

# Székelyudvarhelyről besiklani az

## A tökéletes technika elsajátítása

● Nyolc sportoló, egy edző. Céljuk, hogy elsajátítsák a tökéletes sízést. Mindannyian más korosztályúak, az apró gyerektől a nagyjúráig. Eredményben mérik a tudást, abból pedig van bőven. Képes lehet-e egy székelyföldi bejárni azt, amit Miklós Edit? Erre is kerestük a választ.

JÓZSA CSONGOR

Két évvel ezelőtt, 2017-ben alakult meg Székelyudvarhelyen a Nagy Norbert Ski Team. „Olyan elhatározással indítottuk a klubot, hogy a gyerekek jó oktatást kapjanak. Alapból a versenysízésre koncentráltunk. Amikor csak lehetséges, benevezünk a különböző megmérettetésekre, kezdve a román, folytatva az osztrák futamokon. Van, aki a magyar országos bajnokságban indul” – indítja a beszélgetést a

csíkszeredai származású edző, Nagy Norbert.

Húszéves versenyzői tapasztalattal a háta mögött vágott neki Norbi a klubalapításnak. A hó iránti szeretete fontos tényező volt, Olaszországban szerzett síoktatói oklevelet. Ezzel a zsebében lépésről lépésre adja át a gyerekeknek sítudását. Úgy véli, ez egy másfajta elgondolás, mint amit eddig a fiatalok kaptak az itthoni edzőktől.

„Kiss Anna volt az első tanítványom, aztán érkeztek a többiek. Ő már kinőtte a mi szintünket, hiszen ahogy fejlődsz, egyre többet kell

külföldön lenned. Ezt nem mindenki engedheti meg magának. Nekünk a Madarasi Hargita a legjobb opció az edzésekre. Azt még nem értük el, hogy pályákat zárjanak le nekünk, de kapukat tudunk tűzni, ott gyakorolhatunk. Ezt nem minden kis síközpont engedi meg térségünkben, hiszen ők a turistákra fókuszálnak” – mondta el az első lépéseket a tréner.

A hétvégi és a versenysízés között óriási a különbség. Sőt összehasonlíthatatlan. Elsősorban a mennyiség szempontjából. Ahhoz, hogy jó légy, az év 365 napjából legalább 200-at a havon kellene töltened. Ez Székelyföldön kivitelezhetetlen, így aki a profi sízést választja, annak utaznia kell.

„Elsősorban az anyagiaktól függ az, hogy valaki komoly versenyekre tudjon kijutni. Ennél a sportágnál 80 százalék ambícióra, illetve 20 százalék tehetségre van szükség. Ami még döntő, hogy gyerekként egy jól felépített edzésprogramot kapj. Azt azonban nem szabad elfeledni, hogy ahogy nő a gyerek, egyre nagyobb lesz az az összeg, amit be kell fedetnünk. Nehezebb tartani a lépést: elég csak arra gondolni, hogy az élmezőny – az osztrákok – már ott van a helyszínen, nekünk viszont még el kell utaznunk odáig. Minél nagyobb vagy, annál többet kér tőled a sport” – fejtette ki Nagy Norbert.

Amikor két évvel ezelőtt nekivágtak, Norbinak az volt a célja, hogy tanítványaitól azt lássa, mindenki

Nagy Norbert edző  
a Balogh-Lőrinc testvérekkel

FORRÁS: FACEBOOK



tökéletesen sízik. Nem arra összpontosított, hogy versenyeket nyerjenek. A legelején kipróbálták magukat egy osztrák megmérettetésen, amely egy kisebb gyerek-világbajnokságnak számít. Akkor a harmincadik helyezés volt a legjobb. Hogy a fejlődést mérni lehessen, idén az egyik tanítvány, Balogh-Lőrinc Abigél megnyerte ezt a versenyt, míg testvére, Mátyás kétszer is harmadik lett.

### Nagyon könnyen elijeszthető a gyerek

Hogy mikor kezdje a gyereket a sízést? Az oktató szerint ez egyénfüggő. „Nem szabad erőltetni. A sport iránti szeretet és a bátorság hozza azt, hogy mikor is legyenek meg az első lépések. Ha valamit el szeretnének érni, akkor már három-négy évesen kell csúszni.”

A jövőbeli célkitűzés, hogy minél több külföldi versenyre eljussanak. A Nagy Norbert Ski Team tagjai szeretnek megmérettetésre járni, ez pedig fontos, mert az edző bevallása szerint egy rossz oktatással meg lehet utáltatni a fiatallal a sízést.

A távlati cél pedig: kijutni az olimpiára.

### A csapat

**A fiúk:** Raffai Bálint (12 éves), Balogh-Lőrinc Mátyás (7 éves), Sza-

bó-Szélyes Szilárd (13 éves) és Cseke Péter Márk (11 éves).

A sízés szeretete minden esetben megegyező náluk, a szülőktől tanulták meg az első lépéseket. Ezt kinőve lassan a komolyabb felkészülés felé vették az irányt, így kerültek be a csapatba. Bálint szinte teljesen kezdőként érkezett, lassan felzárkózott, több versenyen indult, sokat dolgozik, hogy dobogóra kerüljön. „A sebesség, és az, hogy kell gondolkodni is benne” – ez tetszik neki legjobban a sportágban.

Amikor a példaképekről kérdezem, szinte az egész fiúcsapat egyszerre mondja ki Marcel Hirscher nevét. Az ő sízését követik, rendre a képernyők elé szegezik tekintetüket, amikor az osztrák versenyző nekivág a próbának.

Mátyás a legfiatalabb, egyben ő kezdte el leghamarabb, hiszen már két évesen ott volt a pályán, édesapja segítette az első csúszásban. Itthon korosztályában ő a legjobb, egy osztrák versenyen félelmet nem ismerve, remek sízessel kétszer állhatott fel a dobogó harmadik fokára. „Kezdetben sokat estem, még most is van rá példa, de csak így lehet tanulni” – vonja le a következtetéseket.

Szilárd négy éves volt, amikor síleceket húzott. „Beírtak egy hetes sítáborba. Mielőtt megkezdődött, könnyögtem, hogy ne kelljen



HIRDETÉS

**TAVASZI VÁSÁR**

**CONFEX JAKAB**

**ÓRIÁSI ÁRLESZÁLLÍTÁS**

Bőr és textil sport- és divatáru óriási árkedvezménnyel a Vár u. 5 sz. alatti Bemutató üzletünkben.

Április 10-től 10-18 óra között, AMÍG A KÉSZLET TART.

Várjuk szeretettel kedves vásárlóinkat.