

## nOxygen Apnea Club Egyesület – Éves beszámoló (2019. év első félév)

A nOxygen Apnea Club Egyesület számára **az idei év a megalapozásról szólt**, mivel bár a 10 főből - akik jelenleg az egyesületünket alkotják – többen is már legalább 4-5 éve gyakorolják a sportot szervezett formában, de idén döntöttünk úgy, hogy tovább lépünk és **egyesületet alapítva** felkaroljuk a hazai szabadtüdő bújársport, vagyis az apnea sportágát.

Versenyzőink már tavaly is több érmet hoztak el Ausztriából és a Vajdaságból, idén azonban **tovább nőtt a versenyeredmények száma**, valamint több alkalommal hazai csúcspdöntés is történt. A teljes lista:

nOxygen Apnea Club Egyesület - VERSENY EREDMÉNYEK 2019.01-2019.09

	Dátum	Helyszín	Szervezet	Kategóriák	Részvevők	Eredmények
1	2019.02	Innsbruck	AIDA	STA, DNF	Sopronyi András Bacsó László Nemes Fruzsina Bagó Marcell	1. Nemes Fruzi új magyar csúcs DNF női kategóriában (107m) 2. Sopronyi András első helyzett STA számban újonc kategória
2	2019.03	Maribor	CMAS	STA, DNF, DYN	Bacsó László Nemes Fruzsina Bagó Marcell	Nemes Fruzi új magyar csúcs DNF női kategória (110m)
3	2019.05	Szabadka	CMAS	STA, DNF, DYN, DYN-Bi	Sopronyi András Bacsó László Nemes Fruzsina Sass Kálmán Reményi Attila Bagó Marcell	1. Nemes Fruzi új magyar csúcs DYN, DYN-Bi női kategóriában (124m, 105m), 2. helyezés DNF női kategóriában 2. Bagó Marcell új magyar csúcs és első helyezés DYN, DYN-Bi férfi kategóriában (181m, 149,8m), 2. hely STA, DNF férfi kategóriában 3. Reményi Attila 2. helyezés DYN, DYN-Bi férfi kategória (151m, 118m), 3. helyezés STA, DNF férfi kategóriában 4. Csapatversenyben abszolút első helyezés
4	2019.06	Rijeka	AIDA	STA, DYN	Reményi Attila Bagó Marcell	Bagó Marcell új magyar csúcs STA férfi kategóriában (6:32)
5	2019.07	Rijeka	AIDA	STA, DYN	Reményi Attila Sopronyi András Sass Kálmán Bagó Marcell	1. Sopronyi András új magyar csúcs DNF férfi kategória (143m) 2. Bagó Marcell új magyar csúcs DYN férfi kategória (183m)
6	2019.07	Krk	AIDA	CNF	Bagó Marcell	Bagó Marcell új magyar csúcs CNF férfi kategória (39m)
7	2019.10.13	Bécs	AIDA	STA, DYN	Sopronyi András Borsos Miklós Nemes Fruzsina Bacsó László Reményi Attila Bagó Marcell	felkészülés alatt...

**A heti három medencés edzés mellett rendszeresen szerveztünk statikus edzéseket** (levegő visszatartás mozgás nélkül), **valamint száraz edzés különböző formáit**, nagy népszerűségnek örvendett például az úgynevezett “kaatsu” tréning, mely során pántok segítségével mérsékeljük a véráramot a végtagokban az erőnléti edzés közben.

A csapat többsége nyáron részt vett egy 10 napos **horvátországi edzőtáboron** is, ahol Vito Maricic, horvát világrekorder vette szárnyai alá sportolóinkat, mélységi edzés, medencés edzés és elméleti oktatás keretei között.

Pár napja, október 5-én pedig sikerrel lebonyolítottuk az **első hazai nOxygen Apnea Versenyt**, ami afféle nyitott házi verseny volt, 19 résztvevővel, akik több számban (dinamikus és statikus) is kipróbálhatták tudásukat.

Érdekesség még, hogy az egyik legeredményesebb sportolónk, **Bagó Marcell** nagyjából egy éve dolgozik egy **kutatási projekten a Testnevelési Egyetem PhD képzésén belül**, jelenleg doktor jelölti státuszban disszertációként, melynek a lényege az apnea alatt fellépő élettani folyamatok megértése. A kutatásban részt vesznek az egyesület tagjai mint alanyok, de emellett dolgozunk egy általános, hosszútávú együttműködési terv kidolgozásán is a Testnevelés Egyetemmel közösen.

Jelenleg készülünk egy újabb versenyre Bécsben (okt. 13), illetve folytatjuk a megkezdett munkát az hazai apnea népszerűsítésében, emellett pedig gőzerővel igyekszünk megalapozni a közös munkát a búvárszövetséggel. 😊

**Borsos Miklós**

egyesületi elnök, nOxygen Apnea Club