

REZULTATELE VALOROASE OBTINUTE SE CER CONFIRMATE ÎN BAZIN DE DIMENSIUNI OLIMPICE!

La competiția de inot dotată cu „Cupa de iarnă”, desfășurată timp de trei zile la Sibiu, au fost stabilite un număr impresionant de recorduri pentru bazin de 25 metri — 54 —, un ade-vărat... record pentru un concurs republican. Cele mai multe modificări ale tabelului s-au produs la juniori și la categoria 14 ani (cite 15), ceea ce reprezintă, fără îndoială, motive de optimism, desi nu putem trece peste numărul destul de redus al inotătorilor din „rezerva imediată”. Din suita performanțelor, se desprind în mod deosebit cele realizate în probele de 400 și 200 m liber băieți, 100 m liber și 400 m mixt feminin, cu relevanță pe plan internațional, precum și rezultatele probelor feminine de fluture.

lingă acel excelent 56,71 la „sută” liber (probă în care și Laura Sachelarie a inotat 57,05, sub vechiul record detinut de



Multiplul recordman Robert Pinter
Foto: I. BĂNICA

Dintre fete, Tamara Costache a reușit un frumos buchet de recorduri, dătător de noi și îndreptățite speranțe. Pe

Carmen Bunaciu), timpul deosebit de la bras, pe aceeași distanță, 1:14,49, ne determină

(Continuare în pag. 2-3)

„Cupa 30 Decembrie” la atletism

DANIEL CIOBANU — PRIMUL JUNIOR ROMÂN LA 16 m, LA TRIPLU, ÎN SALĂ

La finele săptămânii trecute a avut loc în București concursul de atletism dotat cu



DANIEL CIOBANU

„Cupa 30 Decembrie”, rezervat juniorilor I și copiilor de ambele categorii. Onorându-și

promisiunea făcută simbăta precedentă, talentatul Daniel Ciobanu (n. 1965) a îmbunătățit substanțial recordul de juniori mari la triplu salt, care îi aparține (15,87 m — martie 1984), devenind totodată primul junior român care depășește granița celor 16 m. pe teren acoperit: 16,01 m. O frumoasă reușită, care încununează pregătirea asiduă a acestui tânăr atlet (70 de tone de haltere ridicate numai în luna noiembrie!), antrenat voluntar, la clubul Dinamo, de către prof. Alexei Techirdallian, cel care l-a descoperit în urmă cu trei ani, la C.S.S. 8 (fost 5). De remarcant analogia calităților fizice ale lui Ciobanu

(Continuare în pag. 2-3)

Adunările și conferințele de dare de seamă și alegeri sub semnul unei noi calități în activitatea viitoare

REUȘITELE AU ARĂTAT CĂ SE POT FACE LUCRURI ȘI MAI BUNE!

Insemnări la asociația sportivă școlară „Tineretul Nou” din Sebeș

Școala generală nr. 3 din Sebeș este una din marile unități de învățământ din această localitate, unde se pregătesc peste 700 de băieți și fete. Și aici sportul se află la ei acasă, școlarii participând, în marea lor majoritate, nu numai la orele de sport, ci și la celelalte activități de educație fizică organizate de asociația sportivă „Tineretul Nou”. Succesele dobindite în activitatea cu micii sportivi, precum și lipsurile manifestate în ultimul timp, au fost scoase în evidență cu ocazia adunării generale pentru darea de seamă și alegerea consiliului asociației sportive, adunare care a avut loc zilele trecute.

Din dezbaterile pe marginea dării de seamă a reieșit că, ținându-se cont de condițiile existente (o sală de sport, terenuri de jocuri — handbal, volei, fotbal), în această școală s-a pus accentul pe cuprinderea unui număr mereu mai mare de elevi în activitatea sportivă, iar în cadrul sportu-

lui de performanță pe depistarea elementelor talentate și îndrumarea lor spre Clubul sportiv școlar din localitate. Asociația s-a preocupat permanent de organizarea activității sportive începând cu deschiderea anului sportiv școlar, pe baza unui calendar propriu. Astfel de competiții au fost „Crosul de toamnă”, „Crosul Pionierului”, „Crosul tineretului” — la care au participat sute de elevi și eleve. O atenție deosebită s-a acordat atletismului, organizându-se multe concursuri de alergări, aruncări și sărituri. De multă popularitate se bucură campionatele de handbal și fotbal, care s-au desfășurat tur-retur, cu meciuri pe clase și turneu pe școală. Paleta activității sportive mai cuprinde campionatul de șah (s-au evidențiat Lorena Dăscălescu, Simona Bena, Dona Purlea, Liliana Luciu, Silviu Opincariu, Mircea Teodorescu), cel de tenis de masă (Silviu Coșeriu, Cristian Frățilă), de patinaj viteză (A-



Sportul

ZIAR AL CONSILIULUI NAȚIONAL PENTRU EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

ANUL XL — Nr. 10 895

4 PAGINI — 50 BANI

Marți 25 decembrie 1984

Tradiționala anchetă a Asociației Presei Sportive

CEI MAI BUNI SPORTIVI ROMÂNI AI ANULUI 1984

Pe primul loc: Maricica Puică, Ivan Patzaichin și echipa feminină de gimnastică a României

La tradiționala anchetă organizată de Asociația Presei Sportive de pe lângă Consiliul Ziariștilor pentru desemnarea celor mai buni sportivi români ai anului 1984 au participat 52 de redactori sportivi de la ziare și reviste, de la radio și televiziune, precum și de la Agerpres. În baza voturilor lor, clasamentele celor mai buni sportivi români ai anului 1984 arată astfel:

FETE

| | | |
|--------------------------------------|--------------|-------|
| 1. MARICICA PUICĂ | — atletism | 472 p |
| 2. Ecaterina Szabo | — gimnastică | 457 p |
| 3. Doina Melinte | — atletism | 381 p |
| 4. Simona Păuca | — gimnastică | 362 p |
| 5. Anișoara Stanciu | — atletism | 330 p |
| 6. Valeria Răcilă | — canotaj | 298 p |
| 7. Rodica Arba — Elena Horvat-Florea | — canotaj | 110 p |
| 8. Vali Ionescu | — atletism | 85 p |
| 9. Laura Cutina | — gimnastică | 55 p |
| 10. Mihaela Loghin | — atletism | 42 p |

BĂIEȚI

| | | |
|-----------------------------|------------------|-------|
| 1. IVAN PATZAICHIN | — canoe | 445 p |
| 2. Nicu Vlad | — haltere | 396 p |
| 3. Ion Draica | — lupte gr. rom. | 394 p |
| 4. Vasile Andrei | — lupte gr. rom. | 273 p |
| 5. Toma Simionov | — canoe | 269 p |
| 6. Petre Becheru | — haltere | 254 p |
| 7. Valer Toma — Petru Iosub | — canotaj | 171 p |
| 8. Vasile Stingă | — handbal | 130 p |
| 9. Corneliu Ion | — tir | 99 p |
| 10. Silviu Lung | — fotbal | 90 p |

ECHIPE

| | |
|--|-------|
| 1. ECHIPA FEMININĂ DE GIMNASTICĂ A ROMÂNIEI | 493 p |
| 2. Echipa de fotbal Dinamo București | 273 p |
| 3. Echipa de fotbal Universitatea Craiova | 225 p |
| 4. Echipa feminină de popice Voința București | 177 p |
| 5. Echipa masculină de handbal a României | 174 p |
| 6. Echipa feminină de șah a României | 158 p |
| 7. Echipa feminină de handbal Chimistul Rm. Vilcea | 148 p |
| 8. Echipa masculină de handbal Minaur Baia Mare | 144 p |
| 9. Echipa masculină de handbal Steaua | 74 p |
| 10. Echipajul de K 4-500 m (f) al României | 72 p |

Sigur, în această ierarhie finală a anului 1984 figurează mult mai mulți sportivi. La fete, de pildă, clasamentul cuprinde 28 de sportive, multe dintre ele laureate olimpice, iar la băieți 37 de candidați. Surprinzător este faptul că, la această anchetă comentatorii sportivi au înscris pe buletinele de vot numele a 35 de echipe și echipaje, în cazul echipelor relevându-se din nou influența pe care o au nu numai performanțele, ci și frumusețea, spectaculozitatea și atractivitatea jocurilor sportive.

Din ierarhiile de anul trecut, puțini dintre sportivi și-au păstrat pozițiile în partea superioară a clasamentelor. Trei fete (Ecaterina Szabo, Anișoara Stanciu și cuplul Rodica Arba — Elena Horvat-Florea) și trei băieți (Ivan Patzaichin, Toma Simionov și Silviu Lung) au rezistat de-a lungul unui an, aflându-se și în „topul” actual. Înnoirea este firească, desigur, lupta pentru mari performanțe fiind deosebit de acerbă, iar rezultatele de mare valoare din ce în ce mai greu de repetat. Și

apoi, să recunoaștem cu bucurie, numărul „tricolorilor” apti să dobândească sufragiile este din ce în ce mai mare. Urâm laureaților anului 1984, ca și tuturor celorlalți sportivi români care luptă pentru triumful tricolorului în arena sportivă mondială mult succes în Noul An, sănătate și deplină satisfacție!

(În pag. 2-3, un comentariu pe marginea clasamentelor celor mai buni sportivi români ai anului 1984).



laltă în acțiune pe doi dintre cei mai buni reprezentanți ai „noului val”: K. Antal (în prim plan, controlind pucul) și M. Gliga (în planul secund), ambii de la Steaua (echipament de culoare deschisă). Fază din meciul Steaua — Progresul M. Ciuc
Foto: B. IORGU

AL DOILEA TURNEU, CEVA MAI BUN DECIT PRIMUL

Runda următoare a campionatului de hochei: 7-12 Ianuarie 1985, la Miercurea Ciuc

S-a mai consumat un act din cele 6 ale actualii ediții a campionatului primei serii valorice a Diviziei „A” la hochei și prea mari schimbări în ierarhie, față de situația existentă după primul tur, nu s-au înregistrat. Doar treptele a doua și a treia din clasament și-au schimbat ocupanții, dinamoviștii bucureșteni trecând acum pe poziția a doua, în timp ce formația din Miercurea Ciuc se află pe locul III. În rest, nimic nou... Dacă cifric, adică privite

prin prisma rezultatelor și ale clasamentului, lucrurile nu par mult schimbate, în comportarea generală a fiecăreia din cele 6 formații participante la această competiție am remarcat, totuși, cite ceva deosebit. De pildă, lidera clasamentului, STEAUA (antrenori: I. Gheorghiu și A. Crișan), a arătat — ca și în partidele precedente — aceeași omogenitate valorică (plăcută evoluția liniei a 3-a, alcătuită în exclusivitate din tinere speranțe: Gliga, K. Antal, Sofron), precum și a

ceeași valoare tehnică, ceea ce-i permite să execute pe gheață combinații rapide și eficiente. Dar, am văzut și unele semne de scădere fizică, mai evidente în jocurile importante — cu Dinamo și S.C. Miercurea Ciuc — fapt pe care în sezoanele trecute nu-l prea treceam în contul acestei echipe, bine pregătită pe toate planurile. S-ar putea ca din-

Călin ANTONESCU

(Continuare în pag. 2-3)

orilor mari
L. Gabriela
J 880 p. 2.
A. Oradea
gnat (Stea-
1. Simona
p. 2. Ca-
no) 372 p.
(Letea Ba-
pușcă: 1.
Oradea) 365
nirea Foc-
t. Buiuciu
p: pistol:
ua) 568 p.
Bacău) 560
mo) 560 p.

16 m

ola 5,23 m;
lea (C.S.S.
30 m; A.
50 mg; M.
); înălțime:
ne: B. Ton
reutate: A.
1. Copil II:
S.S. 4) 7,4;
m: Copile
u (Metalul)
ia Medesan
lungime:
le II: 30 m;
7) 7,8 Cris-
ul) 7,8.

VILARA
tate a avut
ea de zonă
an de sală.
II. În mai
tită, fost
aer liber,
roman) ob-
național de
n la arunc-
e rezultate
II: 20 m;
ahlaul P.
me B II:
ul) 5 m
ore

BUNE

școlar să
și eleva.
nera ele-
iu, cam-
de a se
sah în
n conside-
șitul anu-
copii vor
lui frumos
găti reali-
sportivă
nămintă
care
oină
esterea
al acestei
Să-i nu-
educație
u - pre-
Laurențiu
)- pre-
noll (cla-
eta

IAI BUN DECIT PRIMUL

ai ales pe
ctice a li-
un progres
iat, consti-
ortant pe
ei acestel
etrec lu-
ERCUREA
Csaka și
ezarea li-
mul mul-
ul echipei.
de soc"
B. Nagy).
ineri foar-
tienti (I.
eter) și o
e „Intreți-
inzător -
tivă și e-
Todor.
ste condi-
este multă
a Ciuc va
ai multe
echipe ale
L. GHEOR-
I. Keme-
acest se-

zon saltul cel mai consistent. Prezența celor doi foști dinamoviști (Töke și Korpos), forma foarte bună a tinerului portar Kiraly și mai buna pregătire a echipei au fost elementele care au făcut din Viitorul Gheorgheni un adversar dificil pentru fruntașii superiori celorlalte două echipe. Dintre acestea, Dunărea Galați (antrenor Sorin Ciobotaru) prezintă o oarecare scădere față de anul trecut, explicată de antrenor prin faptul că mulți dintre tinerii săi jucători își termină studiile medii și sint insistent „curtați” de alte cluburi, ceea ce face ca disciplina în joc și la antrenamente să intre în suferință. În ciuda acestor cauze obiective este, totuși, evident că echipa poate mai mult. Când s-a mobilizat, a evoluat ca în meciul cu Dinamo, fiind la un pas de a termina la egalitate cu un adversar teoretic net superior. În schimb, în meciul foarte important - cu Pro-

Nu pierdeți prilejul de a vă număra printre primii mari câștigători ai noului an, jucând la această tragere tradițională, la care puteți obține:

- Autoturisme „Dacia 1300”
- Câștiguri în bani de valori fixe și variabile
- Excursii în R. S. Cehoslovacă

Biletele de 25 lei varianta au drept de participare la toate cele 12 extrageri, cu un total de 120 numere.

Un cadou plăcut - un bilet la tradiționala tragere extraordinară Loto a Revelionului!

ULTIMA ZI de procurare a biletelor este luni 31 decembrie.

Fotbal

Laureații anului fotbalistic 1984

Ștefănescu: „NOI, TRICOLORII, SĂ FACEM TOTUL PENTRU CALIFICAREA LA C.M. DIN MEXIC!”

— Iați-te, așadar, Costică Ștefănescu, din nou printre laureații unui an fotbalistic. Pentru a cincea oară consecutiv! Ce sentimente l-au încercat pe decanul de vîrstă al Universității Craiova și al echipei naționale alînd rezultatele anchetei ziarului nostru?

— Firește, de satisfacție. A fi pe podium la 34 de ani înseamnă ceva. Regret însă faptul, v-o mărturisesc sincer, că în toți acești ultimi ani n-am atins niciodată treapta cea mai înaltă. Un regret cu atât mai mare cu cît, nu o dată, lertată fie-mi lipsa de modestie, m-a încercat un sentiment de frustrare. Dar astea-s anchetele. În ultimă analiză, mai toate își au farmecul lor, constînd și din coeficientul de relativitate...

— Ce zici de Silviu Lung?

— Își merită locul?

— Mă bucur foarte mult pentru el. Datorită unei asemenea opțiuni, absolut meritată, Universitatea Craiova și naționala vor avea în '85 - ce an greu ne așteaptă! - un ultim apărător cu un moral pe deplin refăcut.

— Dar de Hagi, celălalt fotbalist de pe podium?

— A avut un sezon bun, a marcat multe goluri. Sper ca acest succes să-l ambiționeze în continuare, în scopul de a obține o mai mare constanță în comportament. În absența lui Balaci, echipa noastră națională are nevoie de un coordonator de „talie” lui...

— Spuneai ceva, la modul general, despre anul ce vine. Cum vezi primăvara pentru Universitatea Craiova?

— Ieșind din Cupa U.E.F.A., echipa noastră își va putea îndrepta întreaga atenție asupra competițiilor interne, campionatului. Desigur, oricît de mult am dori să fie altfel, ne dăm seama că în lupta pentru titlu nu mai putem interveni cu șanse de reușită. Nu încapem îndoială, locul 1 și-l vor dis-

puta Steaua și Dinamo. Locul 3 însă ne stă la îndemînă, chiar dacă Sportul studentesc îmi apare mai forte decît în campionatul trecut.

— În plus, ne vom pregăti de o asemenea manieră, încît Universitatea Craiova să fie una dintre finalistele Cupei României.

— Vom face tot ceea ce ne stă în putință pentru a juca din nou, la toamnă, în cupele europene; în scopul de a continua o frumoasă tradiție și, mai ales, în dorința de a construi „din mers” o nouă echipă, la fel de puternică ca aceea care, nu prea demult, a părăsit neînvinșat turul V al Cupei U.E.F.A. Jucînd ani în șir într-o competiție europeană, unde - spre deosebire de întrecerea autohtonă - întîlnesti valori autentice, jucători ca Bicu, Mănăilă, Matei vor obține încrederea în realele lor posibilități, vor deveni, la rîndul lor, fotbaliști valoroși, necesari și echipei naționale.

— O spun din proprie experiență?

— Da, este drumul pe care atît eu, cît și o parte dintre coechipierii, Lung, Negriță, Ungureanu, Țicleanu, Beldeanu, Balaci, Geolgiau, Cămătaru l-au parcurs înainte de a se titulariza în echipa reprezentativă. Mă refer la examenele dificile, adevărate pietre de încercare, susținute cu Leeds United, Internazionale Milano, Fortuna Düsseldorf, Borussia Mönchengladbach, Bayern München, Benfica Lisabona ș.a.

— Să înțelegem că ambiția Universității Craiova de a redevini cît mai repede ceea ce a fost ea nu demult, va fi de folos și echipei naționale?

— Absolut. Toți tricolorii, mai vechi sau mai noi, trebuie să redevină aceiași jucători modesti, muncitori, puși pe fapte mari. Așa cum am fost cu toții înainte de calificarea naționalei la turneul final al campionatului european. În calitatea mea de căpitan



de echipă, voi face tot ceea ce depinde de mine pentru ca prima reprezentativă a țării să-și recapete încrederea în propriile posibilități, să iasă învingătoare și din campania pentru calificarea la C.M. din Mexic...

— Exemplul decanului de vîrstă, al unui căpitan la... 34 de ani, va fi, credem, molipsitor. Cît timp însă de aci înainte? Cît sperî să mai rămîi în arenă? Noi am vrea cît mai mult cu putință...

— Dacă sănătatea îmi va permite, dacă voi fi ocultat de accidentări, sper să mai joc încă vreo două sezoane. În caz contrar, nu voi forța lucrurile. Retragerea mea, vă asigur, va fi una cu fruntea sus.

Gheorghe NICOLAESCU

ȘTIRI ● ȘTIRI

● „CUPA 30 DECEMBRIE”. Săptămîna aceasta se desfășoară de Brașov un atractiv turneu de minifotbal dotat cu „Cupa 30 Decembrie”. Intrecerea este organizată de Comisia județeană de fotbal și la ea vor participa următoarele echipe de copii și juniori: F.C.M. Brașov (cu trei formații), Tractorul, I.C.I.M., Metrom, C.S.S. Steagul roșu și Precizia Săcele. (C. Grula - coresp.)

● LA PIATRA NEAMȚ s-a încheiat duminică tradiționalul turneu de minifotbal dotat cu „Cupa 30 Decembrie” - ediția a X-a - la care s-au întrecut nu mai puțin de 24 de echipe de copii din mai multe județe. Trofeul a revenit formațiilor C.S.S. Olimpia P. Neamț (în finală 3-1 cu C.S.S. Bacău) - la grupa mică (10-12 ani) și C.S.S. Bacău (în finală 4-1 cu C.S.S. Olimpia P. Neamț) - la grupa mare (13-14 ani). Golgeteri au fost P. Costin (C.S.S. Birlad) și C. Grigore (Oțelul Galați) cu câte 7 goluri - la grupa mică și F. Grigore (Oțelul Galați) cu 11 goluri - la grupa mare.

„CUPA DE IARNĂ” LA ÎNOT

(Urmare din pag. 1)

să ne gândim la eleva lui Mihail Gothe ca la o posibilă concurență de reală competitivitate internațională și la mixt, știind că izbuște sub 1:06 la fluture. Rămîne doar procedeul spate... Cu ambiții mari a concurat harnica băimăreancă Maricea Culica, cîștigătoare la 200 m fluture într-o companie puternică. În timp ce la „sută” s-a impus brăileanca Laura Scheiarie, ambele cu rezultate notabile. Neașteptată poate, dar remarcabilă la rîndu-i a fost performanța de la 400 mixt reușită de Noemi Lung (C.S.M.S. Baja Mare), aצל 4:51,67 demonstrînd că ea are încă frumoase resurse. Într-o notă bună au mai concurat Iulia Mateescu, Carmen Bunaciu, Gabriela Baka, Teodora Hauptrecht a manifestat (și ea) redeştepate ambiții, pe care le dorim și pentru Andreea Hideșkuli, Eniko Palencsar, sau Laura Ghilic. La băieți, liderul se numește Robert Pinter. Băimăreanul.

ANUNȚ

Pe timpul vacanțelor școlare, Patinoarul „23 August” este deschis publicului, zilnic, de la ora 10-12, iar simbăta și duminica și după-amiaza de la ora 16-18.

La încheierea turului campionatului

UNELE INDICAȚII METODICO-BIOLOGICE PRIVIND REFACEREA ȘI RECUPERAREA JUCĂTORILOR DIVIZIONARI

Începută oarecum tardiv în acest an activitatea competițională din actualul tur s-a caracterizat prin dispute echilibrate, uneori acerbe, care au solicitat din plin sistemul nervos și neuromuscular al jucătorilor și chiar al antrenorilor, printr-un mare consum de energie psihofizică. Numeroasele accidentări terenurile îngreunate de ploale sau înzăpezite au mărit gradul de dificultate al jocului, solicitarea fizică și psihică a jucătorilor. Insuși faptul creșterii numărului de cartonașe galbene și roșii în acest final probează la unii jucători epuizarea resurselor fizice și, mai ales, nervoase. Insuficienta refacere a organismului de la o etapă la alta. Efortul fizic și nervos acumulat în timp de unii jucători a făcut ca unele echipe mai solicitate să se resimtă în meciurile decisive interne sau internaționale.

La capătul unui sezon fotbalistic intens, apreciem că refacerea potențialului nervos și fizic al jucătorilor devine o necesitate de prim ordin, din punct de vedere metodice și biologic.

Majoritatea echipelor divizionare au intrat în vacanță diferentiat (seag de calendar) între 13 și 19 decembrie 1984.

Față de considerentele de mai sus recomandăm următoarea schemă de refacere și recuperare:

— pînă la 3 ianuarie 1985 jucătorii se vor afla în repaus sportiv: în această perioadă considerăm că accentul trebuie pus în primul rînd pe refacerea neuro-psihică: deconectarea și relaxarea nervoasă care trebuie efectuate în mijlocul familiei.

În această perioadă de deconectare, de rupere din mediul specific, se recomandă a se evita creșterea în greutate prin excese alimentare: se vor face zilnic alergări de 40-50 minute pentru menținerea condiției fizice și bineînțeles gimnastică igienică de întreținere.

Jucătorii care au suferit traumatisme sau alte îmbolnăviri vor merge în acest interval în diferite stațiuni ca: Băile Felix, Herculane, Borsec, Călimănești, Tușnad etc efectuînd în același timp în mod corespunzător atît cura de refacere, cît și cea de recuperare. După această cură se recomandă un interval de circa 7-10 zile în care nu se vor face antrenamente specifice ci numai menținerea unui anumit potențial fizic și nervos prin mijloacele descrise mai sus. Atragem atenția că în perioada de pregătire fizică generală nu se poate efectua și recuperarea traumatismelor.

Între 8-9 ianuarie 1985 este indicat un control medical amănunțit (la Centrul de medicină sportivă pentru loturi) pentru testarea complexă a stării de sănătate, a dezvoltării fizice, a stării funcționale și a capacității de efort

Cu acest bilanț individual se poate întocmi planul de pregătire al clubului 1985.

Considerăm că, în prima parte a pregătirilor, accentul principal trebuie să cadă pe pregătirea fizică generală, pe creșterea capacității de efort, calității cu care jucătorul de fotbal trebuie să înfrunte rigourile competiționale ale returului, de asemenea la fel de încercat în 1985.

Este cunoscut că fotbalul se exprimă prin eforturi mixte, anaerobe (capacitățile de efort intens, scurt în viteză) și aerobe (capacitatea de a realiza un consum crescut de oxigen, rezistența la efort).

S-a demonstrat științific că cele mai bune și rapide rezultate în creșterea capacității de efort și în pregătirea fizică generală se obțin la altitudinea medie (climatul excitant de peste 1800 m).

Pentru fotbal altitudinea de 1000-1200 m poate răspunde de zideratelor de mai sus (condiții organizare, bază materială).

Scăderea presiunii partiale a oxigenului atmosferic, creșterea procentuală a ozonului și a aerolonizării negative induce în organism o adevărată stimulare biologică: creșterea globulelor roșii și a hemoglobinei, intensificarea metabolismului bazal, creșterea tonusului neuropsihic și a rezistenței organismului la efort. Pentru această perioadă de cel puțin 15 zile se recomandă alergări pe teren variat, antrenament fizic fracționat: efort intens pînă la 2 minute la limita între pragul anaerob - aerob, cu un puls de 150-170/minut care dezvoltă duranța sau rezistența în regim de viteză, pauză 1-3 minute, apoi se efectuează alergări de circa 8-12 minute într-un ritm 120-140 pulsații/minut.

Se va insista și pe antrenamentul muscular, de preferință prin folosirea de extensoare, mingi medicinale, greutate, obstacole fixe care permit dezvoltarea forței musculare. Testarea rezistenței la efort se poate face prin testul Cooper, pe plan metodice, și testul Astrand, pe plan biologic. După perioada cu sarcini prioritare de pregătire fizică generală în jurul datei de 25 ianuarie se poate trece la accentuarea pregătirii specifice (tehnico-tactice) prin jocuri, antrenamente-școală, jocuri amicale etc.

Pentru unii din jucătorii lotului național, a căror solicitare a fost și mai mare, iar vacanța a început la 20 decembrie, se recomandă ca în prima perioadă accentul să se pună pe refacerea potențialului neuro-psihic, pe deconectare. Recomandăm ca aceasta să fie efectuată în mijlocul familiilor, în climat afectiv, completîndu-se în mod obligatoriu și cu cura de recuperare a traumatismelor, sau sechelelor acestora într-o stațiune adecvată.

Controlul medical complex la Centrul de medicină sportivă se va face și pentru aceștia tot între 8-9 ianuarie 1985 și va trebui repetat înainte de începerea campionatului, împreună cu toți componentii loturilor și al echipei, divizionare (la cabinetele medico-sportive).

Pentru unii jucători din lotul național care au manifestat elemente de suprasolicitare neuro-psihică se vor recomanda programe individuale de refacere neuropsihică îmbogățite cu mijloace fizioterapeutice, farmacologice și psihoterapeutice. La indicația medicilor de specialitate (în cadrul curei de refacere - recuperare).

Considerăm că desfășurînd pregătirea pentru returul campionatului și jocurile internaționale din anul 1985 după această metodologie, jucătorii noștri vor porni de la început cu parametri biologici înalți, „cu bateriile încărcate”, cu un potențial biologic superior, necesare rezolvării sarcinilor de performanță înalte și complexe cu care urmează a se confrunta în viitor.

conf. dr. IOAN DRĂGAN
dr. NICOLAE EREMIE
Centrul de medicină sportivă
București

Loto-PRONOSPORT INFORMEAZĂ

REZULTATELE TRAGERII MARILORE CÎȘTIGURI LA PRONOSPORT-EX-PRES DIN 19 DECEMBRIE:

Faza I: cat. I: 1 variantă 25% Autoturism Dacia 1300 (70.000 lei); cat. 2: 1 variantă 100% a 22.887 lei și 4 variante 25% a 5.722 lei; cat. 3: 20,25 variante a 2.260 lei; cat. 4: 94,75 a 483 lei; cat. 5: 201,00 a 228 lei; cat. 6: 8.802,25 a 40 lei; cat. 7: 240,75 a 200 lei; cat. 8: 3.574,50 a 40 lei.

Faza a II-a: Cat. A: 3 variante 25% a 17.840 lei; cat. B: 10 variante 100% a 22.147 lei din care o excursie de un loc în R.P. Ungară și diferența în numerar g' 47 variante 25% a 5.537 lei; cat. C: 880,25 variante a 100 lei. Report cat. I: 87.491 lei.

● A ÎNCEPUT VINZAREA BILETELOR LA TRADIȚIONALĂ TRAGERE EXTRAORDINARĂ LOTO A REVELIONULUI DIN 1 IANUARIE 1985!

LOZ ÎN PLIC

LA LOZ ÎN PLIC CONTINUTIA SERIA MARILOR CÎȘTIGURI ÎN BANI ȘI AUTOTURISME JUCATI LA LOZ ÎN PLIC!



SPORTUL IN LUME

APRECIERI LA ADRESA SUCESELOR SPORTIVILOR ROMANI IN 1984

Prensa Latina:

HAVANA, 21 (Agerpres). — Într-o retrospectivă a anului sportiv internațional, comentatorul agenției Prensa Latina menționează succesele sportivilor din România obținute în deosebi la Jocurile Olimpice de vară de la Los Angeles, unde s-au situat pe locul al doilea în clasamentul pe medalii din 140 de țări participante. „Luând în considerare faptul că România are o populație de numai 22 milioane locuitori, acest succes al sportivilor români este cu adevărat remarcabil.

La Olimpiada de vară de la Los Angeles lotul sportivilor români a câștigat 20 de meda-

lii de aur, 16 de argint și 17 de bronz — bilanț net superior celor realizate de țări cu o populație mult mai mare și

cu vechi tradiții sportive cum ar fi Marea Britanie, Franța, Italia, R.F. Germania”, se scrie în comentariu.

LOTUL ENGLEZ PENTRU MECIUL DE RUGBY CU ROMANIA

A fost anunțat lotul de rugby al Angliei, din care se va forma echipa pentru meciul cu reprezentativa României, programat pentru 3 ianuarie, la Twickenham, și precedat de două partide susținute de formația noastră

la 28 decembrie și 1 ianuarie, în compania unor selecționisme regionale. Iată componența lotului englez: N. Stringer (Wasps), C. Martin (Bath) — fundași; S. Smith (Wasps), J. Carleton (Oxford), L. R. Underwood (Leicester), J. Goodwin (Mossley), B. Barley (Wakefield), J. Salmon (Harlequins), K. Simms (Cambridge), R. Lasowski (Wasps), P. Hogg (Leicester) — linia de treișferturi; S. Barnes (Bristol), C. Andrew (Cambridge) — mijloci la deschidere; R. Hill (Bath), K. Harding (Bristol) — mijloci la grămadă; G. Chiffert (Bath), J. Doubleday (Bristol), G. Pearce (Northampton), A. Shepard (Bristol), S. Brails (Coventry), A. Simpson (Sale), J. Hall (Bath), M. Teague (Gloucester), G. Hees (Nottingham), D. Cooke (Harlequins), R. Spurwell (Bath), J. Syddall (Waterloo), N. Mansell (Nottingham), L. N. Redman (Bath), V. Cannon (Northampton), C. Butcher (Harlequins), R. Hesford (Bristol) — înalțai.

Pe gheață și pe zăpadă

SCORURI MARI IN C.M. DE JUNIORI LA HOCHET

HELSINKI. Pe patinoarul din localitate au început intr-o competiție mondială de hochei

kin, suedezul Bo Eriksson a primit premiul pentru cel mai bun fundez, iar cehoslovacul Václav Lukáč — pentru cel mai bun atacant. GÂSTER A. HUBER — a fost Vladimir Krutov (U.S.S.R.), care a primit trofeul „Václav Hrabec”.



Echipanța Vreni Schneider, una dintre specialiste ale campionatului mondial de hochei pe gheață, câștigătoare a „Cupa Mondială”.

pentru juniori grupa „A”. În prima zi au fost înregistrate victorii la scoruri cu adevărat astronomic: U.S.S.R. — Polonia 18-4 (2-0, 4-4, 3-0), Cehoslovacia — S.U.A. 4-1 (0-1, 2-0, 2-0), Finlanda — R.F. Germania 8-3 (3-0, 4-4, 1-0), Canada — Suedia 5-2 (0-2, 2-1, 3-0).

Cu această ocazie, Federația Internațională de Hochei pe Gheață a înmănat lui Václav Lukáč „Crucea de aur”, trofeu ce răspunde pe cel mai bun hocheist european al sezonului.

ROMA. Proba masculină de stăruț 2 X 18 km din cadrul concursului internațional de schi fond de la Malo (Italia) s-a încheiat cu victoria primei selecționabile a Elveției, cronometrată cu timpul de 1h 21.37. La feminin, stăruț de 2 X 3 km a revenit reprezentativei Italiei, cu timpul de 43.46.

MOSCOVA. La începutul tradiționalului turneu internațional de hochei pe gheață „Cupa Inverții” au fost desemnați cei mai buni sportivi ai competiției. Astfel, cel mai bun portar a fost desemnat sovieticul Vladimir Mi-

„CIRCU” COBORÎTORILOR!

Între probele schiului alpin, coborârea este o adevărată „regină”, o cursă în care sportivii alunecă, în viteză de sute de kilometri pe oră, în care zboară, pur și simplu, de pe vârf de dealuri într-unul, pentru a se duce la vale, cu lăsații glindului. Coborârea schiului sînt oameni de un nivel înalt, sportivii cu talenți falci și morale deosebite, iar întrecerea lor se constituie, la fiecare mare competiție alpină, într-un moment de maxim interes.

Henri Oreiller, Tono Cato, Othmar Schneider, Tony Sailer, Jean Vuarnet, Jean-Claude Killy, Bernhard Russi, Franz Klammer și în ultimii ani Steve Podgorick, Leonhard Stock, Bill Johnson și încă alții au fost mari vedete ale „coborîrii”, austriacul Klammer fiind însă dintre toți, după părerea specialiștilor, schiorul înalt pentru această probă. De altfel și și are la activ numeroase victorii și a fost de zece ori pe podium la marile concursuri din cadrul „Cupa Mondială” Klammer însă este de acum un schior trecut de prima tinerețe (s-a născut la 3.12.1932) și, în mod normal, face față tot mai greu asaltului „juniorilor” tineri, cu dinți ascuțiți și puteri. Dar pentru că, oricum, Klammer are... presă, pentru că numele său constituie, totuși, o atracție pentru numeroșii spectatori-pilotești ai concursurilor de schi, s-a gândit și a pus pe picioare o asociație (comercială) cu „Cupa Mondială” și pe care a denumit-o spectacolul „International Association of Downhill Racers”, adică Asociația Internațională a Coborîtorilor, la care au aderat cîțiva schiori renumiți: Resch, Stock, Weirather, Röhler și, evident, Klammer care este și președintele noului „circuit”. Rămîne de văzut ce spor și areva noua asociație, în fapt un fel de „șușonea”, în disputa pe care o dă, pe față, cu su-prama competiție dintr-un an, care este „Cupa Mondială”. Să așteptăm în la orice caz, pînă una, alta, Bill Johnson, campion olimpic la la Sarajevo, a declinat invitația ce i s-a făcut de a intra și el în noua „asociație”!

Romeo VILARA

BENIN. Cu ocazia aniversării a două decenii de existență a Federației de fotbal din Republica Populară Benin (fostul Dahomey, pe coasta de sud-vest a Africii, lângă golful Guineei), la Cotonou a apărut un album dedicat „sportului cu balonul rotund”, disciplină care se bucură de o mare popularitate. Dintre cele trei milioane de locuitori ai tinerei republici, peste 40.000 practică fotbalul, în mod organizat, fiind legitimați la diferite cluburi sportive. Cele mai bune opt

trei zile și pe un traseu însumând 140 de kilometri. În prima și a treia zi concurenții au parcurs câte 68 km, iar în ziua a doua 64 km. Cursa a fost câștigată de un alergător ungar, Poczoz, un sportiv foarte rezistent și destul de rapid.

FRANȚA. Comitetul executiv al Federației europene de haltere, care se va reuni la sfîrșitul lunii viitoare, va discuta, între altele, și propunerea forului de specialitate francez prin care se preconizează instituirea chiar din anul 1985 a unei noi competiții. Este vorba de proiectul unei „Cupa a Europei pe națiuni”, elaborat de Roger Gerber, directorul tehnic național francez al sportului halterelor. Dacă propunerea va fi acceptată, competiția va debuta în luna mai, la Katowice, cu prilejul campionatelor europene. În baza rezultatelor vor fi reținute cele mai bune 12 reprezentative, care urmează să fie repartizate în cadrul mai multor grupe calificative. Cele mai bune patru formații urmînd să evolueze ulterior în finală, probabil la Paris.

MALAYEZIA. Anul viitor, în luna aprilie, Malayezia va găzdui prima ediție a campionatului mondial de hochei pe iarbă pentru juniori (jucători sub 18 ani). Vor lua parte reprezentativele a 12 națiuni.



echipe își dispută anual titlul de campioană a țării. În ultimele trei ediții ale competiției titlul a fost cucerit de echipa „Dragon” din capitala țării.

BULGARIA. În decursul acestui an, practicantii sportului din țara vecină și prietenă au avut la dispoziție 1500 de noi baze sportive destinate activității de masă. Este vorba de terenuri de baschet, handbal, tenis și volei, de piste de atletism, de diferite baze nautice și de turism.

UNGARIA. Alergători din Cehoslovacia, R.D. Germania și Ungaria au luat parte la o competiție puțin obișnuită, desfășurată, zilele trecute, la Budapesta. Este vorba de o cursă de... super-maraton, organizată în

Fotbal meridiene

CAMPIONATE • CAMPIONATE

PORTUGALIA (et. 10). Sporting — Benfica 1-0, Vizela — Rio Ave 1-0, Braga — F.C. Porto 2-1, Belenenses — Boavista Porto 2-1, Portimonense — Farense 2-1, Penafiel — Victoria Setubal 1-1, Varzim — Guimarães 3-0, Salgueiros — Colmbra 2-1. Pe primele locuri: F.C. Porto 25 p., Sporting Lisabona 23 p., Portimonense 20 p., Benfica și Boavista câte 19 p. Pe ultimele: 13. Rio Ave 3 p., 16. Salgueiros 4 p.

SPANIA (et. 17). Valladolid — F.C. Sevilla 2-1, Gijón — Athletic Bilbao 1-1, C.F. Barcelona — Santander 2-0, Hercules Alicante — Real Madrid 2-0, Valencia — Zaragoza 4-1, Atletico Madrid — Eche 1-0, Murcia — Espanol 1-0, Betis Sevilla — Malaga 0-1, Real Sociedad — Osasuna 0-2. Pe primele locuri: C. F. Barcelona 27 p., Real Madrid 23 p., Valencia și Athletic Madrid, câte 20 p. Pe ultimele: 17-18. Eche și Murcia, câte 10 p.

GRECIA (et. 11). PAOK — Pierikos 2-1, Panathinaikos — Aigaleo 2-0, Doxa — Olympiakos 1-0, Panionios — Heraklis 1-0, Kalamaria — Aris 0-1, Larisa — Apollon 2-1, OFI — Panathinaikos 1-1. Pe primele locuri: PAOK 20 p., Panathinaikos 17 p., Olympiakos și Panionios câte 17 p. Pe ultimele: 15. Pierikos 3 p., 16. Aigaleo 4 p.

ANGLIA (mechuri restante din etapa 20). Leicester — Coventry 2-1, Sunderland — Nottingham Forest 0-2. În frunte se află Tottenham cu 29 p., iar pe ultimul loc Stoke cu 8 p.

ARGENTINA. Campionatul a fost câștigat de echipa Argentinos Juniors! Este pentru prima oară după 89 de ani (de cînd a fost înființat clubul) că această echi-

pă ocupă primul loc. În ultima etapă ea a învins formația Temperley, cu 1-0, grație unui penalty transformat de internaționalul Olguin, în min. 35. Astfel, Argentinos Juniors a totalizat 51 de puncte, în timp ce a doua clasată, Ferrocaril Oeste, a terminat la egalitate (1-1 cu Estudiantes) acumulînd 50 p. Pe celelalte locuri: Estudiantes la Plata 48 p., River Plate 43 p. Pe ultimele locuri: 18. Rosario Central 25 p., 19. Atlanta 24 p. Rezultatele ultimelor etape: River Plate — Union 2-0, Sarsfield — Newell's Old Boys 0-1, Atlanta — Racing Cordoba 0-1, Instituto Cordoba — San Lorenzo 1-1, Rosario — Platense 3-0, Independiente — Boca Juniors 1-2! De notat că Independiente, recenta învingătoare în „Cupa Intercontinentală”, ocupă locul... 14 în clasamentul final!

CHILE. Titlul de campioană a fost câștigat de

echipa Universidad Católica cu un total de 5 p. în turneul final (de 4 formații). În ultimele jocuri: Union Espanola — Cobreloa 1-0, Universidad — Cobresal 0-0. Pe următoarele locuri: Cobresal 3 p., Cobreloa 1 p.

● În cadrul pregătirilor pentru preliminariile campionatului mondial, echipa Braziliei va disputa în luna mai a anului viitor patru meciuri de verificare. Fotbaliștii brazilieni vor înfrîna de două ori selecționata Uruguayului (la 1 mai, la Rio de Janeiro și la 5 mai, la Montevideo), urmînd să joace, în continuare, cu formațiile Columbia (19 mai, la Bogota) și Ecuadorului (26 mai, la Quito). În primul meci din preliminariile campionatului mondial (grupa a 3-a a zonei sud-americane) reprezentativa Braziliei va înfrîna, la 2 lunie, în deplasare, formația Boliviei.

Campionatele naționale între două școane

Ungaria: ASALTUL ECHIPELOR DIN PROVINCIE

La terminarea turului campionatului Ungariei are în prim plan trei echipe. Pe „campioana de toamnă”, Videoton din Szekesfehervar, Debrecin și Honved Budapesta. Prima clasată are 23 puncte (din 15 jocuri), iar următoarele au câte 20 p., fiind depășite prin victoria directă.

Cititorii își pot pune întrebarea cum a reușit Videoton să se impună în campionat, iar în „Cupa U.E.F.A.” să se califice în sfer-turile de finală? Pe scurt, explicația este următoarea: echipa dispune astăzi de o serie de elemente tinere, pe care consacără, ca frații Diszil (unul portar, celălalt fundaș central), fostul internațional junior J. Szabo — excelent realizator — și titularii din echipele reprezentative, Csongradi și Burcsa (din echipa „A” și, respectiv, de tineret). Ambifia jucătorilor de a se afirma, competența fostului internațional Ferenc Kovacs (antrenor) au adus echipa pe primul loc!

Echipa din Debrecin nu are

nici un jucător internațional, dar posedă, ca și Videoton, numeroase elemente tinere și talentate: portarul Mezo, mijlocușul Supka și înstatașul Mörtei. Să notăm că Debrecin a învins în campionat pe Honved, cu toate că formația militară are nu mai puțin de 7 internaționali (Salai, Garaba, Varga, Nagy, Esterhazi, Dajka și Detari). Antrenorul Imre Komora justifică eșecul astfel: „Jucătorii mei au fost foarte solicitați în pregătirea meciurilor din preliminariile C.M.” (n.a. — Ungaria a câștigat toate cele trei jocuri: cu Austria, acasă, cu Olanda și Cipru, în deplasare).

Poziția formațiilor din provincie a fost remarcabilă în prima parte a campionatului: Videoton și Debrecin (locul 1 și, respectiv, 2) Győr — 4, Zalaegerszeg — 5, Szombathely — 6, Tatabánya — 10, accepție face doar echipa studenților din Szeged, pe ultimul loc (16), cu 4 p. Aceasta poate fi considerată de pe acum retrogradată!

Surprinde, desigur, și comportarea modestă a unor formații



J. Szabo, golgeterul echipei Videoton

budapestane, odinioară frunțate în campionat: M.T.K. ocupă locul 7, Újpesti Doza — 8, Csepel — 9, Vasas — 12, Ferencvaros — 14!

Ion OCHSENFELD

● TELEX ● TELEX ● TELEX ● TELEX ● TELEX ● TELEX

BASCHEŢ ● În campionatul feminin al Africii, la Dakar: Camerun — Egipt 61-39 (27-25). ● Turneul de la Paris: finala: Leyden — Franța 87-86, pentru locul 3: „All Stars” din Franța — Sao Paulo 122-104. ● În turneu, în Austria, MAFC Budapesta a luat cu UBLV Tyrolia de care a fost întrecută cu 84-83. ● CICLISM ● Turul Costa Rica, etapa a cincea (Limon — Cartago, 14 km) a revenit columbianului Cardenas 1:19:13, liderul

competiției cu 20:23:39 (este urmat de alt columbian, Chaparro, la 8:37). ● INOT ● Concurs la Rostock. În bazin de 25 m: femei: 100 m spate — Cornelia Sirch 1:02.37, 100 m fluture — Gressler 1:01.16, 200 m liber — Strauss 1:59.60; bărbați: 100 m bras — Buttgerit 1:02.24, 200 m spate — Baltrusch 1:59.38. ● SAH ● Punct final în turneul Internațional de la Titograd. Clasamentul: 1. Vellmirovici și

Korcinoi 7.5 p., 3. Tal 6.5 p., 4. Ivanovici și Popovici 6 p., 6. Marjanovici și Taimanov 5,5 p. etc. ● TENIS ● La Miami Beach au avut loc primele finale ale competiției internaționale pentru tinerii jucători „Orange Bowl”: juniori (16 ani): Horst Skopf (Austria) — Guillermo Perez Roldan (Argentina) 6-1, 6-4, juniori (16 ani): Mary Joe Fernandez (S.U.A.) — Patricia Tarabini (Argentina) 6-4, 6-1.