



Fina
WORLD
CHAMPIONSHIPS

**WATER. WONDER.
WELCOME.**



Kapás Boglárka: Törékeny úszó, töretlen sikerek

2017.01.20. 14:39 CET

Napról napra közeledünk a 17. FINA Világ bajnokság megnyitójához. A vizes sportok legnagyobbjai találkoznak Budapesten és Balatonfüreden az olimpiát követő első világ bajnokságon, amely egyeseknek vízválasztó, másoknak mérföldkő vagy kiugrási lehetőség lesz pályafutásában. Sorozatunkban a világ bajnokság leendő főszereplőit, klasszisait és főbb esélyeseit mutatjuk be. ÚSZÁS, 1. RÉSZ: KAPÁS BOGLÁRKA.

A magyar úszósport 23 éves klasszisa pályafutása legjobb évét tudta maga mögött 2016-ban. A riói olimpián bronzérmes szerzett, azt megelőzően a londoni Európa-bajnokságon négy (!) aranyérmes nyert. A 17. FINA Világ bajnokságon Budapesten az lesz a célja, hogy közelebb kerüljön az amerikai úszó fenomenához, a most még verhetetlen Katie Ledecky-hez, egyúttal felülmúlja kazanyi vb-szereplését, amikor egy bronzéremmel zárt. Ez és ideális esetben a három ezüstérmes reális elvárás számára.

Az Újpest állócsillaga, Magyarország első ifjúsági olimpiai bajnoka (2010, Szingapúr) számára az ötös szám a meghatározó, hiszen ötévesen kezdett úszni, hosszú évekig hajnali ötkor kelt, példaképe pedig nem más, mint az ötszörös olimpiai bajnok Egerszegi Krisztina.

„Öt-hat éves korom óta ő a példaképem, amióta csak elkezdtem úszni. Volt egy videókazettánk róla, azt annyiszor megnéztem, míg tönkre nem ment. Nem tudom, mikor lesz még egy hozzá hasonlóan tehetséges úszó, már az megtiszteltetés, ha együtt emlegetnek vele” - fogalmaz Kapás Boglárka, aki mára szerethető személyisége miatt a szurkolók és az úszósport szerelmeseinek is az egyik kedvenc versenyzője lett.

A 2008-as pekingi olimpián a magyar küldöttség legfiatalabb tagja volt a maga 15 évével, akkor még a BVSC tagjaként, Nagy Péter tanítványaként.

Négy év múlva szülővárosában, Debrecenben nyerte első Európa-bajnoki aranyát 800 gyorson, majd a londoni olimpián hatodik helyen végzett. Három év múlva 15 másodpercet javított 1500 méteren felállított országos csúcson a kazanyi világ bajnokságon, ez az idő egyben világ bajnoki bronzot ért. A bronzérmes meglelt Rióban is, de ott 800 méteren, míg 400-on negyedik lett, de mindegyik számában túlszárnyalta addigi legjobb időeredményeit. Az olimpia előtt Londonban, az Eb-n győzni tudott 400, 800 és 1500 gyorson, valamint a 4x200-as gyorsváltó tagjaként is.

A 2017-es budapesti világbajnokságon 400, 800 és 1500 gyorsan egyaránt indul és a 4x200 gyorsváltóban is újra meghatározó szerepe lehet, már az Újpest versenyzőjeként, hiszen 2016 végén klubot váltott. Az időeredmények mellett helyezésekben is gondolkodik, megvalósítható, reális célokkal: *„Nagyon szeretnék közeledni Katie Ledecky idejéhez, azaz 12 másodpercet kell majd lefaragnom. Ha négy évben gondolkodom, ez évente 3 másodpercet jelent, Katie ugyanis most még utolérhetetlen. 800 gyorsan a reális célom egy 8:13.00 körüli idő lehet, igaz, az edzőmmel még nem beszéltünk erről. Viszont én már kigondoltam. Tokióban lehet reális célkitűzés, hogy Katie-t megközelíthetem, most még útközben vagyok, vagyunk. Budapesten a három ezüstérem a reális cél, és akkor még ott van a váltó, ahol bármi lehet”* – beszélt az esélyekről Kapás Boglárka.

Edzője, Virth Balázs szerint is közelebb az időeredményekben kell közelíteni az aranyéremhez vezető úton 2017-ben: *„Bogi 400 gyorsan kezd, ezt követi az 1500 és a 800 gyors, így kicsit nehezebb lesz most a formába hozás. A legrövidebb távval kezdi a világbajnokságot, azaz a sebességnek és az állóképességnek is a helyén kell lenni. Mindhárom számban egyéni csúcsot tervezünk, ez 800 gyorsan most 8:15.00 körüli időt jelenthet, de menetközben látni fogjuk, hol tartunk.”*

A három egyéni szám közül Kapás Boglárkának most a 800 gyors a kedvence, természetesen az olimpiai bronzérem miatt is. A döntő felvételétől újra és újra erősödik a motivációja. 400 gyorsan kevés hiányzott az éremhez Rióban, de Budapesten ez a szám meghatározó lehet a számára, edzője szerint: *„Boginál megvan az egészséges önbizalom, határozottan tudja, mit akar, a céljai is reálisak, de minden verseny más és más. Nem mindegy, hogyan kezd majd a világbajnokságon, ezért lesz fontos a 400 gyors, hisz ez lesz a nyitószáma, rögtön az első napon, július 23-án.*

A budapesti 17. FINA Világbajnokság a hazai környezet és a szurkolók túláradó szeretete miatt egyelőre megfoghatatlan, de garantáltan magával ragadó érzést jelent majd a magyar úszók, így Kapás Boglárka számára is.

Az UTE úszója a versenysport mellett az ELTE pszichológia szakán tanul, és fontos számára a társadalmi szerepvállalás is. Ennek szellemében örömmel vállalta el a világbajnokság tiszteletbeli önkéntese cím viselését.

Kapás Boglárka

Klubja: BVSC (1999-2016), Újpesti TE (2016-)

Edzői: Virth Balázs, Kovácshegyi Ferenc

Legjobb eredményei: olimpiai bronzérem (800 m gyors), világbajnoki bronzérem (1500 m gyors), ötszörös Európa-bajnoki aranyérmes (400 m, 800 m, 1500 m, 4x200 m gyorsváltó).

Fő számai : 400 m, 800 m és 1500 m gyorsúszás és női 4x200 m gyorsváltó

A világbajnokság menetrendjéhez, benne az úszóprogramok beosztásához [ide](#) kell kattintani.

A jegyvásárlási felület [itt](#) érhető el.