

Világ bajnokok Telkiből

Többszörös világ bajnokok a Telki Sport Táncosok!

A Telki SE Sport Táncosai Pátyi és Telki versenyzőkből álló csapata ismét óriásit alakított: ezúttal nemcsak Magyarországot nyűgözték le, hanem a Nagyvilágot! Az egész történet olyan, mint egy igazi, amerikai álom. Sok évvel ezelőtt kezdődött. Pár gyerek és az edzőik – Péterfy Judit és Hortobágyi Orsi – elkezdtek valamit.

Maguk mellé vették Kovács Viktor akrobatikus rock and roll magyar bajnokot és Ferich Anna modern táncost, hogy tanítványaik minél szélesebb körű tánc tudásra tegyenek szert.

Egyre többet edzettek, egyre több időt töltöttek együtt. Igazi csapattá kovácsolódtak, ahol az „egy mindenkiért, mindenki egyért” már nemcsak üres jelszó volt. Megérezték a siker ízét, de pontosan tudták, hogy ezért tenni is kell. Az utóbbi hónapokban már rendszeresen heti 5 edzésük volt. Minden szabadidejüket arra áldozták, hogy megvalósítsák a kitűzött célt: sikeresen szerepeljenek a világ bajnokságon.

Az álom 2009. május 8-án vált valóra. A vajdasági Óbecsén rendezték a Modern

Táncsportok Világ bajnokságát. A népes nemzetközi mezőnyben több hazai klub mellett a Telki SE sportolói is képviselték a magyar színeket, köztük pátyi fiatalok is. A nemes viadalra elkísérték őket edzőik, szüleik, testvéreik, még nagyik is voltak a delegációban.

Mészáros László Péter – Polster Ágota

Végül az eredmények

Akrobatikus rock and roll párosaink serdülő kategóriában: 1. helyen végzett Mag Balázs és Poppán Melinda, Telki SE Pátyi versenyzői. Világ bajnokai 10-11 évesek. 2. helyen Nedelkovits Kata és Szeitz László, Telki SE Pátyi versenyzői. Világ bajnokai 12-13 évesek. 3. helyen Kókai Ádám és Kovács Veronika, Telki SE Pátyi versenyzői. Világ bajnokai 9-13 évesek. Mini Rock and Roll formációban világ bajnokok lettek a Telki SE legkisebbjei, akik mindössze 5-7 évesek: Benák Inez, Couture Cecile, Czeller Dorka, Kurucz Anilla, Mege Léa, Szakály Anna, Szenthe Luca, Varga Luca.

Akrobatikus Rock and Roll formációban 1. helyen végeztek, így Világ bajnokok

lettek, szintén a Telki SE Sport Táncosai. Az ifjú hölgyek 12-13 évesek: Csizmazia Petra, Mályás Arany, Mészáros Emes, Óri Dorika, Póké Beáta. 2. helyen végeztek a Telki Általános Iskola tanulói. Ők is a Telki SE versenyzői: Baritz Szandra, Badics Jázmin, Hevér Anna, Nagy Bogi, Hárskúti Dorka, Tóth Angéla. 3. helyen végeztek a Telki SE Pátyi általános iskola tanulói: Kismogyorósi Anna, Kovács Veronika, Nedelkovits Kata, Palatinusz Betti, Poppán Melinda.

A csapat vezetőedzője: Péterfy Judit, világ bajnok 2. helyezett, szakedző. Edző: Horto-

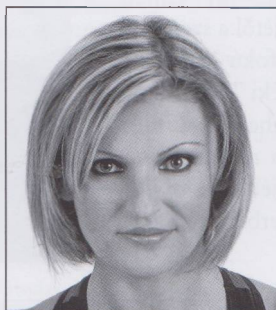


Úton a világ bajnokság felé

bágyi Orsolya, akrobatikus rock and roll világranglista 2. helyezett. Segédedző: Kovács Viktor, akrobatikus rock and roll VB 2. helyezett, országos bajnok és Ferich Anna modern táncos.

Edzés a terhesség alatt és szülés után

Sokat olvashatni manapság arról, hogyan mozogjanak, sportoljanak a nők terhesség alatt. Nos, ezek a tanácsok általában helyénvalóak, azonban fontos felhívni a figyelmet arra, aki nem mozgott a terhessége előtt, az NE a várandósága alatt kezdje el az edzést! Épp elég megterhelő a szervezetnek a terhességgel járó fiziológiai változásokat feldolgozni, ha még az izomzatunkat is leterheljük, nem fogjuk jól érezni magunkat a bőrünkben. Természetesen, akik előtte már sportoltak, azok nyugodtan folytathatják tevékenységüket (itt is vannak kivételek), de mindenképp ajánlatos megbeszélni az orvosukkal, mit szabad és mit nem. A személyi edzés ehhez ad egy szakmai biztonságot. A szülés után 6-8 héttel viszont már újra elkezdhetünk mozogni. Itt tud igazán a segítségünkre lenni egy jó személyi edző, aki végig odafigyelve vezeti az edzést. Természetesen ilyenkor már azok az anyukák is elkezdhetnek edzeni, akik korábban nem tették.



Mészáros Krisztina
személyi edző
06-20-989-0819

Ozy duplázott!

Az áprilisi, budakeszi verseny után a város népszerű parasportolója, erőemelő bajnoka, Szabó Ozor János, azaz: Ozy, sűrű, nemzetközi versenyprogramot bonyolított le. Május derekán Szlovákiában versenyzett, és a GPC (Global Powerlifting Comitee) által szervezett Európa Bajnokságot simán megnyerte! Mivel szerkesztőségünknek nem állt módjában tudósítót küldeni a helyszínre, álljon itt pár sor egy magyar strongman-oldal fórumáról. Szerzője egy ugyancsak Európa-bajnok magyar, Endy: „Jó volt látni a sok magyart, ahogy segítik egymást, szurkolnak, küzdenek. Ozy barátom a 210-zel nagyon lazán elbánt, még maradt benne egy 20-as simán. Bátorabban, Ozy! Megható volt a díjátadó, mikor a csarnok összes versenyzője felállva, vastaps kíséretében ünnepelte Ozy barátunkat. Bravó, csak így tovább!” Szép volt a pünkösöd is Ozy számára, aki immár kétszeres Európa-bajnokként pihenhet ki a hosszú hétvégén, a soron következő verseny fáradalmait: május 28-án Németországban feküdt ismét a súlyok alá. A WUAP szervezetnél ugyancsak elnyerte az Európa-bajnoki címet. Mint lapunknak nyilatkozta: „Bomba formában voltam, három érvényes nyomás után (190, 200 és 210 kg) ismét a dobogó legmagasabb fokára állhattam föl. Két hét alatt két Európa-bajnoki cím.” Mint elmondta, a versenyszезonnak lassan vége, de a sportoló rövid pihenő után már el is kezdi a felkészülést a szeptemberi, franciaországi VB-re. Levezetés gyanánt pedig még június elején elugrik Szófiába, hogy csapatával részt vegyen a roki szkander EB-n.

Zsibora Bot