



Labdarúgó NB I

Gólzápor Diósgyőrött

Az NB I. osztályú labdarúgó-bajnokság tavaszi első fordulójának szombati hét mérkőzése kielégítette a szurkolók igényét. Elsősorban, ami a csapatok eredményességét illeti, hiszen a hét mérkőzésen 29 gól született, ami mérkőzésenkénti négyenél is magasabb átlagnak felel meg. Persze hozzájárul ehhez a gólszűrethez a Rába ETO diósgyőri 7-3-as győzelme. Eredmények: **Bp. Honvéd—Nyíregyháza 3-0 (1-0)**. Kispest, 8000 néző V.: Urbán. Góllövők: Dajka (2) és Kozma.

Rába ETO—DVTK 7-3 (3-0). Diósgyőr, 10 000 néző. V.: Pádár. Góllövők: Hannich (2, mindkettő 11-esből), Szentés (2), Póczik, Hajszán, Szepesi, ill. Giron, Csorba, Kiss.

Vasas—ZTE 2-2 (1-1). Zalaegerszeg, 10 000 néző. V.: Maczkó. Góllövők: Kiss, Izsó, ill. Török, Sipos.

Ferencváros—Haladás VSE 2-0 (1-0). Szombathely, 18 ezer néző. V.: Palotai. Góllövők: Nyilasi, Pölöskei.

A táblázat állása:

1. Csepel	16	9	6	1	28-17	24
2. Rába ETO	16	11	4	4	42-17	23
3. Bp. Honvéd	16	9	3	4	23-17	21
4. U. Dózsa	16	7	5	4	23-19	19
5. Ferencváros	16	8	2	6	29-29	18
6. Vasas	16	6	6	4	33-25	18
7. Debrecen	15	5	6	4	19-19	16
8. Videoton	16	7	1	8	29-24	15
9. Tatabánya	15	4	5	6	20-24	13
10. Diósgyőr	16	4	5	7	21-30	13
11. Haladás	16	4	5	7	13-23	13
12. Békéscsaba	16	4	5	7	25-38	13
13. MTK-VM	16	5	3	8	20-35	13
14. ZTE	16	4	4	8	17-23	12
15. Pécs	16	5	2	9	23-30	12
16. Nyíregyháza	16	3	5	8	13-23	11

Ú. Dózsa—PMSC 2-0 (1-0). Megyeri út, 4000 néző. V.: Hartmann. Góllövők: Töröcsik, Szabegyházi.

Csepel—MTK-VM 3-1 (1-1). Hungária út, 6000 néző. V.: Szávó. Góllövők: Lázszanyi, Dékány, Mészöly, ill. Boda.

Videoton—Békéscsaba 4-0 (1-0). Székesfehérvár, 5000 néző. V.: Nagy B. Góllövők: Szabó (2, egyet 11-esből), Nagy T., Horváth F.

Ma az SZVSE-stadionban

SZEOL AK—Bajai SK

Ma délután 2 órakor az SZVSE-stadionban a SZEOL AK NB II-es labdarúgó-csapata szezonnyitó mérkőzésen találkozik a bajnoki pontokért a Bajai SK gárdájával. A szegediek várható összeállítását: **Hornyák — Kozma Z., Széplá, Kutasi, Szabó — Orosházi, Takó, Tóth J. (Gruborovics), Repka — Kovács G. (Góicz), Deák.**

Ezúttal is megjelenik a **Hajrá! SZEOL!** műsorfüzet, melyben az egyesület pro-

pagandistái újabb meglepetéssel szolgálnak a szurkolóknak. A füzetben az Express Ifjúsági és Diák Utazási Iroda keresztretjvénye jelenik meg, s a helyes megfejtők között értékes díjakat sorsoznak ki. **Fődíj:** Társutazás a Szovjetunióba. Az e heti keresztretjvény beküldési határideje: 1983. március 5. Cím: 6720 Szeged, Bajcsy-Zs. u. 14. A borítékra a beküldő neve és pontos címe mellett írják rá: „Retjvény”.

Főúri passzió volna?

Egy óra Forrai Zoltán sportmasszörrel



Aki orvos akar lenni, annak tudni kell masszírozni — hangoztatta Hippokratesz, a neves ókori görög orvos. Kollégái, az akkori kor híres orvosai időben felismerték megállapításának helyességét, kiterjedten alkalmazták a fizioterápia eszközeit, elsősorban, de nem kizárólagosan a hidro-és balneoterápiát, a gyógyvizes kezelést. Ezért érthető, hogy nálunk — még az élsportolók körében is! — ha nem is rossznak, de csupán egy „szükséges valaminek”, majd hogy pusztán időtöltésnek veszik a versenyek előtti masszírozást, gyúrást, a nagy megterhelések utánj izomlazító, pihentető fürdőt. Holott, mint ahogyan dr. Reisz Ede mondja: „A rendszeres masszázs után a izom teljesítménye, a könnyebben restitálódik, ezért különösen a sportban lehet hasznosítani.”

Különböző vizsgálatok szerint a masszázs 30 százalékkal tudja fokozni a sportolók teljesítményét. Nagyon, egy-egy valóban megerőltető versenyek után öt perc masszázs lényegesen előnyösebb, mint öt perc pihenő. Direkt, kifejezetten jó hatása elsősorban az izomzatot érintve, azáltal, hogy javítja a vérrellátást, így a fokozott vérkeringés késlelteti az izomfáradás bekövetkezését. **Prof. dr. Adrián N. Ionescu** Sportmasszázs című könyvében írja: „A legújabb elképzelés szerint a fáradtságérzés kifejlődésében az idegrendszernek van jelentős szerepe. Az izmok elfáradásának legtöbb objektív és szubjektív tünete megmagyarázható. A fáradtságérzés leküzdésére alkalmazott masszázst hatással számomra egyszerű laboratóriumi vizsgálat igazolta.”

A módszerek hasznosságáról alkalmankénti kivitelezhetőségükről, a „csodaszerekről”, a kulisszatitkokról, arról, hogy a sportmasször valójában szaktekin-tély-e, avagy holmi öltözői londoni, a SZEOL AK kosárlabda-mérkőzésének elmaradhatatlan „kellékével”, a közkedvelt. Gyurmának becézett **Forrai Zoltán** nál cseréltünk szót. Róla előjában annyit, a sporttal való kapcsolata nem véletlen, évekig kajakozott, vidékbajnok volt. Azt, hogy végül gyűrő lett, a sors játékaának köszönheti. Sportolónként a szegedi Vízművek és Fürdők Vállalatához került dolgozni, ahol „beleszerelt” a szakmába. A szakvizsgát 1978-ban tette le, a sportmasszöri képesítést 1980-ban szerezte meg. A SZEOL AK-nál 1979 óta ténykedik a 30 éves, macskós járású fiatalember.

Véleménye szerint mekkora jelentőséget tulajdonítanak munkájuknak az érdekeltek — vágtam egyből a közepébe. Mindig mosolygós arca szokatlanul komorra változik. — Embere válogatja. Én mindenesetre rendkívül fontosnak tartom, amit csinálunk. Tudom, hiszem, a megfelelően alkalmazott gyúrás nem 30, de 40-45 százalékkal képes fokozni a teljesítményt. Ez persze csak akkor érvényes, ha rendszeresen, hetente kétszer-háromszor kezelésbe vehetem a páciens.

Foglalatosságukról, a mérkőzések előtti és közbeni cselekedeteikről megannyi, a „szakavatott” vélemény, a kívülállóknak leginkább olyan mindenesnek nézik a gyúrót. Hallottam már azt is, főúri passzióként is jöljogható, amit csinálnak. Ha lehet, még keményebé váltak vonásai.

— Annak, aki immel-ámmal végzi dolgát, lehet, hogy passziózás az egész, én viszont nem annak veszem — csattan szokatlanul keményen. — Meg kell próbálni, de lelkiismeretesen ám, és miután tiz-tizenkét embert kinek-kinek az igénye szerint ellátott a mérkőzésre — nem beszélve a délelőtti délutáni edzésekről —, akkor de csak akkor cseveg-hetünk e speciális munka milyenségéről.

— Ahány ember, annyi féle-fajta — szoktuk mondani. Különösen áll ez a mérkőzésre váró sportolóra. Ugyenkor a gyűrő kerülhet legközelebb a versenyzőhöz, egy személyben lelkiatja, testvér, barát, cimbor vagy éppen pszichológus. Hogyan tesz eleget ennek a papíron meg nem követelhető, mégis elvárt feladatnak?

— Végtelén türelmessel — enyhül a megszokottá. — Soha nem hagyom figyelmen kívül, mik voltak az előzmények, és kivel is állok szemben. Kemény, megterhelő volt-e a heti edzés-munka, jó vagy rossz formában van-e az illető, milyen fokú a rajtláza, gör-csős, ideges típus, kötött, vagy laza izomzatú, és még sorolhatnék néhány, egyáltalán nem mellékes dolgot. Ha például merev izomzatú a játékos, erősebb, ha lazább, frissítő krémet hasz-

nálok. Amikor ráfekszik a gyűrőpadra a sportoló, ritka eset, hogy ne tudnám megállapítani, mire lesz képes fizikailag és idegileg.

— És ezt el is mondják nekik? — Megfelelő kóritással adom tudtukra, hogy mire ügyeljenek, vigyázzanak. A bemelegítést, és ez szinte valamennyi magyar sportolóra vonatkozik, iszonyúan lagymatagon, rosszul végzik. Általában csak az izmokat lazítják ki, pedig az ízületek a fontosabbak. Ezért aztán arra fektetem a fő hangsúlyt, hogy úgy mozgassam át az ízületeket a szalagokat, hogy meginduljon a névkezdés, tehát „olajozottan”, ne pedig reccsogva, ropogva mozogjanak egymáson a csontok.

— Amikor játék közben valaki megsérül, legyen az bármilyen labdajáték, a gyűrő pillanatokon belül ott terem „varázstáskájával” a pálya szélén és különböző kencékkel dörzsölgetve, egyik percről a másikra talpra állítja az előbb még „haladoklót”. Tiika? — Válaszát derűs kacaj előzi meg.

— Az égvilágon semmi ördögösség nincs a dologban, illetve annyi, hogy tudni kell, a különböző sérülésekre és testrészekre, azok izomzatára mi a legjobb, leghasznosabb, mert a frissítő és bemelegítő kenőcsök, folyadékok egyenkéntől függően más és más hatást válthatnak ki. Csodaszereim nincsenek, de ahol csak tehetem, legyen az itthon vagy külföldön, igyekszem ellesni a mesterségbeli fogásokat, azt, hogy mit mire és miért használnak a kollégák. A táskámban mindig található magyar, szovjet, NDK-beli és NSZK-beli krém, valamint spray, én ezeket tartom a legjobbnak. A gyógyszerekkel, méhél hatásosabbak, annál óvatosabban kell bánni. Ami viszont sohasem jár veszélylyel, ami a legtermészetesebb gyógymódot egyike, az a gyógymasszázs. Természetesen akkor, ha az utókezelést megbeszéljük az orvossal.

Forrai Zoltán mögött nem áll évtizedes gyűrői múlt, de ez a beszélgetés is meggyőző arról, mit tud a szakmából, hogy foglalkozását hivatásnak tekint. **Gyürki Ernő**

Sportműsor

Birkózás: Felmött I-III. osztályú országos szabadfogású verseny, SZVSE-csarnok, 9 óra.

Kézilabda: Ezeremster teremkézilabda úttörő kupa: Széregi úti Sportcsarnok: B-csoport első-C-csoport első, 8 óra, helyosztók: 7-8. helyért, 8.50, 5-6. helyért, 9.40, 3-4. helyért, 10.30. Döntő: 11.20, ünneplés eredményhirdetés, 12.20.

Kosárlabda: NB I. I-csoport. Nők: SZEOL AK-Bp. Spartacus, újszegedi Sportcsarnok, 11 óra, Weidinger, Faidt. Utána ifjúsági mérkőzés.

NB II. Nők: Sz. Tanárképző-Magyar Hajo, Ságvári általános iskola tornaterme, 11 óra.

Sakk: II. osztály, keleti csoport:

SZVSE—MEM, Szeged, Kossuth L. sgt. 74/C, 10 óra.

Teke: NB III. Férfiak: SZEOL AK—Kecskeméti TE, SZEOL-pálya, 8 óra.

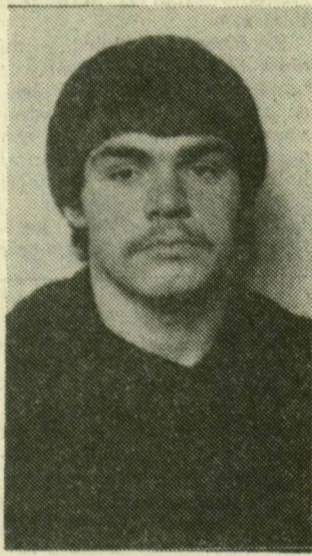
Úzás: Arvizi emlékvérseny és általános iskolások versenye, újszegedi sportuszoda, 11 óra.

Labdarúgás: NB II: SZEOL AK—Bajai SK, SZVSE-stadion, 14 óra, Fekete (Szabó J., Juhász).

HÉTFŐ

Labdarúgás: Radnóti-hétfők. Tavaszi Kupa I. fordulója: Eriára—VIKE, 16 óra 30. SZAK—Harlem, 17.30, SZEKO—Derby, 18.30, Standard —JATE Color, 19.30, MAV BFF —Old Boys, 20.30.

Fedettpályás EB-re készül Ladányi Zsigmond



Ladányi Zsigmond

Fél évvel ezelőtt írtunk utóljára **Ladányi Zsigmond**-ról, a SZEOL AK válogatott ailetájáról. A 22 éves súlylökő a Tisza Kupa I. osztályú atlétikai versenyén éppen negyedszer javította meg az országos utánpótlásúcsot, mégpedig 18,82 méterre. Néhány hét múlva aztán következett az ötödik csúcjavítás; 18,90-re!

A kitűnően sikerült 1982. év után újabb feladatok vártak Ladányira, mégpedig a Fedettpályás EB-re való felkészülés. A MASZ súlylökésben 18 méterrel határozta meg az EB-szintet. A SZEOL AK kiválósága az alapozás után hétről hétre javuló eredményeket produkált, és két héttel a budapesti Európa-bajnokság előtt, nemzetközi versenyen 18,26-tal teljesítette a szintet és kiharcolta az EB-csapatba kerülést. A napokban edzője, **dr. Trényi Imre** jóvóltából futottunk össze, hogy röviden értékeljük a sikeres tavalyi évet, és az idej feladatokról beszéljünk.

— Zsigának kitűnően sikerült a múlt évi versenyszériák — kezdte az értékelőt dr. Trényi Imre, majd így folytatta: — 1982-ben ötször javította meg az országos utánpótlásúcsot, melyet még 1965-ben állított fel Fekér Géza 18,24 méterrel. A versenyszériák végetvetve a szeptember és október pihe-néssel, az ízületek rehabilitációjával telt el. November elejétől fokozatos terheléssel kezdődött meg az alapozás, majd decemberben már a minőség munka dominált. Januárban és februárban Ladányi a tatabányai edzőtáborban a válogatottat folytatta a formába hozást.

— Nagyon vártuk már a terem-bajnokságok kezdetét, hiszen ezek mindig felüdülést jelentenek a monoton erőgyűjtés időszakok után. Az

fedettpályán, (Most szombaton Szabó, kitűnő 19,07-es eredménnyel második lett a 19,16 méterrel elért bolgár Janez mögött. Ladányi 17,48-cal harmadik!)

— **Március 5-én és 6-án fedettpályás EB Budapesten. Tervei?**

— Tisztos helytállás a célom, és legalább elérni azt az eredményt, amellyel bekerültem a csapatba.

— **Milyen teljesítménnyel lenne elégedett 1983-ban, milyenek az esélyei a montreali olimpiára?**

— Elsősorban az első osztályú szintet (19,50 m) teljesíteni és megközelíteni a 20 méterrel! Ha ez sikerül, bekerülhetek az olimpiai keretbe is. Az én igazi olimpiám azonban öt év múlva következhet, hiszen akkor 27 éves leszek!

Ladányi Zsigmond nemcsak a sportra, de az életre is komolyan készül. A JATE Állam- és Jogtudományi Karának első éves hallgatója. — Tanulok és sportolok, hiszen ez a dologom! — mondja egy egyszerűen, mintha ez lenne a világ legtermészetesebb dolga. Az eredményekhez azonban nagyon sok lemondás tartozik. Mégsem érzí tehernek, hiszen a szórakoztató kikapcsolódást a zenehallgatás, a könyvek és egy-egy film jelenti számára.

Dr. Trényi Imre búcsúzóul még hozzátesszi: — Nagy öröm számomra, hogy Zsiga Európa-bajnokságon indulhat. Az elején sokan féltették, hogy visszaesik nálam. Jó válasz ez az ellendrukke-reknek! Sok tehetséges fiatal dolgoztam már, de ilyen akaratú és erkölcsű jó tulajdonságokkal rendelkező fiatalemberrel még soha. Biztos vagyok benne, hogy Ladányi kiharcolja az olimpiai csapatba kerülést! **Bagaméry László**