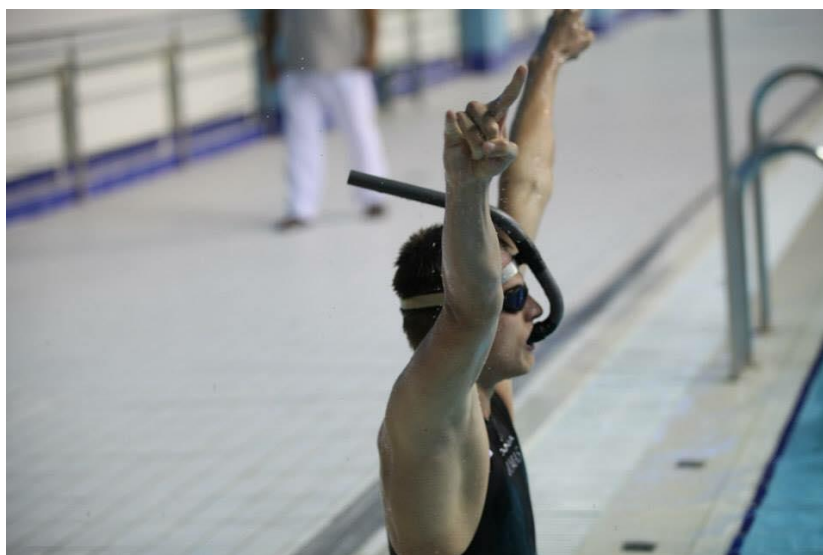


Az uszonyos világbajnok

Magas. Kisportolt. Szőke hajú. Kék szemű. Az úszás Forma 1-es bajnokának is nevezik, hiszen 2011 óta ő a 200 méteres uszonyos gyorsúszás csúcstartója. A lányok imádják, a fiúk kíváncsian tudakolják, mi az élsportoló titka. Kosina Gergő, a Debreceni Fazekas Mihály Gimnázium diákja a mindennapos edzések, egymást érő versenyek és jövőjét is meghatározó érettségi vizsgák miatt annyira elfoglalt, hogy csak többszöri próbálkozásunkra sikerült a barcelonai világbajnokság után és a kínai világbajnokság előtt leülni, hogy közösen lépkedjük végig a dobogó fokait. Volt miről beszélünk, hiszen négy éve a szigorú ütemezésű edzések miatt Gergőnek nyári szünete sincs, viszont mindezért kárpótolják nemzetközi eredményei... A nagy csobbanás riportja következik a Debreceni Fazekas Mihály Gimnázium film- és médiaklubosaitól.

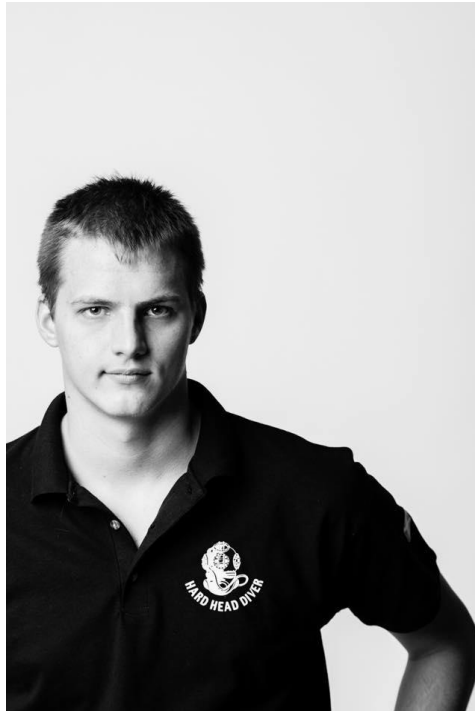
Kosina Gergő négy év alatt junior, majd felnőtt Európa- és világbajnok lett. Emellett hét junior világsúcsot állított fel, amelyekből kettőt ma is tart, sőt egy felnőtt világsúccsal is büszkélkedhet. Lényegében választott sportágában, az uszonyos gyorsúszásban, szinte mindent elért, amit versenyző csak kívánhat magának.



- A bűvársportok közül az uszonyos gyorsúszás a legnépszerűbb, habár ma még nem annyira elismert itthon ez az élsport. Gyorsasága és látványossága miatt uszodai Forma 1-nek is szokták nevezni. Legfontosabb kellékünk az uszony, hiszen ennek segítségével lényegesen nagyobb tempóra vagyunk képesek, mint a klasszikus úszók. A sebesség miatt is döntöttem az uszonyos úszás mellett – kezdi történetét mesélni Gergő, aki már háromévesen a medencében lubickolt. Mint mondja, már akkor meg kell tenni az első lépéseket az úszás alapjai felé, ha valaki sikeres akar lenni a vízben. Hatévesen már uszonnal úszott. Innentől kezdve, vagyis tizenhárom év óta számít igazi versenyzőnek, hiszen tehetségét igen korán megcsillantotta. Hét-nyolc évesen megnyerte az első korosztályos bajnokságokat, majd sorra hódította meg a világ úszómedencéit, noha eddigi pályája során akadtak kisebb-nagyobb hullámok, amelyeket le kellett győznie, hogy vízen maradhasson.

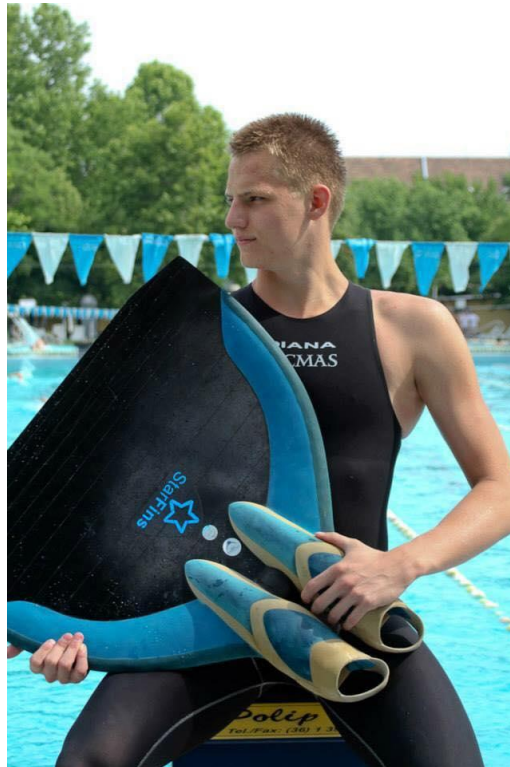
- 2010-ben volt egy nagyobb mélypontom, de szerencsésen sikerült kilábolnom belőle. Rá egy évre Egerben megnyertem a 18 év alattiak világbajnokság-találkozóján 200 méteres gyorsúszásban az első helyet. Ezzel kvalifikáltam magam a 2011-es európai világbajnokságra,

ahol az első nap sikerült 100 méteres uszonyos gyorsúszásban a harmadik helyet megszerezni. Emlékszem, nagy meglepetés volt ez mindenkinek, hiszen 15 évesen indultam akkor a 17 évesek között, majd harmadik nap megnyertem a 200 méteres gyorsúszást is junior világsúccsal. Innen kezdődött az igazi trónbirtoklás, innen számítom magam sikeres sportolónak. Ekkortól jönnek az eredmények, és igazából hajthatatlan vagyok – jelenti ki férfias határozottsággal Kosina Gergő, aki 2012-ben kvalifikálta magát a grazi világbajnokságra, ahol megnyerte a 200 métert, majd ellátogatott a junior felnőtt bajnokságra szétnézni. Egy év múlva aztán a csúcok csúcsa következett: a háromnapos szezont hat érmet, négy európai bajnoki címet, két bronzérmet söpört be és három junior világsúcsot állított fel. Rá két napra a felnőtt uszonyos gyorsúszást is sikerült megnyernie.



- Nagyon fontos, hogy a fizikális felkészítés mellett mentálisan is a csúcson legyünk. Az edzéseken kívül pszichológiai tréningeken is részt kell veyünk a nyári táborokban. Csak így érhetünk el eredményt. Az érettségik miatt rengeteget kell tanulnom, így most a heti tíztizenkét edzés helyett „csak” heti hat alkalmon tudok ott lenni. Ennek ellenére sikerült Barcelonában a legjobbat kihozni magamból annak köszönhetően, hogy mentálisan igyekeztem magam összeszedni és így a dobogó legfelső fokára állhattam.

A debreceni uszonyos ezzel az eredménnyel kvalifikálta magát a kínai világbajnokságra. Az érettségik után három hete marad, hogy testileg és lelkileg is felkészüljön Ázsia meghódítására, holott a legtöbb sportoló egy évet készül egy ilyen nagy világeseményre. Nagy álma, hogy júliusban ott is megvédje világbajnoki címét.



Mi kell az igazi tehetséghez? – tesszük fel a kérdést. Jó gének? Támogató környezet? Netán elszántság és kitartó munka? Gergő biztosan állítja, hogy mindez együtt. A világhírű sikereket nem adják ingyen. A heti tizenkét edzés miatt a hullámok királya sokáig magántanuló volt, ennek ellenére, amikor csak tudott, igyekezett bemenni az iskolába, hogy hallhassa a tanárokat és láthassa az osztálytársakat. Van bőven teendő... Beszélgetésünk során is megszólal a telefonja: az egyik haver érdeklődik, meddig tart még a riport, mert jó lenne végre már beszélni a sulibüfében. Gergő rutinosan mondja, hogy kell még pár perc, de utána találkozhatnak. Aztán tovább meséli nekünk, hogy az edzések mellett ugyanolyan fontos a tanulás. Emelt szintű biológia-kémia érettségi előkészítőn kezdte, de időközben „átigazolt” az emelt fizikások közé. Nem kis pályás, a Fazekasban is lazán veszi az akadályokat. A cél: Debreceni Egyetem, építőmérnök vagy közgazdász szak. Mindenképpen szeretne ugyanis a cíviscárosban maradni. Egyrészt ott magas színvonalú az úszásoktatás, másrészt ott van a család, ott vannak a barátok. Búcsúzásunkkor Gergő megjegyzi, hogy a kínai világbajnokság után a 2017-es nagy játékokon még megméretteti magát, aztán a legnagyobb csúcson ledobja uszonyát és felhagy az aktív sporttal. Az évek óta tartó kemény edzések és sikeres bajnokságok után szeretné végre a szárazföldet is meghódítani az élet minden apró örömeivel együtt...

*Írta a Debreceni Fazekas Mihály Gimnázium film- és médiaklub
Szakkörvezető mentortanár: Fegyverneki Gergő*

A riport a TÁMOP 3.4.5 12-2012-0001 „Tehetséghidak Program” elnevezésű kiemelt projekt keretében megvalósuló Tizenkettő nem egy tucat! médiaszakkörben készült.