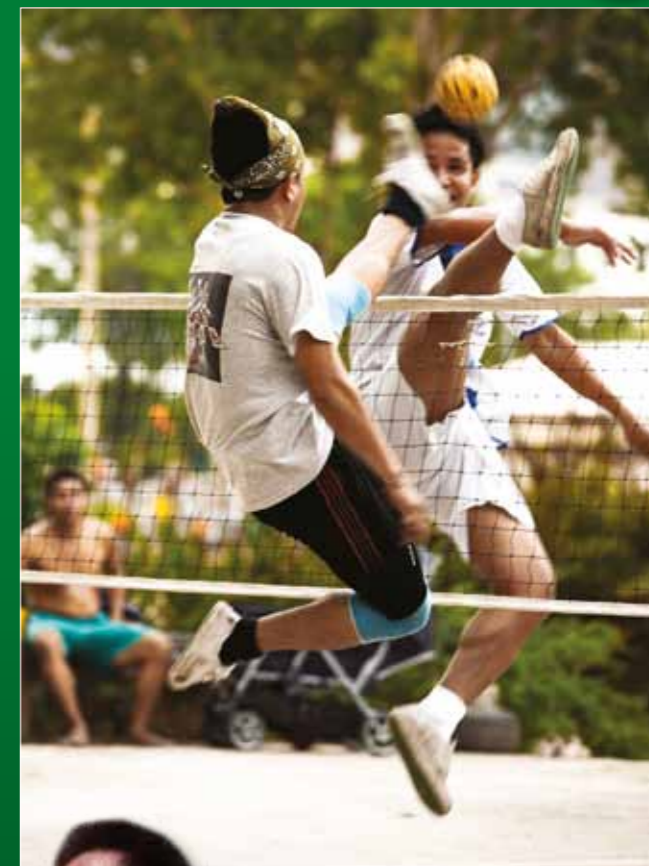


LABDAZSONGLŐRÖK

# Foci hátraszaltó közben

Foci, tollas és röplabda elegye, a hazánkban is ismert sportok közül legközelebbi rokonságban a lábtoll-labdával áll. A sepak takraw félezer éves ázsiai játék, ma is ők úzik a legmagasabb szinten, játéuk bővelkedik akrobatikus elemekben, nem lenne meglepetés, ha hamarosan az olimpián is találkoznaunk vele.

**M**íg a hagyományos fociban egy-egy felugorva, háttal, ollózó mozdulattal szerzett gól az év végi összefoglalók és díjkiosztók kiemelt eseménye, ebben a sportágban annyira megszokott, hogy egy ilyen láttán szinte már fel se hördül a közönség. Az akrobatikus játék neve magyarul szepataka, „nemzetköziül” sepak takraw. A nemzetközi itt szó szerint értendő, a játék ugyanis Délkelet-Ázsiából, a Thai-Maláj-félszigetről származik, de hogy pontosan honnan, azt a thaiok és a malájok nem tudták eldönteni, ezért kompromisszumos nevet adtak: a *sepak* malájul azt jelenti rúgni, a *takraw* pedig thai nyelven azt, fonott labda. Utóbbi arra utal, hogy eredetileg rattan vagy bambusz szálakból fonott labdával játszottak – a fonás megmaradt, a bambuszt és a rattant viszont műanyagra cserélték. (Mellékesen megjegyzendő, bárhol is ered a játék, feltételezések szerint egy kínai katonai tornagyakorlat továbbfejlesztéséről van szó. A kínai katonák rugdostak egy tollal fedett labdát egymás között úgy, hogy a labda ne essen a földre. Mindez azt a célt szolgálta, hogy felpezsdítsék a keringést a hosszú ülésben vagy állásban elgémberedett végtagjaikban.)



Az első feljegyzés a sepak takraw-ról mindenestre egy 15. századi maláj krónikában található. Ebben azt az esetet írják le, amikor a Malájziához tartozó malaccai szultánságban Masur Shah szultán fiát játék közben véletlenül eltalálták a labdával. Ezen ő annyira feldühödött, hogy ott helyben megölte a vétkest. Végül a kissé heves vérmérsékletű fiúnak „büntetésül” el kellett hagynia a szultánságot, és át kellett vennie Pahang (ma Malajzia harmadik legnagyobb állama) kormányzását.

Thaiföldi nyoma is van a játéknak. Az 1785-ben épült bangkoki Smaragd Buddha templomának egyik falfestményén Hanuman hindu istenség sepak takraw-t játszik egy csapat majommal. Ezen az ábrázoláson a pálya még kör alakú, pedig éppen Thaiföldön kezdett az 1740-es évektől

meghonosodni a téglalap alakú pálya is. „Köbe vésett” szabályokat csak 1829-ben készített először a Sziámi Sportszövetség egy helyi sepak takraw viadal alkalmából. Négy évvel később szintén ez a szövetség vezette be a röplabdában használatoshoz hasonló megemelt hálót. Bár Délkelet-Ázsiában szinte minden népnek megvan a maga változata, a 20. század derekára ez a hálós játékmódoz terjedt el mindenhol a térségben. A sepak takraw világhódító útjára egészen az 1970-es évekig kellett várni, amikor is laoszi emigránsok vitték Kanadába ezt a játékot.

– Magyarországra 1999-ben került. Akkor jártam Vietnámban, ahol részt vettem a Nemzetközi Lábtoll-labda Szövetség alakuló ülésén, ott láttam meg a sepak takraw-ot. Megtetszett, hoztam magammal pár labdát, aztán kipróbáltuk – mondja Fehér János, a Magyar Lábtoll-labda Szövetség főtákos, az Újszászi Városi Vasutas Sportegyesület lábtoll-labda szakosztályának vezetője. Magyarországon a mai napig nem is nagyon vált szét a két sportág: ez a szövetség gondozza a sepak takraw hazai ügyét

is, és egyelőre általában főleg lábtoll-labdások játsszák – azért is, mert bár a mozgáskultúrája hasonló, a nehezebb labda miatt a sepak takraw gyorsabb, így viszont számukra ez reflexfejlesztő gyakorlat egyben.

Az említett labda 150–160 g a hölgyeknél, 170–180 g a férfiaknál (utóbbiaknak viszont egy hajszálnyival kisebb, 42–44 cm a kerülete), és olyan erőset üt, hogy komoly fájdalmat okoz, ha eltálya az embert. A hálónál lévő játékosok sáncoláskor ezért legfeljebb a lábukat vagy a hátukat szokták bedobni a labda útjába, a mellkasukat sosem. Vannak törekvések arra, hogy bevonják a labdákat egy puha, rugalmas réteggel, de egyelőre még a fonott, lukacsos labda az autentikus. A

A sepak takraw-ban, ha lehet, még a pingpongnál is nagyobb az ázsiaiak fölénye. A tavaly szeptemberben megrendezett világbajnokságon a 16 versenyszámban összesen 60 érmet osztottak (voltak megosztott harmadik helyek), de egy sem került ki a kontinensről. Thaiföld 6, Laosz 5 aranyérmet szerzett.

labdát – a focihoz hasonlóan – kézzel, karral érinteni a labdamenet közben nem lehet, ilyen vétségért az ellenfél kap pontot.

A sepak takraw hálós változatát (a többről lásd a *Variációk Takraw*-ra című keretes írásunkat) tollaslabdához hasonló, hálóval két részre osztott pályán játsszák. A pálya mérete 13-szor 6 méter, fölötté pedig legalább 8 méter magas helynek kell lennie. A pálya mindkét ténfelén középen van egy kör. A háló teteje középen 1,52 méter magasan van. A játéknak kétféle változata van: az egyik a „regu”, ez a csapatjáték, itt egy csapatból egyszerre 3 fő van a pályán, a másik a páros játék, ahol ketten alkotnak egy csapatot. A páros meccsen a szerváló játékos a pályán kívülről szervál, és maga dobja fel a labdát. A regunál a szerváló (ő mindig a leghátsó ember, tekongnak hívják) a pálya közepére festett kis körből szervál, a labdát pedig az egyik hálónál álló társa dobja fel neki a magasba.

– A taktika része például, hogy a szerváló bemutatja, milyen magasra dobják fel neki a labdát, ettől függ a szerva típusa. Persze ehhez tökéletesen dobó társak is kellenek – magyarázza Fehér János. A szerválónak nem szabad felugrania, a nem rúgó lábának végig a földön, a körben kell maradnia. Persze ez sem akadályozza meg a hajlékony játékosokat, hogy a fejük és a háló magassága fölé emeljék lábukat, és lecsapásszerű, olykor 100 km/h kezdősebességű „ágyulövessel” indítsák a labdamenetet. A röplabdával ellentétben a reguban nincsen forgás, elméletileg tehát végig mindenki egy adott poszton maradhat az egész meccs alatt, így vannak speciális, szervára „kiképzett” játékosok is. A szervának természetesen át is kell mennie a háló fölött (akár érintve) úgy, hogy ha leesne, akkor az ellenfél ténfelén érjen földet – ez az ász, vagyis a „fogadhatatlan” szerva.

Egyébként a röplabdához hasonlóan folyik a labdamenet: a labda nem eshet le a földre, és maximum 3 érintés után (akár egy játékos is végigviheti három érintéssel a ténfelén a labdát) továbbítani kell az ellenfél ténfelére. Kisebb versenyeken egy csapat által két megnyert, nagyobb versenyeken három megnyert játszmáig tart a meccs. A játszmát az nyeri, aki eléri a 21 pontot, kivéve a döntő játszmát, ahol 15 pon-



### VARIÁCIÓK TAKRAW-RA

#### Dekázás

Gyakorlatilag az egyetlen cél, hogy minél tovább levegőben tartsák a labdát (ezt hívják a futballban dekázásnak). Egy jó játékosnak „illik” legalább 10 percig, egy csoportnak akár egy óráig is teljesíteni a feladatot. A dekázás általában csak a tréning, a gyakorlás részét képezi, ettől persze még szokás trükkökkel is fűszerezni azt a látvány kedvéért.

#### Kosár takraw

Valószínűleg a legnehezebb változat, ahol egy, a földtől 5–6 méter magasságban levő kosárba kell betalálni. A csapatoknak 20–30 perc áll rendelkezésre, és nem csak azt pontozzák, hogy ez alatt hányszor sikerül betalálniuk, de azt is, milyen akrobatikus figurák, trükkök végén teszik mindezt.

#### Pontozásos takraw

Ebben a változatban se háló, se kosár, a csapatok egymásnak adják a labdát, és kunsztokat csinálnak pontokért. 30 perc vagy maximum 10 próbálkozás (ha földet ér közben a labda) áll rendelkezésre, és a legmagasabb pontszámú labdamenetet veszik figyelembe.

#### Takraw Wong (Kör takraw)

A thai emberek egyik legnépszerűbb időtöltése. Az 5–7 játékosnak nincs más dolga, mint passzolgatva lehetőleg minél tovább levegőben tartani a labdát.

A strandfoci és strandröplabda sikerén felbuzdulva, már a sepak takraw-nak is megjelent a homokban játszott változata.

tig játszanak. Mindig a pontot szerző csapat szervál, ebből viszont a fogadó csapat is szerezhet pontot.

Az igazi show a labdamenetek alatt van. – Hét alapmozdulatot tartanak számon, ebben az ollózástól kezdve a forgó rúgáson keresztül minden van. Nem bevett viszont az a lábtoll-labdában hatékony, és a sepak takraw-ban is kivitelezhető mozdulat, amikor a játékos áttalpalja az ellenfél ténfelére a háló fölött a játékszert. Amikor Európába bejött a játék, a kontinens csapatai elleni versenyekben mi magyarok tudunk ezzel aratni – mondja Fehér János. Igaz, az ázsiaiaknak erre nincs is szükségük, helyette a legkülönbözőbb, a fizika törvényeit meghazudtoló akrobatikus mozdulatokkal juttatják át a labdát az ellenfél ténfelére. A leglátványosabb mind közül talán a hátraszaltó közben történő lecsapásszerű rúgás.

Leírva nem is lehet érzékeltetni a mozdulat képtelenségét, inkább meg kell nézni a videómegosztókon, az Eurosport újabb felbukkanó közvetítésein, vagy valamivel szerényebb kivitelben az újszászi lábtollasosok által évente egyszer-kétszer megrendezett viadalon.

Nem csoda, hogy – mint Fehér János mondja – a sepak takraw-nál kiemelt jelentőséggel bír az atlétikus bemelegítés, rengeteget kell nyújtani játék előtt. Egyébként meg nem árt a jó labdaérezék, némi affinitás a focihoz, illetve hogy az illető mindkét lába körülbelül ugyanolyan ügyesen bánjon a labdával. ▶

Geri Ádám

