



# SPORTLÖVÉSZET SZAKMAI PROGRAM 2023

Bp. 2022.11.18.

Készítette:  
Herczegh Szabolcs  
Szövetségi kapitány

# 1. Helyzetelemzés

A sportlövészet utóbbi időszakában egymást érik a változások a szabályokat és a versenyszámokat illetően. Nem kivétel ez alól az olimpiai kvalifikáció sem, melyhez a felkészülési programot igazítanunk kell. A tokiói olimpiai játékokkal ellentétben, ahol összesen 360 kvótát osztottak ki sportlövészetben, a Párizsban megrendezendő játékokra már 20 kvótával kevesebb kerül kiosztásra. Változás továbbá, hogy míg Tokióra kvalifikálódni lehetett mix team versenyszámban szerzett kvótával is, addig Párizsra ez már nem lehetséges. Ez egyben azt is jelenti, hogy csak azon országok indulhatnak mix teamben, akiknek azonos versenyszámban van egyéni női és férfi résztvevőjük a játékokon.

A részvételi kritériumokban is történt változtatás. Míg korábban Minimum Qualification Score (MQS) legalább egyszeri ISSF versenyen történt eléréséhez volt kötve minimum feltételként az olimpián a részvétel, ezt a párizsi játékokra már eltörölték, de feltételként bevezették a Qualification Ranking of the Olympic Games, azaz a QROG-n a legalább egy pont megszerzését az adott versenyszámban. Pontot szerezni azonban már nemcsak a világkupákon és kontinentális vagy világbajnokságokon lehet (lásd a linken: [https://www.issfsports.org/getfile.aspx?mod=docf&pane=1&inst=474&file=ISSF-Rankingsystem\\_2022.pdf](https://www.issfsports.org/getfile.aspx?mod=docf&pane=1&inst=474&file=ISSF-Rankingsystem_2022.pdf)), hanem könnyebbségként a Nemzetközi Sportlövő Szövetség (ISSF) által rendezett Grand Prixeken is. Ezen QROG ranglista alapján továbbra is egyéni versenyszámonként 1-1 kvóta kerül még kiosztásra, összesen 12. A ranglista végső sorrendje a teljes olimpiai kvalifikációs időszak 10 legmagasabb pontot érő ISSF versenyszereplése alapján alakul ki a sportolók között. Ezeket a kvótákat nem az ország, hanem névre szólóan a sportoló kapja. Minimum kritériumként lett előírva továbbá a legalább két, az ISSF által rendezett bajnokságon való részvétel.

Az olimpiai versenyszámok tekintetében alapvető újdonságot jelent, hogy a férfi és női puskások 50m 3x40 összetett versenyszámát testhelyzetenként 20 lövésre, azaz 3x20 lövésre redukálták, valamint, hogy a döntőket érintő szabályokban is változásokat jelentett be a nemzetközi szövetség, melyek közül a legfontosabb, hogy már csak a versenyek döntőibe (Final Stage) jutott

versenyzők szerezhettek kvótát! Változás továbbá, hogy agyaggalamb lövészetben a forgó rendszernek köszönhetően, míg Tokióban a trap-os versenyzők lőhettek mixet, addig most Párizsban a skeet-en a sor.

Ezeknek az alapvető változásoknak a tükrében érdemes nézni a magyar csapat idei eredményeit, mely bővelkedik kiemelkedő teljesítményekben, de az előzetesen elvárt sportforma alatti szereplések is vannak. Idénre már alapvető célkitűzés volt puska és pisztoly versenyszámban a kvótaszerzés.

A 2022-es év első főversenye a hamari Légyfegyveres Európa-bajnokság volt. A magyar csapat a legeredményesebbek között végzett az elszámolásnál. Magyarország, Örményország és Olaszország sportlövői is 10-10 érmet nyertek. 6-8 érem volt a célkitűzés. Ezt a csapat túlteljesítette a 3 arany, 1 ezüst és 6 bronzéremmel. Rendkívül fontos, hogy felnőtt egyéni olimpiai számban nyert bronzérmet Tátrai-Fejes Miklós. Jákó Miriam és Bajos Gitta pedig egyéni olimpiai számban nyertek junior bajnoki címet, amit Miriam egy bronzsal, Gitta pedig egy további arany és ezüstéremmel fejezt meg! Így 3 érmével Bajos Gitta lett a legeredményesebb magyar versenyző. Sike József karrierje 105. érmét szerezte ISSF/ESC versenyen. A megszokottól eltérően viszont nem volt felnőtt puskás döntősünk. Legközelebb a döntőhöz Dénes Eszter jutott, aki mindössze rosszabb utolsó sorozattal csúszott le a döntőről. Ezen a versenyen olimpia kvótát még nem osztottak.

Az év következő főversenye a futócélszakág franciaországi VB-je volt, ahol 3 fős delegáció képviselte hazánkat. Az 50m-es, 30+30 lövéses versenyszámban Sike József kiváló 300 (!) körös, hibátlan eredménnyel kezdett. A gyors versenyszám után végül egy egyéni bronzérmet szerzett! Tasi Tamás, Boros László csapattársak átlagos, itthoni versenyeredményeket lőttek. A 30+30 légyfegyveres versenyszámban a csapat egy ezüstérmet szerzett 7 körrel lemaradva az első helyről. Egyéniben Sike József 6. helyen végzett. A 40 vegyes versenyszámban csapatban a 4. helyezést szerezték meg sportolóink.

Az idei év a mindenki számára ismert Európát sújtó háború miatt ez után egy alapjaiban megváltoztatott versenyprogrammal ment tovább. Az eredetileg Moszkvába tervezett 25/50m-es és korongos Európa-bajnokságot szét kellett osztani egy wroclawi puska-pisztolyos, valamint egy larnacai korongos EB-re, így ez utóbbi következett a főversenyek sorában. Hét versenyző képviselte a magyar színeket az első olimpiai kvalifikációs versenyen, ahol a legjobb felnőtt helyezést Hegyi Norbert érte el 115 koronggal, mellyel a 42. helyen végzett 95-ből. Továbbá Döbörhegyi Bence junior trap versenyző eredményét érdemes még említeni, aki első világversenyén 108 koronggal a mezőny felét jelentő 20. helyen végzett.

A következő főverseny a sorban így a wroclawi 25/50m EB volt, ahova 30 fős delegáció utazott ki képviselni hazánkat. A magyar válogatott összességében egy arany- és öt bronzérmét nyert, amivel a 10. helyen végzett az éremtáblázaton. Pekler Zalán kvótát lőtt a 2023-as krakkói Európai Játékokra a férfi puskások 50 méter három testhelyzetű számában, míg a nőknél 25 méter pisztoly versenyszámban Sike Renátának és Major Veronikának is sikerült ugyanez. A cél ugyanakkor az egy felnőtt egyéni érem és egy olimpiai kvóta volt, amiből az egy egyéni érem bejött, míg az olimpiai kvóta hajszálnyira volt. A pisztolyosok közül Sike Renáta idei legjobb teljesítményét produkálva nyert bronzérmét és az olimpiai kvóta is mindössze egy találatra volt. Major Veronikának rosszul sikerült a pontlövészete, amely sajnos a döntőjébe került. A juniorok teljesítményénél ki kell emelni Jákó Miriam egészen szenzációs egyéni aranyérmét, mellyel az idei 10 méteres, hamari Európa-bajnoki címe után a szakág másik olimpiai versenyszámában is Európa bajnok lett. Kiemelendő még a gyorstüzelő pisztolyos junior fiú csapat is, amely bronzérmével 35(!) év után szerzett újra érmet Magyarországnak. Mindemellett dicsérendő és biztató a jövőre nézve, hogy a többi érmet szerző junior csapat is hozta azt az eredményt, amit az Eb előtti elemzések alapján el lehetett várni.

Korong szakágban a következő esemény az Eszéken, a Pampas lőtéren megrendezett 2022. évi Koronglövő VB, amely az idén egyben a második kvótaszerző esemény is volt agyaggalamb lövészetben. A döntős helyezésekhez

ezúttal legközelebb Pongrácz Bianka jutott, aki nagyszerű első 2 rotte után mindössze 2 hibával állva végül 40. lett. Viszont ez a verseny magyar szempontból inkább a juniorokról szólt, azon belül is Döbörhegyi Bencéről, a BFLE versenyzőjéről, aki Gerebics Roland 1999-es tamperei junior VB döntős szereplése után (ezüstérem) 23 évvel újra bejutott junior világbajnokságon döntőbe és ott az előkelő 5. helyezést érte el! Ez hosszú-hosszú évek óta a korong szakág legkiemelkedőbb sikere.

Végül az idei év utolsó főversenyét az egyiptomi Kairóban rendezték, melyen 37 fős magyar csapat képviselte hazánkat. A cél ebben az esetben is 1 érem felnőtt egyéni versenyszámban és 1 kvóta volt. Sajnos a célkitűzés elérése most is csak félig teljesült. Péni István bronzérmes lett a 300m összetett versenyszámban, míg a kvótához Fábián Sára Ráhel állt a legközelebb 25m női pisztolyban, ahol egy körrel maradt el a döntőtől. Tátrai-Fejes Miklós a hamari szenzációs EB bronzérme után most valós tudása alatt teljesítve lett 573 köregységgel 58., míg a reális kvóta esélyekkel induló Major Veronika is ezúttal formája alatt teljesített. A puskásoknál Pekler Zalán az 50m 3x20 versenyszám selejtezőjében szenzációs 593 köregységgel végzett az élen, míg a kvalifikációban 14 körrel kevesebbet ért el és lett 64. Péni Istvánnak, Hammerl Somának, Mészáros Eszternek, Lovász Dorinának és Dénes Eszternek sem sikerült ezúttal döntőbe kerülniük, vagy igazán döntő közeli eredményt elérniük. A magyar küldöttség így végül 3 bronzérmet szerzett a vb-n, amiből egy felnőtt érem és két junior. A junior fiú puskások 50 méter fekvő versenyszámában Török Ferenc végzett a harmadik helyen, míg a junior lányok 25 méteres pisztoly számában Jákó Miriam teljesített olimpiai versenyszámban ismét szenzációsan, és lett VB bronzérmes az idei két Európa-bajnoki címe mellé. A magyar küldöttség így végül kvóta nélkül, 3 bronzérmet szerezve jött haza a vb-ről, amiből az egyik felnőtt, míg a másik kettő junior érem.

## 2. Válogatott keretek 2023. évben

<b>Olimpiai keret</b>			
1.	Bajos Gitta	EVSE	puska
2.	Dénes Eszter	UTE	puska
3.	Mészáros Eszter	MATE-GEAC	puska
4.	Pekler Zalán	EVSE	puska
5.	Péni István	UTE	puska
6.	Sike Renáta	BHSE	pisztoly
7.	Major Veronika	BEFAG KELK	pisztoly
8.	Fábián Sara Rahel	Csepel-LE	pisztoly
9.	Jákó Miriam	Cél-Tudat SE	pisztoly
10.	Tátrai-Fejes Miklós	BHSE	pisztoly

<b>"A" keret</b>			
11.	Csonka Zsófia	PSN Zrt	pisztoly
12.	Toma Dorina	UTE	puska
13.	Lovász Dorina	MATE-GEAC	puska
14.	Tarr Vivien	UTE	puska
15.	Hammerl Soma	UTE	puska
16.	Vas Péter	KVSE	puska
17.	Somogyi Péter	ZTE	puska
18.	Kiss Viktor	UTE	puska
19.	Boros László	Győri LK	futócé
20.	Sike József	Győri LK	futócé
21.	Tasi Tamás	Honvéd Kossuth	futócé
22.	Büki Dávid	Miskolci Honvéd SE	target sprint
23.	Laczkó Evelin	Vasas	target sprint
24.	Seres Flórián	BHSE	target sprint
25.	Jóna Bernadett	Noszlopi LE	korong / trap
26.	Tömör-Tones Petra	Debrecen VLE	korong / trap
27.	Hegyri Norbert	MátraHegy S.SE	korong / trap
28.	Pongrácz Bianka	VASVÁRI KLA	korong / skeet

<b>Utánpótlás keret</b>			
29.	Nagybányai-Nagy Anna	BHSE	puska
30.	Toma Réka	UTE	puska
31.	Tóth Anna	UTE	puska
32.	Vintze Regina	KVSE	puska
33.	Ferik Csilla	MATE-GEAC	puska
34.	Török Ferenc	Csepel LE	puska
35.	Wittmann Péter	APLE	puska
36.	Dénes András	MATE-GEAC	puska
37.	Klenczner Márton	MATE-GEAC	puska
38.	Rácz Áron	BHSE	puska
39.	Kálmán Bálint	ZTE	puska
40.	Varga-Zalay Babett	UTE	pisztoly
41.	Domsits Olívia	UTE	pisztoly
42.	Ozsváth Réka	KSI SE	pisztoly
43.	Fazekas Milla	KSI SE	pisztoly
44.	Nagy Ákos Károly	Tisza Volán SC	pisztoly
45.	Rédeczi Máté	BHSE	pisztoly
46.	Nagy Bálint	Egri PLE	pisztoly
47.	Laczik Dávid	Győri LK	pisztoly
48.	Csikász Panni	Vasas	target sprint
49.	Gyuris Kornél	Nyíregyházi PLE	target sprint
50.	Holló Martin	Vasas	target sprint
51.	Fatter Benett	BHSE	target sprint
52.	Pataki János	Nyíregyházi PLE	target sprint
53.	Nyitrai Anna	MátraHegyi S.SE	korong / trap
54.	Döbörhegyi Bence	Balatonfüzfői LE	korong / trap
55.	Holecz Zoltán	Igaly József LK	korong / skeet
56.	Kerekes Mihály	Igaly József LK	korong / skeet
57.	Renner Bálint	KÖSZOLG SC	korong / skeet
58.	Ternák Tamás	KÖSZOLG SC	korong / skeet

<b>Mozgáskorlátozott keret</b>			
1.	Dávid Krisztina	BHSE	SH
2.	Gurisatti Gyula	Komáromi VSE	SH
3.	Rescsik Csaba	Cél-Tudat SE	SH
4.	Kajdi Katalin	KSI SE	SH
5.	Juhász Márton	SZHLK	SH
6.	Keresztes Krisztián	Olympia Sarlópuszta SE	SH
7.	Biatovszki Míra	UTE	Siket

## 2.1 Az Olimpiai keret

A 2022-es évben az olimpiai keret sikeres felkészülésének biztosítása elsődleges szempontként jelent meg. Ennek része volt, hogy a kijelölt világkupákra MSSZ költségen utazhattak a válogatott legmagasabb teljesítmény szintjén lévő sportolók. Ennek eredményeképpen Mészáros Eszter, Bajos Gitta, Major Veronika, Péni István és Pekler Zalán kiemelkedő világranglistás helyezéseket értek el, melyet idáig ugyan kvótára váltani nem tudtak, de mindenképpen kimagasló teljesítményt nyújtva bizonyították, hogy a világ élvonalához tartoznak. Az olimpiai kvalifikációs időszak megkezdésével pedig ezeknek a most már olimpiai kvalifikációs ranglista helyezéseknek még inkább kiemelkedő szerepük van, mivel a kvalifikáció lezárultával ezen ranglistán elért minél magasabb helyezéssel akár névre szóló olimpiai kvótát lehet kapni.

A 2022-es évben nyújtott sportolói teljesítmények alapján azonban az olimpiai keret a korábbi versenyzőkön felül kibővíteni javasolt a következő szempontok alapján:

1. kvóta szerző EB-n, VB-n egyéni olimpiai versenyszámban elért érmes helyezés és kvótaszerzéshez közeli eredmény.
2. nem kvóta szerző EB-n, VB-n egyéni olimpiai versenyszámban elért érmes helyezés.
3. Junior EB-n és/vagy VB elért egyéni olimpiai versenyszámban elért arany érem.
4. Felnőtt VB-n egyéni olimpiai versenyszámban elért 12. helyezés vagy azzal megegyező eredmény.

A fenti első szempont alapján egyéni olimpiai versenyszámban EB bronzérmes szerzett, a kvóta szerzésről éppen lemaradt Sike Renáta első számú új jelöltként került javaslatba, mint új olimpia kerettag.

A fenti második szempont alapján a nem kvóta szerző EB-n bronzérmes Tátrai Fejes-Miklós került javaslatba olimpiai kerettagnak.



A harmadik szempont alapján Jákó Miriam került javaslatba olimpiai kerettagnak.

Míg a negyedik szempont szerint Fábíán Sára Ráhel került javaslatba új olimpiai kerettagnak.

A fent leírtak figyelembevételével az olimpiai keret azon versenyzőinek, akik előkelő világranglistás helyezést értek el és így indulási jogot szereztek a 2022. évi President's Cup-on az indulásra, valamint azoknak az olimpiai kerettag versenyzőknek, akik olimpiai kvalifikációs EB-n vagy VB-n egyéni olimpiai versenyszámban érmet szereztek, továbbra is biztosítani kell az egyéni felkészülési tervükben szereplő világkupákon az MSSZ költségen való indulás jogát azzal, hogy annak anyagi vonzatát egyeztetni szükséges a szövetség főtitkárával. Ezzel megadva az esélyt nekik arra, hogy minél magasabb helyezést érjenek el a QROG ranglistán a későbbi kvóta szerzési esélyek érdekében. Míg az olimpiai keret többi tagjának szintén a szövetség anyagi helyzetétől függően a szövetség főtitkárával egyeztetve biztosítani kell az egyéni felkészülési programjuk kivitelezését azzal együtt, hogy az olimpiai keretbe kerüléssel a megelőző évek elveivel megegyezően magasabb lőszer mennyiséggel lesznek támogatva ezentúl felkészülésük során, míg a világkupákra utazásuk az alábbi feltételekkel valósulhat meg:

1. Azt a szövetségi kapitány az év főversenyeire való felkészülésben fontosnak tartja és anyagi vonzatát egyeztette a szövetség főtitkárával.
2. Adott világkupa bele illeszthető a versenyző egyéni felkészülési tervébe.
3. Versenyző teljesítmény szintje eléri a bevezetésre kerülő ranglistán (lásd a továbbiakban) a világkupa kijutási szintet, ezzel MSSZ költségen utazhat a szövetség főtitkárával annak anyagi vonzatát érintő egyeztetést követően.

Azonban viszont, ha formahanyatlás következik be adott sportolónál a világkupákra utazás felfüggesztése kerül mindaddig, amíg a sportforma vissza nem áll a korábbi szintre.

### 3. A bevezetésre kerülő ranglista

A ranglista a szakbizottság által kijelölt ranglistaversenyeken elért, versenyenként aktualizált ranglista lesz, mely minden olimpiai versenyszámot magába foglal. Csak az alaperedmények kerülnek majd számításba a következőképpen:

1. A sportoló ranglista eredménye, amely alapján a ranglista helyezése meghatározásra kerül, az adott dátumhoz képest a 8 hétre visszamenőleg elért verseny, vagy versenyszerű ranglista keret edzéseken elért eredményeinek átlagából számítódik ki.
2. A 8 hetes időszakok 3 legjobb eredményének átlaga kerül mindig számításba.
3. A 8 hétnél idősebb eredmények nem számíthatók be a továbbiakban.
4. A 8 hétre visszatekintő időszakban minimum 3 versenyen, vagy versenyszerű ranglista keret edzésen részt kell venni, ezzel biztosítva a sportforma aktuális megjelenését a ranglistában.
5. Aki nem teljesíti a minimum 3 versenyt a szükséges 8 hetes időszakban, az ideiglenesen nem kerül figyelembe a ranglista számításnál. Vissza a ranglistába úgy kerülhet, ha teljesíti a 8 héten belüli minimum versenyzési elvárást. Ettől csak nagyon indokolt esetben lehet eltérni szakbizottsági javaslatra és szövetségi kapitányi engedéllyel.
6. VK-n, EB-n, Európa Játékokon és VB-n elért, az adott sportoló aktuális ranglista átlaga feletti eredménye 2x számítható be számára a ranglista átlaga számításába azzal, hogy az csak egy verseny szereplésnek minősül.
7. Világkupára a csapat kijelölése a biztos utazókkal kezdődik adott verseny első napjának dátumát megelőző 60. napon. A pontos 60 naptól el lehet térni, amennyiben naptár szerint az pont egy ranglista verseny hétvégére esik, vagy azt a versenynaptár indokoltá teszi. Ezen a dátumon aktuális ranglistás átlageredmény számít.
8. Világkupa utazó ebben az esetben az a versenyző, akinek ranglista átlag eredménye a 7. pontban meghatározott napon a megelőző két EB 12. helyezésének átlaga felett van, vagy azzal egyenlő, és/vagy a megelőző két VB 16. helyezésének átlaga felett van, vagy azzal egyenlő.
9. Ranglista versenynek, vagy ranglista versenyszerű keretedzésnek az a verseny, vagy ranglista versenyszerű keretedzés vehető figyelembe, melyet a szakbizottság javasol és mely javaslat alapján arról a szövetségi kapitány támogatón dönt.
10. Ranglista verseny lehet hazai és külföldi rendezésű is.
11. Ranglista versenynek, vagy versenyszerű ranglista keret edzésnek meg kell felelnie a következő elvárásoknak:
  - Az ISSF vonatkozó versenyszabályai alapján kell, hogy megrendezésre kerüljenek.

- Nemzetközi, országos vagy I. osztályú versenybíró, vagy szövetség által megbízott szakember részt vesz a lebonyolításában.
- Nemzetközi versenyen legalább 20 fő korosztálytól függetlenül részt vesz a versenyen (kivétel President's Cup).
- Ranglista verseny utólag is hozzá adható a versenynaptárhoz azzal, hogy azt adott klubnak, edzőnek vagy a szövetségnek 45 nappal a verseny megkezdése előtt jelezni kell és jóvá hagyatnia a szakbizottsággal és a szövetségi kapitánnyal a 10. pontnak megfelelőképpen.

### Tervezett ranglista versenyek 2022-2023. évben:

1. 2022 november 18.	10m	Hungarian Open
2. 2022 november 26-27.	10m	SALGÓ Kupa
3. 2022 november 28 - december 4.	10m	Presidents Cup
4. 2022 december 3-4.	10m	Zágráb GP
5. 2022 december 9.	10m	SAVARIA KUPA
6. 2022 december 9-11.	10m	Belgrád GP
7. 2022 december 17-18.	10m	Eszék GP
8. 2023 január 24-29	10m	IWK München
9. 2023 január 27- Február 10.	10/25/50m	ISSF VK Jakarta, INA
10. 2023 február 2-6.	10m	Plzen GP
11. 2023 február 10-12.	10m	Junior-Felnőtt OB
12. 2023 február 17-28	10/25/50m	ISSF VK Kairó, EGY
13. 2023 február 18.	10m	Téli Kupa I.
14. 2023 február 25-26.	10m	BO-Villám, Pécs
15. <b>2023 március 5-15.</b>	<b>10m</b>	<b>Európa B., Tallinn, EST</b>
16. 2023 március 20-31.	10/25/50m	ISSF KK Bhopal, IND
17. 2023 április 1-2.	10m	PELE Kupa
18. 2023 április 11-22.	10/25/50m	ISSF WC Las Palmas, PERU
19. 2023 április 22-23.	10/25/50m	ZTE verseny
20. 2023 április 29-30.	10/25/50m	Komárom Kupa
21. 2023 április 26 – Május 3.	10/25/50m	ISCH Hannover
22. 2023 május 4-7.	10/25/50m	GP of Lib., Plzen, CZE
23. 2023 május 4-15.	10/25/50m	ISSF VK Baku, AZE
24. 2023 május 13.	10/25/50m	UPK I.
25. 2023 május 27.	10/25/50m	UPK II.
26. 2023 június 1-12.	10/25/50m	ISSF Junior VK, Suhl, GER
27. 2023 június 3-4.	10/25/50m	KSI-BHSE
28. 2023 június 17-18.	10/25/50m	Bp. Bajnokság
29. <b>2023 június 21-30.</b>	<b>10/25/50m</b>	<b>Európa J., Wroclaw POL</b>
30. 2023 június 26 – Július 2.	10/25/50m	EORV, Plzen, CZE
31. 2023 július 1.	10/25/50m	UPK II.
32. 2023 július 8-9.	10/25/50m	MATE-GEAC verseny

33. <b>2023 július 14-28.</b>	<b>10/25/50m</b>	<b>ISSF Jun.VB Changwon, KOR</b>
34. 2023 július 27-30.	10/25/50m	II. MASPED CUP, Bp., H
35. 2023 augusztus 4-6.	10/25/50m	Ranglista keret edzés
36. <b>2023 augusztus 14 – szeptember 3.</b>	<b>10/25/50/300m</b>	<b>ISSF Feln.VB, Baku, AZE</b>
37. 2023 augusztus 26-27.	10/25/50m	UPK III.
38. 2023 szeptember 2-3.	10/25/50m	Junior OB, Komárom
39. 2023 szeptember 9-10.	10/25/50m	Pécs verseny
40. 2023 szeptember 8-19.	10/25/50m	ISSF VK, Rio de Janeiro, BRA
41. 2023 szeptember 23-24.	25/50m	Felnőtt OB
42. 2023 október 28-29.	10m	Szeged GP
43. 2023 november 4-5.	10m	PELE Kupa
44. 2023 november 10-12.	10m	Nyitra GP
45. 2023 november 17-19.	10m	Hungarian Open
46. 2023 december 1-3.	10m	Zágráb GP
47. 2023 december 8-10.	10m	Belgrád GP
48. 2023 december 9-10.	10m	Savaria Kupa

*(A ranglista rendszer a szakbizottság javaslata alapján a későbbiekben a tapasztalatok mentén módosulhat.)*

#### 4. Célkitűzések, a 2023-as év főversenyei:

10m-es EB, Tallinn, EST, 3 érem, 2 olimpiai kvóta, 2 pontszerző hely	2023. március 5-15.
10/25/50m/korong Európai Játékok, Wroclaw, POL 1 érem felnőtt egyéni versenyszámban, 1 olimpiai kvóta, 1 pontszerző hely	2023. június 21 – július 2.
10/25/50m/korong Junior VB, Changwon, KOR 2 érem, 2 pontszerző hely	2023. július 14 – 28.
Korong EB, Leobersdorf, AUT 1 érem és/vagy pontszerzés	2023. július 25 – augusztus 6.
10/25/50/300m/futócéll VB, Baku, AZE 2 érem, 1 olimpiai kvóta, 2 pontszerző hely	2023. augusztus 14 – szeptember 3.

## 5. A felkészülés kiemelt feladatai

Sportágunkban a 2023. év már teljes egészében olimpiai kvótaszerző év. Ezért legfontosabb feladatunk a kvótaszerző és QROG versenyekre a lehető legjobb csapat kijelölése és versenyzőink folyamatos felkészülésének biztosítása. Szokták mondani, hogy a legjobb edzés a verseny. És valóban, ami edzésen sokszor jól működik, arról versenyen téthelyzetben derül ki, hogy még sem tökéletes. Az elmúlt évtizedekben sokat próbált EB – VB válogatási rendszer részben a most előállt gazdasági kényszerűségből, részben pedig sportszakmai okokból ezért átalakul, és egy ranglista alapú, de a válogató versenyeket is megtartó, kombinált modell felé mozdul el. Ennek célja a versenyzők versenyképességének javítása, motiválása a sportolónak, hogy minél több olyan versenyen induljon el, amely tétversenyt jelentő versenyzési körülményeket biztosít, hogy ezzel fejleszthesse versenyzői kvalitásait.

A Magyar Sportlövők Szövetsége rendszeresen szervezett edzőtáborokat a válogatott keretnek, ezeknek a helyszíne puska-pisztoly versenyszámban zömmel a Fehér Úti Nemzeti Lőtér, de Heraklész táborok helyszínei szoktak lenni vidéki lőterek is, úgymint Tata-Komárom, Nyíregyháza, Pécs, Balatonfűzfő és Mátrafüred. Törekvéssel arra, hogy a szezon főversenyei előtt továbbra is biztosítva legyenek az edzőtáborozási lehetőségek, a rendszeres 1-2 napos intenzív keret edzések megtartásai előtérbe kerülnek, leginkább korong, de puska-pisztoly versenyszámban is egyaránt. Ezek időpontjai az éves versenynaptár véglegesítése után kerülnek fix kijelölésre a felkészülési programban.

A fentieken túlmenően azonban a felkészülési munka döntő része az egyesületekben zajlik a sportolók saját edzőinek iránymutatásai alapján. Az elkészített egyéni felkészülési terveket az év utolsó főversenye után az edzők, igazodva a következő verseny időszak főversenyeinek időpontjához, megküldik a szövetségi kapitánynak, majd azok egy részletes egyeztetést követően kerülnek jóváhagyásra. Ezen felkészülési terveknek ki kell térniük az adott versenyző fizikai, technikai és mentális felkészítésének részleteire, a technikai felszerelés igényére, periodizálniuk kell a pihenő, fizikai alapozó, alapozó-felkészülési verseny és főverseny időszakokat, ki kell térniük a versenyző

életkörülményeire, az előző szezonra kitűzött teljesítmény célt befolyásoló tényezőkre, valamint a következő időszak céljaira. Tartalmazniuk kell a részletes tervezett verseny és edzőtábor részvételt, legyen az majd központilag, klub által, vagy egyénileg szervezett, egészen a következő évi versenyzidőszak utolsó főversenyéig.

Az egyéni felkészülési tervekben a folyamatos fizikai felkészülés módja fontos szempontként lesz kérve, mint a sikeres verseny teljesítmény alapját képező faktor.

A technikai felkészülésnek két fő szegmensére is mindenképp ki kell majd térni, úgymint a verseny teljesítmény fejlesztésének tervezett menetére, ehhez kapcsolódóan pedig a felszerelés optimalizálásának időszakára a lövő sajátosságaihoz, különös képen puska szakágban.

A mentális felkészülés tekintetében pedig meg kell nevezni a periodizálás minden szakaszában annak módját, mivel az eddig kialakított és versenyzés közbeni sikeresen alkalmazott pszichés stratégiák és taktikák fokozottabb elmélyítése, rutin szintjén tartása rendkívül fontos.

Puska - pisztoly szakágakban kijelenthető, hogy szinte egész évre elosztva vannak a kiemelt versenyek, folyamatos edzés és versenyterhelést már-már minden versenyszámban be kell tervezni. De már korongban is megjelentek az északi féltekét tekintve a téli időszakban megrendezett világkupák, ezért a felkészülési szakaszok céljainak megfelelően a fenti három felkészülési faktorban itt is legfeljebb már csak a hangsúlyok tolnak el.

## 5.1 A felkészülés menete puska, pisztoly és futócélszakágakban

Egy élvonalbeli sportlövőnél a megszerzett képességek állandó szinten tartása alapvető fontosságú, míg egy feltörekvő utánpótlás versenyzőnél a különböző szakmai szegmensek fejlesztésekor oda kell figyelni, hogy egyik fejlesztése se történjen a másik kárára. Ezt azzal tudjuk elérni, hogy a sportlövő a fizikai alapozó, valamint a pihenő időszakoktól eltekintve minden időszakban, az összes versenyszámban végez edzőmunkát és a lehetőségekhez képest kap versenyterhelést, tehát maximum a hangsúlyok tolnak el. Amennyiben nem így teszünk, nem tudunk elérni egységes

homogén belső környezetet, minden körülmények közötti egyforma pszichés és sportág specifikus edzettségi állapotot. A periodizálás tehát a terhelési összetevők eltolódásában mutatkozik meg leginkább, így ennek alapján a következő ciklusokra oszlik az éves felkészülés:

Fizikai alapozó időszak: október 26. - november 6.

Az alap állóképesség és az erő-állóképesség fejlesztése, a lövő edzések elhagyása, pihenés, rekreáció.

Felkészülési verseny időszak I.: november 7. – december 18.

A főverseny időszak I.-et megalapozó mennyiségi versenyszerű edzések, az edzéseken új technikák kipróbálása, a versenyek alkalmával ezek tesztelése. Folyamatos fizikai edzések az állóképesség és erő-állóképesség szinten tartása céljából.

Pihenő időszak I.: december 19. – december 26.

Pihenés, feltöltődés, regeneráció.

Főverseny időszak I.: december 27. – március 16.

A 10m-es Európa-bajnokságot is magába foglaló versenyzési időszak. A folyamatos versenyszerű edzésekkel és versenyekkel cél a felkészülési verseny időszak I.-ben megszerzett képességekkel és edzettségi állapotban a maximális sportforma elérése úgy technikailag, mint mentálisan az időszak főversenyére. Folyamatos fizikai edzések az állóképesség és erő-állóképesség szinten tartása céljából.

Keret edzés: - február 18., puska-pisztoly, 10m.

Felkészülési verseny időszak II.: március 17. – május 16.

A főverseny időszak II.-t megalapozó mennyiségi versenyszerű edzések, az edzéseken új technikák kipróbálása, a versenyek alkalmával ezek tesztelése, az időszakot lezáró bakui világkupán a VB lőtéri viszonyokra való felkészülés. Folyamatos fizikai edzések az állóképesség és erő-állóképesség szinten tartása céljából.

Keret edzések: - április 15., puska-pisztoly, 25/50m

Főverseny időszak II.: május 17. – felnőtteknek július 10.  
május 17. – junioroknak július 29.

A felnőtteknek Wroclawban megrendezésre kerülő Európa Játékokkal, míg a junioroknak a changwoni VB-vel lezáruló időszakban a felkészülési verseny időszak II.-ben megszerzett képességekkel és edzettségi állapotban a folyamatos versenyszerű edzésekkel és versenyekkel cél a maximális sportforma elérése úgy technikailag, mint mentálisan az időszak főversenyére. Folyamatos fizikai edzések az állóképesség és erő-állóképesség szinten tartása céljából.

Edzőtáborok, keret edzések: - június 19-22., junior edzőtábor 10/25/50m;  
- június 23-24., junior keret edzés 10/25/50m;

Pihenő időszak II.: felnőtteknek július 11. – 19.  
junioroknak július 29. – augusztus 4.

Pihenés, feltöltődés, regeneráció.

Főverseny időszak III.: felnőtteknek július 20. – szeptember 25.  
junioroknak augusztus 4. – szeptember 25.

A felnőtteknek és az érintett junioroknak a bakui világbajnokságot magába foglaló időszak, mely a felnőtt Országos Bajnoksággal zárul. A felkészülési verseny időszak II.-ben megszerzett képességekkel és edzettségi állapotban és a főverseny időszak II.-ben megszerzett friss tapasztalatokkal, valamint a folyamatos versenyszerű edzésekkel és versenyekkel cél a maximális sportforma elérése úgy technikailag, mint mentálisan az időszak főversenyére. Folyamatos fizikai edzések az állóképesség és erőállóképesség szinten tartása céljából.

Edzőtáborok, keret edzések: - július 22-23., keret edzés 10/25/50m  
- július 31-augusztus 4., felnőtt tábor  
10/25/50m  
- augusztus 5-6., keret edzés 10/25/50m

Pihenő időszak III.: szeptember 25. – október 8.

Pihenés, feltöltődés, regeneráció.

Fizikai alapozó időszak I.: október 9. – 23.

*Az alap állóképesség és az erő-állóképesség fejlesztése, a lövő edzések elhagyása, pihenés, rekreáció.*

*Edzőtáborok: - Iskolai őszi szünet*

## 5.2 A felkészülés menete korong szakágban

Pihenő és regenerációs időszak: 2022. december 1- 2023. január 6.

Regenerálódás, idegrendszeri felfrissülés, fizikai képességek szinten tartása.

Fizikai alapozó időszak: 2023. január 7. – január 29.

A szükséges fizikai képességek fejlesztése, kiemelt figyelemmel a sportágspecifikus elemekre. Általános aerob állóképesség és dinamikus gyakorlatokkal erőállóképesség fejlesztés, illetve a szükséges ízületi mozgástartományok fejlesztése nyújtó gyakorlatokkal és száraz edzésekkel fegyverrel.



Felkészülési időszak: 2023. január 30. – február 19.

Szakmai munka megalapozása zárt térben végzett szimulációs edzések a Fehér úton a Nemzeti lőtérben vagy a klubokban.

Felkészülési időszak I.: 2023. február 20. – március 2.

Sorozatok lövése, helyes mozgástechnika gyakorlása. Az elkezdett szakmai munka eredményességének kipróbálása versenyszerű edzéseken. Időjárás függvényében hazai vagy külföldi edzőtábor a válogatott keretnek. Elemzés, tapasztalatok beépítése a további edzőmunkába, intenzitás fokozása. Fizikai képességek szinten tartása.

Versenyszak I.: 2023. március 3. – május 6.

A felnőtt válogatott keretnek elkezdődik a versenyszak a dohai, majd folytatódik a larnacai és befejeződik a kairói világbajnoksággal. Közben pedig elkezdődnek a hazai és környező országokban is a GP versenyek. A mennyiségi edzőmunka kerül előtérbe. A verseny terhelés fokozásával felkészülés az év főversenyeire. A junioroknak a hazai és nemzetközi versenyeken felkészülés a júniusban megrendezésre kerülő junior világbajnokságra, majd a júliusi junior VB-re, a felnőtteknek a júliusi EB-re és az augusztusi VB-re. A szint lövő versenyeken az EB-VB kijutási szintek teljesítése. Fizikai képességek szinten tartása.

Átmeneti pihenő és regenerációs időszak: 2023. május 7. – május 19.

Könnyű fizikai munka, a fizikai képességek szinten tartása. Idegrendszeri felfrissülés, játékos edzések.

Versenyszak II.: 2023. május 20. – szeptember 3.

Ezen versenyszak kezdődik a junior VK-val Suhlban, majd folytatódik a krawkoi Európa Játékokkal, soron következik a lonatoói VK, a junior VB Changwonban és az EB Leobersdorfban, majd befejeződik a VB-vel Bakuban. A minőségi edzőmunka kerül előtérbe versenyszerű edzésekkel, a döntők gyakorlásával. Az edzettségi szint optimalizálása, sportforma alakítása az év főversenyeire. A hazai válogató versenyeken és külföldi szintlövőkön EB-VB kijutó szint teljesítése, majd az elvárt teljesítmény elérése az EB és a VB-ken. Fizikai képességek szinten tartása.

Versenyszak III.: 2023. szeptember 4. – október 8.

Elemzés, konklúziók megfogalmazása, tapasztalatok beépítése a szakmai munkába. Felkészülés az országos bajnokságokra, az elvárható teljesítmény szintek elérése. A fizikai képességek szinten tartása.

Levezető, pihenő időszak: 2023. október 9. – november 30.

Kisebb hazai és nemzetközi versenyeken részt venni. Új fegyver és lőszer kipróbálása. Az év szakmai tapasztalatainak összefoglalása, esetlegesen új technikák kipróbálása. Versenyszerű edzések, majd pihenés, idegrendszeri felfrissülés. A fizikai képességek szinten tartása.

*(A keret edzések, edzőtáborok időpontjai később kerülnek meghatározásra)*

## 6. A válogatás elvei

### 6.1 A válogatás elvei a Tallinnban 2023. március 5 – 15 között megrendezésre kerülő 10m-es Európa-bajnokságra

A tallinni 10m-es Európa-bajnokságra szakbizottsági egyeztetés után a következő válogatási elvek kerültek meghatározásra:

- Zöld utat egy sportoló sem kap. A válogatás alapját egy a 2022. november 18-20 között megrendezésre kerülő Hungarian Open-nel, mint első versennyel bevezetésre kerülő összevont ranglista adja. A szakbizottság által javasolt, a szövetségi kapitány által jóváhagyott ranglista versenyek a következők:

1. 2022 november 18.	10m	Hungarian Open
2. 2022 november 26-27.	10m	SALGÓ Kupa
3. 2022 november 28 - december 4.	10m	Presidents Cup
4. 2022 december 3-4.	10m	Zágráb GP
5. 2022 december 9.	10m	SAVARIA KUPA
6. 2022 december 9-11.	10m	Belgrád GP
7. 2022 december 17-18.	10m	Eszék GP
8. 2022 december 17-18.	10m	Komárom Kupa

- Az ezeken a versenyeken való indulás a sportoló és edzője szerint szabadon eldönthető, igazodva a versenyző egyéni felkészülési menetéhez.
- Hazai ranglista versenynek az a verseny vehető figyelembe, amelyiken:
  1. Nemzetközi, országos vagy I. osztályú versenybíró bíraskodik.
  2. Az ISSF vonatkozó versenyszabályai alapján kell, hogy megrendezésre kerüljön.

- Külföldi ranglista versenynek az a verseny vehető figyelembe, amelyiken:
  1. Ahol nemzetközi bíró bíraskodik és legalább 20 fő versenyzői létszám részt vett a versenyen korcsoporttól függetlenül (kivétel President's Cup)
  2. Az ISSF vonatkozó versenyszabályai alapján kell, hogy megrendezésre kerüljön.
  
- A tallinni EB válogatásához a 2022. december 19-én lezárt összevont ranglistát vesszük figyelembe. Minden versenyző a legjobb egy eredményével (adott versenyszámban és korcsoportban) a legjobb 10 versenyző közé kell kerülni. Ennek a 10 legjobb eredménnyel rendelkező versenyzőnek rendezünk két hétvégén négy válogató versenyt összevont döntővel.
  
- A válogatás két versenyen, versenyenként két külön versenynapon, minden versenynapon egyszeri lőállásba állással kerül megrendezésre. Ez a két válogató verseny a következő:
 

1. 2023. január 7-8.	10m	KSI Válogató, SYMA lőtér
2. 2023. január 22.	10m	BHSE verseny, BHSE kézilabda csarnok
  
- Csak az ezeken a szűkített létszámú válogató versenyeken elért eredményeket vesszük figyelembe a válogatásnál. A szövetségi kapitány másik versenyt jelölhet ki, amennyiben ez szükségessé válik (vis major esetben).
  
- Az ezeken a versenyeken elért négy alapversenyi eredményből a két legjobb eredményt vesszük figyelembe.
  
- Köregyenlőség esetén a versenyzők négy alaperedményéből a harmadik legjobb eredményüket vesszük figyelembe a kiutazók névsorának meghatározására. Ha ez is egyenlő, a válogató versenyeken megrendezett összevont döntőkön elért helyezések döntik el a kiutazásra javasoltak névsorát.
  
- Minden junior versenyző klubjának a válogató versenyek előtt, de legkésőbb 2022. december 19-e déli 12 óráig jelezni kell írásban a szövetségi kapitánynak, ha nem a korosztályában, hanem felnőttben szeretne válogatódni a tallinni Eb-re.

- Abban az esetben, ha egy junior versenyző a két válogató verseny alapján nem jut be a felnőtt csapatba, de bejut a juniorba, akkor juniorban tud indulni.
- A külföldön tanuló sportlövőink számára is biztosítani kívánjuk a lehetőséget az EB csapatba kerüléshez. Az érintett sportolóknak 2022. december 21-ig e-mailben kell nyilatkozniuk a szövetségi kapitánynak arról, hogy külföldről versenybe kívánnak szállni a csapat tagságért és sikeres válogatózás esetén indulni fognak Tallinban a 10m-es Európa-bajnokságon. Határidőn belül (december 21.) a sportolók nevezzék meg e-mailben azt a két, de maximum négy, külföldön rendezett hivatalos versenyt, időpontot, ami a hazai válogató versenyekhez képest +/- 7 napon belül, de legkésőbb 2022. január 30-a előtt kerül megrendezésre. Mindkét verseny befejezése után még aznap meg kell küldeni a rendező által hitelesített eredményjegyzéket (légpuskával tizedelt) a szövetségi kapitánynak. Eredményüket beillesztjük az itthon kialakult rangsorba.
- A vegyes párosok az egyéni válogatás sorrendje alapján alakulnak ki, mely minden esetben a legerősebb elérhető csapatösszeállítást kell tükrözze.
- A válogató versenyek alapján kialakult sorrend nem jelent automatikus EB vagy VB részvételt. A szövetségi kapitány a 2023. január 23-ra összehívott szakbizottsági ülésen egyeztet a szakbizottságokkal, majd javaslatát az elnökség elé terjeszti az EB-n MSSZ költségen, illetve a saját/klub költségen részt vevő sportolók névsorának vonatkozásában.
- EB-VB, ISSF VK-GP kiutazási javaslatba (bármilyen költségvállalással) csak azok a felnőtt és utánpótlás versenyzők kerülhetnek, akik eleget tettek a kötelező MACS regisztrációs követelménynek!

A válogatás elvei a 2023. július 14. és 28. között megrendezésre kerülő junior világbajnokságra, valamint a 2023. augusztus 14. és szeptember 3. között megrendezésre kerülő felnőtt világbajnokságra puska-pisztoly versenyszámokban a puskás és pisztolyos szakbizottság javaslatára közvetlenül a tallinni 10m-es EB után kerülnek meghatározásra.

## 6.2 A válogatás elvei koronglövő versenyszámokban az Európa-bajnokságra és a világbajnokságra

MSSZ költségen EB csapatba kerül, aki:

- 2022-ben EB-n, VB-n, világkupán teljesítette a 2023-es kiutazó szintet, vagy
- 2023-ban ISSF VK-GP versenyen teljesítette a kiutazó szintet, vagy
- 2023-es hazai vagy külföldi EB válogató versenyen, teljesítette a kiutazó szintet, vagy
- Európai ranglistán férfi trap, skeet 1-50., női trap-skeet 1-30. helyen szerepel a válogatás időszakában.

MSSZ költségen VB csapatba kerül, aki:

- 2022-ben EB-n, VB-n, világkupán teljesítette a 2023-es kiutazó szintet, vagy
- 2022-ben ISSF VK-GP versenyen teljesítette a kiutazó szintet, vagy
- 2022-es hazai vagy külföldi VB válogató versenyen, teljesítette a kiutazó szintet, vagy
- Európai ranglistán férfi trap, skeet 1-50., női trap-skeet 1-30. helyen szerepel a válogatás időszakában.
- 2023-as EB-n teljesítette a VB kiutazó szintet (trap-skeet-duplatrap)
- 2023-as junior VB-n teljesítette a felnőtt kiutazó szintet (trap-skeet-duplatrap)

Abban az esetben, ha több mint három versenyző teljesíti az egyenes kiutazó szintet, a válogatók és szintlövők eredményrangsora szerint kerülnek javaslatba a versenyzők. Elsőbbséget élveznek, akik az adott időpontig az európai ranglistán kedvezőbb helyezést értek el.

Az utazó csapat további felnőtt és utánpótlás tagjaira a válogatók és szintlövők eredményrangsora alapján a szakbizottsággal történő konzultáció után a szövetségi kapitány tesz javaslatot az elnökségnek, amelyet az megtárgyal és dönt. Eredményrangsor elkészítésénél figyelembe vesszük a 2023. évi EB-VB

hazai és külföldi válogató versenyek, világkupák, ISSF GP-k, EB eredményét. Válogató versenyeken nyílt, korcsoport független döntőt rendezünk.

A vegyespárosok a válogatók, szintlövők első napi egyéni 75 korongos alapversenyi eredmény rangsora alapján alakulnak ki. A női első a férfi elsővel, a női második a férfi második helyezettel alkot egy párost 2x75 korongos összeredménnyel. Az eredményrangsorba belekerülnek a világkupák, ill. az ISSF GP trap-skeet vegyespárosok eredményei is.

EB-VB kiutazási javaslatnál csak azon versenyzők kiutazását támogatjuk (MSSZ vagy saját felfizetéssel), akik trap-skeet versenyszámban legalább két EB, ill. két VB, duplatrapban egy EB, ill. egy VB válogatón részt vesznek.

Az utánpótlás versenyzők EB-VB szintlövőkön elért eredményei beszámíthatók a felnőtt eredményrangsorba is.

EB-VB, ISSF VK-GP kiutazási javaslatba (bármilyen költségvállalással) csak azok a felnőtt és utánpótlás versenyzők kerülhetnek, akik eleget tettek a kötelező MACS regisztrációs követelménynek!

#### 2022 Európa-bajnokságra, világbajnokságra egyenes kijutási szintek

	férfi	női	jun.fíú	jun.lány	MIX
Trap szint	116	112	110	105	138
Skeet szint	118	115	110	104	140
Duplatrap szint	120	110	92	82	

*(Fenti szintek a 2021-2022. évi világkupákon, EB-n, Olimpián elért felnőttben "mezőny egyharmad", juniorban "mezőny fele" eredmények átlagai szerint lettek megállapítva.)*

*(A válogató és hazai szint lövő versenyek pontos időpontjai később kerülnek meghatározásra)*

### 6.3 Válogatási elvek futócélszakágban az Európa- és világbajnokságra

- A hazai válogató versenyen vagy az azonos időben rendezett külföldi versenyen kötelező részt venni.
- Csak azoknak a versenyzőknek az eredménye vehető figyelembe a válogatáskor, akiknek felkészülése folyamatos.
- Az utazó keret személyi összetételére az edzői szakcsoporttal történő tárgyalás alapján, az alábbi tényezők gondos mérlegelését követően a szövetségi kapitány tesz javaslatot.
- Szempontok:
  - Nemzetközi és hazai eredményesség az elmúlt időszakban
  - Pillanatnyi forma, felkészültség
  - 2022. évi egyéni és csapat eredményesség
  - Válogatóversenyen elért eredmény, illetve helyezés

Az utazó keretbe csak olyan versenyzők kerülhetnek javaslatba, akik válogató versenyen részt vettek, és elérték a megjelölt minimum szintet 30+30 lövéses versenyszámban.

Azok a versenyzők, akik a listában megjelölt „A” vagy a fölötti eredményt a válogató versenyeken elérik és ha abban rendeznek döntőt abban érmet szereznek, kiemelt figyelmet kapnak.

Szinteredmények táblázatos kimutatása:

A – Kiemelt figyelem, egyenes kijutási szint.

B – Minimum szint, mely további egyeztetéseket igényel.

Szakág	Szint	Nők	Lány	Férfi	Fiú
Futócélszakág 10m és	A	565	540	577	560
	B	548	510	565	548
Futócélszakág 50 m	A	560	540	587	573
	B	545	510	580	568

A tallinni Európa-bajnokságra a válogató verseny helyszíne és időpontja az idei év Futócélszakág 10m-es Országos Bajnoksága Szentendrén 2022. november 26-27-án.

## 7. Válogatott kerettagok edzőinek feladatai

A válogatott keret központi felkészülési terve alapján elkészíteni az éves egyéni felkészülési tervet és megküldeni a szövetségi kapitány részére.

Az elkészítésnél figyelembe kell venni a következő alapelveket:

### 1. Helyzetelemzés, amely tartalmazza:

A versenyző személyiségének jellemzését, versenyzői adottságainak összefoglalását.

Versenyző életkörülményeit, iskolai, munkahelyi elfoglaltságát, gondjait, problémáit.

Mi rejlik teljesítménye mögött, milyen munkát végzett az előző szezonban, milyen nehézségekkel kellett megküzdenie és mik segítették felkészülését.

Előző évi legjobb eredményeit.

Előző évi átlagteljesítményét.

### 2. Célformálás:

2023-ban elérendő teljesítmény szintek.

2023-ban elérendő fő technikai, fizikai és mentális célkitűzések.

Az ezek elérését szolgáló részcélok megfogalmazása.

Részcélok teljesítését szolgáló szükségletek megjelölése.

### 3. A felkészülés menete 2023. szeptember 25-ig.

Fizikai alapozó, alapozó-felkészülési verseny és fő verseny időszakok, valamint pihenő-regenerációs időszakok.

Tervezett egyéni edzőtáborok (hazai-külföldi), egyéni versenynaptár.

A technikai felkészülést megalapozó folyamatos fizikai edzések módja, helyszíne, intenzitása és terjedelme.

A versenyképességet megalapozó mentális felkészülés módja és helyszíne.

A közbülső egyéni teljesítmény mérések, valamint a kitűzött egyéni teljesítmény szintek elérésnek tervezett időpontjai.



#### 4. Megküldeni a következő adatokat:

A versenyző személyi adatait, lakcímét, email címét, telefonszámát.  
Versenyszámait, fegyverszámait és a fegyverei gyártóját, útlevél számát és érvényességét, EU fegyver útlevél számát, érvényességét.  
(Ehhez ez adatlap később kiküldésre kerül.)

**Az egyéni felkészülési tervek beadási határideje: 2022.12.19.**

## 8. Sportágunk helyzete

9 évvel ezelőtt indult a Kiemelt Sportág Fejlesztés (KSF). A Magyar Sportlövők Szövetsége által elkészített koncepcióból mára több pont is részben vagy egészben megvalósult, míg van, ami sajnos nem. Négy sikeres edzőnk lehet a Kiemelt Edző Program tagja, valamint további 14 utánpótlás nevelő edző kolléga részesül állami anyagi juttatásban az ország 7 régiójára lebontva. Öt edzőt foglalkoztatunk félállásban a Heraklész Programban, melynek az utánpótlás válogatott keret eredményes felkészülésében kiemelkedő szerepe van. A program az edzőtáborokon túl támogatja utánpótlásunk nemzetközi versenyeztetését is, így több fiatal tudunk a nemzetközi mezőnyben is kipróbálni. A szövetség ezen felül állandó fizioterapeutát is biztosít a válogatott keret tagjainak. Felnőtt és utánpótlás korú versenyzőinknek is megújíthattuk fegyverparkját, ruházatát és modernizáltuk kiegészítő felszereléseiket. Folyamatosan kiszolgáljuk a biztosított kereten belül a válogatott versenyzőket edzésre és versenyre minőségi lőszerrel, valamint csőbe válogatott versenylőszerrel a 25-50m-es versenyszámokban. Ugyanez igaz koronglövőinkre, akik a nemzetközi színvonalnak megfelelő lőszerrel edzhettek és versenyeztek.

A szövetség finanszírozza a válogatott keretek versenyzőinek világversenyeken és adott esetben egyéb nemzetközi versenyeken való részvételét, valamint az azokra felkészítő edzőtáborokat, keretedzéseket. Ennek háttéréként a szövetség az egyesületekkel, szakosztályokkal, tagszervezetekkel kooperációban biztosítja a hazai versenyrendszer működését, állítja össze a nemzetközi versenynaptárba illeszkedő hazai versenyprogramot és biztosítja a technikai feltételeket, ezzel adva lehetőséget

a válogatott és a többi, a versenyrendszerben részt vevő sportoló számára a versenyzésre és a felkészülésre. A KSF-nek köszönhetően sportágunkban több évtizedes lemaradást pótolva haladt a létesítmények fejlesztése. Megépült és átadásra került a Fehér Úti Nemzeti Lőtér, mely méltó felkészülési központja lett a pisztolyos és puskás versenyszámoknak. Felújításra került Pécs, Zalaegerszeg, Komárom, a BHSE, Eger, Debrecen, Gödöllő és Zsombó meglévő lőterei, melyek közül nem egy olimpikonjaink napi felkészülési helyszínei. Létesítmények tekintetében pedig további előre lépési potenciált jelent a Honvédelmi Sportszövetség létrehozása, valamint a kormány által ehhez kapcsolódva bejelentett országos mértékű lőtérfejlesztés, bízva abban, hogy ezen lőterek megfelelnek majd a modern és magas szintű sportolási követelményeknek.

Az idei évtől kormány döntést követően az állami sportvezetés a továbbiakban a Honvédelmi Minisztérium alá fog tartozni, mely változásokat hoz magával. A sportágakat a korábbi rendszertől eltérően az eddigi információk alapján 5 fő csoportba osztották, mely rendszerben a sportlövészetet a 2. csoportba, a biztos kvóta és olimpiai pontszerző sportágak kategóriájába tették. Ez bizakodásra adhat okot és az Olimpiai Szakmai és Működési Támogatás, a Kiemelt Sportág Fejlesztés és az Utánpótlás Nevelési Program, mint finanszírozási csatornák remélt megtartása mellett, ezek keretein belül a szövetség továbbra is támogatni szeretné cél szerinti felosztásban tag egyesületeit is, foglalkozzanak azok olimpiai versenyszámokkal, ISSF versenyszámokkal, számszeríjászattal vagy nemzeti versenyszámokkal, hisz ezen források minél több csatornán keresztül azon új sportolókhöz juthatnak így el, akik első ízben lépnek be egy sportlőtérré és ismerkednek meg a sportág sajátosságaival és szépségével.