

# A víz alatti vívás az olimpiai aranyak titka

| index.hu 2007. szeptember 5., szerda 11:24

A korábbi francia sportminiszter, Jean-Francois Lamour öt perccel kinevezése után őt hívta fel telefonon, és újra megköszönte, hogy olimpiai bajnok kardvívót faragott belőle. A vívóedző Szepesi László magas állami kitüntetésben részesült Párizsban, saját hazájában ellenben nem lehetett próféta. "A szakma lefelé húz" - ismerte el kritikusan. A magyar futball szintjére talán nem jut el a hazai kardvívás.

Emlékszem, komoly lelkiismeret-furdalásom volt, amikor végül elfogadtam a franciák ajánlatát a válogatott kardcsapat irányítására: egy csomó tehetséges fiatal tanítványt hagytam itthon a Vasasban, akik aztán abba is hagyták a vívást" - emlékezett vissza Szepesi László az 1982-es pillanatra, amikor elhagyta hazáját.



Fotó: Huszti István

"A francia szövetség akkori elnöke, utóbb a Nemzetközi Vívószövetség (FIE) elnöke később elmondta, sokat harcolt értem, mert itthonról bárki mást ki akartak küldeni, csak engem nem, ők viszont ragaszkodtak hozzám."

Kétéves szerződést kötött, amit többször meghosszabbítottak, végül több mint tizenegy évet töltött az országban. Nem érkezett konkrét tervekkel, furcsa önbizalom és magabiztosság lengte körül - ő utólag szakmai tudásnak mondaná -, ami sokat segített elképzeléseinek megvalósításában.

Nem sejtette, amennyiben nem lesz sikeres, a franciák talán meg is szüntetik az egész kard szakágat. A francia kardvívás ugyanis, akkor már több mint két évtizede eredménytelen volt, és a szövetség Szepesivel az utolsó kísérletet tette arra, hogy a kardvívást - a többi fegyvernemhez hasonlóan - nemzetközi színvonalra emelje. Még olyan szövetségi állásfoglalás is volt, hogy

hagyják a fenébe az egészet, és inkább a szűrőfegyverekre koncentrálnak, mivel a "francia mentalitás nem illik a kardvíváshoz".

Szepesivel aztán tíz éven át tartó példátlan sikersorozat kezdődött - nyolc olimpiai és világbajnoki érmet szereztek -, Jean-Francis Lamour három olimpián öt érmet, ebből két aranyat.

"Már huszonhét éves volt, amikor először találkoztam vele, nem tett rám jó benyomást, szakállas volt, technikailag sem tartozott a legképzettebbek közé. Kézműtétje után volt éppen, és határozott szándéka volt, hogy abbahagyja a vívást. A motivációja, akarata ellenben legendás volt."



## **Francia pillanatok**

### **1984 - Los Angeles, olimpia**

"Először hallottam a francia himnuszt, és annál nagyobb boldogság nem is tölthetett volna el, hogy ez az olimpián történt. Egyáltalán nem számítottunk ilyen sikerre, Lamour törött lábbal nyerte az olimpiát, három helyen repedt el a sípcsontja, és a franciák jól kihasználták, hogy a keleti blokk otthon maradt. Csapatban az olaszokkal vívtuk a döntőt, veszítettünk."

### **1997 - Lausanne, világbajnokság**

Lamour talán élete legtokéletesebb vívását mutatta be, világbajnok lett, eközben négy világbajnokot győzött le, köztük a magyar Nébal Györgyöt is. A csapat bronzérmes lett.

### **1988 - Szöul, olimpia**

"Az olimpiáig egyszer sem tudtuk legyőzni a bolgárokat, nagyszerű csapatuk volt, ezekben az években legtöbbször ők vívták a döntőket az oroszokkal. Végül a legutolsó pillanatban a véletlen sietett a segítségemre. Egyik tanítványom, Delrieu mérkőzése adta az ötletet, amivel később simán vertük az olimpián a bolgár csapatot. Az elődöntőben azonban egy tussal kikapunk a szovjetektől. Végül aztán ők is ugyanígy veszítettek a magyarok ellen, így a magyar kardcsapat olimpiai bajnok lett, ami az én örömemet is teljessé tette. Az egyéni versenyen két tanítványom jutott döntőbe, Lamour imponáló vívással aranyérmet szerzett, Delrieu negyedik lett. Lamourt az sem feszélyezte, hogy a francia olimpiai csapatnak akkor már több mint egy hete nem sikerült aranyérmet nyernie. Már elmúlt éjfél, amikor odajött hozzám a francia sportminiszter és azt mondta, ő nem várja ki az izgalmakat, lefekszik, annyira biztos a sikerben. Nem csalódott másnap, amikor felkelt, Lamour olimpiai címet védett."

### **1992 - Barcelona, olimpia**

"Lamour már nem volt fiatal, 36 éves múlt. A döntőbejutásért kikapott az olasz Marintól, pedig ha sikerül győznie, akkor a későbbi győztes Szabó Bencének sokkal keményebb ellenfele lett volna,

még azt is megkockáztatom, hogy talán le is tudta volna győzni. De így is nagyon szépen teljesített. Amikor a bronzmeccset megnyerte, úgy ünnepelték, mintha ő lett volna az olimpiai bajnok. Csapatban is nyert egy bronzot, így az egész francia olimpiai csapatból (akinek ő volt a zászlóvivője), egyedül ő jött haza két olimpiai éremmel. Egyik érmét én őrzöm a szekrényemben, ragaszkodott hozzá, hogy nekem adja."

Szepesi franciaországi edzősködése előtt több mint tíz éven át dolgozott a magyar vívás nagy öregje, Bay Béla mellett, a TF vívómester-képzésében, mint tanársegéd. Talán ennek is köszönhetően, türelmes volt, nem akarta azonnal és mindenáron átalakítani francia tanítványai vívását. Viszont újításával, a taktikai feladatmegoldások víz alatti tanításával, új tanítványai jelentős és feltűnő sikereket értek el. (A mester franciaországi tapasztalatairól, a víz alatti vívásról, a vívók edzés- és versenyterheléséről írta doktori disszertációját.)



"A víz alatti gyakorlatokat kezdetben a technikai végrehajtás precizitása érdekében végeztük: a víz lassító közege a mozdulatok pontosságát segítette. Ugyanakkor a taktikai feladatok megoldásában, tanulásában a háromméteres mélység feltűnően hasznos segítséget adott az egyéni iskolában az edzés-versenyeken már tanult feladatok memorizálásában. Összetett, bonyolult koordinációs mozdulatsorról volt szó - ezek időzítésén múlt sokszor a siker -, a víz alatti gyakorlás nagymértékben elősegítette. Különösen fontos volt a levegő nélküli lemerülés: csak ez tette lehetővé a lenn maradást. A levegő nélkül, a három méteres mélységben végzett munka a mozdulatok precíz végrehajtásán túl, a taktikai mozdulatsorok beidegzését és azok időzítését jelentősen elősegítette, amit a versenyek egyértelműen visszaigazoltak. A három méter mély víz alatti gyakorlás nagy előnye volt, hogy a legkisebb technikai hiba a víz alatt megsokszorozódott: a vívó képtelen volt a medence mélyén maradni - feldobódott a víz felszínére."

Szepesi módszere azonban a lelki felkészítésben, a koncentráció erősítésében is nagy szerepet játszott.

"Vívásban a találatok nem egyforma jelentőségűek. Egy öttalalatos mérkőzésben, az, aki az első találatot adja, 70 százalékban megnyeri a mérkőzést; aki először éri el a harmadikat, annak győzelmi esélye már kilencven százalék. A későbbi vesztesek ilyenkor gyorsan, előkészítés nélkül egyenlítetni akarnak, görcsössé válnak. Kudarcuk igazi oka itt található. A nagy bajnokok ösztönösen lassítanak ilyenkor: időt lopnak. Ezzel pedig nemcsak időt, hanem szó szerint életet, mérkőzést nyernek. Ezeket a téthelyzeteket is külön-külön gyakoroltuk a víz alatt."



Az elméleti és gyakorlati munkáról rendszeres előadásokat és továbbképzéseket tart Franciaországban, Kanadában és Kínában. Winnipegből nemrégiben tért haza. Az 1994 óta újra Budapesten élő edző itthon áprilisban tartott Tatán előadást az Európai Vívószövetség (EFC) felkérésére. Ekkor is inkább külföldi edzők és szakemberek előtt beszélt.

"Csak egy vagyok a sok közül, aki nem tud próféta lenni a saját hazájában" - nyugtázta, egyben elismerte, korábban bántotta a mellőzés, az, hogy nem vették igénybe tudását, tapasztalatait a magyar vívás érdekében. Ugyanakkor nagy lelkesedéssel és szeretettel beszél TF-n folyó munkájáról, a TF-n működő Kárpáti Rudolf Vívóklubról, ahol fiatal, utánpótláskorú versenyzői magyar bajnokságokat nyernek.

Úgy látja, a sportágnak húsz éve meg kellett volna lépnie azt, amit végül pár éve megtett, a fegyvernemi bizottságok alakítását. A kardnak 2005-ben ő volt a vezetője, de mivel semmilyen beleszólása nem volt a szakmai munkába, inkább felhagyott vele.

"A szakma lefelé húz" - állapította meg kritikusan, és részben ezzel indokolja, hogy a kardcsapat nehéz helyzetbe került, még az olimpiai részvétele is veszélybe kerülhet, ami nagy szégyen lenne az értékrendjében.

### **A véres kitüntetés története**

1995-ben Franciaországban végzett munkája elismeréséül Szepesi a Francia Nemzeti Érdemrend Lovagkeresztjét kapta Jacques Chirac francia államfőtől. Az időközben politikai pályára lépett, és elnöki tanácsadóvá avanzsáló Lamour adta át neki a kitüntetést.

"Valószínűleg ez volt az első kitüntetés, amit átadott. Amikor a mellemre tűzte, meghatottságában egyenesen átszúrta a zakómat, ingemet. Később láttam, a szívem fölött piros lett az ingem a kiserkenő vértől. Feleségem meg is jegyezte, szép lett volna, ha a tanítványom a kitüntetéssel szúr le. Persze ez semmiség volt ahhoz képest, amikor barcelonai olimpia előtt pár héttel, ténylegesen is átszúrt egyik tanítványom iskolázás közben. A nyakamba fúródott az eltört penge. Végül ezt is, és a kitüntetést is szerencsésen megúsztam".

Lamour 2002-től volt idén májusig sportminiszter, 2004 óta az ifjúság ügyei is hozzá tartoztak. A választások óta Párizs egyik kerületének nemzetgyűlési képviselője.