



Zámoly Község Polgármesterétől
8081 Zámoly, Kossuth utca 43.
Tel.: 06-22/251-000, e-mail: polgarmester@zamoly.hu

ELŐTERJESZTÉS

Zámoly Község Önkormányzata Képviselő-testületének
2026. május 6. napján tartandó rendes nyílt testületi ülésére

Iktatószám: Z/383-5/2026.

Tárgy: Bakos Károlyról szóló könyv megjelenése támogatásának megtárgyalása

Előterjesztő: Sallai Mihály polgármester

Törvényességi szempontból megvizsgálta: Dr. Nagy Erzsébet Andrea jegyző

Előkészítette: Sallai Mihály polgármester

Melléklet: Kérelem másolata

Tisztelt Képviselő-testület!

Szabó S. András egyetemi tanár, a Nemzeti Írószövetség tagja 2026. február 10. napján kérelemmel fordult a képviselő-testülethez, melyben kéri az önkormányzat támogatását a Zámolyon élő Bakos Károly súlyemelő, olimpiai bronzérmes és világbajnok súlyemelő polgártársunkról kiadni tervezett könyv megjelentetéséhez, melyet a Magyar Edzők Társasága (1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3., fsz. 19-20., képviseli: Molnár Zoltán elnök) koordinál.

A kérelmezőt válaszelevélben tájékoztattam, hogy a Zámoly Község Önkormányzata és intézményei 2026. évi költségvetéséről szóló rendelet 2026. március 6-i hatálybalépését követően beterjesztem kérelmét a képviselő-testület elé. A kérelemben olvasható, hogy támogatás biztosítása esetén bekerülési költséggel azonos számú tiszteletpéldányokat bocsátanak az önkormányzat rendelkezésére. Javasolom, hogy Zámoly Község Önkormányzata 100 000 Ft támogatást biztosítson a könyv megjelenéséhez, de annak érdekében, hogy az összeg valóban a megjelenést szolgálja, ne tartson igényt az összes támogatásarányos számú tiszteletpéldányra.

Kérem a Tisztelt Képviselő-testületet, hogy az előterjesztést megtárgyalni, és a határozati javaslatot elfogadni szíveskedjenek. Az előterjesztésben szereplő döntési javaslatról egyszerű többséggel kell dönteni.

Zámoly, 2026. április 30.


Sallai Mihály
polgármester

Tisztelettel:




Dr. Nagy Erzsébet Andrea
jegyző

Határozat-tervezet:

**Zámoly Község Önkormányzata Képviselő-testületének
.../2026. (V.6.) határozata**

Bakos Károlyról szóló könyv megjelenésének támogatásáról

1. Zámoly Község Önkormányzata Képviselő-testülete megismerte Szabó S. András kérelmét és úgy határozott, hogy a Zámolyon élő Bakos Károly súlyemelő, olimpiai bronzérmes és világbajnok súlyemelő polgártársunkról kiadni tervezett könyv megjelentetéséhez a Magyar Edzők Társasága (1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3., fsz. 19-20., képviseli: Molnár Zoltán elnök) részére 100 000 Ft, azaz egyszázezer forint támogatást biztosít.
2. A támogatás fedezete Zámoly Község Önkormányzata és intézményei 2026. évi költségvetésének tartalékában rendelkezésre áll.
3. A képviselő-testület felhatalmazza Sallai Mihály polgármestert a további szükséges intézkedések megtételére.
4. A képviselő-testület felkéri Sallai Mihály polgármestert, hogy a határozatról az érintetteket értesítse.

Határidő: azonnal

Felelős: Sallai Mihály polgármester

Tárgy: Bakos Károlyról szóló könyv megjelenetése
Feladó: András Sándor Szabó <andras.szabo061148@gmail.com>
Dátum: 2026. 02. 10. 17:31
Címzett: hivatal@zamoly.hu

MA 2026 FEBR 11.
SOM SOM

Sallai Mihály
polgármester
8021 Zámoly, Kossuth z. 43.

Zámolyi Közös Önkormányzati Hivatal	
Érkezett: 2026-02-11	
Ügyiratszám: Z/383-1/2026	
Előírat:	Ügyintéző: Sallai M.

Tisztelt Polgármester Úr!

Szabó S. András egyetemi tanár vagyok, a Nemzeti Írószövetség és a MÚK tagja, számos könyv szerzője. Bakos Károly pedig kiváló súlyemelő, olimpiai bronzérmes és világbajnok emelő, aki 1943-ban Budapesten született, de több, mint 30 éve Zámolyban él. A Magyar Edzők Társasága (MET) kiadásában tervezzük 2026 júniusában megjelentetni a róla szóló könyvet.

Jelen levelem célja a kiadvány megjelenetéséhez segítség kérése. Nagyon örülnénk, ha némi támogatást Zámolytól a Bakos Károly súlyemelő életét bemutató könyvhöz kaphatnánk. Bármilyen kicsi támogatást is köszönettel fogadunk a MET részére.

A tervezett kiadvány 120 oldalas, puhafedeles, A5 formátumú. Ár: 2.000,- Ft/db. A szponzorálási összegnek megfelelően a kiadvány megjelenését követően a könyvből tiszteletpéldányokat adunk. PL. 20 ezer Ft támogatás esetében 10 példányt, 100 ezer Ft támogatás esetén 50 példányt tudunk igény esetén a Polgármesteri Hivatal rendelkezésére bocsátani. A szponzorálási összeg a kiadvány nyomdai költségeinek fedezésére szolgál, az Önöktől várhatóan (remélhetően) érkező támogatás a példányszámot befolyásolja.

Csatoltan küldök egy tájékoztató anyagot a könyvről, amely várhatóan 2026. júniusban fog megjelenni. Támogatás esetén örömmel leközlünk egy rövid polgármesteri köszöntőt a Bakosról szóló kiadvány elején. Ehhez kérek egy fotót is megküldeni a címemre elektronikusan. Továbbá szívesen leközlünk egy rövid tájékoztatót is igény esetén a településről, külön költség nélkül.

Csatolom még a MET elérhetőségét, Vörös Tímea gazdasági vezető az, akivel a kapcsolatot a kiadvány szponzorálása ügyében kell tartani. A szponzorálási összeget a MET számlájára kell utalni.

Tisztelt Polgármester Úr!

Remélem, hogy Zámoly részéről támogatásra a Bakos Károly életét bemutató könyv kapcsán számíthatunk.

Köszönettel és tisztelettel üdvözli:

Szabó S. András

—Mellékletek:—

MET elérhetőség.docx

13,5 KB

MET elérhetőség

MAGYAR EDZŐK TÁRSASÁGA (MET)

Keressen minket az alábbi elérhetőségeinken:

Címünk: 1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3., fsz. 19-20.

Magyar Sport Háza

Telefon: +36-1/460-69-81

Mobil: 06-70/452-8672

Email: met@magyaredzo.hu

Számlaszám: K&H 10403136-50526752-85881000

Adószám: 18071322-2-42

Felnőttképző nyilvántartásba vételi száma: B/2022/000093

Elnök: Molnár Zoltán

Főtitkár: Köpf Károly

Gazdasági vezető: Vörös Tímea <tel:06-70-4538051> e-mail: voros@magyaredzo.hu

bakos-tájékoztató

bakos-olimpiai dobogós súlyemelő

Kérdések: Szabó S. András

Válaszok: Bakos Károly

**OLIMPIAI DOBOGÓS és VILÁGBAJNOK SÚLYEMELŐ, AKI MEGDÖNTÖTTE A
VILÁGCSÚCSTARTÓ VERES GYŐZŐ REKORDJÁT
BAKOS KÁROLY**

Kiadó: Magyar Edzők Társasága

1146 Budapest, Istvánmezei út 1-3

Szerkesztő: Szabó Angéla Dominika

Nyomda: Digitális Nyomda, F-16 Press Kft

1139 Budapest Frangepán u. 16.

ISBN szám

Tartalomjegyzék

TARTALOMJEGYZÉK

KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK

- I. A KEZDETEK**
- II. ÚT A VÁLOGATOTTSÁGHOZ**

- III. MAGYAR BAJNOKI ARANYAK
- IV. OLIMPIAI BRONZÉREM 1968-BAN AVAGY ELŐ-NÁSZÚT MEXIKÓBAN
- V. EB ÉS VB ARANY 1969-BEN
- VI. REÁLIS CÉLKITŰZÉS? 500 KG A KÖZÉPSÚLYBAN?
- VII. SÉRÜLÉSEK, A KÉNYSZERŰ BÚCSÚ
- VIII. BEŰLÉSRE ANATÓMIAILAG ALKALMATLAN
- IX. A VERSENYZŐI PÁLYAFUTÁS UTÁNI ÉVEK
- X. BAKOS, A MASTERS EMELŐ
- XI. A NYUGDÍJAS ÉVEK

FÜGGELÉK (MILYEN EMBER BAKOS KÁROLY?)

BARÁTOK, ISMERŐSÖK, VERSENYTÁRSAK, TANÍTVÁNYOK, ROKONOK
VÉLEMÉNYE

UTÓSZÓ

ZÁRSZÓ

IRODALOM

FÉNYKÉPEK

TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE

1. táblázat Bakos János (B.K. édesapja) magyar bajnoki eredményei
2. táblázat Bakos Károly magyar bajnoki aranyai
3. táblázat EB dobogósok, Leningrád, 1968, 75 kg-os kategória
4. táblázat Az 1968-as olimpia (Mexikó) 75 kg-os súlycsoportjának első 10 helyezettje
5. táblázat Világcsúcsok a varsói VB előtt a 82.5 kg-os súlycsoportban
6. táblázat VB, Varsó, 1969, a 82.5 kg-os súlycsoport eredményei
7. táblázat A Columbusban (USA) rendezett VB összetett eredményei a középsúlyban
8. táblázat EB eredmények, Szófia, 1971
9. táblázat VB eredmények, Lima, 1971
10. táblázat EB eredmények, Constanza, 1972
11. táblázat Olimpia, München, 1972
12. táblázat Magyar Bajnokság, 1972, Budapest, 82.5 kg-os kategória
13. táblázat A világcsúcsok (kg) alakulása 1963 és 1973 között a váltósúlyban (75 kg)
14. táblázat A világcsúcsok (kg) alakulása 1963 és 1973 között a középsúlyban (82.5 kg)

15. táblázat A világcúcsok (kg) alakulása 1963 és 1973 között a félnehézsúlyban (90 kg)
16. táblázat Az utolsó évek helyezései a magyar ranglistákon

ÁBRÁK JEGYZÉKE

1. ollózásos szakítás
2. betüléses szakítás
3. ollózásos mellrevétel
4. betüléses mellrevétel
5. ollózásos kilőkés
6. betüléses kilőkés

KÉPEK JEGYZÉKE

ELŐSZÓ

Életemben a súlyemelés meghatározó szerepet játszik. Így nem véletlen, hogy tudatosan törekszem arra, hogy a korábbi évtizedek igazán nagy emelőit, világklasszis versenyzőit egy-egy önálló kiadványban bemutassam, tisztelve az általuk elért nagyszerű eredmények előtt. Valamennyi híres emelőt személyesen ismertem, örömteli feladat volt számomra – döntően a **MAGYAR EDZŐK TÁRSASÁGA** megtisztelő és folyamatos támogatásának köszönhetően – hogy a kiemelkedő teljesítményt nyújtó súlyemelőinkről könyv készülhetett, bemutatva eredményeiket, életüket a fiatalabb nemzedékek számára is. S persze kihangsúlyozva a súlyemelő sportág meghatározó szerepét, hiszen ez alapsportág, hiszen jelentősége az erőfejlesztésben úgy gondolom a többi sportág számára is megkérdőjelezhetetlen.

A 60-as és 70-es évek nagy bajnokait, kiváló súlyemelőit felvonultató sorozatunk 2018-ban kezdődött, amikor a Huszka Mihályról szóló könyv (Szabó, Huszka 2018) jelent meg, bemutatva az 1933-ban született VB-ezüstérmes sportembert, váltósúlyú súlyemelőt, később nagyszerű masters emelőt. A kiadvány címe **85 KÉRDÉS ÉS 85 VÁLASZ 8 ÉS FÉL ÉVTIZEDRŐL** volt, az alcím pedig **EGY DIADALMAS ÉLET SZÓBAN ÉS KÉPEKBEN**. Misi egyébként 2022-ben, 89 évesen mondott búcsút a földi világnak.

Ezt követte 2022-ben a Tóth Gézáról (1932-2011) készült összeállítás (Szabó, 2022). Ennek címe TÓTH GÉZA, A VASI VASEMBER volt, az alcím pedig A KISVÁROSI VILÁGBAJNOK, hiszen a Szombathelyen élő és emelő, középsúlyban versenyző Tóth Géza az EB-aranya s az olimpiai ezüstérme megszerzését követően súlycsoportot váltott s 1966-ban világbajnok lett a következő kategóriában, a félnehézsúlyban.

Ugyancsak 2022-ben látott napvilágot a magyar súlyemelősport első világbajnokának, Veres Győzőnek (1936-2011) az életét felvázoló könyv is, 60 évvel a nagy siker, a budapesti VB-n, 1962-ben szerzett aranyérmét követően. A könyv alcíme MAGYARORSZÁG ELSŐ SÚLYEMELŐ VILÁGBAJNOKA, SOKSZOROS VILÁGCSÚCSTARTÓ SÚLYEMELŐ volt.

A sort aztán a Földi Imre (1938-2017) életének történéseit felelevenítő kiadvány – OLIMPIAI BAJNOK SÚLYEMELŐ, A NEMZET SPORTOLÓJA címmel - folytatta 2023-ban, 85 évvel Imre születését követően. Imre olimpiai érdemrendet kapott, Tatbánya díszpolgára lett s róla neveztek el a felújított tatabányai sportcsarnokot.

Majd Nemessányi Árpád következett 2024-ben, kérdés és felelet formában feldolgozott 80 évről szólva - 80 KÉRDÉS ÉS 80 VÁLASZ 8 ÉVTIZEDRŐL - hiszen Árpi barátom 1944-ben született. A MET kiadvány hasonló volt a Huszka könyvhöz, ahol szintén több beszélgetés keretében tártuk fel az életút fontosabb állomásait. Lényegében nem is kérdés és felelet volt a Szabó-Huszka eszmecsere, hanem 2 idős ember beszélgetése a szeretett sportágunkról. S ez ismétlődött meg a Nemessányi Árpád életét bemutató könyvben is, aminek az alcíme a következő volt: EGY SÚLYEMELŐ ÚSZÓMESTER ÉLETE SZÓBAN ÉS KÉPEKBEN. Hiszen Árpi barátom az életéből 20 évet a medence partján, úszómesterként töltött.

A sorban a Nagy-Földi-Huszka-Veres-Tóth-Nemessányi-Ecser hetesfogat utolsó embere, a legnehezebb emelő, Ecser Károly (1931-2005) következett 2025-ben, a könyv címe A NEHÉZSÚLYÚ SÚLYEMELŐ EURÓPA BAJNOK volt. Sajnos vele már nem lehetett kérdés-felelet formában beszélgetni, hiszen ő volt az, aki a leghamarabb, 2005-ben távozott el a hetesfogatból az örök vadászmezőkre. Nagy Robi kivételével – de majd előbb-utóbb azért ő is sorra kerül - tehát a hetesfogat mindegyik tagjának sikerült emléket állítani önálló könyv formában is.

A magyar súlyemelősport történetének meghatározó egyéniségeit bemutató sorozatban Bagócs János következett, a könnyűsúlyú Európa és világbajnok, ifi világcúcstartó, sokszoros magyar bajnok, olimpiai helyezett emelő. Az Életmű-díjas edzőt a 2025-ben megjelent MET kiadvány

- EGY KÖNNYŰSÚLYÚ SÚLYEMELŐ, AKI MAGYAR BAJNOK, EURÓPA BAJNOK ÉS VILÁGBAJNOK IS VOLT - mutatta be, köszöntve 80. születésnapján.

Majd Hanzlik Jánosról olvashattak az érdeklődők, a volt szövetségi kapitányról, arról a félnehézsúlyú, majd nehézsúlyú súlyemelőről, aki először lökött Magyarországon 200 kg-ot. Ez mérföldkő volt a hazai súlyemelés történelmében. A könyv 2026-ban jelent meg a MET kiadásában - A SÚLYEMELŐ, AKI ELŐSZÖR LÖKÖTT MAGYARORSZÁGON 200 KG-OT, HANZLIK JÁNOS - 60 évvel azután, hogy Hanzlik első felnőtt válogatottságát ünnepelhette 1966-ban.

Ugyanebben az évben Benedek János következett, az 1944-ben született olimpiai bronzérmes emelő. Nála a 2026-os év azért lehet emlékezetes, mert 50 évvel korábban, 1976-ban szerezte utolsó magyar bajnoki címét. Összesen egyébként 12-szer állhatott Benedek a magyar bajnokságokon a dobogó tetején a pehelysúlyban, 1964-től kezdődően. A róla szóló könyv címe a következő volt: OLIMPIAI BONZÉRMES, VILÁGBAJNOK PEHELYSÚLYÚ SÚLYEMELŐ, BENEDEK JÁNOS, az, alcíme pedig: EGY 12-SZERES MAGYAR BAJNOK EMELŐ ÉLETE SZÓBAN ÉS KÉPEKBEN.

Most pedig a kiadvány Bakos Károlyt mutatja be. Ez a könyv is egy ígéret beteljesítése, ami eredetileg Bagócs Jancsi javaslatához kapcsolódik. Ugyanis ő azt kérte, hogy lehetőleg Benedek Jánost követően Bakos Károlyról legyen szó a sorozat következő könyvében. S ehhez a javaslatához több korábbi híres versenyző és súlyemelő szakember (pl. Hanzlik, Benedek, Nemessányi, Szalai, Zsuga) is csatlakozott. Nem lehetett nem egyetérteni ezzel, hiszen Bakos Karcsi teljesítménye - sokszoros magyar bajnok, olimpiai bronzérmes, összetettben Európa bajnok, lökésben világbajnok - egyáltalán nem marad el a híressé vált s korábban már bemutatott súlyemelő társaság tagjaitól. Így természetesen megígértem Bagócsnak, hogy Bakos lesz az a következő magyar emelő, akiről összeállítunk egy beszélgetéssorozat alapján egy kiadványt. Határozottan úgy vélem, hogy megérdemli s ezt bátran állíthatom. Hiszen meghatározó volt emelőként a hazai súlyemelősportban. Karcsi – így fogom szólítani, hiszen régóta ismerjük egymást s mindig így hívtam - egyébként a híres hetesfogatot közvetlenül követő nemzedéknek, azaz a 40-es években született Benedek, Bagócs, Máthé, Ambrózi, Holzreiter, Szűcs, Szarvas, Horváth György, Hanzlik, Rehus, Stark társaságnak egyik legkiemelkedőbb és legsikeresebb tagja volt azt követően a súlyemelő válogatottban, hogy a hetesfogat felbomlott Huszka emigrálásával 1965-ben s Ecsér visszavonulásával 1966-ban.

Bakos Karcsi sikeres emelői pályafutását tekintve tehát a 60-as évekről, inkább annak második feléről s a 70-es évek elejéről beszélünk. S persze annak, hogy a kiadvány 2026-ban lát napvilágot, Karcsi esetében egy fontos apropója is van. Nevezetesen az, hogy 60 éve, 1966-ban lépett először világbajnokságon dobogóra. Nem tegnap volt. 6 évtized telt el azóta. Hogyan is írta Arany János (Toldi estéje): „Hajt az idő, nem vár, elhalunk mi, vének, Csak híre marad fenn karunk erejének”. Hát erről az erőről ejtünk azért pár szót.

Karcsival - bár előtte már többször láttam versenyezni – személyesen csak 1970-ben találkoztam először s bár azóta nagyon sok év telt el, de a későbbiekben is igyekeztem figyelemmel kísérni versenyzői és edzői pályafutását, életének alakulását. A beszélgetéseinket rögzítő könyv meglehetősen hosszú időt, jóval több, mint 8 évtizedet próbál átfogni. S egy hosszú életbe természetesen a sikerek mellett sajnos a kudarcok, problémák, gondok, csapások is beletartoznak. Így aztán ezekről is esik szó. Mert ilyen a való élet, s ha a realitás talaján akarunk állni, akkor a jó mellett a rosszat is említünk kell. A valóban sok nagyszerű eredmény mellett természetesen a háttérről is szó lesz, közte sporttársakról, edzőkről, vezetőkről, családról, munkáról, barátokról, politikáról, megpróbáltatásokról. Lényegében két meglehetősen tapasztalt, sok mindent átélt, idős ember, két öreg sportember beszélgetéséről szól a kiadvány kérdés és felelet formában. Ami persze valószínűleg eléggé szubjektív, hiszen én a saját tapasztalataim, a rendelkezésemre álló információs bázis alapján teszem fel Karcsinak a kérdéseket. Karcsi meg a saját szubjektivitása alapján válaszol. De ezt a vélhető szubjektivitást azért remélhetőleg – legalább részben - ellensúlyozza majd a Függelékben leírt, néhány más embertől származó vélemény.

A könyvünk persze alapvetően a sport iránt érdeklődő emberekhez szól. Azokhoz, akiket tényleg érdekel, hogy milyen eredmények születtek a 60-as-és a 70-es években. Döntően főleg a súlyemelés, az erőfejlesztés, a súlyzós edzőmunka iránt elkötelezettekhez. De azért remélhetőleg nem csupán a kortársainkhoz, Bakos Karcsi barátaihoz, rokonaihoz, ismerőseihez, sporttársaihoz, hanem a fiatalabb nemzedék képviselőihez, köztük a tanítványaihoz is. Sőt, talán a gyerekeinkhez, az unokáinkhoz is. Meg úgy általában a sportvilág nagy és érdekes történetei iránt érdeklődőkhöz, s talán a testnevelő tanárokhoz és sporttörténészekhez is. Azokhoz, akik szívesen olvasnak olyan emberekről, akik valami igazán nagyot akartak alkotni, olyan célt kitűzve, aminek elérése eddig nem volt lehetséges. S a könyvből az is kiderül, hogy megvalósult-e ez az elképzelés. Azaz megtudjuk, hogy mi is lett valóban a szép és nagyra törő álmokból.

Orvos Bandi bácsi – a válogatottnak hosszú éveken át volt a vezető edzője – mondta nekem egyszer, hogy a súlyemelés kicsit olyan, mint a hegymászás. A hegymászó újabb és újabb hegycsúcsokra akar felmászni, a súlyemelő pedig újabb és újabb csúcsokat, súlyemelő rekordokat szeretne elérni. Egyéni csúcsot, országos csúcsot, Európa csúcsot, világcsúcsot, olimpiai rekordot. A súlyemelésben a fejlődés viszonylag egyszerűen - kg-ban - lemérhető, az előrelépés jól nyomon követhető a kg-ban mért teljesítmények javulásával. A komoly eredményhez, a jelentős teljesítményjavuláshoz azonban kemény edzőmunka is kell. Sok éves valóban kemény edzőmunka. Aminek a feltétele az elkötelezettség, a kitartás, a szorgalom. S a siker még így sem garantált, hiszen egy-egy sérülés hátráltató tényező lehet, sőt akár az élsportoló további pályafutását is megakadályozhatja. Ezekről a kérdésekről, az előre lépésről, eredményfejlődésről, teljesítményjavulásról, sportolói sikerekről, sérülésekről is szól a Bakos Károly életét bemutató kiadványunk.

A hajramagyarok.hu internetes oldalon olvasható róla: „A szakértő szem korán felfigyelt arra, hogy arányos testi felépítése, erős izomzata, továbbá tehetsége és elhivatottsága tökéletes alapot teremt ahhoz, hogy eredményes súlyemelő lehessen.” Így igaz, eredményes súlyemelő lett Bakos Károly. Haladjunk végig a sikerekhez, eredményekhez vezető úton!

Szabó S. András

KÖSZÖNTÉSEK

FŐTITKÁRI KÖSZÖNTÉS (MET)

POLGÁRMESTERI KÖSZÖNTÉS (Székesfehérvár)

POLGÁRMESTERI KÖSZÖNTÉS (Zámoly)

ELNÖKI KÖSZÖNTÉS (MSSZ)

ELNÖKI KÖSZÖNTÉS (Fehérvár Rugby Club)

BEVEZETÉS

A könyv – eltekintve persze az előszótól, köszöntőktől, utószótól, irodalomtól - lényegében 12 részből áll. Ebből 11 rész a tényleges kérdés-felelet. Az I. rész a kezdetekről szól, a II. pedig a válogatottsághoz vezető útról. A III. rész témája az általa váltó- és középsúlyban nyert magyar bajnoki címek. A IV. és V. rész az, amikor az igazán nagy sikerek kerülnek szóba, az olimpiai bronz, s amikor az EB vagy VB dobogó legtetetejéről nézhetett a világ többi kiváló emelőjére. Következik az 500 kg-os célkitűzés, ez a VI. rész témája. Aztán az VII. részben a kényszerű búcsúról ejtünk szót, majd a VIII. fejezet címe: Anatómiailag betűlésre alkalmatlan. Mert Karcsi ezt mondta magáról. Ezt követően az időben a leghosszabb rész, a IX. következik, amikor a versenyzői pályafutás utáni évekről cserélünk eszmét. A X. részben pedig a masters emelésről beszélgettünk s a záró fejezet, azaz a XI. rész röviden a nyugdíjas évekről szól.

S már csak a Függelék következik, ami azért szerintem igencsak fontos rész, hiszen számos barát, ismerős, versenytárs nyilvánít véleményt Karcsiról.

Megemlítem, hogy az IWF által megjelentetett *Who is who in weightlifting* c. kiadványban (Lunzenfichter, 2007) az 1943-ban született Bakos Károlyról a következő olvasható: 1968-ban az olimpián a 75 kg-os súlycsoportban harmadik, 1969-ben a 82.5 kg-os kategóriában a lökésben világbajnok, az összetettben második a VB-n. Valószínűleg persze ez a lényeg, de azért szeretném remélni, hogy a könyv elolvasása ennél kicsit többet is ad, bemutatva e nagyszerű teljesítmények mögött álló embert is. Sőt, a *The Iron Game* c. kiadványban (Webster, 1976) is említi a szerző Bakost, akit Földi, Nagy, Holzreiter, Szűcs, Benedek, Nemessányi, Szarvas, Horváth György, Bagócs, Veres és Tóth Géza mellett a legmeghatározóbb magyar emelők közé sorol a könyvben Webster a magyar súlyemelést bemutató 2 oldalon.

Nos, akkor tehát Bakos Károlyról, erről a Budapesten, 1943-ban született s edzőként Székesfehérváron tevékenykedő, valóban kiemelkedő sportteljesítményt nyújtó, 83 éves sportemberről lesz szó a következő oldalakon egy beszélgetéssorozat alapján. A kg-ban elért teljesítményeket, világcsúcsokat, rekordokat Vladan Mihajlovic *Weightlifting 1896-1976* és *90 Years of the weightlifting in Europa* c. könyveiből (Mihajlovic, 1977, 1987), Ture Widlund *Weightlifting at the Olympic Games, 1896-1988* c. művéből (Widlund, 1989), Gottfried Schödl *The lost past* és a *Medals and world records in weightlifting* c. összeállításából (Schödl, 1992,

1997) valamint A sport krónikája c. kiadványból (Umminger, 1993) vettem. Továbbá természetesen felhasználtam a MSSZ évkönyveit, valamint Tóth Géza Súlyemelő ABC c. könyvében (Tóth, 1970) közölt teljesítménylistát. Továbbá a Magyar Sport Enciklopédia (Lévai, 2002) adatait, a NEHÉZATLÉTIKA és a MAGYAR SÚLYEMELÉS valamint a World Weightlifting szakanyagait, a hetesfogat tagjairól írt könyvekben ill. interjúkötetekben (Szabó, Huszka, 2018)(Szabó, 2022, 2023, 2025)(Szabó, Nemessányi, 2024)(Szabó, Bagócs, 2025)(Szabó, Hanzlik, 2026)(Szabó, Benedek, 2026) szereplő adatokat. S a „Régi dicsőségünk, hol késel az éji homályban?” c. könyv (Szabó, Máthé, Nemessányi, Pálinkás, 2025) megállapításait. Továbbá a Wikipédiában fellelhető s a Magyar Virtuális Sportmúzeum (hajramagyarok.hu) adatbázisában leközölt információkat. S a jochapress.hu oldalon elérhető adatokat.

Szabó S. András

Zárólap

Aki kérdez: Szabó S. András

1948-ban született Szombathelyen. Vegyészmérnök, szakmérnök, edző és versenybíró, az MTA doktora. Korábban tanszékvezető egyetemi tanár és óraadó középiskolai oktató. Versenyző volt atlétikában, labdarúgásban és súlyemelésben, a 75 kg-os súlycsoportban regionális bajnok. 1983-2020 között a Testnevelési Egyetemen a sporttáplálkozás témakör tanára, valamint a nemzetközi edzőképzés (ICC) keretében a súlyemelés edzésmódszertana és biomechanikája tárgykör oktatója. 3 cikluson keresztül a súlyemelésben folyó hazai szakedzőképzés vezetője a TF-en. Az IWF (Nemzetközi Súlyemelő Szövetség) szakértője, számos kurzus és konferencia előadója. 1996-2017 között a Magyar Súlyemelés évkönyv főszerkesztője. Nagyszámú, súlyemeléssel kapcsolatos könyv, publikáció szerzője magyar, angol és orosz nyelven, a „To be a sport coach” c. a LAP által 2014-ben kiadott szakkönyv írója. Újságíró, a Magyar Nemzeti Írószövetség (MNI) és a Magyar Újságírók Közösségének (MÚK) tagja, 2013-ban Lant és Toll díjas.

Aki válaszol: Bakos Károly

1943-ben született Budapesten, sokszoros válogatott és 6-szoros magyar bajnok súlyemelő a váltósúlyban és a középsúlyban. A Bp. Építők, a Testvériség, a Csepel sportolója. Számos országos csúcs felállítója. Olimpiai bronzérmes szerzett Mexikóban, 1968-ban a váltósúlyban 440 kg-os összeteljesítménnyel. 1969-ben összetettben (487.5 kg) EB-aranyérmes, VB-ezüstérmes s lökésben (185 kg) világbajnok a középsúlyban Varsóban. Bakos a Benedek, Bagócs, Hanzlik, Holcgreiter, Horváth, Stark, Szarvas, Szűcs nemzedék egyik legkiemelkedőbb, legsikeresebb tagja volt azt követően az Orvos András vezette súlyemelő válogatottban, hogy a híres hetesfogat felbomlott Huszka emigrálásával s Ecser visszavonulásával. A TF-en 1984-ben szakedzői képesítést nyert el. Kiemelkedő emelői pályafutását követően edzőként tevékenykedett Székesfehérvárott 16 éven keresztül. Ezt követően 13 évig szakmunkásképzőben tanított, majd 2012-től ismét edzőként dolgozott a FRC újra megalakított súlyemelő szakosztályában.