

2020. évi LEN Úszó Európa bajnokság nyíltvízi versenyszámainak
és a
2020. évi Junior Nyíltvízi Európa és Világbajnokság csapatba
kerülésének feltételei és a
2020. évi nyíltvízi felnőtt és junior nyíltvízi válogatott keretek és
azok felkészülési versenyei és edzőtáborai

2019.-2020. év hazai és külföldi versenyei:

2019. december 22. vasárnap 9 óra Szeged
Medencés 10 km-es felmérő verseny, 1. EB válogató

2020. február 15.
Fina-Hosa Maratoni VK-10 km, Doha-Qatar, 2. EB válogató

2020. március 7-9.
LEN Európa Kupa és Izraeli Open 5 és 10 km
felkészülési verseny a felnőtt és junior válogatott tagjai számára - választható

2020. április (?) Madeira Európa Kupa 10 km, felnőtt EB csapattagoknak és
junior válogatottaknak felkészülési verseny

2020. április 23-25.(?)
Medencés Hosszútávúszó OB, Békéscsaba (?)

2020. május 20-24.
Nyíltvízi Európa Bajnokság, Lupa-tó Budapest

2020. május 30-31.
Olimpiai kvalifikációs verseny 10 km, Fukuoka Japán

2020. június 5-6.
FINA Nyíltvízi Úszó Világkupa és Nyíltvízi Országos Bajnokság, 5km, 7,5 km és 10
km és váltó (?)
Balatonfüred-Magyarország

2020. június 13.
FINA Nyíltvízi Úszó Világkupa, Setubal (POR) csak olimpiai indulók 1-1 férfi és
női versenyző

2020. július második hétvégéje(?)
LEN Junior Nyíltvízi Európa Bajnokság, Eilat (ISR)

2020. augusztus 4-5.
Nyári Olimpiai Játékok, Tokió

2020. augusztus 21-23.
FINA Junior Nyíltvízi Világbajnokság, Seychelle szigetek

Felnőtt Nyíltvízi Európa-bajnokság válogatási elvek:

Összesen 3-3 férfi és női versenyszám kerül megrendezésre – 5, 10 és 25 km – valamint a 4x1250 méteres mix nyíltvízi gyorsváltó.

Javaslom az előző évekhez hasonlóan, hogy a 2019-es VB egyéni 1-8. helyezett női és férfi versenyzője abban a versenyszámban, amiben elérte ezt a helyezést, védett legyen a következő EB-re ebben a versenyszámban.

Javaslom, hogy Rasovszky Kristóf 5, 10km-en Olasz Anna és Sömenek Onon Kata pedig 25 km-en a 2019-es VB eredményei alapján indulhassanak a 2020. évi EB-n.

A további válogatást kettő körben célszerű lebonyolítani, hogy a legerősebb csapatot és a legjobb nyíltvízi versenyzőket tudjuk kiállítani a hazai rendezésű EB-re.

Az **első válogató** a medencés 10 km-es felmérő verseny lesz, (2019. december 22. Szeged) ahol a 10 km-es férfi versenyszám első 3 és a női 10 km-es női versenyszám első 2 helyezettjét – a válogatott tagjain kívül, mert ők automatikusan a 2019-es eredményeik miatt résztvevői a nyíltvízi válogató versenyeknek - utaztatná a MÚSZ a dohai VK-ra.

A **második válogató** a dohai VK lesz (február 15.) itt 10 km-es versenyszámban indul 5-5 férfi és női versenyző.

A dohai világbajnokságon a legjobb helyezést elérő 2 férfi és 3 női versenyző indulhat az EB 10 km-es versenyszámában. Rasovszky Kristóf védett 10 és 5 km-en, de ha kéri indulhat 25 km-n is!

Az indulási jogot szerző versenyzők még egy egyéni versenyszámot választhatnak (5 vagy 25 km), a maradék 3-3 helyre pedig, a váltóra pihent versenyzőt indítsunk. Olyan versenyzőket, akinek van nyíltvízi tapasztalata és a legjobb medencés 1500-as időikkel rendelkeznek vagy indulási jogot szerzett a VB válogatókon való indulásra. Őket egyéni 5 vagy 25 km-re nevezzük de nem kötelező teljesíteni ezt a versenyszámot csak el kell indulniuk a versenyszabályok miatt.

(vitára adhat okot pl. ha egy versenyzőt kvalifikációs helyen kizárnak bármelyik versenyen, sérülést szenved, elszakad a sapkája, szemüvege, olyan betegsége lesz, ami megakadályozza a versenyen való részvételét. Az említett esetekre több alkalommal volt példa az elmúlt 5 évben, és kapitányi döntéssel az esélyes versenyző csapatba került és bizonyított)

A 4x1250-es váltóban csak azok indulhatnak a LEN szabályai szerint, akik egyéni nyíltvízi versenyszámban is rajthoz állnak az EB-n!

Junior Európa Bajnokság, Eilat (ISR) 2020. július ?-?.

A válogató verseny a szokásokhoz híven a magyar bajnokság (június 5-6. Balatonfüred) lenne, minden versenyszám első 2 helyezette automatikusan indulhatna a kontinens viadalon kivéve, ha valamelyik esélyes versenyző valamilyen oknál fogva nem érne célba – sérülés, kizárás – akkor kapitányi döntéssel, ahogy eddig is történt – csapatba kerülne.

A harmadik helyezett abban az esetben indulhatna, ha nemzetközi szinten „szalonképes” időt úszik, vagy olyan kicsi a különbség az első három versenyző között, hogy bármelyikük esélyes lehet az EB-n, erre is láttunk már példát, hogy az OB-n harmadik helyezést elérő lett a legjobb magyar, míg a hazai OB-n előtte végzők hátrább végeztek, mint a 2016-os junior EB-n vagy a 2018-as junior VB-n.

Véleményem szerint a harmadik helyezettek esetében még egy fontos tényező van, mégpedig, hogy pihent emberekkel induljunk a váltóban. Ezért amennyiben a harmadik helyezett nem olyan esélyes versenyző, akkor olyan versenyzőt vigyünk, aki nyíltvízi tapasztalatokkal rendelkezik és kiemelkedő 1500 méteres idővel rendelkezik, hogy a váltó érmes esélyekkel induljon! Erre 2018-ban a junior VB-n láthattunk példát, amikor mindkét váltóban pihent embereket indítottunk és ez célravezető volt!

Az elmúlt évekhez hasonlóan teljes csapat indítását javaslom tehát a maximálisan indítható 18 főt, amennyiben minden korosztályban és versenyszámban van 3 nemzetközi szintű versenyzőnk.

Célunk, hogy 2020-ban is megnyerjük a nemzetek közötti pontversenyt az EB-n, amire a 2019-as eredmények alapján reális esélyt látok.

Junior Világbajnokság, Seychelle szigetek 2020. augusztus 21-23.

A világbajnokságra a - minden korosztály és versenyszám - a junior EB 2-2 legjobb (összesen 12 fő) helyezést elérő versenyzőjét nevezzük.

Az elmúlt évekhez hasonlóan teljes csapat indítását javaslom tehát a maximálisan indítható 12 főt, amennyiben minden korosztályban és versenyszámban van 2 nemzetközi szintű versenyzőnk.

A Fina nyíltvízi versenyszabályai lehetővé teszik, hogy a váltókban egyéni versenyszámban nem induló pihent versenyzőt indítsunk így a 2018-as évhez hasonlóan a váltóban történő éremszerzés érdekében 1-1 fiú és lány versenyzőt nevezzünk.

Elengedhetetlen a közös edzőtábor a felkészülés utolsó szakaszában a nyíltvízi versenyek specialitásai miatt, a Balaton partján célravezető ennek a tábornak a megtartása augusztus 2.-15 között Balatonalmádiban.

2020. évi nyíltvízi válogatott keretek és az elért eredmények után biztosított felkészülési versenyek és edzőtáborok

A felnőtt „A” válogatott keret tagjai, akik vagy már olimpiai indulási jogot szereztek vagy még szerezhhetnek a 10 km-es olimpiai versenyszámban.

Férfiak „ELIT” kategória – olimpiára kvalifikált, felkészüléshez szükséges edzőtáborok és versenyek (világkupa sorozat) az edző és a versenyző kérése alapján

Rasowszky Kristóf- Balaton Úszó Klub Veszprém edző: Szokolai László

5 km VB 1. hely, 10 km VB 4. hely, 4x1250m-es váltó VB 8. hely

Az EB-n minden számban alanyi jogon indulhat elért eredményei alapján.

Nők „A” keret – olimpiára indulási jogot szerezhhet még, 2x3 hét melegítői edzőtábor, 2x3 hét hazai vagy belmekeni (BUL) magaslati edzőtábor, felkészülési versenyek az olimpiai kvalifikációig (dohai Fina VK, Madeira EK, felnőtt EB amennyiben indulási jogot szereznek, aki indul az olimpián annak pedig az év során világkupa sorozat)

Olasz Anna – Szegedi Úszó Egylet edzők: Gellért Gábor és Táci Zsolt

5km VB 17. hely, 10 km VB 16. hely, 25 km 6. hely, 4x1250m-es váltó VB 8. hely

Az EB-n 25 km-n alanyi jogon indulhat a 2019-es VB-n elért 6. helyezése alapján

Rohács Réka – Kőbánya SC edzők: Túri György és Krajnyák György

5km VB 18. hely, 10 km VB 22. hely, 4x1250m-es váltó VB 8. hely

Junior EB 6. hely 10 km, 4x1250m-es váltó 6. hely

Férfi és Női „B” keret tagjai – az olimpiára már nem tudnak kvalifikálni de a 2019-es VB eredmények alapján, valamint várható EB indulóként kerülnek a keretbe, 2x3 hét hazai vagy belmekeni (BUL) magaslati edzőtábor (ami beváltható az edző kérése alapján 1x3 hét melegítői edzőtáborra) felkészülési versenyek az EB kvalifikációig (dohai VK) illetve EB csapatba kerülés esetén még egy felkészülési verseny (madeireai EK vagy egy Fina VK)

Székelyi Dániel – FTC, edző: Kutasi Gergely

5 km VB 6. hely, 10 km VB. 27. hely,

Az EB-n 5 km-n alanyi jogon indulhat a 2019-es VB-n elért 6. helyezése alapján

Sömenek Onon Katalin – Kőbánya SC, edző: Túri György és Krajnyák György

25 km VB 8. hely

Az EB-n 25 km-n alanyi jogon indulhat a 2019-es VB-n elért 8. helyezése alapján

HERAKLÉSZ CSILLAG program tagjai – akik a junior korból kilépve menedzselési célból két évig a program tagjai a 2018/19-es junior VB és EB eredményeik alapján, hogy a felnőtt mezőnybe való „beérésüket” elősegítsük, 2x3 hét hazai vagy belmekeni (BUL) magaslati edzőtábor (ami beváltható az edző kérése alapján 1x3 hét melegítői edzőtáborra), felkészülési versenyek (dohai VK) amennyiben EB kvalifikáció első 10 km-es medencés versenyén

indulási jogot szereznek arra és további 1 felkészülési verseny (madeireai EK) ha az EB csapatba kvalifikálnak

Husztai Dávid (2000) – Bohóchal SE, edző: Karvalics Péter
Junior EB 2. hely 10 km, 4x1250 m-es váltó junior EB 4. hely

Gálicz Péter (2000) – FTC, edző: Kutasi Gergely
Junior EB 3. hely 10 km, Junior VB 6. hely 4x1250-es váltó

Vas Luca (2000) – Szegedi Úszó Egylet edző: Gellért Gábor és Táci Zsolt
Junior EB 8. hely 10 km, Junior VB 6. hely 4x1250-es váltó

Junior válogatott keret tagjai – akik 2019-es eredményeik alapján a keret tagjai, akik a 2019-es junior EB-n pontszerző helyen végeztek (1-8. hely)
1x3 hét melegítő edzőtábor, 2x3 hét hazai vagy belmekeni (BUL) magaslati edzőtábor, 2 felkészülés verseny a junior EB kvalifikációig azaz június 6.-ig – az alábbi versenyek választhatók: EK futamok, Eilat (ISR), Madeira (POR), Barcelona(ESP)

Szimcsák Mira (2004) Jövő SC – edző: Kovács Tamás
5km Junior EB 1. hely, 4x1250m-es váltó 1. hely

Balogh Vivien (2002) – edző: Túrós Máté
7,5km Junior EB 2. hely, 4x1250m-es váltó 4. hely

Gál Kincső – Debreceni Sportcentrum - edző: Kovács Rita és Bodor Richárd
7,5km Junior EB 5. hely, 4x1250m-es váltó 1. hely

Gálicz László (2004) FTC – edző: Kutasi Gergely
5km Junior EB 2. hely, 4x1250m-es váltó 1. hely

Pintér Ádám (2004) Veszprémi EÚK - edző: Balog János
5 km Junior EB. 5. hely

Betlehem Dávid (2003) Zalaegerszegi ÚK – edző: Horváth Csaba
7,5km Junior EB 2. hely, 4x1250m-es váltó 1. hely

Tabi Zoltán (2002) Kőbánya SC – edző: Túri György és Krajnyák György
7,5km Junior EB 4. hely, 4x1250m-es váltó 4. hely

HERAKLÉSZ program tagjainak javasolom az alábbi versenyzőket, akik a 2 hét hazai edzőtáborozást vehetnek igénybe az edzőjük kérelme alapján:

Szóka Júlia (2005) Rája 94' Úszó Klub Ajka – edző: Farkas András
5 km Junior EB 13. hely

Sárkány Zalán (2003) Kőbánya SC – edző: Krajnyák György
5 km Junior EB 6. hely 2018, 2019-ben sajnálatos csukló törés miatt nem tudott indulni az EB-n, de Medencés Maratoni OB-n 2. helyezést ért el és 1500 gyorson 15.45 perces időeredményt ért el.

Gallyasi Szilárd (2002) Budafoka SE – edző: Horváth Tamás
7,5 km Junior EB 16. hely, 2018-ban Junior VB 1. hely a 4x1250-es váltóval

A fentiekkel kapcsolatban várom észrevételeiteket!

2019. október 6.

Gellért Gábor
nyíltvízi úszás szakág
szövetségi kapitány