



Fina
WORLD
CHAMPIONSHIPS

**WATER. WONDER.
WELCOME.**



Szinkronúszás: sporttörténelmet írna a magyar válogatott

2017.06.30. 13:28 CET

A 17. FINA Világbajnokságot nagy várakozással várja a magyar szinkronúszó-válogatott, hiszen fiatal csapat lévén a kerettagok még soha nem voltak részesei – csupán kezdő szinkronúszó-palántaként – a korábbi hazai rendezésű kontinensviadaloknak. Két éve, 2015-ben válogatták ki a csapat akkor még juniorkorú tagjait, hogy aztán egy közel kétéves intenzív felkészüléssel, a nemzetközileg elismert orosz edzővel, Natalia Tarasova irányításával és felügyeletével vágjanak neki a budapesti világbajnokságnak. A kezdeti időszakban az új edzésmódszerek, elvárások okozta nehézségeken át kellett lendülnie a lányoknak, de az összecsiszolódás hetei után zökkenőmentes munkafolyamat indult el.

„Sokat jelent nekem, hogy szövetségi kapitány lehetek a magyaroknál, megtiszteltetés a házigazda csapatot irányítani egy világbajnokságon. Próbálom a legjobb tudásomat nyújtani, hogy a lányok fejlődjenek, és minden tőlük telhetőt megtegyenek. Technikai téren próbálom átadni a lányoknak a tapasztalatomat, amit Oroszországban szereztem. Ott már gyerekkorunktól kezdve folyamatosan tanuljuk a víz alatti karmozdulatokat, hogy lehet magasabbra emelkedni a vízből, hiszen mindez a karmunkán alapszik. Néha én is beugrom a vízbe, és megmutatom, mit csináljanak a víz alatt, hogy magasabbak legyenek a mozdulatok. Most már egész jól működik a dolog” – avatott be minket a technikai részletekbe **Natalia Tarasova**.

A 2012-es olimpián is szerepelt **Kiss Szofi** – bár korábban már visszavonult – kifejezetten Natalia miatt tért vissza a sportághoz. A magyar válogatott legrutinósabb tagja szólóban, duóban és csapatban is ott lesz a Városligetben. Nem is gondolta volna úgy két éve, hogy mindennapjait ismét a szinkronúszás határozza majd meg:

„Amikor megtudtam, hogy a válogatott élére sikerült megnyerni Natalia Tarasovát, megkerestem őt, és újból elkezdtem az edzéseket. Natalia a szigorú, kemény, fegyelmezett munka mellett nagyon összekovácsolt minket. A csapatban nincs széthúzás, barátnők vagyunk, közös programokat szervezünk, segítjük egymást, és ez nagyon jó érzés. Amikor edzésre jövünk, mintha a második családunkhoz érkeznénk.”

Rényi Luca szerint Natalia olyan, mintha a „pótanyukájuk” is lenne: „Amikor munkáról van szó, akkor nincs kegyelem és barátság, de amikor ennek vége, mindenben benne van és

szinte elfelejtjük, hogy ő a szövetségi kapitány. Az egyik legnagyobb szelfikészítő, még minket is leköröz.”

Ezeket a szelfiket és a boldog arcokat először tavaly lehetett látni egyre nagyobb számban, merthogy a 2016-os év meghozta az áttörést a válogatott számára. A Rijekában megrendezett junior Európa-bajnokságon és az azt követő kazanyi korosztályos világbajnokságon is pontszámokban volt mérhető az előrelépés. Ekkor alakították ki a budapesti világbajnokságon látható kűrök egyes részleteit, ekkor próbálták ki először bizonyos látványelemeket a csapatkűrből.

*„Egészen más mozgásokat gyakorlunk és tanulunk, mint korábban” – mesélte **Schwartz Dóra Anett**, a magyar csapat tagja, aki a duóban és csapatban is ott lesz a válogatottban. „Régebben sokkal tágabbak voltak az alakzatok, messzebb voltunk egymástól. Most viszont annyira közel vagyunk, hogy olykor tele vagyunk kék-zöld foltokkal, annyira összerúgjuk egymást. De elképesztően jól néz ki, amikor ennyire közel csináljuk a mozdulatokat, nagyszerű az összhang, számíthatunk egymásra.”*

A lányok 2016 nyarán hosszabb pihenőt kaptak, majd augusztusban igen intenzív munka vette kezdetét, melynek célja az erőnlét és a technikai tudás továbbfejlesztése volt, valamint az új koreográfiák elkészítése és betanulása. A csapat több mint másfél éve együtt készül napi öt órában, a cél annak a négy percnak a tökéletes bemutatása, amit az edzői team (Tiringer Sára és Árkovics Petra), Natalia és a lányok megálmodtak.

A világbajnokságra speciális, egyedi kűrrrel készül a magyar csapat. A szövetségi kapitány számára fontos volt, hogy mind az egyéni, mind a páros és a csapat kűrjei a magyar motívumokra, zenére és mozdulatokra épüljenek, hisz Magyarországot képviselik.

„Nagyon izgalmas volt a kűr kidolgozása, sokat néztük a magyar néptáncosokat, hogy milyen mozdulataik vannak. Igyekeztünk mindent a magyar néptánc hagyományai alapján kialakítani és egy-egy kűrnél a zene választásában is a magyar népzene-t vettük alapul. Reméljük, a közönségnek tetszik majd a zene és a koreográfia is, és a lányok is a legjobbjukat fogják nyújtani” – mondta Natalia Tarasova.

A 2017-es versenyévadot természetesen a világbajnokság jegyében kezdték meg a lányok. Márciusban állt újra rajthoz a csapat először, méghozzá a bonni German Open nemzetközi versenyen, majd ezen versenytapasztalatokkal gazdagodva 11 napos edzőtáborba vonult a 14 fős válogatott Syros szigetére, Görögországba.

A következő jelentős versenyük a Tokióban megrendezett Japan Open volt, ahol már mind a hat versenyszámban rajthoz állt a válogatott, a teljesen kész, világbajnokságon szereplő kűrökkel. A verseny kifejezetten jól sikerült, ez a pontokban is megmutatkozott, amelyek jóval magasabbak voltak, mint a korábbi German Openen.

A Synchro World Series spanyolországi állomásán is ott volt a magyar csapat, a lányok Las Palmasban a szezon legjobb kűrjeit mutatták be: a csapat szabad programban elért 79,1 pontja, valamint a páros szabad programban elért 80,43 pontja igazán reménykeltő a hazai világbajnokság előtt egy hónappal. Szabad páros programban a Kiss Szofi-Schwarcz Anett alkotta egység tehát az utolsó versenynapon bravúros kűrt futva átlépte a bűvös 80 pontos határt, mely egy kiemelten fontos mérföldköve volt a hazai világbajnokságra való felkészülésnek. Kiss Szofi egyéni versenyszámban elért 3. helyezése szintén óriási bravúr, a világhírű spanyol Ona Carbonellel és az ukrán Anna Voloshynával állhatott fel egy dobogóra.

„Nagyon sokat jelent a budapesti vb, hiszen nagyon ritka, amikor saját országunkban mutathatjuk meg, hogy mit is tudunk. Nekem pedig különösen fontos ez a mostani nyár, hiszen ez egy nagy visszatérés a részemről, ráadásul úgy érzem, sokkal jobb formában vagyok, mint öt éve az olimpián. Szeretném megmutatni a válogatottban, mit tudok, mit kaptam ettől a sportágtól” – beszélt Kiss Szofi az érzéseiről.

A lányokra a világbajnokság rajtáig egy-két felkészülési verseny vár még, és bár jóslni senki nem szeretne, de sporttörténelmet érne, ha a válogatott a délelőtti döntők során is bemutatná a kűröket ebben a rendkívül erős világbajnoki mezőnyben. Számolgatás nincsen, minden lánynak a legfontosabb, hogy a kűrök végeztével Natalia Tarasova szájából a két bűvös szó elhangozzon: „good job!”

A Városligetben felállított ideiglenes arénában rendezik a szinkronúszás versenyszámaint, ahol a döntők délelőtt, míg az elődöntők kora este láthatók majd. A világbajnokság alatt kilenc számban avatnak bajnokot, és ez lesz az utolsó vb, ahol a régi szabályok szerint rendezik meg a versenyt. Az új szabályokról szintén Budapesten döntenek, a FINA kongresszusán.