



Sportul

ZIAR AL CONSILIULUI NAȚIONAL PENTRU EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

ANUL XLI - Nr. 11 183

4 PAGINI - 50 BANI

Simbătă 30 noiembrie 1985

Miine, in cea de a 16-a etapă a Diviziei „A” de fotbal

DOUĂ MECIURI DE MARE INTERES: LA BACĂU ȘI BUZĂU

● La Hunedoara, recordmana eficacității față în față cu recordmana remizelor ● Va sări liderul și peste penultimul hop din această toamnă: joc, în deplasare, cu S.C. Bacău? ● În „Giulești”, deși Chimia Rm. Vilcea deține o bună formă

sportivă, Rapid se gindește doar la... ambele puncte ● F.C. Olt urcă spre dealul Feleacului cu Balaci reintegeat în formație ● După numai 4 zile, la Buzău un alt derby: Gloria - Dinamo ● La Timișoara, „Poli” promite suporturilor ei o nouă

victorie ● Cu gindul la „podium”, Universitatea Craiova nu vrea să lase speranțe „lanternei” ● În „Regie”, un meci de atracție, cu „alb-negrii” instalați favoriți ● La Brașov, Victoriei nu i-ar strica nici... egalul!

PROGRAMUL ETAPEI

Hunedoara:	CORVINUL	- PETROLUL
Bacău:	SPORT CLUB	- STEAUA
București:	RAPID	- CHIMIA
(stadiionul Giulești)		
Cluj-Napoca:	UNIVERSITATEA	- F.C. OLT
Buzău:	GLORIA	- DINAMO
Timișoara:	„POLI”	- A.S.A.
Craiova:	UNIVERSITATEA	- F.C. BIHOR
București:	SPORTUL STUDENȚESC	- F.C. ARGES
(stadiionul Sportul studențesc)		
Brașov:	F.C.M.	- VICTORIA BUC.

Toate partidele vor începe la ora 14

CLASAMENTUL

1. STEAUA	15	12	3	0	30-6	27
2. Sportul stud.	15	9	4	2	34-14	22
3. Dinamo	15	8	3	4	23-12	19
4. Univ. Craiova	15	8	3	4	18-13	19
5. Gloria	15	7	2	6	22-17	14
6. Chimia	15	7	2	6	22-19	14
7. Petrolul	15	4	3	12	14-16	16
8. Corvinul	15	7	1	7	39-22	15
9. „U” Cluj-Nap.	15	6	3	6	19-19	15
10. F. C. Olt	15	5	4	6	16-20	14
11. F. C. Arges	15	5	4	6	13-18	14
12. „Poli” Timiș.	15	6	1	8	27-27	13
13. A.S.A. Tg. M.	15	5	3	7	14-20	13
14. S. C. Bacău	15	6	0	9	22-24	12
15. Rapid	15	4	3	8	19-28	11
16. Victoria	15	2	6	7	12-23	10
17. F.C.M. Brașov	15	4	2	9	8-32	10
18. F. C. Bihor	15	2	4	9	11-33	8

Astăzi, la Pitești, în finala „Cupei cupelor” la polo

DINAMO BUCUREȘTI - VASAS BUDAPESTA, O PARTIDĂ DECISIVĂ

Un autentic „cap de afiș” al programului sportiv al săptămînii este mult așteptata întâlnire-retur a finalei „Cupei cupelor” la polo. În bazinul olimpic din Pitești se vor afla față în față astăzi, cu începere de la ora 16, Dinamo București, de numeroase ori campionă a țării și lideră în actuala întrecere a Diviziei „A”, și Vasas Budapesta, puternică reprezentantă a valorosului polo din Ungaria, cîștigătoare ediției 1984 a „Cupei campionilor europeni”. Oaspeții de azi au învins, după cum se știe, cu 12-11 în prima manșă, dar jucătorii români, care au evoluat foarte bine și la Budapesta, speră, cu deplin temel, să încheie cu succes remarcabila lor participare în prestigioasa competiție.

Este foarte probabil ca echipele ce vor fi trimise în apă să fie foarte asemănătoare cu cele alinate duminică la Budapesta, pe foaia de arbitraj putînd apare doar unul-două nume noi. Astfel antre-

norii bucureșteni Iuliu Capșa și Dinu Popescu contează pe portarii Spinu și Diaconu, pe Ungureanu, Ardelean, Șerban, Ciobăniuc, Zaharia, Hagi, Răducanu, Rus Dan, Moiceanu, Chiru (în ordinea numerelor de pe tricou). De partea cealaltă, Peter Rusoran îi va alina pe Nemes, Földi, Krleger, Meszaros, Budavari, Kuncz, Lengyel Kenez, Jancso, Matusek, Mehes, Radnoty, Agardi.

Întîlnirea va fi arbitrată de Zejko Klarici, din Iugoslavia, și Jurgen Blan, din R.F. Germania. Delegatul Ligii europene de natație este președintele acestui for, iugoslavul Ante Lambașa.

Să sperăm că va învinge, într-adevăr, echipa cea mai bună, iar aceasta dorim să fie Dinamo București!

Geo RAETCHI

PLOAIA ÎNSOȚEȘTE PREGĂTIRILE RUGBYȘTILOR. SĂ SPERĂM, ÎNSĂ, CĂ LA AQUILA VA FI SOARE...

În contextul oficializării primei „Cupe mondiale” a rugbyului, „cota” Campionatului european este în continuă creștere. Pentru că fiecare dintre cele 6 echipe figurînd în clasa de elită (A) dorește să-și probeze gradul de competitivitate la cel mai înalt nivel. Din Europa continentală — se știe — la viitoarea întrecere mondială, ce va avea loc în 1987 în Australia și Noua Zeelandă, au fost calificate (pe baza unor performanțe anterioare) trei reprezentative: Franța, România și Italia. Valoarea și experiența competițională a „XV”-ului Franței (participă anual, în afara Campionatului european, la Turneele celor 5 națiuni și la diverse turnee în care se confruntă cu echipe naționale puternice cum ar fi cele ale Noli Zeelande, Australiei sau Argentinei) sînt unanim recunoscute ceea ce-l

conferă calitatea de lider necontestat pe continent.

Echipele României — mai ales ea — și Italiei joacă, în schimb, rolul unor posibile outsideri, reprezentativa „frunzelor de stejar” uimind nu o dată specialiștii din lumea întreagă prin buna-i comportare și admirabilele-i victorii în fața unor formații pe deplin consacrate, cum ar fi cele ale Franței, Țării Galilor, Scoției etc. Iată de ce proximitatea duelului dintre echipele Italiei și României, din cadrul C.E., capătă azi dimensiuni și valențe neobișnuite.

★ Deși mai este o săptămînă pînă la întîlnirea de la Aquila, „febra meciului” i-a cuprins pe toți rugbyștii tricolori.

Dimitrie CALLIMACHI

(Continuare în pag. a 4-a)

Sub semnul adeziunii depline la ideile cuprinse în cuvîntarea tovarășului NICOLAE CEAUȘESCU, al angajamentului unanim de a infăptui hotărîrile Congresului al XIII-lea, Programul partidului, IERI S-A ÎNCHEIAT CONGRESUL ȘTIINȚEI ȘI ÎNVĂȚĂMÎNTULUI

Primul Congres al științei și învățămîntului și-a încheiat lucrările, la 29 noiembrie, în Sala Palatului Republicii Socialiste România.

În cursul dimineții de vineri, lucrările au fost reluate în plen sub președinția tovarășei academiciene doctor inginer Elena Ceaușescu, membru al Comitetului Politic Executiv al C.C. al P.C.R., prim viceprim-ministru al guvernului, președintele Consiliului Național pentru Știință și Tehnologie.

În cadrul discuțiilor asupra problemelor înscrise pe ordinea de zi au luat cuvîntul tovarășii: Ioan Ioviț-Popescu, rectorul Universității București, Carol Manișiu, director general al Institutului central pentru industria construcțiilor de mașini, Georgeta Nichita, prorector al Institutului agronomic Timișoara, Nicolae Croitoru, secretar al Comitetului municipal București al P.C.R., Mărioara Lemne, secretar al Comitetului de partid de la Institutul de geologie și geofizică București, Ion Dodu Bălan, profesor la Universitatea București, Constantin Arseni, președintele Academiei de Științe Medicale, Dan Pavelescu, secretar al C.C. al U.T.C., Doina Ivan, director general al Institutului central de biologie, Orațiu Hoară, director al Liceului de matematică-fizică „Ioan Slavici” Arad, Iulia Petrescu, directorul Institutului de cercetări textile, Marin Ivașcu, director general al Institutului central de fizică, Poliana Cristescu, președintele Consiliului Național al Organizației Pionierilor, Iosif Fodor, director al Institutului de cercetări și proiectări miniere Cluj-Napoca, Dumitru Ghișe, prorector al Academiei „Ștefan Gheorghiu”, Nicu Boboc, director general al Institutului central de matematică, Valentina Dan, prorector al Universității Galați, Ion Buzescu, director al Institutului Național de moartore termice.

Dezbaterile s-au desfășurat în spiritul orientărilor de excepțională însemnătate, teoretică și practică, cuprinse în strălucita cuvîntare rostită de secretarul general al Partidului Comunist Român, președintele Republicii Socialiste România, tovarășul Nicolae Ceaușescu, în deschiderea Congresului științei și învățămîntului.

Participanții la Congres au reafirmat vibrant sentimentele de neșărmită dragoste, stimă și recunoștință, față de tovarășul Nicolae Ceaușescu, care, prin monumentală sa operă științifică, prin întreaga activitate, își aduce o inestimabilă contribuție la elaborarea și infăptuirea politicii partidului și statului, la fundamentarea planurilor și programelor de dezvoltare economico-socială a patriei, la mobilizarea tuturor resurselor țării și stimularea energiilor și forțelor creatoare ale națiunii, la organizarea și conducerea opereii istorice de edificare a socialismului și comunismului în România.

De la tribuna marelui forum, s-a dat o înaltă apreciere magistralei cuvîntări a conducătorului partidului și statului, care, pe temeiul unei analize de o deosebită profunzime, stabilește direcțiile de bază în orientarea pe mai departe a întregii activități din domeniul științei și al învățămîntului, constituind un însuflețitor program de acțiune pentru intensificarea cercetării și perfecționarea muncii instructiv-educative.

Delegații și invitații la Congres au adus un respectuos omagiu activității tovarășei academiciene doctor inginer Elena Ceaușescu, eminent om politic, ilustru savant, de largă recunoaștere internațională, care, cu remarcabilă competență, cu fierbinte devotament patriotic și revoluționar, îndrumă permanent, nemijlocit, amplu proces de infăptuire a politicii partidului și statului în domeniul științei, învățămîntului și culturii.

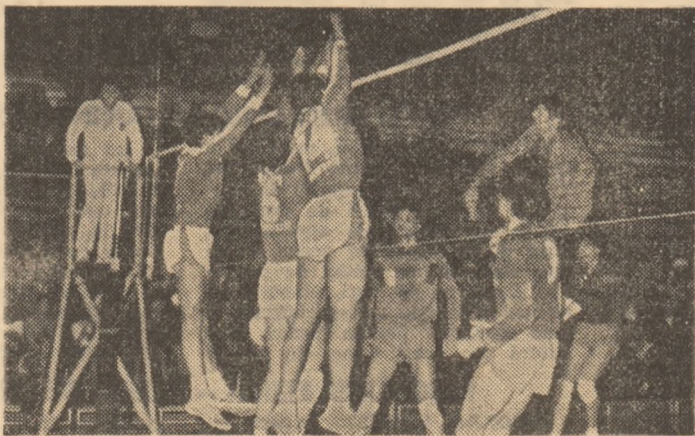
Participanții la dezbateri au dat expresie adeziunii depline a tuturor slujitorilor științei și școlii la politica internă și externă a partidului și statului nostru, care corespunde în cel mai înalt grad intereselor și aspirațiilor supreme de progres și bunăstare, de pace, înțelegere și colaborare internațională, ale poporului român.

În cuvîntul lor, vorbitorii au infățișat munca plină de dăruire desfășurată de oamenii muncii din cercetare, inginerie tehnologică și proiectare, din învățămîntul de toate gradele, pentru îndeplinirea exemplară

(Continuare în pag. a 4-a)

În derbyul de volei (m) STEAUA ÎNVINGE PE CAMPIONĂ: 3-1

Public numeros ieri după-amiază, în sala Floreasca din Capitală, la cel dintîi derby al campionatului masculin de volei, la care s-au aliniat obișnuitele concurențe la titlu, Steaua și Dinamo. Confrunțarea lor a creat (cu excepția primului set, dominat net de vicecampioni) destulă încordare în rîndul celor două galerii, dat fiind echilibrul luptei și unele răsturnări spectaculoase de rezultat pe parcursul seturilor 2-4. În cele din urmă Steaua a obținut victoria cu 3-1 (5, -12, 13, 13), grație unui plus de vigoare și de efectiv, precum și unor momente de lincezeală în terenul advers. O victorie, însă, mai „muncită” chiar decît arată scorul, pentru că — de pîdă — Dinamo a avut și a ratat o mare șansă de a-și adjudeca și setul 3, în care campioana „en titre” a condus cu 4-1, 6-2, și 13-8, iar în setul 4 a refăcut spectaculos de la 3-8 și a preluat conducerea (9-8). În finalurile de set, însă, „alb-roșii” au plătit deopotrivă tribut relaxării premature și rezistenței mai scăzute. Desigur, în calculele rezultatului au cîntărit greu puținătatea rezervelor dinamoviste și forma slabă a lui Gheorghe (care în sezonul trecut fusese cel mai bun din ultimul derby) și a



Aiac puternic al stelistului Dascălu, căruia i se opun la blocaj Gheorghe, Enescu și Ion

Foto: Aurel D. NEAGU

lui Rădulescu (acesta însă suplinind excelent de Rotar).

Meciul a oferit citeva faze lungi, frumoase și aplaudate, dar mai ales un atractiv duel de servicii din săritură Dascălu — Rotar, ambii extrem de eficienți, precum și numeroase atacuri puternice din ambele linii (Dascălu și Mina la Steaua, Pop la Dinamo). Totuși, așteptam mai mult de la cele două frunțe. Și mai puțină inconstanță! Arbitrii M. Nico-

lau și Z. Moldoveanu au condus bine echipele: STEAUA — Ionescu (Pădurețu), Mina, Constantin (Șoica), Pralea (Spinu), Dascălu (Macavei), Pentelescu; DINAMO — Ion, Enescu, Rădulescu (Rotar), Pop, Vrinca, Gheorghe (Drăghici). Să le urăm, însă, campionilor (învingi în derby) succes în C.C.E., la Londra, unde vor întîlni duminică pe campioana Angliei, în meci-tur!

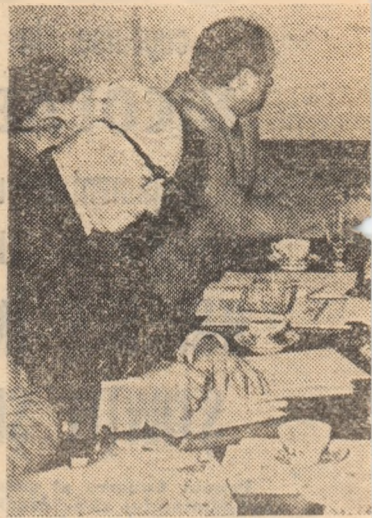
Aurelian BREBEANU

În pag. 2-3:

PREGĂTIREA FIZICĂ A FIECĂRUI SPORTIV — MIJLOC HOTĂRITOR PENTRU OBTINEREA UNOR PERFORMANȚE DE VALOARE RIDICATĂ — Masă rotundă organizată de C.N.E.F.S. și redacția „Sportul”

PREGĂTIREA FIZICĂ A FIECĂRUI SPORTIV — MIJLOC HOTĂRÎTOR

PENTRU OBTINEREA UNOR PERFORMANȚE DE VALOARE RIDICATĂ



— Masă rotundă organizată de C. N. E. F. S. și redacția „Sportul“ —

An de an, mișcarea noastră sportivă a reușit să obțină prestigioase succese internaționale în competiții de cea mai mare anvergură, Jocuri Olimpice, Campionate mondiale sau europene, ca urmare a pregătirii temeinice, pe toate planurile, a celor mai buni dintre performeri, a condițiilor materiale asigurate sportului nostru prin grija organelor de partid și de stat. Pentru anul ce vine și în perspectiva viitoarelor Jocuri Olimpice, în fața sportului nostru de performanță se află obiective îndrăznețe, sarcini importante. În Mesajul tovarășului **NICOLAE CEAUȘESCU** adresat Conferinței pe țară a mișcării sportive din 1982 se arată: „Desfășurând o muncă tenace, îndrăznică, pentru a ne pregăti cit mai temeinic și a ne menține locurile fruntașe pe care le-am dobândit într-o serie de discipline sportive, trebuie să ne propunem să ridicăm și mai mult nivelul general al tuturor ramurilor de sport și să cucerim noi poziții de frunte în ierarhia sportului mondial — la gimnastică, atletism, handbal, tenis, canotaj, precum și la alte discipline”.

„Să se asigure — spunea tovarășul Nicolae Ceaușescu în Cuvântarea rostită la Congresul științei și învățămîntului — pregătirea tineretului, a tuturor oamenilor muncii pe baza celor mai noi cuceriri ale științei din toate domeniile! Să întărim continuu legătura indisolubilă a științei cu învățămîntul și producția!”

Unul din mijloacele îmbunătățirii continue a pregătirii sportivilor fruntași și, implicit, a creșterii valorii performanțelor înregistrate este și asigurarea unei corespunzătoare pregătiri fizice, generale și specifice, mai cu seamă în această etapă. Ținînd seama de rolul însemnat al pregătirii fizice la îndeplinirea viitoarelor obiective de performanță ale mișcării noastre sportive, C.N.E.F.S. și redacția noastră au organizat o „masă rotundă” în cadrul căreia au fost dezbătute probleme legate de locul și rolul pregătirii fizice în procesul de antrenament, la care au luat parte tehnicieni din diferite ramuri de sport, antrenori, activiști și medici sportivi, alți specialiști ai acestui domeniu de activitate.

O NOUĂ CALITATE ÎN PREGĂTIRE

SEPTIMIU TODEA, secretar al C.N.E.F.S.: Asigurarea unei temeinice pregătiri fizice generale și specifice, în toate etapele pregătirii, dar mai cu seamă în această etapă de începere a pregătirilor pentru anul viitor, este un mijloc principal, hotărîtor în ridicarea capacității de efort, a valorii sportive și ca suport obligatoriu pentru exprimarea cit mai eficientă a măiestriei tehnico-tactice. Aceasta este și scopul întîlnirii noastre. Unii tehnicieni ridică, de multe ori, problema imposibilității abordării pe un plan superior a unor laturi ale pregătirii tactice și psihologice în marile competiții. Ei și firesc să nu se obțină mare lucru cînd nu este realizată o pregătire fizică corespunzătoare. Semifondul fete, luptele greco-romane, canotajul, halterele, handbalul băieți ș.a. au obținut rezultate deosebite pe un suport trainic al pregătirii fizice. Vrem să reconsiderăm valoarea și importanța acestei pregătiri fizice

în antrenamentul sportivilor. Trebuie perfecționată dirijarea științifică a pregătirii fizice, în baza unor date obiective, furnizate de cercetarea științifică și medicina sportivă, cu privire la conținutul și calitatea acestei pregătiri fizice, a antrenamentelor sportivilor. Federațiile, tehnicienii să se gîndească la sporirea, în continuare, a volumului și intensității în pregătire, paralel cu asigurarea procesului științific de refacere după efortul depus, prin utilizarea în mai mare măsură a mijloacelor tradiționale, cit și a celor moderne, sub o riguroasă supraveghere medicală. Dirijarea conținutului procesului de pregătire fizică să se facă în funcție de specificul ramurilor de sport, de nivelul sportivilor. Trebuie să vedem cum este necesar să arate un model al pregătirii fizice în diferite etape ale pregătirii, fără de care este imposibil să fie dirijat efortul și realizat procesul de antrenament.

NECESITATEA UNUI MODEL

NICU ALEXE, directorul Centrului de perfecționare a cadrelor din mișcarea sportivă: Selecția mijloacelor care compun un model de pregătire trebuie să răspundă celor două probleme de fond ale programării lui: care este relația lor de solicitare și de structură cu specificul concursului? Concret, un mijloc folosit în pregătirea luptătorilor și boxerilor și care constă din alergare contracronometru pe un plan înclinat ascendent, lung de 2 km, nu are nici o legătură cu structura procedurilor de atac și apărare din ring sau de pe saltea. Dar din punct de vedere al ridicării capacității sistemului cardio-respirator și neuro-muscular, al pregătirii sistemului locomotor la nivelul celui mai important concurs (precedent) și uneori peste el, un astfel de mijloc are o însemnătate centrală. În această viziune, modelul de pregătire, indiferent de ramura sportivă în care ne aflăm și de durata de concurs (care poate fi de durata secundelor sau a zecilor

de minute), trebuie să se stabilească numărul exercițiilor cu acest profil, ca și cantitatea lor de repetare, distanțele parcurse și greutatea ridicată, precum și modul lor de repartizare în ciclurile săptămînale, ponderea lor în lecțiile de antrenament. În această perspectivă, probele de control izvorăsc nu numai din conținutul pregătirii specifice (tehnico-tactice), ci și din acel al pregătirii fizice. Probele de control ale acestui factor (care nu și-a pierdut importanța sa pe planul acumularilor biologice și al prevenirii traumatismelor, ci a crescut și va crește pe măsură ce rețeaua calendarului își va mări densitatea), mai cu seamă cele care evidențiază pregătirea fizică specifică vor avea o structură cit mai apropiată de natura efortului dat de calitatea fizică predominantă care este suportul principal al actului motric cerut de concurs și în regim de lucru specific acestuia, cu valori permanente corelate cu graficul formei sportive.

TREBUIE VALORIFICATĂ TRADIȚIA

EMIL GHIBU: Mișcarea noastră sportivă are, în domeniul pregătirii fizice, o bună tradiție, o bună teorie, o bună cercetare. Să aplicăm ceea ce știm, că știm destul de multe, dar aplicăm mai puțin. Martinescu a cîștigat medalia olimpică de aur pentru că — așa cum a declarat el — l-au ajutat rezistența, forța și viteza, puse în valoare de pregătirea fizică. Este necesar ca în cadrul pregătirii fizice să cerem antrenorilor să vorbească mai mult de felul cum stau sportivii cu capacitatea aero-

bă și anaerobă. O altă problemă o constituie prezența pregătirii fizice în toate etapele corespunzătoare calendarului competițional. De asemenea, pregătirea fizică trebuie legată neapărat de volum. Schema ar fi următoarea: 1) mijloacele folosite pentru dezvoltarea calităților motrice; 2) obligativitatea normelor de control pentru pregătirea fizică generală; 3) antrenamentele planificate pentru pregătirea fizică nu numai iarna, ci în toate etapele; 4) pregătirea la munte, la mare altitudine,

PRIN PLURALITATE SPRE PERFECTIONARE

CORNELIU FLORESCU: Ideea de pregătire fizică generală trebuie înțeleasă sub două aspecte: de multilateralitate motrică și de compensare motrică. Nivelul acestor efecte depinde de ce se face,

cit se face din ele, cînd se face și cine le face. Să fie respectate — în funcție de ramura sportivă și de sportivul respectiv — proporțiile pe baza cărora rezultă pregătirea (fizică, tehnică, tactică,

psihologică) care primește rangul de dominantă. În același timp, efectele sînt direct proporționale cu gradul de continuitate asigurat pregătirii fizice. Se poate spune, de pildă, că la ramurile sportive în care sîntem în față pe plan internațional metoda de pregătire este bună, și invers. Totodată, trebuie precizat că nu se poate vorbi de existența unui model exhaustiv care să stea la baza pregătirii, aceasta deoarece grupul celor atrași de același țel perfor-

manțial este, de regulă, eterogen, adică sînt separați între ei de diferențe de fond genetic, de vîrstă, de talent etc. De aceea, chiar și în canotaj — unde dominantă o reprezintă pregătirea fizică — ultimul pas în privința elaborării celui mai adecvat model de pregătire încă nu a fost făcut. Acest următor pas s-ar putea să fie reprezentat, așadar, nu de un singur model, model perfecționat, ci de mai multe modele, pluralitatea însemnînd, de fapt, perfecționare.

MIJLOACELE FOLOSITE — ASEMĂNĂTOARE VISLITULUI

VICTOR MOCIANI, antrenor federal de canotaj. Se spune că performanța în canotaj este determinată 74% de pregătirea fizică și 26% de pregătirea tehnică. În aceste condiții, virtuozitatea se realizează pe baza eliminării balastului care determină criza de timp. O virtuozitate care trebuie dobîndită în condițiile în care gestul motric este deteriorat de aciditatea din organism. Pregătirea fizică în canotaj și-a îngustat foarte mult mijloacele. Modelul după care lucrăm de-a

lungul întregului an nu urmărește creșterea continuă a volumului și a intensității, ci tăbăcirea organismului pentru satisfacerea cerințelor efortului din canotaj. Ar fi indicat, poate, ca și mijloacele pentru pregătirea fizică să fie asemănătoare cu vislitului. Alergarea o facem pentru zonele pe care ni le cere efortul în canotaj. Tendința este oricum aceea de a obține prin antrenamente un efect care să fie cit mai apropiat de cerințele din canotaj.

ALERGAREA NU E UNIVERSAL VALABILĂ

LAZAR BAROGA, secretar responsabil al Federației de haltere: Noi facem, în haltere, puțină pregătire fizică așa cum este înțeleasă în noțiunea de pregătire fizică generală, dar foarte multă așa cum este folosită în canotaj. Se spune că halterofilii au o pregătire fizică slabă. Eu, personal, am alergat foarte mult, dar nu am făcut performanțe pentru că alergarea este diferită de solicitările din haltere. Dar ca să mărim capacitatea de efort aerobic acest lucru este posibil, dar nu trebuie uitat că degeaba mergi la munte dacă nu faci acest lucru pe toată durata pregătirii. Este suficient să întrerupi pregătirea două săptămâ-

ni și scad indicii capacității de efort. De aceea, noi, la haltere, am hotărît să micșorăm la maximum aceste pauze de refacere care, dacă sînt lungi, devin dăunătoare. Aș dori să precizez că același mijloc — alergarea — nu poate fi universal valabil oriunde, oricînd și pentru oricine. Cei din sporturile de rezistență sînt avantați de alergare, în vreme ce în gimnastică alergarea se face în scop de relaxare, de ozonare. Capacitatea de efort aerob a halterofililor a crescut simțitor tocmai pentru că au fost folosite numai mijloace caracteristice pentru haltere.

IMPORTANȚA MODALITĂȚII DE STRUCTURARE

CLAUDIA SIMIONESCU, cercetător: Ideal ar fi ca mijloacele pregătirii fizice generale să repete mijloacele competiționale, ceea ce nu este posibil. De aceea, trebuie găsite alte mijloace, simulatoare — repetarea mijloacelor competiționale în intervale foarte scurte de timp, ceea ce ar duce la obținerea unor rezultate foarte bune.

Dar importantă este nu numai alegerea mijloacelor de pregătire, ci și modalitatea de structurare a lor în ponderea anuală. Intrucît foarte multe exerciții de bază sînt puțin cunoscute de mulți antrenori, mai ales cei tineri, ar fi bine să fie elaborate de Centrul de cercetări al C.N.E.F.S., niște îndrumări în acest sens.

INTRE SPECIFIC ȘI NESPECIFIC

ALEXANDRU LĂZĂRESCU: Volumul de lucru este comun, diferă numai mijloacele de la sport la sport, de la individ la individ. La tenis, cel care iese din concurs realizează volumul de efort printr-o pregătire suplimentară. Și cel care este în top face un antrenament în aceeași zi în care are loc meciul. Este vorba de oameni confirmați de rezultate, selecționați de un sport de mare virtuozitate.

Mijloacele specifice și nespecifice sînt zilnice. Se apelează zilnic la bagajul de exerciții zilnice, indiferent de anotimp, de starea timpului, deci există o continuitate în pregătire fără nici un fel de întreruperi. În general, în sporturile de mare tehnicitate, pregătirea fizică este aceea care ajută la rezolvarea cerințelor de ordin tehnic, tactic.

AU ȘI FEDERAȚIILE UN CUVÎNT DE SPUS

VIORICA UDRESCU, metodist la clubul sportiv Dinamo București: Pentru ridicarea procesului de pregătire la club, ar fi de dorit să existe un model de specializare, greu de realizat. De aceea, ar fi bun chiar și un model de pregătire fizică pe sporturi, elaborat de fiecare federație de specialitate, în mod deosebit pentru jocuri care suferă din acest punct de vedere

— nu au sală în care să rezolve această sarcină, a volumului de muncă, recomandîndu-li-se, în acest caz, sala de forță. Dar ce să facă în sala de forță? Terminologia și codificarea aparțin modelului, pe care antrenorul trebuie să le cunoască perfect. Ceea ce trebuie să facă să fie consemnat undeva, mai ales în privința pregătirii fizice speciale.

PREGĂTIREA FIZICĂ — MIJLOC DE ÎNTREȚINERE

NICOLAE VIERU, expert instructor principal la Centrul de perfecționare: Problema pusă în discuție poate să aducă mari foloase, mai ales sporturilor cu o mare tehnicitate, cum este și gimnastica, unde pregătirea fizică se face în salturi, deci nu în regim de continuitate. Pregătirea

fizică ar trebui să joace în gimnastică și un rol de mijloc de întreținere, de pildă, a ligamentelor care, după șocuri, suferă uzuri de diferite grade. Foarte folositoare ar fi o broșură cu exerciții de pregătire fizică care să fie la dispoziția antrenorilor.

SPECIALIȘTII, ÎN PRIM-PLAN

GRIGORE SICHITIU, expert instructor la Centrul de perfecționare: Iată unele frămîntări ale mele în această privin-

ță: 1) la nivelul de înaltă performanță, nu se poate discuta decît cu oameni cu înaltă documentație — în Divizia „A” de fot-

bal numai 3 din cei sînt profesori sau pregătirea fizică; f este dotat cu un antrenor secund care în rolul de antrenor cu zică; deci, nu se pot forma înalte tehnici de pregătire fizică este în nor nespecialiști; 2) deosebire de sporturi unde sînt bine studele de pregătire latitudinea fiecărui a folosite în funcție acceptare al jucătorilor, pregătirea fizică principal în funcție adversarului direct.

Dr. VIRGIL IGNA medicină sportivă: reprezintă suportul eant în pregătirea s, de importantă este zibilă a antrenament, cerca, pe baza căre crcește volumul, inten să fie periclitată sâr vilor. Hocheiul nostru zultate bune tocmai bune refaceri. Treb căm pe sportivi în cerii, intrucît marea te nu știu decît le lipsește conștiinș vitatea de a pune au consumat. Dacă :

TIBERIU ARDELE, tedei de atletism a l să mă refer, pe scurt. Tismului în pregătire. Fotbalul atletism nu confundat cu jocul jucătorul greu de c sau cu cel care p mingea printre mai sari, printr-un fel c la corp. Cine trebuie tletismul? Toți fotba cepători și pină la co în ultima zi a cș pători și categor. xercițiile de atletism formare a unor dep te de alergare, sărit care (vezi deficien aruncarea de la tușă aerian sau și mai f garca crispată, inest

TITUS TATU, deca Exercițiile de atletis tuit totdeauna un fo de mijloace pentru zică generală în m murilor sportive, dar țieri de la o discipli privința dozării. Tot mentul a cunoscut i mici la capitolul p generală, lucru confir tomele de sufocare nală a unor întreceri zultă de aici necesita rii pregătirii fizice ceastă pregătire fizică buie să fie însă încr specialist dinăuntru tive respective, nu t fara ei (de exemplu roga nu este indicat, gătire fizică specifică

CORNEL POPES mulțumesc tuturor x „masă rotundă” pe a pregătirii fizice în calificare și investie cație fizică și sport, darea unor aspecte ai manță, cit și la subli bule să se îndrepte cializare înaltă a antr Materialele prezen fi publicate integral i În viltor, redacția noi de importanță majoră după efort, pregătire

Pogi Eleno

ULTIMELE 2430 DE MINUTE ALE TURULUI

„Cursa de 17 etape“ a turului Diviziei „B“ se va încheia miercuri. Cele 54 de echipe, participante la campionatul eșalonului secund, vor susține ultimele jocuri oficiale din „stagiunea 1985“, după care, se vor reînfrunța la primăvară, pentru continuarea frumoaselor curse de promovare sau de evitare a retrogradării.

...Dar pînă atunci, au mai rămas 2430 de minute de joc, adică partidele etapei a 17-a, care vor da formă definitivă clasamentelor de toamnă. Privim cele trei clasamente și ne dăm seama că va fi un final interesant, din mai multe puncte de vedere. În-tili, pentru că în fruntea clasamentelor — în primele două serii (deoarece în a III-a JIUL este „campionă de toamnă“ de săptămîna trecută), întrecerea e palpitantă, datorită duelului Oțelul Galați (liderul beneficiază de un golaveraj excelent, deși nu are decât 2 puncte avans) — Politehnica Iași (seria I) și cursa „trioului“ din seria secundă, cu velleitățile de „A“, Flacăra Automecanica Moreni — C.S. Tirgoviste — Progresul Vulcan. Iată de ce,

miine, privirile vor fi îndreptate spre meciurile Politehnica — C.S.M. Suceava, Oțelul — Steaua Mizil, Automeca Buc. — Flacăra Autom. Moreni, Chimica Tîrnăveni — C.S. Tirgoviste și Progresul Vulcan — Avîntul Reșhin, jocuri care, în seria a II-a, pot face din echipa... Progresul „campionă de toamnă“. În seria a treia, Jiul, cu trei puncte avans, joacă acasă, cu Olimpia Satu Mare, ca și următoarele sale, F.C. Maramureș și Gloria Bistrița, care întîlnesc pe Minerul Lupeni și, respectiv, Înfrățirea Oradea. Etapa de miine mai e importantă pentru că fiecare echipă dorește să ocupe un loc cit mai bun pentru... retur, deoarece acum, la jumătatea întrecerii, mai bine de 30 de echipe (așa cum se prezintă clasamentele acum) sînt în zona „nisipurilor mișcătoare“.

Înainte însă de aceste calcule, să amintim celor 54 de formații că este de datoria lor să ofere meciuri atractive, să practice un fotbal cit mai bun și să fie dominate de spiritul de sportivitate, mai ales în condițiile unor terenuri grele.

ȘTIRI • ȘTIRI • ȘTIRI • ȘTIRI • ȘTIRI

● F.R. Fotbal comunică: ultimele două etape ale Diviziei „A“, etapa a XVII-a a Diviziei „B“, precum și jocurile din „Cupa României“ vor începe la ora 13.

● AU FOST STABILITE ORAȘELE care vor găzdui meciurile dintre echipele divizionare „A“ din etapa „16“-imilor Cuptei, programată miercuri 4 decembrie

(la ora 13). Astfel, meciul F.C. Argeș — „U“ Cluj-Napoca va avea loc la București, pe stadionul Automeca. Iar întîlnirea Universitatea Craiova — A.S.A. Tg. Mureș se va desfășura la Deva.

● C.F.R. PASCANI — K.S. BUDOWLANI LUBLIN (POLONIA) 4-0 (0-0). Cele patru goluri ale gazdelor au fost înscrise de Andrei (min. 60 și 70), Golan (min. 78) și Gațencu (min. 83). (I. Mindrescu — coresp.)

un teren greu. Au marcat: Irimia (min. 16), Dumitriu (min. 37), Dinu (min. 46) și Rotaru (min. 70). (C. Enea — coresp.)

● C.S.M. SUCEAVA — GLINIK GORLICE (POLONIA) 4-0 (0-0). Cele patru goluri ale gazdelor au fost înscrise de Andrei (min. 60 și 70), Golan (min. 78) și Gațencu (min. 83). (I. Mindrescu — coresp.)

Fotbal

ECHILIBRU ÎN MAJORITATEA PARTIDELOR DIVIZIEI „A“

Caracteristica penultimei etape a turului campionatului este echilibrul majorității partidelor programate, chiar dacă Sport Club Bacău (locul 14) primește vizita campioanei în curs și a liderului clasamentului, Steaua, sau Sportul studentesc (locul 2) pe F.C. Argeș (locul 1). Și asta pentru că toate echipele, cu deosebire cele aflate pe locuri mai puțin... comode, caută să-și îmbunătățească situația în cele două etape care mai sînt de disputat înaintea vacanței de iarnă.

Meciul zilei, „capul de afiș“ al etapei, are loc la Buzău, unde Gloria, după ce miercuri a înfrînt pe Steaua, va avea ca adversară pe Dinamo. Importanța partidei a crescut datorită rezultatului înregistrat miercuri: singura înfrîngere pe teren propriu (în 15 etape) a Gloriei, una din candidatele la un loc de frunte în clasament. Asta și pentru că Dinamo demonstrează o revenire de formă, certificată de victoria la scor în fața lui F.C. Bihor, după trei etape în care nu cucerise decît două puncte. Steaua nu are de loc un joc ușor, la Bacău, unde Sport Club nu a pierdut decît două puncte, în prima etapă, în fața aceleiași Dinamo. În rest numai victorii...

Revizînd programul, citeva partide aduc față în față echipe de forțe apropiate, după cum dovedesc și locurile din clasament: Corvinul (8) înfrînge Petrolul (7), „U“ (9) pe F.C. Olt (10), Politehnica Timișoara (12) pe A.S.A. Tg. Mureș (13), iar F.C.M. Brașov (17) pe Victoria București (16). Dintre toate se distinge aceea de la Hunedoara, unde atacul cel mai productiv se va găsi în fața uneia dintre cele mai puțin penetrabile apărări din Divizia „A“, echipa cu cele mai puține înfrîngeri (3) după Steaua (nici una) și Sp. studentesc (2). Pe neașteptate și fără să facă gălăgie în jurul

său a urcat Petrolul pe locul 7 în clasament, înaintea multor echipe cu pretenții mult mai mari (și, iată, cu realizări mult mai mici). Din această categorie de partide ieșe în evidență și cea de la Timișoara, unde ambele echipe (mai ales cea timișoreană, care din ultimele nouă meciuri a câștigat șase și unul l-a încheiat la egalitate) se prezintă în plentudinea forțelor și a formei. Chiar dacă A.S.A. a terminat la egalitate ultimele sale meciuri jucate pe teren propriu, în schimb a cucerit puncte și în deplasare.

În Capitală, două partide la fel de interesante, desfășurate la citeva sute de metri una de alta. Prima în „Regie“, unde Sportul studentesc înfrînge pe F.C. Argeș, o formație care câștigă și pierde puncte unde nu te aștepti; a doua în Gluilești, unde adversara Rapidului, Chimia Rm. Vilcea, dovedește multă vigoare sub bagheta lui M. Pigulea. În sfîrșit, la Craiova, Universitatea, care în restanța de miercuri a cucerit un punct prețios la Slătina, primește vizita „lanternei“, un „unsprezece“ care nu-și găsește — cel puțin deocamdată — cadența.

DIN DOSARELE COMISIEI DE DISCIPLINĂ

● Băluță — cine nu știe? — este unul dintre cei mai buni jucători ai echipei Jiul Petroșani, angajat și el în lupta pe care o duc această formație pentru a reveni în Divizia „A“. Din păcate, în ultimul meci, susținut cu Unirea, la Alba Iulia, în loc să-și vadă de joc, și-a exteriorizat nervii, aducînd înjurii arbitrului. Pentru astfel de abateri, Regulamentul de organizare a activității fotbalistice prevede o suspendare între 4-10 etape. Comisia de disciplină l-a luat dreptul de joc numai pe două etape, avînd în vedere faptul că Băluță nu mai avea antecedente de a-

cest fel. Dar și cele două etape de suspendare ale sale constituie un atac direct împotriva propriei echipe. De ce nu se gîndesc jucătorii măcar la acest lucru, înainte de a protesta, a înjura sau a comite alte acte de indisciplină?

● Această întrebare este valabilă și pentru Cojocaru (C.S. Tirgoviste), care în meciul de Cupă cu Mecanica fină București, la executarea unei lovituri libere pentru echipa sa, a vrut să decidă el, în locul arbitrului, cam unde ar fi fost distanța de 9,15 m, la care ar fi trebuit să se formeze „zidul“ advers. Pe cînd îl

vom vedea pe jucători venind și cu... ruleta pe teren? Un gest ireverențios, pentru care Cojocaru a fost suspendat pe o etapă.

● Dar, iată că unii conducători de echipă, care ar trebui să-și educe pe jucători, comit abateri de zece ori mai grave decît acestea. Așa a fost cazul lui Cornel Stăncescu (Electroputere Craiova), care n-a rămas la stadionul injuriilor și amenințărilor, ci pur și simplu l-a lovit pe arbitru. Deceapșa meritată nu s-a lăsat așteptată: el a fost exclus pe 2 ani din activitatea sportivă. După aceea, el urmează să se hotărască dacă rămîne la fotbal sau trece la... box, pentru care, după cum se vede, are mai multă înclinație.

Jack BERARIU

În ultima etapă a turului Diviziei „A“ de popice

ECHIEPE FEMININE — PATRU VICTORII ÎN DEPLASARE — LA ÎNĂLȚIME!

În campionatul Diviziei „A“ de popice s-a disputat etapa a IX-a, ultima din turul competiției. A fost o etapă atractivă, mai ales în întrecerea sîmbătă, unde o serie de echipe, fruntașe ale campionatului, au obținut victorii în deplasare, ca de pildă, Rapid București, Electromureș Tg. Mureș, Voinea Tg. Mureș și Voinea Ploiești. La bărbăți, o singură surpriză, înfrîngerea formației Chimpeș Constanța pe arena proprie în meciul cu Metalul Roman. În această confruntare s-a înregistrat și primul scor egal al campionatului: Constructorul Galați — Olimpia București 5020-5020. Dar iată rezultatele:

FEMININ: ● VOIŢA TIMIȘOARA — VOIŢA ODORHEIU SECUIESC 2365-2223 p.d. (scor individual 5-1). Din echipa oaspete nici o jucătoare nu a trecut de 400 p.d. De la gazde s-au remarcat: Dragomir — 429 și Mișnic — 421. (C. Crețu — coresp.). ● OLIMPIA BUCUREȘTI — VOIŢA PLOIEȘTI 2365-2407 (3-3). Performera reunitului a fost ploieșteanca Constanța Constantin cu 438 p. (N. Ștefan — coresp.). ● LAROMET BUCUREȘTI — GLORIA BUCUREȘTI 2642-2542 (4-2) ● HIDROMECHANICA BRAȘOV — VOIŢA ORADEA 2507-2441 (5-1). ● VOIŢA BUCUREȘTI — VOIŢA GALAȚI 2534-2411 (4-2) ● METROM BRAȘOV — RAPID BUCUREȘTI 2372-2497 (2-4). Meci frumos, câștigat pe merit de bucurință, care au fost superioare, avînd în Elisabeta Ciobanu cea mai precisă concurență — 442 p.d. De la gazde, cel mai mare punctaj l-a avut Ioana Mincună — 410. (C. Grula — coresp.). ● C.S.M. REȘITA — ELECTROMUREȘ Tg. MUREȘ 2480-2491 (3-3), o partidă deosebit de disputată, cîști-

gată de formația mai omogenă — Electromureș. Principalele realizatoare: Zsuzsik — 439, Burci 435, respectiv Baciu — 437 și Demeter — 423. (P. Fuchs — coresp.). ● VOIŢA CRAIOVA — VOIŢA Tg. MUREȘ 2206-2318 (2-4) ● PETROLUL BAICOI — VOIŢA CONSTANȚA 2393-2282 (5-1).

MASCULIN: ● CHIMPEȘ CONSTANȚA — METALUL ROMAN 4914-4916 (4-2). Meci de mare luptă în care victoria a revenit, la numai două „bețe“ diferență, formației oaspete. Cele mai bune rezultate le-au avut Donos — 883 și, respectiv, Covăsală — 855. (Gh. Drăgan — coresp.). ● PETROLUL CIMPINA — C.F.R. CONSTANȚA 5058-4959 (4-2). Primii jucători ai celor două echipe au fost Scheftz — 831 și, respectiv, Frigea — 868. (E. Stroe — coresp.). ● CARPAȚI SINAIA — RULMENTUL BRAȘOV 5149-4947 (5-1). Victorie lejeră a gazdelor, care

au condus tot timpul și au avut în Sîndriaru și Ovidiu — fiecare cite 876 p.d. — cei mai eficace jucători. De la brașoveni s-a remarcat doar Tismănar — 887. (V. Feldman — coresp.). ● ELECTROMUREȘ Tg. MUREȘ — CHIMICA TÎRNĂVENI 5204-4967 (6-0). O întîlnire în care mureșenii au fost net superiori tot timpul, ei avînd în Sîklodi și Hosu cei mai buni popicari — 915, respectiv 901. De la oaspeți, cel mai mare punctaj l-a avut Szasz — 886. (I. Păus — coresp.). ● AURUL BAIJA MARE — CONSTRUCTORUL Tg. MUREȘ 5318-5210 (5-1) ● GLORIA BUCUREȘTI — LAROMET BUCUREȘTI 5261-5024 (5-1). ● VICTORIA TIMIȘOARA — TEHNOUTILAJ ODORHEIU SECUIESC 4905-4812 (4-2) ● INDUSTRIA SIRMIEI CIMPIA TURZI — C.F.R. Tg. MUREȘ 5069-4990 (3-3). ● CONSTRUCTORUL GALAȚI — OLIMPIA BUCUREȘTI 5020-5020 (3-3).

ACTUALITĂȚI DIN BASCHET

● Primele două meciuri pe care le va susține echipa Universității Cluj-Napoca în cadrul sferturilor de finală ale „C.C.E.“ vor fi conduse de următoarele brigăzi de arbitri: cu Levsiki Spartak (6 decembrie, la Sofia); J. Storpirtikis (U.R.S.S.) — N. Kalapodas (Cipru); cu Primigi (12 decembrie, la Vicenza): M. Grigoriev (U.R.S.S.) — P. Klingbiel (R.F.G.).

● Săptămîna viitoare, de marți și pînă joi, sala C.S.S. din Satu Mare va găzdui întrecerile eticiei a 9-a a „Memorialului Florin Uimeanu“, competiție feminină la

care vor lua parte reprezentativa R.D. Germane, selecționata divizionară a țării noastre, Voinea București și Mobila Satu Mare.

● Următoarele turnee ale campionatelor naționale vor avea loc astfel: masculin: 5-8 decembrie la Iași, 23-26 ianuarie la Cluj-Napoca, 7-9 februarie la Galați; feminin: 14-17 decembrie la Cluj-Napoca, 18-21 ianuarie la Timișoara, 7-9 februarie la Oradea.

● Ultima competiție internațională oficială a anului, Balcaniada juniorilor, se va disputa la Atena, între 9 și 12 decembrie.

ADMINISTRAȚIA DE STAT LOTO-PRONOSPORT INFORMEAZĂ

● ASTĂZI, SIMBĂȚA, ESTE ULTIMA ZI pentru procurarea biletelor la TRAGEREA EXCEPȚIONALĂ LOTO de miine, 1 decembrie (ultima pînă la sfîrșitul acestui an). Se efectuează 7 extrageri în două faze, cu un total de 66 numere, astfel că participanților consecvenți la acest gen de trageri li se oferă o nouă posibilitate de a intra în posesia unor importante câștiguri în AUTOTURISME „DACIA 1300“ (a

ambele faze ale tragerii), mari sume de bani, precum și excursii în U.R.S.S. De reținut că se câștigă și cu 3 numere din 18 sau 24 extrase.

● Trageria excepțională Loto de miine, duminică 1 decembrie, va avea loc în București, în sala clubului din str. Doamnei nr. 2, cu începere de la ora 17. Transmiterea numerelor câștigătoare la radio se va face ÎN DIRECT, pe programul I, la ora 17,30.

● TOT ASTĂZI este ULTIMA ZI și pentru depunerea buletinelor la atracivul concurs PRONOSPORT de miine, duminică 1 decembrie.

NUMERELE EXTRASE LA TRAGEREA LOTO DIN 29 NOIEMBRIE

EXTRAGEREA I: 24 62 63 83 86 15 72 53 51

EXTRAGEREA A II-a: 71 81 33 67 17 85 49 50 1

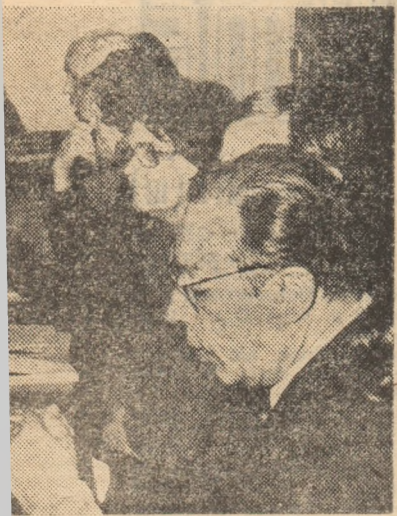
FOND DE CÎȘTIGURI: 784.576 L.EI.

MÎINE, ÎN DIVIZIA „A“ LA VOLEI

Duminică se desfășoară ultima etapă a primului tur al campionatelor Diviziei „A“ de volei. Între partidele programate (două s-au disputat ieri) multe se anunță deosebit de interesante. La fete, rețin atenția jocurile din prima grupă valorică, cap de afiș fiind întîlnirea din sala Dinamo, din Capitală, unde campioana Dinamo — care nu a strălucit în acest sezon — va primi replica studentelor craiovene care nu au cunoscut înfrîngerea în cele patru partide anterioare. Iată programul jocurilor: FEMININ, grupa I valorică: Dinamo București — Universitatea C.F.R. Craiova (sala Dinamo, ora 10); Farul Constanța — C.S.M. Libertatea Sibiu; C.S.U. Galați — Flacăra roșie București. Grupa a II-a valorică: Penicilina Iași — Chimia Rm. Vilcea; Rapid Buc. — Dacia Pitești (sala Rapid, ora 10); Știința Bacău — Calculatorul București. MASCULIN, grupa I valorică: Universitatea C.F.R. Craiova — Politehnica Timișoara; Explorări Știința Bala Mare — C.S.M.U. Suceava. Grupa a II-a valorică: C.S.U. Oradea — A.S.A. Electromureș Tg. Mureș; Tractorul Brașov — Relonul Săvinești.

CALCULATORUL BUCUREȘTI — ELCOND DINAMO ZALĂU 3-2

În sala Olimpia din Capitală s-a desfășurat în devans și partida dintre divizionarele „A“, masculine (grupa a doua valorică) CALCULATORUL BUCUREȘTI și ELCOND DINAMO ZALĂU. După un joc extrem de disputat (peste două ore), bucurinții au obținut victoria cu 3-2 (—8, 14, —12, 12, 13). De remarcat că oaspeții au trecut de două ori pe lângă succes (prima oară cînd au pierdut setul secund în prelungiri, iar a doua oară în setul 5, cînd au condus cu 8-0). Se pare că o stare de nejustificată nervozitate în echipa sălăjeană o împiedică să-și valorifice deplin posibilitățile. Cei mai buni: Steriade de la învingători, Tămășan de la învinși.



sînt dăunătoare fotbalului nostru, nu și în cel european de vîrf unde nimeni nu discută despre pregătire fizică, toată lumea fiind conștientă de importanța acestui factor. La noi, toți se feresc de antrenamentele de viteză, ca să nu fie dată echipa peste cap. De aci, lipsa de ritm în joc. Cînd jucătorii de la Dinamo Kiev au plecat în jurul Craiovei și la un moment dat au apărut niște dealuri ei au făcut zeci de sprinturi la deal. Pregătirea atletică a jucătorilor noștri este total deficitară, iar selecționarea jucătorilor pentru fotbal se face numai pe baza mingii, nu pe baza aptitudinilor de performer.

E ȘI... REFACEREA

În acest fel, la următoarea etapă de pregătire sportivă nu se va mai prezenta cu 40% resurse pierdute, ci numai cu maximum 10%. Numai o refacere corectă, la sînge, poate să prelungească la maximum longevitatea sportivă. Aici este locul să atragem atenția că este absolut necesar să fie folosite pentru refacere numai mijloace naturale, acestea să nu fie înlocuite sau completate cu mijloace farmaceutice decît cu avizul strict al medicului sportiv. Mijloacele naturale de refacere sub forma alimentelor trebuie să li se asocieze masajele și tratamentele balneare.

REA FOTBALIȘTILOR

(cace a cite unui jucător) și contribuie — cota parte — la asigurarea unei pregătiri fizice multilaterale. La consacrați, exercițiile de atletism au rolul de menținere a nivelului de pregătire fizică multilaterală (și, după caz, de îmbunătățire a acestei pregătiri, de îstrare a nivelului deprinderilor de alergare, de săritură, de aruncare) și de compensare a efectelor negative ale efortului specific, ort efectuat cu obiectul de joc, re limitează progresiv amplitudinea mișcărilor, barează comportamentul motor relaxat, îl degraază treptat, pe planul deprinderilor de bază și, în consecință, pe anul celor specifice, datorită erderii elasticității musculare, a obilității articulare, instalării ritidității, crispării generale etc.

SPUNDERE UNICA

ii). Acestea se referă numai la ușiile cînd avem de-a face cu ortivi de înaltă performanță, de toate funcțiile trebuie dezlitate în raport cu gradul și via de adaptare ale organismului concurs. La acest nivel, preoarea specialistului este îndreptă numai pe făgașul specificului obel, ramurii, inclusiv în matede pregătire fizică. Pentru simificare, s-a recurs la o împărțire arbitrară a antrenamentului în torii săi componenți, structura. l. Procesul însă continuă să fie lar, iar responsabilitatea unică ine antrenorului căruia treese să i se subordoneze și meul sportiv (ne referim mai ales situațiile cînd trebuie să se aczeze în direcția refacerii capacității de efort).

ziarului „Sportul“: Doresc să zbaterile prilejuite de această entă importanță și actualitate, performanță. Cadre cu înaltă ați în domeniul mișcării de educa lor contribuție atît la elucivitate a sportului de performortante direcții spre care trenstruire, perfecționare și speer.

i la această masă rotundă vor fizică și sport“ nr. 1 — 1986. uția specialiștilor și alte teme mpu, refacerea și recuperarea rtivilor etc.

RISTEA și Constantin MACOVEI

IERI S-A ÎNCHEIAT CONGRESUL ȘTIINȚEI ȘI ÎNVĂȚĂMÎNTULUI

(Urmare din pag. 1)

a sarcinilor ce le revin din documentele Congresului al XIII-lea al partidului, din programele speciale adoptate, în vederea sporirii aportului științei și școlii românești la realizarea grandioaselor obiective ale construcției socialiste în patria noastră.

În același timp, exprimând acordul unanim față de conținutul documentelor supuse dezbaterii și aprobării Congresului, participanții s-au angajat, în numele tuturor celor ce muncesc în aceste domenii de cea mai mare importanță, să acționeze cu pasiune, cu încrețea răspundere, pentru transpunerea în viață a lămuririlor orientări și ideilor cuprinse în cuvintele secretarului general al partidului, președintelui Republicii, tovarășul Nicolae Ceaușescu, pentru realizarea obiectivelor privind activitatea în știință și învățămînt, parte inseparabilă a Programului de făurire a societății socialiste multilateral dezvoltate și de înaintare a României spre comunism.

La propunerea prezidiului, care a informat că în cadrul dezbaterilor, în plenul Congresului și în secțiuni, au luat cuvîntul 203 tovarăși fiind abordate toate problemele cuprinse pe ordinea de zi, participanții au stabilit sistarea discuțiilor.

S-a trecut, apoi, la adoptarea hotărîrilor în legătură cu documentele supuse dezbaterii Congresului. Avînd în vedere deosebita importanță teoretică și practică a magistralei cuvîntării rostite, în deschiderea lucrărilor, de tovarășul NICOLAE CEAUȘESCU, secretar general al Partidului Comunist Român, președintele Republicii Socialiste România, cuvîntare ce jalonează cu clarviziune luminoase perspective în activitatea de realizare a obiectivelor stabilite de Congresul al XIII-lea al P.C.R., prezidiul a propus ca aceasta să fie adoptată ca document al Congresului științei și învățămîntului, ca program de muncă în cercetare și învățămînt.

Într-o atmosferă de mare entuziasm, a fost adoptată, în unanimitate de voturi, strălucita cuvîntare rostită, în ca-

drul Congresului științei și învățămîntului, de eminentul conducător al partidului și statului nostru, tovarășul NICOLAE CEAUȘESCU, ca document al Congresului, ca program de muncă al întregii activități de cercetare și din învățămînt.

În continuarea lucrărilor, au fost aprobate, în unanimitate, propunerile privind desemnarea președintelui Consiliului Național al Științei și Învățămîntului și a membrilor Consiliului.

Tovarășii academicieni doctor inginer Elena Ceaușescu, membru al Comitetului Politic Executiv al C.C. al P.C.R., prim viceprim-ministru al guvernului, a fost desemnată, în unanimitate, în funcția de președinte al Consiliului Național al Științei și Învățămîntului.

S-au adoptat, în unanimitate, rapoartele și programele supuse dezbaterii Congresului.

Au fost adoptate, de asemenea, Hotărîrea și Apelul Congresului Științei și Învățămîntului către oamenii de știință, cultură și cadre didactice din întreaga lume pentru colaborare, dezarmare și pace.

În aplauzele asistenței, a luat cuvîntul tovarășii academicieni doctor inginer Elena Ceaușescu, membru al Comitetului Politic Executiv al C.C. al P.C.R., prim viceprim-ministru al guvernului, președintele Consiliului Național al Științei și Învățămîntului.

Într-o atmosferă înălțătoare, de puternic patriotism, participanții au adoptat textul unei telegrame adresate C.C. al P.C.R., tovarășului NICOLAE CEAUȘESCU, secretar general al Partidului Comunist Român, președintele Republicii Socialiste România, exprimînd vibrant nețărmurita dragoste, profunda prețuire ale slujitorilor științei și învățămîntului față de conducătorul iubit al partidului și statului, care călăuzește cu înțelepciune, clarviziune și cutezanță revoluționară destinele țării, ale națiunii, pe calea socialismului și comunismului, a bunăstării și păcii.

La încheierea lucrărilor Congresului, a fost intonat Imnul Frontului Democratiei și Unității Socialiste — E scris pe tricolor unire".

SPORTUL ÎN LUME

SCHIORII ELVEȚIENI ÎN FRUNTE, LA SESTRIERE

Proba de slalom din cadrul concursului de schi alpin de la Sestriere a fost câștigată de Anni Kronbicher (Austria) în 1:31,80, urmată de elvețienca Brigitte Oerli în 1:31,92 și Erika Hess în 1:32,14. După această probă, clasamentul general al concursului de deschidere a sezonului alpin 1985-86 se prezintă astfel: 1. ELVEȚIA 136 p., 2. Italia 66 p., 3. Iugoslavia 63 p., 4. Austria 52 p., 5. R.F.G. 40 p., 6. Polonia 19 p., 7. Franța 18 p., 8. Suedia 11 p., 9. Spania 10 p.

PRELIMINARIILE EUROPENE ALE C.M. DE BASCHET (m)

În penultimele etape ale zonei europene a Campionatului mondial de baschet masculin s-au înregistrat următoarele rezultate: GRUPA A: R.F.G. — Turcia 87-66; Italia — Albania 107-58; clasament: 1. Italia 10 p., 2. R.F.G. 9 p., 3. Turcia 6 p., 4. Albania 5 p.; GRUPA B: Belgia — Ungaria 83-75; Olanda — Iugoslavia 73-110; clasament: 1. Iugoslavia 10 p., 2. Olanda 8 p., 3. Belgia 6 p., 4. Ungaria 6 p.; GRUPA C: Polonia — Franța 87-107; Grecia — Bulgaria 111-81; clasament: 1. Grecia 9 p., 2. Franța 7 p.; 3. Polonia

7 p., 4. Bulgaria 7 p.; GRUPA D: Elveția — Cehoslovacia 63-96; Anglia — Israel 77-87; clasament: 1. Cehoslovacia 9 p., 2. Israel 9 p., 3. Anglia 7 p., 4. Elveția 5 p. Intregerile finale ale Campionatului mondial (aflat la ediția a X-a) vor avea loc, anul viitor, între 6 și 20 iulie, în Spania. Din cele 4 grupe preliminare se califică doar prima clasată. Din fiecare grupă au mai rămas de jucat cîte două partide. Din Europa sînt deja calificate: U.R.S.S. campioană mondială și Spania ca țară organizatoare.

FOOTBALLUL MEDIANE

● **INIȚIATIVE.** La Kiev, la jocurile lui Dinamo (campiona țării), fumatul pe stadion a fost interzis! Atunci cînd o minge lăsată pe teren, imediat un alt balon este pus la dispoziția jucătorilor, în scopul de a se evita „tragerea de timp” ● **PLA-**

de 350 km, antrenorul i-a obligat să facă o pregătire fizică de aproape o oră! Udo Lattek (50 de ani), de două sezoane la Bayern München, este un antrenor renumit. Cu Bayern și cu alte echipe, printre care și C.F. Barcelona, a câștigat diferite cam-

pe în afară de unele hotărîri drastice, luate de U.E.F.A. împotriva huliganismului de pe terenurile de fotbal, forul european a recomandat cluburilor să ia, la rîndu-le, toate măsurile posibile împotriva acelor spectatori care se dedau la acțiuni turbulente pe stadioane sau în afara lor. S-a procedat la cîteva acțiuni concrete în această direcție (controale riguroase ale spectatoșilor la intrarea pe stadioane, instalarea unor aparate TV, întărirea rolului organelor de ordine ș.a.) și, în consecință, amplexarea și numărul actelor de vandalism a scăzut simțitor.

Două știri de ultim moment, transmise de „Agenția France Presse”, ne-au atras însă a-

tenția. Prima: la recentul meci din „Bundesliga” (Bayern München — Bremen 3-1), 11 huliganii din orașul portuar al nordului Germaniei Occidentale au fost arestați pentru violență, iar alți 67 au fost ambarcați în autocamioane și duși... acasă, la Bremen! A doua (mai semnificativă): unul număr de 22 de „suporter” al clubului englez Millewall, care s-au dat la acțiuni foarte grave în meciul cu Leeds United, li s-a interzis pe viață intrarea pe stadion! Numele, cu adresele și profesia lor, au fost afișate pe un panou, la intrarea în „cercul de beton” al terenului. El figurează chiar și în programe de meci, pe o „listă neagră”, iar cei care vor încălca interdicția vor fi deferiți justiției!

TINI va pleca de la Juventus? Deocamdată, nu! Clubul elvețian Servette a intrat în tratative cu celebrul Michel, dar fără rezultat. Internaționalul francez a declarat că „este prea tînr să părăsească marea sa echipă”. Apoi, mă gîndesc ca în sezonul viitor, dacă va fi cazul, să joc la Napoli sau la C.F. Barcelona” ● **DESPRE ANTRENORI ȘI „ANTRENORI.** Fostul internațional galez John Toshak, este acum antrenor în Spania, la echipa Real Sociedad. Pentru a-i pedepsi pe jucătorii care s-au culcat la ora două noaptea... după ce pierduseră meciul de Cupă cu Oviedo, din Liga secundă (1-2), Toshak i-a trezit la ora 4,30! Ajunși (acasă) la San Sebastian, după o călătorie

plonate. El a anunțat că se va retrage din activitate! Să fie chiar așa, cînd echipa sa „merge” atît de bine în campionat și candidează în acest sezon la titlu? Lars Arnesson se justifică, și pe bună dreptate. Echipa Suediei nu s-a calificat pentru turneul final al C.M., deoarece în numeroase meciuri (decisive) au lipsit din diferite motive, nu mai puțin de 6 jucători de bază: Corneliussen, Magnusson, Hysen, Svensson, Borgesson și Nilsson. Werner Biskup (fost internațional vest-german în vîrstă de 43 de ani) a fost demis din funcția de antrenor de la Hanovra, pentru excesul de băuturi alcoolice. Ce exemplu pot lua jucătorii de la un asemenea vicios? Se anunță Montreal ● **PESTE 1000 DE MECIURI.** Internaționalul scoțian Sandy Jardine a depășit 1000 de jocuri! Acum activează la echipa

Midlothian, după ce a evoluat mulți ani la Glasgow Rangers. Din 1967, cînd a devenit profesionist, a susținut 44 de meciuri internaționale în prima selecționată, 771 partide la Rangers, aproape 200 la Midlothian. Este primul scoțian care intră în „clubul celor cu peste 1000 de întîlniri” susținute!

Rubrică redactată de Ion OCHSENFELD

ECHIPA IRAK S-A CALIFICAT PENTRU TURNEUL FINAL AL C.M.

Ieri, la Taif (Arabia Saudită), în meci retur: Irak — Siria 3-1 (1-0). În tur, rezultatul a fost de 0-0. Astfel, reprezentativa Irak este cea de a 23-a formație calificată pentru turneul final al C.M.

PLOAIA ÎNSOȚEȘTE PREGĂTIRILE RUGBYȘTILOR

(Urmare din pag. 1)

Ne-am putut da seama de acest lucru urmîndu-i cu priceleul jocului ultim de verificare care cu Grivița Roșie, partener întotdeauna redutabil cînd e vorba de un meci cu... răspundere. Partida a fost foarte disputată, tricolorii impunîndu-se: 22-9 — 4 escuri (Marin, Moț, Tofan, Giucăl), 3 fiind transformate (V. Ion), față de unul (Gh. Dinu) și o l.p. + tr. (T. Radu) de partea Griviței. Trebuie spus că sarcina responsabililor tehnici ai echipei naționale (V. Irimescu și M. Naca) este dificilă, cîteva elemente de reală valoare ieșind din circuitul echipei naționale din motive de... sănătate. Astfel primul grup de accidentați

(L. Constantin-Iași, A. Domocoș N. Răcean și C. Capmare) i s-au adăugat acum alte cîteva „piese grele”: Fl. Muraș și C. Florea, doi dintre „flankerii” abili ai echipei noastre campioane Steaua, ale căror accidentări mai serioase îi fac indisponibili timp de cîteva luni. Din joc a ieșit și liderul generației tinere, excelentul prinzător în margine Laurențiu Constantin (intîndere musculară). Dar și el, și pilierul Ion Bucan (infecție la un picior), numărul 1 al grămăzii noastre la ora de față, și demiul Tedy Coman (răceală zdravănă) vor fi recuperați în timp util. Să-i informăm pe cititorii noștri că și „uvertura” sibiană Gelu Ignat și timișoreanul O. Teperică au declarat... forfait. Care a fost, așadar,

compoziția echipei? Al. Marin — Voinov, Lungu (David, Tina), Tofan, Copil (Piti) — Poărăscu (V. Ion), Paraschiv — Giuglea, Răducanu, Moraru (Giucăl) — L. Constantin (Galan), Stroe — Pașcu, Tuță (Moț, Doja), Petru, Csoma, Caragea, Pongracz și Neaga au figurat în „XV-le” Griviței Roșii. Toți cei verificați au răspuns cu dăruire solicitărilor, în condițiile unui teren foarte greu, cleios și alunecos.

Din motive obiective — se vede — echipa se cristalizează greu. Ea se va apropia de cea „probabilă” abia astăzi, după meciul cu divizionara „B” bucareșteană, Energia. Partida va avea loc la Snagov.

Așteptăm pentru zilele următoare o creștere generală de formă care să atingă „temperatura optimă” la ora meciului cu „squadra azzurra”.

Să sperăm că la Aquila va fi soare...



O fază din meciul de la Düsseldorf, din cadrul primei manșe a optimilor de finală ale „Cupei U.E.F.A.”, în care Borussia Mönchengladbach a dispus cu 5-1 de Real Madrid! În tricouri albe, vestgermanii Mill și Frontzek, în mijloc Camacho, care luptă pentru a ajunge în posesia balonului. Telefoto: A.P. — AGERPRES

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

AUTOMOBILISM ● Raliul desfășurat în Anglia a revenit învingătorului Henri Toivonen, pe o mașină „Lancia Martini Delta S 4”. În clasamentul final al campionatului mondial de raluri pe primul loc s-a clasat Timo Salonen (Finlanda) — cu 127 puncte, secundat de suedezul Stig Blomquist — 75 puncte. Pe mărți de automobile a câștigat „Peugeot” — 142 puncte, locurile următoare fiind ocupate de „Audi” — 126 puncte, „Lancia” — 70 puncte, „Nissan” — 56 puncte, „Toyota” — 44 puncte. „Renault” — 38 p. **HOCHEI PE GHEAȚĂ** ● În cadrul competiției internaționale pentru juniori „Cupa Prietenia”, de la Donek, selecționata României a învins cu scorul de 5-0

(2-0, 2-0, 1-0) formația Ungariei. Alte rezultate: Cehoslovacia — R.D. Germană 9-3 (3-1, 4-1, 2-1); U.R.S.S. (A) — U.R.S.S. (B) 6-2 (1-1, 4-1, 1-0); Polonia — Bulgaria 12-6 (3-2, 4-2, 5-2). ● În etapa a 21-a a campionatului unional, lidera clasamentului, formația T.S.K.A. Moscova, a terminat la egalitate (0-0) meciul disputat la Cellabinsk cu formația locală Traktor. Alte rezultate: Aripile Sovietelor Moscova — Himik Voskresensk 3-3 (2-0, 1-1, 0-2); Ijstal Ijvesk — Dinamo Moscova 2-4 (1-2, 0-0, 1-2); Salavat Ufa — Dinamo Riga 5-3 (2-2, 2-0, 1-1). În clasament continuă să conducă T.S.K.A. Moscova — 38 puncte

urmată de Dinamo Moscova — 32 puncte. **TENIS** ● Într-o partidă demonstrativă desfășurată la Le Mans (Franța), campionul francez Yannick Noah l-a întrecut cu 6-3, 6-4 pe Anders Gomez (Ecuador). ● În turneul internațional de la Salvador de Bahia (Brazilia), tînrul jucător spaniol Juan Avendano a reușit să-l elimine cu 6-3, 6-2 pe argentinianul Jose Luis Clerc, cîntat printre favoriții concursului. Alte rezultate: Kist (Brazilia) — Duncan (S.U.A.) 6-3, 6-0; Kirmayr (Brazilia) — Sanchez (Spania) 4-6, 6-2, 7-5; Yzagre (Peru) — Arraya (Peru) 6-2, 6-4; Jaité (Argentina) — Henemann (Brazilia) 6-1, 7-5.

SURPRIZELE CURG LA OPEN-UL AUSTRALIAN

După ieșirea din cursă a lui Boris Becker învins în turul 2 de către olandezul Michiel Schapers, necunoscut pînă în momentul victoriei, la Melbourne, au mai fost înregistrate și alte surprize, nu însă de aceeași proporție. Astfel, în concursul masculin, doi capi de serie americani David Pate (nr. 15) și Greg Holmes (nr. 16), au „dispărut” tot în turul 2, eliminați de modestii australieni Darren Cahill și, respectiv, Mark Woodforde, probabil mai bine acomodați cu suprafața de joc (hard). Nici tabloul feminin n-a fost lipsit de ceea ce întotdeauna este așteptat cu nerăbdare — rezultatul-surpriză Ann Hobbs (Anglia) și Ann Henricksson (S.U.A.) le-au eliminat pe Barbara Potter (S.U.A. favorita nr. 11) și

respectiv, pe Liša Bonder (S.U.A., nr. 14).

Alte rezultate, masculin: Gulikson — Lewis 4-6, 6-2, 6-4, 6-4; Kriek-Freeman 6-4, 4-6, 6-3, 6-4; Leconte — Mansdorf 6-4, 6-2, 7-5; Odizor — Cassidy 6-4, 6-3, 3-6, 6-4; McEnroe — Visser 6-4, 6-3, 3-6, 6-3; Nyström — Giammalva 6-3, 6-2, 5-7, 6-4; Edberg — Schultz 6-3, 6-4, 7-6; feminin: Chris Evert-Lloyd — Betsy Nagelsen 4-6, 6-4, 6-0; Zina Garrison — Katarina Skronska 6-1, 6-1; Jo Durie — Sarah Gomer 6-2, 6-3; Helena Sukova — Robie White 6-4, 6-3; Manuela Maleeva — Myriam Schropp 6-3, 7-6; Claudia Kohde-Kilsch — Gigi Fernandez 6-1, 6-2; Katerina Maleeva — Masako Yanagi 6-3, 7-6.