	5.	2.	5.	3.	5.	8.	4.
<b>Férfiak</b>	17.	10.	4.	6.	11.	-	-	-	6.	4.	-	13.	9.	8.
Bajnokok Ligájában elért helyezések														
	'95	'96	'97	'98	'99	'00	'01	'02	'03	'04	'05	'06	'07	'08
<b>Nők</b>	-	3.	3.	-	1.	5-8.	3.	2.	5-8.	3.	3.	-	-	3.
<b>Férfiak</b>	-	-	5-8.	5-8.	5-8.	5-8.	-	2.	3.	5-8.	5-8.	5-8.	5-8.	-
Közép-Európai Kupákban elért helyezések														
	'95	'96	'97	'98	'99	'00	'01	'02	'03	'04	'05	'06	'07	'08
<b>Nők</b>	1.	3.	-	-	-	-	-	-	3.	5-8.	-	2.	3.	-
<b>Férfiak</b>	5-8.	-	2.	5-8.	-	2.	5-8.	3.	5-8.	-	-	-	-	-

Forrás: Agai Kis – Liszky, 2008, 284-287.)

klubsikereket nem egy, a magyar sportvalóságától elidegenedett klubcsapat érte el. A sikerek hátterében nem egy-egy extravagáns vállalkozó állt, és nem is egy-egy önkormányzat presztízsügye volt a magyar kézilabda eredményessége. Fontos adalékul szolgálhat az EHF Kupa magyar eredményeinek figyelembe vétele. A nőknél ebben a kupában a tárgydőszakban debreceni, dunaújvárosi, győri és székesfehérvári siker született. A résztvevők között fel-felbukkant váci és békéscsabai klub is. Ez jelzi, hogy a hazai kézilabda nem egy klubhoz, városhoz, régióhoz kötődik. Ugyanez a földrajzi „diverzitás” jellemzi a férfi klubcsapatokat, bár a nőknél valamivel kisebb a területi „szórás” a csúcskluboknál.

### A magyar kézilabda társadalmi megítélése

A Magyar Kézilabda Szövetség több mint 55 ezer kézilabdázót tart nyilván, az aktív játékosok száma majdnem eléri a 30 ezret. A 28 586 aktív kézilabdázó 578 egyesületben játszik, 294 férfi és 298 női szakosztályban, 2261 csapatban (Magyar Kézilabda Szövetség hosszú távú sportágfejlesztési stratégiája 2009-2017, <http://www.w.w.handballnet.hu>). (2. táblázat).

Az aktív kézilabdázók társadalmi státuszát elemezve kitűnik, hogy a kézilabdázó fiatalok jellemzőbb módon az alsóbb társadalmi rétegekből verbuválódnak (Velenczei et al., 2009). Úgy tűnik, hogy a magyarországi kézilabdasporthatékonyabban segíti a társadalmi integrációt szerény eszközeivel és forrásaival, mint teszi azt sok más hazai sportág.

A Magyar Labdarúgó Szövetség hivatalos on-line kiadványából az derül ki, hogy a szövetség gerincét alkotó egyesületek a 21. század elejére képtelenné váltak a társadalmi integrálás elősegítésére. Az 1997 és 2003 között született 700 000 gyermek közül 2008 végén mindössze 30 752 fő volt igazolt labdarúgó. Az elérhető adatok szerint napjainkban 80 és 100 ezer közé tehető a magyarországi igazolt labdarúgók száma. Ennek fényében különösen alacsony a gyermekkorú labdarúgók számára vonatkozó hivatalos statisztikai adat. E mellett, a nemzetközileg elsősorban népszerű női labdarúgás elenyésző számú leánycsoportot foglalkoztat hazánkban. Az MLSZ szerint „... a magyar egyesületek már nem képesek tömegével megmozdítani a sportág számára oly fontos gyermektársadalmat. (...) Napjainkban (...) az egyesületek a labdarúgás iránt érdeklődő gyermekek további tömegeit nem tudják fogadni. Erre kizárólag az iskolai, meglévő infrastrukturális lehetőségek alkalmasak.” (<http://www.mlsz.hu/hirek2009.php?itemid=3499>).

A kézilabdázás egyre kedvezőbb társadalmi megítélését jól tükrözik a sportfogyasztási szokásokra vonatkozó adatok. A sportfogyasztás, különösen a sportközvetítések megtekintése a televízióban mára a kulturális fogyasztás egyik válfajává vált (Földesiné, 2008). A sportfogyasztás felől nézve, a honi kézi-

labda dinamikusan fejlődő sportág képét mutatja. Ez azért is izgalmas jelenség, mivel a televíziós sportfogyasztás általában nem mutat látványos emelkedést. Ezzel szemben „Az országosan fogható televíziós csatornákon közvetített kézilabda mérkőzések nézettsége több tízmilliós nagyságrendű, évente és folyamatosan növekvő tendenciát mutat. (A 2005. évi 58 milliós nézettség 2008-ban meghaladta a 80 milliót!)” (Magyar Kézilabda Szövetség hosszú távú sportágfejlesztési stratégiája 2009-2017, <http://www.handballnet.hu>).

A televíziós sportfogyasztásra vonatkozó adatok alapján, a kézilabda Magyarországon a második legnépszerűbb sportág, csak a labdarúgás előzi meg (3. táblázat), ám a televízióban ma már jelentős részben nem magyar meccseket közvetítenek, hanem a globális futballüzlet „termékeit”. Ezzel szemben a televíziós kézilabda-mérkőzések majdnem 100%-a magyar, vagy magyar érdekeltségű nemzetközi meccs.

Az összesített eredményeket nézve sajátosan magyar jelenséggel szembesülhetünk. A televíziós sportfogyasztást sportáganként mérő adatsor eltér a nemzetközi trendektől, a kézilabdázás és kisebb mértékben a vízilabda nézettsége „magyarossá” teszi.

A sportágak kedveltségi rangsora mellett legalább annyira izgalmas, hogy a nézők milyen gyakran „fogyasztják” az egyes sportágakat. Egy közelmúltban végzett országosan reprezentatív kutatás (N=1027) adatai szerint a kézilabda és a vízilabda együttesen valamivel nézettebb a labdarúgásnál a televízióban, a labdarúgást kategorikusan elutasítók aránya pedig magasabb, mint a kézilabdáé. Ugyanakkor a kézilabdázás fogyasztóinak társadalmi státusza és iskolai végzettsége magasabb, mint a labdarúgás híveinek.

A globalizált médiafigyelemért, a piacért, az egyes sportágak országos szinten egymással „tusakodnak”. Ebben a piaci „tusában” a magyar kézilabda kiemelkedően szerepel, mert a sportág menedzsmentje alapvetően adekvátan felelt a kor legnagyobb sportgazdasági kihívásaira. A Los Angeles óta nyilvánvaló nemzetközi trendeket a magyar kézilabdasporthatékony alakítói nem negli-

### 3. táblázat. Legkedveltebb sportágak a TV-ben

Sportág	Ranghely	%
Labdarúgás	1.	40,2
Kézilabda	2.	23,6
Küzdősportok	3.	19,7
Motorsportok	4.	15,7
Korcsolya	6.	7,1
Úszás, műugrás stb.	7.	6,5
Tenisz	9.	4,2
Kosárlabda	8.	4,5
Vízilabda	5.	9,2
Atlétika	10.	2,1
Télisportok (sielés stb.)	11.	1,4

Forrás: Földesiné, 2008. 63.

### 2. táblázat. A kézilabdázók nemenkénti és korcsoportonkénti megoszlása

Csapat	Férfi	Női	Összesen	Játékos/Csapat	Férfi játékos	Női játékos	Összes játékos
Felnőtt	256	288	544	16	4096	4608	8704
Ifjúsági	138	136	274	16	2208	2176	4384
Serdülő	87	91	178	16	1392	1456	2848
Gyermek	422	472	894	10	4220	4720	8940
Szívacs	166	205	371	10	1660	2050	3710
Összesen	1069	1192	2261	-	13576	15010	28585

Forrás: <http://www.handballnet.hu>



gálták, hanem a hazai kézilabdasport javára igyekeztek kihasználni. A kézilabda Magyarországon úgy fejlődött népszerű látványsporttá, hogy egyúttal megmaradt a lakosság sportjának, annak civil jellegével és társadalmi integrációs szerepével együtt.

A rendszerváltás sportbéli következményei éppúgy érintették a kézilabdát, mint a többi sportágat. Ha azonban az elmúlt évtizedek kézilabdás sportvezetőinek nyilatkozatait olvassuk, és a sportág növekvő társadalmi presztízsét, valamint kedveltségét nézzük, akkor úgy tűnhet, mintha a kézilabdások egy másik országban élnének, dolgoznának.

A kézilabdázás nézettsége az elmúlt években nemzetközileg is egyre emelkedett. Egy 2010-es adat szerint az Európai Kézilabda Szövetség csúcslátványossága, a Bajnokok Ligája (férfi) nézettsége egy év alatt több mint 300%-kal nőtt (<http://sportsmarketing.hu/2010/09/07/bombaformaban-a-kezi-bl/#more-2614>). Az erről beszámoló, sportmarketingre specializálódott szakmai honlap vonatkozó híradásának a „Bombaformában a kézilabda” címet adta. A „bombaforma” elengedhetetlen feltétele a sportág fejlesztésének és a klasszikus sportértékek megmentésének. Különösen érdekes az idézett sportmarketing on-line kiadványnak az a híradása, amely szerint a leglátványosabb csúcskézilabda-versenysorozat két új partnere közül az egyik egy multinacionális vállalat, a másik az UNICEF. Ez a körülmény egy sajátos jelenségre vet fényt. Jelesül arra, hogy az üzleti alapon szervezett Nemzetközi Kézilabda Szövetség menedzserei tudják, hogy a „corporate responsibility” ma már egyetlen világégen mission statement-jéből sem hiányozhat és üzleti sikerüket a sportágban saját maguk is társadalmi felelősségvállalással együtt kívánják elérni.

### A társadalmi felelősség vállalása a magyar kézilabdasportban

A „corporate responsibility”, a társadalmi felelősségvállalás a magyar kézilabdában is megjelent. Napjainkban Magyarországon a kézilabda az egyik olyan sportág, amelyben a példaértékű „corporate responsibility” a sportágon keresztül az adott céget is szimpatikusabbá teheti. Ismert – bár értelemszerűen nem dokumentálható – a magyar látványsportokban az álreklám, a pénzmosás gyakorlata. Itt egyértelműen másról van szó. Az a tény, hogy a „corporate responsibility” szerves részévé vált a magyar kézilabdának azt jelzi, hogy ez a „mátság” a jelentős gazdasági kérdésekben döntést hozók számára is nyilvánvalóvá vált.

A Magyar Kézilabda Szövetség elsősorban nem üzleti vállalkozás. Ám a „Los Angeles-i” fordulatot követően nem lehet egyetlen sportágat sem a piaci realitásokat figyelmen kívül hagyva menedzselni. A magyar kézilabdasport küldetését a magyar társadalmi, gazdasági valóságban töltheti be. Ehhez sikeres gazdálkodásra van szüksége. Ebben a sikeres gazdálkodásban ma már szerepet játszik a Szövetség tudatos, rendszeres és folyamatos társadalmi felelősségvállalása. Ennek egyik megnyilvánulása, hogy tényleges akciókkal igyekszik felelős társadalmi szereplőként megjelenni a nyilvánosságban. Nem PR „fogásokról” van szó, hanem egy olyan kommunikációs gyakorlatról, amelynek végső célja, hogy a Magyar Kézilabda Szövetséget és az egész a magyar kézilabdasportot olyan pozitív társadalmi szereplőként mutassa be a közvélemény

előtt, amely érdemes a támogatásra. Ennek keretén belül az elmúlt években az alábbi akciókra került sor az MKSZ szervezésében:

- 2005. április: A Mátrakeresztesen történt természeti katasztrófa áldozatainak megsegítése, sportsegéllyel kombinálva.

- 2005. szeptember: A székelyudvarhelyi árvízkárosultak megsegítése, sportsegéllyel kombinálva.

- 2006. december: A megromlott szlovák-magyar államközi viszonyt a sport szintjén javítandó, két barátságos, jótékonyági magyar-szlovák női válogatott mérkőzés megrendezése, amely az akkori viszonyok között egyfajta flottatüntetésnek számított. Mindkét mérkőzésen, Kassán és Tiszaújvárosban, a nézők (illetve a televíziónézők) érezkelhették, hogy nem egyszerű előkészületi mérkőzés részesei, hanem szinte egy tüntetés: „A két ország kézilabda szövetségének megállapodása alapján mindkét találkozót a 'Kézilabdás barátság' mottó jegyében rendezték, ezért a két válogatott erre utaló, magyar és szlovák nyelvű felirattal ellátott pólóban sorakozott fel a pálya közepén. Mindkét szövetség sportolói és sportvezetői azt szeretnék, ha példájuk követésre találna – nemcsak a sportban – a határ mindkét oldalán.” (Tiszaújvárosi Krónika, 2006).

- 2006. december: Az olaszliszkai lincselés áldozatának családja javára rendezett jótékonyági meccs Szabolcs-Szatmár-Bereg megye válogatottja és a férfi nagyválogatott között Tiszavasváriban.

- 2007. május: A Szövetség *Medtronic lifepak defibrillator* újraélesztő készülékét adományozott az Országos Sportegészségügyi Intézetnek.

- 2007. szeptember: Az öt parlamenti párt támogatásával és képviselőinek aktív részvételével Kézilabda Fesztivál rendezése, ahol olyan képviselők mutatkoztak és játszottak nyilvánosan együtt, akik az elhidegült belpolitikai viszonyok között már második éve sehol másutt.

- 2010. december: A devecseri és kolontári iszapkatasztrófa áldozatainak megsegítése, sportsegéllyel kombinálva.

- 2010. december: az árvízkárosultak megsegítése (<http://www.handballnet.hu>).

A fenti példák azt illusztrálják, hogy miként értelmezi a magyar kézilabdasport vezetése a társadalmi felelősségvállalást. A felsorolt esetekben szomorú, vagy kifejezetten tragikus események kapcsán sikerült a magyar kézilabdasport reprezentánsainak azt a pozitív üzeneteket küldeni a magyar társadalomnak: az adófizetőknek, a szponzoroknak, a szurkolóknak, a sport iránt érdeklődőknek, a sporttal kapcsolatban érdekteleneknek, a lehetséges döntéshozóknak stb., hogy a korszerűen vezetett magyar kézilabdasport nemcsak a sportot, hanem a társadalmi felelősségvállalást is komolyan veszi.

### Következtetések

Az elmúlt évtizedekben alapvetően megváltozott a sport nemzetközi világa, és közben alapvetően változott a magyarországi sport feltételrendszere, társadalmi szerepe és megítélése. Ezt a helyzetet a magyarországi sportvezetők túlnyomó része tragédia-ként fogta fel. A sport és a társadalmi felelősségvállalás kapcsán leggyakrabban olyan hangokat lehetett az utóbbi években hallani, hogy az állam vállaljon az 1989-1990-es politikai rendszerváltás előtti mértékben felelősséget a magyar élsportért. Ebben

az álláspontban a felelősség áthárítására való törekvés tükröződik. A magyarországi kézilabdát ugyancsak a gazdasági, társadalmi kihívások érték az elmúlt évtizedekben, mint a többi hazai sportágat. Egyértelmű az MKSZ üzenete: A társadalmi felelősségvállalás kizárólag kétoldalúságot véelve válhat jogos igénnyé és gyakorlattá. A magyar kézilabdásport, menedzsmentjének irányításával, a magyar és az európai adófizetők, a magyar és az európai nagyvállalatok pénzéből, és részben az állam erkölcsi és anyagi támogatásából működhetett eredményesen. Ha sikeres tevékenységét prolongálni akarja a szövetség, nem tehet mást, minthogy maga is aktív alanya – és nemcsak tárgya – marad a társadalmi szerep- és felelősségvállalásnak.

A dokumentumelemzéseken és esettanulmányokon alapuló adatok a magyar kézilabdázás elmúlt két évtizede sikereinek társadalmi dimenzióit új megvilágításba helyezik. A látványsportok közül a kézilabdázás helyzete és megítélése a magyar társadalomban alapvetően különbözik más sportokétól. A Los Angeles-i olimpia után az élsport mediatizált üzletté, a sikeres sportvezetés üzleti modellé vált. A globális kihívásra egy ország sportrendszerén belül a sportszövetségek eltérő válaszokat adhattak. Az MKSZ adekvát válaszokat adott, a kézilabda sport ezért vált sikeres média-termékké. A magyar válogatottak és a klubcsapatok, Győrtől Békéscsabáig, meghatározó szerepet játszottak a globalizálódó „üzletben”. A kézilabdázás a 2000-es években a társadalmi integrációban fontos küldetést töltött be, nézettsége pedig jelentős mértékben megemelkedett.

A kézilabdázás jelenlegi helyzetének alakításában a szakági vezetés meghatározó szerepet játszott. Menedzseri szemléletéből fakadóan az MKSZ tudatosan használta a társadalmi felelősségvállalást a sportág népszerűsítésében és „eladásában”. A kézilabdázás Magyarországon a közelmúltban az egyik legelfogadottabb és legszimpatikusabb sportággá vált. Ebben a sportági vezetés tudatos „corporate responsibility” politikája döntő szerepet játszott.

A magyarországi kézilabda társadalmi megítélésében nem alkalmazható az idejétmúlt, jellemzően az államszocialista korszakból átmentett szemlélet nosztalgikus használata. A magyar sport épp annyira volt vesztese a rendszerváltásnak, mint amennyire a magyar ipar, a magyar oktatás, tudomány stb. A magyar iparnak, oktatásnak és tudománynak ma is vannak versenyképes, világszínvonalú szegmensei, húzóágazatai. Igaz ugyan, hogy a kohászat, a bányászat majdnem teljesen megszűnt, ám például – maradva a nehéziparnál – ma is létezik erős magyar vegyipar, vannak jelentős vegyipari vállalatok, itt koncentráldódik számos nemzetközi vegyészeti kutatás és fejlesztés. Miközben az is igaz, hogy általában véve súlyos válságtüneteket is produkáltak az elmúlt két évtizedben ezek a nagy „ágazatok”. Hasonló a helyzet a magyar sporttal. Miközben tagadhatalanok a korszakváltásból és a megkésett struktúraváltásból fakadó negatív tünetek, például az esélyegyenlőtlenség erősödése a sportfogyasztók és az aktív sportolók körében, vagy a hazánkban sokáig egyedülállóan nagyarányú az olimpiai aranyérmek számának csökkenése, a magyar sportnak is vannak működő húzóágazatai. Vagy legalább is olyanok, amelyek, ha a sporttársadalomban lesz rá fogadókészség, példamutató húzóágazatokként is

működhetnének. Ezek között kitüntetett helyet foglal el a kézilabdázás.

### Felhasznált irodalom

- Ágai Kis A., Liszky G.L. (2008): *Ezüstös aranykor. Fejezetek a magyar kézilabdázás történetéből 1995-2008*. Második, bővített kiadás. Prexton, Budapest.
- Bakonyi T. (2008): Az államszocializmusból az újkapitalizmusba. Átmenetek és átmentések a sportpolitikában Magyarországon. *Kalozathia*, **46**: 3. 5-27.
- Bakonyi T. (2007): *Allam, civil társadalom, sport*. Kossuth, Budapest.
- Földesiné Szabó Gy. (1990): A tömegsporttól a „Sport mindenkinek” mozgalomig a „szocialista tábor” országaiban. *Testnevelés és sporttudomány*, **21**: 3-4. 102-114.
- Földesiné Szabó Gy. (1996): A magyar sport átalakulása az 1989-1990-es rendszerváltás után. In Földesiné Szabó Gy. (szerk.): *A magyar sport szellemi körképe*. OTSH – MOB, Budapest, 13-52.
- Földesiné Szabó Gy. (2008): Sportfogyasztás, mint a kulturális fogyasztás válfaja. In Földesiné, Szabó Gy., Gál A., Dóczi T. (szerk.): *Társadalmi riport a sportról – 2008*. ÖM – MST, Budapest, 41-90.
- Földesiné Szabó Gy. (2009): Szabadidősport – életmód – sportpolitika. Hazai és nemzetközi tendenciák. In Bendiner N. (szerk.): *Útban a sportoló nemzet felé?* NSSz, Budapest, 17-28.
- Frenkl R., Gallov R. (2002): *Fehér könyv. Helyzetkép a magyar sportról*. OTSH, Budapest.
- Frenkl R. (1986): A magyar sport eltékoztolt évtizede. *Valóság*, **10**: 24-34.
- Gallov R. (1992): Mennyire fontos hazánkban a sport? *Nemzeti Sport*, szeptember 14.
- Gallov R. (2010): Előszó. In Földesiné, Szabó Gy. (szerk.): *Fejezetek a magyar sportszociológia múltjából és jelenéből. Válogatás Földesiné Dr. Szabó Gyöngyi publikációiból*. Double Printing Kommunikációs Kft, Budapest, 3-5.
- Gulyás L. (2008): *A homokbányától az olimpiai dobogóig. A magyar kézilabdásport története*. Infoprint, Budapest, 2008.
- Jády Gy. (2010): *Az aranyérmek extraprofitja: globalizált élsport az ezredfordulón*. OSZK MNB, Budapest.
- Magyar Kézilabda Szövetség hosszú távú sportágfejlesztési stratégiája 2009-2017 Retrived June 2, 2011, from <http://www.handballnet.hu>
- Tiszaújvárosi Krónika (2006): *Kézilabdás barátság*. október 1, Retrived May 24, 2011, from <http://www.kronika.tempobit.hu/?p=cikk&cid=3636>
- Velencei A., Kovács Á., Szabó A., Szabó T. (2009): Indulási esélyek – beteljesülő álmok? *Szociológiai Szemle*, **19**: 4. 109-129.
- Végh A. (1974): *Miért beteg a magyar futball?* Magvető, Budapest.
- Végh A. (1986): *Gyógyítatlan*. Lapkiadó Vállalat, Budapest.
- Internetes oldalak  
<http://www.handballnet.hu>  
<http://www.mlsz.hu/hirek2009.php?itemid=3499>  
<http://sportsmarketing.hu/2010/09/07/bombafomaban-a-kezi-bl/#more-2614>  
<http://www.worldhandball.com/DesktopDefault.aspx?menuid=550>  
<http://www.mlsz.hu/hirek2009.php?itemid=3499>



# A magyar sport működési szerkezetének lehetséges szegmense: a felsőoktatási sportszervezetek

**Bács Zoltán**

Debreceni Egyetem, Debrecen

E-mail: [bacs@agr.unideb.hu](mailto:bacs@agr.unideb.hu)

## Összefoglaló

A mai magyar sport csaknem valamennyi területe fejlesztésre szorul. Az egyik legnagyobb problémát a 18 év felettek sportja okozza, egyrészt a személyes, másrészt a szervezeti attitűdök miatt. A dolgozat célja annak a felfogásnak alátámasztása, amely szerint, miután a 18-23 év közötti korosztály legkoncentráltabban a felsőoktatásban jelenik meg, a szerkezettel rendelkező felsőoktatásnak sokkal nagyobb arányban kellene részt vennie a hazai sport működésében. A cikk első részében a szerző azt tárgyalja, milyen előnyökkel jár és mi szükséges a felsőoktatás intenzívebb bevonásához a sportba. A második részben bemutat egy már jelenleg is jól működő egyetemi sportmodellt.

**Kulcsszavak:** egyetemi sport, sportmodell, törvényi szabályozás

## Bevezetés

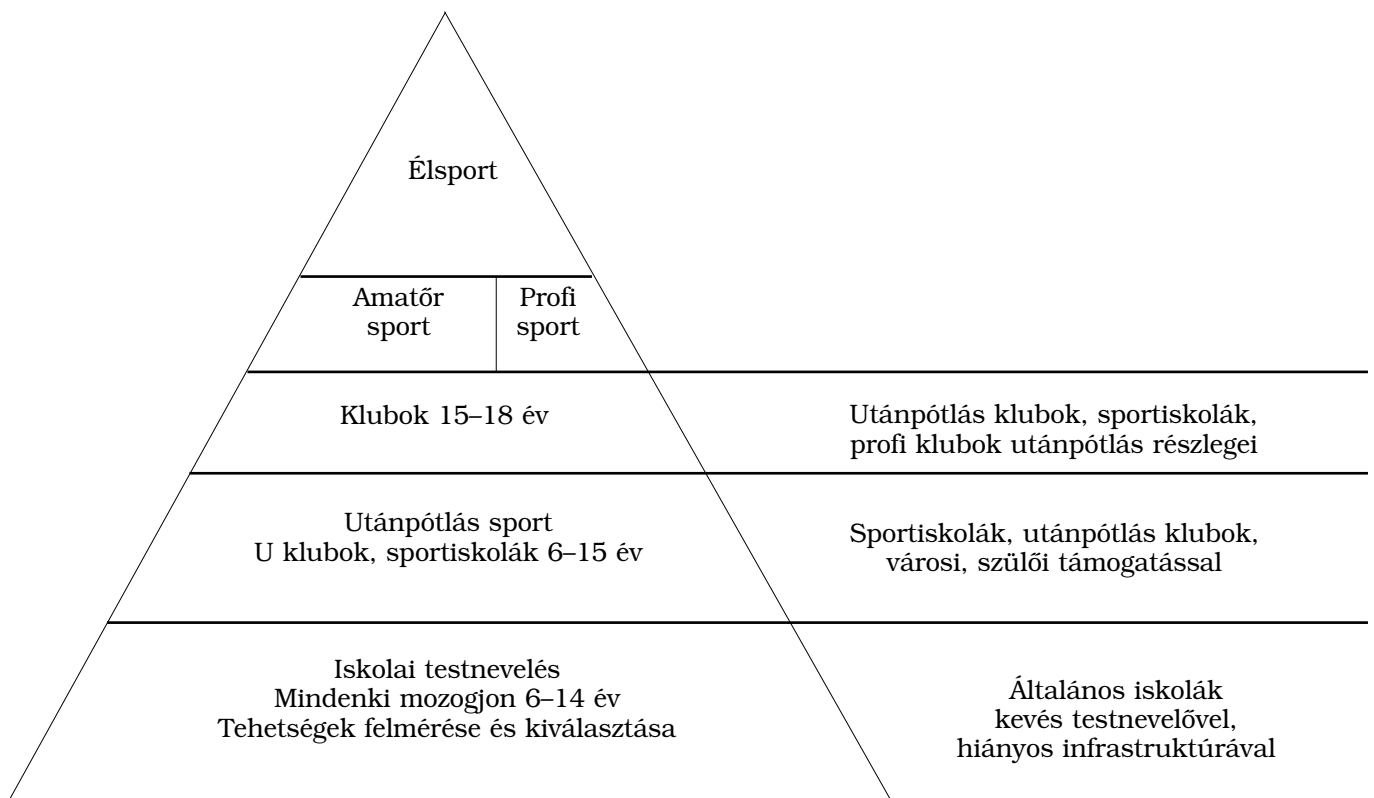
A magyar sport a rendszerváltás óta keresi helyét, szerepét a társadalomban. A korábbi állami támogatási és bázisvállalati rendszer felbomlott, a finanszírozás az olimpiai sportágakra és világversenyekre alapozott pontrendszerre koncentrált. Mindemellett a klubok életben tartása esetleges, a helyi önkormányzatok szándékától, lehetőségétől, vagy egy-egy lelkes, elhi-

vatott, esetleg jó kapcsolatrendszerrel rendelkező embertől függ. Az elmúlt 20 évben klubok, sportágak tűntek el a magyar palettáról, a tömegbázis pedig jelentősen lecsökkent.

Nem felejthetjük el, hogy közben a társadalmi-gazdasági szerkezet is átalakult, a sport alkalmazkodása az új rendszerhez viszont még nem történt meg. A kormányzat érzékeli ezt a problémát, az adótörvények módosításával és a sporttörvény újra kodifikálásával próbálja megteremteni a sport jövőjét. Ennek során nem szabad figyelmen kívül hagyni azt, hogy a hobbisport, az amatőr sport és a versenysport területe egyaránt fejlesztésre szorul (**1. ábra**).

A 18 éves kor felettek sportja okozza a legnagyobb problémát. Egyrészt a személyes attitűdök miatt: Itt vész el a legtöbb sportoló jövőképe, lehetősége, választás elé kerül, hogy sport, vagy felkészülés a civil életre. Másrészt kedvezőtlenek a szervezeti attitűdök: A klubok nagy része vegetál, magára hagyatott, nem képes lépést tartani a társadalmi versenyyel.

A jelenlegi társadalmi szerkezet azt mutatja, hogy a 18-23 éves korosztály 45-55 százaléka részt vesz a felsőoktatásban. Ebből annak kellene következnie, hogy a működési szerkezettel rendelkező felsőoktatás vegyen részt a sport működésében. Ez ma nincs így. Néhány intézmény elhivatottságból, egy-egy fanatikus szakember hatására, foglalkozik a sporttal, de azt általánosságban egyre inkább háttérbe szorítják a főiskolák és az egyetemek. A testnevelést kiiktatják a tantervekből, az infrastruktúrát hagyják leromlani, vagy üzletileg hasznosítják. A verseny-



1. ábra. A sportolói bázis alakulása korosztályok szerint (Forrás: saját szerkesztés)

sportra szinte alig áldoznak, de a jelenlegi szabályozók ezt nem is segítik. A sportolói múlttal rendelkező hallgatók a legtöbb esetben egyetemi éveik alatt eltávolodnak a sporttól, abbahagyják korábbi sporttevékenységüket, mert válaszút elé kerülnek. A válaszút nem abban áll, hogy tanulás vagy sport, hanem abban, hogy az intézmények falai között nincs lehetőség a sport folytatására, a képzési helytől távol lévő, vagy más időbeosztással működő klubbal pedig nemigen lehet összeegyeztetni a mindennapi egyetemi életet.

Az áruházakat, a plázákat oda építik, ahol sok ember van, az emberek életterében nyitnak lehetőséget és teremtenek igényt mindarra, ami a működésüket alapvetően befolyásolja. A sport esetében sem lehet ez másképp. Ha társadalmi sikereket szeretnénk elérni a sportban – itt nem az olimpiai aranyérmek számában megjelenő nemzeti büszkeségre kell gondolni –, akkor oda kell vinnünk a sportolási lehetőségeket, ahol a fiatalok vannak. Sehol nem jelenik meg a 18 év feletti korosztály olyan koncentráltan, mint a felsőoktatásban. Az amerikai egyetemi sport is ennek alapján indulhatott el, és jelenti ma is az amerikai amatőr versenysport legszelesebb bázisát.

### Előnyök és feltételek

A felsőoktatási intézményrendszer megfelelő szabályozással és finanszírozási szabályokkal bevonható a sportba és számos sportág versenyrendszerére és tömegbázisára megoldást kínál. A koncepció legfontosabb előnyei az alábbiak:

- Nem kell új intézményrendszert építeni, csak telepíteni kell egy meglévőhöz;
- Az állami betekintés és ráhatás közvetlen módon megoldott;
- Széles, intézményesítetten motiválható tömegbázist kezel (kb. 380.000 fő);
- Olyan sportolói réteget kezel, amelynek tagjai nem kizárólag a sportra teszik fel életüket, hanem a civil élethez szükséges ismereteket, végzettséget szereznek;
- A szupertehetségek profi sportolóként folytathatják pályafutásukat.

Megítélésünk szerint a felsőoktatás intenzívebb bevonásához a sportba a következő feltételek szükségesek.

– Az infrastruktúra részben rendelkezésre áll, de felújításra, fejlesztésre szorul. Az egészségesebb társadalom kialakításában is rendkívül fontos a sport iránti igény növelése, amihez versenyre kell kelni az informatikai eszközök biztosította kényelmi szórakozásokkal, a plázákkal, a televízióval. Ebben a versenyben megfelelő infrastruktúra nélkül nincs esély.

– A felsőoktatási törvényben a hallgatói juttatások terhére a közéleti, szakmai és egyéb speciális ösztönzők mintájára sportösztönző bevezetése.

– Az intézményeket a szabályozórendszeren keresztül szükséges motiválni a 100%-os egyetemi tulajdonú klubok fenntartására, működtetésére, feladatfinanszírozás esetén megjeleníteni a feladatok között.

– Néhány sportágban kiemelt motivációt adni, hogy ezek a klubok részt vegyenek a versenyrendszerekben (például látványsportok), de mindegyikben meghagyni a lehetőséget a rekreációra.

– A sporttal kapcsolatos adótörvények kedvezményezettjei legyenek az egyetemi sportklubok is.

– Az utánpótlás fogalmának meghatározása során az egyetemi klubok U23 korosztályig versenyeztethetők sportolókat. (Több sportágban nemzetközileg is van gyakorlata az U23 korosztálynak, például labdarúgás az olimpián.)

A felsőoktatás erőteljesebb részvétele a sportban a felsőoktatási törvényben, a sporttörvényben és a sporttal kapcsolatos adótörvényekben szabályozható. Ezek mindegyike most készül, van lehetőség az alakításukra!

### Sportmodell a Debreceni Egyetemen

Az új törvények, törvénymódosítások megszületése előtt is van lehetőség lokális szinten a helyi egyetemi sportélet újjászervezésére. Az **1. táblázatban** bemutatjuk, hogyan alakult a sportmodell a Debreceni Egyetemen.

– A debreceni egyetemi sportmodell létrehozásának kulcskérdései az alábbiak voltak:

Kötelező testnevelés az alapképzésekben  
(Szenátusi határozat alapján két félév elfogadott.)

1. táblázat. Az egyetemi sport modellje a Debreceni Egyetemen

	CÉL	FELADAT	SZERVEZET	FORRÁS	Megjegyzés
Felsőoktatás	Hallgatói testnevelési feladat megoldása	Testnevelés oktatásának megszervezése, személyi és tárgyi infrastruktúra biztosítása	Testnevelési Központ	Bér: állami K+T Működés: SKKP + Saját bevétel (SB)	Alapszakokon a testnevelés két félévben kötelező kritérium feltétel
	Sporttudományi képzés	Az oktatás személyi és tárgyi feltételeinek biztosítása	Érintett kar	Állami K+T+F támogatás + SB	
	Hallgatói szabadidősport	Infrastruktúra biztosítása	HÖK	Hallgatói finanszírozás	Önszerveződő
	Versenysport	A DEAC színeiben versenyző csapatokhoz, klubokhoz versenyzők biztosítása	DEAC NK Kft (+ együttműködő klubok)	DE támogatás DEAC SB (+átengedett TAo?)	A kiemelkedő sportolóknak sportösztönző, kollégium és egyéni tanrend biztosítása
	Sportlétesítmény működtetés, fejlesztés	Az infrastruktúra fenntartása, működtetése, fejlesztése	Gazdasági Igazgatóság	Kari költségvetés (K+T+F) + SB (+átengedett TAo?)	A működtetés haszna a létesítményekre és sportra fordítandó



– Sportösztöndíj  
(Hallgatói térítések és juttatások szabályzata alapján megoldott a DE-n.)

– Egyetemi sportklub működése  
(A DEAC Sport Nonprofit Kft 100% egyetemi tulajdonban van, 22 szakosztállyal.)

– Létesítmények  
(Rendelkezésre állnak, de felújítandók és fejlesztendők is.)

– Sportösztöndíj  
Az egyetemi sport hatékonyabb szervezése érdekében, az egyetemi testnevelés és sport alábbi területeinek további vizsgálatát javasoljuk:

- Szervezeti felépítés;
- Tanórai testnevelés;
- Egyetemi versenysport (MEFOB, UNIVERSITAS Kupa, helyi kupák);
- Tömegsport (például hallgatói bajnokságok, tematikus sportnapok);
- Versenysport (a DEAC és a szövetségek bajnokságaiban);
- Adminisztrációs feladatok;
- Finanszírozás, sportösztöndíj;
- Létesítmények működése.

## A debreceni futball képes kalauza

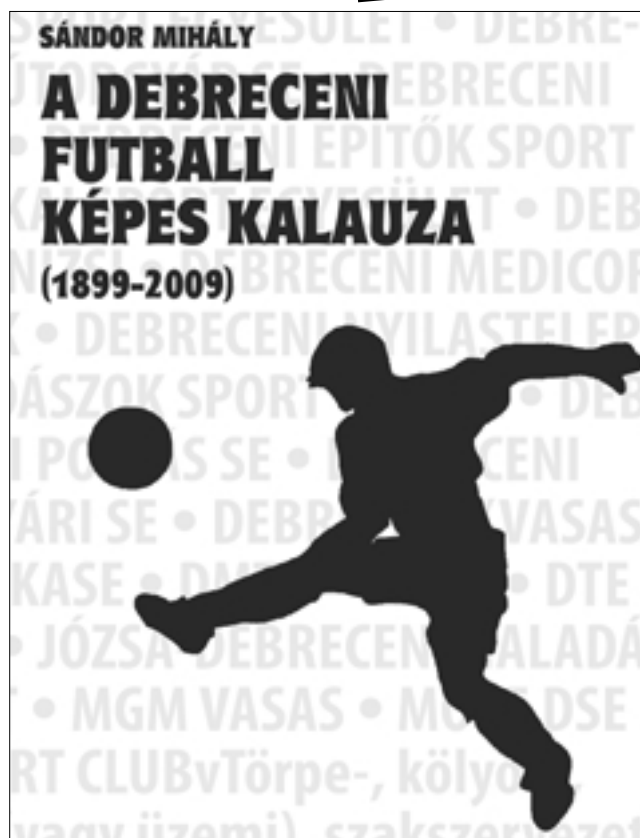
Könyvismertető

Elsősorban a labdarúgás „szerelmeseinek”, de a sporttörténet iránt érdeklődők figyelmébe is ajánljuk Sándor Mihály tollából, Bács Zoltán szerkesztésében: A DEBRECENI FUTBALL KÉPES KALAUZA (1899-2009) reprezentatív kiadású könyvet, a DVSC Futball Szervező Zrt. kiadásában. Kapható 6800 Ft-ért, internetes megrendeléssel a [www.egyetemter.hu](http://www.egyetemter.hu) weboldalon.

Sándor Mihály neves sporttörténész nagy feladatra vállalkozott, amikor feldolgozta a nagy múltú DVSC krónikáját, megalapításától kezdve napjainkig.

Bács Zoltán, a szerkesztő, a Debreceni Egyetem Agrár- és Gazdálkodástudományok Centrumának elnökhelyettese, egyetemi docens a DVSC Futball Szervező Zrt. igazgatóságának tagja azt írja előszavában, hogy – „Minden civis lokálpártiótának ismernie illik a kálvinista Róma történelmét, ahogy valamennyi helybéli focirajongónak is ildomos járatosnak lennie a debreceni labdarúgás történetében. A sportágért és a DVSC-ért rajongó szurkolótáborban évtizedek óta él a vágy Debrecen futballmúltjának tudományos igényű feldolgozása, szellemi és tárgyi hagyatékának szakszerű rendszerezése iránt, mert a különböző kiadványokat lapozva, internetes oldalakat böngészve olykor meglepő, a valóságtól elrugaszkodott információkkal szembesülünk. Lehetetlen állapot, hogy a városunk labdarúgásának 111 éves történetéről keringő legendák, anekdoták némelyike alkotói fantázia terméke, viszont a drukker lépten-nyomon úgy hivatkoznak rájuk, mint a szentírásra, érdemes hát tisztázni őket, a lehető legnagyobb objektivitással.

Sándor Mihály sporttörténész Komlóssy Imre emlékének ajánlotta művét. A kiváló, Debrecenhez ezer szállal kötődő sportembert mindnyájan ismertük, tiszteltük, szerettük, habár életkorunkból fakadóan mi nem láthattuk a pályán száguldozni. Komlóssy Imre, aki a Lokomotív valaha élt legtechnikásabb jobbszélsője volt, 2008 júniusa óta nem lehet közöttünk. Ő és hajdani csapattársai kezdték el a gyűjtőmunkát, számos ereklyével, (serleggel, jelvényvel, zászlóval, fotóval, kordokumentummal) ajándékozva meg bennünket, az utókort. Egyben ránk, az örököseire testálván a feladatot, hogy találjunk kollekciónk színvonalához méltó és állandó helyiséget. Teremtünk zárandokhelyet, ahol az érdeklődők és emlékezők megcsodálhatják a múlt rekvizitumait.” – írja Bács Zoltán a szerkesztői előszóban.



E minden értelemben színes, értékes sporttörténeti kiadvány tudományos igényességgel, de közérthetően, változatosan, számtalan fényképet és írásos dokumentumot közreadva, 335 oldalon keresztül ad hű képet a korról. A Debreceni Egyetem és a város történetét és sportmúltját, jelenét is bemutató reprezentatív könyv-album izgalmas, a sportot, a történelmet, annak kultúrtörténeti háttérét is bemutató olvasmány.

E könyv mintapéldánya lehet más magyar sporttörténeti munkáknak, nemcsak, mint kutatási alapküldetés, hanem mint élvezetesen megírt, népszerűsítő szakkönyv is.

Ezen túl e színes kiadvány szervesen illeszkedik a Debreceni Egyetem többéves múltra visszatekintő sportprojektjéhez és reményeink szerint a jövő diák-sága egyszer tankönyvként is forgathatja a labdarúgás elmélete és gyakorlata, vagy a sporttörténet tárgyak keretében.

# Esélyegyenlőtlenség a sportvezetésben és a sportdiplomáciában

**Trenka Magdolna**

Trenka Ügyvédi Iroda, Budapest

E-mail: atlantisz@freemail.hu

## Összefoglaló

A nők esélyegyenlősége nem valósul meg a különböző társadalmi alrendszerekben a vezetői tisztségek területén. A sportvezetésben és a sportdiplomáciában is kevés nő található. Nagy szükség lenne a nők számarányának növelésére ezekben a testületekben. E cél elérése különféle eszközökkel segíthető elő. Ezek közül a kvótarendszer és az azzal járó pozitív diszkrimináció bevezetésének, valamint a különbizottságok létrehozásának előnyeit és hátrányait tárgyalja a következő írás. A dolgozat célja egyúttal egy dialógus elindítása ebben a témakörben. A szerző álláspontja szerint a nők esélyegyenlőségének növelése a sport minden szereplője számára kedvező következménnyel járhat.

**Kulcsszavak:** kvóták, pozitív diszkrimináció, különbizottságok

## Bevezetés

A nők esélyegyenlősége a magasabb vezetői posztok elérésére eltérő mértékben és módon valósul meg a társadalmi élet különböző szféráiban, de esélyeik szinte egyetlen területen sem azonosak a férfiakéval. A köznapi tapasztalat alapján is szembeötlő, hogy a modern sportban, mint társadalmi alrendszerben az „erősebb nem” dominanciája általában fokozottabban érvényesül, mint más szektorokban. Igaz ugyan, hogy az utóbbi évtizedekben a hölgyek a sport jó néhány területét meghódították, de még így is jó pár terület maradt, ahol nem találnak szíves fogadtatásra (edzői munka, versenybírói tevékenység, újságírás stb.). Esélyeik talán sportvezetői vagy sportdiplomáciai státusz megszerzésére a legszerényebbek. Ezt a megállapítást mind nemzetközi, mind hazai szinten számtalan adattal lehet alátámasztani. A magyar helyzet illesztrálására elegendő rákattintani például a MOB honlapjára, és megnézni az elnökség, valamint a bizottságok vezetői és tagjai közt a nők arányát.

Számos munka foglalkozik a nők részvételével gazdasági, politikai és kulturális vezető testületekben. A sport nézőpontjából is többen érintették ezt a problémakört. A téma egyik kiváló kutatója, Talbot (2000) így fogalmazott: „A férfiak és a nők között a legszembetűnőbb különbség a sportszervezetek, a sportigazgatás és a sportesemények irányításában látható. Ezekben a területeken férfiak vannak a vezető beosztásokban, férfiaké a felelősség, a döntési hatáskör. Kivéve néhány tradicionálisan női sportágat, mint például a szinkronúszás.” (Talbot, 2000, 112.). Egy apró megjegyzés ehhez: Magyarországon még a Szinkronúszó Szövetség elnöke is férfi!

A nők sportdiplomáciában és sportvezetésben elfoglalt helyével kapcsolatban viszonylag kevesebb tudományosan megalapozott tanulmány született. A problémakör feltárása még mindig sok értetlenséggel, meg nem értéssel találkozik, gyakran épp a nők részéről. Az ebben a témában kezdeményezett kutatást, sőt még a dialógust is, időnként körüllengi egyfajta nyílt

vagy rejtett elutasítás. Különösen, ha a kíváncsi kutató maga is nő. A cikk szerzőjét sokan óvták a témától, interjúalanyai furcsállták kérdéseit. Még az is előfordult, hogy „lefeministázták”, érthetetlen módon egy könyvtárban. A MOB egyik vezetője pedig azzal hártotta el a kérdést, hogy szerinte az ő házuk táján minden rendben van, kivéve, hogy nincs is elég alkalmas és ambiciózus jelölt a nők között. Ezzel szemben az idevágó statisztikák egyértelműen jelzik, hogy bőven lenne tennivaló ezen a téren.

A cikk célja, hogy bemutasson néhány olyan eszközt, amelyek segítségével a nők számaránya a sportban is hatékonyan növelhető a döntéshozó testületekben. A dolgozat a kvótarendszert és azzal összefüggésben pozitív diszkriminációt, illetve az úgynevezett különbizottságok problémáit tárgyalja, valamint e módszerek bevezetésének előnyeit és esetleges hátrányait.

## Módszerek

Az ismertetésre kerülő információk megszerzéséhez forráselemzést és a mélyinterjú módszerét használtuk. Áttekintettük a női esélyegyenlőségre vonatkozó alapvető nemzetközi jogszabályokat és jogi szempontból elemeztük, hogy mely tényezők nehezítik a nők vezetővé válását. Talbot felhívja a figyelmet arra, hogy a sporttal kapcsolatos irányelvek megválasztásakor a nemek közti esélyegyenlőtlenségre gyakran nincsenek figyelemmel (Talbot, 2000). Ezért külön figyelemmel kísértük az egyéb, normának nem tekinthető ajánlásokat, útmutatásokat, irányelveket is.

Mélyinterjút férfi sportvezetőkkel (N=4) és egy sikeres volt élsportolónővel készítettünk.

## Eredmények

### *Kvótarendszer/pozitív diszkrimináció*

A nők jogait, lehetőségeiket és esélyeiket tekintve, talán az egész világon a legnagyobb társadalmi kisebbséget alkotják, noha számarányuk szerint többségben vannak. A társadalmi kisebbségben lévő csoportok esélyegyenlőtlenségének csökkentésére jó néhány demokratikus országban évtizedek óta alkalmaznak a kvótarendszert. Ennek lényege, hogy nem bízzák a véletlenre, hogyan alakul a nemek megoszlása a döntést hozó testületekben, hanem, a nőkkel szemben pozitív diszkriminációt alkalmazva, jogilag szabályozzák, kötelezően előírják a férfi-nő arányt.

A sportszervezetekben a döntéshozók jobbára férfiak, akik a további posztokra inkább saját maguk közül jelölnek, mintsem nőket. Talbot (2000) felfigyelt arra, hogy nemzetközi sporttestületekben vezető beosztásokat betöltő férfiak általában férfiak által dominált nemzeti szervezetekből kerülnek ki. Ezt a strukturális akadályt, nemzetközi kezdeményezésre, néhány év óta a sportban is szélesebb körben próbálják kvótarendszerrel felszámolni.

A sportszervezetekben vezető pozícióban lévő nők a kvóták bevezetését szükséges rossznak tartják. Például Elizabeth Ferris (2000), a Világ Olimpikonok Egyesület volt alelnöke, a NOB „Nők és Sport” elnevezéssel rendezett II. Világkonferenciáján, „Are Quotas the Way Forward?” címmel tartott előadásában kifejtette, hogy



a nők száz éve sportolónaként kapcsolódtak be az olimpiai mozgalomba. Azóta mind a sportolónői létszám, mind a nők által gyakorolt sportágak köre jelentős és folyamatos emelkedést mutat, ugyanakkor sem a sportigazgatásban, sem a sportvezetésben, sem az edzői foglalkozásban nem tapasztalható hasonló fejlődés, noha a lehetőség adott. A szabályozás a nők számára kapukat nyitott, ennek ellenére igen kevés női vezető van a világ sportjában. Ferris felhívta a figyelmet arra, hogy a nők státuszát erősen determinálja társadalmi, gazdasági, kulturális és politikai környezetük, amely sokszor gátló tényezőként jelentkezik.

A női sportvezetők a kvóták ellen is felsorolnak érveket. Tudatában vannak annak, hogy a nők arányát megszabó kvóta az esélyegyenlőség jegyében született, egyúttal azonban diszkrimináció a férfiakkal szemben. Ezért egyfelől igazságtalan, másrészt sajnálatos módon elkerülhetetlen intézkedés. A valódi probléma nem önmagában a kvóta, hanem az a körülmény, hogy alkalmazása nélkül változatlan a férfiuralom. Ezért a kvótát, ellentmondásai ellenére, a tartósan diszkriminációt elszenvedett női nem múltbeli sérelmeit reparálandó intézményként érdemes kezelni. Hosszabb távon a kvótarendszer alkalmazása a nemek közötti esélyegyenlőség megvalósításához vezethet (Ferris, 2000).

A kvótarendszert a hölgyek azért sem mindig támogatják, mert úgy vélik, hogy megalázó helyzetbe hozhatja a tehetséges nőket. Ezt az érzést erősítik bennünk azok a férfiak, akik úgy tekintenek a kvótával elnyert tisztséget viselő nőkre, mint „selejtekre”, feltételezve, hogy maguk erejéből nem érték volna el az adott pozíciót. Természetesen előfordulhat, hogy kvóták segítségével nem a legalkalmasabb személy kerül be valamely testületbe, valamely tisztségbe. Ezt valóban nem lehet kizárni. Másfelől a gyakran észlelhető lobbizással sem mindig a legalkalmasabb ember jut magas pozícióhoz. Ezért, ha szembeállítjuk a kvótarendszert a láthatatlan hálónon keresztüli lobbizással, ahol a sportvilágban a férfiak rendszerint előnyt élveznek, akkor az előbbi még mindig tisztább módszer, mert nyíltan alkalmazott, nevesített eljárás.

Ha elfogadjuk a kvótarendszert, akkor felvetődik a kérdés, hogy a vezető testületekben mennyi a férfiak és a nők ideális aránya. A kvótarendszer mellett voksolók számára is vitatott, hogy a nők milyen arányú kötelező részvételét kívánatos megszabni a döntéshozó szervezetekben és egyéb testületekben. Ezzel összefüggésben „kritikus tömeg” alatt azt értik, hogy egy-egy grémiumban minimálisan 30-33%-ban kell meghatározni a támogató kisebbség arányait ahhoz, hogy érdekeit érdemben érvényesíteni tudja.

A NOB 2000-ben ajánlásában fogalmazta meg azt az elvárást, hogy tagszervezetei döntéshozó testületeiben 2000. december 31-ig 10%-os, 2005. december 31-ig pedig 20% legyen a női részvétel. Ezután sok nemzeti olimpiai bizottságban, így a MOB-ban is történt némi előrelépés, de az elvárt arányok, az ajánlásban megfogalmazott arányok még a NOB testületeiben sem alakultak ki.

Léteznek olyan mozgalmak, elsősorban Észak-Amerikában és Nyugat-Európában, amelyek kizárólag az úgynevezett paritásos demokráciát tartják helyes rendszernek, és azt követelik, hogy a döntéshozatalban a férfi-nő arány érje el az 50-50%-ot. Erre, belátható időn belül, csupán néhány, jelentős demokratikus hagyományokkal rendelkező, jóléti államban van esély (USA, Kanada, skandináv államok).

Úgy tűnik, hogy Magyarországon nem a számarányok jelentik a legnagyobb gondot; nálunk ezen a téren rosszabb a helyzet, mint például az Európai Unió tagországainak többségében. A 2009-ben befejezett, „Nők a közéletben” című kutatás összefoglaló megállapítása leszögezi: „A rendszerváltás előtti időkhöz képest csökkent a nők politikai-közéleti részvétele Magyarországon. Az 1990 után kiteljesedő demokráciától elvárható lett volna, hogy sokkal inkább számít a nők aktív közéleti részvételére, mint ahogy az valóban bekövetkezett. Sőt, ezzel ellentétes folyamatnak lehetünk tanúi: nemhogy pozitív fordulat nem történt, hanem vagy stagnál, vagy csökken a nők aránya a különböző döntéshozó testületekben” (Palasik, 2010).

Lehoczkyné Kollonay Csilla (1998) azt jelezte, hogy a nőkkel szembeni társadalmi és jogi megkülönböztetés nyugatról keletre és északról délre folyamatosan növekszik. Ennek alapvetően társadalmi, kulturális és vallási alapjai vannak, de nagy hatással van a gazdasági és a jogi fejlettség is a diszkriminációra.

Nagy Beáta (1993) adatai is azt sugallják, hogy romlott a helyzet Magyarországon a korábbi évtizedekhez képest. Szerinte a nők vezetői pozícióba kerülése az 1970-es és 1980-as években volt társadalmilag a legelfogadottabb. Olyannyira, hogy a nyolcvanas évek közepén a magyar nők karrier esélyei lényegesen jobbak voltak, mint például Ausztriában.

Az 1989-1990-es politikai rendszerváltás után általában egyfajta visszarendeződés tapasztalható a nők karrierlehetőségeinek terén, és nincs ez másképpen a sportban sem. A rendszerváltás előtt sem találhattunk túl sok női edzőt, sportvezetőt és sportdiplomatát, manapság még kevesebben vannak. Tradicionális nemi szerepekhez szocializálódtunk társadalomban élünk, ahol a biológiai nemekhez fűződő, idejétmúlt társadalmi elvárások csak a paternalista politikai, munkahelyi és más intézményi rendszerek lebomlásával változhatnak. Ezért lenne rendkívül fontos, hogy az intézmények és szervezetek a sportban is minél több női vezető részvételével működjenek. Úgy tűnik, ez a kvótarendszer bevezetése nélkül nem megy. E nélkül a sportvezetésben és a sportdiplomáciában itthon sem várhatjuk a hölgyek jelentős előretörését. A nőkre vonatkozó kvóta arányának, álláspontunk szerint, el kellene érnie a 33%-ot. Vannak ennél alacsonyabb és magasabb kvótát megjelölő normák, de az alacsonyabb arány nem vezet érdemi eredményre, magasabb arányú női részvételt a döntéshozatalban pedig egyelőre irreális lenne elvárni.

Gyakran előfordul, hogy a kvóták csak a papíron léteznek, a valóságban nem. Ezért a kvóták elrendelése mellett szükségesnek látszik normatív, időbeli korlátozást állítani, az „életéig tartó” tisztségviselés megakadályozására. A sportszervezetek többsége ugyanis feudális módon működik, tág lehetőséget ad a már pozícióban lévő férfivezetők bebetonozására. A sportszervezetekben a tisztségek (döntően férfi) betöltői szinte a sűrű, de legalábbis a nyugdíjig magukénak tekintik pozíciójukat. Néhány éve a NOB-ban végre életkori korlátokat szabtak a tagságnak, viszont sem a NOB-ban, sem a MOB-ban nem találtunk olyan normát, amely két vagy három ciklus után tiltaná az újraválasztást, illetve az újraválasztás lehetőségét különböző tisztségekre.

A sportvezető nők belülről (fel)ismerik ezt a jelenséget és látják kedvezőtlen hatását. „.... a férfiak olyan régen ott vannak, hogy nem kívánnak elmenni.” „.... nem engednek be új embereket...” fogalmazta meg a probléma lényegét például Talbot (2000.) Azt is észlelik,

hogya a nők érdekérvényesítő képessége és lehetősége messze elmarad a férfiakétól, a láthatatlan érdekérvényesítő eljárások és hálózatok miatt. A nők, mint a legnagyobb számú kisebbség, a kisebbségi lét valamennyi hátrányával és nehézségével szembesülnek nap mint nap a sport számos területén, de a legtöbb előítéletet akkor tapasztalják, amikor sportdiplomáciai és sportvezetői státuszokat próbálnak megszerezni.

### Női különbizottságok

A nők esélyegyenlőtlenségének csökkentését elősegítendő, a sportban is, különösen a sportdiplomáciában, bevett gyakorlat a női bizottságok működtetése. Például, mind a NOB-ban, mind a MOB-ban az esélyegyenlőség megvalósulását látják benne.

Sokan károsnak tartják a női különbizottságokat a sportban és a sporton kívül egyaránt. Azzal érvelnek, hogy a nők elkülönítése bizottságokba ambivalens jelenség. Egyfelől alkalmas lehet a nők érvényesülésének elősegítésére abban a grémiumban, melyben az adott női csoport működik, másfelől a bizottság pusztán léte erre önmagában nem garancia. Az érdekérvényesítés csak akkor lehetséges, ha a különbizottságoknak kellő súlyú hatáskört és feladatkört biztosítanak, és nem „söhivatalnak” tekintik őket. Hatáskörök telepítéséről viszont gyakran megfélemlenek a női különbizottságokat életre hívó szervezetek. Érdemi hatáskör hiányában a női különbizottságokban hagyományt ápolnak, karitatív munkát végeznek és gyakran még a nők sportját érintő kérdésekben is óvakodnak beleszólni a „férfiak dolgába”.

Azt a lehetőséget, hogy egymásért lobbizzanak, általában elszalasztják a nők. A bizottsági tagok gyakran nem képesek, vagy nem akarnak nőtársaikért síkra szállni. Kutatási tapasztalataink arra utalnak, hogy a csúcsvezetői szintre jutott nők közül jó néhányan nem törődnek más hölgyekkel, nem gondolnak támogatásukra, sokszor pedig féltékenyek rájuk. Ez a jelenség férfiak közt ritkábban figyelhető meg.

A MOB Nőbizottságának vezetője igen óvatosan fogalmazott a vele készített mélyinterjú során, amikor bizottságának hatásköri kérdései felől érdeklődtem. A dokumentumok elemzése alapján azonban úgy tűnik, hogy ennek a bizottságnak sincs valódi hatásköre a magyar olimpiai mozgalom egészét tekintve, illetőleg valódi lehetőségei igen csekélyek. Ehhez a kérdéskörhöz egy jelzésértékű észrevételt teszünk: Ez idáig egyetlen MOB elnökválasztáson sem merült fel egyetlen női kandidáló neve sem.

Kutatásunk során olyan nézetekkel is találkozunk, melyek szerint a különbizottságok léte szegregálja a nőket, előítéletesen alsóbbrendűségüket tétélezi fel, valamint alkalmatlanságukat arra, hogy koedukált bizottságokban vezető szerepet tölthessenek be. A különbizottságok létezése megtévesztheti a bennük tevékenykedő nőket is, miután azt hihetik, hogy fontos feladatokat kaptak, holott legtöbbször csak látszattevékenységre alakították ezeket a bizottságokat.

A hasonló neműek zárt együttműködése csaknem lehetlenné teszi a másik nem szempontjainak érvényesülését. Sokkal inkább szellemi stagnálásra, esetenként regresszióra vezethet. A nemi alapon szervezett bizottságok a nők számára elzárják a párbeszéd lehetőségét annak a testületnek más egységeivel, amelynek részeként működnek. Fennáll a veszélye annak is, hogy a nemi alapú szegregáció, tudat alatt, magukban a nőkben is másodrendűség érzést eredményez.

### Következtetések

A sportban, mint társadalmi alrendszerben, azon belül a sportvezetésben és a sportdiplomáciában igen kevés nő van vezető pozícióban. A legutóbbi évtizedben, nemzetközi kezdeményezésre, történt ugyan némi elmozdulás, a sportszervezetek irányító testületeit azonban még mindig, néhány demokratikus jóléti államot leszámítva, lényegében férfiak foglalják el. A vezető státuszú nők hiánya a döntést hozó szervezetekben általában visszahat a nők sportbéli lehetőségeire. Az a tény, hogy más társadalmi alrendszerekben is hiány van vezető beosztású nőkből, kedvezőtlenül hat a nők karrierlehetőségeire a sportban, de itt súlyosabb a helyzet. Rendkívül nagy előítéletekkel kell megküzdniük azoknak a hölgyeknek, akik sportvezetői karriert kívánnak befutni. A sport még mindig „macho” világ és a patriarchátus még nehezebben tudja elfogadni, hogy nők töltsenek be csúcsvezetői pozíciót, mint több más társadalmi alrendszerben, például az oktatásban, kultúrában, egészségügyben. E helyzet megváltoztatásához intézményes segítségre van szüksége a nőknek.

Kutatási tapasztalataink azt sugallják, hogy a különbizottságok nem alkalmasak a női esélyegyenlőség növelésére. A kvótarendszer sem ideális megoldás, de úgy tűnik, bevezetése több pozitív hozadékkal járna, mint negatív következménnyel. A testületi/bizottsági vezetői posztok igazságosabb elosztása érdekében az a javaslat látszik racionálisnak, amely szerint a vezető tisztségek betöltése maximum két ciklusra (ha a ciklus négy évnél hosszabb, akkor egy ciklusra) szorítkozzon. Egy olyan norma elfogadása is célszerű lenne, mely a vezetői tisztséget egyik ciklusra nőnek, másikat férfinak biztosítaná.

Közel száz év telt el, mire a NOB-ban, illetve a MOB-ban nők is szerepet kaptak döntést hozó testületekben. Értékelve a jogi normákban megjelenő lehetőségeket, feltehetőleg nem kell újabb száz évet várni arra, hogy érdemibb változásra kerüljön sor. Ugyanakkor a jelenlegi helyzet vázlatos áttekintése arra enged következtetni, hogy a sportvezetés és a sportdiplomácia kulcspozícióiban belátható időn belül alulreprezentált marad a női nem. Jelenleg ugyanis, Remarque híres könyvének címét (All Quiet on the Western Front/Minden csendes a nyugati fronton) szó szerint lefordítva azt állapíthatjuk meg, hogy all quiet on the ladies front, vagyis minden csendes a hölgyek frontján.

### Felhasznált irodalom

Ferris, E. (2000): Are Quotas the Way Forward? Second IOC World Conference on Women and Sport, Mach 6-8., Paris.

Lehoczkyné Kollonay Cs. (1998): Amerikai sikertörténet – európai változások: a női egyenjogúság a nemzetközi gyakorlatban. In Halmai G. (szerk): *A hátrányos megkülönböztetés tilalmától a pozitív diszkriminációig: a jog lehetőségei és korlátai*. AduPrint – IN-DOK, Budapest, 187-197.

Nagy B. (1993): Nők a vezetésben. *Szociológiai Szemle*, 3: 3-4. 147-166.

Palasik, M. (2010): Nők a közéletben. A projekt eredményeinek rövid összefoglalása. Politikatörténeti Alapítvány és Politikatörténeti Intézet. Retrived August 2, 2011.

from [http://www.polhist.hu/index.php?option=com\\_content&view=article&id=40&Itemid=45](http://www.polhist.hu/index.php?option=com_content&view=article&id=40&Itemid=45)

Talbot, M. (2000): Döntéshozatal a sportban. *ISM Értesítő* 11, 112 -114.



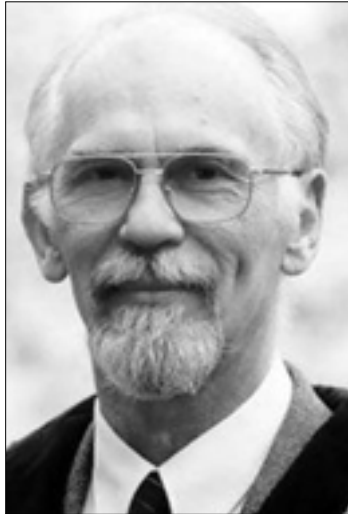
# Korszakzárás – Eötvös-díjjal

Összegző beszélgetés Dr. Tihanyi József professzorral

2011. június 29. szerdai napra esett. Ez a dátum meghatározó, sőt, korszakváltó a számtalan szakmai sikert aratott sporttudós, a magyar testkultúra elsősorú egyetemi vezetőjének, Tihanyi József professzornak karrierjében és természetesen magánemberként is fontos számára ez a nap. Mandátuma lejártával dékáni székét és nyakláncát ezen a napon adta át ünnepélyes külsőségek között a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar aulájában utódjának, Tóth Miklósnak.

Nem sokkal előtte – szimbolikusan is tekinthetjük az eseményt – a búcsút intő dékán rangos kitüntetését, az Eötvös József-díjat vehette át dr. Réthelyi Miklóstól, a Nemzeti Erőforrás Minisztérium miniszterétől és Hoffmann Rózsa oktatásért felelős államtitkár asszonytól június első vasárnapján, Pedagógus Nap alkalmából. Az Eötvös József-díjat azok a kiemelkedő munkát végző pedagógusok kaphatják, akik oktató-nevelő munkájukkal, egész életpályájukkal kifejezték elkötelezettségüket a pedagógushivatás mellett.

A népszerű professzor 1970-ben kitüntetéses oklevéllel szerzett középiskolai testnevelő tanári, majd 1973-ban szakadói diplomát a TF-en. Még ugyanabban az évben a Magyar Testnevelési Főiskola Atlétika Tanszékén kezdett dolgozni. 1980-1981-ben ösztöndíjasként a finnországi Jyväskylä Egyetemen biomechanikát tanult és ezen a területen kutatott. 1982-ben a biológia tudományok doktora lett. A Magyar Testnevelési Főiskola Kutatóintézetének Élettani Osztályán dolgozta a magasugrók egyénre szabott felkészülési programját az izmok rostösszetétele és mechanikai tulajdonságai alapján. 1987-ben került a Magyar Testnevelési Egyetem Biomechanika Tanszékére. Az 1993-ban benyújtott doktori programját az Országos Akkreditációs Bizottság akkreditálta, azóta részt vesz



a doktorképzésben. Nevéhez fűződik a humánkineziológiai szak és a humánkineziológiai laboratóriumi hálózat megalapítása. Az MTA doktora címet 2002-ben nyerte el.

Jelentős szerepet vállalt a Magyar Testnevelési Egyetem, majd a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar képzési szerkezetének átalakításában, valamint a Zágrábi Egyetem Kineziológiai Karának és a Tor Vergata Egyetem Sporttudományi Intézetének graduális és doktori programjának kialakításában. Az utóbbi két egyetemen vendégprofesszori kinevezést kapott. Két szakkönyve és egy CD-je jelent meg, továbbá hat tankönyvben és egyetemi jegyzetben írt fejezetet. 109 tanulmányt publikált nemzetközi tudományos folyóiratokban és más kiadványokban, amelyek kumulatív impakt faktora 46.5, független idézettsége 1005. Ötvenkilenc szakcikke jelent meg angol, német, spanyol vagy olasz nyelven. Irodalmi munkásságát huszonhárom ismeretterjesztő és publicisztikai cikk egészíti ki. Számos tekintélyes és elismert tudományos és szerkesztőbizottság tagja. Tudományos munkája mellett generációkat átölelő oktatósi tevékenysége szintén figyelemreméltó.

Széles körű szakmai munkássága mellett az egyetemi és kari közélet egyik legaktívabb tagja. 1991-1994 között a Magyar Testnevelési Egyetem tudományos rektorhelyettese, 1994-2000 között a Magyar Testnevelési Egyetem rektora, 2000-2003 között a Semmelweis Egyetem integrációs rektorhelyettese, 2007-től 2011. június 30-ig a Testnevelési és Sporttudományi Karának dékáni tisztségét töltötte be.

Tekintélyt parancsoló, egészen kivételes életművet mondhat magának a neves sporttudós már eddig is, amely – s ez benne a legörvendetesebb – távolról sem befejezett, hiszen még ma is alkotó ereje teljében lévő, energiákban dús, tervekben gazdag egyéniség. Az alábbiakban a közelmúltban vele készített interjút közöljük.



– A jogelőd Magyar Testnevelési Egyetemnek 1994-től 2000-ig volt a rektora, majd az integrációt követően, 2000-ben és 2001-ben a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karának dékánjaként, 2000-től 2003-ig az egyetem integrációs rektorhelyetteseként tevékenykedett. Végül 2007-től előbb a TF megbízott dékánja, később, 2011. július végéig, a kar dékánja volt. Professzor úr, saját megítélése és értékelése szerint miként összegezné az intézmény 1994-től kezdődő, 17 évet felölelő időszakát?

– A TF történetének utóbbi tizenhét éve beleillik abba a folyamatba, amely 1925-ben kezdődött, és amely 1975-ben egy minőségi ugrással folytatódott. Csak egy kicsit mozgalmasabb volt ez a periódus, hiszen 1990 óta a magyar felsőoktatás állandó átalakulásban van, ami még ma sem fejeződött be. A követelmények állandóan nőttek és nekünk nagy erőfeszítéseket kellett tenni, hogy egyetemi státuszunkat megtartsuk. Ami 1975-ben elegendő volt az egyetemi rangú főiskolai, majd 1985-ben a teljes egyetemi rang elnyeréséhez, az 1994-ben már csak főiskolai státuszhoz volt elegendő. Nagy kihívás volt ez a TF számára. Visszatekintve úgy tűnik, hogy ez a feladat volt számomra a legvonzóbb a rektori poszt megpályázásában 1994-ben. Szerettem volna folytatni azt a munkát, amit elődeim, dr. Koltai Jenő, Zalka András és dr. Istvánfi Csaba rektorként végeztek: nevezetesen, a kiváló főiskolából kiváló egyetemet csinálni. Nem volt egyszerű feladat, hiszen a „főiskolai” gondolkodásmód még mindig megrögzülve élt az oktatókban és nehezen fogadták el, hogy a kiválóság a sportszakmában önmagában nem elegendő, az egyetemen az oktatás és kutatás elválaszthatatlan testvérek. Az ország gazdasági helyzete sem biztosított szilárd alapot a fejlődéshez. Megszorítások és elvonások mellett kellett a változtatásokat megtenni (új szakok beindítása, a doktori iskola akkreditációjának megszerzése, kreditrendszerre történő átállás és az egyetemi integráció). Küzdelmes évek voltak. Küzdelem a TF-en belül, küzdelem a fokozódó követelmények teljesítésért, a pénzügyi egyensúly fenntartásáért. Végül is sikerült a problémák megoldása és a fő cél elérése. Amikor 1991-ben tudományos rektorhelyettes lettem, az oktatóknak és kutatóknak csupán 18 százaléka rendelkezett tudományos fokozattal és csupán dr. Nádori Lászlónak volt MTA doktori címe. Ma az oktatók 51 százalékanak van tudományos fokozata és hatnak MTA doktori címe, köztük hárman TF végzettségűek. Az önálló doktori (PhD) képzés jogát 1997-ben megszerztük és ezzel az egyetemi státuszunkat is megtartottuk. Szakjaink továbbra is a legnépszerűbbek a testkulturális képzési területen az országban és a hallgatói létszámunk a maximumon van. Pénzügyi egyensúlyunkat, többször elvesztve, visszaszerztük. Az egyetemi integráció nagy viharokat keltett, de ma talán már mindenki elfogadja, hogy a lehetőségek közül a lehető legjobb utat választottuk 2000-ben. A TF önálló egyetemi létének ma nincs realitása. El ne felejtsem, hogy ez a két évtized a komputerizáció időszaka volt. Az 1990-es évek elején alig néhányan használták a komputereket, ma már nem tudunk nélkülük élni. Ha összegezni akarnám a TF-en az elmúlt két évtizedben folyó munkát, akkor a legfőbb eredménye a sok küzdelemnek az volt, hogy megtartottuk hazai és nemzetközi elismertségünket egye-

temként, ami sokkal több minőségi változást jelentett, mint a TF történetének korábbi éveiben. Ez azonban elsősorban a szellemiekre és részben az infrastruktúrára vonatkozik. Létesítményeinkben a változás alig érzékelhető. Remélhetőleg a következő időszakban a hiányzó százmilliós beruházások megvalósulhatnak.

– Változatos életútja során keresztül-kasul bejárta az egész világot, valamennyi kontinenst érintve, szerény számítások szerint is több, mint harminc egyetemen gyarapította saját és mások tudását a kanadai Vancouvertól Párizson, Rómán, Sanghajon át, a finn Jyväskylä Egyetemig, vagy az ausztráliai Brisbane-ig. Emlékezte szerint melyeket tudja kiemelni, mint olyan alkalmakat, amikor a legtöbbet kapta ismeretei bővítéséhez, vagy éppenséggel valami egészen különleges tudományos élménnyel gazdagodott?

– Kutatói pályafutásomban a jyvaskylái Egyetemen eltöltött idő meghatározó volt. Ott találkoztam először a tudományos kutatás profizmusával, elmélyültségével, ott valahogy minden a tudományos problémák megoldása körül forgott, jobban mondván abban éltünk és minden mást az életünkben ehhez igazítottunk. Megváltozott a szemléletmódom, megtanultam a kritikát, ami először meglehetősen kegyetlennek tűnt. Nehéz volt a bírálatot elfogadni, annak lényegét megérteni és épülésemre felhasználni. Ott tanultam meg megvédeni érveimet a tudományos viták írott és íratlan szabályai szerint, és kutatási elképzeléseimet és eredményeimet megfelelően interpretálni. Természetesen minden tanulmányutamon és vendégkutatási meghívásaim során tanultam valami újat, megismerkedtem új módszerekkel és új felfogásokkal. Azt mondhatom: szerencsés ember vagyok, mert a szakmámban, a kutatási területemen a világ legkiválóbbjaival találkozhattam és tanulhattam tőlük.

– Vendégprofesszori tevékenységét 1991-ben kezdte, mégpedig Kuwaitban az ottani orvosi egyetemen. Számos helyen fordult meg ebben a minőségében is. Miként összegezné ilyen jellegű tapasztalatait? Melyek voltak előadóként a legkedvesebb témái, illetve tantárgyai?

– Mindig megtiszteltetésnek éreztem, amikor meghívtak előadónak egyetemekre, tudományos vagy szakmai konferenciákra. Igyekeztem a legjobb tudásomat adni, mert nemcsak magamat, de a TF-et és a hazámat is képviseltem. Mindig úgy éreztem, hogy magyarként nekem többet kell nyújtanom, mint más nemzetbelieknek. A legkedvesebb témám izomélettani és mechanikai kutatásaim eredményeinek alkalmazása volt az edzésben. E tekintetben is szerencsés voltam, mert életem egy meghatározó periódusában (1977-1985) edző és kutató is voltam egy időben. Magasugróim a laboromban végezték erősítő edzéseiket, ahol minden egyes gyakorlat végrehajtását elektromos eszközök ellenőrizték. Ebben az időszakban, talán nem nagyképűség ezt mondani, dolgoztam ki a robbanékonyerő-fejlesztés elméletét és módszereit. Talán nem véletlen, hogy akkori magasugró tanítványaim még ma is három korosztályos (felőtt, utánpótlás és ifjúsági) országos csúcsot tartanak. Ezeket a módszereket nemzetközi folyóiratokban közöltem és ennek alapján hívtak meg előadások tartására nagyon sok országba. Jó érzéssel tölt el, hogy azon kevesek közé tartozom a világon, akik a kutató-



si eredményeket sikerrel alkalmazták a gyakorlatban is. Kár, hogy ezeket az eredményeket itthon nem alkalmazták. Kivételt ez alól az általam nagyra becsült dr. Oros Ferenc képzett, aki vágtafutóinak erőedzését a laboromban megállapított adatok alapján tervezte. Talán ez is hozzájárult ahhoz, hogy az 1980-as években a magyar sprinterek a világ élvonalához tartoztak. Nem szoktam dicsekedni ezzel, de jó érzéssel tölt el, hogy a nagy Chicago Bulls kosárlabda csapat kondíció edzőjével e-mail kapcsolatban álltam évekig, tanácsokat kért a játékosok erőedzéséhez. Ugyanakkor tisztában vagyok azzal, hogy Michael Jordan és a csapat nem ettől játszott fenomenálisan.

A legszívesebben Olaszországba jártam előadást tartani. Nagy kihívás jelentett, mert a hallgatóság mindig nagyon aktív volt. Sokat kérdeztek, vitatkoztak és ez mindig feldobott. Emlékezetes az az előadásom, amelyet a Tor Vergata (Róma) Egyetemen tartottam egy római kori palotában, több mint ezer hallgató előtt. Mivel nem volt akkora terem, amelyben ezer ember elfért volna, öt nagy teremben foglaltak helyett a résztvevők, ahol kivétlenül keresztül hallgatták és nézték az előadást. Az előadás után záporoztak a kérdések. Este tudtam meg, hogy a négy külföldi előadó közül engem javasolt a hallgatóság az egyetem előadójának. Ettől kezdve rendszeresen hívtak meg kurzusokat tartani és a Tor Vergata Egyetem állandó vendégprofesszora lettem.

– Dékáni "búcsúfellépése" ürügyén már említettük az idén júniusban kapott magas kitüntetését, az Eötvös József-díjat. Pályája során – a teljesség igénye nélkül – megkapta a Hepp Ferenc díjat (1996), a Sportminisztériumtól a Kemény Ferenc díjat (1999), a Semmelweis Egyetemen a Kiváló PhD Oktató kitüntető címet, az Országos Tudományos Diákköri Tanácstól a Mestertanár Aranyérmét, s legutóbb a Zágrábi Egyetemen a Meritorius Professor kitüntető címet is (2009). Szívéhez melyik áll a legközelebb? Kérem, néhány szót szánjon PhD-tanítványaira és a doktori képzés tapasztalataira, hiszen ez az oktató tevékenység talán legigényesebb területe.

– Minden díj és kitüntetés, amit kaptam megtisztelő számomra, és néha úgy érzem, nem szolgáltam rájuk teljességgel. Valószínűleg azért van ez így, mert engem elsősorban a célok elérése izgatott, és amikor elértem az éppen aktuális célt, már újabb célok megvalósításán törtem a fejem. Nem sokáig, (ha egyáltalán) furdóztam sikereimben, de jó érzéssel töltött el, ha sikeresen oldottam meg egy-egy feladatot. A díjak, kitüntetések, mint olyanok, nem szerepeltek terveim, céljaim között. Az Eötvös-díj elnyerése is meglepett, de örömmel töltött el, hiszen egy évben csak négy pedagógus kaphatja meg. Egyébként úgy gondolom, munkám eredményének megítélése nem az én dolgom.

Az oktatás minden területe szép feladatokat állít a tanár elé. Az egyetemen azonban a doktorandusz-képzés jelenti a legmagasabb fokot, ahol a tanár a tudás mélységeiben és magaslataiban kalandozhat tanítványaival. Ebben a képzésben a hallgató partner, hiszen saját maga választotta a tanulást és kutatást speciális területét. Közösen gondolkodni, problémát felvetni és megoldani, vizsgálatokat végezni és cikket írni igazi szellemi élvezet. Büszke is vagyok tanítványaimra, akik közül sokan nemzetközi hírnévre tettek szert és már túl is szárnyalták mesterüket. Dr. Hortobágyi Tibor, akit én indítottam el a tudományos kutatás szép és rögs útján, mint tudományos diák-

körös hallgatót, az East Carolina Egyetem professzora és nemzetközileg elismert kutató, jelenleg a Groningeni Egyetem professzora. Vannak doktorandusz tanítványaim, akik a Slippery Rock Egyetemen, a Suez Canal Egyetemen, vagy a L'Aquila Egyetemen tanítanak. Magyar tanítványaim döntő többsége magyar egyetemeken kapott tanári állást. A magyar sporttudományi kongresszusok humánkineziológia szekciójában többségében ma már volt és jelenlegi tanítványaim mutatják be kutatási eredményeiket. Erre a tevékenységemre és tanítványaimra nagyon büszke vagyok.

– Sokoldalú tevékenységének köszönhetően kimerítő, mások esetében talán akár teljesnek mondható életmű előtt tiszteleghetünk. Teljességről vagy befejezettségről azonban távolról sincs szó, hiszen Ön szellemi és fizikai képességei teljes birtokában van, tudományos érdeklődése a jelek szerint változatlan, töretlen becsvágyának köszönhetően pedig még nyilván számos tudományos terv foglalkoztatja, – és szándékában is áll – kamatoztatni mindazt a tapasztalatot, amit intézményvezetőként szerzett a mögöttünk hagyott emberpróbáló években.

– Terveim megvalósításához, azt hiszem, egy emberi élet nem elegendő. Ezért jó, hogy vannak kiváló tanítványaim, akik tovább viszik álmaimat. Persze, még szeretnék sok álmat megvalósítani magam is. A tizenhat vezető pozícióban eltöltött év több dédelgett tervem megvalósítását lelassította, mondhatnám hibernálta. Most azonban eljött az idő, hogy legalább néhányat a sok közül megvalósítsak. Három-négy könyvre való ismeretanyag halmozódott fel bennem, amelyeket meg kell írnom: általános és sportbiomechanika tankönyv, az erőnlét diagnosztika és a mozgatórendszer biomechanikája. A legizgatóbb azonban számomra az erőfejlesztés biomechanikai és élettani alapjainak közzététele, amelyben a tudomány és a gyakorlat ötvöződik, és amely által az edzők szilárd talajon állva tervezhetik az egyes sportolók edzéseit.

Engem fiatal gyerekkorom óta izgat a jelenségek mögött húzódó törvényszerűségek megismerése és ez a kíváncsiság soha nem múlik el belőlem. Így nagyon sok olyan probléma van, amit tudományos módszerekkel szeretnék megoldani kollégáimmal és doktorandusz tanítványaimmal. Most éppen azon fáradozunk például, hogy a legmodernebb technológiát, a funkcionális mágneses rezonanciát használva, alapjaiban ismerjük meg, hogyan szerveződik mozgás az agyi mozgató központokban, vagy az izomláznak, ami az izom mikrosérülését takarja, milyen molekuláris okai vannak. Az utóbbi kutatáshoz úgynevezett nano technikát fogunk alkalmazni. Ha megismerjük e jelenségek mozgatórugóit, akkor továbblépünk és adaptáljuk eredményeinket az edzésben és a rehabilitációban. Nem folytatom, pedig van még sok, ami érdekelt és megoldásra vár. Ezekkel a kutatásokkal és oktatással szeretném szolgálni továbbra is alma materemet, amelynek nagyon sokat köszönhetek.

Természetesen vezetői tapasztalataimat mindig megosztom a TF vezetőivel, ha igényt tartanak rá. Negyvenöt évnyi oktatói és kutatói, ebből tizenhat évnyi vezetői tapasztalat tartalmaz kincsesláda. Ugyanakkor tisztában vagyok azzal, hogy az én nézőpontom, még ha hosszú évek tapasztalataim nyugszik is, csak egy a sok közül. De talán nem érdektelen.

– Olvasóink nevében is köszönjük tanulságos válasszait.

Gallov Rezső

## „Teremtsük meg a 21. századi TF-et!”

Interjú Tóth Miklóssal, a TF új dékánjával

Tagadhatatlan, az esemény jelentős, nem túl gyakorta megtörténő határkövet jelölt ki a TF életében, hiszen a híres intézmény aulájában – egyik hírportálunk a magyar testnevelés templomának nevezte – a vezetésváltás látványosan rendezett aktusa zajlott le. A dékáni „átadás-átvétel” szokatlanul erős érdeklődést váltott ki az ünnepivé varázsolt külsőségek közepette június 29-én. Csaknem teljességgel megteltek a széksorok, s mintha az emelkedett hangulatú kísérő műsor is az esemény lényegét igyekezett volna kiemelni. Egyfelől méltatni az előd, Tihanyi József nevéhez köthető évek összegzését, tanulságait, s természetesen, egyben kifejezni az elvégzett munkájáért járó megérdemelt elismerést, másfelől pedig megismerni az új dékán, Tóth Miklós professor terveit, az elkövetkezendő évek, a különleges jelentőségű, egyedi felsőfokú oktatási intézmény jövőjének, fejlesztésének fő irányait.

Tihanyi József tevékenységéről, eredményeiről és az elvégzett munka elemzéséről külön interjú készült. Itt nem taglaljuk a fent említett esemény protokollját sem, mert a legfontosabbnak az új dékán gondolatainak rögzítését tartjuk, jövőképét, amely nyilván meghatározó lesz a TF működésében. Mindenekelőtt azonban elengedhetetlen a tömör bemutatás, jöllehet hasonló kötelezettségnek tettünk eleget ezelőtt mintegy másfél évvel, amikor a Magyar Sporttudományi Társaság, az azóta elhunyt Frenkl Róbert professor helyébe Tóth Miklós személyében új elnököt választott.

Interjúalanyunk az egyetem (SOTE Általános Orvostudományi Kar, 1979-1986) elvégzését követően imponálóan gazdag szakmai-tudományos pályát produkált. Angolul és németül már fiatalon kiválóan beszélt: 1984-ben angol, 1986-ban német nyelven felsőfokú állami nyelvizsgát tett. 1987-1993 között kutatóorvos (SOTE Ér- és Szívsebészeti Klinika), közben vendégkutató volt a Heidelberg-i (Németország) és az Oulu-i Egyetem (Finnország) Gyógyszertani Intézetében. 1989-ben Heidelbergben Magna cum Laude minősítéssel német orvosdoktori címet szerzett.

1994 és 2005 között az 1. sz. Belgyógyászati Klinika orvosa, tudományos főmunkatárs volt, 1995-ben kandidátusi fokozatot szerzett. Ugyanebben az esztendőben közigazgatási alapvizsgát is tett. 1997-ben jeles eredménnyel tette le a belgyógyászati szakvizsgát. Folytatta a közigazgatási tanulmányokat is, s ezen a szakon szintén szakvizsgát tett 2001-ben. 2000 és 2002 között Széchenyi Professzori Ösztönijban részesült, s 2002-ben pedig megszerezte az MTA Doktora tudományos címet.

Az ezt követő időszakban, 2002-2007 között, a Gottsegen György Országos Kardiológiai Intézet osztályvezetője volt, 2003-ban habilitált az egyetemen, 2005-től főmunkatárs volt a Kardiológiai Tanszéken. Közben rektori tanácsadó, 2005-től igazgatóhelyettes a Szentágothai János Tudásközpontban, 2006-ban pedig az egyetem Technológiai Transzfer Irodájának igazgatója iett. 2007-ben a Kardiológiai Tanszék igazgatóhelyettese lett, majd tanszékvezető egyetemi tanár a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF) Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszékén.



2009-ben a Semmelweis Egyetem Tudományos és Innovációs rektorhelyettesének nevezték ki. 2009 decemberében a Magyar Sporttudományi Társaság közgyűlése a társaság elnökévé, 2011 áprilisában pedig a TF Kari Tanácsa dékánná választotta. Így lett ez év július elsejétől a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar, azaz a TF új dékánja. Mandátuma három évre szól. Új tisztségéről legelőször is ezt nyilatkozta: "A Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar dékánjának lenni azért jelentős kihívás, mert a dékán olyan szakterületet vezet, amelyben a Semmelweis Egyetem a magyar egyetemek és főiskolák között az első, jelesül: az egyetemi-főiskolai sportéletben és a sportszakember-képzés területén. Egyetemi szinten hazánkban ezen a karon képezzük a legtöbb edzőt, a testnevelő tanárok és a gyógytestnevelők döntő többségét. A kar tehát olyan társadalmi hatást tud gyakorolni a magyar sportéletre, és ezzel áttételesen az egészségügyre és a társadalom jövőjére, mint egyetlen más egyetem, egyetlen más kara sem az országban."



– *Beszélgetésünk kezdetén, még mielőtt a TF hosszabb távú jövőjét meghatározó főbb elképzelései felől érdeklődnénk, azt szeretnénk megtudni, miként képzeli-tervezi dékáni tevékenységének első három-négy hónapját?*

– A TF mechanizmusait, működését általánosságban eddig is ismertem, de más a megközelítés, amikor ennek a maga nemében egyedi intézménynek felelős, elsőszámú vezetőjeként kell végezni és végeztetni a szükséges tennivalókat – mondta el bevezetőként Tóth Miklós. Kiindulásként ehhez, hadd összegezzem, előbb általánosságban, melyek is az általam legfontosabbnak ítélt teendők a TF-en. A mai realitásoknak megfelelően mindenekelőtt többletforrásokat szükséges felkutatnunk. A képzési norma emelése érdekében az illetékes minisztériumhoz fordulunk. Élni próbálunk a pályázati lehetőségekkel – önállóan és konzorciumban is egyaránt. Lehetőségeket látok a kerületekkel történő együttműködés szorosabbá tételében, méghozzá minél előbb, s haszthatatlannak vélem a vállalkozói, piaci kapcsolatok közel jövőbeni kiépítését is.

Meggyőződésem, hogy sikeres tevékenységünk, az oktatás minőségének záloga a tanári kar védelme és minőségfejlesztése. Igyekszem részleteiben megismerni és feltérképezni a TFSE szakosztályi életét, mert határozott szándékom, hogy az előkelő hagyományokkal büszkélkedő intézményt az egyetemi sport példányértékű bázisává fejlesszük, fellendítsük a szakosztályi életet. Az egyesületi sportban tanulják meg ugyanis a hallgatók, mit és hogyan kell csinálni, mire kell figyelni a szakosztályi tevékenységben. Ez tehát a gyakorlati képzés egyik legfontosabb területe. Lényegesnek tartom a sporttudományi műhelyek területi létrehozását sportáganként, a tanszékek mellett. Meg kell teremteni a sportági tanszékeken is a tudományos előmenetel feltételeit, lehetőségeit.

– *Köszönjük a tömör, lényegre törő összefoglalást, s most tehát az első lépésekről.*

– Az eredeti kérdésre válaszolva, vázlatosan utalnék arra, mit is képzelek el az első három hónap sürgős tennivalói között, amelyek nyilvánvalóan széleskörű egyeztetési és helyzetelemzési munkát rónak ránk a közvetlen dékáni felügyelet alatt álló egységek munkatársaival, azután a tanszékek vezetőivel, munkatársaival, az egyes szakok szakvezetőivel és egyéb szervezeti egységek vezetőivel.

Nos, kissé konkrétabban fogalmazva: a képzési norma emeléséért sürgősen tárgyalásokat kezdeményezek a testnevelőképzést folytató valamennyi intézmény vezetőivel annak érdekében, hogy egységesen és egyszerre lépünk fel a döntéshozóknál. Olyan hatékony egységet és összefogást kell létrehozunk, amely egyszerűen kikerülhetetlen. A vállalkozókkal történő, remélhetően gyümölcsöző kapcsolatok haldék nélküli felvétele szintén sürgető, halasztást nem tűrő feladat, s ennek érdekében külön konferenciát szervezünk.

– *Mennyire változik a TFSE helyzete?*

– Az egyesületi együttműködés terén a TFSE, az OSC és az egyetem kapcsolatának áttekintése igen fontos, hiszen több szálon összefonódik a működésük. Kölcsönösen előnyös keretszerződés kidolgozása és bevezetése – a sportlétesítmények szabályozott használata például – kétségtől szükséges. A Kutató- és Kiváló (5+5) egyetemeken a sport megérdemelt és méltó támogatása, az üzleti modell létrehozása a hallgatók sportolásáért, átütő eredményt hozhat a diák-

sportban, márpedig ezzel az összes felsőoktatási hallgatói létszámnak hozzávetőlegesen hetvenöt-nyolcvan százaléka lefedhető. Itt még csak annyit, hogy a TF vezetésével, s partneri együttműködésben a Magyar Egyetemi-Főiskolai Sportszövetséggel szeretném az egyetemi sportot feléleszteni.

– *„A hazai gazdasági környezet és kormányzat kedvező lehetőségeket kínál a testnevelés és a sporttudomány fejlesztéséhez. A Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kara ma is az egyik legmagasabb szinten elismert és ismert intézménye a magyar sportkultúrának. Ki kell használnunk az említett lehetőségeket és a lehető leggyorsabban szükséges megtennünk azokat a fejlesztési lépéseket, amelyek a TF-et és a sportkultúrát társadalmunk egészében méltó helyre emelik.” – Ön, Dékán úr ezeknek a gondolatoknak a hangoztatásával vette át a hivatalát, s hozzátette: „Teremtsük meg a 21. századi TF-et!”. Végezetül tekintsük most át tehát az elképzeléseit az alábbi, Ön által megjelölt fő területeken: oktatás, kutatás, sport, infrastruktúra és intézményfejlesztés. Kezdjük az oktatással!*

– Az oktatás jövőbeni fejlesztésének fontos célja, hogy még többet adjunk a TF-en végző hallgatóknak, és közben az oktatás minőségét is megőrizzük, sőt növeljük. Meggyőződésem, hogy ésszerűbb gazdálkodással, meglévő erőforrásainkat jobban kihasználva még több értéket teremthetünk a testkultúra terén is. A következő területeken látok új lehetőségeket, előrebocsátva, hogy az új Felsőoktatási Törvény ezeket más dimenzióba helyezheti.

Általában úgy gondolom, hogy az oktatás gyakorlati jellegét erősíteni kell. A bolognai folyamatnak megfelelően kialakított kétszintű képzésünk első tapasztalatai alapján világosan látszik, hogy a képzések szakmai tartalmát a tapasztalatok alapján ismét át kell tekinteni. Stratégiaileg mindenképpen támogatom azt a vonalat, amely a tanárképzésben az egyszintű rendszer visszaállítását szorgalmazza. Fontosnak tartom a hallgatói körben tehetség gondozó program beindítását annak érdekében, hogy a legjobb végzős hallgatóinkat PhD-képzésen keresztül tartassuk itt. A felvételi eljárás kapcsán érdemesnek tartom az ország legjobb gimnáziumaival felvenni a kapcsolatot. Ennek lényege: karizmatikus TF-es tanárok által tartott bemutatkozások, melyek nyomán a hallgatói minőség jelentősen javulhat. Az edzőképzés terén a hazai és a nemzetközi szövetségekkel közösen kell áttekinteni a képzések európai harmonizálását. Korábbi szakmai munkánk és a legújabb nemzetközi tendenciák nyomán társadalmi fontosságú lehetőséget látok a „mozgásgyógyszer” szemlélet megjelenítésére az oktatásban. Két-három év távlatában ez új képzési formaként is megjelenhet a TF programjaiban.

Komoly versenylőnyt és kitörési pontot jelent a 21. században, ha egy egyetemi kar az oktatási tevékenységében kiemelten kezeli az idegen-nyelvű oktatást. A külföldi hallgatók képzéséhez elengedhetetlen a minőségi idegen-nyelvű oktatás, ami ebből az aspektusból nézve számottevő bevételi lehetőséget is jelent. Másrészt, magyar anyanyelvű hallgatóink képzésében is fontos szerepet játszik, mivel az idegen-nyelvű oktatás az idegen-nyelvű oktatást kiegészítve hozzásegítheti őket a sportszakmai nyelv színvonalas elsajátításához.

A világ vezető egyetemlein megjelenik a távoktatás valamilyen formája. A szélessávú internet elterjedésével és az informatikai kultúra robbanásszerű terjedé-

sével számolnunk kell. A mostani fiatal generáció – leendő hallgatóink – igényli az elektronikus oktatási anyagokat, valamint azok elérhetőségét az interneten, és a multimédiás eszközök használatát az oktatásban. Az alapképzésen kívül a továbbképzésben is eredményes lehet a távoktatás, ráadásul egyenlő esélyt biztosít az élethosszig való tanuláshoz mindenkinek számára.

– *A kutatások jövője?*

– A TF-en az elkövetkezendő években a meglévő kutatólaborok működése mellett stratégiai fontosságú a sportági tanszékek mellett működő kutatólaborok kialakítása. Testnevelőképző intézmények közül a TF méreténél fogva az egyetlen olyan hely, ahol ilyen tudományos műhelyek költséghatékonyan működtethetők. Ezen túl az itt folyó munka lehet a válasz arra a problémára, hogy a Semmelweis Egyetemen a sportági szakemberek tudományos előmenetele (habilitáció, egyetemi tanári cím) nem megoldott.

A kutatómunka fejlesztése azért is fontos, mert az egyetemi költségvetés karokra lebontott hányada egyre inkább a kar kutatási erejének megfelelően lesz szétosztva. Ezért versenyben állunk az egyetem más karaival. Jó esélyt látok megfelelő kutatási stratégia esetén arra, hogy az ÁOK mögött a TF akár már 2011-ben megszerezze a 2. helyet, ezzel is segítve a Kar költségvetését. A TF-en jól képviselt természettudományi kutatások és a kiépítésre kerülő sportági kutatólaborok mellett fontosnak tartom a sport társadalmi szerepének folyamatos bizonyítását tudományos értékű adatokkal. A TF-en folyó kutatási programokat össze kívánom hangolni a Magyar Sporttudományi Társaság stratégiai programjaival („mozgásgyógyász” program, a mozgás gazdasági és társadalmi jelentősége, sporttudományi füzetek kiadása stb.).

– *A sport – az élsport?*

– A TF az elmélet és a gyakorlat együttes művelését hirdeti. Éppen ezért nem csak oktatni, illetve kutatni szeretnénk a sportot, hanem művelni is. Kell az élsport, de a TF feladata megmutatni az utat, hogy a sporthoz a társadalom minden rétege hozzáférjen. Erre két aspektusból tekintünk. A sportot szakmaként választók számára fontos, hogy minél előbb bevonjuk őket a sportéletbe. Már ma is együttműködünk a Diana utcai 12 osztályos iskolával, ezt célszerű volna kiterjeszteni és kiegészíteni egy TF-es belső életpálya-programmal.

A „Life Long Learning” megközelítéséhez hasonlóan az „élethosszig tartó sportolás”, a rendszeres fizikai aktivitás egész életünk során olyan program, amit a TF a zászlajára tűzhet, és országos szinten terjeszthet. Míg a sport-életpálya program sportolók számára indul, az élethosszig tartó sportolás lehetősége a társadalom minden rétege számára nyitott. A TF módszertani segítséget tud nyújtani mindenkinek számára a fizikai aktivitásba való bekapcsolódáshoz kortól, társadalmi helyzetétől, lakóhelytől függetlenül. Külön programok indulhatnak a gyermekkori sport, a diáksport fellendítésére, az egyetemi és munkahelyi sport újrafelfedezésére, valamint az idősek, illetve a hátrányos helyzetűek mozgásgazdag életmódjának biztosítására.

– *Néhány szót az infrastruktúráról?*

– A TF távlati fejlesztése során mindenképpen a nemzetközi versenyek lebonyolítására alkalmas sportlétesítmények létrehozását kell szem előtt tartani. Bár a jelen gazdasági helyzetben ez irreálisnak tűnik,

mégis úgy gondolom, hogy ha kellő következetességgel dolgozunk ezen, akkor elő lehet teremteni azokat a forrásokat, amelyekből sportlétesítményeink bővíthetők lesznek.

A TF múltjában ez a törekvés jól dokumentáltan tetten érhető. Az elkövetkezendő években kiemelt feladatunk a tervek megfelelő európai léptékű pozicionálása a hazai döntéshozói körben, megfelelő pályázati háttérrel támogatva. Az infrastruktúra-fejlesztés általában költséges, időigényes folyamat. Az intézményfejlesztés azonban többnyire csak szervezési, szervezeti innovációt igényel, azonban látványos eredményeket hoz.

– *Kapcsolat a társintézményekkel és ipari partnerekkel?*

– A TF a hazai képzési struktúrában nincs egyedül a testnevelés, a sporttudomány területén. A TF szorosabb együttműködést kell, hogy kiépítsen a többi képző intézménnyel, melynek következtében kompetitív hozzáállás helyett kooperatív viszony alakul ki. Az ipari kapcsolatok fejlesztése ugyanilyen fontos, akár közös innovációs projektek indítása miatt, akár a legújabb fejlesztések oktatásba, kutatásba integrálása miatt. Szükségesnek tartom egy folyamatosan bővülő céglista definiálását, és évente egy olyan rendezvény létrehozását, ahol lehetséges üzleti partnereink számára láttatjuk a TF-en folyó munka értékeit.

Mind az előző pontban tárgyalt kapcsolatok kiépítésével, mind egyéb módokon keresni kell a lehetőséget, hogy a TF által közvetített szemlélet terjedhessen, a TF társadalomformáló szerepe növekedjen. A sport – beleértve a testnevelést és a sporttudományt is – rendre, erkölcsre nevel, a család után meghatározója lehet a személyiségfejlődésnek. A társadalom formálását nyíltan zászlajára tűző TF presztízse automatikusan növekedni fog, a megnövelt presztízis viszont tovább erősítheti a társadalomformáló attitűdöt.

– *Sport- és egészségkultúránkat érintő társadalomfejlesztő elképzeléseit látva végül hadd kérdezzem meg Dékán urat, mint a hazai testkultúra új, első számú egyetemi vezetőjét, hogy egyrészt: mit tesz a saját egészsége, fittsége érdekében? Másrészt – ez bizonyára a nehezebb kérdés –, milyen elképzelései vannak egy fiatal, modern gondolkodású sportértelmiség ki-nevelésére, amely az utána következő generációkat tekintve képes lehet egy fittebb, egészségesebb és sportosabb társadalom, s egy fejlettebb, tisztább hazai sportkultúra megvalósítására?*

– Örülök, hogy a két kérdést összekapcsolta, hiszen az egyén és a társadalom egészsége, élete, szokásai, műveltsége, kultúrája szorosan összefügg. Édesapám volt az, aki életre szóló mintát adott a sokoldalú sportolásban és a mozgás szeretetében. Testnevelő tanárainkkal és edzőimmel is szerencsém volt. Sugárzó hivatásszeretetüknek és hozzáértésüknek köszönhetően igazi örömet találtam kosárlabdázásban, labdarúgásban, evezésben, sielésben, lovaglásban és a futásban. Mindebből mi maradt meg mostanra?... A menü bizony leszűkül: a lovaglás maradt az első számú szerelem. A lovaim a barátaim is, nem tehetem meg velük, hogy alapvető életszükségletüktől, a mozgástól megfoszom őket. A ló és az ember „párbeszéde” a ki-kapcsolódás és a testedzés olyan sajátos formája, amely mással nem pótolható. Télen pedig, amióta dolgozom, nem tudok lemondani a legalább egy-kéthetes sí-szabadságról, ami a sieléshez csatolt csodálatos „kulisszákkal” együtt képes teljesen feltölteni az em-



beri akkumulátort. A sportágak köre az utóbbi években egészült ki – sajnos csak ritka gyakorisággal – a könnyűbúvár-merüléssel, amely kézzelfogható közelségbe hozza a tenger gazdag, mesebeli színes világát, ráadásul: az egymásra utaltság környezetében a csoport tagjait a legszigorúbb egymás iránti felelősségtudatra neveli.

A második kérdésére válaszolva a kiindulási pont az, hogy világszerte növekvő gondot okoz a mozgásszegény életmód terjedése, aminek a következményei a mozgásszervi és egyéb elváltozások, betegségek. A megelőzésére és a gyógyítására a mozgás, a rendszeres sportolás az első számú válasz. Sportkultúránkat ennek a szemléletnek megfelelően kell továbbfejlesztenünk: a rendszeres testmozgás gyógyszer! Ennek a sportkultúrának változatlanul nélkülözhetetlen eleme a példamutatás, a közvetlen környezet (család, iskola, barátok, sportegyesület stb.) példaképei, és természetesen a profizzionista sport hatalmas, médiával támogatott vonzereje. A sportkultúra kiemelten meghatározó pillére a sportszakember-képzés: a jól képzett és hivatásukat szerető testnevelő tanárok, edzők, gyógytestnevelők, fitness oktatók és más sportszakemberek. A magyar sport szellemi központjának tartott intézmény dékánjaként ez érzem ennek a megbízatásnak az óriási felelősségét. Ebben az egész világot és a hazánkat is sújtó gazdasági helyzetben kell a patinás intézményben kreatív

és innovatív módon, a társintézmények számára is példamutatóan színvonalas sportszakember-képzést végeznünk. Minden eddiginél szorosabb összefogást és együttműködést tervezek mind az intézményen belül, mind pedig a társintézményeinkkel, valamint a korszerű testkultúra és az egészséges társadalom megteremtésében érdekelt más szervezetekkel, intézményekkel.

A magas szintű sportkultúra és sporteredményesség legfontosabb tényezője a megfelelő szervezeti és intézményi háttér. A társadalom arculatának átfőrdés, a mozgásgazdag, sportos életmód kialakítását csak egy korszerűen gondolkodó új sportértelmség lesz képes megvalósítani, azok az egyetemi-főiskolai sport, illetve a hazai sportélet közegéből kikerült fiatal közgazdászok, pedagógusok, mérnökök, orvosok, akik tanulmányaik alatt éveken keresztül átéltek a rendszeres sportolás örömeit, egészségük és fittségük fejlesztő hatását. Szerencsére, ezek az innovatív gondolkodású „sportos elmék” már az MSTT-ben is bontogatják szárnyaikat. Sport- és egészségkultúránk sorsa tehát elsősorban a jövő értelmiségén dől el, ezért kulcsfontosságú az egyetemi és főiskolai sport új alapokra helyezése. A TF ezen a téren példát szeretne mutatni. Az egyetemi-főiskolai sportkultúra fellendítéséhez, a szervezeti és létesítményfejlesztéshez a politikai elit és a döntéshozók akaratára szükséges. A dékán eszköze a meggyőzés.

**Gallov Rezső**

#### Magyar Sporttudományi Társaság

1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3. Tel/fax.: 06-1-460-6980, 06-30-991-0203, 06-30-579-3626

E-mail: [nora.bendiner@helka.iif.hu](mailto:nora.bendiner@helka.iif.hu), [bendinora@hotmail.com](mailto:bendinora@hotmail.com) Internet: [www.sporttudomany.hu](http://www.sporttudomany.hu)

### Fénymásolható! Terjeszthető!

## Belépési nyilatkozat

**Kijelentem, hogy a Magyar Sporttudományi Társaság tagja kívánok lenni, alapszabályát elfogadom, az éves tagdíjat befizetem.**

Név: ..... Szül. év:.....

Levelezési cím: .....

Telefon:..... Fax:.....

Mobil: ..... E-mail:.....

Munkahely:.....

Munkahelyi beosztás:.....

Fő tevékenysége: oktatás, kutatás, egyéb:.....

Tudományterülete: .....

Kutatási területe:.....

Tudományos fokozata:..... Megszerzés éve: .....

Legmagasabb iskolai végzettsége:.....

Nyelvismerete:.....

Melyik szakköztségre kíván belépni:.....

Kelt:.....

.....  
aláírás

**Tájékoztató!** Az aktív dolgozók tagdíja évente 2 000,- Ft., diákoknak és nyugdíjasoknak 1 000,- Ft. Az MSTT tagok részére a társaság szakmai folyóirata, a Magyar Sporttudományi Szemle térítésmentesen jár. A tagdíjat az MSTT sárga csekken vagy közvetlen átutalással a társaság 11705008-20450407 sz. bankszámlájára kérjük befizetni. Minden esetben kérjük a pontos hivatkozást a befizető nevére, postai címére és az évszámra, amelyre a tagdíjat befizeti.

# James S. Skinner professzor missziója

## A mozgás gyógyszer

Egy nagyszabású nemzetközi sporttudományi kongresszus – azon kívül, hogy a szokványos várakozásoknak megfelelően értékes tudományos nézetek, elméletek és kísérletek ismertetésének biztosít kulturált fórumot – még számos egyéb alkalmat és lehetőséget is tartogat. Érdekes-értékes emberek köthetnek egymással ismeretséget, barátságot, tárgyalhatják meg legizgalmasabb közös kutatási és egyéb témáikat, a kötelező programok mellett pedig jó hangulatban tölthetik el a szabadidőt. Az írott és elektronikus média számára könnyen elérhető és többnyire készséggel rendelkezésre is állnak.

Idén, a Nyugat-magyarországi Egyetem Apáczai Csere János Karán, Győrben rendezett VIII. Országos Sporttudományi Kongresszus igazán ismert, messziről jött vendégei között az egyik legszínesebb és egyben legsokoldalúbban képzett egyéniség kétséget kizáróan a tengerentúlról, az Amerikai Egyesült Államokból, a bloomingtoni híres Indiana Egyetemről érkezett kineziológus professzor, James S. Skinner volt. Elkötelezett, régi és őszinte híve a Magyar Sporttudományi Társaságnak. Ennek köszönhetően nem ez az első alkalom, hogy ellátogatott hazánkba, legfeljebb ezen belül Győrbe, igazi sportbarátnak, nem csupán tudományos nemzetközi kollégának tekinthető.

• • •

Bevezetőként egy hihetetlenül ellentmondásos, mindazonáltal egyöntetűen csodált bloomingtoni sporttársunkról váltottunk szót, Bobby Knight-ról, az Indiana Hoosiers kosárlabda együttesének fenomenális edzőjéről. Páratlan sikerek és példátlan botrányok tarkították pályáját. Az NCAA, az amerikai egyetemi bajnokság történetében mindössze három edző található, akik képesek voltak együttesükkel a tripla bajnoki cím elnyerésére. Ő az egyik, aki ráadásul a legtöbb győzelmet aratta. Nem mellékesen, 1984-ben, Los Angelesben a győztes hazai olimpiai válogatott edzője volt. Mindezzel párhuzamosan bűnlajstromán az alábbiak szerepeltek: székdobálás, bíróverés, játékosainak tetteles bántalmazása, levonulás nemzetközi mérkőzés közben. Végül huszonkilenc év után, 2000-ben, el kellett távolítani az egyetemről. Azóta nem követtem útját. Most itt, Győrben tudtam meg beszélgető partneremtől, aki nemcsak közlőre ismerte, de kifejezetten tanulmányozta is „médiáját” genetikai szempontok figyelembevételével, hogy elbocsátása után a Texas Tech Egyetem szerződtette, ahol per sze folytatódta a problémák. Végül 2008-ban vonult végérvényesen vissza az edzői tevékenységtől, és televíziós szakkomentátori feladatokat vállalt. Legutóbbi botránya saját birtoka közelében történt: Vadászat közben, szóváltást követően szomszédjára fogta a puskáját, el is sütötte, de szándékosan jócskán a célszemély fölé lőtt az égbe. Javíthatatlan.

- Gyakran beszélgettünk a kivételes képességek eredetéről, genetikai okairól, a tehetségek kezeléséről és fejlesztésükről – jegyezte meg Skinner professzor a visszaemlékezés során. A Bobby Knight távozását követő esztendőben a Gatorade Sports Science Institution ösztönzésére írtam egy hosszas tanulmányt, amely-

ben igyekeztem felhasználni nemcsak a legutóbbi kutatások eredményeit, de a közösen együtt töltött évek tapasztalatait is.

- *Ez a tanulmány, ha emlékezetem nem csal, kérdőjeles címmel jelent meg: A gének határozzák meg, ki lesz a bajnok?*

- Úgy van. A sportolók és az edzők roppant kíváncsiak arra, hogy miként lehetséges a gének ennyire meghatározó ereje-hatása. Az edzők kérdése lényegében ez: Vajon a sportoló genetikai háttere biztosíthat-e megbízható támpontot, hatékony segítségként alkalmazható-e a kiválasztásban, abban, hogy megtaláljuk és kiválasszuk a legjobb eséllyel versenyző kiválóságokat? A sportolókat természetesen közvetlenül az érdeklí, hogy örökölt genetikai adottságaik elősegítik, vagy inkább hátráltatják teljesítményüket, fejlődésüket.

- *Jól emlékszem, annak idején Széchy Tamás, számos olimpiai úszóbajok sajnós időközben elhunyt mestere, már tevékenysége kezdetén – ha nem is tudományos alapossággal, csupán ösztönösen érezve a genetikai örökségben rejlő lehetőségeket – tüzetesen vizsgálta ezt a kérdést és kikérdezte tehetségesnek ítélt versenyzőinek szüleit, olykor nagyszüleit is.*

- Tudom, hallottam róla, nagyon okosan tette. Megjegyzem, már a hetvenes évek kezdetén, csaknem félvszázaddal ezelőtt. Nyomban hozzá kell azonban tennem, hogy egy-egy fontosnak ítélt genetikai összefüggés egyfelől többnyire csak bizonyos testméretekben, illetve a test bizonyos részeiben mutatható ki, viszont – sportágaktól függően – számtalan egyéb tényező is szükségeltetik az igazán kiemelkedő teljesítményhez, például szellemi képességek és taktikai érzék. Önmagukban az örökölt tulajdonságok nem elegendők, nem szavatolják a kiemelkedő sikert. Másfelől szociális, nevelési és családi körülmények is erősen közrejátszhatnak a tehetség kibontakozásában, vagy éppen ellenkezőleg, egy-egy valóban kivételes tehetség elkallódásában.

- *Ha helyesen értelmezem eszmefuttatását, akkor a gének hatását és a környezet összefüggéseit lényegében három fontos faktor vizsgálata alapján határozhatjuk meg.*

- Így van. A genetikai típus meghatározhatja, befolyásolhatja egy-egy személy viszonyát a fizikai aktivitáshoz, ezzel összefüggésben a fittséghez és az egészségi állapothoz. Ismét hangsúlyozom, a környezet, s nem csak kifejezetten a mozgással kapcsolatos, hanem általánosságban a szociális környezet és az egyén életmódja is jelentős befolyásoló tényező. Hozzá kell fűznöm, sőt ki kell emelnem a három faktor kölcsönhatását. Evidens, hogy a fizikai aktivitás befolyásolja a fittséget, a fittség pedig az aktivitást. Hasonlóképpen: a fizikai aktivitás hatással van az egészségi állapotra és az egészségi állapot hat a fizikai aktivitásra. A fittség úgyszintén hat az egészségre és az egészség – értelemszerűen – a fittségi állapotra. Egy személy genetikai tulajdonságai közreműködnek ebben a kölcsönhatásban.

- *Most már világos, hogy genetikai vizsgálódásai miként vezették el Önt a mozgás és az egészséges élet-*



mód hallatlanul fontos témáihoz, és miként vált a mozgás tudományos profétájává. Mielőtt erre rátérnénk, arra kérném, hogy tömören foglalja össze a sport, a tehetség-kiválasztás és a terhelhetőség összefüggését a genetikával.

– A teljessé vált emberi géntérkép óriási távlatokat nyitott mindenekelőtt a gyógyításban. Új, soha eddig nem tapasztalt lendületet adott a kutatásoknak, amelyek mindazonáltal komoly veszélyeket rejtnek magukban a sportban is. Általános szabályként azt mondhatom, hogy a genetikai hatás általában erősebb a testet és annak szerkezeti összetevőit és jellemzőit illetően, mint a szervezet funkcionális komponensei területén, amelyek viszont edzéssel és más környezeti tényezőkkel befolyásolhatók. Jóllehet a genetikai háttér hat a sporttevékenységre, ez a háttér túlságosan bonyolult és komplex ahhoz, hogy a tudomány mai állása szerint teljességgel megismerjük és megértsük. A csodákat ígérő mágikus, mérnöki génmanipuláció nem realizálódhat, mert számos gén közreműködéséről és egymásra hatásáról van szó, amelyekről még nincs ismeretünk, nem beszélve a gének és a környezet kölcsönhatásairól.

– Tavalay, 2010 júniusában, Baltimore-ban, az Amerikai Sportorvos Társaság (ACSM, American College of Sports Medicine) 57. évi közgyűlését összekötötték „A mozgás gyógyszer” elnevezésű mozgalom első nemzetközi kongresszusával (World Congress for Exercise is Medicine), amelyen tekintélyes magyar küldöttség is részt vett. Ezen az eseményen az Ön által indított mozgalom nemzetközi jelleget öltött. Igaz, nem ez az aktus tekinthető a kezdetnek, hiszen a genetikával kapcsolatos tevékenysége, véleménye a mozgás hallatlan fontos szerepéről és egyben elkötelezettségéről ebben a kérdésben már korábban is ismert volt szakmai körökben.

– Valóban, egész szakmai életem összefonódott a mozgás szerepének tanulmányozásával. Már 1963-ban megbízást kaptam az Egyesült Államok washingtoni Egészségügyi Intézetében, a szívbetegségeket ellenőrző programban, mint konzulens a fizikai aktivitást érintő kérdésekben. Két évvel később a Washington Állami Egyetem Kardiológiai Intézetében végezhettem vizsgálatokat. A témával kapcsolatban kutattam és oktattam a továbbiakban is. Utam németországi Freiburg Egyetemről, a montreáli Egyetemen és a kanadai London Egyetemen át, az Arizona Egyetemig, majd az Indiana Egyetemig vezetett, ahol 1996 óta dolgozom kineziológusként. Régóta nyugtalanított, hogy a fizikai aktivitás hiánya egyre súlyosabb népességügyi problémákat idéz elő az Amerikai Egyesült Államokban. Annak ellenére, hogy ezt felismertük, hosszú ideig nem történt semmi. A felvilágosítás sürgető ügye 2007-ben érlelődött meg bennem és arra ösztökélt, hogy különböző szinteken és módon, de szervezett keretek között népszerűsítsem a mozgás szükségességét az életminőség javításában, az egészség megőrzésében és a betegségek megelőzésében. Segítettem összpontosítani az erőket annak érdekében, hogy a felismerés ne maradjon passzív, hanem a lakosság egészségéért felelős személyek, szervezetek és kormányok éljenek a lehetőséggel, és szakszerűen, felkészülten, valamint következetesen mozgósítsanak fizikai aktivitásra. Az Amerikai Sportorvos Társaság kezdeményezésére, az Amerikai Orvos Társasággal karöltve indítottuk el „A mozgás gyógyszer” programot, első lépésként csak az Egyesült Államokban, de



### Professzor emeritus James S. Skinner (Amerikai Egyesült Államok)

**Születési dátum:** 1936. szeptember 22.

**Oktatási intézménye:** Indiana University, Department of Kinesiology Bloomington, Indiana,

**Képzettsége, tudományos fokozatai:** Bachelor fokozat: Testnevelés, University of Illinois, 1958; Master fokozat: Testnevelés, University of Illinois, 1960; PhD fokozat: Testnevelés és fiziológia, University of Illinois, 1963.

**Beosztása:** Egyetemi docens, Indiana University, Department of Medical Sciences, 1996–1999; Egyetemi tanár, Indiana University, Department of Kinesiology, 1996–2006; Professzor emeritus, Indiana University, Department of Kinesiology, 2006-tól.

A kiváló tudós kilenc nemzeti és nemzetközi tudományos szervezet tagja. Csaknem mindegyikben időről-időre magas beosztásban tevékenykedett. A Nemzetközi Sporttudományi és Testnevelési Tanácsban (ICSSPE) 1992 és 2002 között először a Végrehajtó Bizottság tagja, majd a társaság pénztárnoka, alelnöke, illetve amerikai igazgatója volt. A szervezet 1996-ban kutatásaiért Philip Noël-Baker kitüntetésben részesítette. Öt könyvet írt, tudományos közleményeinek száma 288. E mellett 57 országban tartott előadást angolul, németül, franciául vagy spanyolul.

nyomban a kezdetek után láttuk, mennyire szükség van egy ilyen mozgalomra világszerte.

– *Úgy vélem, nemzetközi tájékozódása révén pontosan tudja, mennyire érzékeny téma ez nálunk, Magyarországon is.*

– Igen, hiszen hosszú idő óta nyomon követem a magyarországi fejleményeket, számos barátommal és kollégámmal tartok állandó kapcsolatot. Ha tájékozatlan lettem volna, akkor elegendő lett volna most, Győrben meghallgatni kiváló tudósuk, dr. Pavlik Gábor előadását.

– *Gyanítom, hogy a nemes szándékkal indított mozgalom kiszélesítése bármennyire is elismerésre méltó vállalkozás, meglehetősen sok időt, erőfeszítést és türelmet igényel, hiszen igen jelentős társadalmi, politikai, vallási és gazdasági különbségek vannak a Föld, vagy akárcsak az egyes kontinensek országai között.*

– Ez kétségtelenül igaz, de nem tarthat vissza bennünket. Először otthon, az USA-ban láttunk munkához. Az Egyesült Államok Orvos Társasága magáénak tekinti a programot és koordinálja azt az erőfeszítést,

hogy az egészségügyi hatóságok is magukénak tekintsék „A mozgás gyógyszer” mozgalmat. Jó úton járunk, és az említett tavalyi kongresszus óta nyitottunk a nagyvilágra is. Ez tényleg nem egyszerű. Első lépésként a szervezési és szervezeti körülmények széles változatosságával szembesültünk.

– Végezetül, röpké egy esztendő után, miként summázná az eddig megtett utat?

– Ami a nemzetközi szerkezetet illeti, a nemzeti sajátosságok miatt természetesen nem lehetett egységesen megszabott sablonokat követni. A sajátos körülményeket az illető ország elkötelezett szakemberei ismerik a legjobban, a fő elvek azonban azonosak. A koordináció alsó fokán a regionális, feljebb a kontinentális szervezeti egységeket fejlesztjük ki, akárcsak, mondjuk, a Nemzetközi Atlétikai Szövetség. Hadd illusztráljam a folyamatot néhány élő, már működésben lévő példával. Az ausztráliai és óceániai térség kontinentális központja Brisbane-ben épül ki folyamatosan. A hatalmas ázsiai térség rendhagyó, hiszen a világ legnépesebb országai találhatók itt, Kína és In-

dia. Mindkettő külön-külön, önálló irányítást követel, bár működik ázsiai székhelyként Szingapúr is. A közép-amerikai centrum Mexikóvárosban székel, a dél-amerikai Braziliában, az egyik regionális európai központ Németországban, a másik Lisszabonban.

– Magyarországi látogatásának és győri „fellépésének” volt-e ilyen jellegű célja is?

– Amerre járok a világban magától értetődően végzem a mozgalommal kapcsolatos tennivalókat is, akárcsak egy misszionárius, hiszen ez életem célja és értelme. Örömmel könyvelhettem el, hogy Dr. Tóth Miklóssal, a Nemzetközi Sporttudományi és Testnevelési Tanács végrehajtó testületébe tavaly beválasztott kollégával, a Magyar Sporttudományi Társaság elnökével – gondos előkészítés után – itt és most végérvényesen megállapodtunk Magyarország szerepvállalásában „A mozgás gyógyszer” mozgalomban. Hozzá kell tennem, ismerem a magyar viszonyokat. Nagy szükség lenne a mozgás által előidézhető sokrétű csodák hatásának Önöknél is. Remélem, így lesz.

**Gallov Rezső**

## A Magyar Torna Szövetség 125 éve Könyvismertető

A mögöttünk hagyott esztendőben rendkívüli jubileumot ünnepelt a Magyar Torna Szövetség, megalakulásának 125-ik évfordulóját. A nem mindennapos alkalomra pompásan illusztrált, remek könyvet adott ki a szövetség.

1885. június 28-án háromszázötven felnőtt és százharminc iskolai tanuló vonult fel Budapest utcáin katonazenekar kíséretében, így hívta fel a figyelmet az első igazán nagyszabású tornaünnepélyre. A tornatérén rendezett látványos bemutató keretében több tornaszeren egyszerre végeztek gyakorlatokat Keresztessy Sándor növendékei. Másnap, június 29-én alakult meg a Magyarországi Tornaegyletek Szövetsége, a MOTESZ – csupán négy évvel e nemzetközi szövetség alakulását követően - annak bizonyosságául is, hogy ez a nemes sportág már akkor igen fejlett szinten létezett hazánkban.

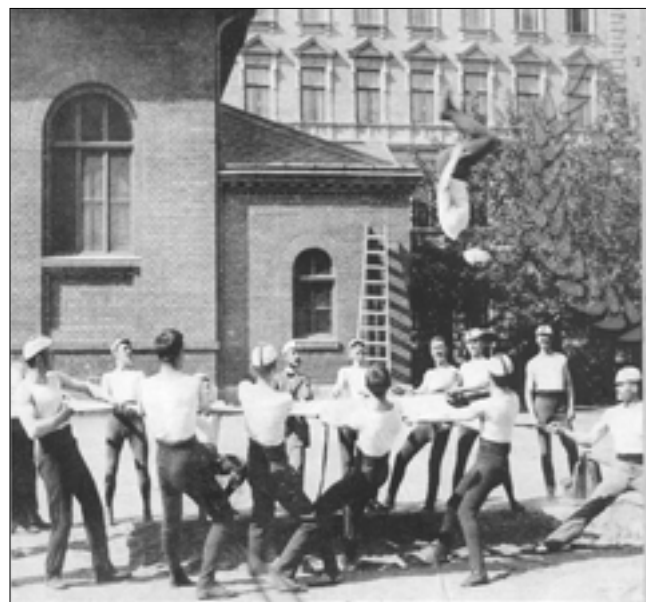
Visszatekintve a torna magyarországi múltjára, büszkén állíthatjuk, hogy – megérdemelten – kifejezetten nagyhatalomnak ismertek el bennünket Európa-szerte. A díszesen, gazdagon illusztrált könyv eredményes kutatómunkát feltételez, rengeteg eredeti dokumentum teszi hitelessé és érdekessé az anyagot.

A könyv, szinte mindenkinek és sok mindenkiről szól. A tornasport hét szakágáról. Ha az olvasó átlapozza az oldalakat, számos érdekesség, különlegesség és meglepetés éri. Sok, eddig egyáltalán, vagy csak kevéssé ismert részlet ismerhetünk meg, annál is inkább, mert a sportág állandó útkeresésen, fejlődésen ment keresztül, amíg eljuttott a tornászok hajdani, ma már megmosolyogtató kötelező kalapviselésétől a szertorna mai szemképráztató állapotáig.

A modern kort illetően megállapíthatjuk, hazánk az elmúlt évtizedek során szép számmal adott otthont a tornászvilág kiemelkedő nemzetközi eseményeinek. Házigazdája volt három sikeres világbajnokságnak, két-két tornász és aerobik Európa-bajnokságnak. Legkiválóbb versenyzőink 14 olimpiai, 10 világbajnoki és 12 Európa-bajnoki aranyérmert nyertek, a több tucat ezüst és bronzérméről nem is beszélve. Olyan neveket idéz, mint Pataki Ferenc, Magyar Zoltán, Sivadó János, Kovács Péter, Csollány Szilveszter, Guiczoghy György, Ónodi Henrietta,

Varga Adrienn és a mai napok világbajnoka, Berki Krisztián.

Prof. Bruno Grandi, a Nemzetközi Torna Szövetség elnöke egyebek között az alábbi sorokat vetette papírra a könyv ürügyén: „Magyarország az egyik történelmi pillére az európai és a világ tornájának, mert a sportág kultúrája mélyen a nemzeti történelemben gyökerezik.” **g.r.**





## Ritka vendég Dél-Afrikából

Beszélgetés Gideon Sammel Londonról, a labdarúgó vb-ről és az első afrikai olimpiai játékok rendezésének lehetőségéről

Elengedhetetlen, hogy mielőtt a beszélgető partneremmel folytatott eszmecsere papírra vetem, legalább utalásszerűen említést tegyek hazája sporttörténetéről, már csak azért is, mert egyéni élete és szakmai karrierje számos vonatkozásban ezzel rokonjegyeket árul el. Abban legalábbis, hogy bár igen szegény körülmények között indult, szinte üstökösként emelkedve, fellegekbe érő magasságokba jutott el. Gideon Sam, aki manapság Dél-Afrika első számú sportvezetőjének számít, az egyik legillusztrisabb vendége volt Győrben a VIII. Országos Sporttudományi Kongresszusnak. A derűs, szerény, közvetlen sportvezető 2008 novemberében jelentős fölényrel nyerte el a Dél-afrikai Nemzeti Sportszövetségek és Dél-afrikai Olimpiai Bizottság elnöki tisztét. Első lépésként felkereste az ország sportminiszterét, majd 2009 tavaszán közvetlenül az államelnökhöz, Jacob Zumához fordult. Az eredmény: az "Út Londonhoz" elnevezésű olimpiai felkészülési program a Nemzeti Lottó Részvénytársaság bevételéből évi 100 millió rand (1 US dollár = 7 dél-afrikai rand) állami támogatáshoz jutott.

Dél-Afrika és az olimpiai játékok viszonya meglehetősen rendhagyóan alakult. A brit gyarmatból önálló, függetlenné vált állam hosszú évtizedekig a faji megkülönböztetés elfogadhatatlan politikáját folytatta. Ez számos bonyodalmat idézett elő a nemzetközi sport világában és hátrányosan érintette a NOB és Dél-Afrika kapcsolatát. A római olimpiai játékok évében a Nemzetközi Olimpiai Bizottság felfüggesztette a dél-afrikai olimpiai szervezettel való kapcsolatát. Ennek eredményeként az ország versenyzői nem vehettek részt a soron következő játékokon, egészen addig, amíg Dél-Afrikában – 1990-től kezdődően – nem kezdtek jelentősen változni a viszonyok. Ennek eredményeként de Klerk kormányfő új alkotmányt tervezett, Nelson Mandela – több mint húszéves börtön után – kiszabadult. 1992 márciusában nemzeti referendum vetett véget az apartheid rendszernek, 1993-tól Mandela vehette át a koalíciós kormány irányítását. Juan Antonio Samaranch, NOB elnök, megelőlegezte a bizalmat, így a dél-afrikaiak három évtizedes hiányzás után ott lehettek 1992-ben, Barcelonában.

• • •

– A hosszú, ínséges esztendő után úgy tűnik, anyagilag minden rendben van a londoni olimpiai játékok előkészületei körül.

– Az anyagi háttér elengedhetetlen, de ez végtére is csak egy összetevő. Jó, hogy bizonyosnak tekinthető, de nem garancia az eredményességre. Ezzel csak azt akarom nyomatékosítani, hogy a pénzügyi lehetőségekkel okosan kell élni. Rendszert kell alkotni, egy korszerű rendszert, amelyben egyenlően fontos a tehetségkutató, a megfelelően képzett edzői kar, nem különben a gondosan tervezett felkészülési munka és az ezt kiegészítő hazai és nemzetközi versenyeztetés.

– Peking?

– Hát éppen ez az. Nekem nemcsak álmom-vágyam, hogy Dél-Afrika – méltóan nagyszerű hagyományaihoz – ismét valóságos sportnemzetként szerezzen tekin-



télyt magának a nemzetközi sportéletben és mindezek-előtt az olimpiai mozgalomban, de ez életem fő értelme, éltető eleme. Peking, bár én csak egy évvel ezután következtem az elnöki székekben, mindannyiunk számára súlyos csalódást okozott: Egyetlen árva kis ezüstérmét szereztünk (férfi távolugrásban Godfrey Mokoena 8,24 m-es eredménnyel. A szerk.). Gondolom, csalódásunkat könnyen el tudják képzelni, mert ismerve a magyarok korábbi káprázatos szereplését az olimpiákon, az Önök pekingi eredménylistája sem illik korábbi teljesítményeikhez.

– Aki ismeri egy kissé közelebbről az Ön sportvezetői pályafutását, eltűnődhet feltűnően sokoldalú érdeklődése felett. Elnökként kormányozta korábban az úszók, azután az Önök hazájában nemzeti sportnak számító rögbi, majd utóbb a triatlon szövetség munkáját.

– Számomra természetes a sokrétűség. Az igazság az, hogy fiatal éveimtől kezdve szenvedélyes szervezője voltam a sportnak. Már iskolás koromban is, majd testnevelőként, és később egyetemi tanárként. Több mint harmincéves gyakorlati tapasztalataim alapján meggyőződéssel állítom: a sport közösségteremtő ereje fantasztikus, szerintem ezen alapul minden. A kérdés azonban különben is az, hogy mennyire volt előny az említett országos szövetségeknek, hogy engem választottak. Nem az én feladatomban, hogy ilyesfajta értékelést végezzek, de tény, hogy mindenütt elismeréssel illették tevékenységemet, jelentős részben többoldalú tapasztalataimnak köszönhetően sikeremet a három évvel ezelőtti elnökválasztáson.

– Dél-Afrika a kontinens legfejlettebb országa, igen gazdag nyersanyagokban, fejlődése egyenletes. Nem véletlen, hogy Önök rendezhették 2010-ben – első alkalommal a fekete kontinensen – a labdarúgó világbajnokságot. Tegyük nyomban hozzá, megérdemelt sikerrel. Képesek-e hasznosítani a pompás, új stadionokat?

– A világbajnokság mérőföldkö Dél-Afrika történetében, jelentősége túlnő a sport szféráján. Akadtak kisebb gondok a létesítmények megépítése idején, de végül minden a helyére került, maga az esemény pedig magával ragadó volt, és a televízió jóvoltából remek reklámot jelentett hazámnak. Ilyen hatalmas és sokrétű vállalkozás elkerülhetetlenül problémákat is előidéz. Érzékelhető ez manapság a lengyel-ukrán előkészületek esetében is. Ami a kérdést illeti, ezek a létesítmények a nagyvárosok tulajdonába kerültek, ez igen fontos a fenntartási költségek miatt. Másrészt esetükben nem csupán sportesemények, közelebbről a labdarúgás otthonairól beszélünk, hanem nagyszabású közösségi rendezvények, kulturális események, vallási összejövetelek lehetséges színhelyeiről is.

– *A Nemzetközi Olimpiai Bizottság júliusban Önöknél, Durban városában rendezti soron következő közgyűlését, sorrendben a 123-at. A maga nemében ez ugyancsak első alkalom lesz. Eddig még csak az álmok és ábrándok szintjén került szóba egy nyári olimpia megrendezése Dél-Afrikában. Most már komoly realitásként kezelik a kérdést?*

– Akadtak ellenkező vélemények otthon, főként, amikor néhányan kész tényként kezelték: Dél-Afrika beadja pályázatát a 2020-as nyári ötkarikás játékok rendezési jogának elnyerésére. Egyesek nem tartották, és nem tartják ma sem még érettnek az országot egy ilyen, kétségtől óriási vállalkozásra. Másfelől a Nemzetközi Olimpiai Bizottság várható fogadtatását is bizonytalannak érzik, kétkednek. Ellenérzést váltott ki, hogy a NOB közgyűlésnek otthont adó Durban városát többen már eleve egyetlen várományosnak ítélték, mint az olimpia házigazdáját, mondván, mellette hasonló, vagy akár erősebb eséllyel pályázhatna több más nagyvárosunk is.

– *Mi az Ön véleménye?*

– Idén szeptember 1-ig lehet benyújtani a 2020-ra vonatkozó pályázatot. Van még egy kis idő, addig sok minden eldőlhet. Mindenekelőtt lehetőleg tökéletesen kell megrendeznünk a júliusi NOB közgyűlést Durbanban. A közelmúltban hozzánk látogatott a NOB elnöke, Jacques Rogge. Szavaiból egyértelműen az derült ki, hogy érzi az első, Afrikában megvalósuló olimpiának rendkívüli sporttörténelmi jelentőségét. Határozottan biztatott, így nincs kétségem afelől, hogy elnökként is elkötelezettje egy ilyen nagyszerű fejleménynek.

– *A kormány, a politika?*

– Nehéz versenynek nézünk elébe. Igaz, hivatalosan eddig csak Róma adta be igényét a 2020-as játékokra, de nem hivatalos értesülések szerint biztosra vehető, hogy Tokió, Madrid, Isztambul és Doha is pályázik. Legalább tíz város indul majd rajtunk kívül, a döntésre pedig 2013-ban kerül sor. Ennyit a nemzetközi küzdeletről. Otthon időnként meg kell küzdenünk a kishitűség szószólóival, de egy pillanatra sem inogtak meg támogatóink. Elnökünk, Jakob Zuma, már a kezdettől bátorított bennünket, s kijelentette: „Dél-Afrika megérdemli, hogy olimpiát rendezzen, s ez nagyon jót tenne egész Afrikának.” Ennél azonban többet tett, nem olyan régen miniszterei közül létrehozott egy különbizottságot, amely felelős azért, hogy a NOB durbani közgyűlése átütően sikeres legyen. Hadd tegyem hozzá, hogy Danny Jordan, aki a labdarúgó világbajnokság előtt és alatt a szervezőbizottság első emberként tevékenykedett, Durbanban is tagja a szervező bizottságnak.



– *Győrben, a Magyar Sporttudományi Társaság Országos Kongresszusának keretei között külön napon került sorra előadása „A mozgás gyógyszer” program keretében. Milyen benyomásokat szerzett a városban?*

– Ez a szokásos udvariassági gesztus helye lehetne, de úgy vélem, erre nincs szükség. Őszintén mondom, hogy Önök mindig is remek rendezők voltak, s ezúttal sem cáfolták meg magukat. Kellemes, felkészült és kedves emberek vettek körül, a légkör nagyszerű volt. A szállás, az étkezés, a kikapcsolódásra tervezett programok magas színvonalúak voltak, a tudományos programok pedig kiválóak. Igazán elégedettek lehetek, még az időjárás is kegyes volt hozzánk. Külön kiemelném azt a rendkívüli változatosságot és gazdagságot, ami a kongresszus tudományos témáit jellemezte. Ez jócskán felülmulta várakozásomat.

– *Sport az egészség és a teljesítmény szolgálatában. Ez volt előadásának címe.*

– Sajátos, dél-afrikai szempontok jellemzik ezt az anyagot. Nagyon a kezdet kezdetén állunk, ez alól csak néhány hagyományos sportág kivétel, mint amilyen az úszás, a labdarúgás, a krikett és a rögbi. Az egészséges életmód népszerűsítésében kitartó felvilágosító munkával és szervező feladatokkal kell megbirkózunk. A jövőnk előkészítése szemszögéből hallgattam meg több előadást. Roppant hasznosnak ítélem a magunk számára is Pavlik Gábor tanulmányát a rendszeres mozgás kiemelt fontosságáról az egészség megőrzése és a megelőzés elősegítése érdekében. A minőségi utánpótlás-nevelés tárgyában megszívlelendő volt mindaz, amit Szabó Tamás adott elő az általuk kidolgozott rendszerrel, annak működéséről és ígéretes továbbfejlesztéséről. Természetesen fokozott figyelemmel hallgattam amerikai kollégánk, Skinner professzor beszámolóját is „A mozgás gyógyszer” mozgalom fejlődéséről. Külön öröm, hogy Önök, ahogyan Tóth Miklós elnökük bejelentette, máris teljes értékű tagként járulnak hozzá a mozgalom nemzetközi kiteljesedéséhez.

G.R.



# A Philip Noël-Baker-díj idej kitüntetettje:

Dr. Darlene Kluka (Barry University, Miami)

**Az 1958-ban, Párizsban alakult Nemzetközi Sporttudományos és Testnevelési Tanács (ICSSPE), amely a mögöttünk hagyott évtizedek során eredményeivel rendkívüli tekintélyt szerzett a sport világában, 1969-ben hozta létre a Philip Noël-Baker-díjat, amellyel évente a sporttudomány legkiválóbb képviselőit jutalmazza a szervezet. A névadó, ismeretes, a huszadik század egyik magasan kiemelkedő alakja, tudós, olimpiai ezüstérmes az 1920-as antwerpeni játékokon az 1500 m síkfutásban, nemzetközi elismerésnek örvendő kutató, politikus és diplomata, író. 1959-ben Philip Noël Bakert Nobel-díjjal tüntették ki.**

**(Zárójeles megjegyzésként annyit, hogy a Noël-Baker-díjat alapítása óta három magyar sporttudós érdemelte ki: 1969-ben Nemessúri Mihály, 1985-ben Kutassi László, 1993-ban pedig Nádori László).**

• • •

Dr. Darlene Kluka a floridai Miami Shores-on léte-sült Barry Egyetem (School of Human Performance and Leisure Sciences) professzora, valamint a felső-fokú tanintézet Sportmenedzseri Programjának fő-koordinátora, számos társadalmi tisztsége és feladata közepette. Egyebek mellett ellátja az elnöki teendőket hazájában, az Amerikai Egyesült Államokban, a Leányok és Asszonyok a Sportban elnevezésű nemzeti szövetségben, Ezen a területen működik az Egyesült Államok Olimpiai Bizottságában, valamint – a teljességre törekvés szándéka nélkül – elnökhelyettese az Amerikai Rögplabda Szövetsége Emberi Erőforrások és Kapcsolatteremtés Bizottságának. Szakmai, tudományos és oktató tevékenysége, kutatásai teljes összhangban állnak társadalmi tevékenységével. Széles nemzetközi elismerésnek örvendő a sportirányítás területén, specifikusan pedig a sport és látványosság, a vizuális hatások összefüggéseinek ismeretei terén. Kiemelkedő tekintély mint az olimpiai játékok kutatója, illetve az ötkarikás mozgalom fejlesztésében eljáró gondolkodó-elemző is. Számos kitüntetés jutalmazta folyamatos és kitartó tudományos tevékenységét, amelyek témául szolgáltak könyvei megírásához. Többek között a nevéhez fűződik a Nők, sport és fizikai aktivitás, illetve az Osszuk meg – a legjobb gyakorlatok című sikeres kötetek megjelenése. Az amerikai Sportalapítvány a nőkért szervezet díjat hozott létre 2001-ben, amelyet róla neveztek el, s ezt minden esztendőben a kutatásokban legkiválóbb eredményt elérő személy kapja.

A Nemzetközi Sporttudományos és Testnevelési Tanács legutóbbi, Izraelben tartott kongresszusának egyik emlékezetes és ünnepi pillanata volt, amikor Kluka professzorasszony átvette a Philip Noël-Baker

díjat. Ebből az alkalomból kértünk tőle lapunk számára egy rövid interjút.

– *Sablonos kérdés, de elkerülhetetlen: mit jelent ez a nagyszerű elismerés Önnek személy szerint, s mit az Ön, úgymond szakmai jövője szempontjából?*

– A sporttudomány nemzetközi közössége számára, jól tudjuk, ez a legnagyobb presztizst kölcsönző díj, azok kapják, akik a szakterületükön végzett eredeti kutatásaik eredményeivel nemzetközi méretekben tetemesen járultak hozzá a fejlődéshez. Szükségtelen mondani, mennyire megtisztelő a számomra, s egyben határtalan öröm, hogy a nemzetközi sporttudományos szervezet elnöksége engem választott, s tartott érdekesnek a Noël-Baker-díjra. Hadd tegyem hozzá, ami különösképpen felemelő érzést keltett bennem. Amikor hazaérkeztem Izraelből, a Barry Egyetem rektora külön ünnepséget rendezett kollégáim részvételével a tiszteletemre, s emlékezetes módon ünnepeltek a magas elismerés alkalmával.

– *Milyen érzésekkel könyveli el a díjat, és egyáltalán, gondolt-e valaha is arra, hogy megtisztelik vele?*

– Életem utóbbi tizenöt éve szorosán összekapcsolódott a Nemzetközi Sporttudományos és Testnevelési Tanács szervezetével, munkájával, méghozzá úgy, hogy többnyire valamiféle tisztséget töltöttem be. Mindig is meggyőződéssel hittem társaimban, közösségünkben, s abban, hogy amit teszünk, az hasznos, előremutató a sporttudományban világszerte. Ezt a tevékenységet magától értetődő természetességgel végeztem, végeztük valamennyien, anélkül, hogy bármikor is arra gondoltunk volna, hogy amit csinálunk, az megfelel minőségében és tartalmában is a magas kitüntetés kritériumainak. Hálás vagyok mindazoknak, akik úgy ítélték meg hozzájárulásomat, hogy érdemes a megkülönböztetett elismerésre.

– *Melyek voltak az első gondolatai, miután a díj kiosztásakor a nevét hallotta?*

– Hitetlenkedtem, meglepődésemben szinte teljesen megfeledkeztem magamról, s csupán azt ismételtetem, hogy nem, ez nem lehet igaz. Csak csóváltam a fejem kezdeti zavaromban, aztán magával ragadt a határtalan öröm, boldogság, s büszkeség töltött el. Szeretném megragadni az alkalmat, hogy a díj átvétele után őszinte, szívből jövő köszönetemet fejezzem mindazon kollégáimnak, akikkel együttműködhettem a mögöttünk hagyott másfél évtized során, s közülük is hadd emeljem ki Patricia Bowen-West elnök asszonyt (IAPESGW), valamint Dr. Gudrun Doll-Tepper professzort, nemzetközi szervezetünk volt elnöknőjét, akik alkalmat, lehetőséget biztosítottak számomra a kezdetben, hogy tevékenységemet zavartalanul végezhessem.



# Búcsúbeszéd dr. Nádori László temetésén

2011. május 6.

A Semmelweis Egyetem, a TF nagy családja, kollégái, tanítványai nevében állok itt szomorú szívvel kényszerű búcsút venni dr. Nádori László professzor úrtól, a TF meghatározó, emblematikus egyéniségétől.

Emlékek kavarnak, gondolatok bukdácsolnak, a szavak dadognak, kimondani is fájdalmasan nehéz: dr. Nádori László, a szeretett és tisztelt férj, apa, nagypapa, barát, munkatárs, életünk része, a nagyszerű tanár és kutató élt 88 évet. Végtelen az űr bennünk, mert nehéz felfogni, ha tudjuk is, életünk földi kitérője egyszer véget ér. A hiány mértéke alig kifejezhető. Mert hiányozni fog anyagi valóságában, hiányozni fog mosolygó, átható, tiszta tekintete, hiányozni fognak vidám, örök optimizmust sugalló, bölcsességet sugárzó gondolatai, szellemes, szeretetteljes mondatai, igaz érdeklődést mutató kérdései, hiányozni fognak segíteni akaró, fáradságot nem kímélő tettei, biztató szavai.

Fájdalmunkat és hiányérzetünket azonban enyhíti, ha nem csak érzékszerveinkre hagyatkozva emlékezünk, ha lelkünk elég nyitott és érzékeny arra, hogy lényének külső megjelenési formái mögött meglássuk, érezzük, megértsük Nádori László, Laci bácsi szellemiségét, igaz emberi voltát és értékeit, ha azonosulni tudunk azokkal a tiszta érzésekkel, gondolatokkal, elvekkel, amelyek őt másokkal össze nem téveszthetően jellemezték. Ha lelkünkbe fogadjuk, ami Laci bácsi önmaga volt, akkor nem űrt, hiányt érzünk, hanem valami megbékélést, lelki, szellemi gazdagságot, megnyugvást. Tudatosul bennünk, a Professzor úr ott élt és él bennünk, mert erős, kitörölhetetlen nyomot hagyott bennünk.

Felsorolni is nehéz milyen gazdag örökséget hagyott maga után, ami nem csak saját, de szeretett alma materének is dicsőségére szolgál. 1950-ben vette kézbe testnevelő tanári diplomáját. Testnevelő tanárként kezdte pályafutását, de mint olyan embert, a jelességek mögött meghúzódó törvényszerűségek izgatnak, felvillanyoztak, érdeklődése a kutatói pálya felé irányította. Az örök megismerés kényszere, kiapadhatatlan tudásvágya állandó tanulásra sarkalta. Így szerzett pszichológusi diplomát és lett a sportpszichológia egyik megeremtője Magyarországon és nemzetközileg elismert képviselője. Bárhol jártam a világban, mindig érdeklődtek Laci bácsiról, akiről szeretettel és nagy elismeréssel beszéltek. Ő ismertetett meg engem az autogén és mentális edzéssel, amit oly sikeresen alkalmaztam versenyzőként és edzőként. Örök hálával tartozom neki ezért is...

Páratlan szintetizáló elme volt, aki a különböző tudományterületek törvényszerűségeit rendszerbe építve megalkotta a modern edzésméleletet és módszertant, amely kandidátusi disszertációjának alapját képezte.



Dr. Hepp Ferenc után a második testnevelő tanár végzettségű volt, aki tudományos fokozatot szerzett és az első közöttünk, aki a Magyar Tudományos Akadémia doktora lett. Könyvei, művei ma is kiállják az idők próbáját és hasznos ismeretekkel látják el a testnevelő tanárokat, edzőket, a sportmozgalomban tevékenykedőket. Szellemi hagyatéka felbecsülhetetlen, befolyása a TF életére, a magyar sporttudomány fejlődésére meghatározó tanári munkája révén, kutatóként, a TF Kutató Intézetének igazgatójaként, a TF rektorhelyetteseként és a Magyar Sporttudományi Társaság örökös tiszteletbeli elnökeként. Munkásságát, életművét olyan kitüntetésekkel ismerték el, mint a Szent-Györgyi Albert díj és az UNESCO-ICSSPE által adományozott Philip Noël-Baker-díj.

Életművének meghatározó elemeit sorolhatnánk sokáig. Ezt most nem teszem, hiszen ezek kitörölhetetlenül jelen vannak könyvek, cikkek lapjain, a TF történetének arany oldalain. Ezeket elolvashatjuk. De már nem kérdezhetjük meg azt, amit elfelejtettünk megkérdezni. Csak ilyenkor döbbenünk rá, hogy mennyi kérdésünk lenne még, mennyi mindent nem tudhattunk meg tőle. Pedig milyen csodálatos volt hallgatni szuggesztív szavait, mondatait. Szinte látom, ahogy szemei csillognak, ahogy magyaráz, ahogy a mondanivalójának lényege kiül arcára, ahogy minden sejtjével érvel, okít. S hallok gondosan artikulált szavait, a lélekbe és észbe egyaránt behatoló gondolatait. Hallom vidám felszabadult kacagását, amint gazdag életének történeteit meséli és hallok a harmonika vidám dallamait, amint felreppennek ujjai alól és lelkünkbe hatolnak. Oly sok emlék kavargat bennünk, mert sokat hagyott ránk munkája és személyisége által. Szép, de nehéz örökséget hagyott ránk.

Most a hátramaradókra, az utódokra vár az a nem kis feladat, hogy tovább vigyük az általa ránk hagyományozott értékeket. Mert nem tagadhatjuk meg mindazt, amit azokra hagyományozott, akiket szeretett, tisztelt, akik szerették és tisztelték. És sokan vagyunk, akik szeretjük, tiszteljük, mert kivételes ember volt dr. Nádori László. Igaz embersége, szerénysége, határozott, de mindig kompromisszum képes véleménye, cselekedetei, talentuma követendő jelként lebeg előtünk. Adott valami olyasmit, amit kevesen tudnak: igaz szellemiséget, emberséget, barátságot, ami megbonthatatlanul összetartja azokat, akik társai voltak élete során.

Köszönjük Professzor Úr. Köszönjük Laci bácsi, hogy életed része lehettünk. Köszönjük, hogy életünk meghatározó, gazdagító része voltál!

A Mindenható óvjon égi utadon!

dr. Tihanyi József





## Búcsú Professor László Ferenctől

(1961–2011)

Drága Feri! Nehéz helyzetbe hoztál, nekrológot kell írnom, Rólad... Ha azzal kezdeném, miért a jók mennek el korán, azt mondanád nem kell az érzélgősség. A történelmet imádtad: a régi görögök azt mondták, „akiket szeretnek az istenek, fiatalon halnak meg”.

Nincs szó, mely fájdalomukat hűen tükrözné, hiányodat kifejezné, talán a csend. Legutóbb a tragédia előtti csütörtökön még együtt voltunk balatoni nyaralótokban, sütögettünk, beszélgettünk, a jövőt terveztük – és, mint annyiszor, megváltottuk a világot, kedves feleségeddel ragyogtatok. Most itt állunk. A sirotoknál. Hányszor mondtad, amikor valami sérelem ért, „spongyát rá”...

Elvesztettünk egy kollegát, elvesztettünk egy barátot, elvesztettünk egy igaz embert. Nem csak intézetünk, hanem az egész magyar sporttudomány gyászol. Ebben a gyászban – ha lehet ilyet mondani – egy dolog tölt el bennünket megnyugvással: ugyan még sok tervünk volt közösen, de Te ez alatt az ötven év alatt többet éltél és alkottál, mint más 100 év alatt. Mindezt hihetetlen odaadással: soha sem a saját személyes karriered érdekeld, mindig a közösség, a csapat érdekében tettél. Ha kellett harcoltál. Olyan szakmai-tudományos örökséget hagytál hátra, mely évekig, sőt évtizedekig táplálja a sport természettudományos hazai és nemzetközi vonalát. Ez a felbecsülhetetlen örökség felelősség is számunkra, a rád való hivatkozás a Minőséget jelenti.

2006-ban kerültél a Testnevelési és Sporttudományi Intézetbe, akkor már kiváló orvosként, kutatóként, ismert és elismert szakember voltál. Idekerülésedben nagy szerepe volt – és itt hadd emeljek ki néhány embert – Gyetvai György, Kiss Gábor és Domokos Mihály kollegáknak, akikkel a kollegiális viszonynál is mélyebb, emberi kapcsolatot alakítottál ki. Ez – talán idesorolom magamat is, főleg az utóbbi egy év intenzív közös munkája és sok közös utazása miatt – az utolsó pillanatig megmaradt. Persze fel sem merült bennünk, hogy az utolsó. Ha tudjuk, nem engedjük, hogy annyit vállalj. Kit akart ezzel a Jóisten figyelmeztetni?

Több száz publikációd, idézettséged itthon és külföldön, rengeteg kiváló tanítványod, iskolateremtő képességéd magáért beszél. 37 évesen lettél az MTA doktora, Bólyai kutató ösztöndíjas, Széchenyi professzori ösztöndíjas, törzstag voltál az SZTE, Interdiszciplináris Orvostudományok Doktori Iskolájában, de tag voltál a Magyar Gasztroenterológiai Társaságban, a Magyar Élettani Társaságban, a Magyar Endokrinológiai Társaságban és a Magyar Sporttudományi Társaságban is. Ez utóbbiban rendkívüli feladatok vártak rád, és te is alig vártad ezeket.

Olyan neves nemzetközi szaklapokban folytattál lektori tevékenységet, mint például a European Journal of Pharmacology, a British Journal of Pharmacology, az Acta Physiologica Hungarica, a Brain Research Bulletin, vagy a Journal of Anatomy.

Közleményeid kumulatív impakt faktora: 181,154, Közleményeid idézettsége: 2303, Közlemények idegen idézettsége: 1979, témavezetőként eddig elnyert tudományos és K+F támogatások összege: 431.400.000,- Ft, témavezetéssel kilencen szereztek PhD fokozatot, de bíráltál külföldi doktori iskolában is. 2009-től a MAB Orvostudományi, Egészségtudományi és Sporttudományi Szakbizottságának voltál szakértője. Mindehhez kellett szerető feleséged támogatása is, köszönet érte, Erika.

Legutóbbi nagy projektod – milyen szenvedéllyel beszéltél erről – az egész világon egyedülálló. Már az ötlet is zseniális volt: az egészség fittségi hormonális és genomikai kit és a hozzá társuló mozgásprogram csomag kidolgozása úttörő jellegű, világszintű, magyar szolgáltatásként jelenhet meg. Ez piaci és stratégiai szempontból is hosszú távú célja az Új Széchenyi Tervnek: érinti a Nemzeti Sportstratégiát, a turisztikát, az egészségipart, a tudáspólus-kialakítást, a környezetvédelmet és a tudásalapú társadalomteremtést, sőt a kistérségek felzárkóztatását is.

Amikor együtt repültünk, mindig csodáltuk a felhők feletti nyugalmat, harmóniát. Hisszük, hogy Te onnan figyelsz bennünket. Nyugodt lehetsz. Az általában megkezdett munkát folytatja a csapat: a májusi országos sporttudományi kongresszust megrendezük, a kutatóműhelyt tovább visszük-fejlesztjük, tanítványaidat segítjük. Olyan – nevedet viselő – alapítványt szeretnénk létrehozni, mely az óvodától az iskolán át az idősök otthonáig elviszi az egészséges életmód, a fizikai aktivitás fontosságát az egészség megőrzésében.

Az elmúlt évben sok időt töltöttünk együtt, itthon és külföldön egyaránt. Éleslátásod, kiváló problémamegoldó képességod – ahogy sokszor fogalmaztál, azt nézzük, hogyan lehet megoldani, ne az indokokat keressük, miért nem lehet megoldani! – állandó jókedved és örök derűd, életigenlése – mi így emlékezünk rád – mérhetetlen alázattal és szerénységgel párosult. Ez csak a legnagyobb jellemvonása. S nemcsak a munkáról, hanem a történelemlről, művészetekről, kultúráról vagy éppen a gazdaságról is öröm volt Veled beszélgetni – intellektuális légkör lengett körül. Boldogok voltunk, és megtiszteltetés volt, hogy úgy érezhettük, megtaláltad köztünk – sportszakemberek között – a helyedet.

Az örök optimizmusod – hadd idézzem egyik kedvenc írádat, Paulo Coelho: „A sztyeppéken mindig kéknek nevezik az eget, akkor is, ha éppen szürke – mert tudják, hogy a felhők fölött olyankor is kék.” – most hiányzik. Mint ahogy hiányozni fog kedves, életvidám nevetésed és a csillogás a szemedben. Meg az is, hogy nagyvonalúan, egy legyintéssel elintézz egy nehéz ügyet: „Spongyát rá!”

Drága Feri, erre nem.

Nem búcsúzunk, mert közhely ugyan, de akit nem felednek, örökké él. Te örökké köztünk maradsz.

Isten Áldjon. Nyugodj békében!

**Az Intézet nevében Dr. Balogh László, intézetvezető, egyetemi docens búcsúzott**

# Búcsú Professor Mészáros Jánostól

(1948-2011)

2011. augusztus 18-án délelőtt következett be a tragédia, ami már előre vetítette árnyékát: Elhunyt dr. Mészáros János professor úr, barátunk, kollégánk, a kiváló tanár, tudományos kutató.

1973-ban találkoztam Vele először, én akkor kezdtem el dolgozni a TF Orvosi Tanszékén, Ő lelkes tudományos diákkörös, napi vendég volt a dr. Győre Ágota vezette biokémiai laboratóriumban. Sorra nyerte a kongresszusi díjakat, nem csoda, hogy végzése után, 1974-ben, Frenkl Róbert professor úr felvette főiskolai tanársegédnek. Kitarító természetére vall, hogy ez lett egyetlen munkahelye, fokról-fokra haladva a ranglétrán, míg 1999-ben egyetemi tanár lett.

Rengeteget dolgoztunk együtt. Közös tartottuk az élettan gyakorlatokat, utaztunk kongresszusokra. Bécs, Prága, Párizs, Hasselt, Oviedo nemzetközi kongresszusaira, itthon pedig a Magyar Élettani Társaság, a Magyar Sportorvos Társaság és a Magyar Sporttudományi Társaság kongresszusain vettünk részt. Voltunk együtt TDK konferenciákon, mint zsűritag és mint delegációvezető. Jó volt Vele dolgozni, együtt lenni. Jellemezte a szakmai műveltség, hozzáértés, maximális igényesség, a tökéletesre törekvés, és mellette sajátos, szűkszavú, „bajsa alatt morgó”, fanyar, de kiváló humora. Közös élményeinkből nem hagyhatók ki a TF kosárlabda és a focipályáinak örömei sem.

Közben persze fejlődött és haladt tudományos és egyetemi pályáján. Az emlékezésnek aligha célja felsorolni funkcióit, hazai és nemzetközi szerepléseit, kinttetéseit, sokoldalú oktatói tevékenységét, a terjedelem is kevés lenne hozzá. Az antropológia nemzetközi szaktekintélyévé vált, munkásságát több mint kétszáz hazai és nemzetközi közlemény őrzi. Példátlanul termékenyen nevelte PhD hallgatóit, a 13 sikeres védés



sokunk számára tiszteletreméltó és szinte elérhetetlen. Tankönyvei és jegyzetei jelentek meg, két évig volt Karunk tudományos rektorhelyettese, illetve dékánhelyettese. Évtizedeken át segítette a Magyar Sporttudományi Társaság munkáját, mint szakbizottsági elnök, mint kongresszusok felkért előadója, mint üléselnök és nem utolsósorban, mint a Magyar Sporttudományi Szemle főszerkesztője.

Fiatalon, 1984-ben lett a biológiai tudomány kandidátusa. Védése után nem sokkal mondta nekem békés szomorúsággal: Tudod Doktor, irigyellek, mert a te védésedet megérte édesapád!

Ebben a mondatban benne volt, amit a legfontosabbnak tartott, a Család és a Tudomány mélységes tisztelete és szeretete. Tudomány iránti alázata

oly mértékű volt, hogy aszkéta módon volt képes dolgozni és koncentrálni munkájára. Hosszú órákig, pillanatnyi fáradtság nélkül folytatta az antropometriai mérések nem mindig szórakoztató sorozatát, majd dolgozta fel az adatokat az éppen rendelkezésre álló eszközökkel. Nem riadt vissza attól, hogy még a kis, kézi számológépek korszakában manuálisan számoljon variancia-analízist, kézzel rajzoljon grafikonokat, a Letraset betűt kapargatva készítsen feliratokat, ábrákat.

Az idézett mondat szerint tudományos öröme azért nem volt teljes, mert szeretett édesapja nem sokkal korábban védése előtt, hirtelen távozott. Az Élet igazsága, hogy amit Ő nem tudott megadni Édesapjának, azt megkapta lányától, Zsófitól: Részt vehetett 2011-ben PhD védésén. Hiszem, sőt biztos vagyok benne, hogy a becsületes, szorgalmas, sikeres pályának ez az utolsó állomása hozzájárult nehéz napjai lelki békéjéhez.

Kedves Professor Úr! János! Apó! Nyugodj békében!  
**dr. Pavlík Gábor**



# OLIMPIA – VERSENY – SPORT – JOG

*Nemzetközi Sportjogi Konferencia a Magyar Tudományos Akadémián*

2011. szeptember 29-30.  
Beszámoló a konferenciáról

300 nappal a Londoni Olimpiai Játékok előtt nagy érdeklődés mellett zajlott le a Magyar Sporttudományi Társaság, a Magyar Olimpiai Bizottság, a Magyar Tudományos Akadémia, a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Jog- és Államtudományi Kar és a SPORTJUS Magyar Sportjogász Társaság közös szervezésű sportjogi konferenciája.

A beköszöntőt **Tóth Miklós**, a Magyar Sporttudományi Társaság elnöke tartotta, akitől történelmi áttekintést hallhattunk a sport és a jog magyarországi vonatkozásairól, összefüggéseiről.

A konferencia első napjának délelőtti sportközvetítések versenyjogi aspektusait járta körül. A délelőtti üléseelnöke **Tóth Tihamér** (PPKE JÁK és Réczicza White & Case) volt, aki rövid bevezetőjében felvázolta a sportélet versenyjogilag releváns területeit. Elsőként **Nick Fitzpatrick** (DLA Piper, London) szólt a sportjogok adás-vételének üzleti háttéréről, külön kitérve a közeljövőben az EU Bíróság által eldöntendő angliai jogesetre. Ez az áruk/szolgáltatások szabad áramlását támogató belső piaci politika és a jogtulajdonosok üzleti érdekei összeütközésének problematikáját érinti annak kapcsán, hogy egy pub tulajdonosa vásárolhat-e jogszerűen görögországi dekódert a fizetős sportesemények bemutatása érdekében. Azóta megszületett a bíróság döntése: IGEN. **Szakra Ágnes** (Brüsszel, DG comp) az uniós versenypolitika fejleményeit mutatta be, az utóbbi évek jellemző tendenciáinak tükrében, külön kitérve a közös eladás kérdéskörére. **Pim Smits** (Nma) a holland versenyhivatal labdarúgó közvetítéssel kapcsolatos tapasztalatait osztotta meg az érdeklődő közönséggel, bemutatva a közös eladás náluk kialakult megoldásait, a vasárnapi esti bajnokság összefoglalók fontosságát és a klubok saját TV csatornáit. Végezetül **Javier Berasategi** (Berasategi & Abogados, Madrid) szólt, nemcsak ügyvédként, hanem versenyhatósági tapasztalatait is hasznosítva a spanyol jog és gyakorlat főbb tanulságairól. A szünetet követően az előadók kerekasztal-beszélgetés keretében válaszoltak az igencsak aktív közönség kérdéseire, érintve egyebek között a piacdefiníció, a monopolizálás, a fogyasztói jólét, és a versenyhivatali fellépések hasznosságát vizsgálatának témaköreit.

Délután folytatódott a sport és versenyjog kapcsolatának vizsgálata (üléseelnök: **Szilágyi Pál** PPKE JÁK, Versenyjogi Kutatóközpont), amelynek aktualitását mi sem bizonyítja jobban, mint az azóta meghozott ítélete az Európai Bíróságnak a C-403/08 és C-429/08. sz. ügy Football Association Premier League és társai [EBHT 2011. 00000. o.] ügyben. Elsőként áttekintő felvezetést kaptunk a versenyjog és a sport viszonyáról **Richard Parrish** előadásában, aki Európa egyik leghíresebb sportjogi kutatóközpontjának az igazgatója Angliában. Parrish professzor az egyes sportban vagy sportjogban bevett intézmények kapcsán rávilágított a felmerülő versenyjogi problémákra, valamint



**Nick Fritzpatrick**  
a DLA PIPER ügyvédi iroda londoni partnere

arra, hogy a versenyjogi szabályrendszer miként alkalmazható, illetve, hogy mely magatartások tilosak, melyek mentesülhetnek, és melyek nem esnek a versenyjog hatálya alá. Végezetül szót ejtett arról, hogy a Lisszaboni Szerződéssel bevezetett rendelkezések jelentenek-e előrelépést a korábbi helyzethez képest.

**Ian Forrester**, aki Brüsszélből érkezett, személyes élményeivel tarkított előadást tartott a versenyjog és sport szinte minden aspektusáról, kicsit más megközelítésben, mint Parrish professzor. Az előadást élővé varázsolta azáltal, hogy személyesen érintett volt például a híres a Bosman-ügyben is. Mint kiemelte, a Meca-Medina ügyet követően tágult a versenyszabályok alkalmazásának lehetősége, ugyanakkor szűkült is, mivel a tisztán sportszabályokra nem alkalmazható a 101. cikk (1) bekezdése a versenykorlátozó megállapodások tilalmáról.

A soron következő előadást **Remetei-Filép Ádám** – az MSTT sportjogi szakszabályozás elnöke tartotta arról, hogy vajon a doppingellenes szabályok mennyiben vonatkoznak a versenyjog hatálya alá, pontosabban, hogy milyen versenykorlátozó hatásokkal járnak. A technológiai újdonságoktól sem mentes előadásban a versenyjognak olyan területéről hallhattunk, amely még nem igazán került korábban mélységeiben feldolgozásra.

A negyedik előadó **Alfonso Lamadrid** volt Spanyolországból, aki két olyan ügyet elemzett, amelyek a sporttal kapcsolatos kérdések bizonyos speciális elbírálását járják körül.



**Remetei-Filep Ádám**  
 az MSTT Sportjogi Szakbizottság tagja  
 a Pázmány Péter Katolikus Egyetem  
 Jog- és Államtudományi Kar  
 Versenyjogi Kutatóközpont tagja

Az első nap programját **Remetei Filep Zsuzsanna** (PPKE JAK, Versenyjogi Kutatóközpont) előadása zárta, aki azt vizsgálta, hogy az állami támogatással kapcsolatos szabályok hogyan érvényesülnek ezen a gazdasági, de egyben nevelési és egészségmegőrzési célokat is megvalósító területen. Az előadó alaposan körbejárta, hogy mely esetekben minősül egy támogatás állami támogatásnak, különösen a sport területéhez kapcsolódóan. Az érdekes előadást még érdekesebb tényleges esetekkel tarkította az előadó, majd bemutatta a magyar szabályozást, illetve az azzal kapcsolatosan felmerülő fontos kérdéseket.

A konferencia második napja a sportjog egyéb kérdéseivel foglalkozott, a nap előadóinak kiválasztása garantálta, hogy a problémák széles körét érintették eltérő nézőpontokból. A nyitó előadást **Borkai Zsolt**, a MOB elnöke tartotta, aki egyben a konferencia fővédnökségét is vállalta. A MOB-nak tájékoztatási kötelezettsége van hangoztatta: fel kell készíteni a londoni olimpiára utazó magyar csapatot arra, hogy melyek azok a hazai és nemzetközi jogi kötelezettségek, amelyeknek eleget kell tenni.

A Magyar Olimpiai Bizottság azzal számol, hogy 20-22 sportágban indulhatnak magyar versenyzők a jövő évi olimpián. „Összesen húsz-huszonkét sportágban szeretnénk ott lenni Londonban, ezek között vannak olyan nagy nemzeti hagyományokkal rendelkező sportágak, amelyekben szép eredményeket érhetünk el és érmekeket szerezhetünk” – mondta a MOB-elnöke, de konkrét célokat nem fogalmazott meg.

Emlékeztetett arra, hogy kilenc sportágban 72 magyar sportoló harcolta ki eddig a részvételt, majd hozzátette, hogy ez a szám azért tűnhet egyelőre alacsonynak, mert a csapatsportágokban mostanáig egyedül a férfi vízilabda-válogatottnak sikerült kvalifikálnia magát. A MOB elnöke a csapatokat illetően még a női vízilabdázók és a férfi kézilabdázók részvételében bizik.

Az elnök előadásában kiemelte, hogy a jövőre életbe lépő új magyar alkotmányban a sportot, mint alapvető emberi jogot rögzítették, s ez minden magyar állampolgárnak biztosítja a sportoláshoz és a rendszeres testmozgáshoz való jogot is.

Borkai beszélt még a magyar sportirányítási rendszer átalakításáról, amelynek lényege, hogy a jövőben egyedül a Magyar Olimpiai Bizottság marad köztestület, s ez a szervezet osztja majd szét az állami támogatásokat nemcsak a verseny-, hanem a szabadidő-, a diák- és a fogyatékos sport területén is.

„Ez a rendszer a jelenleginél átláthatóbb, hatékonyabb lesz, s megszűnnek a mostani párhuzamosságok” – fogalmazott az elnök, aki bizik abban, hogy a hamarosan megszülető új sporttörvény és a MOB szakmai irányítása előreviszi a magyar sport ügyét.

„Hiszem, hogy az átalakítások hatására újra régi fényében tündököl majd a magyar sport” – zárta beszédét Borkai Zsolt.

November közepén jön az új sporttörvény mondta **Czene Attila**, sportért felelős államtitkár „Új sportfinanszírozási rendszer Magyarországon” című előadásában.

Czene Attila szerint várhatóan november 15-én lép életbe az új sporttörvény. A Nemzeti Erőforrás Minisztérium (NEFMI) sportért felelős államtitkára ezt a konferencián elhangzott pénteki előadásában jelentette be.

Hangsúlyozta: az állam idén összesen 31 milliárd forinttal támogatja a sportot, ez az elmúlt két évtized legnagyobb mértékű hozzájárulása. Hozzátette: mivel a piaci szféra jelenléte nem elég jelentős a magyar sport támogatásában – 7-11 milliárd forint közé tehető, s ez mindössze tíz százaléka a magyar sport teljes költségvetésének –, a szponzoráció mellett szükség volt a társaságiadó-kedvezménnyel járó sporttámogatási szisztéma (TAO) bevezetésére.

Az államtitkár szerint azért csak öt csapatsportág – labdarúgás, kézilabda, vízilabda, kosárlabda és jégkorong – számára biztosították ezt a lehetőséget, mert



**Richard Pound**  
 a Nemzetközi Olimpiai Bizottság tagja,  
 a WADA elnökségi tagja



ezekben sportol a magyar igazolt versenyzők 75 százaléka, másfelől ezek a sportágak itthon hátrányos helyzetben vannak az Európai Unió más tagállamaihoz képest.

„A következő negyvenöt napban az öt látványsportág szövetségével áttekintjük a társaságiadó-kedvezményrel járó sporttámogatásokra beérkezett pályázatokat, abból a szempontból, hogy azok közül melyek illeszthetők be a nemzeti sportágfejlesztési koncepciókba, illetve összhangban vannak-e a kormányzati stratégiával” – fogalmazott Czene.

Hozzáfűzte: ha már abból a szempontból tiszta képet kaptak arról, hogy mekkora összeg folyhat be ezen a közvetett módon az öt látványsportágba, akkor dönthetnek arról, hogy ezekben a kiemelt sportágakban mennyivel csökken jövőre a közvetlen állami támogatás mértéke. Az államtitkár kitért arra is, hogy a felszabaduló összegeket a TAO-kedvezményből kimaradt egyéni sportágak támogatására csoportosíthatják át. Czene Attila úgy látja, hogy a beérkezett pályázatok körülbelül egyharmada szakmai vagy technikai okok miatt valószínűleg nem lesz támogatható, de hogy a TAO-kedvezményen keresztül összesen végül is mekkora összeg folyhat be az öt látványsportágba, arra vonatkozólag nem bocsátkozott jóslásokba. Az államtitkár még arról is beszélt, hogy a pályázatok megvalósításának ellenőrzésére háromlépcsős rendszert dolgoztak ki, s akik megsértik az előírásokat, azok szigorú szankciókra számíthatnak.

**Howard Stupp**, a NOB jogi igazgatója „A sportot és az olimpiai mozgalmat érintő jogi kérdések fejlődése” címmel tartott előadást, amelyben bemutatta a sportot és az olimpiai mozgalmat érintő jogi kérdések fejlődését. Beszédében kitért a technikai fejlődéssel járó új kihívásokra, melyeket például a modern telefonok okoznak. A NOB jogi igazgatója elmondta: belátták, nem tilthatják meg, hogy a nézők okos telefonjaikkal fényképeket készítsenek a játékok eseményeiről, de az ellen továbbra is fellépnek, hogy ezeket a felvételeket, rövidfilmeket bárki feltegye az internetre. Erre egyébként a jegyek hátoldalán is felhívják majd a nézők figyelmét. A NOB ugyancsak tiltja, hogy a fotóriporterek az olimpián készített képeiket interneten keresztül harmadik félnek árulják. Howard Stupp beszélt arról is, hogy a londoni olimpia tévéközvetítési jogait most először nem közvetlenül, hanem ügynökségen keresztül értékesítették, mert a NOB így több bevételhez jut, viszont több feladata is adódik, mert több féllal kell majd folyamatosan egyeztetnie. A bundázások és fogadási csalások kérdéseire kitérve hangsúlyozta, hogy az olimpián induló sportolók közvetetten és közvetlenül sem vehetnek részt semmiféle fogadásban, a londoni játékok alatt pedig monitoring-rendszer is működtetni fognak, amellyel kiszűrhetik a gyanús fogadásokat. Howard Stupp végül felhívta a figyelmet arra, hogy egyes – például pekingi – honlapokon hamis belépőket árulnak a londoni olimpiára, ezért a NOB a honlapján közléseket tesz az azokról a forrásokról, ahol legálisan lehet a jegyekhez hozzájutni.

**Matthieu Reeb**, a nemzetközi Sportdöntőbíróóság (CAS) főtítkára a sport választott bírósága tevékenységének legújabb fejleményeiről és a jövőbeni perspektívákról beszélt. Elmondta, hogy évente csaknem 300 ügyet tárgyalnak, ezeknek a fele a labdarúgáshoz, egyharmada a doppingoláshoz kapcsolódik. Beszár-

molt arról, hogy szeretnék felgyorsítani az eljárásokat, ezért a jövőben bevezetik az internetes kérelemnyújtást és a videokonferenciás meghallgatásokat. Az MTI munkatársának kérdésére Matthieu Reeb elismerte, hogy a Pars Krisztián pekingi helyezését befolyásoló történetben – a doppingolásért a NOB által olimpiai érmüktől megfosztott, végül a mintaelemzés szabálytalansága miatt a CAS-nál felmentett fehér-orosz kalapácsvetők ügyében – a tárgyalás szokatlanul hosszúvá nyúlt.

„A késelemre nincs igazi mentség” – ismerte el a főtítkár, majd hozzátette, hogy szeretnék volna hamarabb lezárni az ügyet, de sokat kellett egyeztetniük, hogy minden érintett jelen lehessen a meghallgatásokon. Reeb egyúttal cáfolta azt a korábbi magyarországi sajtóértesülést, mely szerint az ügyet tárgyaló három bíró közül az egyik fehér-orosz nemzetiségű volt, majd hozzátette: ha bármelyik félnek fenntartása lett volna valamelyik bíróval szemben, akkor a személyét megvételozhatta volna.

A délelőtti szekciót **Mihók Ildikó**, a MOB marketing és kommunikációs igazgatójának igen érdekes előadása zárta „Kié a sportoló?” - címmel, amely után **Török Olivér**, a MOB sajtóreferense interaktív kerekasztal-beszélgetést tartott a megjelent MOB támogatók részvételével.

A második nap délutánjának első előadója **Richard Pound** Nemzetközi Olimpiai Bizottsági tag, WADA elnökségi tag előadásának címe „Dopping a sportban” volt. Ezt követte **Nagy Zsigmond** a MOB nemzetközi igazgatójának előadása „Olimpiai sportolói szerződés” címmel.

A konferencia utolsó előadója, **Albert Buismann**, a Nemzetközi Fair Play Bizottság Tanácsának tagja volt, aki „Sport és etika” címmel tartott előadást.

A nagy sajtó és közönség érdeklődés mellett zajló konferenciát **Tóth Miklósnak** a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar dékánjának, a Magyar Sporttudományi Társaság elnökének előadása zárta, aki többek között elmondta, hogy az MSTT és a MOB az olimpia utáni évben szívesen adna otthont egy hasonló témájú nemzetközi konferenciának.

**A beszámolókat írta:**

**Tóth Tihamér, Szilágyi Pál, Török Olivér**  
**Összeszerkesztette: Szóts Gábor**

#### A konferencia szervezői



#### A konferencia támogatói



# Beszámoló a Nemzetközi Sportszociológiai Társaság 2011. évi világkonferenciájáról

Havanna, július 12-15.

Az idei esztendőben az egyedi identitásának, a kulturális sokszínűségének és a sajátos politikai berendezkedésének (szocialista köztársaság) köszönhetően a társadalomtudósokra kivételes vonzerővel ható szigetország, Kuba fővárosa adott otthont a sportszociológusok legnagyobb nemzetközi eseményének. A világkongresszust a Nemzetközi Sportszociológiai Társaság (International Sociology of Sport Association, ISSA) a kubai Nemzeti Sport, Testnevelés és Rekreáció Intézettel (INDER) közösen szervezte Havanna legnagyobb konferencia központjában. Az esemény a globalizáció egyre intenzívebbé váló folyamatára utaló „Sport és a változás szele” cím alatt gyűjtötte magába a legkülönbözőbb témákat felsorakoztató prezentációkat. A több mint 200 előadás, illetve poszter-bemutató szerzői elsősorban Nyugat- és Észak-Európából, az észak- és dél-amerikai kontinensről, Ázsiából és Ausztráliából érkeztek. Afrikából és Kelet-Közép-Európából – nyilván a magas költségek miatt – csak szerény számú résztvevővel találkozhattunk. Hazánkat Földesiné dr. Szabó Gyöngyi professzor emerita, Béki Piroska egyetemi tanársegéd és e sorok írója, a TF docense képviselte, a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Karáról.

A kongresszus megnyitó ünnepségén az ISSA elnöke, Steve Jackson, új-zélandi professzor köszöntötte a résztvevőket, majd az INDER elnökhelyettese, az egykori atléta, Alberto Juantorena üdvözölte a hazájába érkező sporttudósokat. Akiben akkorra még nem tudatosult, hogy mely országban is tartózkodik éppen, ezen gyorsan átesett, amikor Montreal kétszeres olimpiai bajnoka, az első futó, aki 400 és 800 méteren is nyert, egykori sportsikerei rövid felidézését ezekkel a szavakkal kezdte: „Thanks God and Fidel.” A sportvezető arra biztatott mindenkit, hogy a Havannában eltöltött napok alatt, a tudományos tapasztalatszerzésen és eszmecserén túl, próbáljanak minél többet megismerni országá kulturájából. Erre azonban estenként főként egyénileg, vagy kisebb baráti csoportokban kerülhetett sor, a kongresszus szervezői ugyanis, a szokásoktól eltérően, nem kínáltak fakultatív kulturális programokat. A vérpezsdítő kubai muzsika sem szűrődött be a termék falai közé; aki erre vágyott, az késő délutántól Havanna belvárosában kereshette a remek zenekarokkal „felszerelt” éttermeket és szórakozóhelyeket.

A kongresszus három további munkanapján párhuzamosan 5-6, összesen 53 szekcióban folyt a tudományos diskurzus. A világ több mint harminc országának sportszociológusai nemcsak saját kutatási eredményeiket mutathatták be, hanem élénk párbeszédet, vitát is kezdeményezhettek kollégáik prezentációja után, mivel erre, a kitűnő szervezés következtében, a legtöbb esetben bőven maradt lehetőség, időbeli csúszás nélkül. Nem túlzás azt kijelenteni, hogy a különböző nemzetek képviselőinek álláspontját, véleményét megismerni egy-egy kérdésben sokszor izgalmasabbnak bizonyult, mint meghallgatni az előadásokat. Éppen ez adta a világkongresszus sava-borsát: megtud-

ni és sokszor rácsodálkozni arra, hogy egy-egy jelenlegben, folyamatban milyen eltérések, vagy éppen érdekes hasonlóságok mutatkoznak az egymástól néha több tízezer kilométerre lévő társadalmak között.

A kongresszus szakmai programját áttekintve megállapítható, hogy az évek óta legnépszerűbbnek tekinthető témák „tartják magukat”; a sport és a nemzeti identitás kérdésköre, éppen a globalizációs folyamat révén, számos előadás fókuszpontját képezte. Mindhárom napon hallhattunk a sport és az egészségi állapot, a sport és a társadalmi nem, a sport és a társadalmi folyamatok, valamint a sport és a devianciák összefüggéseiről is. Igazi újdonságot az a szekció jelentett, főképpen az Európából érkezők számára, amely a katasztrófák (földrengés, cunami) által sújtott területek sportéletével foglalkozott. Ezen túl, íme, még néhány cím a kongresszus tematikájából:

- Latin-Amerika sportja
- A sportfogyasztás jellemzői
- Sport, média és reklám
- A sportolás rizikótényezői
- Sport és társadalmi felelősségvállalás
- Mega-sportesemények a különböző kontinenseken
- Sportpolitika, sportirányítás
- A test és a sport
- Az elhízás problematikája a fizikai aktivitással összefüggésben
- Sport és szexualitás
- Sport – fizikai aktivitás – prevenció
- Versenyzői karrier

E sorok szerzője a „Nők különböző sportszerepekben” elnevezésű, a gender irányzathoz tartozó előadásokat magában foglaló szekcióban tartotta meg a női labdarúgó-játékvezetőkről szóló prezentációját, melynek társszerzője az a Gaál Gyöngyi volt, aki ugyanabban az időben éppen a Németországban zajló női labdarúgó-világbajnokságon közreműködött sípmesterként. Az előadást fokozott érdeklődés kísérte, már csak azért is, mert a hallgatóság soraiban több női FIFA-játékvezető is helyet foglalt. A külföldi szakemberek elsősorban a magyar játékvezető nők társadalmi helyzetével és elfogadottságával kapcsolatos kérdéseket tettek fel.

Az ISSA idei konferenciája nemcsak helyszínét tekintve volt különleges. Itt kell méltatni azt a lelkesedést, amivel a szervezők, némely hiányosságtól eltekintve (absztraktfüzet, esetenként spanyol-angol tolmács), sikeresen igyekeztek gördülékennyé tenni a kongresszus menetét. Az is unikumnak volt tekinthető, hogy az ISSA, több mint egy évtized után, ismét örökös tagokat avatott. Az utolsó nap estéjén megrendezett záróünnepségen, egyenként méltatva kiemelkedő szakmai tevékenységüket, öt neves szakember hosszú éveken át végzett, áldozatos munkáját köszönte meg a szervezet „Honorary Member” cím adományozásával. Az ünnepelték között volt a magyar sport-szociológia nemzetközileg legelismertebb képviselője, Földesiné dr. Szabó Gyöngyi is. Társaságában tiszte-



letbeli taggá avatták a norvég Kari Fasting-ot, a dél-koreai Burn Jang Lim-et és az Egyesült Királyság-béli Joseph Maguire-t is. A 2006-ban elhunyt Alan G. Ingham-nek, a Miami Egyetem volt professzorának odaitélt posthumus „Honorary Member” kitüntetését leánya vette át. Amikor Alberto Juantorena átadta az elismerést jelképező díjat Földesiné professzor-

asszonynak, meleg szavakkal emlékezett meg egykori budapesti versenyének sportszerű nézőiről és akkori vendéglátói barátságáról. Ezen az estén különösen jó volt magyarnak lenni Havannában.

Az ISSA következő világgongresszusát Glasgowban rendezti, 2012-ben.

Gáldiné Gál Andrea

## Egy szakmai életút állomásai

(Fejezetek a magyar sportszociológia múltjából és jelenéből. Válogatás Földesiné Dr. Szabó Gyöngyi publikációiból. Budapest, 2010. Double Printing Kommunikációs Kft. 313 old.)

Valamikor az 1970-es évek második felében történt. Az ELTE BTK Eötvös József Kollégiuma Olimpiatörténeti Szemináriumának hallgatója voltam. Az ókori és modernkori játékok története mellett számos más, a sport területén fontos szerepet játszó tudományág egy-egy jeles képviselőit is meghívta a szeminárium vezetője, dr. Keresztényi József olimpia- és sporttörténész. A sportszociológiáról Földesiné dr. Szabó Gyöngyi beszélt. Ekkor találkoztam vele először, később számos írása révén ismételtelen, hogy egy rövid ideig kollégája is lehessen a TF-en.

Talán furcsa, ha az ember egy könyvismertetés kapcsán ilyen emlékeket is idéz, de úgy vélem ez esetleges elfogultságomra felmentést adhat, ahogy az is, hogy Ezüstgerely-díjas könyve – Magyar olimpiakonok önmagukról és a sportról (Budapest, 1984. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó) – sokunk számára nyújtott fontos kapaszkodót a sportolók helyzetének megértéséhez.

Amikor Szabó Gyöngyi könyvét a kezembe vettem, az Előszó és a Bevezető elolvasása után azonnal a 117. oldalra lapoztam. A régi sikerkönyv részletét olvastam újra. Mert azt kell mondanom, hogy Szabó Gyöngyi írásait különböző időtávlatokból „újra kell olvasni”. Ez az „újraolvasás” igazolja, hogy a szerző egykori tudományos elemzése, eredményei napjainkban is megállják a helyüket. Úgy vélem egy kutatói-oktatói pálya esetében ez a legfontosabb. Ez nem azt jelenti, hogy megállt az idő és a tudományos kutatás, hanem azt, hogy aki az adott munkát elvégezte, jól használta fel erejét és idejét, van mire építenie neki és másoknak a jövőben.

Úgy látom Szabó Gyöngyi azon kutatók/tanárok közé tartozik, akik szívós kitartással kutatnak az általuk kiválasztott témákban és az eredményekkel bátran állnak ki a szakmai megmérettetésre.

Ha már a szakmai megmérettetést említettem, ne feledkezzünk meg arról, hogy Földesiné dr. Szabó Gyöngyi azon kutatók közé tartozik, akik egy tudományterület új szegmensének létrehozásáért tettek sokat.

A magyar sportszociológia – de talán a sportszociológia úgy általában is – viszonylag új szakterületnek számított. Új lehetőségekkel, kihívásokkal, de egyben sok munkával is. Ezt a sok munkát vállalta magára az „emlékkötet” szerzője (s jelen esetben szerkesztője is), aki – s itt nem a könyv előszavát író Gallov Rezső gondolatát szeretném „ellopni” – a magyar sportszociológia első számú képviselőjének számít.

Munkássága sokirányú, ugyanakkor mégis alapvetően egy területre koncentrált, ami mégis nevezhető hármasságnak is: a sportoló és a társadalom, a sport és a politika, a sport és az életmód kapcsolata. Ha

nem akartam volna ezt a sajátos hármasságot kiemelni, akkor írhattam volna: a sport(oló) és minden, ami ahhoz kapcsolódik.

Ezen témákkal foglalkozó írásai, illetve azok részleteinek válogatása került most ebbe a kötetbe, amely közel négy évtizedes kutatói és szerzői tevékenységéről ad átfogó képet, magyar és angol nyelven. Mert nem szabad megfeledkezni arról, hogy a több idegen nyelven is gond nélkül előadó és publikáló Szabó Gyöngyi azon kutatók közé tartozik, akik a nemzetközi porondon – ha úgy nézzük megmérettetésen is – megállták és megállják a helyüket.

Az az érzésem, hogy szakterületén – de talán a magyar sporttudomány egészét tekintve is – a legismeretesebb, a legtöbb külföldi meghívást kapó kutatók közé tartozik. Otthonosan mozog Európában és Európán kívül és nem ijed meg az új kihívásoktól sem. A sporttal kapcsolatos devianciák feltérképezése ugyanúgy fontos a számára, mint annak a vizsgálata, hogy vajon milyen eltérések lehetnek a különböző országok sport iránt érdeklődő felnőtt lakossága között.

Földesiné dr. Szabó Gyöngyi ugyanakkor nemcsak egyszerűen tanár és kutató, de érzékeny ember, aki számára a nehezebb helyzetben, életkörülmények között élők sportolási lehetőségének a megteremtése ugyanolyan fontos, mint az élsport. S ő mindezekért tett és tesz is. Ahogy tesz és tett azért is, hogy az általa megkezdett és részben kidolgozott magyar sportszociológiai kutatások ne maradjanak utánpótlás nélkül.

Tanítványai közül Gáldiné dr. Gál Andrea és Dóczi Tamás már komoly szakmai munkákkal hívta fel magára a figyelmet, és aki ismeri a szerzőt, Szabó Gyöngyit, az látja azokat a segítő lépéseket, „anyai” adott szakmai tanácsokat, amelyekkel önbizalmat is átad a tanítványoknak és finoman vezeti őket az általa helyesnek vélt útra.

S hogy mit lehet még mondani róla és a kötetéről: folytassa oktatói kutatói munkáját továbbra is, immáron professor emeritaként, a magyar sport és a magyar tudomány javára s állítson össze még számos tanulmánykötetet, önálló munkát, legalább ilyen színvonalasan, mint tette ezt!

Végezetül csak egy apró megjegyzés – mert egy ismertetés nem írható úgy, hogy annak szerzője ne legyen legalább valami szerény észrevétel – magam más címet adtam volna a kötetnek, hiszen az írások – amelyek a magyar sportszociológiai publikációk jelentős részét adják – csak Földesiné dr. Szabó Gyöngyi írásai, igaz ő maga „fejezet a magyar sportszociológia múltjából és jelenéből”. Magam remélem, hogy a jelen egyben még a jövőt is jelenti!

Szakály Sándor

Bauman A. et al. (2011): **Changing gears: bicycling as the panacea for physical inactivity? (Váltson sebességet: kerékpározás a mindent megoldó fizikai aktivitás?)** *Br J Sports Med*, **45**: 761.

[Adrian.bauman@sydney.edu.au](mailto:Adrian.bauman@sydney.edu.au)

A kerékpározással kapcsolatos egészségügyi tudnivalókról kevés szó esik. Egy áttekintés (Oja, P., Bauman, A. (2011): Health benefits of cycling: a systematic review. *Scand J Med Sci Sports*) 16 tanulmányról tud. Ezek szerint a kardiorespiratórikus fittség egyaránt jelentősen javul a kerékpározó fiataloknál és az idősebbeknél. Csökken körükben az elhízás, valamint az elhalálozás rákban, illetve kardiovaszkuláris eredetű betegségek következtében.

Gyalogláskor 2,5-3,5 MET a mozgásenergia felhasználása, a kerékpározás 6-8 MET-tel is folyhat, márpedig a nagyobb intenzitás több kedvező hatással jár.

A kerékpározás választását korlátozó leggyakoribb tényezők az alábbiak: ügyetlenség és a költségek, de ezek nem számottevő érvek. A szobabiciklizés, akár a TV előtt, az „ügyetlenek” számára is adott.

Az előnyök messze felülműlják a hátrányokat: 3-14 hónap egészséges élettöbbletet jelenthet, ha az autóból átülünk a biciklire. A kerékpáros balesetek miatt 5-6 nap élettartam a veszteség, a légszennyezés miatt 8-40 nap.

A kerékpározás hazai elterjedését nehezíti, hogy kevés a kerékpárút és a tároló. Sok országban, a hasonló helyzet ellenére több az évente eladott kerékpár szám, mint az autóké.

A védősisak hasznáról megoszlanak a vélemények. Cochrane tanulmánya szerint hatékony. Az angliai Kerékpározó Városok című tanulmány arról ad számot, hogy az infrastruktúra fejlesztésével párhuzamosan a lakosság fizikai aktivitása 27%-kal növekedett. A hollandiai Delftben kisebb aktivitásnövekedést regisztráltak. A kerékpárok rugalmas bérlésének lehetősége tömegközlekedési állomásokon fontos tényező. Például a London Barclays Cycle Hire program évi 10-15 százalékos aktivitás-növekedést eredményezett.

Hollandiában, Németországban és az északi államokban kerékpároznak a legtöbben, de kevesen kirándulnak kerékpárral. A fizikai aktivitás csökkenése a gazdasági növekedéssel párhuzamosan Thaiföldön, Kínában és Vietnámban a legfeltűnőbb, ahol a kerékpárról szoknak át a motorizált eszközökre.

A kerékpározás nem panacea a fizikai inaktivitás ellen. A benne rejlő lehetőséget azonban jobban ki lehetne használni, még az élenjáró országokban is. Ideje sebességet váltani.

• • •

Bouchard C. et al. (2011): **Genomic predictors of the maximal O<sub>2</sub> uptake response to standardized exercise training programs. (Gének jelzik az aerob kapacitás növelésének lehetőségét standard edzésprogram hatására.)** *Journal of Applied Physiology*, **110**: 5. 1160.

Pennington Biomedical Research Center, 6400 Perkins Rd, Baton Rouge, LA 70808; [claude.bouchard@pbrc.edu](mailto:claude.bouchard@pbrc.edu)

Az alacsony kardiorespiratórikus fittség (alacsony csúcsoxigén felvétel, csekély állóképességi teljesít-

mény) erősen jelzi a morbiditás és a korai kardiovaszkuláris mortalitás esélyét. Milyen mértékben növeli az edzés a fittséget? A HERITAGE tanulmányban a 20 hetes, standardizált edzésprogram hatását 47%-ban a genetika határozta meg: 324.611 egy bázispárt érintő, ún. single-nukleotid polimorfizmusból (SNP) 39 volt kapcsolható a csúcsoxigénfelvétel (VO<sub>2</sub>max) növekedésével, ezt a kört tovább szűkítve

21 féle polimorfizmusra, ezek a VO<sub>2</sub> csúcstérték varianciájának 49 százalékát adták.

Akik csak 9 vagy kevesebb ilyen génvariánst hordoztak, átlagosan 221 ml-rel tudták növelni az aerob kapacitásukat az edzésprogram végére, akiknél 19 vagy több volt ezekből az allélekből, azoknak 604 ml-rel nőtt a csúcsoxigén felvételük. A legerősebb kapcsolat az rs6552828

polimorfizmussal volt, amely az acil-koenzim-A-szintáz hosszú karját kódoló génben található (ACSL1), az edzésre adott válasz 6 százalékáért felel. A további sorrend a ZNF domén (PRDM1), a glutamát receptor (GRIN3A), a feszültségfüggő káliumcsatornák egyike (KCNH8), egy cinktartalmú kisagyi fehérje (ZIC4).

A 40-65 éves, inaktív, túlsúlyos, diszlipidémias férfiak (n=183) edzésprogramjának eredményét befolyásolta a ZIC4-hez legközelebbi single nukleotid polimorfizmus (STRIDE tanulmány). A DREW tanulmányban az inaktív, elhízott nők edzésre adott válaszában a morfogenezisben is szerepet játszó DAAM1 és a neccin szomszédságában lévő rs1956197 egyszerű gén polimorfizmus befolyását igazolták. Az aerob kapacitás növekedésében a HERITAGE folytatása 247 feketebőrű személyen egy kalmodulin-kapcsolt transzkripciós aktivátornál (CAMTA1) az rs17581162 allélt és a G-fehérje szignál-szekvenciáját szabályozó (RGS18) gén-polimorfizmus szerepét emelte ki.

A fittség biológiája terén új szempont a genetikai szempontok figyelembe vétele.

A referens megjegyzése: A versenysportban a tehetségek kiválasztása ősi óhaj. Vannak statisztikák az élvonalbeli versenyzők néhány génvariánsának gyakoriságáról, például az állóképességi sportágakban gyakrabban fordul elő az angiotenzin konvertáló enzim (ACE) kódoló gén I allélja, a sprinterek nem nyerhetnek alfa-aktinin-3 R génvariánsa nélkül (ACTN3), a miosztatin gén szerepet játszik az izomzat fejlődésében (Santiago C. és mtsai 2011). A szentpétervári munkacsoport (Ahmetov, Rogozkin, 2009) 36 polimorfizmust ismertet a fizikai képességek és fejleszthetőségük vonatkozásában. A hazai kutatók is bekapcsolódtak a kutatásokba, az élvonalbeli sportolóktól vett sok száz tárolt és folyamatosan bővülő számú vérminta genetikai elemzésével.

Ezek a megfontolások azonban ne riasszanak el senkit a „mindenkinek ajánlott” mindennapi 30 perces megfelelő intenzitású testmozgástól. Még ha nem is lesz az illetőből eredményes távfutó, a szervezetének működése nagyon sok tekintetben javul, ami nem mindig tükröződik az aerob kapacitás növekedésében. Hazai friss áttekintést ad Udvardy Anna és mtsai közleménye: Edzettség, edzhetőség genetikai háttere (Sportorvosi Szemle, 2010, 51. 4.).

Egy szerkesztőségi közlemény (Lippi, 2011), egy összefoglalás (Lippi et al., 2010), valamint Eynon et

## Referátum



Apor Péter  
rovata



al., (2011) sorolják azokat a technikai és algoritmus újításokat, amelyek révén egyszerűbb, olcsóbb, gyorsabb lesz a sport-genomikai kutatás, értelmezhetőbbé válnak a gének kombinációi és a gén-környezet interakciói – hiszen az „egyetlen felelős gén” fellelése illuzórikus álomnak bizonyult. A versenylótenyésztés is új utakra lép e módszerekkel, a kiválasztás, a betegségek diagnózisának és kezelésének tekintetében (Barrey, 2010).

Érdekes kérdést vetnek fel Fiuza-Luces és mtsai (2011): a százévesek ACTN3 genotípus eloszlása (XX= alfa-aktinin hiányos) nagyon hasonló a világszínvonalú állóképességi sportolókéhoz. A fiatal és a középkorú állóképességi, erősportági és nem versenysportoló minta e tekintetben nem különbözött. Az átlagnépesség 16 százalékában hiányzik e gén az R557X polimorfizmusa következtében, s ez az izomanyagcsere oxidatív irányú eltolódásával jár (Berman és North, 2010) – ámbár az ACTN2 kölcsönhatásban lehet az ACTN3-mal, és az ACTN3 talán a fejleszthetőségben kap szerepet (Norman et al., 2009). Vajon a különlegesen hosszú élet lehetősége összefügg-e az izom energiaszerzési mechanizmusával? Egy olasz sportoló csoportban a várakozással ellentétben nem volt kapcsolat az ACE (I/D), az UPC3 és az ACTN3 génpolimorfizmus és a sportág között, viszont az erősportolók körében kapcsolat volt az UCP2 (A55V)-vel és a NOS3 (-786 T/C; G298A)-mal (Sessa et al., 2011).

Óvatos szkepticizmus, etikai kifogások, súlyos pszichológiai következmények felvetése is megjelent az irodalomban a sport(ág)ra alkalmazás genetikai (és egyéb) módszereinek használatára kapcsán (Wackerhage et al., 2009, Williams és Wackerhage, 2009). Az „alkalmasság” nem definiálható egyértelműen, kontrollcsoportok hiányában a genomika felhasználása a kiválasztásban nem pótolhatja egyéb szempontok figyelembevételét, emellett az élsportra való alkalmasság megkérdőjelezése etikailag és pszichológiailag is káros lehet.

• • •

Dolan E et al. (2011): **Nutritional, lifestyle, and weight control practices of professional jockeys. (Hivatásos zsoké étkezése, életmódja és testsúlykontrollja.)** *Journal of Sports Science*, **29**: 8. 791.

Dublin City University, School of Health and Human Performance, Dublin 9, Ireland; eimerardol@dcu.edu. ir.

Az életvezetést és az étkezés összetételeit mérték fel 27 ir zsokén, az összes zsoké 14 százalékát reprezentáló mintán, kérdőív illetve két napos napló segítségével. A válaszolók 14-18 évesen kezdték hivatásos versenyzésüket, hetente három, évente  $355 \pm 140$  futamon vettek részt. Átlagos magasságuk  $167 \pm 0,1$  cm, súlyuk  $58 \pm 7,4$  kg. volt; a BMI  $20,7 \pm 1,5$ , a testzsír  $9,5\% \pm 3,1$ . A testsúlyukból általában 2 kg-t kell leadni fontos futamok előtti napok során, amit száu-nával (86 %) izzasztó fizikai terheléssel (81%), étkezési megszorítással (71%) értek el. A Flat zsoké nap 1669, a National Hunt zsoké 2013 kalóriányi energiát vettek fel (teljes minta:  $1803 \pm 564$  kcal). Számított nyugalmi anyagcseréjük 1479 kcal, a versenynapon a számított energiafelhasználásuk 3952 kcal volt.

A szénhidrát 45%, igen elmaradva a sportolóknak javasolt aránytól, a zsír 35% (a telített, az egyszerűen

telítetlen és a többszörösen telítetlen zsírsavak aránya 13,5, 11,2 és 4,4%), a fehérje 17%, az alkohol 5%-ban adta az energiefelvételt. A vitaminok és ásványi anyagok felvétele több mint a zsoké felénél hiányosnak bizonyult az A-vitamin, folát, C-vitamin, riboflavin, cink, és a kalcium tekintetében. Gyümölcsöt és növényi táplálékot naponta, gyors étteremből elvihető ételt hetente kétszer fogyasztottak.

A zsoké életük legnagyobb kihívásának a súlykontrollt (52%), a nehéz munkát (14%) és a legjobb lovak megszerzését (10%) tartották. Pozitív élményt a nyereség (38%), a versenyzés (19%), a kedvelt munka végzése (19%), a munkával elégedettség (10%) jelentette számukra.

• • •

Dvorak J. et al. (2011): **Injuries and illnesses of football players during the 2010 FIFA World Cup. (Labdarúgók sérülései és betegségei a 2010-es FIFA World Cup során.)** *British Journal of Sports Medicine*, **45**: 626-30.

A 2010-es FIFA World Cup során a harminckét finalista és a többi csapat vezető orvosától kértek be adatokat az előfordult sérülésekről és betegségekről standardizált formában. 229 sérülést jelentettek, 82 a mérközéseken, 58 az edzéseken történt, ami ezer játék-órára számítva 40,1 illetve 4,4 gyakoriságnak felel meg. A sérülés oka 65 és 44%-ban a másik játékosal történő ütközés volt. Csípőhúzódás és bokarándulás volt a leggyakoribb baleset.

A betegségek a légző- és az emésztőrendszer fertőzéseiből adódtak, 99 esetet jelentettek. Betegség miatt a legtöbb esetben nem kellett játékot kihagyni, erre ezer játékosra számítva csak három esetben került sor.

A sérülési statisztika kedvezőbb volt, mint korábban, a labdarúgók technikásabb és sportszerűbb játéka-nak köszönhetően.

• • •

Greenspan P. és mtsai (2008): **Lives of the artists: differences in longevity between old master sculptors and painters. (A művészek élettartama: a szobrászok tovább éltek, mint a festők.)** *Age and Ageing*, **37**: 1. 102-4.

University of Georgia, [greenspan@rx.uga.edu](mailto:greenspan@rx.uga.edu)

A szabadon elérhető cikkben a szerzők a Giorgio Vasari és Carel van Mander által az 1550-1600-as években korábbi művészek élettartamáról összegyűjtött ismertető adatokat egészítették ki a Larousse Dictionary of Painters és az Encyclopedia of Sculpture idevágó információival. Csak a kövel dolgozó szobrászokat vették számításba, így 262 festő és 144 szobrász élettartamát hasonlíthatták össze.

A szobrászok átlagos élethossza 67,4, a festőké 63,6 év volt. A 40 éves kor előtti halálozás gyakoribb volt a festők körében, a nyolcvanas éveket több szobrász élte meg. Nemzetiség és lakóhely szerint nem volt lényeges eltérés az átlagtól.

A szerzők a fizikai aktivitás különbségével magyarázzák a szobrászok hosszabb életét. Kőfaragás közben a nyugalmi anyagcsere öt-hétszeresére is nőhet az energia-igény, míg a festők állva csak 1,8-3,0 szoros energia-igénnyel dolgoznak az alapanyagcsere értékéhez képest.

Hasonló tendenciát más foglalkozást űzők esetében is találtak. Az 1960-1970-es években Paffenbarger és munkatársai mutattak rá arra, hogy a nehéz

fizikai munkát végző kikötői rakodó munkások tovább élnek, mint a könnyű munkával foglalatostok.

Az adott korban jellemző festékek toxinjai, a kőpor belégzése, valamint a fertőző betegségek is rövidíthetik a művészek életét.

• • •

Seiler K. S és Kjerland G. O (2006): **Quantifying training intensity distribution in elite endurance athletes: is there evidence for an „optimal” distribution? (Az edzésintenzitás eloszlása élvonalbeli sifutókon: van „optimális” megoszlás?)** *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 16: 49-56.

Egyetértés van abban, hogy mit jelent és mi határozza be az állóképességi teljesítményt (Hawley, J.A., Stepto, N.K.: *Sports Med.* 2001, 31: 1211-7.). A vita arról folyik, milyen módon kell a napi edzést folytatni, miként lehet csökkenteni a korlátozó komponenseket és hogyan javítsuk a teljesítményt. Két alapvető intenzitás-eloszlás ismert: (1.) a küszöb-edzés modell számtalan megfigyelés szerint igen alkalmas arra, hogy a laktát-küszöbnek megfelelő intenzitással végzett edzéssel fejlesszük az állóképességet; (2.) a polarizált edzés viszont részben e küszöb alatti, részben e küszöbnek megfelelő, és elég tekintélyes edzésidőben e küszöb feletti intenzitással végzett munkát jelent. (Kindermann, W. és mtsai: *Eur. J. Appl. Phys.*, 1979. 42: 25-34; Gaskill, S.E. és mtsai: *Int. J. Sports Med.*, 2001. 22 (8): 586-92.). Egyes szerzők szerint az élvonalbeli sportolók edzéseik háromnegyedét a laktát-küszöb alatti intenzitással végzik és meglepően keveset a laktát-küszöb feletti intenzitással, például: evezősök (Steinacker, J.M. et al.: *Med. Sci. Sports Exerc.*, 1998, 30: 1159-63.), kerékpárosok (Schumacker, Y.O. és Mueller, P.: *Med. Sci. Sports Exerc.*, 2002, 34: 1029-36.), maratoni futók (Billat, V.L. et al.: *Med Sci Sports Exerc.*, 2001, 33: 2089-97.) A gyakori, túlzott mértékű, nagy intenzitással járó terhelések a mozgató szervrendszert károsíthatják.

A jelen tanulmányban jól edzett, élvonalba kerülő 17 év körüli, nagyon tapasztalt és kitűnő edző által vezetett sifutóknál vizsgálták (N=11), hogy milyen intenzitással teljesítették feladataikat. Egy őszi versenyidőszak előtti szakaszban, 32 egymást követő állóképességi edzésnapon, folyamatos pulzusszám-regisztrálást (Polar S610) és RPE megítélést végeztek. A tízfokú RPE-vel az egész edzésre vonatkozó szubjektív nehézség érzetet fejezték ki a sportolók (Foster, C. et al.: *South Afr. J. Med.* 2001, 8: 3-7). Három intenzitás zónát használtak: 4 alatti, 7 feletti és a két érték között. Az utolsó héten 60 laktát-mérésre is sor került. A tejsav mérésére a mintát a steady state edzésperiódusok 20-60. percében, illetve az interval edzések vége után 2 perccel vették. A 2 és a 4 mmol/l értékeket tekintették zónahatároknak. Az edzésperiódus közepe táján történt futószalagon a spiroergometriás mérés: 10%-os emelkedőn félpercenként 6 km/óra sebességről 0,6 km/órával gyorsuló járás-futás során a ventilációs küszöbök (VT1: a VE emelkedik meredekebben a VCO<sub>2</sub> emelkedése nélkül; VT2: a VCO<sub>2</sub> is meredekebben kezd emelkedni) és a maximumok mérése történt meg.

A két ventilációs küszöb három intenzitás-zónát különít el. A Kindermann szerinti „aerob küszöb” a tejsav-emelkedés kezdetével jellemezhető, ez a VT1-

nek felel meg, a laktát steady state a VT2-nek — az e feletti intenzitás már a tejsavszint folyamatos emelkedésével jár, a laktát termelődés meghaladja az eliminációt (laktát akkumulációs zóna). A két ventilációs küszöbhez tartozó pulzusszám és az RPE révén határozták meg, hogy az edzést melyik intenzitás-zónában végezték. A VT1 és VT2 alapján kialakuló intenzitás-zónákat használják az állóképességi teljesítmények jellemzésekor, az edzésvezetésekor (Lucia, A. et al. *Br. J. Sports Med.* 1999, 33: 178-85., Fernandez, B. et al.: *Med. Sci Sports Exerc.* 2000, 32: 1002-6).

A pulzusszám a nagyintenzitású interval edzések mindegyikében elért legmagasabb értéknek felelt meg, a mért maximális értékek százalékában is kifejezték.

A fiatalok aerob kapacitása 63-83 ml/kg/perc, a VE maximuma 181 liter/perc, maximális pulzusuk 189-220 volt. A VT1 54 ml/perc relatív oxigén felvételnél, a maximum 74 százalékánál, 161-es pulzussal, a maximális szívfrekvencia 81 százalékánál volt, a VT2 pedig a VO<sub>2</sub>max 89, a maximális pulzus 91 százalékánál volt. Az edzések 91 százaléka a VT1 alatti intenzitással folyt az egész edzés időt tekintve. 6,4 % volt a két zónahatár között, és csupán 2,6% a VT2 felett. A tartós állóképességi edzéseket a maximális pulzus 66%-án végezték.

Az RPE és a pulzusszám alapján kialakult zónák nagyon jól fedik egymást, az eltérés csekély.

Úgy látszik, az edzői tapasztalat során a polarizált intenzitás-forma alakult ki. Az edzés 75 százaléka a VT alatti intenzitással, 2 mmol/l alatti tejsav-szinttel történik, 5-10 százaléka az edzésnek a VT1 és VT2 közötti, a 2-4 mmol/l közötti laktát-szintet kiváltó intenzitással folyik és az edzésidő 15-20 százalékában, az interval edzésekkel érnek el ennél magasabb intenzitást.

A „75-5-20%” intenzitás-eloszlás tapasztalati adat. Nincs kísérlet arra élvonalbeli sportolókkal, hogy másféle edzéssel igyekezzenek még jobb eredményre jutni. Ez az intenzitás-eloszlás a versenyre felkészülési szakra vonatkozik. Vannak olyan, az állóképességet növelő edzés módok, amelyek intenzitásának a jellemzésére a pulzusszám nem alkalmas, például: plyometrikus edzés, sprinttréning. A VT2 és a 4 mmol/l-es tejsavérték összekapcsolása sem elég precíz: egyénenként és terhelés fajtánként magasabb vagy kissé alacsonyabb tejsavszint mérhető, a laktát steady state 3,8 és 5,2 között lehet, kerékpárosoknál, korcsolyázóknál 4 feletti érték.

Az edzés célja bizonyos gének expressziójának a fokozása, bizonyos fehérjék fokozott termelése is. Erre a VT2 körüli, még tartósan elviselhető intenzitás tűnik a leghatékonyabbnak, ám ez nap, mint nap alkalmazva hatalmas szimpatikus stresszt jelent és nem fejleszti eléggé az aerob kapacitást. Az élsportolók a napi egy hosszú edzés helyett 2-3 részre osztják a feladatokat, alkalmas adva a legalább részleges kipihenésnek, enélkül a 90 %-os intenzitás nagyon megviseli a szervezetet, fenyeget a túledzés-letörés veszélye.

Az edzetlen személyek heti 4-5 edzéssel a laktát akkomodációs (2-4 mmol/l közötti) zónában 2-3 hónap alatt az aerob kapacitásukat, a küszöb-értékeiket, így teljesítményüket jelentősen növelhetik. Az edzett, elit versenyzők inkább a VT1 alatti zónákban töltenek el sok edzésidőt, és két-három hetente gyakorolnak nagy intenzitású testmozgással.



# MEGHÍVÓ

• Visegrad Fund

## HÚSZ ÉVES A VISEGRÁDI NÉGYEK EGYÜTTMŰKÖDÉSE

A Magyar Sporttudományi Társaság konferenciával köszönti a jeles évfordulót, amelyre tisztelettel meghívja tagjait, a sportszervezőket, az edzőket, a testnevelőket és mindazokat, akik érdeklődnek a sport társadalmi kérdései iránt.

A konferencia időpontja: 2011. november 14-15.

A konferencia helyszínei: Magyar Tudományos Akadémia (november 14.)

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (november 15.)

A konferencia nyelve: angol és magyar (tolmácsolás biztosított)

Fő téma:

### A sport és a társadalom kölcsönhatása a V4-ek országában

#### Előzetes program

November 14.

Mit vár a sport a társadalomtól?

Pröhle Gergely (Magyarország)

Földesiné Szabó Gyöngyi (Magyarország)

Irena Slepicková (Cseh Köztársaság)

Filip Kobiela (Lengyelország)

Jancoková Ludmila, Bendíková Elena, Dobay Beáta (Szlovák Köztársaság)

November 15.

Mit vár a társadalom a sporttól?

Gémesi György (Magyarország)

Ales Sekot (Cseh Köztársaság)

Piotr Rymarczyk (Lengyelország)

Gál Andrea (Magyarország)

Az érték és az igazság problémája a sportban és a társadalomtudományokban

Farkas János, Gombocz János, Vermes Katalin (Magyarország)

Kerekasztal-vita

Mit várhat a sport és a társadalomtudomány egymástól?

Közreműködők

Ivo Jirásek (Cseh Köztársaság), Jerzy Kosiewicz (Lengyelország), Balogh László, Dóczi Tamás, Egressy János, Kenéz László, Perényi Szívia (Magyarország) és a konferencia résztvevői

**A részvétel ingyenes!**

A konferencián a részvétel csak előzetes regisztráció után lehetséges!

Regisztráció: 2011. november 13. 12.00 óráig:

[nora.bendiner@helka.iif.hu](mailto:nora.bendiner@helka.iif.hu), tel: + 36 1 460 6980; +36 30 991 0203



# Moccanj!



Coca-Cola Magyarország



## Testébresztő!

A mozgás öröm és bizonyítottan kedvező hatással van az egészségre - ezt vallják azok a százezrek is, akik immár hatodik éve moccannak, sportolnak a Coca-Cola Magyarország Testébresztő Programjával. A mozgáshiány sajnos népbetegséggé vált - mondja Katus Attila, Testébresztő Nagykövet. Ezért nem lehet eléggé hangsúlyozni a rendszeres testmozgás, a sport fontosságát és jótékony hatását. A mozgás létfontosságú az életben.

Az a korlát, amely meggátolja az embereket abban, hogy rendszeresen mozogjanak, gyakran nem valódi fizikai akadály, inkább csak a gondolkodásmódból fakad. A mozgás tehát öröm és bizonyítottan kedvező hatással van az egészségre. Programunk ebben az évben is változatos eseményekkel várja a mozogni vágyó fiatalokat és felnőtteket. Sosem késő elkezdeni!

[www.coca-cola.hu](http://www.coca-cola.hu)

Legyen a mozgás az életformád!

Rajtad múlik! Kezdd el most!

