



MAGYAR ORSZÁGOS
KORCSOLYÁZÓ SZÖVETSÉG
HUNGARIAN NATIONAL
SKATING FEDERATION

Gyorskorcsolya ágazat

Gyorskorcsolya és rövidpályás

gyorskorcsolya utánpótlás

2024/25. évi szezon beszámoló

Készült: Budapest, 2025. május 6.

I. HELYZETELEMZÉS

Sportszakmai stáb

Név	Munkakör/Feladat
Blaskó Bertalan	gyorskorcsolya ágazat fejlesztési vezető
Novák Antal	sportmunkatárs
Seres Melinda	sportszakmai asszisztens
Dr. Kövér Balázs	gyorskorcsolya bíróbizottság vezető
Kóti Gábor Zsolt	edző, csapatvezető
Lakatos Tamás	vezetőedző
Nicholas John Gooch	edző, sportszakmai tanácsadó
Dr. Gyömbér Noémi	sport szakpszichológus
Neibort Gréta Rebeka	gyógytornász
Dr. Kovács Péter	teljesítménydiagnosztika
Bánhidi Bence	kiemelt edző
Juhász Bianka	kiemelt edző
Pataki Ibolya	kiemelt edző
Puskás Sándor	kiemelt edző
Szabó Krisztián	kiemelt edző (született: 1974.06.19.; elhunyt: 2024.07.24.)
Szöllősi Szabolcs	kiemelt utánpótlás edző, technikus, segédedző
Csizmadia Ildikó	kiemelt utánpótlás edző, NEP koordinátor
Knoch Balázs	kiemelt utánpótlás edző
Knoch Viktor	kiemelt utánpótlás edző
Kun Bálint Tibor	kiemelt utánpótlás edző
Mátyus-Lajtos Szandra	kiemelt utánpótlás edző
Tutrai Tamás	kiemelt utánpótlás edző
Csizmadia Ágnes	nevelő edző
Moravcsik-Fecskés Orsolya	nevelő edző
Nagy-Heidum Bernadett	nevelő edző
Sajó Márton	nevelő edző
Telegdi Attila László	nevelő edző, sportmunkatárs
Tímár Ádám	nevelő edző
Varjasi Mihály	nevelő edző
Nagy Alexandra	nevelő edző, sportmunkatárs

Válogatott keretek

Gyorskorcsolya felnőtt válogatott keret	
Női	Férfi
Mercs Abigél	Bejczy Botond
	Bödei Bálint
	Nagy Konrád
	Kim Minseok
Gyorskorcsolya junior válogatott keret	
Női	Férfi
Vancsó Rebeka	Bödei Bálint
Sándor Lilla	Sipos János
Bíró Hanna	Lukács Soma
	Klimasz Márton

Rövidpályás gyorskorcsolya Héraclész A kiemelt válogatott keret	
Női	Férfi
Molnár Réka	Czank-Varga Benjámin
Végi Diána Laura	Granasztói Ádám
Szigeti Dóra	Wu Jia Wei Dávid
Nógrádi Panka	Major Dominik
Haltrich Luca	Keszthelyi Dávid
	Hallósy Dominik
Rövidpályás gyorskorcsolya Héraclész A válogatott keret	
Női	Férfi
Dobrán Réka	Árendás Mihály
Z Molnár Natasa	Kun Bence Benedek
Kiss-Gebora Flóra	Yu Kevin
Amschl Kíra Judit	Z Molnár Borisz
	Derdák Ákos
	Jancsó Zalán

Sportegészségügyi és sportdiagnosztikai feladatok (prevenció, rehabilitáció, regeneráció, orvosi feladatok, diétetika, sportpszichológia)

A Magyar Országos Korcsolyázó Szövetség felnőtt és utánpótlás válogatott sportolóinak sportegészségügyi és diagnosztikai ellátását több szakterületről érkező szakemberek biztosítják, akik munkájukkal hozzájárulnak a sportolók egészségének megőrzéséhez és teljesítményük optimalizálásához.

Dr. Gyömbér Noémi sportpszichológusként több éve támogatja versenyzőinket mentális felkészítésükben. Munkája különösen fontos a koncentráció, a versenyhelyzetek kezelése és a motiváció fenntartása szempontjából.

Neibort Gréta Rebeka 2023 óta dolgozik együtt a short track junior válogatottal gyógytornászként. Tevékenysége során a prevencióra és a panaszok célzott kezelésére helyezi a hangsúlyt, egyéni és csoportos foglalkozások keretében is.

Dr. Kovács Péter a teljesítménydiagnosztika területén segíti sportolóinkat. Komplex szemlélettel vizsgálja többek között a testösszetételt, anyagcserét, kardiovaszkuláris és légzőrendszert, biomechanikát, ideg-izom koordinációt, valamint a kognitív képességeket is. Eredményei alapján javaslatokat tesz a teljesítmény optimalizálására, amelyeket az edzői stáb beépít a felkészülési folyamatba.

Juhász Bianka funkcionális edzőként dolgozik a válogatott sportolókkal. Az edzések során olyan mozgásformákat és gyakorlatokat alkalmaz, amelyek elősegítik a megfelelő testtartást, fejlesztik a mozgásmintákat és hozzájárulnak a sérülések elkerüléséhez, miközben motiváló, egyénre szabott edzésprogramokat kínál.

A költségvetési korlátok következtében sportolóink nem minden esetben tudják személyesen igénybe venni a szakemberek szolgáltatásait, ezért a regenerációs eszközök – például a **Reboots és a masszázspisztoly** – használata a szezon során továbbra is hangsúlyos szerepet kapott.

A **WHOOP rendszer** használata immár a harmadik szezonban képezi szerves részét a válogatott sportolók felkészülésének. Ez a viselhető eszköz folyamatosan méri és elemzi a sportolók napi aktivitását, regenerációs állapotát, alvásminőségét, valamint általános terhelhetőségét. Az edzők a rendszer által szolgáltatott napi frissülő adatok révén pontosabb képet kapnak a versenyzők aktuális állapotáról, így az edzésterveket még célzottabban, az egyéni szükségletekhez igazítva tudják alakítani.

A gyorskorcsolya- és a junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott kerettagok menedzselésével összefüggő egyéb feladatok:

A junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott szakmai és szervezési feladatait **Blaskó Bertalan**, gyorskorcsolya fejlesztési vezető és **Seres Melinda**, sportszakmai asszisztens látják el. A felnőtt gyorskorcsolya válogatottal kapcsolatos teendőkben szintén ők működnek közre, kiegészülve **Bánhidi Lilla** sportszervező asszisztens munkájával.

A válogatott keretekkel kapcsolatos teendők több kategóriába sorolhatók:

A válogatott keretekkel kapcsolatos operatív teendők több feladatkör mentén szerveződnek, amelyek mind a zavartalan működés és a versenyzők felkészülésének biztosítását szolgálják.

Szervezési feladatok körébe tartozik a versenyek és edzőtáborok szervezése (nevezések, utazásszervezés, szállások, vízumok és egyéb dokumentumok ügyintézése, biztosítások kezelése, étkezések szervezése, helyszíni koordináció és dokumentációk kezelése).

Tervezési feladatok részét képezi a költségtervek készítése, tervek összehangolása más szervezeti egységekkel, illetve az események tervezése és előkészítése.

Adminisztrációs feladatok közé tartozik a szerződések és számlák kezelése, beszámolók és prezentációk készítése, illetve az ezekhez kapcsolódó elszámolások kezelése.

Rendszeres feladatként merül fel a sportolói juttatások ügyintézése, beleértve az albérleti hozzájárulások kezelését és az ezekhez kapcsolódó adminisztrációs feladatokat.

Beszerezési feladatok keretében történik a sportolók és a szakmai stáb részére szükséges termékek beszerzése, megrendelések kezelése és szállítások menedzselése.



**MAGYAR ORSZÁGOS
KORCSOLYÁZÓ SZÖVETSÉG**
HUNGARIAN NATIONAL
SKATING FEDERATION

Koordinációs és összekötő feladatként jelenik meg a meetingek szervezése, kommunikáció a sportolók és a szakemberek között, az információk átadása, valamint az együttműködés gördülékenységének fenntartása.

Emellett egyéb feladatok is elvégzésre kerülnek, mint például a külföldi dokumentumok kezelése, a MOKSZ tulajdonában álló járművek (buszok) használatának megszervezése, üzemanyagköltségek számláinak kezelése, valamint pályázati lehetőségek felkutatása és az együttműködésekben rejlő lehetőségek kiaknázása.

II. 2024-25. SZEZON CÉLJAI ÉS EREDMÉNYEK ÉRTÉKELESE SPORTSZAKMAI MUNKA ÁTTEKINTÉSE

GYORSKORCSOLYA

Először is büszkék lehetünk a csapatra és a gyorskorcsolya közösségre, hogy ennyi nehézség ellenére is sikerült sikereket elérni és több szempontból léptünk egyet előre.

Az előző szezonnal ellentétben nagyon lecsökkent a költségvetés a gyorskorcsolya sportág esetében. Szabó Krisztián, aki a lányok vezetőedzői pozícióját töltötte be és az Ő irányításával terveztük a szezon felkészülését, hirtelen halálával egy hatalmas űrré maga után hagyott itt bennünket.

Az egyik legnagyobb kihívás a legjobb sportolóink menedzselése szempontjából az, hogy miközben igyekszünk kiépíteni egy rendszert és hazai válogatott edzővel kialakítani egy válogatott keretet, melynek a felkészülését teljes mértékben kontrolláljuk, szükséges egyéni felkészülési programokat is megvalósítanunk az egyedi élethelyzetek kezelésére és az egyéni szempontból legjobbnak tűnő edzőmunka elvégzésének érdekében. Ez azt jelenti, hogy a férfi felnőtt és junior sor nagy része itthon és Inzell-ben készül 4 fővel, míg Nagy Konrád Calgary-ban végzi a felkészülését, Sipos János pedig Heerenveen-ben az ISU Center of Excellence programjában, mert a tanulmányait Leeuwarden-ben kezdte meg az egyetemen.

A lányok esetében Bíró Hanna eredményei alapján a legjobb rövidtávú lány versenyzőnk révén kiérdemelte, hogy központilag biztosítsuk a jeges felkészülését. Válogatott edző és csapat hiányában a Team GSSP csapattal kötöttünk megállapodást, hogy Hanna Inzell-ben tudja végezni felkészülését más hasonló képességű lány versenyzővel. Ez volt egyben a legköltséghatékonyabb és praktikusabb módja a felkészülésének, mely egyaránt pozitív hatással jár a fiú sor felkészülésére, mert Michael Restner edző személyében nyertünk magunknak egy helyi kapcsolattartót. Ennek eredményeképpen sikerült felnőtt Világkupa szintidőt teljesítenie, így a következő szezonban indulhat a kvalifikációs Világkupákon 500 méteren.

Mercs Abigél helyzete sajnos merőben másképp alakult, mert a felkészülési időszakban kiderült, hogy nincs megfelelő egészségügyi állapotban, ami miatt abba kellett hagynia az edzéseket. Több orvos bevonásával sem sikerült rövidtávon megtalálni a diagnózist, így 7 hónapot kellett kihagynia. A szezon végén már megkezdte a felkészülését, amelybe bevontuk Jacob Veenstra holland szakembert, hogy kialakítsunk egy egyedi felkészülési programot tekintettel a nagy kihagyásra. Abigélt lépcsőzetesen integráljuk vissza a támogatott keretbe, minden szakmai segítség mellett.

A kieső költségek fedezésére két ISU pályázatot is beadtunk, melynek keretében edzőtáborokat tartottunk nyáron és a szezon végén egyaránt. A táborokban 11 nemzet sportolója vett részt és a korábbinál sokkal nagyobb mértékben tudtuk támogatni a résztvevőket. Mind a résztvevők, mind az ISU részéről nagyon pozitív visszajelzéseket kaptunk és igyekszünk a jövőben is hasonló táborokat szervezni és fejleszteni ezeket az eseményeket.

Team IKO edzői Erik Bouwman és Jacob Veenstra is bevonásra kerültek a tábor szakmaiságában, emellett pedig továbbra is együttműködtünk velük az ISU Visiting Coach Programjában.

A Magyar Kupa sorozatban is értünk el sikereket és növeltük a résztvevő sportolók számát, ebben nagy szerepe van a short track egyesületeknek is, akik a téli időszakban rendszeresen vettek részt gyorskorcsolya edzéseken és a bajnokságokon is. Az Országos Bajnokságon idén először szerveztünk csapatversenyszámokat és tömegrajtos versenyt is.

Nagyon fontosnak tartjuk, hogy a sportolók már korán megismerkedjenek a gyorskorcsolya sportággal is, így biztosítva az átjárhatóságot a sportágaink között.

A 2001 és 2025 közötti gyorskorcsolya bajnoki indulók létszámát összegző táblázat a mellékletben található meg (1. melléklet).

Kim Minseok

Kim Minseok tavaly tavasszal honosított, koreai színekben háromszoros olimpiai érmes gyorskorcsolyázónk a 2022-es téli olimpia óta nem vett részt nemzetközi versenyen. Egy ilyen hosszú versenykihagyás különösen hátrányos egy időre menő sportágban, ahol a „versenyérzés” megléte kulcsfontosságú. A 2024/2025-ös szezon fő célja tehát ennek a versenyérzésnek a visszaszerzése volt. Kim az idényt azzal a céllal kezdte meg, hogy két világtárgya-bronzérmet szerezzen, valamint aranyérmes legyen az 500 és 1500 méteres távokon az Európa-bajnokságon. A szezon részletes szakmai kiértékelését ld. a 7. oldalon.

1. Felnőtt gyorskorcsolya válogatott keret nemzetközi versenyeztetése

A téli sportágak esetében a versenyszezon eltér a naptári évtől: minden év májusában veszi kezdetét, és a következő év márciusának végén, a sportági világbajnoksággal zárul le. Ennek megfelelően a beszámolási időszak részét képezik a **2023/24-es szezon második felében** megrendezett események, valamint a **2024/25-ös szezon** során lebonyolított versenyek is, amelyeken a felnőtt gyorskorcsolya válogatott részt vett.

ISU Gyorskorcsolya Európa-bajnokság, Heerenveen (NED) – 2024. január 05-07.
ISU Gyorskorcsolya Világtárgya V., Salt Lake City (USA) – 2024. január 26-28.
FISU Gyorskorcsolya Egyetemi Világbajnokság, Hamar (NOR) – 2024. február 19-26.
ISU Gyorskorcsolya Világtárgya I., Nagano (JPN) – 2024. november 22-24.
ISU Gyorskorcsolya Világtárgya II., Beijing (CHN) – 2024. november 29-december 01.
ISU Gyorskorcsolya Európa-bajnokság, Heerenveen (NED) – 2025. január 10-12.
ISU Gyorskorcsolya Világtárgya III., Calgary (CAN) – 2025. január 24-26.
ISU Gyorskorcsolya Világtárgya IV., Milwaukee (USA) – 2025. január 31-február 02.
ISU Gyorskorcsolya Világtárgya V., Tomaszow Mazowiecki (POL) – 2025. február 21-23.
ISU Gyorskorcsolya Világtárgya VI., Heerenveen (NED) – 2025. február 28-március 02.
ISU Gyorskorcsolya Világbajnokság, Hamar (NOR) – 2025. március 13-16.

A felnőtt gyorskorcsolya válogatott az idei, 2024/25-ös szezonban öt fő sportolóból állt: **Bejczy Botond, Bödei Bálint, Nagy Konrád, Kim Minseok és Mercs Abigél** alkották a csapatot. A szezon során a válogatott versenyzői összesen **hat felnőtt Világtárgya-versenyen** vettek részt. Emellett képviselték Magyarországot a **2025-ös Világbajnokságon**, valamint a **2025-ös Európa-bajnokságon** is.

A 2024-es év első felében, a 2023/24-es szezon lezárásaként sportolóink rajthoz álltak a szezon második felének kiemelt eseményein: az **Európa-bajnokságon**, az **ötödik Világtárgya-fordulón**, valamint az **Egyetemi Világbajnokságon** is.

A fent említett versenyek rövidített szakmai beszámolói:

ISU Gyorskorcsolya Európa-bajnokság, Heerenveen (NED) – 2024. január 05-07.

Résztvevők: Bejczy Botond, Bödei Bálint *Edző:* Kóti Gábor

A versenyt megelőzően Inzellben edzőtáboroztak, ahol a felkészülés célzottan a Mass Start állóképességi elemeire, illetve 500 méteren sprint- és gyorsaságfejlesztésre fókuszált. A verseny célkitűzései között szerepelt Bejczy Botond részéről az egyéni csúcs megdöntése 500 méteren, valamint mindkét sportoló részéről kezdeményező versenyzés és sprintpont-szerzés Mass Startban. Az 500 méteres cél nem valósult meg, azonban Mass Startban a terveknek megfelelően sikerült versenyezni, a kitűzött célokat elérték, és jó helyezéseket szereztek. A tapasztalatok alapján továbbra is az atipikus versenyszámokban (pl. Mass Start) mutatnak jobb formát.

ISU Gyorskorcsolya Világkupa V., Salt Lake City (USA) – 2024. január 26-28.

Résztvevők: Bejczy Botond, Bödei Bálint, Mercs Abigél Edző: Kóti Gábor

A verseny tapasztalatai alapján a tengerentúli és magaslati helyszínekhez hosszabb akklimatizációs idő szükséges. A verseny célkitűzései egyéni csúcsok megdöntésére, Mass Start pontszerzésre és Relay szereplésre irányultak.

1000 méteren Bejczy Botond és Bödei Bálint egyaránt új egyéni csúcsot ért el. Mass Startban biztató eredmények születtek, Mix Gender Relayben Bödei Bálint kiemelkedő teljesítményt nyújtott. Ugyanakkor a versenyhelyzetben való teljesítmény továbbra is kihívást jelent; fizikai és technikai szinten erősebbek a sportolók az eredményeknél, de ezt versenykörülmények között még nem sikerült teljes mértékben érvényesíteni. A következő szezon egyik fő célkitűzése e téren a fejlődés.

FISU Gyorskorcsolya Egyetemi Világ bajnokság, Hamar (NOR) – 2024. február 19-26.

Résztvevő: Bíró Hanna Edző: Szabó Krisztián

Hanna egész szezonban példaértékű edzőmunkát végzett, és folyamatosan javult a teljesítménye. Sajnos számára a szezon utolsó, Japánban megrendezett Neo Senior Világkupa túl költséges verseny lett volna, és a költségvetésbe ez nem fért bele, így az Egyetemi Világ bajnokságon indítottuk el, ahol jó versenyzéssel 1000 méteren 14. helyezést ért el, míg a fő távján 500 méteren 8. helyezett lett. Összességében jól tett neki egy ilyen nagy verseny, hasznos tapasztalatokat szerzett, és fenntartottuk a motivációját a szezon végéig.

ISU Gyorskorcsolya Világkupa III., Calgary (CAN) – 2025. január 24-26.

Résztvevők: Bejczy Botond, Nagy Konrád Edző: –

Az Oval Program edzésprogramja megfelelő felkészülést biztosított a versenyekre, az edzővel, Kevin Crockett-el való együttműködés kiváló lehetőség volt arra, hogy készüljenek a csapatversenyszámra is. A Világkupát megelőző edzőmunkában a fókusz a hosszú távú edzéseken volt a Mass start versenyszámra készülés miatt, kevés gyorsító tempóedzéssel.

A verseny célja a Mass start mezőnybe való visszazokás volt az első két Világkupa kihagyása után, amely sikeresnek mondható a B divízióban elért két top 10-es eredménnyel.

A Világkupát követően már sokkal inkább az egyéni távokra fókuszáltan készült Konrád és Botond is, főleg a középtávokra. A Winter Classic verseny célja az egyéni rekordok megdöntése és a Világkupa szintidők megújítása volt. A kitűzött célok megvalósítása sikeres volt minden tekintetben. 500m és 1500m egyéni csúcs, valamint 1000- és 1500méteren Botond megújította szintidejét, míg Konrád tovább javította a szezon eredményeit.

ISU Gyorskorcsolya Világkupa V., Tomaszow Mazowiecki (POL) – 2025. február 21-23.

Résztvevők: Bejczy Botond, Bödei Bálint, Lukács Soma Edző: Kóti Gábor

A versenyt megelőző edzést a sportolók aktuális állapotának megfelelően alakították. Bejczy Botond és Lukács Soma jó formában, míg Bödei Bálint fáradtabban érkezett, ezért a terheléseket ennek megfelelően differenciálták. A jeges edzések során a technikai elemek gyakorlása mellett külön figyelmet kapott a Team Sprint váltások begyakorlása. A versenyzők aktívan részt vettek a felkészülési döntésekben is (pl. jeges edzés elhagyása két nappal a verseny előtt).

Versenyeredmények és értékelés:

- **Team Sprint:** A csapat a Világkupa A csoport 7. helyén végzett, új országos csúccsal. A világ élvonalához való közelség (2,28 mp a norvég csapattól) alapján a versenyszám további fejlesztése indokolt és ígéretes.
- **Mass Start (Bejczy Botond):** 8. helyezés, 4 ponttal – a versenyző irányító, bátor stílusban szerepelt, a szezon során tapasztalt Mass Start eredmények előrelépést jelentenek.
- **500 méter (Bödei Bálint):** A főként tapasztalatszerzést szolgáló futamban nem született kiemelkedő eredmény, de a versenyzés tanulása szempontjából értékes volt a részvétel.

ISU Gyorskorcsolya Világkupa VI., Heerenveen (NED) – 2025. február 28-március 02.

Résztevők: Bejczy Botond, Bödei Bálint, Nagy Konrád, Kim Minseok *Edző:* Kóti Gábor

A versenyt megelőző héten a felkészülést Kevin Crockett (Nagy Konrád kanadai edzője) által kidolgozott, csapatversenyre fókuszáló program szerint végezték a sportolók. A hangsúly a Team Pursuit-ra való technikai és tempóbeli összehangoláson volt. A rövid közös munka ellenére hamar szinkronba kerültek, a felkészülés gördülékenyen zajlott, jó állapotban érkeztek a versenyre.

Versenyeredmények és értékelés:

- **Team Pursuit:** A csapat új országos csúccsal zárt, 6 év után megdöntve a korábbi rekordot. A kitűzött 4 percen belüli időt sikerült elérniük, és bár a mezőnytől még van távolság, a versenyzők hozzáállása és teljesítménye biztató. A szám további fejlesztésére a versenyzők is nyitottak.
- **Mass Start (Bejczy Botond):** A versenyző ezúttal is pontszerzőként zárt, bátor versenyzéssel és végig aktív jelenléttel.
- **500 méter (Bödei Bálint):** A versenyen való részvétel főként versenyrutin szerzését szolgálta a felnőtt mezőnyben.

Kim Minseok nemzetközi versenyeztetése a 24/25-ös versenyszezonban

Kim magyar színekben a 2024 novemberében, Naganoban (JPN) megrendezett világkupaversenyen debütált először, továbbá részt vett a szezon összes világkupaversenyén (összesen 6 forduló), a januárban megrendezett Európa-bajnokságon és a márciusi világbajnokságon is.

A szezon eleje

A szezon elején biztató formát mutatott, ugyanakkor több kihívással is szembe kellett néznie. Az 5000 méteres távokon való indulás – amelyek az Európa-bajnoki kvalifikációhoz szükségesek voltak – komoly terhelést jelentett, hiszen 2017 óta nem versenyzett ezen a távon. Ezek a futamok részben megnehezítették a fókuszált felkészülést a fő számokra, az 1000 és 1500 méterre.

A felszereléssel kapcsolatban is akadtak nehézségek. Koreában a versenyzők nem saját maguk élezik a pengéiket, ezt klub- és válogatott szinten is kijelölt szakemberek végzik. Az új közegben ezeknek a feladatoknak az elsajátítása időt és alkalmazkodást igényelt, ami a szezon elején plusz kihívást jelentett. Az első világkupa után szükségessé vált a pengék újrangolása, amit végül magyarországi koreai edzője végzett el Kínában – ő a második világkupa 1500 méteres versenye előtt csatlakozott a csapathoz. Bár az optimális versenyfelszerelés elérése nem ment zökkenőmentesen, Kim ennek ellenére erős eredményt ért el: az első világkupán megnyerte az 1500 méteres B divíziót, így visszakerült az A divízióba, ahol a második világkupán a 8. helyet szerezte meg – ez a visszatérés mindenképpen pozitív eredményként értékelhető.

A szezon közepe

Az Európa-bajnokságon Kim 500 méteren első, 1500 méteren harmadik helyezést ért el, így összetettben a 8. helyen zárt. A 3. világkupán 1500 méteren negyedik, a 4. világkupán pedig ötödik lett. Ezek az eredmények több szempontból is biztatóak voltak, ugyanakkor összességében elmaradtak a korábban megfogalmazott célkitűzésektől.

A szezon során többször is nehézséget jelentett számára a felszerelés finomhangolása, ami hatással lehetett a versenyteljesítményére. Fizikai állapota alapján képes lett volna dobogós helyezésekre is, azonban ezt a formáját nem mindig sikerült versenykörülmények között kamatoztatnia. Kim egyik meghatározó erőssége az egyenletes köridők megtartása, különösen a 700 és 1100 méter közötti szakaszokon, ahol rendre 0,7 másodpercen belüli különbséggel szokott korcsolyázni – ezt a jellegzetes stabilitást ezúttal nem tudta teljes mértékben megmutatni.

A koreai edzővel folytatott egyeztetések során felvetődött annak lehetősége, hogy az olimpiai ciklusra való felkészülés érdekében érdemes lenne visszatérni az eredeti edzés- és felszerelési környezethez. Kim középtávú versenyzőként korábban az egyenletes, kontrollált iramú versenyzés révén ért el sikereket, míg az új csapat, a Team Gold, nagyobb hangsúlyt fektetett az indulási sebesség fejlesztésére. Ez az irányvonal szakmailag indokolható volt, ugyanakkor kevésbé illeszkedett Kim személyes versenyzési stílusához és adottságaihoz.

A szezon második fele

A szezon második felében Kim számára kihívást jelentett, hogy a gyengeségein való javítás és korábbi erősségeinek visszanyerése csak részben sikerült, miközben a felszereléssel kapcsolatos nehézségek mentálisan is megterhelőek voltak számára. A szezon elején még fizikálisan jól tartotta magát, azonban az idény végére az 1500 méteres táv teljesítése is egyre nagyobb erőfeszítést igényelt számára.

Ennek hátterében részben a koreai gyorsasági állóképességi edzések hiánya állt, de még inkább a versenyhét alatti kondicionálás eltérő szemlélete okozott nehézséget. Míg Koreában az idény során intenzív edzések zajlanak, és a versenyhetet pihenéssel töltik, új csapatánál egészen a versenyt megelőző napig kötelező edzések voltak. Ez is közrejátszott abban, hogy az 5. és 6. világkupán, illetve a világbajnokságon 10., 10., illetve 12. helyezést ért el.

A szezon tapasztalatai alapján világossá vált, hogy a versenyhetet megelőző fizikai terhelés csökkentése, valamint az állóképességi edzések nagyobb hangsúlya kulcsfontosságú Kim versenyformájának stabilizálásához. A jövőbeli felkészülés során ezekre a tényezőkre kiemelt figyelmet fordítunk annak érdekében, hogy a sportoló fizikailag és mentálisan is a lehető legjobb állapotban állhasson rajthoz.

A szezon összегzése

Összességében sok negatív kritika érte a szezont, mivel az elért eredmények elmaradtak a várakozásoktól. Ugyanakkor nem állítható, hogy az új csapat edzésmódszerei vagy filozófiája hibás lenne. Bár nincs tudományos bizonyíték, de a koreai edzők úgy tartják, hogy egy versenyzőnek három szezonra van szüksége ahhoz, hogy egy új rendszerhez teljesen alkalmazkodni tudjon.

Az is megfigyelhető, hogy egy klubcsapatból a válogatottba bekerült versenyzők is csak 2-3 év után érik el csúcsmformájukat. Még a legmagasabb szintű sportolóknak is időre van szükségük az új környezethez való alkalmazkodáshoz. Ez idő alatt pedig a gyengébb eredményeket és a mentális nehézségeket is türelemmel kell kezelni.

Már csak nyolc hónap van hátra az olimpiáig. A márciusi világbajnokság után komoly döntést kellett hozni: folytassa-e az alkalmazkodást az új rendszerhez, vagy térjen vissza a korábban bevált módszerekhez, amelyekkel két olimpián is eredményes volt.

Kim továbbra is motivált abban, hogy hosszú távon – akár 2034-ig – versenyezzen, de most mégis a biztos alapokra való visszatérés tűnt helyes útnak. Az eszközhasználat is kulcskérdés volt: a koreai edzők a pengék erős élezésében és nagy hajlításában hisznek, míg az új klubedző teljesen eltérő beállításokat preferált. Bár ez más európai sportolóknál működik, Kim számára nem volt megfelelő.

A szezon végére Kim az 1500 méteres szám összesített világranglistáján a 6. helyen végzett, ami azt mutatja, hogy rendkívül kiegyensúlyozott teljesítményt nyújtott. Meggyőződésünk, hogy az olimpiai szezonban újra csúcsmformába kerülhet.

Fontos megemlíteni továbbá, hogy Kim új országos csúcsoakat állított fel minden versenytávon, ahol a szezonban elindult, tehát 500, 1000, 1500, 5000 és 10 000 méteren egyaránt ő az új magyar rekorder.

A 2024/25-ös szezon versenyének eredményeit bemutató táblázat a mellékletben található meg (2. melléklet).

2. A junior gyorskorcsolya válogatott keret nemzetközi versenyeztetése

IV. Téli Ifjúsági Olimpiai Játékok, Gangwon (KOR) – 2024. január 19-február 01.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa III., Hachinoe (JPN) – 2024. február 03-04.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világbajnokság, Hachinoe (JPN) – 2024. február 09-11.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa I., Tomaszow Mazowiecki (POL) – 2024. november 30-december 01.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa II., Tomaszow Mazowiecki (POL) – 2024. december 07-08.
ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa III., Collalbo (ITA) – 2025. február 01-02.
ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa, Collalbo (ITA) – 2025. február 07-09.

A junior gyorskorcsolya válogatott tagjai Bíró Hanna, Vancsó Rebeka, Sándor Lilla, Bödei Bálint, Lukács Soma, Sipos János és Klimasz Márton a 2023/2024-es és 2024/2025-ös szezon során több nemzetközi megmérettetésen is képviselték Magyarországot. A 2024-es évben három Junior Világkupán vettek részt, majd a 2025-ös év elején a szezon záró Világkupa-fordulóján is rajthoz álltak. Emellett a 2024-es Téli Ifjúsági Olimpiai Játékokon (YOG) és a Junior Világkupa-sorozatokon is indulási lehetőséget kaptak. A szezon nemzetközi versenyait a 2025. február 7–9. között Collalbo-ban megrendezett Junior Világkupa zárta.

A fent említett versenyek rövidített szakmai beszámolója:

IV. Téli Ifjúsági Olimpiai Játékok, Kangwon (KOR) – 2024. január 19-február 01.

A Téli Ifjúsági Olimpiai Játékok kiemelt szerepet töltenek be a junior sportolók fejlődésében, mind szakmai, mind élmény szempontból. A magyar válogatott két versenyzője, Vancsó Rebeka és Sándor Lilla versenyzett az eseményen.

500 méteren Vancsó Rebeka meggyőző teljesítményt nyújtott, és a 19. helyen zárt. Sándor Lilla ezen a távon visszafogottabban szerepelt. Az 1500 méteres futamokban mindkét versenyző kihozta magából a maximumot. A Mass Start versenyszámban Vancsó Rebeka taktikus korcsolyázással a 14. helyet szerezte meg, míg Sándor Lilla nem tudta megismételni előző futamai szintjét.

Összességében a versenyzők teljesítménye megfelelt az előzetes elvárásoknak. A sportolók és a szakmai stáb egyaránt pozitívan értékelték a részvételt, amely értékes nemzetközi tapasztalatot és maradandó élményt jelentett számukra.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa III., Hachinohe (JPN) – 2024. február 03-04.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa, Hachinohe (JPN) – 2024. február 09-11.

Résztvevők: Lukács Soma, Sipos János Edző: Kóti Gábor

A Világkupát megelőző felkészülést jelentősen hátráltatta, hogy a versenyzők a helyszínre történő késői érkezést követően gyomorrontással küzdöttek. Ez az első héten szinte teljes mértékben ellehetetlenítette az érdemi edzőmunkát, ami egyértelműen rányomta a bélyegét a versenyeredményekre is. Lukács Soma végül csak egy távon tudott elindulni (1000 m – 25. hely), míg Sipos János két távon szerepelt: 500 méteren a 19., 1000 méteren a 26. helyen végzett.

A második héten már sokkal jobb körülmények között tudtak készülni a sportolók. Az előző hét megterhelő hatásait figyelembe véve úgy döntöttünk, hogy az 1500 méteres távot kihagyjuk, és kizárólag az 500 és 1000 méteres számokra koncentrálnunk.

500 méteren cél volt a legjobb 20 közé kerülés. Bár a konkrét cél elérése elmaradt, versenyzőink közel kerültek a top 20-as mezőnyhöz. Lukács Soma 1000 méteren új egyéni csúcst teljesített korcsolyázott, ami biztató eredmény a jövőre nézve.

A világbajnokság az előzményeket figyelembe véve jól sikerült. A sportolók helyt álltak egy olyan nemzetközi mezőnyben, amelyben több nálunk lényegesen nagyobb gyorskorcsolyahagyományokkal bíró ország versenyzője is indult. Figyelemre méltó, hogy a középmezőny elején is versenyképesek tudtunk lenni. A mezőnyt elnézve optimizmusra ad okot, hogy több előtűnik végzett versenyző az idősebb, A2-es korosztályba tartozott, akik jövőre már nem lesznek juniorok, így a következő szezonban kedvezőbb pozícióból indulhatnak.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa I., Tomaszow Mazowiecki (POL) – 2024. november 30-december 01.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világkupa II., Tomaszow Mazowiecki (POL) – 2024. december 07-08.

Résztvevők: Bödei Bálint, Lukács Soma, Sipos János, Klimasz Márton, Bíró Hanna, Sándor Lilla
Edzők: Kóti Gábor, Borbásné Garzó Erika

A két világbajnokságot megelőző, kéthetes edzőtábor eredményesen zajlott. A sportolók a tervezett edzésprogramot megfelelő arányban el tudták végezni. Az edzésadatok – jégen, kerékpáron és erőfejlesztés terén – egyaránt fejlődést mutattak.

Versenycélok és azok megvalósulása

- **Bödei Bálint** esetében célkitűzés volt, hogy minden távon a legjobb öt közé kerüljön, és legalább egy dobogós helyezést szerezzen. A mezőny erejét jól mutatja, hogy több felnőtt világbajnokság-résztvevő, köztük Nil Llop is jelen volt. Bálintnak sikerült az **1000 méteres nyitófutamban** dobogóra állnia, ahol **3. helyezést ért el**, azonban a további futamokban túlzolta a szereplést, ami kihatott a teljesítményére. Tanulásként ő maga is levonta, hogy versenyzését higgadtan kell kezelnie a jövőben.
- **Sipos János** a verseny előtti időszakban elhúzódó betegséggel küzdött, ezért csak a második világbajnokságon állt rajthoz, elsősorban 500 méteren. Ezen a távon 14. helyezést ért el, 1000 méteren azonban még nem volt meg a szükséges erő-állóképesség a jó szerepléshez.
- **Lukács Soma** esetében a reális cél a top 10 megközelítése volt. A versenyen a túlzott bizonyítási vágy hátráltatta, ami rontotta a kivitelezést.
- **Klimasz Márton** számára a cél elsősorban a nemzetközi tapasztalatszerzés volt. Az egyik legfiatalabbként a mezőnyben 500 méteren biztató eredményt ért el. Ez volt az első világbajnoksága, amely pozitív benyomásokat hagyott benne, és további motivációt jelent számára.
- **Bíró Hanna és Sándor Lilla** mindkét világbajnokságon több versenyszámban is rajthoz álltak, ami számukra is értékes nemzetközi tapasztalatszerzést jelentett. **Bíró Hanna** az első világbajnokságon **500 méteren az 5. helyen**, míg a második világbajnokságon **egy helyezést javítva a 4. helyen** végzett, ami biztató fejlődést mutat, különösen a sprinttávon nyújtott teljesítményét tekintve.

Összességében a két világbajnokság eredményesnek mondható, ugyanakkor több versenyző is alulmúlta saját képességeit. Ez részben a versenyrutin hiányára, illetve a pszichés felkészültség fejlesztendő szintjére vezethető vissza. Az ilyen szintű nemzetközi mezőnyben kiütözik a zsigeri versenyképesség hiánya. E területen történő előre lépéssel várhatóan kiugróbb eredmények is elérhetők lesznek a jövőben.

MIX váltó eredmények:

- Bödei Bálint – Bíró Hanna: **9. hely** (Neo-senior Világbajnokság II.)
- Lukács Soma – Sándor Lilla: **6. hely** (Junior Világbajnokság II.)

ISU Junior Gyorskorcsolya Világbajnokság III., Collalbo (ITA) – 2025. február 01-02.

ISU Junior Gyorskorcsolya Világbajnokság, Collalbo (ITA) – 2025. február 07-09.

Résztvevők: Bödei Bálint, Lukács Soma, Sipos János, Klimasz Márton, Bíró Hanna, Sándor Lilla

Edzők: Kóti Gábor, Borbásné Garzó Erika

A verseny helyszínének sajátosságai – magaslati viszonyok, nyitott pálya, valamint kedvezőtlen időjárás – megnehezítették az átállást. Az edzések során a terhelés-pihenés arányát egyénre szabva alakítottuk ki

Versenycélok:

- **Bödei Bálint:** Dobogós helyezések elérése és összetett dobogó megszerzése a Neo-senior Világbajnokságon.
- **Lukács Soma, Sipos János:** A legjobb 20, ideális esetben a legjobb 10 versenyző közé kerülés.
- **Klimasz Márton:** Tapasztalatszerzés, a nemzetközi versenyzés alapjainak elsajátítása.
- **Csapatcél:** Minél jobb szereplés Team Sprintben és Mix váltóban.

Versenyeredmények értékelése:

- **Bödei Bálint** 1000 méteren ezüstérmet szerzett, valamint ezen a távon összetett 1. helyen végzett. Továbbá 500 méteren összetett 3. helyezést ért el, ami kiemelkedő eredmény a rendkívül erős neo-senior mezőnyben.
- **Lukács Soma** a legjobb 10-hez közelített, összetett világbajnokság 11. helyezése különösen biztató.
- **Sipos János** esetében erő-állóképességi hiányosságok mutatkoztak, azonban ennek ellenére is stabil teljesítményt nyújtott.
- **Klimasz Márton** első évét töltötte a válogatottal, első világbajnokságján vett részt. Hozzáállása és fejlődése ígéretes, a jövőben érdemes nagy figyelmet fordítani szakmai támogatására.

- **Bíró Hanna** a Neo-senior világtörőn kiválóan szerepelt, 1000 méteren 6. helyezést, míg 500 méteren 1. helyezést ért el, ami előrelépést jelez teljesítményében.
- **Sándor Lilla** számára a fő cél a versenyrutin megszerzése és tapasztalatszerzés volt. A Junior Világ bajnokságon Sipos Jánossal mix váltóban is rajthoz álltak.

Team Sprint eredmény:

- **A Bödei Bálint – Sipos János – Lukács Soma** összeállítású váltónk **3. helyezést** ért el **1:27,00** időeredménnyel, amely **új országos csúcs**.

Junior Világ bajnokság szakmai értékelése:

Lukács Soma a Junior Világ bajnokságon 15. helyen végzett a 46 fős mezőnyben. Ezzel a helyezéssel megközelítette a korábbi legjobb magyar eredményeket: Füzesy Ilka (14.) és Bödei Bálint (11.) helyezéseit. A jelenlegi hazai sportinfrastruktúra adottságait figyelembe véve, ezek a pozíciók a maximumhoz közeliek. <https://speedskatingresults.com/index.php?p=2&e=29910>

A 2024/25-ös szezon versenyjeinek eredményeit bemutató táblázat a mellékletben található meg (3. melléklet).

3. A felnőtt- és az utánpótlás gyorskorcsolya válogatott keret nemzetközi edzőtáboroztatása

A 2024/2025-ös szezonban a felnőtt- és utánpótlás gyorskorcsolya válogatott részére egy alkalommal került közös nemzetközi edzőtábor megszervezésre.

Az edzőtábor helyszíne a németországi Inzell volt, időpontja: 2024. július 10–31. Az edzőtábor második felében, **július 21–31.** között került sor az ISU által kiírt és elnyert támogatású **Európai Gyorskorcsolya Fejlesztő Nyári Tábor** lebonyolítására. A program elsődleges célja a hasonló képességű, fejlődni vágyó versenyzők közös edzéseinek biztosítása volt – olyan sportolók számára, akik a nemzetközi élmezőnybe kívánnak kerülni.

Bejczy Botond példamutatóan profi hozzáállással dolgozik. Folyamatosan figyeli saját mozgását, elemzi és keresi a fejlődési lehetőségeket. Minden edzésalkalommal aktívan vállal feladatokat. A kerékpáros és imitációs gyakorlatokban látványos előrelépést mutatott, kondicionális területen részleges a fejlődés, ott még keressük számára az ideális edzőmódszert.

Jégen alacsony intenzitás mellett kiváló technikával dolgozik – ez hosszú távon nagy lehetőségeket jelenthet számára. Ugyanakkor nagy sebességnél még nem stabil a technikája, ennek fejlesztése a következő időszak kulcsfeladata lesz.

Bödei Bálint teljesítménye továbbra is hullámzó. Amikor motivált, akkor képes nagyon jól korcsolyázni. A technika rögzítése még folyamatban van, pályán kívül azonban jelentős változtatásra van szüksége – elsősorban a táplálkozás és a regeneráció területén.

Lukács Soma jelentős fejlődésen ment keresztül minden szempontból. Állóképessége érezhetően javult, ezért bízunk benne, hogy a középtávú számokban, különösen 1000 méteren, eredményesebb lesz a jövőben. Technikai elemeit stabilizálni szükséges, de off-ice tudatossága sokat nőtt, kiválóan végzi az imitációs gyakorlatokat, és általános terhelhetősége is jelentősen fejlődött.

Sipos János nagyon erős és robbanékonny versenyző. Szárazedzésen már jól érti és kivitelez a technikai elemeket, azonban ez a tudás még nem ment át teljes mértékben a jégre. Úgy látjuk, időre van szüksége a teljes átmenethez, de ha ez megtörténik, kiemelkedő teljesítményre lesz képes.

Klimasz Márton kifejezetten ígéretes edzőtábort teljesített. Motiváltan és fegyelmezetten dolgozott, sokat tett a fejlődéséért. Technikai hiányosságait kijavítottuk, az elmagyarázott elemeket megértette és igyekszik alkalmazni. Aerob állóképessége még nem elégséges, ez fejlesztendő. Erőfejlesztő gyakorlatokat pontosan és jól hajtja végre.

A 2024/2025-ös versenyszezonban az utánpótlás gyorskorcsolya válogatott számára öt alkalommal került megszervezésre nemzetközi edzőtábor, 2024. októbertől 2025. februárjáig, tehát minden hónapban sor került edzőtábori munkára. A válogatott folyamatosan az Inzell-i jégpályán készült a szezon világversenyekre, ahol rendszeresen csatlakoztak hozzájuk a felnőtt válogatott kerettagjai is, így lehetőség nyílt a közös felkészülésre, fejlődésre.

Az edzőtábori ciklusok a tervezett struktúrának megfelelően valósultak meg: az első három hét során fokozatos terhelés, míg a negyedik héten versenyfelkészítő edzések zajlottak. A kerékpáros

edzéseket watt-alapú terheléssel végeztük – időjárástól függően országúton vagy görgőn. Az újonnan bevezetett erőfejlesztési program – különösen a plyometrikus gyakorlatokkal kiegészítve – bevált: a versenyzők látványosan robbanékonnyabbá, dinamikusabbá váltak.

A jeges edzések a korábbi gyakorlatok mentén zajlottak: technikai, endurance, interval-endurance, tempó, sprint és távspecifikus edzések váltották egymást. A jeges tréningek előtti technikailag orientált imitációk hozzájárultak a mozgásminőség fejlesztéséhez, míg az ezeket követő rövid, magas intenzitású terhelések jól egészítették ki a napi edzőmunkát.

A mérések, visszajelzések és vizuális megfigyelések alapján a sportolók minőségi edzőmunkát tudtak végezni, amely a kitűzött célok elérését támogatja. Az edzőtáborok során pozitív visszajelzések érkeztek a növekvő állóképességről, a fizikai fejlődésről és az edzőterheléshez való alkalmazkodásról.

Fejlesztendő területek, kihívások:

Továbbra is komoly hátránnyá jelentkezik a megfelelő táplálkozási és regenerációs háttér hiánya, különös tekintettel a sportolók versenyzési időszak alatti teljesítményére. Emellett egyes versenyzők esetében megfigyelhető a pszichés terhelés nehezebb kezelése, amely versenyhelyzetekben teljesítménycsökkenést eredményez. A mentáltréner, sportpszichológus rendszeres bevonása komoly előrelépést jelentene ezen a téren.

Edzőtábori összegzés a versenyszezonra:

A 2024/2025-ös szezon első két világkupáját megelőző kéthetes edzőtábor eredményesnek bizonyult. Az edzőtervek végrehajtása megfelelő arányban történt, minden mért adat – jég, kerékpár, erőfejlesztés – pozitív irányú elmozdulást mutatott. A sportolók jól reagáltak a megnövekedett edzőmennyiségre és intenzitásra.

A harmadik világkupát és a junior világbajnokságot megelőző időszak már jóval összetettebb kihívásokat hozott. Az olaszországi Collalbo magaslati körülményei, a nyitott jégpálya és a kedvezőtlen időjárás megnehezítette az alkalmazkodást. Az edzőtábor első napjaiban a sportolók oxigénhiányos állapotban voltak, ami minden típusú edzésre kihatott. Ennek ellenére a kiegészítő edzések, különösen az erő- és plyometrikus fejlesztések, eredményesnek bizonyultak. A kerékpáros regenerációs edzések hatékonyan támogatták a fizikai helyreállást, és a személyre szabott terheléspihenés arány jó hatással volt az edzésadaptációra.

Szezon zárása – ISU támogatású edzőtábor:

A szezon utolsó edzőtábori periódusa a 2025. február 21. – március 2. között zajlott le, ismételten az ISU által támogatott Európai Gyorskorcsolya Fejlesztő Edzőtábor keretein belül. A táborban összesen 31 fő vett részt – több nemzet versenyzője, junior és neo-senior korcsoportból. A tábor kiváló fejlődési lehetőséget biztosított a magyar sportolók számára a nemzetközi tapasztalatszerzés, a technikai fejlesztés, valamint az állóképességi fejlesztés területén.

A szezon során néhány válogatott kerettag egyéni felkészülési programot követett, nemzetközi csapatokban, külföldi edzői irányítás mellett. **Bíró Hanna** a teljes versenyszezonban **Michael Restner** vezetésével, az **inzelli Team GSSP Chiemgau** csapat tagjaként készült, míg **Sándor Lilla** a **Team Arena Geisingen** egyesülettel, **Kalon Dobbin** edző irányítása mellett dolgozott ugyancsak Inzellben. **Sipos János** a **hollandiai NHL Stenden University of Applied Sciences** hallgatójaként a szezon nagy részében **holland klubcsapattal** végezte edzéseit, azonban több alkalommal is hazautazott, hogy részt vegyen a **magyar válogatott közös felkészülési időszakaiban**, ezzel is erősítve a csapathoz való tartozását és a közös edzőmunkát. **Nagy Konrád** a visszatérését követően pedig **Kevin Crockett** irányítása alatt készült a **Calgary Oval Program** keretein belül.

Kim Minseok nemzetközi edzőtáboroztatása/felkészülése

Kim az elmúlt 15 évben kizárólag Koreában edzett. A fejlődése érdekében 2024-ben már magyar színekben merész döntést hozott, és a Team Gold elnevezésű külföldi, nemzetközi klubcsapathoz csatlakozott, hogy új környezetben készüljön. A felkészülés és edzőtáborozás főként Japánban

zajlott, egy-egy rövidebb Hollandiai periódussal. Bár számos területen szisztematikusabb és hatékonyabb edzési feltételeket tapasztalt, az igaz, hogy sok nehézséget is okozott számára az új rendszer, mivel jelentősen eltért a korábbi koreai alapozási szokásoktól.

Koreában az az edzésfilozófia uralkodik, hogy a „versenyminőség a hatalmas edzésmennyiségből fakad”, ennek megfelelően a szárazedzés és a jégen töltött idő mennyisége kiemelkedően nagy. Ennek hiánya különösen megviselte az alapozási időszakban. Ugyanakkor a kerékpáros és más edzésterhelések volumenében az új rendszer felülmúlta a koreait, így végül komolyabb problémák nélkül zárta az alapozást, egyfajta átmeneti időszaknak tekintve azt az új rendszerhez való alkalmazkodás jegyében.

4. A felnőtt- és az utánpótlás gyorskorcsolya válogatott keret hazai edzőtáboroztatása

A 2024/25-ös szezon során az utánpótlás gyorskorcsolya válogatott részére két alkalommal került megszervezésre hazai edzőtábor, a felnőtt gyorskorcsolya válogatottal közösen. Mindkét edzőtábor helyszíne Tata volt, amely kiváló infrastruktúrájának és nyugodt környezetének köszönhetően ideális körülményeket biztosított a magas szintű felkészüléshez.

I. Hazai edzőtábor – Tata, 2024. május 13–18.

Ez az időszak az alapozó felkészülés utolsó hete volt. Az edzések a terveknek megfelelően zajlottak, a versenyzők motiváltan és fegyelmezetten dolgoztak. Az ötnapos tábor során öt típusú edzőmunkát végeztünk: erőfejlesztés, országúti kerékpározás, görkorcsolya, imitáció, valamint atlétikai edzések. A programba három országúti kerékpáros edzés során a holland edzők által kért terheléses tesztek is beillesztettük. Két alkalommal HIIT típusú, nagy intenzitású erőfejlesztő edzés zajlott, amelyet a versenyzők koncentráltan és kemény munkával hajtottak végre.

A görkorcsolya edzések speciális bemelegítéssel kezdődtek, amelyet a versenyzők közül minden alkalommal másik sportoló vezetett egy előre megbeszélte, egyensúlyfejlesztő, csípőerősítő és mobilizáló gyakorlatsorral. Ez a módszer a tudatosság és az együttműködés fejlesztését szolgálta. Az edzéseken főként interval és endurance interval típusú feladatokat végeztünk, amelyeket terheléses imitáció és technikai javítás követett szárazon.

Az atlétikai edzések fókuszában a sprintek, a gyorsaságfejlesztés és a rajtprocedúrák gyakorlása állt. A táborba egy napra csatlakozott Klimasz Márton és Nagy Alexandra is, Marci két edzésen vett részt, ami a válogatottba való fokozatos integrálásának első lépése volt.

II. Hazai edzőtábor – Tata, 2024. június 28. – július 07.

A nyári időszak második hazai edzőtábora szintén eredményesen zajlott, az előzetesen megtervezett programokat teljes mértékben meg tudtuk valósítani. A programban szerepelt kerékpár, atlétika, erőfejlesztés, imitáció, valamint görkorcsolya. Az edzőtábor alatt elvégzett **Critical Power** (15-1'-3'-12' perces max terheléses) teszteken minden versenyző fejlődést mutatott. A különböző edzésformák összehangolt alkalmazása lehetővé tette a teljesítmény szisztematikus és megalapozott fejlesztését, minden sportoló esetében személyre szabottan.

5. A felnőtt- és az utánpótlás gyorskorcsolya válogatott keret hazai versenyeztetése

Hazai versenyek tekintetében a 2024/25-ös szezonban két kiemelt junior gyorskorcsolya verseny került megrendezésre a **Gyorskorcsolya Összetett Junior Országos Bajnokság** 2025.01.11-12. (Budapest, Városligeti Műjégpálya) és a **Gyorskorcsolya Távonkénti Junior Bajnokság** 2025.02.15-16. (Budapest, Városligeti Műjégpálya), ahol az idei évben először csapat és tömegrajtos versenyszámokat is rendeztünk, mely a bírók és a sportolók számára is egy új kihívást eredményeztek. Ezen versenyek mellett, még egy 4 fordulós **Magyar Kupa Sorozat** indult, amelyet az alacsony költségvetésre és a Városligeti Műjégpálya rendelkezésre állásához igazodva kerültek lebonyolításra. A versenyek lebonyolítása az adott körülményekhez igazítva történt, ugyanakkor a sorozat formátuma a jövőben fokozatos átalakításon és fejlesztésen megy majd keresztül a tapasztalatok alapján.



**MAGYAR ORSZÁGOS
KORCSOLYÁZÓ SZÖVETSÉG**
HUNGARIAN NATIONAL
SKATING FEDERATION

A sorozat versenyeinek a dátumai: 1. Magyar Kupa 2024.12.01. – 2. Magyar Kupa 2024.12.27. – 3. Magyar Kupa 2025.01.26. – Magyar Kupa Döntő 2025.02.02. A szezon végét záró Magyar Kupa Döntőt követően a ranglista 1-3. helyezettjei részére kupák kerültek kiosztásra az egész szezonban nyújtott teljesítményük, illetve eredményeik elismeréseként.

A 2024/25-ös szezon **Gyorskorcsolya Sprint Magyar Bajnoksága** az inzelli International Speed Skating Championship Races nemzetközi verseny keretein belül került megrendezésre, 2024. december 20–22. között. A Magyar Bajnokság helyszíne a németországi Inzell volt, mivel Magyarországon jelenleg nem áll rendelkezésre olyan jégpálya, amely megfelelné a versenyrendezés nemzetközi követelményeinek. Az inzelli Max Aicher Arena egy fedett, 400 méteres műjégpálya, amely ideális körülményeket biztosít egy ilyen szintű verseny lebonyolításához. A Sprint Magyar Bajnokságon válogatott és egyesületi gyorskorcsolyázók is részt vettek. Az Edzőbizottsággal közösen meghatározott versenyzők számára támogatást biztosítottunk, többek között a nevezési díj, szállás, étkezés és egyéb költségek fedezésével. A verseny magas színvonalon került megrendezésre, és a résztvevők kiváló eredményeket értek el, a nemzetközi mezőnyben is jól megállták a helyüket, így a sprint magyar bajnokság sikeresen zárult.

RÖVIDPÁLYÁS GYORSKORCSOLYA

Az idei szezonban is nagyon sikeresen szerepeltünk a Junior Világkupa sorozatban, mely büszkeségre ad okot. Több érmet is szereztünk egyéniben és váltóban egyaránt. Nagyon erős versenysorozattá nőtte ki magát, a kanadai és ázsiai versenyzők egyértelműen dominálják ezeket a versenyeket, így talán még értékesebbek az itt elért sikerek. Továbbra is komoly fejtörést jelentett a válogatott többi tagjának versenyeztetése, mivel a Világkupákra 10, míg a Junior Világbajnokságra csak 8 fő nevezhető. Szerencsére az európai naptárgyezetetón sikerült megegyezni más országokkal, hogy egy új Challenger sorozatot létrehozva minden szezonban 3 verseny kerüljön lebonyolításra, melyben a felnőtt és az idősebb junior sportolók egy csoportban versenyeznek, és ezáltal egy erős nemzetközi versenysorozatot hozunk létre számukra, hogy legyen lehetőségük fejlődni és felzárkózni.

A fiatalabb sportolók számára továbbra is a Danubia és a Star Class versenysorozatok voltak a legerősebb nemzetközi megmérettetések, azonban a 2025-ben megrendezett EYOF jelentette az idei szezon célversenyét a junior C korcsoport számára, melyet válogatott szinten is kiemelten kezeltünk. A Kiemelt Utánpótlás Edzői programban szereplő edzőkkel és az egyesületekkel együttműködve tudtuk lebonyolítani a válogatott keret versenyeztetését, amely egy hosszútávon is jól működő koncepció lehet.

A tagszervezetek támogatottságát igyekeztünk megőrizni a csökkentett költségvetés ellenére is, mert hisszük, hogy a jól működő műhelymunka az alapja sportágunk fejlődésének. Nagyon fontos lenne, hogy a *Gyere Korizni!* program felfrissítve, kiszámítható módon segítse az egyesületeket a toborzásban az elkövetkezendő években, mert ennek hiánya érezhető volt a szezonban.

Knoch Viktor vezetésével újraélesztettük a Kelet európai fejlesztési táborok rendszerét az ISU támogatásával, mellyel hosszútávú célunk a régió segítése és a kiemelkedő junior korcsolyázók fejlesztése. Az idei szezonban két alkalommal is rendeztünk edzőtábort a Gyakorló Jégcsarnokban, mely osztatlan sikert aratott a résztvevők és az ISU szempontjából is.

Telegdi Attila vezetésével tovább üzemeltetjük az Regionális Tehetség Támogató Programot, mellyel a vidéki egyesületekben készülő fiatal sportolók számára szerveztünk összetartásokat Budapesten, ezzel kompenzálva a létesítményi lehetőségeiket. Az esemény lehetőséget adott szakemberek képzsére és előadók bevonására is, mely hosszútávon biztosíthatja szakmai előmenetelünket.

A diákolimpiai rendszert fejlesztettük, és három alkalommal régiós selejtezőket tartottunk, illetve a Divíziós versenysorozattal karöltve bevontuk a short track sportág versenyzőit is bizonyos korosztályokban. A cél az volt, hogy minél több gyerek számára lehetővé tegyük a versenyrendszerben történő részvételt, illetve a sportági szereplők számára is kedvezzünk, és megmutassuk a szabályszerű short track versenyt a külsős résztvevőknek, ezáltal népszerűsítve sportágunkat. A döntő a Jászberényben, a JSE egyesület támogatásával került megrendezésre.

1. A junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott keret nemzetközi versenyeztetése

IV. Youth Olympic Games, Gangwon (KOR) – 2024. január 19- február 01.

Starclass Series 2., Nijmegen (NOD) – 2024. február 02-04.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa III., Heerenveen (NED) – 2024. február 17-18.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világbajnokság, Gdansk (POL) – 2024. február 22-25.

29. Hanse Cup, Rostock (GER) – 2024. október 11-13.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa I., Bormio (ITA) – 2024. november 08-10.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa II., Bormio (ITA) – 2024. november 14-16.

32nd Alta Valtellina Trophy, Bormio (ITA) – 2024. november 21-24.

Coppa Italia Open, Torino (ITA) – 2025. február 08-09.

Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztivál, Bakuriani (GEO) – 2025. február 09-16.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa III., Quebec (CAN) – 2025. február 21-23.
ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa, Calgary (CAN) – 2025. február 27-március 02.
Dutch Challenger Open, Leeuwarden (NED) – 2025. március 01-02.

A fent említett versenyek rövidített szakmai beszámolóí:

IV. Téli Ifjúsági Olimpiai Játékok, Gangwon (KOR) – 2024. január 19-február 01.

A 2023 januárjában megrendezett Junior Világkupa során elért eredményeknek köszönhetően versenyzőink megszerezték a maximális számú kvótát a 2024-es Téli Ifjúsági Olimpiai Játékokra, így két lány és két fiú sportoló képviselhet hazánkat Gangwonban. A verseny kiváló lehetőséget biztosított a fiatal versenyzők számára, hogy értékes nemzetközi tapasztalatokat szerezzenek. Szigeti Dóra és Végi Diána Laura magabiztosan versenyezve egészen a döntőig jutottak, azonban végül nem sikerült érmes helyezést elérniük. Keszthelyi Dávid számára az egyéni szereplés nehezebben alakult, mivel a nemzetközi rutintalanság miatt nehézségekkel küzdött, ugyanakkor Major Dominik eredményes versenyzést mutatott be, és a magyar csapat legeredményesebb tagjaként bronzérmet szerzett az 500 méteres távon. A sportolók összességében élvezték a rangos nemzetközi eseményt, az edzői stáb pedig kiemelte a szervezés magas színvonalát és a versenyhelyszín kiváló minőségét.
<https://olympics.com/gangwon-2024/en/results/short-track-speed-skating/daily-schedule.htm>

Star Class Series 2., Nijmegen (NOD) – 2024. február 02-04.

A StarClass Series második állomásán, a hollandiai Nijmegenben megrendezett versenyen a lányversenyzők – hasonlóan a Danubia sorozat állomásaihoz – kiváló formát mutattak, minden egyéni távon az A döntőbe jutva az érmes helyezésekért versenyeztek. A futamok ezúttal kevésbé időre mentek, sokkal inkább taktikai megoldásokat igényeltek, ami remek lehetőséget adott arra, hogy a versenyzők új taktikákat és versenyzési stílusokat próbáljanak ki. A fiúknál a holland és olasz sportolók által uralt, rendkívül erős mezőnyben jóval nehezebb volt az A döntőbe kerülés, azonban Árendás Mihály kiváló formáját bizonyította, és remek taktikai érzékkel megnyerte az 1000 és az 1500 méteres távokat. A verseny kiváló felkészülést jelentett a szezon második felében megrendezésre kerülő Utánpótlás Országos Bajnokság előtt, és jól látható volt, hogy a sportolók pihentebbek, frissebbek, valamint jelentős előrelépést tettek a taktikai helyzetek felismerésében és a verseny közbeni hibák kijavításában.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa III., Heerenveen (NED) – 2024. február 17-18.

A világkupát megelőzően egyhetes nemzetközi edzőtábor szerveztünk Budapesten, majd a verseny előtti öt napot a lengyel válogatottal közösen töltöttük felkészüléssel, amely során eredményes szakmai együttműködés valósult meg.

A versenyprogramban kétszer is szerepelt az 1500 méteres táv, amely válogatott női versenyzőink számára kedvező volt. Végi Diána Laura és Schönborn Melinda is bejutottak az „A–B” döntőbe, teljesítményük kiemelkedő. Czank Varga Benjámint az „B” döntőben szerepelt, ami tekintettel sprinter jellegére és specializációjára (500m), szintén pozitívan értékelhető. Csizmadia Márk egyéni versenyénél mindkét távon kizárás miatt nem tudta a várt eredményeket elérni.

A férfi váltócsapat teljesítménye külön említést érdemel: az elődöntőben domináns szerepléssel jutottak tovább, a döntőben pedig erős mezőnyben bronzérmet szereztek.

Wu Jiawei Dávid egyéni teljesítménye elmaradt a várakozásoktól, mentális nehézségek miatt. Ezért a szakmai stáb döntése alapján Czank Varga Benjámint került nevezésre a világbajnokságra helyette.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa, Gdansk (POL) – 2024. február 22-25.

A Gdańskban megrendezett ISU Junior Világkupa során a magyar csapat célkitűzései között szerepelt az érmszerzés, valamint minél több versenyszámban az „A” és „B” döntőbe jutás. A selejtezők során több versenyző is kizárásra került, így a csapat nehezen kezdte meg a szereplést, ám Somodi Maja 1500 méteren visszajutott a főágra, és nagyszerű versenyzéssel megnyerte a számot,

ezzel megszerezve az egyéni junior világbajnoki címet. Ugyanezen a távon Végi Diána Laura és Schönborn Melinda B döntőben versenyeztek, míg Somodi Maja az 500 méteren is bejutott a B döntőbe. A fiúknál Major Dominik 500 méteren negyeddöntőig jutott, míg Csizmadia Márk sajnos minden egyéni távján kizárásra került. A magyar csapat legnagyobb sikere a lány váltó révén született: Somodi Maja, Schönborn Melinda, Szigeti Dóra és Végi Diána Laura végig dominálva a mezőnyt junior világbajnoki címet szereztek 3000 méteren. A mix váltó sajnálatos módon újra kizárásra került, míg a fiú váltónak ezúttal nem sikerült bejutnia az elődöntőbe. A lányok teljesítménye és az elért csapateredmény azonban jelentős nemzetközi elismerést hozott.

29. Hanse Cup, Rostock (GER) – 2024. október 11-13.

A 2024. októberében megrendezett 29. Hanse Cup versenyen négy magyar versenyző – Z. Molnár Natasa, Kiss-Gebora Flóra, Árendás Mihály és Kun Bene Benedek – vett részt, edzőik Csizmadia Ildikó és Kun Bálint Tibor kíséretében. A szezon eleji nemzetközi junior verseny kiváló alkalmat teremtett arra, hogy felmérjük sportolóink aktuális állapotát, valamint képet kapjunk arról, hogy a nyugat-európai mezőnyhöz viszonyítva korosztályos szinten hol helyezkedünk el. A versenyen különösen erős mezőny gyűlt össze, hiszen a holland klubok és régiós válogatottak nagy létszámban képviseltették magukat a junior D, C és B kategóriákban, továbbá belga, cseh és német sportolók is részt vettek a küzdelmekben.

A magyar csapat kiemelkedő teljesítményt nyújtott, mind a lány-, mind a fiúmezőnyben az élbolyban végezve mindhárom egyéni távon. A lányok esetében Z. Molnár Natasa és Kiss-Gebora Flóra főlénye egyértelmű volt a mezőnyben, amit az is bizonyít, hogy az összetett verseny első és második helyét egymás között döntötték el. A fiúknál erősebb és sűrűbb mezőnyben kellett helytállni, de a versenyzőink itt is remekül teljesítettek. Árendás Mihály hosszabb kihagyás után tért vissza betegségéből, ám ennek ellenére meggyőző formát mutatott, és mindhárom távon megjavította egyéni rekordját. Az 500 méteres távon sajnálatos bukás miatt nem jutott döntőbe, viszont a másik két távot magabiztos főlénnel nyerte meg. Kun Bene Benedek elsősorban 500 méteren tűnt ki, ahol a teljes mezőnyt maga mögé utasította. A verseny váltószámokra nem adott lehetőséget, mivel az esemény szoros időrendje miatt ezeket végül nem rendezték meg.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa I., Bormio (ITA) – 2024. november 08-10.

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa II., Bormio (ITA) – 2024. november 14-16.

A versenyeket megelőzően 10 napos edzőtábort tartottunk Budapesten a lengyel válogatottal közösen, 5 fiú és 4 lány versenyző részvételével. Sajnos a sérülések és betegségek miatt úgy kellett döntenünk, hogy végül csak 4 lány indulhatott a világkupákon.

A verseny célja az volt, hogy egyéni számokban és váltókban is minél több „A” és „B” döntős helyezést érjünk el.

Az első világkupa-hétvégén az 1000 méteres táv szerepelt ismétlődően, a második hétvégén pedig az 500 méteres. Az első hétvége 1500 méteres távján négy versenyzőnk jutott az elődöntőbe: Végi Diána Laura, Haltrich Luca, Granasztói Ádám és Jancsó Zalán. Ádám jól versenyzett, de sajnos kizárták, míg Jancsó Zalán a „B” döntőbe jutott, ahol 4. helyen végzett. Zalán első világkupa szereplésén nagyon fegyelmezetten és jól korcsolyázott, ezért úgy döntöttünk, hogy lehetőséget kap a második hétvégén is. A lányok sajnos az első hétvégén nem jutottak döntőbe.

1000 méteren három versenyzőnk, Nógrádi Panka, Szigeti Dóra és Czank-Varga Benjámin a „B” döntőben szerepelt. 500 méteren Nógrádi Panka az „A” döntőbe jutott, de az utolsó előtti kanyarban a második helyről elesett, így végül az 5. helyen zárt. Major Dominik a „B” döntőben 3. lett.

Az utolsó távon Végi Diána Laura „B” döntős volt, de mivel sem masszőrünk, sem tartalék versenyzőnk nem volt, és Laura kisebb sérüléssel küzdött, úgy döntöttünk, hogy a váltóra való tekintettel nem indul az egyéni futamban.

Váltóversenyek:

- A mix és a lány váltónk is „A” döntőbe jutott.
- A mix váltó országos csúcsot futott, ráadásul a korábbi junior világesúcs időn belül ért célba.
- A lány váltó 3., a mix váltó 4. helyezést ért el.
- A fiú váltónk a selejtezőben első helyen ért célba, de sajnos kizárták.

Második világkupa-hétvége:

A célok hasonlóak voltak: minél több egyéni elődöntős vagy döntős helyezést elérni.

- Az első távon (1500 m) Végi Diána Laura és Haltrich Luca jutott elődöntőbe. Diána sajnos elesett, Luca viszont ismét „B” döntőbe jutott.
- 500 méteren Nógrádi Panka megnyerte a „B” döntőt, Wu Jiawei Dávid pedig második lett a „B” döntőben. Többen is egyéni csúcsot futottak ezen a távon.
- 1000 méteren Végi Diána Laura „B” döntőbe jutott, Szigeti Dóra pedig az „A” döntőben 5. helyezést ért el.

Váltóversenyek:

- Mindhárom váltónk bejutott az elődöntőbe.
- A mix váltónkat kizárták, de a fiú és a lány váltó is „A” döntőt futhatott.
- A lány váltó ezüst-, a fiú váltó bronzérmet szerzett.

Összegzés: Versenyzőink összességében jól szerepeltek. Szinte mindenkinek sikerült legalább a negyedöntőbe, elődöntőbe vagy döntőbe jutnia, ami elsődleges célkitűzésünk volt. Kiemelkedő a váltócsapatok eredményei, sportolóink különösen szép és eredményes versenyzést mutattak be.

32nd Alta Valtellina Trophy, Bormio (ITA) – 2024. november 21-24.

Az Alta Valtellina Trophy versenyen a junior versenyzők ismét színvonalas mezőnyben mérhették össze tudásukat. Az olasz rendezvény immáron 32. alkalommal bizonyította rangját, és a versenyen részt vettek az összes junior korcsoport képviselői, valamint felnőttek is. Az ifjúsági versenyzők számára különösen fontos esemény volt, mivel a serdülő korosztályú válogatott versenyzőinket átirányítottuk az ifjúsági korosztályba, hogy tapasztaltabb riválisokkal versenyezhesenek, köztük az EYOF korosztály tagjaival is.

A fiatal versenyzőink kitűnően teljesítettek, és eredményeik az őszinte fejlődésükről árulkodtak. Z. Molnár Natasa (junior C) a B korcsoportban is a legjobbak között végzett, és a 500 méteres távon korosztályos országos csúcsot futott, ami kiemelkedő teljesítmény volt. Árendás Mihály (junior C) szintén kiemelkedett, hiszen több B döntőbe is bekerült a tapasztaltabb versenyzők között, ami jól mutatja fejlődését. Árendás Mihály ezen kívül a győztes férfi váltó tagja – Keszthelyi Dávid, Hallósy Dominik, Z. Molnár Borisz – is volt, ahol a váltó szoros versenyben végig az első helyért küzdött. Az utolsó körben egy gyönyörű előzéssel sikerült megnyerniük a futamot.

A verseny során a válogatott versenyzők jó formát mutattak, bár egy-egy futamban előfordult kizárás, de ezeket a hibákat alaposan átbeszéltük a versenyzőkkel, hogy a jövőben még jobb teljesítményt nyújthassanak. Az Alta Valtellina Trophy ismét sikeresen szolgált arra, hogy mérjük versenyzőink fejlődését és felkészültségét a nemzetközi mezőnyben.

Coppa Italia Open, Torino (ITA) – 2025. február 08-09.

A 2025-ös év elején Torinóban megrendezett Coppa Italia Open verseny kiváló lehetőséget biztosított azoknak a versenyzőknek, akik nem vettek részt a világkupa vagy a World Tour fordulóján. Az ilyen versenyek különösen fontosak a nemzetközi csapatok számára, mivel lehetőséget adnak a felzárkóztatásra és tapasztalatszerzésre. A versenyen a junior B, A és senior korcsoportok együtt versenyeztek, de az összetett eredmények külön kerültek értékelésre. Ez különösen nagy kihívás volt a fiatalabb versenyzők számára, hiszen 3-4 évvel idősebb versenyzőkkel kellett megküzdeniük.

A fiatal versenyzőink kiválóan helyt álltak. Keszthelyi Dávid például az 500 méteres távon „A” döntőbe jutott, és nagyon szép időeredménnyel végzett. A férfi váltó is jól szerepelt, hiszen az elődöntőben stabilan teljesítettek, és a legjobb 4. időeredménnyel jutottak be az „A” döntőbe. Ott a legerősebb holland és olasz csapatokkal versenyeztek, de egy sajnálatos kicsúszás miatt végül a 4. helyen végeztek. A női váltóban két fiatal B1 korosztályos versenyzővel a csapat a 3. helyen végzett, szép teljesítményt nyújtva. A verseny remek alkalom volt arra, hogy versenyzőink tovább fejlődjenek és tapasztalatot szerezzenek a nemzetközi mezőnyben.

Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztivál, Bakuriani (GEO) – 2025. február 09-16.

Az Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztivál (EYOF) a sportágunk utánpótlásának egyik legfontosabb eseménye, amely minden évben kiemelt figyelmet kap. Az EYOF-ra való felkészülés külön figyelmet igényelt, és az utánpótlás válogatott kerettagok számára a versenyszezonon belül speciális

programokat alakítottunk ki, amelyek közvetlenül az EYOF-ra irányultak. A versenyzők felkészülését az EYOF és a Junior Világbajnokság kiemelt eseményeként kezeltük, hogy biztosítsuk a megfelelő szintű felkészülést.

A kiválasztási és válogatási rendszer az idei évben egy többlépcsős folyamat alapján zajlott, amely lehetőséget biztosított arra, hogy nemcsak a korosztályos válogatott tagjai, hanem az egyesületi versenyzők is részt vehessenek az EYOF válogatón. A válogatás során egy 7 körös tesztet és a Mikulás Kupa versenyt figyelembe véve alakítottuk ki a végső sorrendet, amely alapján meghatároztuk a versenyzők indulási jogát.

Az EYOF nemzetközi elismertsége az utánpótlás versenyek között kiemelkedő, és a Junior Világbajnokságot követően az EYOF a legfontosabb esemény a junior korosztály számára. Ezen kívül az EYOF a sportolók számára lehetőséget ad arra, hogy megismerkedjenek egy multisport esemény lebonyolítási rendszerével, amely későbbi világversenyekre való felkészülést segíti elő. Az esemény ezen kívül hozzájárul a sportolók személyiségének fejlődéséhez és motivációs szintjük növeléséhez.

A helyszíni edzések és a versenyek előtti felkészülés minden szempontból kedvező volt, hiszen az akklimatizálódás és a jeges edzés lehetőségei biztosították, hogy a csapat optimális körülmények között készülhessen a versenyekre. Az EYOF versenyhelyszíne és a versenyszervezés színvonala is magas volt, bár a biztonságot illetően volt néhány észrevétel a palánkrendszerrel kapcsolatban. A szálláshelyek és az étkezési körülmények is kifogástalanok voltak.

A versenyzőink eredményei a vártnál is jobbak lettek. Z. Molnár Natasa a legjobb női versenyzőnk volt, aki 1500 méteren az 4. helyen végzett, míg 500 és 1000 méteren éremmel zárt. A mix váltóban is kiemelkedő teljesítményt nyújtott, és aranyérmet szerzett. Kiss-Gebora Flóra szintén eredményesen szerepelt, és bár nem szerzett egyéni érmet a versenyen, váltóban ő is jelentősen hozzájárult az aranyéremhez. Árendás Mihály kiemelkedett férfi versenyzőink közül, hiszen több távon is remekelt, és váltóban aranyérmet szerzett. Kun Bence Benedek szintén jól teljesített, különösen a mix váltóban, ahol kiemelkedő szerepet vállalt. A mix váltó tagjai minden futamban EYOF rekordot futottak, végig uralták a mezőnyt, és a váltások, előzések technikailag is kiemelkedő szinten történtek.

A versenyzőink véleménye és tapasztalatai pozitívak voltak, bár a nagy távolságok és a verseny időpontjai miatt nem tudtak részt venni a nyitó és záró ünnepségeken. Az edzők (Mátyus-Lajos Szandra, Nemes Krisztián) tapasztalataik szerint az EYOF színvonalas volt, és bár voltak kommunikációs akadályok, a szervezők segítőkészek voltak és igyekeztek minden körülményt biztosítani a versenyzők számára. Összességében egy rendkívül sikeres és élményekkel teli versenytörténetet írtak a résztvevők.

<https://results-bakuriani2025.sporteurope.org/EYOF25/lrs/schedule/STK/AllDays>

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világkupa III., Quebec (CAN) – 2025. február 21-23.

Szakmai értékelés:

A versenyt megelőzően 10 napos edzőtáborban vettek részt a sportolók Calgaryban, a lengyel válogatottal közösen, 4 fiú és 4 leány versenyzővel. Bár a világkupán lehetőségünk lett volna öt sportolóval indulni, a tengerentúli helyszín magas költségei miatt költséghatékonysági okokból négy versenyzővel utaztunk. A Világbajnokság szabályai amúgy sem tették volna lehetővé a nemenként öt fő részvételét.

A versenyen célunk az volt, hogy egyéniben és váltóban is a lehető legtöbb „A” és „B” döntős helyezést érjük el, valamint a leány váltóval az összetett világkupa-ranglistán dobogós helyezést szerezzünk, ahol a verseny előtt a második helyen álltunk.

A calgary-i edzőtábor során minden rendben zajlott, sportolóink jó formában korcsolyáztak. Azonban a Quebecbe történő átszállás során komoly nehézségek adódtak: rossz időjárási viszonyok, járattörlés, járatkésések. A verseny hetében így mindössze csak egy jeges edzésre volt lehetősége a csapatnak.

Eredmények:

1500m:

- Végi Diána Laura: ezüstérem (első egyéni világkupa-érme)
- Haltrich Luca: elődöntőig jutott
- Wu Jiawei Dávid és Z Molnár Borisz: „B” döntő, Dávid 2., Borisz 3. hely

1000m:

- Nógrádi Panka: bronzérem
- Szigeti Dóra és Major Dominik: negyedöntőig jutottak

500m:

- Nógrádi Panka: „A” döntő 5. hely
- Szigeti Dóra: negyedöntő, 11. hely
- Major Dominik: „B” döntő, esés az élről, végül 10. hely

Második 1500m:

- Végi Diána Laura: „A” döntő 5. hely
- Haltrich Luca: „B” döntő
- Wu Jiawei Dávid és Z Molnár Borisz: „B” döntő, Granasztói Ádám 4., Borisz 5. hely

Váltóversenyek:

- Mix és Fiú váltók: a selejtezők során kizárás (hibák a fizikai/mentális fáradtság miatt).
- Leány váltó: az „A” döntőben a második helyről sajnálatos összeakadás után a 4. helyen zártak. Az éves összesített világkupa-ranglistán a leány váltónk bronzérmet szerzett!

Összegzés:

Az utolsó hét nehézségei ellenére egyéniben kiemelkedő eredmények születtek, köztük két érem és több „A” és „B” döntős helyezés. A váltóversenyeknél volt némi hiányérzet, ugyanakkor a leány váltó egész szezonban kiemelkedően szerepelt, és **összetett világkupa-bronzérmet szerzett.**

ISU Junior Rövidpályás Gyorskorcsolya Világbajnokság, Calgary (CAN) – 2025. február 27-március 02. Szakmai értékelés:

A világkupa-sorozat utolsó állomása után hétfőn utazott vissza a csapat Calgaryba. Ezen a héten két alkalommal tartottak jeges edzést, majd csütörtökön megkezdték a világbajnokság versenyeit.

A világbajnokság színvonala jóval magasabb, mint a világkupa-sorozaté, hiszen itt minden erős nemzet három versenyzővel képviselteti magát minden távon. Célkitűzéseink között szerepelt, hogy egyéni versenyszámokban legalább a negyedöntőig jussanak a sportolóink, illetve sikeresen szerepeljünk a váltóversenyekben is. Alapvető cél volt továbbá, hogy minden egyéni távon megszerezzük a három indulási kvótát a következő évi világbajnokságra, amihez két versenyzőnek kellett bejutnia a legjobb 32 közé.

Eredmények:

1500 méter:

- Végi Diána Laura elődöntőt futott, de az „A” döntőbe jutást követően kizárták, így a 22. helyen zárt.
- Szigeti Dóra a negyedöntőig jutott, 26. helyezett lett.
- Fiúknál Major Dominik a 22., Granasztói Ádám a 30. helyen végzett.

500 méter:

- Végi Diána Laura a „B” döntőben harmadik lett, összesítésben a 8. helyen zárt.
- Nógrádi Panka 11. helyen végzett.
- Haltrich Luca a negyedöntőben kizárás miatt a 20. helyen végzett.
- Fiúknál Z. Molnár Borisz a 22., Major Dominik a 23. helyen zárt.

1000 méter:

- Végi Diána Laura és Nógrádi Panka is a negyedöntőbe jutottak, ahol a 15., illetve 16. helyet szereztek meg.
- Fiúknál Granasztói Ádám kizárás után a 21., Major Dominik pedig a 27. helyen végzett.

Váltóversenyek:

- Mix váltó: „B” döntő 2. helyezett, összesítésben 7. hely.
- Fiú váltó: „B” döntő, kizárással a 8. helyen zártak.
- Leány váltó: „A” döntőbe jutott, 5. helyezéssel, amely a világbajnokságon elért legjobb eredményünk volt.

Összegzés:

Az egyéni versenyszámok eredményei elmaradtak a várakozásoktól, annak ellenére, hogy rendkívül erős mezőny versenyzett mindkét nemnél. Pozitívum, hogy jövőre minden egyéni távon három sportolót indíthatunk. A váltóversenyek eredményei összességében elfogadhatók, ugyanakkor a döntők idejére a sportolók fáradtsága érezhetően rontotta a teljesítményt. A felkészülési időszak utolsó két hetének jobb megszervezésével az eredmények tovább javíthatók, ezért a jövőben erre kiemelt figyelmet kell fordítani.

Dutch Challenger Open, Leeuwarden (NED) – 2025. március 01-02.

A junior és felnőtt nemzetközi verseny elsősorban azon sportolók számára került megrendezésre, akik a Világkupa- vagy World Tour (junior és senior) fordulók nem vettek részt. A nemzetközi csapatok részéről jelentős igény mutatkozik az ilyen típusú eseményekre, elsősorban felzárkóztatás és versenytapasztalat szerzése céljából.

A junior B és A korcsoport összevontan, míg a senior korcsoport külön került lebonyolításra. A holland felnőtt válogatott számára ez a verseny a világbajnokság előtti felkészülés része volt, így a felnőtt mezőny különösen erősnek bizonyult.

A fiatal magyar versenyzők szépen helyt álltak:

- **Keszthelyi Dávid** az 500 méteres távon A döntőben versenyezve megnyerte a sprint számot.
- **Jancsó Zalán** 1000 méteren szintén A döntőbe jutott, és az élen haladt az utolsó körig, ahol egy lökés következtében elesett, így végül a 4. helyen zárt.
- A junior leány mezőnyben 500 méteren az 1. és 2. helyet szereztük meg, 1000 méteren azonban technikai hibák miatt a sportolók csak a kisdöntőkbe jutottak be.

Senior versenyzőink számára a verseny értékes tapasztalatokat nyújtott, a holland válogatott sportolók mellett is jól helyt álltak. **Tóth Eszter** és **Csizmadia Márk** is A döntőkben szerepeltek. A váltószámok értékelés nélkül, felkészülési céllal kerültek lebonyolításra.

A 2024/25-ös szezon világversenyeinek eredményeit bemutató táblázat a mellékletben található meg (4. melléklet).

2. A junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott keret nemzetközi edzőtáboroztatása

2024/25. szezonban az utánpótlás rövidpályás gyorskorcsolya válogatott részére egy alkalommal került nemzetközi edzőtáboroztatás megszervezésre.

2024. július 28-augusztus 12., Bormio (ITA) – Edzőtábor

A 2024. évi nyári edzőtáborra az olaszországi Bormióban került sor, 1200 méteres tengerszint feletti magasságban. Az edzőtáborban 14 fő junior válogatott sportoló vett részt, akik felkészítését és szakmai munkáját Lakatos Tamás vezetőedző és Szöllősi Szabolcs segédedző-technikus irányította. A tábor különlegessége volt, hogy a magyar csapat a lengyel válogatott sportolóival közösen készült, ami jelentős motivációs erőt is adott a versenyzőknek. A közös munka során a sportolók lehetőséget kaptak nemzetközi szintű tapasztalatszerzésre és edzőpartnerként való együttműködésre is.

A tábor időzítése az éves edzésciklus második szakaszához illeszkedett, közvetlenül az általános alapozási időszakot követően. A bormiói helyszín kiválasztásánál fontos szempont volt, hogy a helyi adottságok – a hegyi környezet, a magaslati edzés hatásai, valamint a nyári időszakban is elérhető, kiváló minőségű jégfelület – mind hozzájárulnak a komplex, hatékony felkészüléshez.

Az edzőtáborban a jeges edzéseket szárazföldi tréningekkel egészítettük ki, mint például hegyi futások, imitációs gyakorlatok, valamint erősítő edzések. A változatos, sokrétű program nemcsak a fizikai állapot fejlesztését szolgálta, hanem a technikai és taktikai elemek gyakorlását is elősegítette.

A sportolók kiválóan dolgoztak, az elvárt terhelést teljesítették, a közös munka légköre pedig végig pozitív és összetartó volt, így egy sikeres és eredményes edzőtáborral zártuk a nyári felkészülési időszak második szakaszát.

3. A junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott keret hazai edzőtáboroztatása

A 2024/25-ös szezon során a junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott részére két alkalommal került megrendezésre hazai edzőtábor, az éves felkészülési program részeként. Mindkét edzőtábor fő célja az általános alapozási időszak részeként az aerob állóképesség fejlesztése volt, kiemelten kerékpáros és futó edzéseken keresztül, valamint az imitációs és erősítő edzések beépítése a komplex felkészülés érdekében.

I. Hazai edzőtábor – Balatonboglár (NEKA), 2024. május 20–26.

Az általános alapozás harmadik hetében megrendezett balatonboglári edzőtáborban 18 fő junior sportolónk vett részt. Az edzőtábor kiemelt célja az aerob állóképesség fejlesztése volt, elsősorban kerékpáros és futóedzések formájában. A szakmai program részeként imitációs és konditeremi erősítő edzések is szerepeltek a heti edzéstervben.

A sportolók a kéthetes rávezető periódust követően itt már magasabb intenzitású, terheléses edzéseket végeztek. A kerékpáros foglalkozások hibamentesen, problémamentesen zajlottak. Kiemelendő, hogy a fiatalabb versenyzők számára motiváló hatású volt, hogy az idősebb, tapasztaltabb válogatott társaikkal együtt készülhettek, ami hozzájárulhat fejlődésükhöz és elkötelezettségükhöz.

II. Hazai edzőtábor – Mátraháza, 2024. május 27–31.

A mátraházi edzőtábor a balatonboglári tábor közvetlen folytatásaként, az alapozás negyedik hetében valósult meg. A program tematikájában szervesen kapcsolódott az előző heti munkához, azonban a sík terepi edzéseket itt már hegyi kerékpáros edzések is kiegészítették, kihasználva a Mátra változatos terepviszonyait.

Az edzésterv szintén tartalmazott imitációs és konditeremi erősítő elemeket. A sportolók kiválóan teljesítettek, az edzések a terveknek megfelelően, zökkenőmentesen zajlottak.

4. A junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott keret hazai versenyeztetése

A 2024/25-ös szezonban a junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott azon tagjai, akik nem szereztek kvalifikációt a Junior Világkupára vagy Junior Világbajnokságra, több hazai versenyen képviselték magukat. A hazai rendezésű versenyeken az érintett sportolók saját egyesületük színeiben álltak rajthoz, és az elérhető kategóriák valamelyikében mérettették meg magukat.

Főbb hazai versenyek, melyeken junior válogatott sportolók részt vettek:

2024. október 18–20., Budapest – ST Olimpiai Reménységek Versenye

2024. december 06–08., Budapest – ST Mikulás Kupa

2025. január 05–07., Budapest – ST Pannónia Open

2025. január 31–február 02., Debrecen – ST Csizmadia Kupa Emlékverseny

A fenti versenyeken való részvétel lehetőséget biztosított azoknak a junior sportolóknak is, akik nem voltak nemzetközi szereplésben érintettek, ugyanakkor fontos számukra az évközi megmérettetés és fejlődési lehetőség.

Hazai versenyrendszer fejlesztése – Magyar Kupa sorozat

A szezon során több további hazai verseny is lebonyolításra került a már korábban bevezetett Magyar Kupa sorozat részeként (Csizmadia Kupa, Mikulás Kupa, Jász Kupa, Tisza Kupa). Az Európa Kupa sorozat megszűnését követően a hazai edzői közösség kezdeményezésére olyan struktúra került kialakításra, amely versenyrendszerbe foglalja a szezon során megrendezett eseményeket, ezzel is növelve a hazai versenyek presztízsét és motivációs erejét.

A pontozási rendszer átlátható, nyilvános és naprakész, amely alapján a szezon végén a legeredményesebb sportolók kupával és értékes ajándékokkal lettek díjazva. A díjazásban partnerként működött közre az Evolution Speed Skating.

Junior Divíziós versenyrendszer és Diákolimpiai fejlesztések

A szezon során rendszeressé váltak az úgynevezett Junior Divíziós versenyek, amelyek kor- és nemtől függetlenül, a sportolók aktuális teljesítménye és képességei alapján történő divíziós beosztásban zajlottak. A 2023/24-es szezon tapasztalatai alapján a lebonyolítás módosításra és finomhangolásra került, így biztosítva a még kiegyensúlyozottabb és fejlődéscentrikusabb versenyzési lehetőségeket.

A versenyek helyszínei: Szeged, Miskolc és Budapest voltak, ezzel is támogatva a regionális elérhetőséget.

A 2024/25-ös szezonban jelentős újtásként ezen eseményekhez kapcsolódva került lebonyolításra a Diákolimpia junior C-D korcsoportos (gyorskorcsolyás korcsolyában induló) fordulói is, tovább bővítve az utánpótlásversenyzési lehetőségeket.

A 2024/25-ös szezonban jelentős újtásként a hagyományosnak mondható, hoki- és műkorcsolyacipőben versenyző tanulók számára szervezett Diákolimpia versenyek keretében népszerűsítettük a rövidpályás gyorskorcsolyát az általános és középiskolás diákok, valamint pedagógusaik körében. A program négy állomásból állt: három vidéki jégcsarnokban – Belovai József szervezésében – lebonyolított selejtezőből, valamint egy Jászberényben, a JSE egyesület támogatásával megrendezett Diákolimpiai döntőből.

A döntő újdonsága volt, hogy a short tracks (gyorskorcsolyás korcsolyában induló) junior C–D korcsoportos versenyzők is ezen az eseményen versenyeztek, ezzel tovább bővítve az utánpótlásversenyzési lehetőségeket és elősegítve a sportág népszerűsítését.

Sportszakmai munka az utánpótlás támogatásában

A Regionális Tehetség Támogató Program (RTTP) célja az utánpótlás-nevelés erősítése a vidéki rövidpályás gyorskorcsolya klubjainak összefogásával. A program célkitűzése, hogy magas szintű sportszakmai támogatást és megfelelő infrastrukturális háttérrel biztosítson a vidéki egyesületek számára. Kiemelt cél a tehetséggondozás, valamint a hasonló képességű sportolók közös edzéslehetőségének biztosítása, továbbá a különböző területekre bevont szakembereken keresztül a sportolók edukációja és széleskörű képzése.

A program keretében rendszeres összetartások, edzőtáborok, foglalkozások és fejlesztő versenyek kerültek megrendezésre az utánpótlás korosztály számára. Külön hangsúlyt kapott a fizikai állóképesség, a mentális felkészítés, a mozgástechnikai alapok fejlesztése, valamint a sportpszichológiai támogatás és az egyensúlyi problémák korai felismerése és kezelése.

Az előző szezonhoz képest korlátozottabb kapacitással, de továbbra is rendszeresen megvalósultak a program egyes elemei, így biztosítva a folyamatosságot és a fiatal sportolók fejlődésének fenntartását.

BESZÁMOLÓ A ST/SS 2024/25-ÖS SZEZON BÍRÓI TEVÉKENYSÉGÉRŐL

Rövidpálya (ST) összefoglaló:

I. ST – A szezonban a bírói kinevezések és a zsűri összeállítására az elkészült MOKSZ bírói iránymutatásai alapján került sor. Továbbá figyelembevételre került a szezon elején mindenki számára megküldött előzetes felmérő táblázat, amely sajnos az év során többször is változott, mindenki egyéni elfoglaltságát érintően. Ugyanezen táblázat a bójarakók részére is megküldésre került, sajnos ezen a pozícióban is a szezon során több átszervezési feladat és probléma merült fel. Mindezekon kívül igyekeztem figyelembe venni, hogy mindenki számára közel azonos számú versenykijelölés legyen természetesen az adott verseny és zsűri pozíció sajátosságait is figyelembe véve.

Jól működött a versenyek végeztével megküldött és a szövettel is leegyeztetett óradíj elszámolás, illetve a versenyriportok is elkészültek, amelyben a döntő bíró a megadott támpontok alapján értékeli a versenyt és számol be a zsűri munkájáról, a verseny lebonyolításáról, a pozitív és negatív eseményekről, valamint az után követést vagy változtatást igénylő helyzetekről. A bírói díjazásokat érintő változás nem történt, igyekeztünk a létszámot minimalizálni, ugyanakkor látható volt, hogy a rettentő hosszú akár egy hétvégén 35 óra munkát igénylő verseny lebonyolítása csak megfelelő számú személlyel bonyolítható le.

II. Versenyek

ST – 15 tervezett hazai versenyből 14 került lebonyolításra:

1. 2024.09.28-29 Magyar Bajnokság (Budapest)
2. 2024.10.05. Junior Divíziós verseny 1. (Szeged)
3. 2024.10.18-20. Olimpiai Reménységek Versenye – European ST Tour (Budapest)
4. 2024.11.09. Junior Divíziós verseny 2. (Miskolc)
5. 2024.12.06-08. Santa Claus Cup – Mikulás Kupa (Budapest)
6. 2025.01.25. Junior Divíziós verseny 3. (Sátoraljaújhely) – nem került lebonyolításra –
7. 2025.01.31-02.02. Csizmadia Kupa -Memorial Trophy – ISU Danubia series (Debrecen)
8. 2025.02.07-09. Jász kupa (Jászberény)
9. 2025.02.22. Junior Divíziós verseny 4. (Budapest)
10. 2025.02.28- 03.02. Tisza Kupa (Szeged)
11. 2025.03.14-16. Utánpótlás Magyar Bajnokság (Budapest) - időpont változás volt -
12. 2025.03.29-30. Diákolimpia Országos döntő (Jászberény)
13. 2025.01.09. Regionális Diákolimpia (Szekszárd)
14. 2025.01.13. Regionális Diákolimpia (Miskolc)
15. 2025.01.16. Regionális Diákolimpia (Jászberény)

Az előző szezonban életre hívott Magyar Kupa sorozat, Regionális diákolimpiák, + Divíziós versenyek rendezése továbbra is sikeresnek mondható az induló versenyzők kifejezetten szeretik. A Magyar Kupa versenysorozat nem igényel több versenyt hiszen a versenynaptárban lévő versenyek külön kupafordulóként vannak meghirdetve.

A Divíziós versenyek nagyon fontosak azon versenyzőknek, akik esetleg a saját tényleges korcsoportjukban esetleg kevésbé sikeresek, hiszen a divíziókba történő besorolás idő alapján történik, így a közel azonos képességű versenyzők nemre való tekintet nélkül mérhetik össze erejüket, ennek köszönhetően érdekes, izgalmas versenyeket láthattunk. Több olyan gyermeknek hozott sikert, akik egyébként a saját korcsoportjukban kevésbé eredményesek.

A regionális Diákolimpiák és Országos döntő továbbra is sok nehézséget okozott főleg competitor stewardi szempontól, főleg úgy, hogy a verseny lebonyolítása az előző évihez képest újfent változott. A jövőben mindenképp több és pontosabb előzetes egyeztetés szükséges a verseny szervezője és a Competitor steward-ok között egy tapasztalt bíró részvételével, a teljes versenyprogram összeállítását és annak lebonyolítását illetően. Az egyéb észrevételek és ötletek külön beszámolóban került megküldésre.

6 db ISU versenyen hat versenybírónk vett részt (összesen: 8 kinevezésünk volt):

1. Európa Bajnokság, Drezda, Németország (Dénes-Nagy Veronika)
2. Junior Világbajnokság, Calgary, Kanada (Pádár Beáta)
3. World Tour 3. Peking, Kína (Novák Antal, dr. Kövér Balázs)
4. World Tour 4. Szöul, Korea (Novák Antal)
5. World Tour 6. Tilburg, Hollandia (Pádár Beáta)
6. Világbajnokság Peking, Kína (Pádár Zita, dr. Kövér Balázs)

- + 7. (FISU) Téli Universiade Torino, Olaszország (Pádár Beáta)
+ 8. (EOC) Téli EYOF Bakurani, Grúzia (Hernádi János, Simó Ferenc)

+ 3 meghívásos versenyen vettünk részt:

1. Alpe Adria 2 Belgrád (Hernádi János)
2. Csikszereda Román Nemzeti Bajnokság (Simó Ferenc, Piri István, Hernádi János, Novák Antal)
3. Korea National TRIAL – Olimpiai Válogató – (dr. Kövér Balázs)

Külön érdekessége a szezonnak, hogy mind a Junior, mind pedig a Felnőtt Világbajnokságnak magyar döntőbírója volt, ilyen a korábbi években még soha nem fordult elő, sőt a Téli Universiade-nak is!

Az ISU versenyek végeztét követően megtartott ISU Technical Comitee kiértékelése alapján a magyar versenybírók minden alkalommal kifejezetten jó értékelést és pozitív visszajelzést kaptak.

Az összes 14 nagy ISU/IOC/FISU versenyből 8-on képviseltük a Magyar Országos Korcsolyázó Szövetséget!

Kinevezések száma az ISU versenyeken országonként		
Rangsor	Ország	Kinevezések száma
1.	KANADA	18
2.	HOLLANDIA	15
3.	OLASZORSZÁG	12
4.	USA	11
5.	MAGYARORSZÁG	8
6.	LENGYELORSZÁG	7
7.	KOREA	6
8.	KÍNA	6
9.	NÉMETORSZÁG	6
10.	BELGIUM	6
11.	NAGY-BRITANNIA	4

Összesen: 47 fő vett részt versenybírói oldalról a hazai versenyek lebonyolításában

- 6 – referee
- 3 – starter
- 8 – versenyirodai munkatárs
- 3 – finishlynx
- 3 – competitor steward
- 3 – bemondó
- 19 – bójázó

Két fő versenybírónk a szezonban egyáltalán nem mutatott aktivitást (Knoch Marta „W” – bár többször jelezte, hogy jön versenyre, valamint Csala Nikolett, akinek kisbabája született), valamint Boda Csaba ISU – CS -”S” - a tavaly bejelentett visszavonulását követően annak ellenére, hogy számára is megküldésre került az előzetes versenynaptár nem jelentkezett verseny részvételre.

A jövőben nagyon fontos lesz az új versenybírók képzése és bevonása a körforgásba, hiszen látható volt, hogy amikor egy időben több hazai verseny került megszervezésre és még olyan ISU verseny is volt, amelyen érdekelték voltak a versenybíróink, akkor nagyon nehezen jött össze a létszám, nem beszélve az esetlegesen felmerülő egyéni problémákról. Éppen ezen okok miatt több alkalommal is külföldről hívtunk competitor stewardot, illetve versenybírókat is. Sőt volt olyan alkalom is, amikor az egyébként starter kollégáknak kellett besegíteniük és a jégen bíraskodniuk, annak érdekében, hogy megfelelő létszámmal lehessen a versenyt lebonyolítani.

Pozitív jel, hogy az előző szezonban competitor stewardnak jelentkezett Vella Nándor és Fecskés Zoltán is nagyon jól „vizsgázott” a szezonban és teljes értékű zsűritagként látták el a versenytitkári feladatokat, hol együtt, hol pedig egyedül!

III. Jelenlegi helyzet:

Referee: 15 fő

- ISU ref.: – 3 fő (Pádár Beáta, Dénes-Nagy Veronika „A”, dr. Kövér Balázs)
- Nemzetközi Bíró: – 9 fő – ebből „W” 3 fő (Knoch Marta, Kis Virág, Bánfiné Gonda Lujza) Hernádi János „S”
- Nemzeti bíró: 3 fő

Starter: 3 fő

- ISU starter: 2 fő (Pádár Zita, Novák Antal)
- Nemzetközi „W” (Vella Márton)

Competitors’ steward: 4 fő

- Nemzetközi „W” (Belovai Judit)
- ISU „S” (Boda Csaba)
- Nemzetközi: 2 fő (Borsodi Eszter – W-re felterjesztése indokolt - , Márkus Balázs)
- + 2 fő gyakornok (Fecskés Zoltán, Vella Nándor)

A szezon végeztével meghirdetésre kerül a „Legyél te is versenybíró” - Short Track – Mentor program –, feladatokkal és határidőkkel megjelölve, azzal acéllal a jelenlegi „kiöregedő” félben lévő hazai versenybírói állomány létszámát növeljük, és minden pozícióban találjunk legalább 1 vagy 2 fő új embert, mivel a létszámunk is sokszor kevésnek bizonyul, főleg akkor, amikor az ISU minősítésű versenybíróink a hazai szervezésű versenyeivel egy időben ISU kötelezettségüknek tesznek eleget.

A referee létszámát tekintve (15 fő) pozitív, de tulajdonképpen ebből a létszámból ténylegesen 6 fő az, akik megfelelő tudással, tapasztalattal rendelkeznek egy komolyabb verseny lebonyolításához. A létszám azért nagyobb, mert valamennyi versenyen tevékenykedő versenybíró részéről megköveteljük, hogy rendelkezzen legalább alap Short-Track szabályismerettel, nem beszélve arról, hogy a HeatBox-ban ISU előírás szerint kötelező a szabályismeret.

Startereket nézve jól állunk, de amennyiben van jelentkező, akkor ezen a területen is indokolt és szükséges a képzés.

Competitor steward vonalon Belovai Judittal sajnos nem számolhatunk, ebben a szezonban egy versenyen sem vett részt, és minden bizonnyal jövőben sem kíván majd tevékenykedni. Boda Csabát elbúcsúztattuk, a megkeresése ellenére a szezonban aktivitást nem mutatott. Borsodi Eszter az ISU-s elfoglaltsága mellett, amennyiben ideje engedi részt vesz a programok tervezésében és a versenyek

lebonyolításában, személyében indokolt a W-re való felterjesztése. Márkus Balázs csak „papíron” versenytitkár. Ugyanakkor Fecskés Zoltán és Vella Nándor személyében 2 új competitor stewardot vontunk be a versenybírók közé, akik nagyon pozitív benyomást tettek és a jövőben megoldhatják a szakember hiányt ezen a területen, de indokolt itt is további személyek bevonása. Indokolt a szezon végével a nemzetközi listára való felterjesztésük.

A fentiekben vázoltakból kiderül, hogy kell és szükséges a versenybírói állomány frissítése, megcélózva főként olyan volt versenyzőket, akik éreznek affinitást aziránt, hogy átálljanak a „másik oldalra” és így maradjanak tagjai a „Short Track familynek” az aktív versenykarrier lezárását követően. A legideálisabb helyzet az lenne, ha valamennyi klubnak lenne legalább egy versenybírója, aki akár a helyi csapat edukálásában is részt tudna venni.

A bójázók terén sikerült egy jó „kemény magot” kialakítani. A szezonban 19 főt alkalmaztunk összesen, akik mind jó korcsolya tudással és alapvető versenyszabály ismeretekkel rendelkeznek, alapvetően pozitív volt a megítélésük a szezonban, többeket közülük érdekelhet egyéb versenybírói pozíció is a jövőben.

IV. Összegzés:

A ST-területen továbbra is a jól kialakult és működő versenybírói csapat a szezon során jól teljesítette a feladatokat, a nem várt helyzeteket egymást segítve sikerült megoldani, a kisebb nézeteltéréseket és problémákat pedig kollégaként kezelni és rendezni.

Bizakodva tekintünk a következő szezonra, amely nemcsak a versenyzők, hanem az ISU bíróink számára is rendkívül fontos, hiszen Olimpiai szezon következik. Jó lenne nem megszakítani a magyar versenybírói hagyományokat és a 8. Téli Olimpián is képviselni Magyarországot versenybírói szinten is.

Ugyancsak fontos célkitűzésnek tartom továbbra is az edzők, a versenyzők (válogatott), esetleg klubok megfelelő oktatását versenyszabályokat illetően. A szezon közben pozitív kezdeményezés volt - és a versenyzők visszajelzése alapján is arra lehet következtetni, hogy jól sikerült - a válogatott versenyzőinek, edzőinek bevonásával megtartott szabályismertető és versenyszituációs videóelemzés.

Nagypálya (SS) összefoglaló:

I. Versenyek: (7db)

1. Magyar Bajnokság Sprint/összetett (Inzell) 2024.12.20-22.
2. Magyar Kupa 1 (Budapest) 2024.12.01.
3. Magyar Kupa 2 (Budapest) 2024.12.27.
4. Utánpótlás OB. Összetett (Budapest) 2025.01.11.-12.
5. Magyar Kupa 3 (Budapest) 2025.01.26.
6. Magyar Kupa 4 (Budapest) 2025.02.02.
7. Utánpótlás OB. Távonkénti (Budapest) 2025.02.15-16.

Összesen: 25 fő vett részt (ebből 10 fő ST-ben is)

Jelenleg: 3 – fő Nemzetközi bíró: (Egyed Krisztina, Kocsis-Busch Mónika, Moravcsik Fecskés Orsolya)
+ 1 fő nemzetközi starternek felterjesztve (Szócs István)

Összegzés:

A szezon elején a „szokásos problémák” orvoslása megtörtént. A versenyek lebonyolítása és vezető bíró általi excel táblázatos levezetése a sok nevezésbeli változtatás miatt sokszor nehézségekkel járt. Ebben a szezonban már többszöri egyeztetés is megvalósult a nagypályás versenyek lebonyolítását megelőzően – a ST-hez hasonlóan – a versenybíró bevonásával, amely sok pontosításra adott lehetőséget már a verseny kezdete előtt. A zsűri tagjainak kijelölése, versenyhez mért létszám meghatározása, az egyes

pozíciók rögzítése ezen a területen is megoldandó feladat. Ezzel kapcsolatban Egyed Krisztina megküldte az ST bírói memorandumhoz hasonló észrevételeit, így előreláthatóan a következő szezon kezdetére elkészül a nagypályás bírói iránymutatás is. Nagy Alexandra a zsűri összeállításában az egész szezon folyamán nagy segítséggel volt részemre.

A nagypályás versenyeken sok ST versenybíró vett részt továbbra is aktívan.

Külön pozitívum és nagy előrelépés a nagypályás vonalon, hogy sikerült a távontéti utánpótlás országos bajnokságon első alkalommal Mass Start, Team Sprint és Mix váltó versenyeket is lebonyolítani. Ezen versenyszámok lebonyolításához előzetesen elkészült a bírók, versenyzők, edzők részére is fontos információkat tartalmazó feladat és szabályismertető.

A nagypályás versenyek zsűri listájának összeállításában az elmúlt szezonban is sokszor kellett személycsere miatti változtatásokat végrehajtani akár az utolsó pillanatban is, és sajnos előfordult egy alkalommal, hogy nem sikerült a verseny tervezett időpontja előtt egy héttel megküldenem a zsűri tervezetet, amely okozott némi kellemetlenséget a versenybírók számára. Problémaként vetik fel azt, hogy csak azokat értesítem zsűri összeállításáról, akikkel az adott versenyen számolunk és akik, ugyan beírták az előzetes felmérésben, hogy ráérnek, de mégsem kerülnek kijelölésre arról nem értesülnek. A fentiek kommunikációját az ST versenyekhez hasonlóan kívánom rendezni, azaz aki legkésőbb 1 héttel a konkrét verseny előtt nem kap e-mailes értesítőt a zsűri összeállításról és az egyéb információkról, az magától értetődően nem szerepel zsűriben.

III. 2025-26. ÉVI SZEZON CÉLKITŰZÉSEI

A junior rövidpályás gyorskorcsolyázó keret 2025/26. évi szezonra vonatkozó szakmai tervének jellemző szempontjai a következők:

Az idei évben az elsődleges célok között szerepel, hogy a megfelelő technikai tudás mellett a fizikai képesség fejlesztésével sportolóink sikeresen szerepeljenek a Junior Világbajnokságon, valamint a Junior Világkupa sorozatban.

Biztosítani kell az utazó keretből kiesett válogatott sportolók versenyeztetését a Challenger sorozatban. Nemzetközi versenysorozatok fejlesztése és jobbá tétele az Európai Naptáregyeztetőn részt vevő országokkal kooperálva.

A Héraklész B keret és a Tehetség Támogató Program újraélesztése és üzemeltetése Szövetségi kontroll alatt, a Kiemelt Utánpótlás Edzők által.

Az előző években elindított projektek (RTTP, DPO, Magyar Kupa stb.) további gondozása és fejlesztése. Szakmai programok szervezése és egy átfogó szakmai stratégia kialakítása. Szoros együttműködés az egyesületekkel az utánpótlás nevelés és versenyeztetés működtetésében.

A bírói gárda fiatalítása a mentorprogram elindításával. Szakmai képzéssel egybekötött életpályamodell és karrierprogram kialakítása.

A gyorskorcsolyázó keret 2025/26. évi szezonra vonatkozó szakmai tervének jellemző szempontjai a következők:

Az idei év az aktuális olimpiai ciklus utolsó szezonja, melyben igyekszünk a maximumot kihozni a válogatott kerettag sportolókból. Elsődlegesen az olimpiai kvalifikációs versenyek lesznek a fókuszban. Lehetőségeinkhez mérten minden sportoló számára igyekszünk megtalálni a legjobb lehetőséget a távspecifikumok terén, illetve a csapatversenyszámra is nagyobb hangsúlyt fektetünk majd.

Az olimpia mellett az Európa-bajnokság lesz a másik kiemelt versenyünk, mely az olimpia árnyékában egy kiváló lehetőség lehet a nem kvalifikált sportolóink számára, hogy jó eredményeket érjenek el.

Mindemellett célunk, hogy a megfelelő technikai tudás mellett a fizikai képesség fejlesztésével sportolóink sikeresen szerepeljenek a Junior Világbajnokságon, valamint a Junior Világkupa sorozatban.

Szakmai kapcsolat fenntartása a holland szakemberekkel, és a világversenyeken elért eredmények javítása. Állandó masször bevonása a válogatott keret mellé.

A külföldön készülő sportolók segítése és szakmai, emberi támogatásuk, hogy a felnőtt versenyeken a lehető legjobb eredményt éri el, mint Nagy Konrád – Oval Program, Bíró Hanna – Team GSSP Inzell, Sipos János – heerenveeni Center of Excellence program keretében, illetve Mercs Abigél – Fast Team Salt Lake City.

Utánpótlás sportolók és edzők fejlesztési programjának kialakítása, kislétszámú Inzelli edzőtáborok révén Michael Restnerrel (Team GSSP) együttműködve.

Time Trial versenyek lebonyolítása és a short track egyesületek számára optimalizált versenynaptár kialakítása. A megkezdett együttműködések fejlesztése és a Városligeti Műjégpálya biztonságosabbá tétele, amely az események szervezésének költséghatékonyságát javítaná.

Az ISU Development Tábor az idei szezonban csak abban az esetben szerveznénk, ha forráshiány lépne fel a válogatott keretek költségvetésében.

Kim Minseok célkitűzései a 2025/26-os versenyszezonra

Kim a 2024/25-ös szezon lezárultával 2025 áprilisában visszaköltözött Koreába és újra korábbi edzőjével készül. A tavalyi évhez képest sokkal intenzívebben kezdte az alapozást, már megkezdte a szárazföldi és súlyzós edzéseket, és hamarosan jégre is lép. Ez sokkal gyorsabb tempó, mint tavaly, amikor csak nyár után kezdte a jeges edzéseket – ugyanakkor ez a felkészülési rendszer számára már 15 éve megszokott.

A versenyzői mezőny és a versenymintázatok négyévente, az olimpiák ritmusában változnak, ezért úgy gondoljuk, hogy Kim a 2026-os olimpián nem lehet eredményes pusztán a korábbi módszerekre támaszkodva. Emiatt a tavalyi szezonban tanultakat most beépítjük a koreai rendszerbe is, különösen a regeneráció és a fájdalomkezelés terén.

A koreai edzők hagyományosan úgy gondolják, hogy az izomsérülések és a fájdalmak erősítik a testet, ezért az alapozás alatt nem biztosítanak kezelést. Kim azonban most rendszeres kezeléssel, tudatos regenerációval dolgozik, hogy mindig a lehető legjobb állapotban edzhessen – ezt az új klubcsapatnál (Team Gold) tanulta meg.

A felszerelések terén is levonta a tanulságokat: már áprilisban megkezdte az olimpiai szezonra való eszközbeállítást, és elkészült a B és C tervű beállítás is. Az elmúlt év tanulságai – testkezelés, edzésrutin, felszerelés – mind hozzájárulnak ahhoz, hogy sikeresen készüljön fel az olimpiára.

A 2026-os milánói olimpia kapcsán a felkészülés egyik legfontosabb célkitűzése a kvalifikáció (kvótaszerzés) Kim három versenyszámában: 1000 méteren, 1500 méteren és a tömegrajtos (mass start) versenyben. Ezen távokon pontszerző helyekre is reális esély mutatkozhat. A versenystratégia kialakításánál elsődleges szempont, hogy a kvalifikációs időszakban a sportoló folyamatosan csúcsmódban legyen, majd az olimpián a lehető legjobb szereplést nyújtsa. A felkészülés során kiemelten figyelünk azokra a részletekre, amelyek a tavalyi szezon során fejlődési lehetőségként azonosításra kerültek – ezzel biztosítva, hogy Kim a nemzetközi mezőnyben is stabil, versenyképes formát tudjon hozni, és hozzájáruljon Magyarország minél eredményesebb olimpiai szerepléséhez.

A junior rövidpályás gyorskorcsolya válogatott keret tagjai a 2025/26. évi szezon során:

Férfi					
1	Major	Dominik	2006.07.28	Junior "A2"	FTC
2	Keszthelyi	Dávid	2007.01.25	Junior "A2"	FTC
3	Hallósy	Dominik	2007.06.15	Junior "A2"	TKKSE
4	Z Molnár	Borisz	2008.03.08	Junior "A1"	FTC
5	Derdák	Ákos	2008.02.01	Junior "A1"	FTC
6	Jancsó	Zalán	2008.02.07	Junior "A1"	TKKSE
7	Árendás	Mihály	2009.08.19	Junior "B1"	SZKE
8	Kun	Bence Benedek	2009.09.20	Junior "B1"	KSI
Női					
1	Szigeti	Dóra	2006.08.03	Junior "A2"	KSI
2	Végi	Diána Laura	2006.12.30	Junior "A2"	FTC
3	Nógrádi	Panka	2007.05.12	Junior "A2"	FTC
4	Haltrich	Luca	2007.09.26	Junior "A1"	TDKE
5	Molnár	Réka	2009.06.19	Junior "B2"	FTC
6	Amschl	Kira Judit	2009.06.13	Junior "B2"	TDKE
7	Z Molnár	Natasa	2009.12.28	Junior "B1"	FTC
8	Kiss-Gebora	Flóra	2009.07.08	Junior "B1"	KSI

A 2025/26. évi szezon edzőtáborainak helyszíneit és időpontjait az alábbi táblázat tartalmazza:

<i>esemény</i>					
<i>szakág</i>	<i>kezdő időpont</i>	<i>záró időpont</i>	<i>helyszín (ország)</i>	<i>helyszín (város)</i>	<i>jellege</i>
gyorskorcsolya	2025.05.01	2025.06.01	Spanyolország	Pradollano	edzőtábor (31 napos)
short track	2025.05.26	2025.05.30	Magyarország	Balatonboglár	edzőtábor (5 napos)
short track	2025.06.02	2025.06.06	Magyarország	Mátraháza	edzőtábor (5 napos)
short track	2025.08.04	2025.08.17	Olaszország	Bormio	edzőtábor (14 napos)
gyorskorcsolya	2025.06.30	2025.07.27	Németország	Inzell	edzőtábor (28 napos)
short track	2025.05. hó	2025.05. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés
short track	2025.06. hó	2025.06. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés
short track	2025.07. hó	2025.07. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés
short track	2025.08. hó	2025.08. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés
short track	2025.09. hó	2025.09. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés
short track	2025.10. hó	2025.10. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés
short track	2025.11. hó	2025.11. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés
short track	2025.12. hó	2025.12. hó	Magyarország	Budapest	edzőtábor/központi felkészülés

A 2025/26. évi szezon versenyeinek helyszíneit és időpontjait az alábbi táblázat tartalmazza:

<i>esemény</i>						
<i>szakág</i>	<i>verseny helyszíne (ország)</i>	<i>verseny helyszíne (város)</i>	<i>verseny időpontja (kezdet)</i>	<i>verseny időpontja (vége)</i>	<i>verseny korosztálya</i>	<i>megjegyzés</i>
gyorskorcsolya	Amerika	Salt Lake City	2025.11.14.	2025.11.16.	felnőtt	Világkupa
gyorskorcsolya	Kanada	Calgary	2025.11.21.	2025.11.23.	felnőtt	Világkupa
gyorskorcsolya	Olaszország	Milánó	2025.11.29.	2025.11.30.	utánpótlás	Junior Világkupa
gyorskorcsolya	Hollandia	Heerenveen	2025.12.05.	2025.12.07.	felnőtt	Világkupa
gyorskorcsolya	Olaszország	Collalbo	2025.12.06.	2025.12.07.	utánpótlás	Junior Világkupa
gyorskorcsolya	Norvégia	Hamar	2025.12.12.	2025.12.14.	felnőtt	Világkupa
gyorskorcsolya	Lengyelország	Tomaszow Mazowiecki	2026.01.?	2026.01.?	felnőtt	Európa-bajnokság
gyorskorcsolya	Németország	Inzell	2026.01.23.	2026.01.25.	felnőtt	Világkupa
gyorskorcsolya	Németország	Inzell	2026.02.21.	2026.02.22.	utánpótlás	Junior Világkupa
gyorskorcsolya	Németország	Inzell	2026.02.27.	2026.03.01.	utánpótlás	Junior Világkupa
gyorskorcsolya	Hollandia	Heerenveen	2026.03.05.	2026.03.08.	felnőtt	Világkupa
short track	Németország	Rostock	2025.10.10.	2025.10.12.	utánpótlás	Hanse Cup
short track	Kazahsztán	Asztana	2025.11.07.	2025.11.09.	utánpótlás	Junior Világkupa
short track	Olaszország	Bormio	?	?	utánpótlás	Alta Valtellina
short track	Kazahsztán	Asztana	2025.11.13.	2025.11.15.	utánpótlás	Junior Világkupa
short track	?	?	?	?	utánpótlás	Starclass 1



**MAGYAR ORSZÁGOS
KORCSOLYÁZÓ SZÖVETSÉG**
HUNGARIAN NATIONAL
SKATING FEDERATION

short track	Amerika	Salt Lake City	2026.01.29.	2026.02.01.	utánpótlás	Junior Világbajnokság
short track	?	?	?	?	utánpótlás	Starclass 2
short track	?	?	?	?	utánpótlás	Challenger Open
short track	Amerika	?	2026.02.20.	2026.02.22.	utánpótlás	Junior Világkupa
short track	?	?	?	?	utánpótlás	Starclass 3
short track	?	?	?	?	utánpótlás	Challenger Open
gyorskorcsolya, short track	Olaszország	Milánó	2026.02.06.	2026.02.22.	-	Olimpia

IV. MELLÉKLETEK

1. melléklet – Készítette: Novák Antal – sportmunkatárs

2001-2025 Gyorskorcsolya Bajnoki Induló Létszámok

Férfiak:								
Szezon	Felnőtt	Junior A	Junior B	Junior C	Junior D	Junior E	Junior F	Összesen
2001-2002	6	3	3	5				17
2002-2003	12	2	3	4	3	11		35
2003-2004	11	4	7	4		10	4	40
2004-2005	8	4	1	3	6	6	6	34
2005-2006	8	4	4		5	4	3	28
2006-2007	6	2	2	4	5	6	8	33
2007-2008	6	2		9	4	3	8	32
2008-2009	nem volt jégpálya							
2009-2010	nem volt jégpálya							
2010-2011	nem volt jégpálya							
2011-2012	7	3	3	2	3	1	1	20
2012-2013	6	1	1	2	4	2	4	20
2013-2014	3	1		4				8
2014-2015	4		2	4	7	2	2	21
2015-2016	3	2	4	5	3	1		18
2016-2017	3	1	4	4	3	1		16
2017-2018		5	2	4	3	3	2	19
2018-2019	3	2	4	4	4	2	3	22
2019-2020	9		2	5	4	7		27
2020-2021	nem volt jégpálya							
2021-2022		3	9		7	5	3	27
2022-2023	6	1	4	7	6	6	4	34
2023-2024	10			7	8	8	4	37
2024-2025	11		7	4	9	7	7	45

Nők:								
Szezon	Felnőtt	Junior A	Junior B	Junior C	Junior D	Junior E	Junior F	Összesen
2001-2002	5		2	5				12
2002-2003	6	2		2		9		19
2003-2004	6		2		3	9		20
2004-2005	5			3	8	7	4	27
2005-2006	4			3	4	5		16
2006-2007	3		1	2	2	5		13
2007-2008	6	1	2	2	4	4	6	25
2008-2009	nem volt jégpálya							
2009-2010	nem volt jégpálya							
2010-2011	nem volt jégpálya							
2011-2012	6	2	2	3	1	1	1	16
2012-2013	6		2	3	1	1	3	16
2013-2014	3	1						4
2014-2015	3	2	4	3	7	6	9	34
2015-2016	1	4	1	3	4			13
2016-2017	3	5	3	4	4	3	2	24
2017-2018	4	2	6	6	4	7	3	32
2018-2019	2	3	5	3	6	7	1	27
2019-2020	10	5	4	3	7	8		37
2020-2021	nem volt jégpálya							
2021-2022		5	3	6	3	6	4	27
2022-2023	9	3	3	6		12	6	39
2023-2024	9	1	6	4	11	10	6	47
2024-2025	12	2	2	7	11	9	4	47

2. melléklet – Készítette: Novák Antal – sportmunkatárs

MAGYAR VERSENYZŐK EREDMÉNYEI A 2024-25 SZEZON VILÁGVERSENYEIN

ISU World Cup #1 Nagano (JAP) 2024.11.22-24									
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	B Div. 1500m/1	B Div. 1000m	B Div. 5000m				
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC	1	1:45.21 SB	1	1:09.39 SB	30	6:42.19 SB	

ISU World Cup #2 2024.11.29-12.01 Beijing (CHN) 2024.11.29-12.01									
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	A Div. 1500m/1	A Div. 1000m	B Div. 5000m				
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC	8	1:45.83	17	1:09.58	28	*6:35.74 SB	

* Felnőtt csúcs régi: 6:37.26 Nagy Konrád, Calgary 2016.09.17

ISU European Championships Heerenveen (NED) 2025.01.11-12												
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	500 m	5000 m	1500 m	10000 m	Összetett					
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC	1	*35.63	13	**6:32.62	3	1:45.61	8	***14:05.75	8	****152.382

* Felnőtt csúcs, régi: 35.94 Nagy Konrád, Calgary 2017.10.21

** Felnőtt csúcs, régi: 6:35.74 Kim Min-Seok, Beijing 2024.11.30

*** Felnőtt csúcs, régi: 14:26.43 Nagy Konrád, Baselga 2013.12.18

**** Felnőtt csúcs, régi: 175.840 Dolp István, 1994.02.01-02

ISU World Cup #3 Calgary (CAN) 2025.01.24-26									
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	A Div. 1500 m	A Div. 1000m	B Div. 500m	B Div. Mass Start			
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC	4	*1:42.24	10	**1:07.64	18	***35.30	
NAGY Konrád	1992.03.26	DSC					5	8:21.00/ 9pont	
BEJCZI Botond	1999.09.06	SMA					9	8:43.19/ 2 pont	

* Felnőtt csúcs, régi: 1:44.16 Nagy Konrád, Calgary 2017.12.02

** Felnőtt csúcs, régi: 1:08.78 Nagy Konrád, Calgary 2017.03.19

*** Felnőtt csúcs, régi: 35.63 Kim Min-Seok, Heerenveen 2025.01.11

ISU World Cup #4 Milwaukee (USA) 2025.01.31-02.02						
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	A Div. 1000 m	A Div. 1500m		
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC	5	1:07.82	5	1:43.64

ISU World Cup Speed Skating #5 Tomaszów-Mazowiecki (POL) 2025.02.21-23												
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	A Div. 1500m	B Div. 500m (1)	A Div. 1000 m	Team Sprint	B Div. 500m (2)	B Div. Mass Start				
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC	10	1:47.90	22	36.02	16	1:10.26				
BEJCZI Botond	1999.09.06	SMA										
BÖDEI Bálint	2003.07.08	SMA							7	*1:24.82	27	37.27
LUKÁCS Soma	2006.02.11	SMA									8	8:45.70/4 pont

* Felnőtt csúcs, régi: 1:27.00 Bödei Bálint, Sáros János, Lukács Soma, Collalbo 2025.02.02

ISU World Cup Speed Skating #6 Heerenveen (NED) 2025.02.28-03.02												
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	B Div. 500m (1)	A Div. 1500m	A Div. 1000 m	B Div. Team Pursuit	B Div. 500m (2)	B Div. Mass Start				
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC		10	1:45.25	15	1:09.23					
BEJCZI Botond	1999.09.06	SMA									9	8:17.19/1 pont
BÖDEI Bálint	2003.07.08	SMA	28	37.21					9	*3:58.88	23	37.30
NAGY Konrád	1992.03.26	DSC									WDR	

* Felnőtt csúcs, régi: 4:14.10 Nagy Konrád, Dékány Bence, Bejczy Botond, Nur-Sultan 2019.12.08

ISU World Championships Hamar (NOR) 2025.03.14-16						
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		1500m	
KIM Min-Seok	1999.06.14	FTC	12	1:09.18	12	1:46.27

3. melléklet – Készítette: Novák Antal – sportmunkatárs

MAGYAR VERSENYZŐK EREDMÉNYEI A 2024-25 SZEZON VILÁGVERSENYEIN

ISU Neo-Senior World Cup #1 Tomaszów-Mazowiecki (POL) 2024.11.30-12.01										
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		500 m		1500 m		Mass Start	
BÍRÓ Hanna	2003.08.30	TTKE	11	1:25.64	4	41.46				
BÖDEI Bálint	2003.07.08	SMA	3	1:12.79	7	36.85	6	1:52.82	18	5:24.62

ISU Junior World Cup #1 Tomaszów-Mazowiecki (POL) 2024.11.30-12.01										
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		3000 m		500 m		1500 m	
SÁNDOR Lilla	2007.07.07	TTKE	39	1:29.24	DQ				DQ	26 6:09.08
LUKÁCS Soma	2006.02.11	SMA	22	1:16.09			18	37.59		
KLIMASZ Márton	2009.01.04	JÉG	37	1:18.74			30	38.69	39	2:06.06
SIPOS János	2005.11.11	SMA	DNS							

ISU Neo-Senior World Cup #2 Tomaszów-Mazowiecki (POL) 2024.12.07-08										
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		500 m		1500 m		MIX Relay	
BÍRÓ Hanna	2003.08.30	TTKE	14	1:25.12	5	40.82				
BÖDEI Bálint	2003.07.08	SMA	4	1:12.31	9	36.90	7	1:52.38	9	3:11.81

ISU Junior World Cup #2 Tomaszów-Mazowiecki (POL) 2024.12.07-08										
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		3000 m		500 m		1500 m	
SÁNDOR Lilla	2007.07.07	TTKE	34	1:27.80	23	4:55.23			38	2:19.94
LUKÁCS Soma	2006.02.11	SMA	21	1:14.97			17	37.69	25	1:58.14
KLIMASZ Márton	2009.01.04	JÉG	39	1:18.46			27	38.86	38	2:05.04
SIPOS János	2005.11.11	SMA	35	1:17.67			14	37.49		

ISU Neo-Senior World Cup #3 Collalbo (ITA) 2025.02.01-02										
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		500 m		1500 m		Team Sprint	
BÍRÓ Hanna	2003.08.30	TTKE	6	1:25.05	1	40.80				
BÖDEI Bálint	2003.07.08	SMA	2	1:12.33	5	37.07	7	1:52.93		
SIPOS János	2005.11.11	SMA							3	*1:27.00
LUKÁCS Soma	2006.02.11	SMA								

* Felöltött csúcs, régi: 1:27.42 Bödei Bálint, Sipos János, Lukács Soma, Inzeli 2023.02.12

ISU Neo-Senior World Cup Végeredmények										
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	500 m		1000 m		1500 m		Mass Start	
			h.	pont	h.	pont	h.	pont	h.	pont
BÍRÓ Hanna	2003.08.30	TTKE	1	143	7	95				
BÖDEI Bálint	2003.07.08	SMA	3	108	1	145	5	110	25	23
Magyar Válogatott									7	80

ISU Junior World Cup #3 Collalbo (ITA) 2025.02.01-02										
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		500 m		1500 m		Mass Start	
SÁNDOR Lilla	2007.07.07	TTKE	34	1:31.18	32	44.26			10	7:09.80/1pont
LUKÁCS Soma	2006.02.11	SMA	20	1:14.67	14	37.57	27	1:58.42		
KLIMASZ Márton	2009.01.04	JÉG	36	1:18.82	29	38.72	42	2:05.51		
SIPOS János	2005.11.11	SMA	26	1:15.83	15	37.79	34	2:03.05		

ISU Junior World Cup Végeredmények												
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	500 m		1000 m		1500 m		3000 m		Mass Start	
			h.	pont	h.	pont	h.	pont	h.	pont	h.	pont
SÁNDOR Lilla	2007.07.07	TTKE	54	9	47	16	57	3	40	18	14	71
LUKÁCS Soma	2006.02.11	SMA	11	74	15	60	32	30				
KLIMASZ Márton	2009.01.04	JÉG	29	37	53	11	55	5				
SIPOS János	2005.11.11	SMA	20	53	46	21	50	7				
Magyar Válogatott											13	38

ISU World Junior Championships Collalbo (ITA) 2025.02.07-09														
NÉV	SZÜL. IDŐ	KLUB	1000 m		500 m		1500 m		3000 m		Mass Start		Team Sprint	
SÁNDOR Lilla	2007.07.07	TTKE	41	1:30.70	42	44.36			37	5:09.83	24/25F 11.	6:54.06		
SIPOS János	2005.11.11	SMA	36	1:16.15	20	37.72								
LUKÁCS Soma	2006.02.11	SMA	28	1:15.09	15	37.19	19.	1:59.66					10	1:28.30
KLIMASZ Márton	2009.01.04	JÉG	39	1:18.17	40	38.45								

