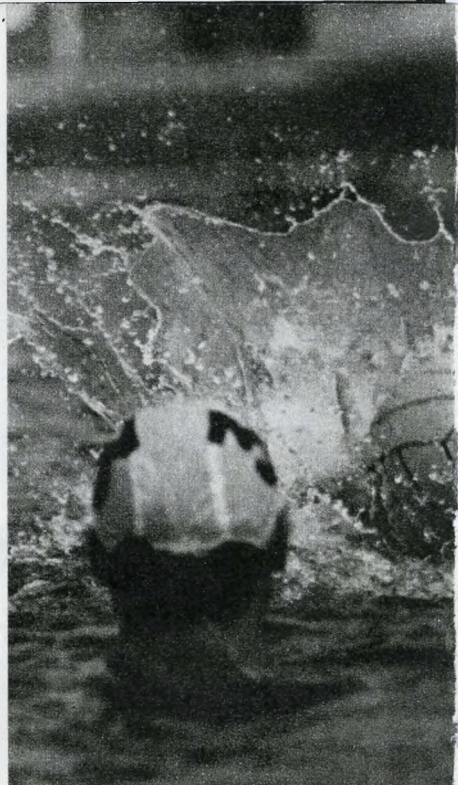


PESTEDZÉS

Almási László felvételei



Nem szeretem a tömegsport kifejezést. Hangulata kampányt, hirtelen nekibuzdulással és lassú ellanyhulással járó cselekvéssort sejtet. Ha a férfiak, nők, kicsik, nagyok sportolásáról esik szó, szívesebben használok a *szabadidő-sport* elnevezést. Érzésem szerint ez inkább utal a lényegre, hogy a ráérő időnkben lefutott kilométerekről, leúszott hosszakról megtett kerékpártúrákról van szó.

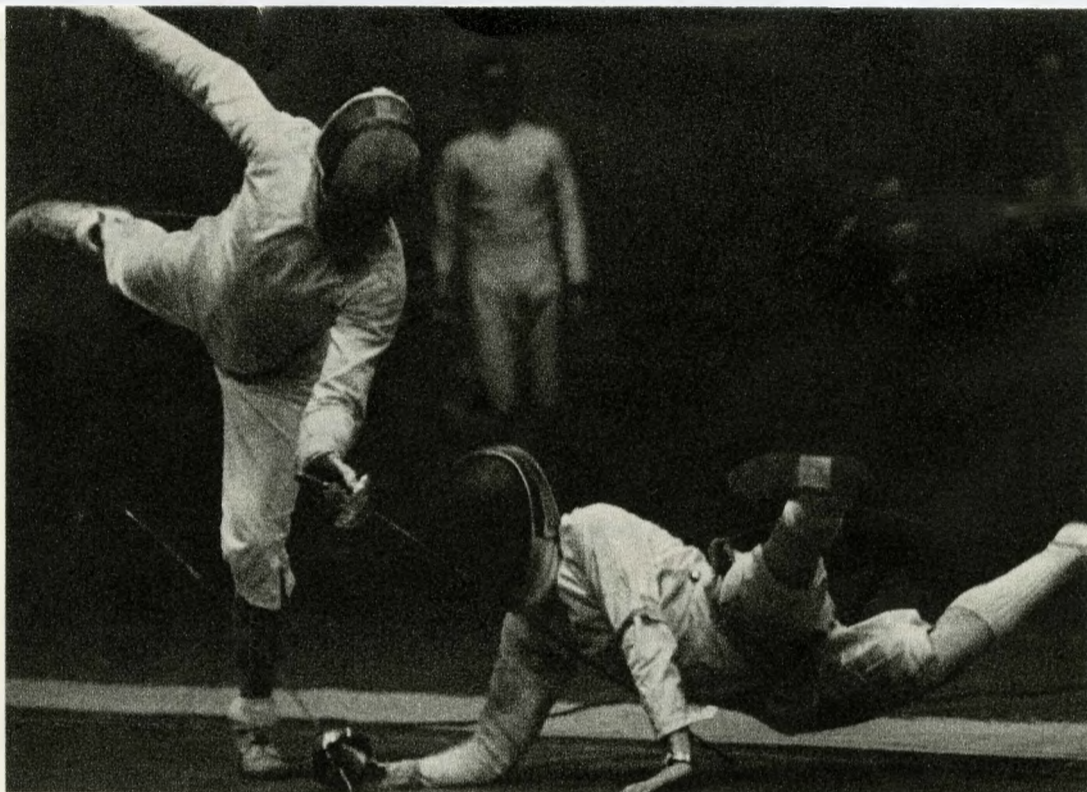
Mert sportolni saját elhatározásunkból felnőtt fejjel kezdünk. Hallgatjuk a rádiót, nézzük a televíziót, megakad a szemünk a napilapok unalomig ismételtgetett felhívásán: *sportolj!* Aztán vagy nekilátunk, vagy sem. Többnyire *nem a hangzatos felszólítások* ösztönöznek a sportolásra. Azok csak arra jók, hogy (mint mindenfajta reklám, hirdetés) tudjunk róla: *hasznos dolog a mozgás.* A kezdethez, esetleg az újrakezdéshez más kell: lehetőség és követésre méltó példa.

Elmondok egyet. Kollégám naponta sportol: fut, tornázik, futballozik. Néhány napra vidékre utazott, vele tartott lapunk egy másik munkatársa. A sportember kikötötte: minden reggel futunk! Így történt, s hazatérésük után az addig nem sportoló újságíró talált rá alkalmat, hogy hetente kétszer-háromszor uszodába menjen. Ha elmarad a napi penzum, lelkiismeret-furdalása van. Ez az érzés közömbös ugyan az egészségre, de jelez valamit.

A szabadidő-sportra esküszöm, ám kénytelen vagyok a tömegsportról szólni. Már csak azért is, mert a különféle kiadványok így nevezik, ha valaki nem versenyszerűen edzi testét. A három esztendővel ezelőtt megjelent kiadvány definíciót is ad (néha nagyon rendszeretők vagyunk). Íme: „A tömegsporton értjük tehát az egészség megőrzése, fejlesztése, a szabad idő hasznos eltöltése, a szórakozás, a felüdülés céljából végzett testedzési, sportolási tevékenységet.”

A meghatározásban hemzsegnek a tények: a mozgás valóban az egészséget szolgálja, hasznos és szórakoztató dolog. Így együtt azonban kissé komolykodónak ható részgazságok ezek. És egyébként is: vajh, ki kérdezi, ki és kitől ezt a hangzatos meghatározást.

A már említett kiadvány szerint „a tömegsport-tevékenység folyamatos munkát végző lelkes aktivistákra épül”. A lényege ennek is igaz. Kell, hogy valaki elvállalja a szervezés teendőit. Ha va-



lami, hát a sport igazán megköveteli a rendet. De kérdés, hogy valóban szükség van-e lelkes emberekre, és meddig buzgók ezek a vállalkozók? Hogy mire gondolok? Megint egy esetet mondok el.

A fiatal ember egyetemre járt. Szerette a sportot, érdekelte úgy is mint szakma, hivatás. Segédedzői képesítést szerzett, és elvállalta a BEAC serdülő labdarúgójánál az edzői tisztet. Egy éven át szorgoskodott ott, minden anyagi ellenszolgáltatás nélkül (tehát folyamatos munkát végzett és lelkes volt), még az eredmények is jöttek. A csapat azzal, hogy tagjai fizikailag sokat fejlődtek a gyakorlások hatására, vagy öt helyet feljebb került bajnoksága tabelláján.

Eljött a nyári szünet. A klub vezetői megígérték, hogy értesítik, ha ősszel elkezdődnek az edzések. Szeptember elejéig nem szóltak. Hősünk véletlenül tudta meg a nagycsapatban futballozó évfolyamtársától: a serdülőegyettest feloszlatták, mert nem volt pénz a működtetésére. Az ifjú mesternek nem szóltak. Minek? Pénzbe nem került, így gondot sem okozott az alkalmazása s a megbízás megszüntetése. A kedvenc időtöltésétől megfosztott fiatal ember egy újsághoz fordult. A lapnak az egyesület elnökét megkereső munkatársát arra kérték, szóljon az egykori edzőnek: jöjjön csak, szívesen látják. Mert, hogy szükség van az ilyen lelkes emberekre.

Egy mostanában készült felmérés szerint Magyarországon a felnőtteknek 15 százaléka sportol rendszeresen, további 12 százaléka pedig alkalomszerűen. A két szám összege: 27. A száz százalékhöz viszonyítva kevés, a múlthoz képest megfelelő érték. Ha megnézzük, milyen sportágra szavaz nálunk száz közül huszonhét ember, akkor az úszásra, a futásra, a kerékpározásra és a kispályás labdarúgásra illik rá a népszerű jelző.

Tehát először is az úszás. Előnyeiről, kedvező hatásáról a szervezetre, ezúttal nem szólok. Inkább a lehetőségekről. Budapest hat uszoda szolgálja azokat, akik kedvtelésből sportolnak. A margitszigeti Sport (hivatalosan Hajós Alfréd), a Komjádi, a Lukács, a Rudas, a Gellért és a Szechenyi. Nyaranta idesorolhatók még a hideg vízü strandok is. Az uszodák kihasználtsága? Hát... lehetne jobb s. Megint egy jellemző történet.

Vagy két esztendeje sportküldöttség járt nálunk az NDK-ból. Megmutatták a vendégeknek a Komjádi uszodát. Alig lézengett ott valaki. Napközben történt mindez, amikor a sportolók, a versenyzők nem edzettek — iskolában voltak. Ellenvetés lehetne, hogy délelőtt az emberek dolgoznak. A többségnél ez igaz is. Hol voltak azonban a kötetlen munkaidőben foglalkoztatottak, a délutánosok, az éjszakaiak?

Más kérdés az uszodák állapota. A margitszigeti Sportuszoda romosnak éppen nem mondható, de lehetne jobb állapotban is. Néhány éve szóvá tettem egyszer, hogy piszkosak az öltözők, a lépcsők, a környezet. Az intézmény vezetője megkeresett, s elmondta: az uszoda régi, elhasznált, felújításra vár, ezért van az általam észlelt állapotban. Meggyőzni nem tudott, de szavait tudomásul vettem. A helyzet akkor sem rózsásabb, ha tisztában vagyok az okokkal is. Ide tartozik, hogy — amint mesélték — jövőre hozzákezdenek a Sportuszoda felújításához. A fedettel kezdik. A tervek szerint (amelyek még alaposan módosulhatnak a munka megkezdéséig) a mostani 33 1/3 méteres medencét ötvenméteresre bővítik, hogy alkalmas legyen hivatalos versenyek rendezésére is. Így eltűnik a fedett gyerekmedence, a kicsik úszóoktatásának jelenlegi színhelye.

És a három esztendővel ezelőtt felavatott Komjádi uszoda sem úgy fest, ahogy elvárhatná az ember új létesítménytől. Elegendő néhány pillantást vetni a medencék felé vezető folyosó mennyezetére, vagy észrevenni: a zuhanyozóban gyakran csak langyos vizet tusolhat az úszás után forróra vágyó önkéntes sportoló.

Mindezek ellenére többen úsznak, mint mondjuk öt évvel ezelőtt. Magam is tapasztalom, hogy a Sportuszoda-ban a megszokott arcok közé újak vegyülnek az utóbbi időben. Egyre többen vállalkoznak a korai kelésre, hogy a vízben eltölthessenek húsz, harminc percet, mielőtt a munkahelyükre indulnak. Persze ez a növekedés, bármilyen örömteli is, nem elegendő. Tíz, legfeljebb húsz emberről van szó, s ez csak akkor tekintélyes szám, ha mint uszodai törzsvendégeket nézzük őket, de elenyészővé válik, ha a főváros lakóinak egészéhez viszonyítjuk.

Egy szempontból talán még jó is, hogy kevesen vannak a munka előtt

úszni vágyók. Bárki megnézheti például a Sportuszodában a medencéket reggel hat és hét óra között. Tömegszerencsétlenségre gyanakszik, annyian vannak a vízben. Egymás mellett róják a hosszokat sportolók és egészségre vágyók, a víz úgy kavargó, mint a tenger egy-egy kiadós vihar alkalmával. Korántsem akarom kiélezni a hagyományos élsport-szabadidő-sport vitát, ám megkockáztatom: ideje volna végre a fővárosban is kitalálni valamit, hogy a sportolók és a sportolni óhajtok egyaránt jól járjanak. Vidéken már van példa békés egymás mellett élésükre: Gyulán az amatőr is mindig talál helyet a csodaszép versenymedencében.

Ákinek nem jut hely a vízben, elmehet futni. „A láb mindig kéznél van” — hirdette egy szellemes mondas. Futni mindenhol lehet. Mostanában egyre több melegítő férfi és nő látható reggelente Budapest utcáin. Egyik lábukat a másik elé rakva felfeltűnnek a munkába sietők között. Aszfalton futni nem éppen leányálom, de jobb a semminél. Ideálisabb lenne erdőben, fák közt kocogni. Erre azonban nincs módja mindenkinek. Felébred, mondjuk, a Belváros Váci utcájában, futni készül. Mire eljutna a lakásához legközelebbi zöldterületre (mondjuk, a Városligetbe vagy a Margitszigetre), már fordulhatna is vissza. Így aztán marad az aszfalt és a járőrök gúnyos, csúfondáros csipkelődése. Mert nemcsak azért lenne jobb a betonnál az erdei ösvény, mert kellemesebb a lábnak, hanem azért is, mert az állatok, a madarak nem nevezik őket futóbolondnak.

Csakhat az erdő nincs kihasználva. Korántsem azért, mert mindenki a város utcáit rója. Vagy nyolc-kilenc éve, hogy elkészült az első erdei tornapálya a Szabadság-hegyen, kellemes környezetben. Ha száznak veszem a maximális kihasználtságot, körülbelül három a vizsgálati érték. Érzésem szerint, ha a tornaszerek helyett (legyenek bármilyen ötletesek, nagyszerűek is) öltözőt építettek volna, a női és a férfioldalon két-két zuhannyal, jobb lenne. Még akkor is, ha a használatáért mindenkitől elkérnének, mondjuk, két forintot. A legnagyobb gondot ugyanis az átöltözés jelenti. Nem mindenki vonul végig szívesen a városon kopott melegítőben. Ráadásul visszafelé meg is fázhat, hiszen meg-

izzadva elegendő egy szellő is, s aztán köhögés, prüszkölés lesz az eredménye az erdei kocogásnak, a várt kellemes érzés helyett.

Vannak, akik ráleítek a megoldásra. Sokan valamelyik uszodában vetkőznek le, kimennek futni például a Komjádiból a Hármashatár-hegyre, a Sportuszodából a Margitszigetre. Esetükben előny, hogy módjuk van futás után úszni is néhány hosszat, ami kellemes több kilométeres kocogás után. Tőlük hallottam egy kedves történetet. Valamelyik túlbuzgó középvezető (már nyugdíjas) úgy intézkedett, hogy csak engedéllyel, csoportosan mehetnek ki a Szigetre futni a sportolók és amatőrök. Történt pedig, hogy két egyetemistát megállított a kapuőr, s a rendelkezésre hivatkozva kérte tőlük a kifutási engedélyt. (A csoportosság követelményét, úgy látszik, szőgyellte számon kérni.) A két fiatal ember szelíden félretolta az öreget, kímásztott(!) a kapun, miközben felvilágosította a szigorú cerberust: ők ketten nem a Queen Elizabeth elnevezésű híres tengerjáró hajó, az uszoda pedig nem kikötő. Egyébként a kezdetben nagyon komolyan vett rendelkezés hetek alatt elfelejtődött. De addig is hány embernek vette el a kedvét ez az okvetetlenkedés.

A futásnál tartva mindenképpen szót érdemelnek a különféle kocogónapok. Öröndetes, hogy kampányjellegük ma már a múlté, egy-egy eseményt nem előz meg hetekig tartó hangzatos hírvetés. Hol itt, hol ott rendeznek kocogónapot, s ez a természetes. Az első ilyen eseményt soha nem fogom elfelejteni. Versenyt hirdettek. Külön kategóriában futottak a gyerekek, a felnőttek, a nők, a férfiak — korosztályonként. A díjak mint díjak, tehát ingyen megszereshető tárgyak, értékesek voltak. Labdák, mezek, trikók, kempingcikkek, tollaslabda-felszerelés és így tovább. A nagy „tét” tette-e vagy a lelkesedés, ki tudja, de a rajt után ádáz verseny kezdődött. Mindenki könyökölt, ütött, járt a karja, mint a motolla, sokan még csaltak is, le-levágtak egy-egy kanyart a kijelölt pályából. Verseny volt a javából, olyan, mint a jobb lovas derbyben valahol Angliában, ahol igazán van tétje, népszerűsége az efféle viadaloknak.

Bár a futásnak magának lenne ekkora keletje nálunk!