

EDZŐI SZEMMEL

Római Európa Bajnokság 2025

Interjú Miklós Lászlóval a MPSZ szövetségi kapitányával



A római Európa-bajnokság új fejezetet nyitott a magyar pickleball történetében. A válogatott nemcsak a pályán mutatta meg, mit jelent küzdeni a nemzeti színekért, hanem emberileg is példát adott összetartásból, kitartásból és sportszerűségből.

Ezen interjú keretein belül **Miklós László, a Magyar Pickleball Szövetség szövetségi kapitánya** enged betekintést a felkészülés kulisszái mögé – hogyan épült a csapat, milyen döntések álltak a háttérben, és mit tanultunk Rómában, ahol minden pontért meg kellett harcolni.

Ez a beszélgetés nem csupán a versenyről szól, hanem a fejlődésről, a közösségről és arról a hitről, hogy a magyar pickleball képes felérni Európa élvonalába.

A kérdések célja, hogy a válogatott felkészülését, tapasztalatait és a jövő irányait mutassák be a magyar közönség számára.

1. Hogyan zajlott a magyar válogatott felkészülése a római Európa-bajnokságra?

Az idei évben több jelentős változás is bevezetésre került az előző évhez képest. Ezek háttérében több ok állt, többek között a verseny korábbi időpontra történő áthelyezése, valamint a bő keret–szűk keret rendszer újragondolása és megszüntetése.

A verseny mintegy két hónappal korábban került megrendezésre a megszokotthoz képest, ami az utazó keret kihirdetésének időpontját is arányaiban későbbre tolt.

Ennek következtében a felkészülés fő fókuszja az egyéni edzéseken és egyéni felkészüléseken volt. Az utolsó időszakban közös, heti szintű válogatott összetartások is megrendezésre kerültek.

Ezek az edzéseken a válogatott tagjai közösen készülhettek, kiegészülve a magyar pickleball közösség legjobb olyan játékosával, akik az idei évben nem voltak válogatott kerettagok. Az egyéni és közös felkészülések során egyaránt nagy hangsúlyt fektettünk a taktikai megbeszélésekre, a mérkőzés-situációk elemzésére, valamint a párosok közötti játékkapcsolatok összehangolására is.

2. Milyen fő szempontok alapján választottad ki a keret tagjait?

A válogatás során számos szempontot vettem figyelembe, melyek eltérő súllyal estek latba. A legfontosabb tényezők között szerepelt a játékosok aktuális tudásszintje, versenyeredményei, az általuk végzett egyéni edzőmunka, valamint mentális felkészültségük.

Emellett kiemelt figyelmet fordítottam arra is, hogy a párosok összeállításakor minél nagyobb variációs lehetőséggel rendelkezünk a különböző játéktílusok tekintetében. Törekedtünk arra, hogy a keret olyan játékosokból álljon össze, akik között jól kombinálhatók például a támadóbb és defenzívebb stílusú játékosok, vagy éppen a domináns hálójátékot és stabil alapvonaljátékot képviselő szerepek.

Szempont volt az is, hogy lehetőség szerint legyen mód a pozícióváltásokon alapuló, illetve más taktikai elemek alkalmazására is. A cél az volt, hogy az összeállított párosok minél gazdagabb taktikai repertoárral rendelkezzenek, és a különböző játéksituációkhoz rugalmasan tudjanak alkalmazkodni, akár mérkőzés közben is. Mindezek felül a válogatott keret kulcsjátékosait is bevontam a döntéshozatali folyamatba, hiszen nekik kell magabiztosnak érezniük magukat a pályán a partnerükkel, valamint jelentős nemzetközi tapasztalattal is rendelkeznek, jól ismerik a lehetséges ellenfeleket.



3. *Mennyire sikerült megvalósítani a felkészülési tervet a hazai körülmények között?*

Úgy gondolom, hogy a felkészülésünknek az a része, amelyre volt lehetőségünk, jól sikerült. A verseny során egyértelműen megjelentek azok a játékelemek és taktikák, amelyeket a felkészülési időszakban részletesen átbeszéltünk. Ugyanakkor a játék számos olyan aspektusa van, amelyekre kizárólag edzéseken nehéz teljes mértékben felkészülni. Ilyenek például a versenynyomás kezelése, a rendkívül tapasztalt ellenfelekkel való mérkőzés, vagy az időjárási körülmények által támasztott kihívások. Ezek a tényezők jelentős hatással vannak a játékra, és a legjobb tanulási lehetőség számunkra a magas szintű versenyeken való aktív részvétel.

4. *Edzői szemmel hogyan értékeled a magyar játékosok teljesítményét a tornán?*

Összességében elégedett vagyok a játékosaink teljesítményével, hiszen mindannyian megpróbálták a lehető legjobbat nyújtani az adott körülmények között. Néhányan sajnos nem a legjobb formájukban érkeztek a versenyre, de egy csapatverseny során ez elkerülhetetlen, és az ilyen helyzetek kezelése is fontos része a csapatmunkának.

5. *Melyik mérkőzés vagy pillanat maradt meg benned leginkább?*

Több pozitív és negatív történés, élmény is mélyen megmaradt bennem. Úgy gondolom, hogy a legnegatívabbat talán nem is szükséges különösebben magyarázni, mert valószínűleg mindenkinek ugyanaz jut elsőként eszébe: ez pedig egyértelműen Bálint sérülése. Nemcsak sportolói, hanem emberi oldalról is nagyon nehéz helyzet volt ez mindannyiunk számára.

Pozitív oldalról viszont szerencsére több élmény is akadt – ezek közül némelyik közvetlenül a játékhoz, a játékelemekhez kapcsolódik, míg mások a pályán kívül történtek. Kettőt szeretnék most külön kiemelni.

Az egyik a magyar szurkolói tábor, akik már tavaly is mögöttünk álltak, de idén talán még nagyobb erőt adtak nekünk. Az idei pálya- és lelátókialakításnak köszönhetően még hangsúlyosabbá vált a jelenlétük – fantasztikus érzés volt, mind edzőként, mind játékosként, hogy ennyi magyar előtt léphettünk pályára. Hallani, ahogy buzdítják az éppen játszó magyar versenyzőt, óriási motivációt adott. Őszintén mondhatom, hogy idén is a mi szurkolói csapatunk volt a legerősebb, és az egész csapat nevében szeretném megköszönni, hogy velünk voltak.

A másik – és szintén rendkívül pozitív – élmény szintén Bálinthoz köthető. Ő



bebizonyította, hogy bármennyire is egyéni sportként gondolunk a pickleballra, egy csapatversenyen ez mit sem számít. A sérülése után gyakorlatilag az egész éjszakát egy római kórházban töltötte, alig egy-másfél óra alvással, de másnap még tolószékben is kijött a pályára, és ott volt a csapat mellett. Jelenlétével, meglátásaival segítette társait, és példát mutatott mindannyiunknak arról, mit is jelent egy igazi csapattagnak lenni, és mit jelent hazánkat képviselni.

6. Látszottak-e technikai vagy taktikai különbségek a vezető nemzetekhez képest?

Úgy gondolom, hogy taktikai szempontból összességében jól sikerült a felkészülésünk. A legtöbb szituációra tudtunk reagálni, vagy ha kellett, játék közben sikerült váltanunk, alkalmazkodnunk az adott ellenfélhez. Talán egy olyan mérkőzés volt, ahol csak a taktikai döntések voltak a döntő tényezők.

A nagyobb különbség viszont technikai oldalon jelentkezett. Itt sokkal élesebben kirajzolódott a különbség azokkal az ellenfelekkel szemben, akik nemzetközi szinten már hosszabb ideje, magasabb szinten versenyeznek. A labdakezelésük, az ütésbiztonságuk, a tempóváltásaik, illetve az egyes technikai megoldások kivitelezésének precizitása olyan szintet képviseltek, amelyhez nekünk még tapasztalatot kell gyűjteni. Ezek nem egyik napról a másikra fejleszthető dolgok, de úgy gondolom, hogy minden játékos levonta a megfelelő következtéseket, és a jó úton fog elindulni, hogy utolérje a vetélytársakat.

7. Mi volt a legnagyobb kihívás a magyar csapat számára Rómában?

Több játékosunk számára ez volt az első komolyabb nemzetközi megmérettetés, és úgy gondolom, hogy a legnagyobb kihívást egyértelműen a tapasztalat hiánya jelentette. Ez többféleképpen is megmutatkozott: volt, aki a megszokottnál jóval jobban izgult, nehezebben kezelte a versenystresszt, emiatt nem tudta végig azt a szintet hozni, amire egyébként képes lenne. Más játékosoknál pedig az alkalmazkodóképesség volt alacsonyabb. A pályakialakítás más volt, mint amit a legtöbb korábbi versenyen megszokhattunk. Ez önmagában hordozott pozitívumokat is, de azoknál, akik még



kevesebb rutinnal rendelkeznek, inkább a negatív oldala került előtérbe.

Úgy vélem, hogy mindezek természetes velejárói az első nemzetközi tapasztalatoknak, és fontos lépés ahhoz, hogy a jövőben magabiztosabban tudjanak szerepelni hasonló szintű eseményeken.

8. Hogyan értékeled a magyar csapat férfi egyéni versenyszámban elért elődöntős szereplését?

Nagyon pozitívan értékelem az eredményt, hiszen egyértelműen megmutatta, hogy a magyar játékosok is képesek helytállni nemzetközi szinten. Úgy gondolom, senkinek nem volt meglepetés, hogy Bálint képviselte a magyar válogatottat minden mérkőzésen ebben a versenyszámban. Sok időt töltöttünk beszélgetéssel a mérkőzések között, és mind emberileg, mind szakmailag nagyon inspiráló volt látni azt, hogy milyen szemlélettel áll hozzá a versenyzéshez,

Ugyanakkor – bár idén nagyon rutinos és felkészült versenyzővé vált – még nála is érezhető volt az a mentális teher, ami abból fakad, hogy mindenki az ő skalpját akarja megszerezni. Úgy érzem, hogy ezeket a nehézségeket sikerült a mérkőzések között közösen kezelni, amennyire az idő és a helyzet engedte.

Az az egy mérkőzés pedig, ahol taktikailag múltak felül a magyar csapatot éppen az elődöntőben érkezett el, ahol a lengyel ellenfél tökéletesen tudta, hogy labdameneteken kívül mikor kell a játék menetét gyorsítani és mikor lassítani. Ezen felül egy teljesen új taktikával állt elő ahhoz képest, amit eddig láttunk tőle akár Bálint ellen, akár más ellen, és sajnos ez működött is neki.

Ugyanakkor nem szabad megfeledkeznünk Krisztiánról sem, aki egész nap Bálint mellett volt és támogatta őt, majd végül egy rendkívül nehéz feladatot kapott. A bronzmérkőzésen egy olyan ellenféllel kellett megküzdenie, aki egész nap játékban volt, és magabiztosan, extázisban játszott. Krisz pedig az első egyéni mérkőzését játszotta azon a talajon, amit korábban csak edzéseken ismert, ráadásul Bálint sérülése mindenkit, így őt is érzelmileg megviselte. Bár játéktudás szempontjából nem feltétlenül volt jobb nála az ellenfél, a körülmények és a mentális állapot nagyban befolyásolták a mérkőzés kimenetelét. Ennek ellenére nagyon büszke vagyok Krisztiánra, mert ilyen körülmények között is vállalta a feladatot, és példamutató elszántsággal, teljes odaadással helytállt.

9. Milyen tanulságokat vontál le edzőként a bajnokság után?

A bajnokság értékes visszajelzést adott számunkra a felkészülési folyamatok hatékonyságáról, valamint a női és férfi mezőny aktuális állapotáról. Megerősítést nyert, hogy a taktikai felkészültségünk összességében megfelelő szinten van: a legtöbb helyzetre képesek voltunk reagálni, és a játékosok jól tudtak alkalmazkodni a változó mérkőzésszituációkhoz.

Ugyanakkor a nemzetközi versenyek intenzitása és a versenykörnyezet által generált nyomás világosan rávilágított arra, hogy a mentális felkészülés terén van még hova fejlődünk. A stabil teljesítmény megtartása magas nyomás alatt kritikus tényezővé vált.

Technikai szempontból érzékelhető volt a különbség a legjobb nemzetközi játékosok és csapatunk között. Az is egyértelműen látható volt, hogy női vonalon a tavalyihoz képest visszalépést tapasztaltunk, míg a férfi játékosainknál határozott előrelépés történt a játékminőségben.



10. Ha egy mondatban kellene összefoglalnod a római tapasztalat lényegét – mi lenne az?

Róma megmutatta, hogy minden szempontból ott a helyünk a legjobbak között – de ahhoz, hogy valóban oda is érjünk, még sok munka és fejlődés vár ránk.

Zárszó – Magyar Pickleball Magazin

A tanulságok világosak, az irány kijelölve. Most a munka, az építkezés és a hit ideje következik – mert ahogy Miklós László is fogalmaz: „ott a helyünk a legjobbak között”.

És mi, a Magyar Pickleball Magazin szerkesztősége hiszünk abban, hogy oda is fogunk érni.