



Fina
WORLD
CHAMPIONSHIPS

**WATER. WONDER.
WELCOME.**



Úszás: a magyar titánok nagy durranásra készülnek

2017.07.03. 15:45 CET

A 17. FINA Világbajnokságon népes házigazda úszóválogatott vesz részt, ugyanakkor a minőséggel cseppet sem lesz probléma. A legfiatalabbak is pazar szezont futnak, így nemcsak fejlődhetnek Magyarország eddigi legnagyobb sporteseményén, hanem még az sem kizárt, hogy egy-egy kiugró eredmény produkáljanak. Mindannyian (arany)érmekkel melegeztettek be a világbajnokságra a netanyai ifjúsági Európa-bajnokságon.

A budapesti világbajnokság egyik legnagyobb felfedezettje lehet a 17 éves érdi **Milák Kristóf**, aki a hétvégén a netanyai ifjúsági Európa-bajnokságon szenzációs időt úszott 200 pillangón, emellett a váltószámokban is két aranyérmel akaszthattak a nyakába. Edzőjét is meglepte ez a kiváló időeredmény, ahogy Selmecsi Attila fogalmazott *„ez már valóban felnőtt világklasszis teljesítmény”*.

Ez az idő pedig 1:53.79, ami junior világcsúcs és az idei felnőtt világranglista második legjobb ideje, a japán Masato Sakai mögött mindössze 0,08 másodperccel lemaradva. A sokszoros világbajnok Cseh László és az olimpiai bronzérmes Kenderesi Tamás sem úszott jobb időt mostanság, utóbbi 1:54.33-at produkált a római nemzetközi viadalon. Az érdi klub fiatal versenyzője egy másodpercet javított eddigi legjobbján, mellesleg ezzel az idővel Rióban hatodik lett volna. Nem kérdés, ha a budapesti vb-n ezen a távon indulna, ezzel a teljesítménnyel biztosan döntőt úszhatna. De nem ezen a távon indul, hanem 100 méteren.

„Ha most nyáron elcsípné a döntőt száz méter pillangón, az maga volna a csoda” - vélekedett pár hónapja Selmecsi Attila egy vele készült beszélgetésben. Elképzelhető, hogy ezt a kijelentést újra kell tervezni júliusra. Milák Kristóf teljesítménye azért is kiemelkedő, mert a főversenye valójában - a júliusi világbajnokság előtti ifjúsági Eb mellett - a nyár végi indianapolisi junior világbajnokság lesz. Ott több fiatallal, így Németh Nándorral, Késely Ajnával együtt Magyarország első junior világbajnokai lehet.

Milák Kristóf útja a mostani sikersorozathoz igencsak rögös volt: a felnőttek mezőnyében tavaly mutatkozott volna be a decemberi windsori rövid pályás világbajnokságon, ám szívproblémája miatt szüneteltetnie kellett az úszást, és a méterek helyett szinte mindent újra kellett terveznie. Elsősorban fejben volt nehéz megbirkózni a kihívásokkal, ám áprilisban minden a régi kerékvágásba került, és amit ő maga sem hitt volna, a debreceni magyar bajnokságon 1:55.41-gyel a világklasszis Cseh László előtt csapott célba.

„Nem vagyok az a magamtól úszom típus, sokkal könnyebb, és nagyon feldob, ha olyan klasszisok állnak mellettem a rajtkövön, mint Cseh László, Kenderesi Tamás vagy Pulai Bence, akik ellen tudom, hogy hajtanom kell, hogy leelőzzem őket” – mondta az utanpotlassport.hu-nak a fiatal klasszis, aki hétévesen Gyulán nyerte első bajnoki címét, és már akkor azt tartották róla, hogy nagyon tehetséges és nagyon szépen úszik.

Edzője azt mondja, pár éve még háton remekelt a fiú, majd felkerült a repertoárjára a pillangó, és bár a gyors- és a mellúszás sem ment rosszul, egyértelművé lett, hogy a pillangó lehet a fő száma. A gyorsra azért helyez kiemelt hangsúlyt, hogy a váltóban is számíthassanak rá – ez így is lesz a világbajnokságon, hiszen tagja a kijelölt 4x200-as gyorsváltónak.

A 17 éves fiút edzője Michael Phelpre emlékezteti, Kristóf erőnléte alapján 200-on és 100-on érvényesülhet, és ha a levegővételi technikáját is tökéletesíti, nagyon sokra viheti.

„Kristófnak kiválóak az adottságai, magas, hosszú karja és lábai vannak, könnyű a fajsúlya, ráadásul olyan delfinlába van, amilyennel csak születni lehet. Az állóképessége is nagyszerű. Nem szeretek jósolgatni, de azt hiszem, ha ugyanilyen tempóban fejlődik, olyan sportoló lehet, aki még a sok sikert számláló magyar úszósportban is kiemelkedhet. Nagy tehetség, az biztos” – fogalmazott Selmecsi Attila.

Idén az áprilisi debreceni magyar bajnokságon 100 méteres pillangóúszásban tehát győzni tudott a felnőtt világranglista hetedik legjobb idejével (51,98), azzal biztosította a helyét a nyári budapesti vb-n. Később a Budapest-bajnokságon kipróbálta a Duna Aréna nagymedencéjét is.

„Nagyon jó volt itt úszni, az uszoda pedig hatalmas, tágas és nagyon szép. El se hiszem, hogy júliusban én is rajtkövön állhatok itt. Mindig az előttem lévő feladatokra nézek, így jósolni sem szeretek, úszom, amit tudok. Ott lesz az ifjúsági Eb, majd a junior világbajnokság is, én mindent megteszek” – mondta Milák Kristóf.

Ha a fiúknál tartunk, nem mehetünk el szó nélkül a 17 éves **Németh Nándor** teljesítménye és szerepe mellett. Az egri fiú hatalmas országos csúccsal, 48.64-gyel nyerte meg a magyar bajnoki címet az április ob-n (ez akkor a világranglista 10. legjobb ideje volt), 100 méteres gyorsúszásban. Foghatta is a fejét Sós Csaba szövetségi kapitány, ám Plagányi Zsolttal, a fiatal srác edzőjével egyeztetve úgy döntött, a fő verseny Németh Nándor számára az indianapolisi világbajnokság lesz.

Nem meglepetés, hogy a netanyai ifi Európa-bajnokságon is aranyérmes lett, a budapesti vb-n a 4x100-as gyorsváltó tagja lesz, ott alkothat maradandót. Ebben segíthetnek a társak, az Egyesült Államokban tanuló Bohus Richárd és Holoda Péter, illetve az MTK ötszörös Eb-bronzérmes gyorsúszója, Kozma Dominik.

Az elég magasra nőtt fiatal fiú a testvére miatt kezdett el úszni, s bár kicsit focizott is, végül az uszodát választotta. Nagyon sokáig Siófokon, egy hotel kétsávos pályáján készült, de nagyjából öt éve a család végül fontos döntést hozott. Nándi édesanyjával előbb Érdre, majd Törökbálintra költözött, hogy Plagányi Zsolt edzéseire járhasson, míg a család másik fele otthon maradt.

A változást nehezen szokta meg, amikor csak lehetett, utazott vissza Siófokra, és edzője is vállalta, hogy elengedje a szombati edzéseket, hogy minél többet lehessen együtt a család. A közös munka, a családi segítség, a kiváló összhang az edző és család között hamar meghozta az eredményt, hisz Nándi Hódmezővásárhelyen ifjúsági Európa-bajnok lett 100 gyorson és a 4x200-as gyorsváltóban, a jelenleg is zajló netanya-i ifjúsági kontinensbajnokságon pedig már három aranyt tart.

„Talán az élet most ad neki vissza valamit a sok lemondásért, amelyet az úzásért hozott meg” - nyilatkozta korábban Plagányi Zsolt az utanpotlassport.hu-nak.

Az Egri Úszó klub mesteredzője egyébként korábban még azon gondolkodott, hogy a 100 vagy az 1500 gyors irányába induljon el Németh Nándorral. Aztán a versenyek és az eredmények világossá tették, a fő szám a 100 gyors lesz, és mellette a váltószámok. Teher nem lesz rajta a budapesti világbajnokságon, örömszással hálálná meg az eddigi áldozatokat családjának, klubjának és mesterének.

Eddigi kiegyensúlyozott éremhalmozása miatt talán **Késely Ajnával** kellett volna kezdeni a felsorolást: a Kőbánya SC versenyzője és legnagyobb tehetsége már ötödik aranyéremnél tart az izraeli ifjúsági Eb-n. 200, 400, 800 és 1500 méteren ismét felült Európa ifjúsági trónjára, illetve a vegyes váltóval is aranyat szerzett.

„Valódi kincs” - tartja róla mestere, Turi György. Ajna érmeinek száma már most 400 fölött van, pedig még mindig nem töltötte be a tizenhatot. Példaképe minden idők egyik legjobb magyar úzója, az ötszörös olimpiai bajnok Egerszegi Krisztina. A tőle kapott kabala ott lapul a táskájában, és egyáltalán nem feszélyezi, ha hozzá hasonlítják, mellesleg a mai napig kikéri a legenda tanácsait.

Tizenöt évesen első felnőtt Európa-bajnoki címét szerezte a 4x200-as váltó tagjaként tavaly Londonban, míg Rióban a magyar úzóválogatott legfiatalabb versenyzőjeként lehetett ott. A budapesti 17. FINA Világbajnokság óriási motivációt jelent számára, megúszná egyéni legjobbjait. A mindig vidám, örök mosolygós tini imádja az úzást, és nem lenne meglepetés, ha bájoságával és persze eredményeivel ő lenne a hazai közönség egyik nagy kedvence a nyáron.

Élete első felnőtt világbajnokságán 1500 gyorson és a 4x200-as női gyorsváltóban biztosan ott lesz, míg 200, 400 és 800 gyorson indulása elsősorban Hosszú Katinkától függ. A klasszis július 5-ig jelzi majd, milyen számokat választ a vb-n, ezután derül ki, hol láthatjuk még a 15 éves lányt úzni a Duna Arénában.

„Nagyon jó, hogy együtt tudok úzni Hosszú Katinkával vagy Kapás Boglárkával, mert talán el tudok lesni tőlük egy-két technikai fogást, ami később nekem is jól jöhet. A budapesti világbajnokságon, ha lehetőségem lesz rá, szeretnék valami igazán nagyot alkotni” - fogalmazott, hozzátéve, mindez igaz az indianapolisi junior vb-re is.

A korábban róla készült írást és [videót itt lehet elolvasni és megnézni.](#)