

# NAPLÓ

A MAGYAR SZOCIALISTA MUNKÁSPÁRT HAJDÚ-BIHAR MEGYEI BIZOTTSÁGÁNAK LAPJA

## Ki kell építenünk

## a magyar szocializmus modelljét

Németh Miklós felszólalása a gazdasági kamara elnökségi ülésén

Ülést tartott hétfőn a Magyar Gazdasági Kamara elnöksége. A testület a kamara ez évi legfontosabb feladatait vitatta meg. Az ülésen részt vett és felszólalt Németh Miklós, a Minisztertanács elnöke, az MSZMP Politikai Bizottságának tagja.

A 13 éve húzódó panaszok kiváltó alkalmazkodási problémákban mindnyájan — a mai tanácskozáson — ugyanarra a kérdésre keressük a választ, milyen eszközök segítségével tudunk kimozdítani a jelenlegi holtpontra — mondotta előljáróban. — Ma már nyilvánvaló, hogy a szocializmus 1948/49-es kialakult, extenzív jellegű modellje került válságba, és a gazdasági szerkezet alkalmazkodási nehézségei mögött is lényegében húzódik meg. Erről az aprólékosan indulva kell keresnünk a választ napjaink leggyakoribb kérdéseire: hogyan jutottunk ide, hol vannak a felelősök? Magam is úgy vélem: az anyes és kíméletlen kritika és önkritika a mai helyzet elemi követelménye. A támadást meg kell tenni. A monopozitív útra lépnek, csak saját sorainkat töltsék meg a lázas igazságérzetesen. Evtizedekig egy felületen megosztott világunk éltünk. Az elszáncolt akartáborból onbízalomtól kezdve üzeneteket küldtek a külvilágnak. Utólagosról, megelégedésről, az eszme és a rendszer feltartóztatathatatlanságáról, fölénytudásokról szölettek ezek az üzenetek. Tagadták a másfajta rendszer életképességét, megújulási energiáit. E marabizottság szinte rimelt a szűkítő gögyjére, ami azt mondhatta vele: „Egy találatnyi föld elég nekem, a tagadás lábát megvesz, s világotat meg fogja dönteni”. De mihielyst ablakot nyitunk a világra, már lát-

hatása, ami megakadályozza, hogy a termelők mindenféle költségeiket elismertessék az árban és még nyereségük is legyen. A mi piacunk még nem ilyen, és valószínűleg még több évig nem is lesz az.

A központi irányítás mégis úgy alkalmazza többek között a hitel- és kamatpolitikát, az ár- és bérmechanizmust, az árfolyampolitikát, mintha valódi piaci viszonyok működne. Szorítani, terelni kívánja a gazdálkodókat, önállóságot is ad nekik, de nem tudja megakadályozni, hogy a szorítás miatt növekvő költségeket a gazdálkodók tovább hárítsák. — Egy tünik tehát, hogy egy tényleges antiinflációs gazdaságpolitika és eszközrendszer kialakítása igényli az eddigi gyakorlat alapos át-gondolását, s a korábbinál sokkal felelősebb együttműködést a folyamatok valamennyi szereplőjétől, a gazdálkodóktól, a kormánytól, az érdekképviseletektől egyaránt.

A kormány megkezdte a támogatások széles körű leépítését. Jelentősen csökkentette a veszteséges vállalatok támogatását, az ártámogatásokat, a társadalmi szervezetek működésének támogatását és a honvédelem kiadásait is.

Nem a lakosság egyoldalú terheléséről van tehát szó, hanem olyan átfogó kiadási- és támogatáscsökkentésről, amelynek a fogyasztói árak emelése bár fájdalmas, szociális nehézségekkel jár, de elkerülhetetlen része.

A kormány bízik abban, hogy a közvélemény megérti: a túlburjánzott támogatási rendszer leépítéséhez hozzá kellett kezdenie, mert e nélkül a gazdaság továbbra is tévúton járna, veszteségesen termelne.

(Folytatás a 2. oldalon)

## Felemás gazdasági viszonyok

Sokan beszélnek manapság arról, hogy fiskális terror uralkodik a gazdaságban, és annak van alávetve a lakosság is. En nem hiszek abban, hogy a fiskális terror alkalmazása célravezető lehetne. Feltétlenül hiszek viszont a pénz gazdasági folyamatainak integráló szerepében, és egyik legfőbb törekvésem, hogy e szerepértvényre juthasson. Az eredményt mérje a jövedelem, minősítse a piac és honorálja a vásárló, a fogyasztó.

Ma még nem ez a helyzet, mert a viszonyok felemásak. Azok a hazaiak és nagyrészt a külsők is. Így a követelmények, melyeket közvetítenek, sokszor nem egyértelműek. A piaci üze-

neteket jórészt még mindig dekadódnak kell, a makrogazdasági egyensúly még mindig csak beavatkozásokkal biztosítható. S a beavatkozások szempontjait a gazdálkodók gyakran nem is ismerik, vagy ha igen, akkor sem méltányolják.

És ezen semmi csodálkoznivaló nincs. Mint ahogy azon se, hogy egy gazdaság, melynek belső piacán kell összemixelnie két, gyökeresen eltérő értékviszonyokat hordozó, alapvetően különböző elveken működő külső piaci rendszer követelményeit és értékrendjét, nem tud egy klasszikusan leírható modell mökötteni.

A valódi piacnak — mint tudjuk — van árkorlátozó

## Grósz Károly hazaérkezett Svájcból

Grósz Károly, a Magyar Szocialista Munkáspárt főtákará hétfőn a kora délutáni órákban hazaérkezett Svájcól, ahol a Világgazdasági Fórum elnevezésű nemzetközi alapítvány meghívásának tett eleget. Grósz Károly a szervezet davosi tanácskozásán előadást tartott a kelet-nyugati kapcsolatok, az európai együttműködés fejlődéséről. Az MSZMP főtákará több nyugat-európai politikussal is találkozott.

Kisérletében volt Bartha Ferenc államtitkár, a Magyar Nemzeti Bank elnöke, Kovács László külügyminiszter-helyettes, Thürmer Gyula, az MSZMP főtákarának tanácsadója.

Az MSZMP főtákarát hazaérkezésekor Bényi József külügyminiszter-helyettes és Kimmel Emil, az MSZMP szövívőhelyettese fogadta a Ferihegyi repülőtéren. Jelen volt Paul Wipfli, Svájc magyarországi nagykövete. (MTI)

(A Svájcól hazaérkező Grósz Károllyal készített inter-jút a 3. oldalon közöljük.)

## Kilenc százalékkal csökkentik a néphadsereg létszámát

Németh Miklós, a Minisztertanács elnöke, az MSZMP Politikai Bizottságának tagja hétfőn délután a Magyar Gazdasági Kamara elnökségi ülésén bejelentette: annak érdekében, hogy a Magyar Népköztársaság is hozzájáruljon az enyhülési folyamat továbbfolytatásához és az európai hagyományos

haderők és fegyverzetek csökkentéséről szóló, márciusban kezdődő tárgyalások sikeréhez, a kormány — a magyar katonai vezetés javaslatára — olyan döntést hozott, hogy 1989—90-ben mintegy 9 százalékkal csökkenti a néphadsereg létszámát, és ezzel egy időben a fegyverzet és haditechnikai eszközeit is.

Németh Miklósnak, a Minisztertanács elnökének hétfő délutáni bejelentése után az MTI az alábbi tájékoztatást kapta a Honvédelmi Minisztériumtól: A hadsereg védelmi jellegűvé alakításának korábban kidolgozott programja részeként a Magyar Néphadsereg létszámát, valamint harci-technikai felszereltségét. A csökkentés 1989—90-ben mind a szárazföldi, mind a honi légvédelmi haderőnemet érinti. A néphadsereg összlétszáma folyamatosan mintegy 8,8 százalékkal — 9300 fővel — csökken. Az egyoldalú csökkentés során a néphadsereg rendszeréből kivonnak egyebek között 251 harcokocit, 30 páncélozott szállítójárművet, 430 különféle tüzérségi eszközt, 6 harcászati rakéta-indítóállványt, valamint 9 elfogó vadászpilótógépet. A létszám- és fegyverzetcsökkentéssel párhuzamosan megszűnik egy harcokocisandár, egy vadászpilótószázad, és további szervezeti korszerűsítést hajtanak végre. (MTI)

## Nem a kereskedelem a hibás

A Délker egyes termékeinek ára is 30-án emelkedett

Amint értesültünk róla, a január 9-i központi áremeléssel nem fejeződtek be az ármegemlések. Újabb termékek ára emelkedett január 30-án, 31-én és február 1-jén pedig folytatódik a sor. Hétfőn a vásárlók dohogása erőteljesebb volt a szokásosnál. Azt nehezményezték — Szikszay Bélának, az Anyag- és Árhivatal elnökének a sajtóban hétfőn közzétett tájékoztató-sára hivatkozva —, miért drágább máris a boltokban a Délker által forgalmazott termékek egy része, amikor arról volt szó, hogy ezeknek az árát csak február 1-jétől emelik. Meglehetősen sok telefon érkezett a megyei Élelmiszer-kiskereskedelmi Vállalat központjába is: a kereskedőket szidták, mivel úgy vélték, önkényesen emelték az árát még február 1. előtt.

Hajdú Lajos kereskedelmi igazgatóhelyettes a panaszt, rá a választ — lévén közérdekű — szerkesztőségünk-öz továbbította: — A Délker-től még 1988. december 22-én a következő levelet kapta dr. Havas Ferenc vezérigazgató aláírásával a vállalatunk: „A mellékelt árváltozások érvénybe lépésének ideje — az árközlés-ken feltüntetett február 1-jével ellentétben — 1989. január 30. az Országos Anyag- és Árhivattal történt egyeztetés értelmében. Az időpont változására a kiskereskedelmi vállalatok szempontjait figyelembe véve került sor. (Az ajánlott fogyasztói árak-ról történő átárazás hétfői leltárfelvétellel legyen megoldható.) Mi ezt vettük figyelembe és a szeszipari vál-

lalatok áremelkedésével együtt január 28-án, a bolt-zárásokat követően hajtottuk végre. Fekete Béla, a Tócskerti ABC áruház vezetője is vásárlói panaszkokról számolt be: — A mostani árváltozás hasonló a január 9-eihez, hisz lényegében csak a bor és a belföldi cigarettá ára maradt változatlan. Nem csoda, hogy az emberek forintjaik védelmében reklá-máltak, sokan meg akarták nézni az utasítást, mert nem hittek nekünk. Nagyon kellemetlen volt, hisz arról, hogy rosszul sikerült a tá-jékoztató, nem mi, kereske-dők tehetünk. — Mennyi többletmunkát és költséget jelentett a szombati leltár, illetve átárazás? — Szombaton öt tekercs árazó szalag fogyott el (egy darab száz forint). Az idén negyvenezer forintért vételeztünk szalagot, de nem tudjuk, meddig lesz elég. A gép ára — amellyel az át-árazást végezzük — hat-hatertől még 1988. december 22-én a következő levelet kapta dr. Havas Ferenc vezérigazgató aláírásával a vállalatunk: „A mellékelt árváltozások érvénybe lépésének ideje — az árközlés-ken feltüntetett február 1-jével ellentétben — 1989. január 30. az Országos Anyag- és Árhivattal történt egyeztetés értelmében. Az időpont változására a kiskereskedelmi vállalatok szempontjait figyelembe véve került sor. (Az ajánlott fogyasztói árak-ról történő átárazás hétfői leltárfelvétellel legyen megoldható.) Mi ezt vettük figyelembe és a szeszipari vál-

## Hétfégi piac

Meglepően sok volt a szabad parkoló ezen a hétfőn a debreceni vásárszarnok előtt. Nem volt túlekedés, autók, kocsik, tömeg sem tolongott a butikos bódék között. Bent a csarnokban fázósan húzták össze magukon a kapátot az árusok és inkább nézelődő, beszélgető vásárlók bökkláztak az asztalok körül. Igaz, így télvíz idején a vásárlók sem olyan bőséges, mint a kánikulában. Magam sem gondoltam, hogy a piacra is bevonult a politika — az apartheid —, hiszen öles betűk hirdették: „Fehér csirke 30 forint!” Lehetett tojást kapni 2,40-tól 3,30-ig és élő halat reggel 6-tól délután 1 óráig. Kicsit drágánkat tartottam az inkább sárga, mint piros primőr paradicsomot, mert nem hiszem, hogy a mai árak és bérék mellett sokan megengedhetnék maguknak a kilónkénti 200 forintos árat. Talán a burgonyafelhozatal volt a legbőségesebb és itt tömörültek árkartellba a gazdák, hiszen egységesen mindenki hét forintért kínálta e gumós terméket. Volt még virág friss, hervadt és papírból készült, volt fokhagyma, leveszöldség a hozzávaló különféle száraz fészttákkal. Ez utóbbi elárúsítóhelyen tudtam meg, hogy mi a különbség a sarkos csiga és a gömbölyített között. Nekem persze teljesen mindegy, mert az orjalevesben egy célt szolgálnak. Ez volt tehát a piac hét végén, mely nemcsak a vevőtől, de az áruhiánytól is pangott.



W. Gy. A „sarkos csiga” készítője (Foto: Iklódy János)

30., APJA, akor, IDÓJÁRÁS, G. Hétfőn, zágban ma- nőan borult, osan ködös szakad fel t. Elszórtan ónos szitá- oszállingózás keltt marad várható leg- szakai hő- 5 fok kö- abb nappali tőfőn fagy- lakul. APTÁR, ületett Felő- n halt meg sőbbi nevén 99—1959) asz- gyar és a kásmozgalom eláidemokrata 2-ban csatá- tevékenységű csoportok, vett a Ma- ista Munkás- ben, s tagja TP-nek is. AMOK, ztavaink ha- szapordása t. képessége sios tart éző- ta 8. szim- és, előadás, esőves bemu- loban (Szabo XV. emelet). tet című pá- csoportok ságpolitikai utca 1.). gánylakosság növekedésé- a meggyben el előadás a p keretében si Ház Peto- KLUB, 7 órától az igazgató- a megyei tőlvel. SZ. EBE- akóinak ré- meg. Ez illió forint a gerinc- 990-ben 23 öltéssel a zetek-rend- ősszefogás tsz és a Állami atását is tanács a sa érdeke- HARI, 0. szialista rt megyei lapja. 60: zsef. tettesek: are sa 0. 4024. 144. 7-132. 7-18-693. egyel aliat, r 10. 4001. 144. 60: réné. nda. 16: 10. 30. 0975. ar Postl- apkészesít- knál mel. 411. 95 Ft. 5 Ft. Ft. 27. 1081











# Polgár lányok és Biogal-Helia-D: "házasság"?

Az elmúlt vasárnap megkezdődött az idei elsőosztályú országos sakkcsapatbajnokság. Az olimpián aranyérmes Polgár lányok (Zsuzsa, Zsófia, Judit) azonban nem ültek asztalhoz, ugyanakkor a debreceni csapatban is korábbi szerződésük az MTK-VM-nél lejár, új megállapodást pedig egyelőre még nem írtak alá. A hírek szerint Debrecenben folytatják pályafutásukat.

Venczel Miklós, a Debreceni Universitas Sportegyesület ügyvezető elnöke elismerte, hogy vannak ilyen tervek, de a tárgyalások eredményeiről még nem tudott beszámolni. Így nyilatkozott:

— Néhány szót az előzményekről. A Polgár nővérek neve először a nyári Barneval-kupával kapcsolatban került fel, szeretjük volna eladni, hogy induljanak ezen a debreceni nemzetközi viadalon. Ezután vetődött fel az ötlet, hogy miért ne igazolhatná le őket az élvonalban szereplő férfi csapatunk, ha már úgyszólván érvényes szerződésük. Mindehhez persze kellett az is, hogy egyik támogatónk, a Biogal Gyógyszergyár hajlandóságot mutasson: megfelelő reklámszerződést kínáljon a világ élvonalához tartozó sakkzónak.

Cserébe milyen elvárásai lennének?

— Tisztában vagyunk azzal, hogy a Polgár lányok, először a női világranglistát vezető Judittal, nemzetközi sakkversenyek miatt nem tudnának mind a 13 bajnoki fordulónban rendelkezésünkre állni. Mi azzal is megelégedünk, ha hárman együttesen

24 fellépést vállalnának, azaz 8-8 mérkőzésen erősítenék csapatunkat, akár együtt, akár külön-külön.

Van valós reményük az olimpiai bajnokok leigazolására?

— Meggyőződésem, hogy szinte minden a reklámszerződéstől függ. Ha a Biogal és a Polgár család egyezsége jut, akkor 99 százalékosan biztos vagyok abban, hogy nálunk folytatják pályafutásukat.

Velük bizonyára merészebb tervek lennének?

— Feltétlenül. Vitathatatlan, hogy Polgár Judit, Zsuzsa és Zsófia komoly erősítést jelentene számunkra, s velük akár már az ötödik vagy a hatodik helyet is megpályázhatnánk a 14 együttes számláló első osztályú mezőnyben.

A kapcsolat felvételével, s a tárgyalások lefolytatásával Talpassy Zsombort, a Biogal-Helia-D reklámiroda vezetőjét bízták meg, ő erről az ügyről a következőket mondta:

— A Polgár családdal már korábban felvettük a kapcsolatot, de a lányok franciaországi szereplése miatt csak a hét végen, pénteken ültünk tárgyalásostulhoz. Egyelőre egyéves szerződést kínálunk nekik, de szeretnénk, ha több esztendőn át tartó eredményes kapcsolatot alapolnánk meg. Anyagiakról nem kívánok nyilatkozni, de annyit elárulhatok: számunkra sokat megérne, ha külföldön is olyan ismert személyiségek népszerűsítését vállaltuk volna, mint a Polgár lányok.

# Melis ellen megszüntették a nyomozást

Melis Béla, a DMVSC volt labdarúgója, az NB I tavalyi gólkirálya értesítést kapott a Hajdú-Bihar Mezőgazdasági és Élelmiszeripari Minisztériumától, hogy a "bundaugyben" megszüntették az ellene indított nyomozást. A rendőrségi határozat szerint Melissel szemben nem állapították meg bűncselekmény elkövetését.

A csatart a Debreceni Békéscsaba (0-2) mérkőzés kapcsán hallgatta ki a nyomozó hatóság, s a Magyar Labdarúgó Szövetség felülvizsgálta a játékjogát. Mit szól a most született határozathoz az érintett, aki most Békéscsabán él, s mint az MTI munkatársának elmondta, egyedül edz egy környékbeli kis csapat névén.

— Szóbeszéd, nevétes híresztelések alapján fogták gyanúba, s alaposan lejáratták az ügy kapcsán — mondta. — Vegig biztos voltam a felmentő határozatban, mivel képtelenség bizonyítani azt, ami egyévesen nem igaz.

— Most kinek a játékos?

— A debreceniekől megváltoztam, mivel nem teljesítették, amit megígértek, a békéscsabaiak viszont időközben érthetően nem foglalkoztak a szerződésesemmel. Megmondom őszintén, fogalmam sincs, mi lesz velem, teljesen elképzeltelenség. Úgy terveztem, még legalább három évig a pályán maradok, külföldi érvényesítés is volt irántam. Ezt sikerült kútba ejteni, de nem biztos, hogy annyiban hagyom a dolgot.

— Saját személyes indulatot lezártam, mi a véleménye az egész bundaugyról?

— Akik ilyet elkövettek, kapják meg a büntetésüket — mondta végül Melis Béla.

Az MLSZ Fegyelmi Bizottsága kedden hoz határozatot a labdarúgó ügyében.

\*\*\*

Az Adidas és a France Football február 1-jén Montecarloban rendezte meg az

aranycipősként hagyományosan galájiát, amelyen a magyar labdarúgás képviselőiben Fischer Pál, a Ferencváros labdarúgója készült részt venni. Az utazásról azonban le kell mondania, s hogy miért, arról Csanádi Péter, az Adidas Budapest Kft. marketingmenedzserre adott tájékoztatást az MTI-nek:

— A monacói galán való részvétel tulajdonképpen Melis Béla, a gólkirályt illette volna, akit viszont egész az elmúlt napokig a bundaugyben való részvételével gyanúsítottak, így az ő utazása eddig szóba sem jöhetett. Mindenképpen azt szeretnénk volna, hogy a magyar labdarúgás ne maradjon képviselő nélkül Montecarlóban, a sportág egyik igazán rangos eseményén, ezért — hangsúlyozom: — kell: nem Melis Béla helyetteseként! — az őszi gólkirály Fischer Pálnak kínáltuk fel a lehetőséget. Most viszont, hogy Melis Béla ellen az illetékes szervek a nyomozást befejezték, s órákon belül az MLSZ is visszaadja a játékjogát, ahhoz sem férhet kétség, hogy ő az elmúlt esztendő NB I-es gólkirálya. A montecarlói galánra a szükséges iratok — a francia vízum — hiányában sajnos semmiképpen sem mehet el, ami pedig Fischert illeti: ebben a helyzetben jobbnak láttuk az ő utazásának törlesztését is.

# Totótájékoztató

A Sportfogadási és Lotto Igazgatóság szerint a 4. heti totónyeremények az illetékes levonása után a következők:

13 plusz 1 találatos szelvény 739 db, nyereményük 12 642 Ft, 13 találatos szelvény 467 db, nyereményük 8188 Ft, 12 találatos szelvény 24 781 db, nyereményük 266 Ft, 11 találatos szelvény 168 429 db, nyereményük egyenként 39 Ft, 10 találatos szelvény 622 966 db, nyereményük egyenként 20 Ft. (MTI)

# A SZAKEMBER SZEMÉVEL A felkészülés mindenkinek kritikus időszak

## SAKK OB I PMSC-DUSE 8:6

Pécssett szerepelt a D. Universitas OB I-es sakkcsapata az új bajnoki idény első fordulójában. A mérkőzés — legalábbis a debreceniek számára — váratlan végeredményt hozott, ugyanis a PMSC 8:6 arányban győzött.

A női OB I-ért: Merszjev SE-D. Universitas 1,5:0,5.

Az OB II keleti csoportjában.

**Hajdúszoboszlói Gázláng** — Makó 8,5-5,5. Hajdúszoboszló, Gy.: Vadász, Menyhart, Bartók — Csathó, dr. Kiss, Páles, Lukács, döntetlen ért el: Besztercsényi, Lőrinc, Magyar, Baranyi, Dede, veszített: Szurovszky, Tóth és Vajay.

**Szeged-Kaba 10:4.** Kaba. Döntetlen ért el: Boguszlavszki, Balogh, Sőreghy, Benczik, Lindi, Szabó, Kovács, Szilágyi T., veszített: Aranvász, Szilágyi S., Sztáray, Nagy, Csukás és Egri.

## Gyors műtét

Budapesten az FTC-DMVSC MNK-mérkőzés első felidejében Nagy Zsuzsa, a debreceniek átlövője sérülést szenvedett. Az ügyeletes orvos megállapítása szerint jobb lábán Achilles-ínszakadás történt. A sportolónő lábát gipszbe helyezték és Nagy Zsuzsa a csapat autóbusszával hazautazott Debrecenbe. Megérkezésük után előkészített műtét és dr. Záborszky Zoltán professzor várta a sérült kézilabdázónő a Kenéz-kórház traumatológiai osztályán. A műtétet azonnal elkezdték és sajnos igazolódott, hogy az Achilles-ín elszakadt. A műtétről és a kézilabdázónő jelenlegi állapotáról Záborszky professzor a következőket nyilatkozta.

— Zökkenőmentesen zajlott le az operáció és hétfőn kötöttük át a sebet. Egy hét múlva szedjük ki a varratokat, majd hat hétig gipsz kerül Nagy Zsuzsára. Ennek levétele után már részleges és speciális edzést végezhet a kézilabdázó és minden valószínűség szerint három hónap múlva állhat csapata rendelkezésére.

H. K.

A felkészülés, illetve ahogy régebben mondtuk, az „alaposítás” a labdarúgó és egyben az edző számára is a legnehezebb, legkritikusabb időszak.

A játékosok részére azért, mert az edzők kezdetétől a tavaszi bajnokság rajtjáig körülbelül két hónapig a szokásosnál nagyobb fizikai és pszichikai igénybevételnek vannak kitéve — általában rossz időjárás és terepviszonyok között. A labdarúgók és általában a sportolók fő motiváló tényezője a téli mérkőzés, a verseny, a győzelem kivívása, a tudás megismerése. Ezek a pluszenergiákat is mozgósítják a fűtőanyagok ebben az időszakban ritkán kerülnek felszínre.

Az edző szempontjából nézve, éppen a fent említett motivációs tényező hiánya jelenti az egyik legnagyobb gondot. A felkészülési időszak folyamán nemcsak a csapat fizikai, hanem pszichikai állapotát is döntő tényezőként kell figyelembe vennie az edzőterhelések adagolásánál. Tisztában kell lennie a fizikai képességek (újabbban „testi tulajdonságok” gyűjtőnéven említik) fejlesztésének lehetőségével, egymásra építhetőségével, szerepükkel az egyes edzési időszakokban. Tudnia kell, hogy egy konkrét edzés keretén belül fejleszthető-e több fizikai képesség, és ha igen, akkor azoknak mi az optimális sorrendje.

A felkészülés folyamán elkövetett hibákat a későbbiekben pótolni-korrigálni nagyon nehéz. Ezért is szükséges alaposan előkészíteni, tervezni az időszak alatt elvégzendő edzéseknek, mely természetesen menet közben változhat a csapat aktuális állapotának megfelelően.

Az őszi szezonot követő mintegy két hétig tartó levezető edzések után a játékosok általában két-három hét pihenőt kapnak. Lehetőség szerint biztosítsuk erre az időszakra is a mozgás lehetőségét nekik, ha nem is kötelező jelleggel (teremtőnk, tornaterem, uszoda). Ezek, valamint a fakultatívan végezhető kiegészítő sportágak (si, korcsolya stb.) eredményezhetik azt, hogy a felkészülés kezdetén fizikai képességeik szintjét tekintve nem nulláról indulnak. Az edző feladata kettős:

1. Értékelnie kell az elmúlt szezon szakmai munkáját, eredményeit. Mit tudott megvalósítani, hol van elmaradás a tervezetthez képest? Fizikai képességek terén mik a tapasztalatok, hol van pótolnivaló? Taktikailag megvalósultak-e az elképzelések, újabb elemek beiktatása szükséges-e? Játékosok vonatkozásában kinek miben kell javulnia a felkészülés során?

2. Ezen tapasztalatokat összegezve kell elkészítenie a felkészülési tervet, természetesen a lehetőségek és a feltételek pontos ismeretében (edzőtábor, napközis rendszer, tornaterem, pálya stb.).

A bajnoki rajtig terjedő időszakot három részre osztom. Az első az edzőmérkőzésig terjedő időszak. A második a speciális felkészülés időszaka. A harmadik a versenytorna végleges kialakításának időszaka.

Az első az edzőmérkőzésig tartó időszak fő feladata a fizikai képességek fejlesztése, ezen belül kiemelten az alap-alképesség, valamint a törzs (has, hát, oldal) és láb-izom erejének optimális növelése.

A közelmúltban a DUSE NB II-es labdarúgócsapata a csehszlovákiai Olesanban a tengerszint felett nyolcvan méterrel edzőtáborozott. A terepviszonyok kiválóak voltak, a játékosok tetszés szerint tudtak lejtőn le-, illetve fölfelé futni, akár harminc percen keresztül is fordulás nélkül. Caccia városában negyvenszer húsz méteres tornateremben, kondicionálóteremben, uszodában és szaunában gyakoroltunk, a következők szerint:

Kedden délelőtt huszonöt perces folyamatos futást tartottak a játékosok a lejtőn, majd tíz perc gimnasztika gyakorlatok.

## A határok nem merevek

A speciális felkészülés időszakának fő feladata a speciális állóképesség fejlesztésével párhuzamosan a megszerzett fizikai képességek szinten tartása, valamint a technikai-taktikai elemek súlykolászerű gyakorlása. Emellett szükség szerint mód van az új taktikai elemek elsajátítására és azoknak az edzőmérkőzéseken való alkalmazására is.

Ezen időszak egy hetének edzémunkája így alakul: hétfőn és szerdán a korábban alkalmazott taktikai elemeket gyakoroljuk, majd kétszer tízperces maximális (speciális) terhelést végzünk, köztük ötperces aktív pihenővel. Az edzést a pontugások gyakorlása fejezi be. Kedden és csütörtökön délelőtt speciális kapusedzést tartunk, délután pedig edzőmérkőzést vívunk. Pénteken az egész csapat bevonásával kerül sor az összetett technikai és taktikai gyakorlatok súlykolására, könnyű futásokra és kapura lövésekre. A szombat az edzőmérkőzésé, a vasárnap pedig rendezésére kerül.

A bajnoki rajtig terjedő időszak harmadik, befejező szakaszában a legnagyobb gondot a versenytorna végleges kialakítására kell fordítani. Az utolsó két hét edzémunkája nagyjából megegyezik a versenytornakéval. Ekkor még lehetőség nyílik az előforduló hibák javítására és a szerkezet változásokra. Pontos feladat a terhelés és a pihenés összehangjának ideális biztosítása annak érdekében, hogy csapatunk az indulásnál tudása legjavát nyújtsa mindhárom összetevő (fizikai képességek, technika, taktika) vonatkozásában.

A felkészülési időszak említett szakaszainak határai természetesen nem merevek. Az egyik edzés munkája átfolyik a másikba, alkalmanként vissza-visszatér. Csapatunk és egyéne válogatja, hogy mikor kell és szükséges egy-egy pihenőt közbeiktatni, illetve biztosítani, hiszen tervezni lehet, de az edzők hatása időnként nem a kívánt eredményt produkálja. Reméljük, hogy a fentiekben felvázolt és külföldi edzőtáborozással változatossá tett felkészülési programunk végül is sikeres lesz, és alig egy hónap múlva, tavasszal a bajnoki mérkőzéseken a csapat teljesítményében is kamatozni fog.

Makray Balázs szakedző

A felkészülés, illetve ahogy régebben mondtuk, az „alaposítás” a labdarúgó és egyben az edző számára is a legnehezebb, legkritikusabb időszak.

A játékosok részére azért, mert az edzők kezdetétől a tavaszi bajnokság rajtjáig körülbelül két hónapig a szokásosnál nagyobb fizikai és pszichikai igénybevételnek vannak kitéve — általában rossz időjárás és terepviszonyok között. A labdarúgók és általában a sportolók fő motiváló tényezője a téli mérkőzés, a verseny, a győzelem kivívása, a tudás megismerése. Ezek a pluszenergiákat is mozgósítják a fűtőanyagok ebben az időszakban ritkán kerülnek felszínre.

Az edző szempontjából nézve, éppen a fent említett motivációs tényező hiánya jelenti az egyik legnagyobb gondot. A felkészülési időszak folyamán nemcsak a csapat fizikai, hanem pszichikai állapotát is döntő tényezőként kell figyelembe vennie az edzőterhelések adagolásánál. Tisztában kell lennie a fizikai képességek (újabbban „testi tulajdonságok” gyűjtőnéven említik) fejlesztésének lehetőségével, egymásra építhetőségével, szerepükkel az egyes edzési időszakokban. Tudnia kell, hogy egy konkrét edzés keretén belül fejleszthető-e több fizikai képesség, és ha igen, akkor azoknak mi az optimális sorrendje.

A felkészülés folyamán elkövetett hibákat a későbbiekben pótolni-korrigálni nagyon nehéz. Ezért is szükséges alaposan előkészíteni, tervezni az időszak alatt elvégzendő edzéseknek, mely természetesen menet közben változhat a csapat aktuális állapotának megfelelően.

Az őszi szezonot követő mintegy két hétig tartó levezető edzések után a játékosok általában két-három hét pihenőt kapnak. Lehetőség szerint biztosítsuk erre az időszakra is a mozgás lehetőségét nekik, ha nem is kötelező jelleggel (teremtőnk, tornaterem, uszoda). Ezek, valamint a fakultatívan végezhető kiegészítő sportágak (si, korcsolya stb.) eredményezhetik azt, hogy a felkészülés kezdetén fizikai képességeik szintjét tekintve nem nulláról indulnak. Az edző feladata kettős:

## Három szakasz a bajnokságig

A felkészülés, illetve ahogy régebben mondtuk, az „alaposítás” a labdarúgó és egyben az edző számára is a legnehezebb, legkritikusabb időszak.

A játékosok részére azért, mert az edzők kezdetétől a tavaszi bajnokság rajtjáig körülbelül két hónapig a szokásosnál nagyobb fizikai és pszichikai igénybevételnek vannak kitéve — általában rossz időjárás és terepviszonyok között. A labdarúgók és általában a sportolók fő motiváló tényezője a téli mérkőzés, a verseny, a győzelem kivívása, a tudás megismerése. Ezek a pluszenergiákat is mozgósítják a fűtőanyagok ebben az időszakban ritkán kerülnek felszínre.

Az edző szempontjából nézve, éppen a fent említett motivációs tényező hiánya jelenti az egyik legnagyobb gondot. A felkészülési időszak folyamán nemcsak a csapat fizikai, hanem pszichikai állapotát is döntő tényezőként kell figyelembe vennie az edzőterhelések adagolásánál. Tisztában kell lennie a fizikai képességek (újabbban „testi tulajdonságok” gyűjtőnéven említik) fejlesztésének lehetőségével, egymásra építhetőségével, szerepükkel az egyes edzési időszakokban. Tudnia kell, hogy egy konkrét edzés keretén belül fejleszthető-e több fizikai képesség, és ha igen, akkor azoknak mi az optimális sorrendje.

A felkészülés folyamán elkövetett hibákat a későbbiekben pótolni-korrigálni nagyon nehéz. Ezért is szükséges alaposan előkészíteni, tervezni az időszak alatt elvégzendő edzéseknek, mely természetesen menet közben változhat a csapat aktuális állapotának megfelelően.

Az őszi szezonot követő mintegy két hétig tartó levezető edzések után a játékosok általában két-három hét pihenőt kapnak. Lehetőség szerint biztosítsuk erre az időszakra is a mozgás lehetőségét nekik, ha nem is kötelező jelleggel (teremtőnk, tornaterem, uszoda). Ezek, valamint a fakultatívan végezhető kiegészítő sportágak (si, korcsolya stb.) eredményezhetik azt, hogy a felkészülés kezdetén fizikai képességeik szintjét tekintve nem nulláról indulnak. Az edző feladata kettős:

## Atlétika DSI: három arany!

Kétnapos verseny keretében rendezték meg Budapestén a serdülő lányok, fiúk országos fedettpályás atlétikai bajnokságát. A Debreceni Sportiskola fiataljai összesen tíz dobogós helyezést szereztek. Tóth Beatrix, Fagyal Mónika és Ladányi Timea bajnoki címet ért el.

A DSI versenyzőinek eredményei.

Serdülők.

Lányok. 60 m. Bajnok: Tóth Beatrix (edző: Fagyal Klára, Nagy Tibor) 7.97. — Magas. Bajnok: Ladányi Timea (edző: Kovács Csaba) 170. ... 3. Pádár 160. Távol. Bajnok: Fagyal Mónika (edző: Kovács Csaba) 363. — 200 m. 3. Szabó 26.5. — 3000 m. 2. Pásztor 10:32.8. — Súly. 2. Havrliant 11.63. — 4x180 m váltó: 2. D. Sportiskola 1:33. Fiúk. Távol: 2. Bakó 655. — Súly: 3. Bodnár 13.67.

