



Fina
WORLD
CHAMPIONSHIPS

**WATER. WONDER.
WELCOME.**



Verrasztó Evelyn a budapesti vb-n döntené meg csúcsait

2016.12.22. 13:40 CET

Kettős érzésekkel zárja az idei esztendőt, a jövő évi vizes világbajnokságot viszont már nagyon várja az Európa-bajnok úszó, Verrasztó Evelyn. Számára Budapest mindig is jó ómen volt, 2010-ben egy századdal kapott ki 200 vegyesen Hosszú Katinkától és lett Európa-bajnoki ezüstérmes, a 4x200-as gyorsváltó utolsó tagjaként pedig sikerült feltennie a pontot az i-re is. Hat év elteltével idén ismét tagja volt az „aranyos” váltónak a londoni kontinens-bajnokságon. A szeptemberi klubváltás erősen motiválja, a 17. FINA Világbajnokságon végre nem üldözné, hanem megdöntené eddigi egyéni csúcsait. Verrasztó Evelyn a BP2017 Médiának értékelte az évet, és közben beszélt a terveiről is.

Elég erős évet zártál, májusban Európa-bajnokság, augusztusban olimpia, most decemberben rövid pályás világbajnokság. Milyen volt számodra ez az esztendő?

Igazából furcsa. Volt egy-két nagyon jó pillanatom, de leginkább azt mondanám, nagyon nehéz volt. A negyedik olimpiámon vettem részt, és előtte ez volt a legnehezebb kvalifikációs időszakom is. Egyrészt végig izgultam, mivel nem ment annyira az úzás, és hiába volt meg a kvalifikáció, egymást lökdöstük ki a számokban. Örülök, hogy aztán ott lehettem Rióban, de lehetett volna jobb és szebb is az olimpia. A londoni Európa-bajnokság viszont nagyon jó verseny volt májusban, és lehet éppen ez ütött vissza aztán Rióban. Szóval felemásra értékelném az évet.

Valamilyen szinten a testvéred, Dávid is. Ő a windsori rövid pályás világbajnokság után azt nyilatkozta, Rió után jót tett a bronzérem a lelkének 400 vegyesen.

Be kell valljam, elég nehéz hónapok állnak a tesóm és az egész család mögött, így nagyon örülök annak, hogy Dávid bronzérmes lett Windsorban, remélem egy kicsit ő is megnyugodott. Mindenképpen jó visszajelzés volt számára, hogy nagyon keményen bele tud állni a munkába, nagyon tud versenyezni és hát, nagyon jó úszó, aki nagyon nagyot akar úszni jövőre Budapesten 400 vegyesen.

Az új évvel jönnek az új célok?

Megmondom őszintén, nem teszek fogadalmat. Mindig úgy állok neki egy új évnek és szezonnak, hogy szeretnék a világversenyeken jól teljesíteni. Jövőre idehaza lesz a világbajnokság és a hazai nagy versenyekről nagyon jó emlékeket őrzünk, pláne

Budapestről. Az a 2010-es Európa-bajnokság egészen fantasztikus volt. Sikerült életem legjobbját úszni, pedig nagyon nehéz hét volt az. Bordatörés miatt öt hetet kihagytam, de végül nagyon össze tudtam szedni magam, főleg fejben, így nagyszerű versenyt mentünk 200 vegyesen Katkával, az első két helyért. A mai napig sokan emlegetik, hogy mindössze egy századdal maradtam le tőle. Aztán kárpótolt a 4x200 gyorsváltó, ahol én voltam az utolsó úszó, és fantasztikusan sikerült az a hajrám. Nem is gondoltam volna, hogy idén Londonban ismét a dobogó legfelsőfokán állhatunk. Ezt nagyon köszönöm a lányoknak.

Véleményed szerint utol lehet érni Hosszú Katinkát?

Hát, azon vagyunk, de nem mondom, hogy ez könnyű feladat. Abból a szempontból viszont nagyon jó ez az állapot, hogy tudjuk, ő a mérce. Hiszen ő a legjobb a világon, így minél közelebb kerülünk hozzá, annál jobban úszunk. Szóval, igyekezünk felvenni vele a versenyt.

Milyen számokra készülsz a budapesti világbajnokságokra?

Maradnék a szokásos három-négy számnál : 200 gyors, 200 és 400 vegyes, de szeretnék 100 gyorson is úszni, na és természetesen a váltó is ott van. Most az a cél, hogy a kvalifikáció meglegyen, ezért forgunk dolgozni. Szeptembertől már a BVSC-ben készülünk, meglátjuk, miként alakulnak a dolgok. Az év végén sem szeretnék leállni, maximum pár napot hagyok ki, mert nagyon nehéz újrakezdeni az edzéseket. Inkább jobban szeretek edzésben maradni.

Mi lehet a reális elvárás Budapesten?

Nagyon régóta üldözöm az egyéni csúcscsúcsaimat, szeretném már átadni ezeket a múltnak. Egész jó eredmények lennének ezek, döntő vagy döntőhöz közel eső idők. Először persze jussunk ki a vb-re, ahol, ha egy magyar versenyző bekerül a döntőbe, az már egy újabb fejezet, egy újabb ajándék és lehetőség. Az országos bajnokság fontos mérföldkő lesz, akkor úszunk először a Dagály Úszóarénában, akkor próbálhatjuk ki élesben. Az edzőm, Nagy Péter azt várja tőlem, hogy a vb-n legalább egy döntőben ott legyek, remélem, így lesz. Most még pár nap pihenő következik, szeretnék elmenni Monacóba egy kicsit pihenni. Ott mindig megnyugszom, feltöltődöm, aztán jöhet a világbajnoki felkészülés!