

ERDÉLYI MAGYAR PARASPORTOLÓKKAL BESZÉLGETTÜNK INDULÁSRÓL, KITARTÁSRÓL, BUKTATÓKRÓL, HAZAI LEHETŐSÉGEIKRŐL

„Kevesebb nyafogás, több cselekvés”

Négyévente, amikor a nyári paralimpia zajlik, a parasportolók is megkapják az őket megillető figyelmet. Máskor a parabajnokságok, versenyek homályba vesznek, alig közvetítenek néhányat a sportcsatornák. Erdélyi magyar parasportolókat kérdeztünk arról, milyenek a lehetőségeik, mennyire érzik úgy, hogy háttérbe szorulnak az „ép” sportolók mellett.

» TÓTH GÖDRI IRINGÓ

Az idei, Tokióban megrendezett nyári paralimpiai játékokon először nyert sportminiszter olimpiai érmet. Novák Károly Eduárd bukaresti tárcavezető esete reményt ad a hazai parasportolóknak, hogy talán ezután nagyobb figyelem irányul a parasportokra, a sportolók edzési, versenyzési lehetőségeire.

Oláh Attila kézdívásárhelyi parakerékpáros, aki részt vett többek között a riói paralimpián is, születésétől kezdve mozgáskorlátozott: az anyaméhben az ikerestvére nyomta a bal lábát, ezért a csontképződés során nem tudott rendesen kifejlődni. Hiányzik a térdrésze, a combrésze, de lábfeje és bokája van. Kétéves kora óta hord protézist, de már gyerekként sokat sportolt – például focizott –, a kerékpározással hatévesen ismerkedett meg, egyedül tanult meg biciklizni. 2008 táján ismerte meg Novák Károly Eduárdot, aki akkor a tusnádi kerékpárcsapatot vezette, és felajánlta, hogy próbálja ki a profi kerékpársportot, illetve hogy csatlakozzon a csapathoz.

Oláh végül 2010-ben csatlakozott a csapathoz. „Én csak fél lábbal hajtom a biciklit, mert nincs elég erő a lábamban, és sokkal rövidebb is. Kezdetben nagyon nehéz volt, már 15 kilométer után vissza kellett fordulnom. De aztán napról napra egyre többet mentem, egyre jobban bírtam” – idézte fel.

Az első versenye egy 2010-es Európa-kupa volt, ahol egyből két ezüstérmet szerzett, és ez hatalmas motivációt jelentett. Azóta, az elmúlt 11 évben 101 versenyen vett részt, Európa-bajnok is volt. Már a 2012-es londoni paralimpiára kijuthatott volna egy pályázat segítségével, ám végül a projekt nem valósult meg, így a kijutása meghiúsult. Később vesekő miatt a riói seregszemlén való részvétele is veszélybe került, ám oda saját felelősségére elutazott, és bár a nagy fájdalmak miatt nem olyan eredményeket ért, amelyeket szeretett volna, elégedett, hogy megcsinálta: kijutott.

Sokáig majdnem ugyanúgy edzett, mint az „ép, egészségesek”, de idővel kapott a csapatnál saját, személyre szabott edzéstervet. A 2010-es évek közepén érkezett a tusnádi csapathoz egy francia edző, aki specifi kusan foglalkozott vele; később személyi edzője lett, ennek köszönhetően készült Rio előtt például francia edzőtáborban. Külföldi tapasztalatai azt mutatják, hogy Nyugat-Európában sokkal célzottabban, célirányosan foglalkoznak a parasportolókkal, vannak külön csapatok, edzők, illetve az állam is sokkal jobban segíti a parasportolókat. Kifejtette, hogy bár nálunk is létezik állami támogatás, nagyon szűk az a réteg, amely hozzájut. A magántámogatók kapcsán is



Nincs lehetetlen. A versenyzés megváltoztatta Oláh Attila életét

az a tapasztalata, hogy a parasportolókat sokkal kevesebben karolják fel.

Tapasztalatai szerint a szülők nagyon féltik gyerekeiket, így inkább nem küldik őket sportolni, de ez lassan kezd változni. Az általa alapított Kendu Egyesület is szervez olyan rendezvényt – Füstölő Aszfalt –, mely a fogyatékkal élő gyerekeket, személyeket célozza meg. Azt is megjegyezte, hogy bár Erdélyben létezik parasport, több városban is élnek parasportolók, de többnyire keveset lehet tudni róluk, a média is ritkán számol be eredményeikről. Pedig mint felidézte: élete első versenye sorsfordító volt, hiszen addig nem volt rövidnadrágja sem, szégyellte, hogy mozgássérült. „A verseny megváltoztatta az életemet. Látom, hogy rajtam kívül ott volt több száz mozgássérült, fogyatékkal élők, akiknek családjuk van, szép eredményeket érnek el, és nem érdekli őket, hogy ha valaki megbámulja őket, beszél nekik, sértegeti őket” – idézte fel. Hazatérése után eltelt egy kis idő, amíg feldolgozta a látottakat, de eldöntötte: nem érdekli, hogy ki mit mond vagy gondol. Oláh ma már nagy hangsúlyt fektet az egyesületi munkára, népszerűsíti a sportolást, de közben versenyez is a Giant Romania színeiben.

Az edző létfontosságú szerepe

A csíkszeredai Tamirján Róbert szintén gyerekkora óta mozgáskorlátozott; bár évekre telt, hogy az orvosok felismerjék, mi a problémája, ma már sikeres paratriatlonos. A diagnózis szerint féloldali bénulásban szenved, de C4 vagy PTS4 besorolású parasportoló, ami „csak” egy alsó végtag hiányát, sérülését, korlátozottságát jelenti.

Az edzéseket, a felkészülést ő is „ép” társakkal kezdte. Elmondása szerint bár jó volt a nemzetközi versenyeken hasonló embereket megismerni ugyanúgy, mint bármely más sportágban, itt is megvan az egészséges rivalizáció, a versenyszellem. Kiemelte, hogy Romániában nagy hiány van a parasportolókra specializálódott edzőkből. Szerinte nem kell Nyugat-Európáig menni, már akár Magyarországon vagy Szlovákiában is sok szempontból jobb a helyzet. „Teljesen másképp méri fel a sportolót, és az alapján alakítják ki az edzést, az edzéstervet, a gyakorlatokat. Specializálódott, szakosodott szakemberek foglalkoznak azzal, hogy kinek

milyen sérülése, problémája van, és hogy azzal együtt miként tudja kihozni magából a maximumot” – jelezte. Jelenleg egy kolozvári sportklub tagja, itthon ugyanúgy edz, mint a „a többiek”, és érzi: szükség lenne arra, hogy a képességeihez alkítsák a gyakorlatait.

Szeretett volna testnevelést tanulni egyetemen, és beiratkozás előtt azt a választ kapta, hogy mivel vannak világ- és Európa-bajnoki címei, nem kell felvételiznie, épp csak be kell nyújtania iratcsomóját. Mivel az iratkozás idején egy bajnokságon vett részt, papírjait nem személyesen adta le. Jelentkezését azonnal visszadobták, mivel az orvosi dokumentumon az szerepelt, hogy mozgássérült. Elmondása szerint ez a hazai

» „Nem kell mindenki sportoló legyen, csak sportoljanak, mozogjanak az emberek. (...) Én amputáltként a sport által több lettem, mint ami voltam az amputációm előtt” – szögezte le Keresztes Zsolt.

bürokrácia csapdája tulajdonképpen, ami jól tükrözi az általános hozzáállást a mozgássérültekhez. Konkrét esetek kapcsán tudja, hogy tőlünk nyugatabbra egy mozgássérült is végezhet sporttevényt, lehet testneveléstanár – tulajdonképpen ez jelentheti a lehetőséget, hogy parasportolóokra specializálódott tanárokat, edzőket neveljenek ki.

Bár Tamirján Róbert gyerekkorában csak egyfajta időtöltésként, hobbiként tekintett a sportra, ma már nem tudná elképzelni az életét nélküle; 5 világbajnoki és 8 Európa-bajnoki címe van különböző multisportversenyekről, és reméli, hogy a 2024-es párizsi paralimpián is ott lehet majd aszfalttriathlon sportágban, melyben még a világbajnoki cím is cél.

A humor gátlásoldó ereje

A bélafalvi (Kézdívásárhely melletti falu) Keresztes Zsolt, vagy ahogyan sokan ismerik, Kercsó egy daganatos megbetegedés következtében vesztette el a fél lábát, pontosabban a fél lába felét, csonttrák miatt térd felett amputálták a lábát. Hozzáállását a helyzethez jól szemlélteti, hogy általában azzal poénkodik: cápátámadás

vagy medvetámadás következtében vesztette el a fél végtagját, sőt a gyerekeknek azt mondja, hogy egy T-Rex harapta le – az utolsó T-Rex packázott vele, és utóbbi húzta rövidebbet, hiszen kihaltak a dinók. Keresztes szerint a poén, illetve a humor oldják azt a gátlást, feszélyezettséget, amivel az emberek viszonyulnak hozzá.

A fiatal parasportoló jelenleg para-tenisz, valamint gyakorlott Spartan-versenyző, mindkét sportot mankóval űzi. A kezdetet tulajdonképpen betegsége jelentette, úgy érezte, hogy ha le tudott győzni egy daganatot, akkor nincsen lehetetlen, nincs olyan, amit ne tudna megvalósítani. A Spartan-versenyeken való részvételre egy példaképe – ma már barátja, Maroš Kudlík – motiválta, mivel ő is amputálás nyomán, másfél lábbal küzd le az akadályokat. Keresztes azt is kiemelte, hogy neki – sokakkal ellentétben – lehetősége volt „felkészülni”, a fél lába amputálása előtt beleásta magát a lehetőségekbe, abba, hogy mit, hogyan fog majd tudni sportolni.

Kiemelte, hogy mivel 26 éves korában Angliában amputálták a lábát, megtapasztalt egy nálunk szokatlan hozzáállást a helyzethez: egyből biztatták, hogy menjen sportolni, lehetősége volt kipróbálni különböző sportokat. „Az első verseny után úgy éreztem, hogy hazaértem. Úgy éreztem, hogy én ezt akarom csinálni, akarom folytatni. Utána elkezdtem tudatosabban edzeni. Ma már az életem része – napi szinten – a sport” – jelentette ki a sportember. Keresztesnek egyébként van egy nagyon modern, „profif” protézise is, de félti a 73 000 eurós segédeszközt a pályákon, illetve a mankó sok esetben nagyobb mobilitást ad neki. Azt is elmesélte, hogy mivel az ő végtagját Angliában amputálták, és jelenleg Magyarországon él, a témában nincs sok romániai tapasztalata, de például tagja a Romániai Amputáltak Közösségének, ahol folyamatosan azzal szembesül, hogy nagyon sok a probléma és a hiányosság.

Szerinte nagyon fontos lenne, hogy a romániai parasport is „belendüljön”, hogy több paraatléta legyen. Meglátása szerint például Magyarországon több a lehetőség a parasportolók számára – amit az ideai paralimpián részt vevők száma is szemléltet. A profi sporton túl természetesen a hétköznapiakban is fontos lenne az amputáltak, fogyatékosok bevonása a sportba, tömegsportba, amire vannak is próbálkozások: például Mihăiță Păpară gyergyói parasnowboardos célzottan amputáltaknak, mozgássérülteknek tart oktatást. Ugyanitt említett egy brassói illetőt, aki látássérültekkel mászik hegyet – többek között két vak fiatalemberrel megmászta a Mont Blancot is.

„Nem kell mindenki sportoló legyen, csak sportoljanak, mozogjanak az emberek. Erre jó a Spartan, a snowboard, bármelyik sportág: ha okosan próbálja ki az ember, akkor könnyű beleszeretni. Ez sokat tud adni az embernek, lesz egy egészséges függősége. Én amputáltként a sport által több lettem, mint ami voltam az amputációm előtt” – szögezte le. Keresztes szerint a parasportolók, illetve a mozgássérülteként, amputáltaként sportolók példája az „egészséges” embereket is ösztönözheti, hogy felálljanak a tévé vagy a számítógép elől, és mozogjanak. „Kevesebb nyafogás, több cselekvés” – összegezte a lényeget Keresztes Zsolt.