

Sikeres évindító futóversenyen jártak a postások

A DPSE színeiben 20 résztvevő sorakozott a *Baranyai* megyeszékhelyen a startpisztoly eldördülésére várva a Pécs – Harkány 26 kilométeres verseny napján.

Pécsett előző este egy csapatösszetartó találkozót tartottak, ahol a közös cél jelentette a legfőbb kapcsot, természetesen a „postáság” mellett. Ekkor vehették át a rajtszámokat is a résztvevők. A felkészülés igazi jó hangulatban zajlott, közös vacsorával zárult a kondíció szinten tartása érdekében.

Az idei futóversenyt 39. alkalommal rendezték meg. A versenyen egyéni versenyzők és csapatok is rajthoz állnak.

2023-ban a Verseny utcai rajtnál a DPSE színeiben Győr, Pécs, Baja, Szekszárd, Budapest, Nagykanizsa és Szombathely képviseltette magát. A váltóversenyen 5 csapat vett részt, míg egyéni nevezéssel 7 fő indult.

A vacsorán volt szerencsém bekukkantani a kulisszák mögé, és az egyik résztvevőt, Erikát kérdeztem, hogy hogyan is zajlik a felkészülés és a verseny:

- *Hogy kell felkészülni egy ilyen megmérettetésre?*
- Idén nagyon keveset futottam egyedül, csak a saját edzésprogramomon belül, de társakkal hetente edzem 5 alkalommal.
- *Milyen edzéseid vannak?*
- Széles az érdeklődési köröm, crossfit, evezés, jóga, latin tánc óráim vannak.
- *Mit eszik egy versenyző?*
- Alkatilag szerencsés vagyok, de azért odafigyelek, hogy egészségesen táplálkozzam.
- *A verseny jellemzően februárban vagy márciusban van. Az időjárási körülményekre fel lehet készülni?*
- Nyilván befolyásoló tényező, mínuszban nem futunk, marad a teremben edzés. Futás közben még sosem fáztam☺
- *Hogy áll össze egy váltó csapat?*
- Mivel már többször futottunk, így keressük egymást. De új versenyzőket is szívesen látunk, segítünk csapatot alakítani.
- *Milyen együttműködés szükséges a csapattagok között? pl. egymás képességeinek ismerete, bizalom stb.*
- Ismerjük egymást, tudjuk, hogy kinek mi az erőssége. Ez alapján is osztjuk fel egymás közt a távokat.
- *Mi motivál egyénileg és mi motiválja a csapatot?*
- A cél, az Egyesület jó hírnevének öregbítése, és hogy együtt a legjobb időt tudjuk teljesíteni. Nem rivalizálunk, egészséges verseny legyen közöttünk, megnézzük mások idejét is, természetesen. A tömeg sokat segít: ha más is meg tudja csinálni, nekünk is meg kell tudni.
- *Milyen érzések dolgoznak benned a célba érést követően?*
- Öröm, megkönnyebbülés, „megcsináltam érzés” és sérülés mentességének az öröme.
- *Mivel, hogyan, mennyi idő alatt lehet regenerálódni a verseny után?*
- A célba érést követően a versenyzőket a harkányi fürdő várja. A gyógyvíz sokat segít, és a szauna is kiváló futás után, igazi rekreáció.

A verseny sikeresen lezajlott, valamennyi résztvevőnek gratulálunk a teljesítményért, kitartásért. Gulyás Krisztinát név szerint is megemlítem, hiszen míg tavaly 2. helyet ért el kategóriájában, addig idén ezt is felülmúlta és kategóriájában győzedelmeskedett, sőt hölgyek között a 9. helyen ért be. Dobogóra állhattak a céges váltóversenyben a Győri Postások is (Gulyás Krisztina, Bene Attila, Rumi Tamás) ők lettek a másodikok. Hatodik helyen pedig a bajai csapat (Folcz Albert, Bálint György) végzet a szombathelyi Horváth Attilával kiegészülve.

Meitert Éva