

SZTEmagazin > Archívum > 2016 > 2016. II. negyedév

SZEGEDI EGYETEM MAGAZIN

Bognár Anna quadratlon világbajnok a teljesítőképesség határaitól

2016. május 24.

A Szegedi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karán másodéves Bognár Anna. A pszichológia szakos hallgató az Orfűn megrendezett Középtávú Quadratlon Világbajnokságon a dobogó legfelső fokára állhatott fel.



Cikk nyomtatás



Link küldés

Tetszik 1

Tweet

A magyar kanizsai Bognár Anna Orfűn megnyerte korcsoportjában a Középtávú Quadratlon Világbajnokságot - a quadratlon úszás, kerékpár, kajak és futás -, az összesített női mezőnyben pedig a 4. helyen végzett. A Szegedi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karának másodéves pszichológia szakos hallgatója kilenc éve kajakozik, Magyar Kanizsán kezdte, majd átigazolt Zentára, most az EDF Démász Vízi Sport Egyesületben is sportol - írja a vajdasági Magyar Szó.

A futás egy minimaratonnal kezdődött, az első győzelmet Bognár Anna már a szegedi egyetem hallgatójaként szerezte, két éve az egyetemi futócsapattal is fut, ugyanakkor a tiszakécskei sportegyesületnek is tagja.

Az edzője Kovács László komoly felkészülést diktál, télen az alapozó edzés része volt az úszás, a spinning és a futás. A quadratlon versenyre mégsem egyenes úttal vitte: ellopták a biciklijét, és egy országúti bringát tudott szerezni, azzal járt edzeni minden nap a Maty-érre. Naponta 40 kilométert tekert, aztán Magyar Kanizsára is hazakerékpározott. Egyre többet biciklizett az országúttal és egyre gyorsabban, ezért aztán úgy döntött: benevez egy quadratlon versenyre. A kajakozás, úszás és futás egyébként is mindennapos mozgásforma volt számára.

A versenyen Anna a Duna Aszfalt Tiszakécske TVSE színeiben indult. Igyekezett tudatosan készülni: résztávozott, futott hosszabbakat is, és kombinálta a kerékpáros-futós edzéseket.

Az orfűi világbajnokságon nem kedvezett az időjárás a versenyzőknek, vasárnap végig esett az eső és fúj a szél. Bognár Anna a 1,5 kilométeres úszótávról azt mondta: nem volt megfelelő felszerelése, nem volt tapasztalt, mint a triatlonosok, akik neoprén ruhát viseltek, ami vízhatlan és melegíti a testet. Így egyszerű, nyári fürdőruhában állt rajthoz és úszott a 14 fokos vízben, ráadásul még a szél is fújta. Anna azt mondta: a négy sportág közül az úszásban a leggyengébb, de a hideg és a szél sem voltak mellette. Már a verseny kezdetén lemerevedtek az izmai. Az úszás után 40 kilométer kerékpározás következett, amit alföldiként a dimbes-domos terepen megviselte. Annát nem ilyen terephez szokott. A bringázásnál már kezdett felzárkózni, ráadásul a hideg miatt többen feladták a versenyt. A kajak már hazai terep volt, és Anna át is melegedett a 8 kilométeres táv levezetésétől. Ez ment neki a legjobban, és ez önbizalmat is adott neki a verseny további részére. A negyedik számnak, a 10 kilométeres futásnak már bizakodva ment neki, itt már fáradt ugyan, de a lendület és az előny, amit a kajak távon szerzett, szerencsére nem fogott el. Sok erőt adtak neki az út szélén szurkolók is.

Az SZTE pszichológia szakos hallgatója, Bognár Anna négy óra egy perc alatt teljesítette a versenyt, így aranyérmeket nyert a Középtávú Quadratlon Világbajnokságon. Az abszolút női mezőnyben 4., a 23 év alattiak között első lett.

Anna végül egyedül állt a dobogón: amikor az eredményhirdetés zajlott, versenytársai még nem értek be a célba.

Anna szívesen indulna újra quadratlonon, főleg akkor, ha jó időben kellene ugyan ezt teljesíteni. Mint mondta: ez a verseny megmutatta neki, hogy minden fejben dől el. Ha valaki úgy áll a rajthoz, hogy igenis végig viszi, amit elhatározott, akkor sikeresen tud versenyezni. Hozzátette: az eljén az időjárás és a jó felszerelés hiánya miatt megfordult a fejében, hogy feladja, de végül mégis rajthoz állt.

- Nagyon fontos az, ha az ember elhiszi, hogy képes valamire és meg akarja csinálni, akkor azt meg is tudja csinálni. Sokkal messzebb van a teljesítőképességünk határa, mint azt gondoljuk - nyilatkozta Bognár Anna a Magyar Szónak. A fiatal sportoló azt mondta: a sportnak köszönheti, hogy van rendszer az életében. Igaz ugyan, hogy nehéz összehangolni az egyetemmel, főleg, ha valaki komolyan veszi az



edzéseket és versenyezni akar, de rákényszeríti az embert arra, hogy beossa az idejét, és küzdjön azért, amit el akar érni. - A sport engem arra tanít, hogy meg kell dolgozni azokért a dolgokért, amit el akarok érni, semmi sem lehetetlen. Kitartás és sok munka kell csupán hozzá - mondta az SZTE világbajnok hallgatója.

Forrás és fotó: Magyar Szó



Cikk nyomtatás



Link küldés



Tetszik 1



Tweet

Letöltés



(/sztemagazin/aktualis-szam/2017-hu-szte-szem)



(/sztemagazin/aktualis-szam/2017-eng-

szte-szem)

(/sztemagazin/aktualis-szam/2017-eng-szte-szem)



(/sztemagazin/aktualis-szam/2017-hu-szte-szem)

(/sztemagazin/aktualis-szam/hu-szte-szem-magazin-pdf)



(/sztemagazin/aktualis-szam/eng-szte-szem-magazin-160215)

Archívum (/sztemagazin/archivum)

Írjon nekünk! (/irjon-nekunk)



(/sztemagazin/archivum)