

A női rúdugrás stílustörténeti áttekintése a „kezdetektől” napjainkig

Dr. Vágó Béla, dr. Sztipits László, Benczenleitner Ottó, Sáfár Sándor, Szalma László

Bevezető

Írásunkban a női rúdugrás stílustörténeti áttekintését foglaltuk össze. A 20 éves múltra visszatekintő női rúdugrás kialakulása és fejlődése kísértetiesen hasonlított férfiakéhoz. A nők is szinte ugyanazon fázisokon mentek át csak, míg a férfiaknál a fejlődés üteme évtizedekben mutatkozott meg, addig a hölgyeknél a hasonló stílustörténeti korszakok 4-5 éves periódusokban zajlottak le.

Európában a férfiaknál rúdugrásban már tradicionálisan sikeres lengyel -, német -, ukrán iskola bontakozott ki eredményesen a női vonalon is. Érdekes, hogy a világon az 1990-es évek elején a kínai, az ausztrál majd csak később az amerikai és orosz rúdugró iskolák eredményes megjelenését figyelhettük meg.

Magyarországon az első hivatalos versenyt női rúdugrásban 1993-ban rendezték meg. A verseny tétje nem csak az volt ki nyer, hanem az, hogy ki lesz az első hivatalos magyar rekorder, és mennyi lesz az alapcsúcs. A versenyt Barak Edina nyerte 3,00 m-rel. Edina 800 m-es futó volt eredetileg (edzője: Árvai József). Ekkor már a világon többen is ugrottak 4 métert, vagy ahhoz igen közeli eredményeket.

Kezdetben, 1991-1994 között a férfiakhoz hasonlóan, az ún. „beugró versenyzők” értek el szép sikereket, akik főleg távol - magasugró atlétákként kezdték Emma George (távolugró), nálunk Czemmel Krisztina (magasugró) volt. (A 2000-es évek elején kiváló távolugrónőnk Vaszi Tünde (6,86 m) is ígéretes tehetségnek indult rúdugrásban, végül 4,40 m-es eredményig jutott).

Majd 1995-2000 közötti időszak következett: a tornászokból „átavanzsálódott” rúdugrói korszak, melynek nemzetközileg legjelentősebb képviselői D. Bártová, N. Ryjikh és A. Balachonova voltak. Hazánkban, a tornázként és rúdugróként (2000) olimpiát is megjárt Donáth Katalin (legjobbja 4,30 m) nevéhez köthető ez az időszak.

D. Bártová 1995-ben kilencszer állított fel világcsúcsot egy éven belül 4,12- 4, 22 m között! Az úgynevezett bevágásos letűzési technikát alkalmazta, melyet a késleltetett, viszont annál robbanékonyabb oldalról fellendített rúdletűzés jellemzett.

N. Ryjikh (Anastasija Reiberger) 1999-ben Fedett pályás Világbajnok lett, (apja,- és egyben edzője- egykori eredményes orosz rúdugró versenyző volt).

Az ukrán A. Balachonova az 1998-as Budapesten megrendezett Eb-on bajnok, majd 1999-ben világbajnoki ezüstérmes lett. Alacsony termete ellenére tornázkésztségét maximálisan kihasználta korának egyik meghatározó ugrója volt.

A 2000-es évektől a gyermekkorukban jó tornász alapokat megszerzett lányokból lettek sikeres versenyzők, akik azonban már 4-5 éves szisztematikus atletikus felkészítési rendszerek alkalmazása után váltak világklasszissá pl.: S. Feofanova és J. Isinbayeva.

Hazánkban **Molnár Krisztina** sorolható ebbe a felkészülési kategóriába, aki nevéhez jelenleg (4, 55 m-es eredményével) a szabadtéri országos csúcsot jegyzik. Öt évesen kezdett rendszeresen edzésre járni az Újpesti Dózsa Szilágyi úti tornatermébe, ahol 17 éves koráig tornázott. Rengeteg korosztályos bajnoki címet szerzett. Tíz évesen volt először válogatott. Nagyobb eredményei: junior EB/korlát-2. hely; EB/gerenda-5. hely; VB-korlát-/5. hely; Olimpia 1992/csapat-6. hely.

Rúdugró technikája alapján korának egyik legjobb légmunkáját (fellendülés, hátragurulás, kinyúlás, húzódkodás-tolódzkodás) hajtotta végre. 2002-ben a berlini EB-on rúdugrásban a 7. helyen végzett. Kriszta országos csúcsjavításakor 50 cm-es rádolgozási magasságot produkált. (Rádolgozási magasságon a fogásmagasságot meghaladó átugrótt magasságot értjük).



1. ábra. Molnár Krisztina és Juhász Fanni

A fent említett versenyzői előéleteket tekintve kivételnek talán az 1999-2001-es évek világ legjobbja S. Dragila mondható, aki többpróbás sokoldalúsággal rendelkezett. Magyarországon pedig Olgyay - Szabó Zsuzsanna kezdte versenyzői pályafutását többpróbázóként.



2. ábra. Olgyay - Szabó Zsuzsanna

Emellett igazi kurióznak számított a német C. Adams teljesítménye (1996-2000), aki korosztályos válogatott diszkoszvető múlttal ismerkedett meg a rúdugrással és fedett pályán egészen 4,66 m-es teljesítményig jutott.

Az Olimpiák rövid bemutatása:

A női rúdugrás 2000-ben szerepelt először az olimpián, ahol két magyar induló is volt Donáth Katalin és Olgyay - Szabó Zsuzsanna (a selejtezőben mindketten eredmény nélkül végeztek - továbbjutáshoz a 4,30 m-es elég lett volna számukra. A versenyt nagy küzdelemben az amerikai S. Dragila nyerte 4,60 m-es eredménnyel, (mely első alkalom lévén automatikusan olimpiai csúcs is lett). Második helyet szerezte meg az ausztrál színekben induló és egyéni csúcsot elérő T. Grigorieva (4,55 m). A bronzérem pedig, az izlandi V. Flossadottir (4,50 m) nyakába került, mely egyben izlandi csúcsot is jelentett.

2004-ben a döntőbe kerüléshez már a 4,40 m-es magasság átugrása kellett. A kiváló szabadtéri magyar csúcstartónknak (Molnár Krisztina) majdnem sikerült átugrania ezt. Azonban csak a 4,30 m-es magasság maradt a jegyzőkönyvben, mellyel selejtező csoportjában a 7. helyen végzett. A toronymagasan esélyes Y. Isinbayeva győzött egy impozáns világcsúccsal (4,91 m) S. Feofanova (4,75 m) előtt, míg a harmadik helyet a lengyelek kiválósága A. Rogowska szerezte meg (4,70 m).

2008-ban Molnár Krisztina személyében ismét magyar érdekeltségünk volt, de sajnos Krisztina 4, 15 m-es selejtező teljesítmény után a 26. helyen végzett. Sikerült viszont a nagy bravúr Y. Isinbayeva megvédte bajnoki címét, méghozzá 5,04 m-es világcsúccsal. Ezüstérmes az amerikai J. Stuczynski lett (4,80 m), a bronzot pedig S. Feofanova érdemelte ki 4,75 m-es ugrásával.

A Világbajnokságok rövid bemutatása:

A versenyszám első világbajnoki megjelenése 1999-ben Sevilleben történt.

Magyar érdekeltsége is volt a versenynek, melyben Olgyay - Szabó Zsuzsanna országos csúcs elérésével (4,40 m) a kiváló negyedik helyen végzett. Harmadik helyezett az ausztrál színekben versenyző [Tatiana Grigorieva](#) lett, aki egy magasság emeléssel (5 cm) ért el jobbat Zsuzsától.

A második helyen [Anzhela Balachonova](#) (UKR) végzett 4,55 m-rel. Az első világbajnokság győztese az amerikai [Stacy Dragila](#) lett (4.60 m). Az 1999-es fedett pályás világbajnok (Nastja Ryshich) rúdja nem vitték ki a döntő bemelegítésére a szervezők, ráadásul, csak a verseny kezdete előtt 20 perccel lettek meg. Ez pedig annyira megzavarta, hogy már nem tudott jól versenyezni.



3. ábra. Tatiana Grigorieva

2001- ben Edmontonban megrendezett világbajnoki döntő hatalmas küzdelmében [Stacy Dragila](#) (USA) 4,75 m- es teljesítménnyel megvédte bajnoki címét, jobb kísérleti aránnyal a második helyezett [Svetlana Feofanova](#) (RUS) előtt. A harmadik helyen a lengyelek kiválósága [Mónika Pyrek](#) végzett 4, 55 m-es ugrással.

2003-es VB-on [Svetlana Feofanova](#) előző világbajnoki ezüstérmét aranyra változtatta és 4,75 m-es eredménnyel (5 cm-rel megelőzte a német [Annika Becker](#)-t). A bronzérmes az elkövetkező évek meghatározó személyisége az orosz [Yelena Isinbayeva](#) szerezte meg 4,65 m-es eredménnyel.

2005- ben a VB-on [Yelena Isinbayeva](#) már esélyt sem adott ellenfeleinek, amikor a többiek befejezték a versenyt, Ő akkor kezdett el a centiméterekkel versenyezni. Világcsúccsal, elsőnek a világon túlszárnyalta a nők számára álomhatárt jelentő 5 méteres magasságot (5,01 m). Második helyezett a lengyel Mónika Pyrek lett (4,60 m), a bronzérmes Pavla Hamácková (4,50 m) szerezte meg, - aki a kilencvenes években világcsúcsokat ugró D. Bártová edzőpartnere volt-.

2007-es világbajnokságon a gyengébb formában levő „rúd-királynő” [Yelena Isinbayeva](#), már komoly ellenfelekre talált a második helyezett - élvonalba hirtelen berobbant - cseh [Kateřina Baďurová](#) és az orosz [Svetlana Feofanova](#) személyében. Y. Isinbayeva (4,80 m), nagyon izgalmas versenyben, csak 5 cm-rel tudta megelőzni „alattvalóit” a két évvel azelőtti VB-on megszerzett több mint 40 cm-es előnyéhez képest.

2009-ben Berlinben a lengyel nők átvették a „hatalmat”, az oroszoktól. A döntőbe való kerüléshez 4,60 m-es szintet állapítottak meg, de már 4,55 m is elegendő volt a bekerüléshez. A címvédőként automatikus indulási lehetőséget kapott Y. Isinbayeva mellett, így még három orosz versenyző is a döntőbe jutott.

[Yuliya Golubchikova](#) aztán a döntő bemelegítésében megsérült, míg [Yelena Isinbayeva](#) egy magabiztos kezdéssel akarta a közönséget ámulatba ejteni. (4,75 m-en kezdett, amikor már csak 4 versenyző volt mellette versenyben). Első kísérletét elrontotta, míg A. Rogowska nem hibázott és átugrotta ezt a magasságot. Ekkor Y. Isinbayeva két ugrását áttette a következő magasságra, hozzá hasonlóan cselekedett a lengyel M. Pyrek is, aki harmadik kísérletét vitte át a 4,80 m-re.

Ekkor már csak hárman maradtak versenyben, Yelena Isinbayeva nagy bajba került, helyzete kísértetiesen hasonlított honfitársa S. Bubka 1991-es VB helyzetéhez, Bagyula Istvánnal! A „rúdugró-cár”, azonban szerencsésebben fejezte be akkor a versenyt, mint ahogy ez a „rúd-királynőnek” sikerült. Az orosz versenyző három érvénytelen kísérlet után szomorúan távozhatt a versenyről...

Végezetül, A. Rogowska (POL) 4,75 m-rel megszerezte a győzelmet. Holtversenyben második lett [Mónika Pyrek](#) (POL) és az egyéni csúcsot felállító amerikai [Chelsea Johnson](#) (USA) mindketten 4.65 m-es átugrott magassággal dicsekedhettek.

A Fedett pályás Világbajnokságok rövid bemutatása:

1997- ben Párizsban rendezték meg a nők részére az első fedett pályás világbajnokságot a rúdugrásban. A versenyt világcsúccsal S. Dragila szerezte meg (4,40 m). az ausztrál [Emma George](#) (AUS) 4.35 m-rel második, [Weiyan Cai](#) (CHN) 4.35 m-t elérve pedig a harmadik helyen végzett.

1999-ben magyar érdekeltségünk is volt Olgyay - Szabó Zsuzsanna elsőre ugrott 4,30 m-es teljesítményével bronzérmet szerzett, holtversenyben a német Nicole Humberttel. Vala Flosadottir (Island) szerezte meg az ezüstöt. A versenyt Nastja Ryshich (GER) egyéni csúccsal, 4,50 m-rel nyerte meg a Japán Maebashi-ban.

2001-ben Pavla Hamácková-Rybová (CZE) 4,56 m-rel diadalmaskodott a portugáliai Lisszabonban. Holtversenyben [Svetlana Feofanova](#) (RUS) és [Kellie Suttle](#) (USA) végzett a második helyen 4.51 m-es teljesítménnyel.

2003-ban Birminghamben világcsúccsal nyert az orosz Svetlana Feofanova (4,80 m), második helyen a már „szárnyait bontogató” [Yelena Isinbayeva](#) (RUS) 4.60 m-rel. Harmadik helyet [Monika Pyrek](#) (POL) szerezte meg 4.45 m-es ugrásával.

2004-ben Budapest adott otthont a világbajnoki döntőnek, melyen ismét világcsúcs született, de most nem S. Feofanova-nak, hanem az ugyancsak orosz Yelena Isinbayeva-nak (4,86 m) köszönhetően. Ezüstérmes az Amerika rekordot ugró Stacy Dragila lett 4,81 m-rel. A bronzérmes a 4,70 m-t elérő [Svetlana Feofanova \(RUS\)](#) nyerte el.

2006-ban Moszkvában Yelena Isinbayeva (RUS) „hazai pályán” 4,80 m-rel védte meg az első helyét. [Anna Rogowska \(POL\)](#) 4,75 m-es ugrásával a második, míg [Svetlana Feofanova \(RUS\)](#) 4,70 m-es teljesítményével a harmadik lett.

2008-ban Valencia adott otthont a küzdelmeknek, Yelena Isinbayeva (RUS) magabiztosan teljesítette a 4,55 m-es selejtező szintet, a többieknek 4,50 m-es teljesítmény is elég volt a döntőbe jutáshoz. A döntőben is magabiztosan versenyzett 4,65 m-en kezdett, majd a már győzelmet jelentő 4,75 m-es magasságot is elsőre teljesítette.

Az amerikai [Jennifer Stuczynski](#) -val egyetemben még mindketten három sikertelen kísérletet hajtottak végre a 4,80 m-es magasságon, de a 4,75 m-es jobb kísérleti aránynak köszönhetően Y. Isinbayeva „zsinórban” harmadik fedett pályás világbajnoki aranyérmét is átvehette. Az ezüst így [Jennifer Stuczynski](#) -nak jutott. A versenyben bronzérmes a Dél-amerikai csúcsot elérő [Fabiana Murer](#) (4,70 m) és a lengyel M. Pyrek (4,70 m) lett.

2010-ben a qatari főváros (Doha) fogadta a rúdugrókat. A világbajnok nagy meglepetésre a [Fabiana Murer \(Brazil\)](#) 4,80 m-el lett. [Svetlana Feofanova \(RUS\)](#) 4,80 évi legjobb teljesítményét elérve a második helyen végzett, míg a lengyel [Anna Rogowska](#) 4,70 m-rel a harmadik helyet tudta megszerezni. A verseny legnagyobb meglepetését mégis [Yelena Isinbayeva \(RUS\)](#) szerezte meg, aki 4,60 m-en magabiztosan kezdett, de a 4,75 m-t háromszor leverte és így csak a negyedik helyen végzett.

[Yelena Isinbayeva \(RUS\)](#) *eredményei és sportéletútja:*

Yelena Isinbayeva 1982-ben Volgográdban született, S. Feofanova honfitársától két évvel, és az amerikai S. Dragila-tól mintegy tizenkét évvel fiatalabb. 14 évesen már 4 métert, ugrott és ezzel már részt vett a juniorok világbajnokságán.

Ebben az időben E. George tartotta 4,59 m-rel a világcsúcsot. Nagyon dinamikus fejlődést mutatott és 2000-ben már Junior Világbajnok lett. 2002-es Münchener Eb-on ezüstérmes nyert a felnőttek mezőnyében Y. Buschbaum mögött. 2003-ban 6 héttel a Párizsi VB előtt 4,82 m-rel világcsúcsot ugrott. Így nagy esélyesként indult a világbajnokságon, ahol azonban csak harmadik helyen végzett honfitársa S. Feofanova és a német A. Becker mögött.

A 2004-es év hozta meg a várva-várt sikereket többször is fedett pályás világcsúcsot ugrott, de egy héttel a donetski világcsúcsa után S. Feofanova Athénben meglepte 1cm-t javítva a világcsúcson.

2004-es budapesti Fedett pályás VB-on világbajnoki győzelmet ért el. S. Dragila második, míg S. Feofanova harmadik helyen végzett. Ezen a világbajnokságon 4 cm-rel túlszárnyalta az addigi 482 cm-es szabadtéri világcsúcsát. A budapesti közönség már, mint világbajnokként szurkolhatott neki az 5 m-es álomhatár leküzdéséhez, ami akkor sajnos még nem sikerült neki. (Egy évre rá, azonban már át tudta ugrani az 5 m-es álomhatárt)!

Kétszeres Olimpiai Bajnok (2004, 2008), ötszörös világbajnok és jelenlegi világcsúcstartó. Fedett-pályán 5 m-rel (2009), míg szabadtéren 506cm-rel (2009) tartja a világcsúcsot.

Összesen kilenc világversenyen győzedelmeskedett, az IAAF Golden League sorozatán 2x JACK POT győztes (2007, 2009), összesen 27 világcsúcs köthető a nevéhez. Az IAAF háromszor választotta az év atlétanőjének (2004, 2005, 2008). Tehetségét és karrierjét sokan a „rúdugró király” S. Bubka-hoz hasonlítják.

A következő (1. sz.) táblázat 1991-2010 az évek legjobb női rúdugró teljesítményeit foglalják össze:

Az eredmény elérésének éve	Elért eredmény	Versenyző neve és állampolgársága
1991	4,05 m	Zhang Chunzhen (CHN)
1992	4,05 m	Sun Caiyun (CHN)
1993	4,11 m	Sun Caiyun (CHN)
1994	4,12 m	Sun Caiyun (CHN)
1995	4,28 m	Emma George (AUS)
1996	4,45 m	Emma George (AUS)
1997	4,55 m	Emma George (AUS)
1998	4,59 m	Emma George (AUS)
1999	4,60 m	Emma George (AUS) Stacy Dragila (USA)
2000	4,63 m	Stacy Dragila (USA)
2001	4,81 m	Stacy Dragila (USA)
2002	4,78 m	Svetlana Feofanova (RUS)
2003	4,82 m	Yelena Isinbayeva (RUS)
2004	4,92 m	Yelena Isinbayeva (RUS)
2005	5,01 m	Yelena Isinbayeva (RUS)
2006	4,91 m	Yelena Isinbayeva (RUS)
2007	4,91 m	Yelena Isinbayeva (RUS)
2008	5,05 m	Yelena Isinbayeva (RUS)
2009	5,06 m	Yelena Isinbayeva (RUS)
2010	4,89 m	Jennifer Suhr (USA)

A hölgyek közül Y. Isinbayeva mondható a legsikeresebb világszintű versenyzőnek, mivel egymást követő hét alkalommal is a világ legjobb eredményének a birtokosa volt.

Magyarországon a legsikeresebb női versenyző **Olgyay - Szabó Zsuzsanna**, aki fedett pályás világbajnoki bronzérme (1999. Maebashi) mellett szabadtéri világbajnoki 4. helyezett is lett (1999. Sevilla).

1998-ban Fedett pályás Európa bajnokságon 6. helyen végzett. Szabadtéri Európa bajnokságon (1998, Budapest) a 8. helyet szerezte meg. 1999-ben Zsuzsa fedett pályás Európa-csúcsot ért el 4,51 m-es eredménnyel, mely jelenleg is érvényes magyar csúcs.

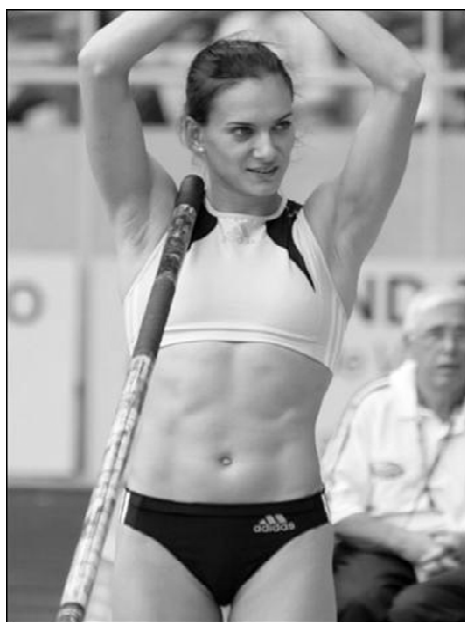
Korosztályos női rúdugrók között **Szemerédi Eszter** nevezhető a legsikeresebb női magyar rúdugró versenyzőnek, aki 1997-ben U23-as Európa bajnoki győzelme és fedett pályás Európa-csúcsa mellett jelenleg is a magyar fedett pályás utánpótlás női rekordot tartja 4,33 m-rel. Igen ígéretes tehetségként feltétlenül meg kell említenünk *Horváth Feliciát*, aki az U17 évesek Világbajnokságán 2009-ben 4,00 m-es ugrásával bronzérmes lett. Felicia társbérletben *Juhász Fannival* tartja a szabadtéri ifjúsági magyar csúcsot 4,00 m-rel. (Juhász Fanni 4,11 m-es teljesítményével 1999-óta a magyar szabadtéri junior női rekordot birtokolja).

Nem lenne teljes a felsorolás, ha megfelelneznénk *Erős Enikőről*, aki 2005 óta a Magyar fedett pályás junior női rekordot tartja (4,11 m).

A (2. sz.) táblázatban az eddigi világcúcstartók neve, nemzetisége és az elért csúcok száma látható:

Név	Ország	Világcúcok száma
Sun Caiyun	Kína	2x
Zhong Guiqing	Kína	1x
Daniela Bártová	Cseh Köztársaság	10x
Andrea Müller	Németország	1x
Emma George	Ausztrália	11x
Stacy Dragila	USA	10x
Svetlana Feofanova	Oroszország	2x
Yelena Isinbayeva	Oroszország	18x

Összesen 6 nemzet legjobbjai érték el világcúcsot, Kína, Németország, Cseh Köztársaság, Ausztrália, USA, és Oroszország. Kínából és Oroszországból 2-2 versenyző, míg a többi országokból, egy-egy versenyző szerezte meg a világ legeredményesebb versenyzője címet. A legtöbbször Yelena Isinbayeva javított világcúcsot (18), a második helyet ebben a versenyben Emma George szerezte meg (11), míg a harmadik helyen holtversenyben Daniela Bártová és Stacy Dragila (10-10) osztoznak.



4. ábra. Yelena Isinbayeva és Emma George

Összegzés

Írásunkban a rúdugrás történeti-stílustörténeti áttekintését foglaltuk össze. Főleg a nagy egyéniségekre koncentráltunk és az egyes világversenyek érdekesebb mozzanatait foglaltuk egybe.

Történeti áttekintésünkkel reméljük, hogy számos szakembernek és e versenyszámot értő és szerető embernek okoztunk kellemes, nosztalgikus perceket.

Reméljük, hogy a magyar rúdugrás kialakulását és fejlődését is hamarosan egy bővebb kiadásban olvashatjuk. Ehhez várjuk a korabeli fotókat és írásos anyagokat, hogy azok a régi szép eredmények, emlékek és korszakok ne fakulhassanak teljesen el!

Felhasznált irodalmak és források

Atlétika II. szerk.: Koltai, J. Budapest, 1980.

Az atlétikai versenyszámok technikája ugrások szerk.: Koltai, J., Szécsényi, J.

SZÁZ ÉV ATLÉTIKA - A Magyar Atlétikai Szövetség centenáriuma Kiadó: Magyar Atlétikai Szövetség 1997.

Track and Field Omnibook szerk.: Doherty, K. fourth edition published by Tafnews Press 1985.

<http://en.wikipedia.org>

<http://www.masz.hu>

http://www.facebook.com/note.php?note_id=207374585962504&comments

<http://www.sptimes.com/sports100/index.shtml>

*A World History of Modern Track and Field Athletics, 1860-1990 · Roberto Quercetani
Innbundet | 350 sider | Vallardi & Associati | 1991 ...*

bokkilden.no/SamboWeb/sok.do?dewey=796... – *Dr. Sztipits László fordítása*