

FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE ATLETISM

Comisia Atleților Veterani



“Citius, Altius, Fortius”

REVISTA

ATLEȚILOR VETERANI

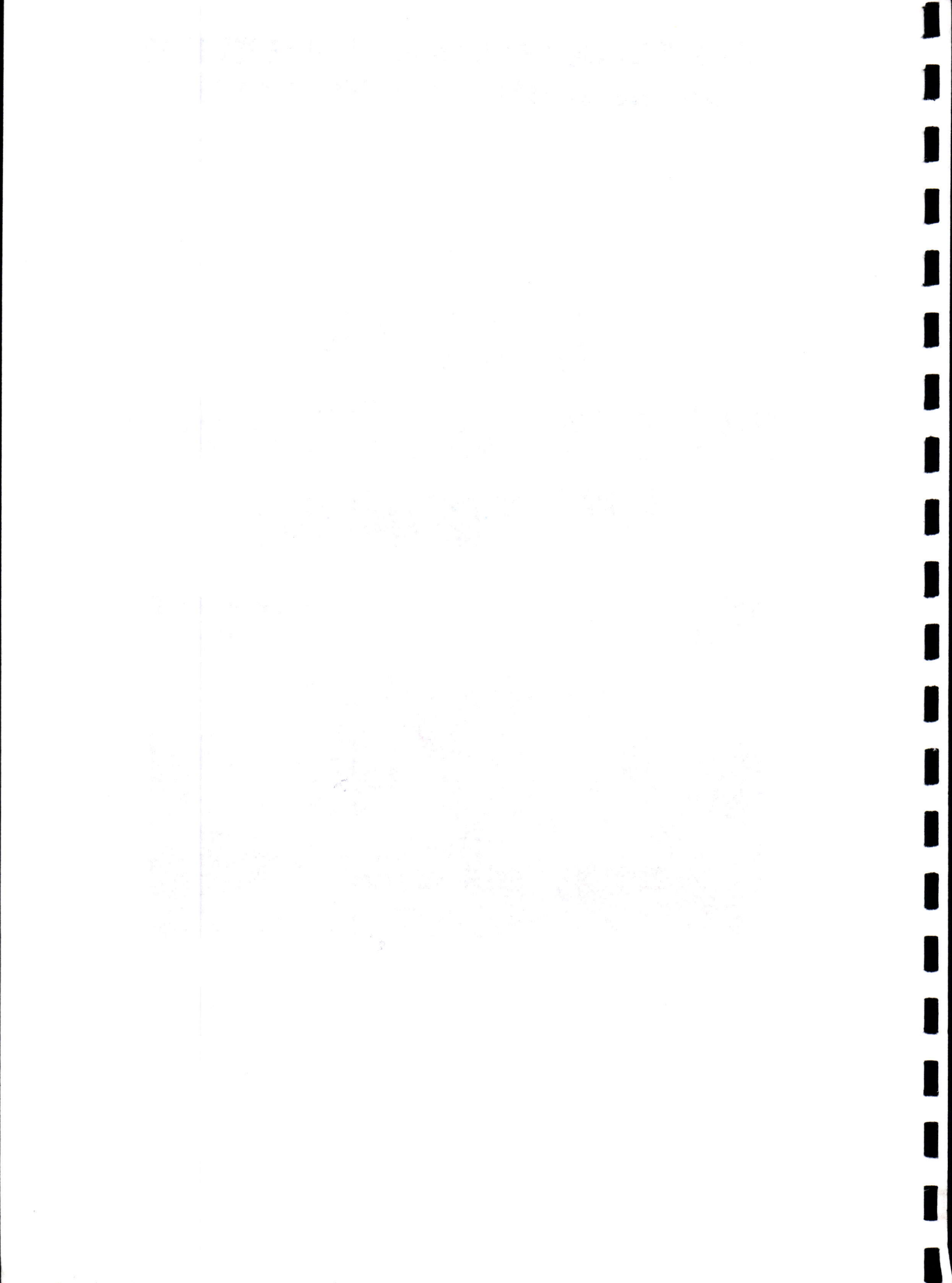
DIN ROMÂNIA



O VIATA IN SLUJBA ATLETISMULUI ROMANESC
D L.PROF. VICTOR FIREA A IMPLINIT 80 DE ANI!



Nr.6 (26) NOIEMBRIE 2003



COLECTIVUL DE REDACTIE

Prof. Victor FIREA

Prof. Gheorghe RUGINĂ

Paula CHIURLEA

Prof. Corneliu IONIȚĂ

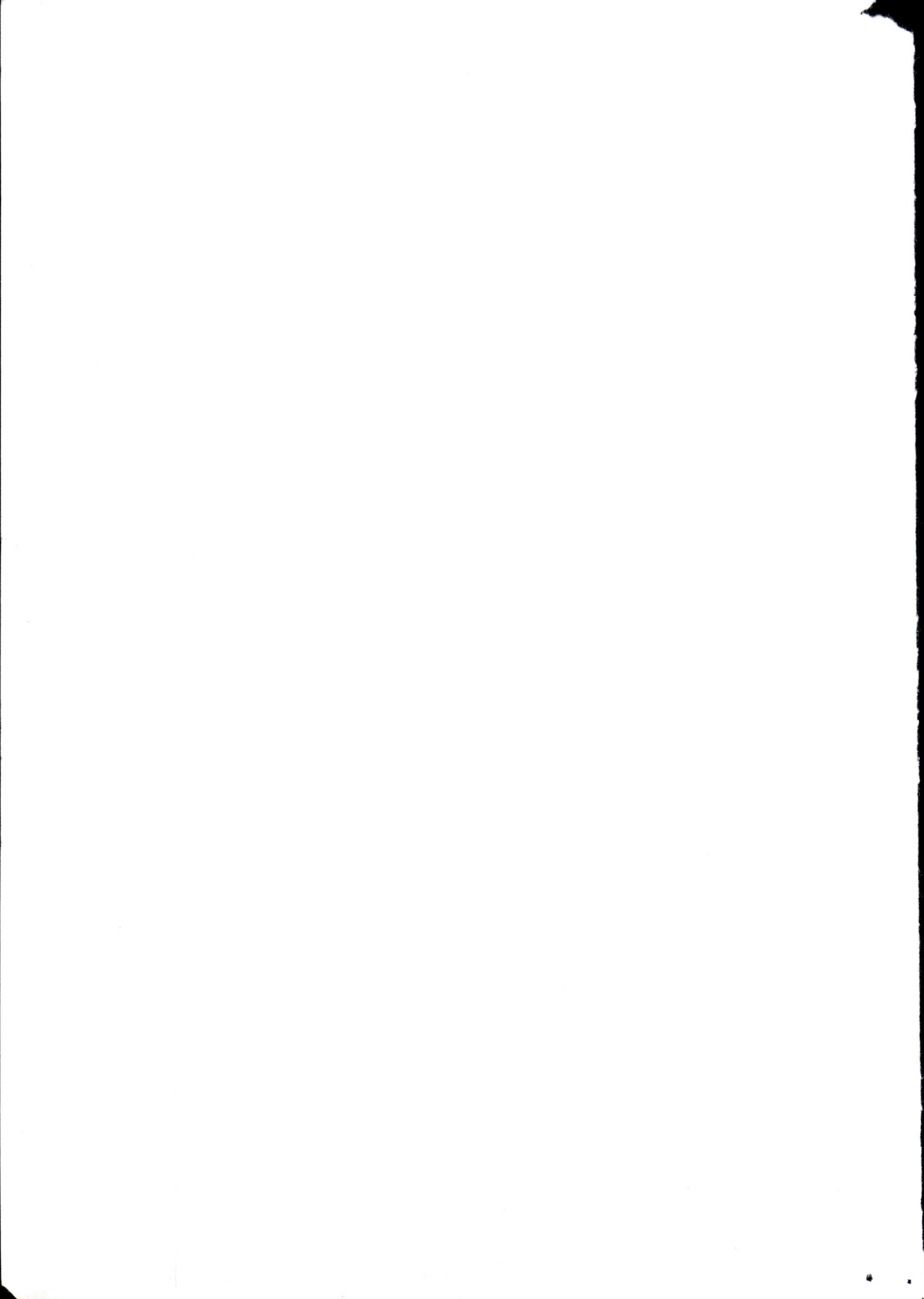
Marin STAN

Costache RADU

Gheorghe POPISTAȘU

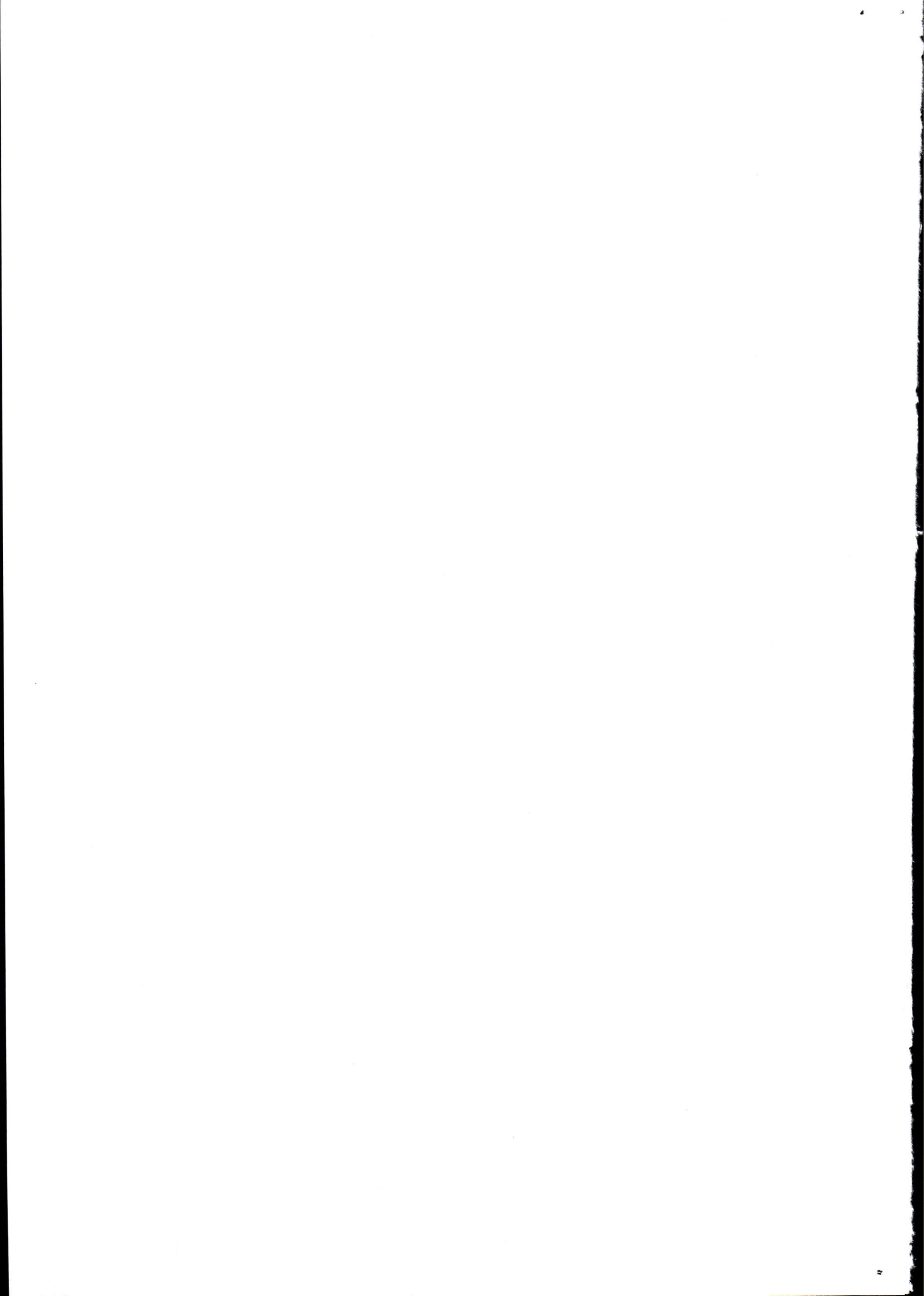
Editare computerizată: **MIHAI DANILA**

BOGDAN STANESCU



CUPRINS

	Pag.	
1	RETROSPECTIVA ACTIVITATII ATLETILOR VETERANI IN ANUL 2003.....	2
2	IOLANDA BALAS SOETER – DESPRE DOPAJ.....	4
3	GAUDEAMUS IGITUR – C. RADU.....	6
4	HOTARARI ALE ADUNARII GENERALE WAVA.....	8
5	EXTRASE DIN STATUTUL WMA.....	9
6	CARACTERISTICILE PROBELOR DE GARDURI SI ARUNCARI.....	11
7	CALENDARUL COMPETITIONAL AL ANULUI 2004.....	14
8	REGULAMENTELE CAMPIONATELOR NATIONALE 2004.....	15
	8.1 Regulamentul Campionatului National de sala –20 martie – Bucuresti.....	16
	8.2 Regulamentul Campionatului National de cros - 3 aprilie – Pitesti.....	17
	8.3 Regulamentul Campionatului National de pista – 22-23 mai – Bucuresti.....	18
	8.4 Regulamentul Campionatelor Nationale de semimaraton, sosea si mars - 5 septembrie – Pitesti.....	20
	8.5 Regulamentul Campionatului National de maraton – 3 octombrie – Bucuresti.....	21
9	CROSUL UNIRII – ALBA IULIA – 2002 – GAND DE CRACIUN.....	22
10	CROSUL ANULUI NOU “MEMORIAL VASILE FIREA “ ED III.....	25
11	REZULTATELE TEHNICE ALE COMPETITIILOR DESFASURATE IN ANUL 2003.....	
	11.1 Campionatul National de sala – BACAU –1 martie.....	26
	11.2 Campionatul Balcanic de cros – BELGRAD – 5 aprilie.....	32
	11.3 Campionatul National de cros – BOTOSANI –19 aprilie.....	33
	11.4 Maratonul TRANSILVANIA –MEDIAS-SIGHISOARA -20aprilie.....	36
	11.5 Concurs International “GALL LAJOS” SF.GHEORGHE - 3 mai.....	37
	11.6 Campionatul European –sosea, mars, semimaraton CEHIA-UPICE-24-25 mai.....	38
	11.7 Campionatul National de pista –MEDIAS – 14-15 iunie.....	40
	11.8 Campionatul Mondial de pista –PUERTO RICO –1-13 iulie.....	50
	11.9 Crosul “ ZIUA ORASULUI GAESTI”- 19 iulie.....	51
	11.10 Semimaratonul SF.GHEORGHE -26 iulie.....	52
	11.11 Crosul “DUNARIU” –GALATI -2 august.....	53
	11.12 Campionatele Nationale de sosea, mars, semimaraton -PITESTI – 6 septembrie.....	55
	11.13 Campionatul Balcanic GRECIA – KATERINI –20-21 septembrie.....	58
	11.14 Crosul “CASTANELOR” BAIA MARE –28septembrie.....	65
	11.15 Crosul “FAIR-PLAY” – BUCURESTI- 4 octombrie.....	66
	11.17 MARATONUL BUCURESTI – 5 octombrie.....	68
	11.18 42,195 KM la PRAGA si ATENA.....	69
12	RECORDURI.....	
	12.1 Intreceri de sala.....	71
	12.2 Intreceri de pista.....	77
	12.3 Intreceri balcanice – pista.....	86
13	AVEM SI NOI UN CUVANT DE SPUS C.RADU.....	90
14	O CARTE DESPRE LUMEA ATLETISMULUI BALCANIC C.RADU.....	93
15	CUM MA PREGATESC F.MOSKOVITS.....	95
16	AVEM MEREU NEVOIE DE MODELE G.POPISTASU.....	95
17	MEDICINA PRACTICA PENTRU VETERANI N.NEACSU.....	
	17.1 SOLUTIE PENTRU MASAJ.....	97
	17.2 PREVENIREA SI VINDECAREA PE CALE NATURISTA A ADENOMULUI DE PROSTATA.....	98
18	VECHILE PROBLEME SUNT TOTUSI ACTUALE CORNELIU IONITA.....	99
19	DOUA ATLETE, DOUA GENERATII LUCIA RADU.....	100
20	CU EPIGRAMA PRINTRE VETERANI OLIMPIU RADU.....	102
21	IMAGINI CU ATLETII VETERANI – PARTICIPANTI LA COMPETITII INTERNATIONALE.....	106



RETROSPECTIVA ACTIVITATII

ATLEILOR VETERANI IN ANUL 2003

Comisia atletilor veterani se poate mandri cu rezultatele obtinute in cele 23 de competitii interne si internationale din anul 2003, rezultate care sunt superioare celor din 2002. Prin cooptarea de noi membri, la toate categoriile de varsta, intre 35 – 60ani, miscarea atletilor veterani a ajuns la frumoasa cifra de 361 barbati si femei de pe intregul teritoriu al tarii. Printr-o organizare mai buna a antrenamentelor, dar mai ales a imbunatatirii performantelor la competitii interne si internationale s-au obtinut o serie de recorduri personale, nationale si balcanice. Este suficient sa dam unele exemple care sa dovedeasca acest lucru:

- la Campionatul National de Sala de la Bacau au participat 110 sportivi care au inregistrat 18 recorduri nationale la barbati si 16 la femei. S-au evidentiat in mod deosebit: Balean Daniela, Pop Maria, Lengyel Mariana, Cioca Ilie, Radu Olimpiu, Nicoara Marius, Chiurlea Paula, Stefan Oprina, Moskovits Ferdinand.
- La Campionatul National in aer liber de la Medias, atletii veterani au inregistrat 332 de participari in 31 de probe, (record de participari) stabilind 17 recorduri la barbati si 11 la femei..
- La Jocurile Balcanice de la Katerini – Grecia din luna septembrie 2003 Comisia Atletilor Veterani a deplasat un numar de 138 de sportivi, cea mai mare participare la aceasta competitie, 82 de barbati si 56 de femei care au obtinut urmatoarele rezultate: 56 medalii de aur 24 la barbati si 32 la femei, din total 107 medalii. La aceasta competitie, sportivii nostri au stabilit 15 recorduri balcanice, dintre care 8 la barbati si 7 la femei.
 - **Barbati**
 - La categoria 70 de ani la 100 m plat Radu Olimpiu 15"21,
 - Tot la categoria 70 ani, 200m plat acelasi Radu Olimpiu 31"7RB egalat
 - La categoria 35 ani, 1500m plat Nicoara Marius 4'14"3
 - La categoria 75 ani, 1500m plat Mazilu Neagu 7'04"3
 - La categoria 80 ani, 1500m plat Moskovits Ferdinand 8'25"0
 - La categoria 70ani, 80m garduri Ionita Corneliu 18"0
 - La categoria 50ani, 400m garduri Pacrita Virgil 70"7'
 - La categoria 70 ani, triplu salt Vencu Vasile 8.31m
 - **Femei**
 - La categoria 65 ani 800m plat Radu Olimpiada 3'27"1
 - La categoria 35 ani 5000m plat Balean Daniela 19'20"3
 - La categoria 50 ani 5000m plat Pop Maria 23'05"6
 - La categoria 35 ani 10000m plat Draghici Diana 40'42"2
 - La categoria 60 ani 5000m mars Chiurlea Paula 32'50"4
 - La categoria 50ani disc Lengyel Mariana 31.5 m

Vrem sa mentionam ca si aceste rezultate tehnice nu au fost realizate intamplator de sportivii nostri, ci in urma unor antrenamente pre-competitionale efectuate de 3 - 4 ori pe saptamana; ei s-au autodepasit , avand in cele din urma satisfactia sa castige medalii pretioase si recorduri, imbold pentru o mobilizare superioara pe viitor spre o pregatire inca si mai asidua. In acelasi timp nu trebuie sa uitam ca rezultatele mari nu se obtin decat printr-o munca permanenta la antrenamente intr-o succesiune continua si nu de la o competitie la alta, cum inca mai sunt multi sportivi care neglijeaza intre competitii sa se pregateasca temeinic.

O alta competitie balcanica a fost Crosul Balcanic de la Belgrad, unde cei 15 sportivi care ne-au reprezentat la diferite categorii de varsta, s-au evidenciat castigand 6 medalii de aur, 3 medalii de argint si 3 medalii de bronz.

In afara acestor competitii cu caracter international, tinem sa multumim calduros tuturor comisiilor de veterani din Baia Mare, Galati, Covasna, Bacau, Pitesti, Botosani, Bucuresti, Mures, Dambovita, Neamt etc., pentru modul cum au organizat competitii la care s-au angajat in fata Comisiei Atletilor Veterani.

In privinta calendarului Comisiei Atletilor Veterani pentru anul 2003, apreciem ca el s-a desfasurat strict in limitele regulamentelor prezentate de Federatia Romana de Atletism, respectand indicatiile Comitetului W.A.V.A si ale I.A.A.F. Nu putem sa nu amintim de sprijinul primit in activitatea noastra din partea conducerii Clubului Sportiv Rapid Bucuresti, personal domnului Presedinte Mihai Zaharia si doamnei Valy Ionescu, care au sprijinit miscarea de veterani, prin acordarea de gratuitati legale de transport sportivilor veterani cu pensii modeste, pentru a putea participa la competitii din tara.

In privinta rezultatelor obtinute de sportivii nostri le veti putea gasi in paginile revistei noastre pentru anul 2003, precum si regulamentele tuturor categoriilor de varsta si o serie de articole prezentate de colegii nostri din tara si din Bucuresti.

Asa cum veti vedea, rezultatele noastre din anul 2003 le depasesc pe cele din 2002, ceea ce denota seriozitate si daruirea fiecarui sportiv pentru obtinerea de rezultate tot mai bune , de la an la an.

Este imbucurator faptul ca si starea disciplinara , cu unele exceptii, s-a imbunatatit, cu toate ca mai avem colegi care sunt certati cu educatia, ceea ce ne pune de multe ori in situatia sa rosim ca suntem oameni de varsta a treia si nu putem oferi tineretului exemplul pe care il asteapta de la noi.

As dori ca in numele Comisiei Atletilor Veterani si a tuturor atletilor din Romania, sa multumim conducerii Federatiei Romane de Atletism, Doamnei IOLANDA BALAS SOETER si celorlalti membri din Consiliul de Conducere a Federatiei, pentru sprijinul permanent si competent acordat activitatii noastre.

Fiind in apropierea Sarbatorilor de Craciun si Anului Nou 2004, permiteti-mi sa va multumesc , dragi colegi veterani din Romania si sa va urez "La Multi Ani !", multa sanatate, fericire, noroc si rezultate cat mai bune in anul care vine.

Presedintele Comisiei Atletilor Veterani
PROFESOR VICTOR FIREA

IOLANDA BALAS SOETER **DESPRE DOPAJ –comentarii pe marginea legii** **franceze privind protejarea sanatatii sportivilor si lupta impotriva** **dopajului**

Definitia dopajului in sport: **administrarea in randul sportivilor sau folosirea de catre acestia a unor substante medicamentoase (sau metode) care figureaza pe o lista de referinta.** Este definitia pe care o gasim in Conventia impotriva dopajului adoptata in cadrul Consiliului Europei, la Strasbourg, la 16 noiembrie 1989, ratificata de Parlamentul Romaniei prin Legea nr.171/1998.

Lista de referinta este adoptata – si actualizata – de Comitetul International Olimpic.

O cescuta de cafea bauta dimineata a devenit pentru cei mai multi dintre noi, mai mult decat o obisnuinta. Datorita cofeinei pe care o contine, cafeaua provoaca o senzatie placuta de inviorare a facultatilor intelectuale.

La sedinte, in vizite, la taclale, mai bem doua-trei cescute. Zi de zi. De la acest nivel se instaleaza dependenta. Ne este tot mai greu sa renuntam la cafeluta noastra zilnica. Putem spune, asadar, ca ea este un drog.

Copilul nostru isi serbeaza ziua. Invita acasa alti copii. Rad, asculta muzica, se uita la televizor, mananca prajituri si beau Cola. Daca din intamplare ne aruncam ochii pe eticheta sticlei de Cola (Cola, Pepsi s.a) putem afla “ingredientele” pe care le contine bautura: apa, zahar, bioxid de carbon, arome, cofeina etc. Deci, noi dam si copiilor nostri cofeina. Adica un drog. Caci, parcurgand “ lista de referinta “, printre substantele de la clasa “ stimulente “, intalnim **cofeina**.

Daca un sportiv a baut cafea sau Cola si in urina lui se gaseste o concentratie de cofeina care depaseste 12 micrograme per mililitru, el este declarat pozitiv si suspendat din activitatea competitionala.

Copilului racit ii punem in nas picaturi cu **efedrina** (cumparate de la farmacie, fara reteta). Sefii de state ciocnesc (si beau) in fata camerelor de televiziune cupe de sampanie (**alcool**). In lumea muzicienilor este foarte raspandita utilizarea betablocantelor (**nadolol, propranolol**). Daca in urina sportivului se gasesc urme infime din aceste substante, el este declarat pozitiv si suspendat. Si in anumite circumstante, chiar condamnat penal.

De unde stie sportivul care substante sunt interzise? A invatat la scoala? A auzit la biserica? A citit in ziare sau a vazut la televizor? Ceva, foarte vag, a aflat el si la scoala si la biserica si in mass-media. Ceva, mai putin stiintific si mai degraba anecdotic. Ceva bazat pe niste **principii cvasi-morale**: obtinerea unui avantaj necinstit fata de adversar (frauda), riscurile pentru sanatatea proprie (efectul lor distructiv), pervertirea naturii sportului, “subcultura devianta” etc.

Putem vorbi, asadar, de o “criza a valorilor”? Intr-o lume in care se bate atata moneda pe libertatea persoanei, ale carei reguli se schimba in permanenta, o lume care ofera adjuvante care de care mai “naturale” pentru cresterea “randamentului”, pentru “succes” este tot mai greu sa ramai...curat.

Iar cand la automobilism (Formula I), la box, la fotbal, la hochei (NHL), la tenis, la atletism, la baschet (NBA) se arunca in joc mize de milioane si milioane de

dolari, vechiul adagiul latin "Citius, Altius, Fortius" pare sa devina o mobila invecchita.

Asternand pe hartie aceste randuri, stiu ca ele pot fi rastalmacite de catre rau-voitori. Este mai simplu sa cauti tapi ispasitori si sa-i expui oprobiului public. Dar nimeni si nimic nu ma poate convinge ca Andreea Raducan (sau, ma rog, doctorul Oana) a nesocotit vreun principiu moral fundamental pentru societate. A fost incalcata o **regula** si, ca atare, campioana noastra a pierdut ce castigase.

Pentru a iesi din aceasta confuzie va trebui sa vedem ce se intampla si prin lume. Am vorbit despre Conventia Europeana impotriva dopajului, ratificata si de tara noastra.

In vara lui 1988, la prima Conferinta mondiala de lupta impotriva dopajului, desfasurata la Ottawa, a fost adoptata Carta olimpica impotriva dopajului in sport, ca o incercare de armonizare a actiunilor intreprinse de guverne, respectiv de federatiile sportive nationale si internationale. Carta defineste responsabilitatile factorilor care au datoria sa intervina in procesul de educatie si informare si proiecteaza strategii de preventie si coercitie.

La inceputul lui februarie 1999 a fost adoptata Declaratia de la Lausanne asupra dopajului in sport.

La 1 ianuarie 2000 a intrat in vigoare Codul antidoping al miscarii olimpice.

Dar nici unul din aceste documente nu este pe deplin operant in plan juridic.

Nici Legea educatiei fizice si sportului (nr.69/2000) din tara noastra nu trece dincolo de niste principii generale. Ministerului Tineretului si Sportului si Comitetului Olimpic Roman le reveneau obligatia de a elabora un Program national antidoping (cuprinzand norme tehnice si sanctiuni), si de a constitui Comisia nationala antidoping, masuri care urmau a fi intarite printr-o hotarare de Guvern.

Este timpul ca atat Parlamentul, cat si Guvernul sa se implice mai ferm in pastrarea sub control a acestui fenomen atat de complex care este dopajul in sport, nu prin texte declarative, ci prin masuri prohibitive si coercitive. Altfel spus, prin LEGE.

Este motivul pentru care Fundatia Atletismul Romanesc, pe care o conduc, a pus la dispozitia guvernantilor, a specialistilor, a tuturor celor interesati – spre meditatie – o traducere in limba romana a uneia dintre cele mai dure legi antidoping: Legea franceza privind protejarea sanatatii sportivilor si lupta impotriva dopajului (nr.99-223 din 23 martie 1999).

Am gasit de cuviinta sa fac acest lucru din dorinta ca sportul romanesc sa dispuna de instrumente de lucru clare, coerente si convingatoare.

IOLANDA BALAS SOETER
Presedinta Federatiei Romane de Atletism
Presedinta Fundatiei Atletismul Romanesc