2019.11.09-10. SPARTAN ULTRA WORLD CHAMPIONSHIP SWEDEN, ÅRE

2019. december 9. hétfő, 12.29 / Utolsó módosítás: 2019. december 9. hétfő, 12.30
Táv: 88 km; Szintemelkedés: 6600 m; Idő: 23:13:59; Helyezés: VB Open 4. (158 induló)

A tavaszi ULTRABALATON után nem gondoltam volna, hogy idén lesz még egy 24 órás versenyem, és ráadásul egy Spartan.

Minden 2019.08.24-én kezdődött, amikor az STG Debrecen csapatával, a Spartan Ultrán a dobogó legfelső fokára állhatunk fel. Ezért a teljesítményért a szervezők 4 db jegyet ajánlottak fel a Spartan Ultra VB-re. Pár nappal később a csapat tagokkal, már meg is fogalmazódott bennünk a gondolat, hogy adjunk ennek egy lehetőséget és próbáljunk meg támogatókat keresni. Valahogy abban biztos voltam már akkor, hogy nagyon szeretném, és ha csapat szinten nem is jön össze a támogatás, egyedül is neki fogok vágni. Telt az idő, rengeteg céget, ismerőst kerestünk meg, cikket is lehoztak a Haon-on és a Cívishíren is, de nem jött a nagy áttörés. Közeledett az idő, lépni kellett a szervezés terén. Egyik napról a másikra, a VARIOTERV Mérnökiroda, aki egész évben mellettem állt felajánlott egy összeget, amin már el tudtam indulni. Elkezdődött a szervezés, utazás, szállás, felszerelés lista összeállítása, amiben nagy segítségemre volt Nagy Kornél barátom, aki Izlandon már részt vett Ultra VB-n. Rengeteg energiát fektettem ebbe az egészbe, a családom is sokszor háttérbe került, de mind végig mellettem álltak.

Az utolsó pár hétben a MÁV VSC egyesület, futó szakosztályának vezetője Dóra Tamás is bizalmat szavazott nekem, látva az egész éves teljesítményemet, Ők is csatlakoztak a támogatók körébe. Lassan össze is állt minden, amikor az utolsó héten Ádám Bence, az STG Debrecen egyik vezető edzője és egyben jó barátom, közölte, hogy Ő is jön, sikerült saját vonalon támogatót találnia. Nagyon örültem a hírnek, nem kell egyedül neki vágjak ennek az útnak. Innentől még a hiányzó dolgokat együtt intéztük, sima volt minden, pikk-pakk összeállt a képlet.

Hétfőn már pakolás, utolsó dolgok beszerzése, izgalom a köbön, meg van-e minden. Tudtam, hogy a frissítésen fog múlni minden, így bátorkodtam Belus Tomira ráírni, hiszen Magyarország egyik legnagyobb terepultra futója és biztos tud új dolgot mondani. Így is tettem, rendkívül készséges volt, sok dolgot leírt, felszerelés kapcsán is, de bevallom őszintén, hogy aznap este nem tudtam elaludni. Amikor egy profi leírja, hogy mit-mikor-hogyan, én csak szívtam magamba a tudást, de úgy éreztem, hogy sehol se vagyok, teljesen összezavarodtam.

Kedd este búcsúzkodás kislányomtól Lucától, mivel reggel korán indulok, reggel pedig feleségemtől. Nagyon nehéz volt Őket itt hagyni, közel egy hétig leszek távol.

Szerdán reggel vonat, irány Ferihegy, délután megérkeztünk Stockholm-Skavsta reptérre, ott szállás egy éjszakára. Estére még egy kis városnézés Nyköpingbe. Másnap reggel ismét vonat, irány Åre, közel 8 órás út várt ránk. Svéd tömegközlekedés hibátlan, ott a vonatok nem késnek, hanem hamarabb érkeznek, és 160 km/h-ás sebességgel száguldoznak.



[1]



[2]

Délután elfoglaltuk a szállást, de nem bírtunk magunkkal és vissza lementünk a központba, megnéztük az akadályokat, próbáltuk felfogni az egészet, fotókat készítettünk. Péntek reggel megbeszéltük Bencével, hogy teszteljük a felszerelést, futunk egy kicsit, akklimatizálódtunk. Gyönyörű, napsütéses idő volt, komolyan, mint az óvodások, uuu nézd ezt, uuu nézd azt. Minden második szavam úgy kezdődött, hogy Úr Isten.....

Nem győztünk betelni a látvánnyal, maga volt a csoda. Délután 13:00-tól rajtcsomag átvétel, 15:00-tól pedig nemzetek parádéja, ami azt jelentette, hogy 36 ország minden indulója, aki már ott volt, nemzeti lobogóval a verseny pályájának egy részen, tett egy kört, szólt a zene, iszonyat jó hangulat volt. A végén pedig fent a színpadon egy közös magyar csapatfotó. Este szokásos vacsi, taktikai beszélgetés, mit hogyan is kellene csinálni majd.



[3]



[4]

És végre..... 3,2,1 RAJT!!!



[5]

Elől az elit, utána az AG, és végül az Open. Nem bírtam magammal, hoztam a szokásos formát, elkezdtem helyezkedni. Minden kategóriának más színű atlétája volt, nekünk fekete, így tudtam, hogy kikre kell figyeljek majd. Az első kötelező akadály az olympus volt, a szervezők okosan csinálták, nem engedték rá az első 8 akadályra a közel 300 versenyzőt. Az olympus-ig már azért kezdett szétszakadni a mezőny, mivel végig emelkedő volt, így nem is kellett sokat várni, nem volt nagy torlódás. Jött is az első hiba, iszonyatosan csúszott, elkapkodtam, bünti. (30 burpee) Az első kört arra szántam, hogy megismerjem a pályát és az akadályokat, mert tudtam, hogy 24 órán keresztül ez vár majd rám és jó lesz, ha jól az eszembe vések mindent. Homokzsák kb. 30 kg, de szétfagyva, egy tömb volt az egész, nyakba vele és irány egy kis kör a hegyen, pont elég volt.



[6]



[7]

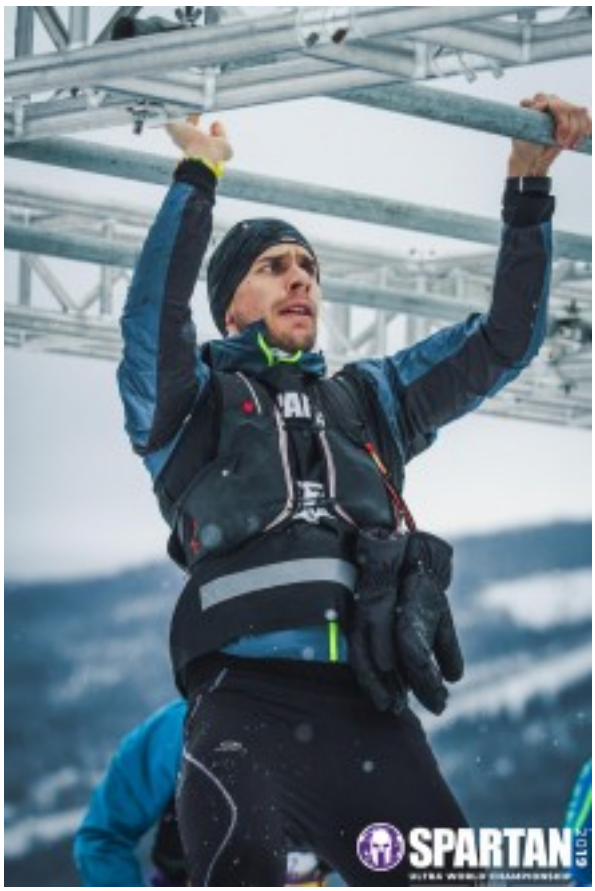
Kaptató fel, szépen liba sorba, egy kis előzgetés azért bennem volt, hegytetőn vízátfolyás jéggé fagyva, bumm első esés meg is volt.

Nagyot szólt, többen is kérdezték, hogy “Everything is Okay“? Mondom, hát hogyne, alföldi vagyok, bírom az ilyen eséseket. Kemény vagyok, mint a kád széle. Legmagasabb pont kb. 850 m lehetett, ez volt a max. amit érintettünk. Itt volt a bender is, mondanom se kell, hogy szétfagyva, mint egy nyugdíjas úgy mentem át rajta. Innentől kezdve veretés lefelé, a bokáig, olykor a térdig érő hóban. Jöttek az akadályok, 10 és 8 láb magas fal, farmer’s carry, hurdle, bucket carry, szintén egy kis kör. Csapatás lefelé, irány a szöges drót alatti kúszás, állítom az egyik legszívatósabb feladat, hegyre fel, a jég és kődarabok szétvágták az ember térdét. (Következő körökbe igen csak technikát váltottam.)



[8]

Monkey bar, simaügy, pucér kézzel természetesen, plate drag a tükör jégen szintén sima. Egy pár kör elejéig, ugyanis az éjszaka folyamán annyira lefagyott, hogy kézzel cibálni kellett mire megmozdult. Két akadály ezzel ismét pipa irány lefelé.



[9]



[10]

Beértünk a város utcáira a közönség tapsol, sok sikert kíván, természetesen svédül, következnek a 8 km-es kör utolsó akadályai, vertical cargo, atlas carry, ami eleve nehéz, és a jég még rá is tetézett, semmi fogás rajta. Megcsinálom elsőre is és természetesen 11. alkalommal is. Én csak lajhárnak hívom a következő akadályt, első vagy második körben elmászok a végére, egyik kéz csenget, másik kéz kapaszkodik, de azzal a mozdulattal le is estem, rá a hátamra. Nem volt kellemes. Egy visszafordítóval újra vertical cargo és pár 100 m és következett a bridge, egy jobb-os kanyar és már bent is voltunk a depóban. Egy kör kész!!! Na ebből még min. 5 hogy hivatalos finisher legyek. Depóban minimális idő, 5 perc se, és már újra kint a pályán. Minden kezdődik elölről. Megismerhetem az első 8 akadályt, ami ugye kimaradt az első körből, twister, egy cargos -mászós feladat, dárda, multi, kötélmászás, herkules hoist és a stairway to sparta.

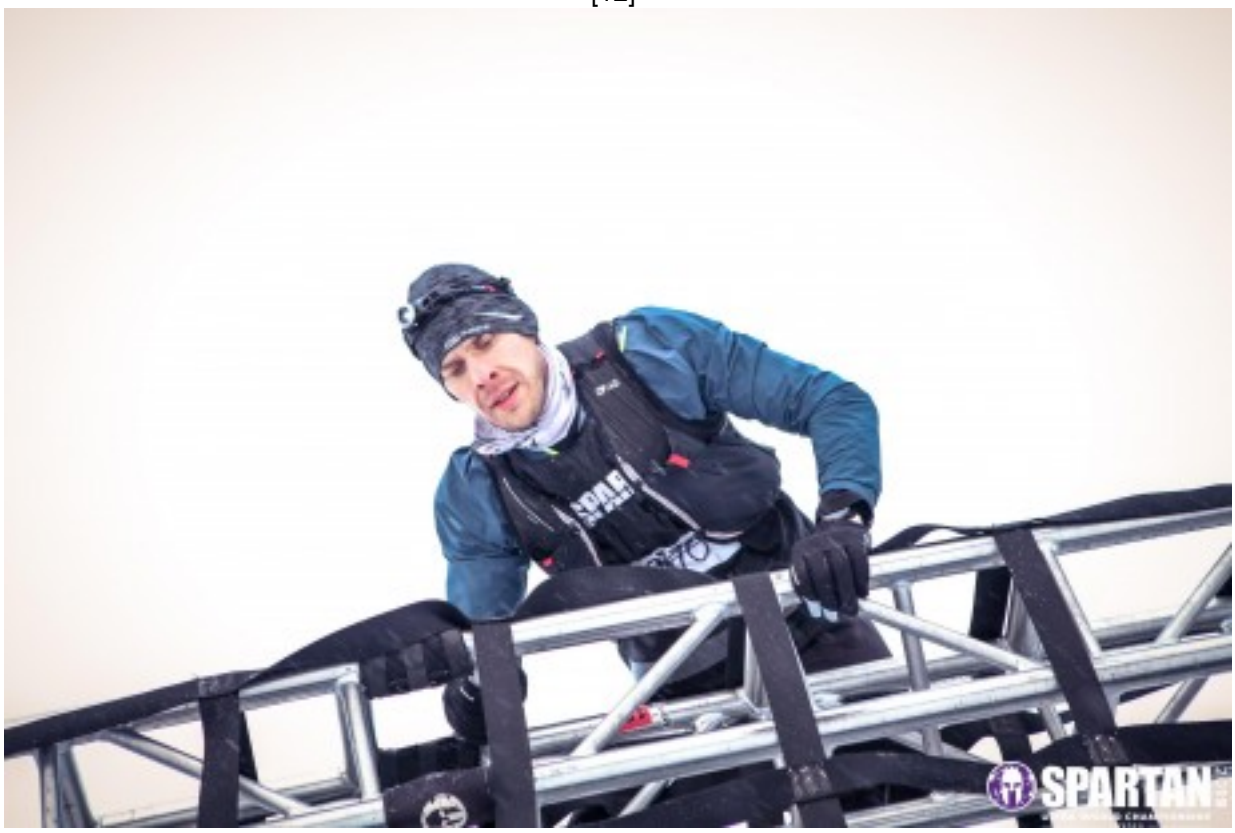


[11]

Frissítés, ami a verseny egyik legfontosabb eleme, na az nem a tervek szerint alakult. Már az első kör keresztbe húzta a számításaimat, ugyanis a soft kulacsomban a vízből jégkása lett, az energia szeletek, és egyéb energiaforrások kő keményre fagytak, a fogam majdnem beletört. Semmi gond, újra tervezés. Minden kör végén a depóban annyi folyadékot, ISO-t és energiát vettem magamhoz amennyit csak tudtam, gyorsan be a testbe és indulás ki. Az éjszaka folyamán, amikor már úgy éreztem, hogy szükség lesz szilárd ételre, akkor ment az előre elkészített rizs, tészta, és szendvicsek, és egyszer egy forró snack leves. 2, 3, 4, 5, 6 kör kész, ez az, megvan a minimum.



[12]



[13]

Mondtam a többieknek, hogy akkor kezdődjön a verseny. 12 óra volt már mögöttem, rengeteg akadály, viszonylag kevés hiba. Bejött a terv, elég volt az a mennyiségű kaja, amit a depóba magamhoz tudtam venni, a körökben, nem éreztem különös testi fáradtságot. Komplex sótabi minden kör végén szigorúan. Amit éjszaka ki tudtam vinni magammal és tudtam rágcsálni az a kesudió volt. 6 kör után, cipő és zokni csere, nekem bejött, jól esett így futni újra. Igaz hamar vizes lett ismét, de akkor is jó volt. Éjszakai fejlámpás futáshoz az ULTRA BALATONON viszonylag jól

hozzászoktam, nem volt különösebb gond.



[14]



[15]

Sokszor voltam teljesen egyedül éjszaka, nem féltem hisz nincs mitől. Tudtam mire vállalkoztam. Az időjárás előrejelzés alapján hóesésre és - 12 fokra készültünk. Ez be is jött, csakhogy egy vihar is megérkezett. Nem tudtam, hogy hány fok lehet, csak azt éreztem, hogy a hegytetőn csontig hatol a hideg, az arcom szétfagy és alig látok valamit előre. Iszonyat vihar kerekedett. A bender utáni lefelé vezető “kis ösvényt” amit minden körben kitapostunk, azt a hóvihar minden körben eltüntette. Csak a világító fény rudak mutatták, hogy merre is kellene menni. Beszámolókból és Bencétől tudtam meg, hogy -17, -18 fok volt odafenn. Amire emlékszem, hogy csak mentem előre lesütött fejjel, és csak pontról pontra tudtam gondolkodni. Kislányom kedvenc dalai, versei jutottak eszembe, ezeket énekeltem, mondogattam, hogy túl legyek ezen a nehéz szakaszon, és eltereljem a hidegről a gondolataimat. A köridőim folyamatosan rosszabbak lettek, hiszen a 4. körtől kezdve sötétben futottam és ez nagyban nehezítő tényező volt. 9 körben már a 2 órás köridőt karcoltam, sőt egy pár perccel túl is mentem rajta. Az első kör idejéhez az 1:24-hez képest nagy visszaesés.



[16]

A versenyen szinte végig a 3. és 4. hely között ingáztam. Az első két helyen futó cseh srácok jó formában voltak, profi kísérőkkel, láttam hiszem pont a mellettem lévő sorban voltak a depóban. Kezükbe adták a kész kaját, cipőjüket is levették a lábukról, masszírozták őket, szóval profi stáb volt mögöttük. Így mindig láttam mikor indulnak ki, a kövi körre, így én se haboztam sokáig. 10. körben újra felszívtam magam, be akartam biztosítani a 3. helyet, 1:39 es kört futottam, közel 20 óra elteltével. Nem adtam fel, ki akartam hozni magamból a maximumot. Volt még idő bőven, déli 12 óráig, sőt a verseny szabályzata alapján az a versenyző, aki 12:00 előtt még ki megy, az még versenyben marad, de 13:30-ig be is kell fejezni a kört. Egy mp-el se több, mert akkor kizárás jár. Feleségem írta, hogy ne menjek, baj lehet a 11. körből. Nem fogok visszaérni. Nem értette az előbb leírt szabályt, gyorsan elmagyaráztam neki, rám bízta. Megyek!!!! Időmérő frissítés, láttam hogy kiment a 4. versenyző. Basszus!!! 16 perce vagyok bent, jó lenne még egy kis pihi, de minden másodperc számít. Pikk-pakk összeszedem magam, megjegyeztem a srác bib számát mivel archoz nem tudtam kötni. Olympusnál utolértem egy fekete atlétás srácot, egy kategória, vajon Te vagy az??? Tettem fel a kérdést! Igen, megvagy végre. Egyszerre ment a burpee, gumi abroncs húzás, zsák cipelésnél kicsit meglógott, de Ő is megismert. Folyamatosan nézett hátra, nézte hogy milyen tempót diktálok. Egyszerre mozogtunk, végig követtem. Bendertől lefelé, eszméletlen tempót mentünk mindketten, mintha az életünkért futottunk volna. Szögesdrót alatti kuszásnál csökkent a távolság, én még éppen bent amikor a srác már végzett és futott a monkeyhoz. Utolsó körben is hiba nélkül minden utolsó akadály, beértünk a városi szakaszhoz, nagyon minimális a távolság. Beugrott, hogy kb. 17 perccel jobb volt a 10. köröm mint az övé, elég nagy különbség ahhoz hogy meglegyen a 3. hely. Utolsó akadály, át a hídon, és ott a cél előttem. Bencével megbeszéltük, hogy a magyar zászlóval várni fog a finishben, fotó és be a depóba. Frissítem az időmérő oldalt, 4. hely. Hogy mi van??? Ez most komoly??? De sajnos igaz a hír, 1 perc 13 mp vel jobb lett a srác összes ideje. Egy kicsit összetörtem, maximalista vagyok, csalódtam magamban.



[17]



[18]

12. kör, mi lett volna ha!!! Közel két órám lett volna még 13:30 ig, de már finisheltem, nem mehetek ki új körre. Ezen már csak utólag gondolkodtam, hogy sikerült-e volna, szerintem IGEN, mert fejben ott voltam még.

Lenyugodtam, teló haza, lelkes csapattagok küldték a kedves üziket, gratuláltak a teljesítményemhez, és írtak hogy nagy dolgot vittem véghez, egyáltalán ne legyek csalódott.

A depo eddigre kihalt, összepakoltam a kis “mini otthonom” és irány a szállás, amit valljunk be nem volt egyszerű, hiszen akkora mennyiségű hó esett, hogy a bőröndöm nem bírtam húzni és cipelni se igazán.

Zuhi, pihi, alvás 18:00 ig, hiszen este 19:00 és 21:00 óra között díjátadó ceremónia. Nagy nehezen összekapartuk

magunkat, fájt minden porcikám és minden egyes lépés.
Ismét közös fotó, vacsi, gratulációk egymásnak, és vissza a szállásra. Másnap reggel pakolás, délután utazás Norvégiába, busz-vonat kombó, este meg is érkeztünk. Kedd reggel újra repcsi Trondheim-Oslo-Budapest útvonalon. Kedd este haza érkezés, családi nagy ölelés, beszélgetés, meglepi ajándékok átadása, játék Lucával.

Két szó jut eszembe: a Hála és a Köszönöm, ezt nem is részletezném tovább!

Ezzel véget ért a 2019-es versenyszezon számomra, úgy hiszem feltettem az I-re a pontot. Rengeteg élménnyel gazdagodtam, sok új embert ismertem meg, és ismét feszegettem a határaimat.

És jöjjenek azok, akiknek sokat köszönhetek:

Varioterv Mérnökiroda
MÁV VSC
Műszaki ellenőr kollégáim és főnököm
HBMAKE
STG Debrecen
CSR Debrecen

És végül szerető családom, drága feleségem és kislányom!



[19]

Lejegyezte: Drabbant István

Hivatkozások

[1] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_stockholm-skavsta_repter_mav_vsc.jpg?itok=W0QFPT6d [2] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_high-speed_train_x2000_mav_vsc.jpg?itok=ZvdV9qi0 [3] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_are_naplemente_mav_vsc.jpg?itok=ivLPOuVN [4] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_nemzetek_paradeja_mav_vsc.jpg?itok=UX2r8DB8 [5] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_rajt_pillanata_mav_vsc.jpg?itok=RDI3lXHL [6] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_sandbag_carry_mav_vsc.jpg?itok=2M57WV10 [7] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_sandbag_carry_2_mav_vsc.jpg?itok=rwkZuwA2 [8] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_szoges_drot_alatti_kuszas_mav_vsc_0.jpg?itok=ajoENsBQ [9] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_monkey_bar_mav_vsc.jpg?itok=voHp6bEP [10] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_plate_drag_mav_vsc.jpg?itok=2ESDNoe2 [11] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_egy_kor_a_palyan_8_km_600_m_szint_es_25_akadaly_mav_vsc.jpg?itok=dq83ItgQ [12] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_atlas_carry_mav_vsc.jpg?itok=i5Jo9qtu [13] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_vertical_cargo_mav_vsc.jpg?itok=TzZeHenS [14] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_twister_mav_vsc.jpg?itok=mNHF3FLq [15] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_slip_wall_mav_vsc.jpg?itok=mBRQG66k [16] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_ejszakai_hovihar_mav_vsc.jpg?itok=qk6Tx28d [17] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_finish_en_11_kor_bence_8_kor_mav_vsc.jpg?itok=ctShd4di [18] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_befuto_erem_es_a_plusz_5_db_kituzo_mav_vsc.jpg?itok=JWPsG8Wl [19] https://www.mavcsoport.hu/sites/default/files/styles/width_1260/public/upload/2019-11-09_10_svedorszag_naplemente_mav_vsc.jpg?itok=ua5QhQSb