

# NAGY ÁKOS

## Újra magyar versenyző a világ legerősebb emberei között

Idén szeptemberben Los Angelesben rendezik meg a World's Strongest Man 25. versenyt. A viadalt 1977-ben, az USA-ban indult el világhódító útjára. Először a USA, majd pár évvel később a SBC rendezésében a SBC-jogával.

Jelenleg az IBO Media szervezi a versenyt. 1997-től kivéve minden évben megrendedik a viadalt. 1988-ban hazánk adott otthont neki. Ekkor kezdte pályafutását Fekete László, a rögtön a nyolcadik helyen végzett.

A következő évben a magyar versenyző megkereste a legjobb USA-helyeseit, Spanyolországban Stúdióként szart. Fekete még kétszer jutott be a döntőbe, 1990-ben és 1999-ben, így ő minden idők legerősebb magyar versenyzője.

Amiért 15 évben semal nem lépvizelte hazánkat a legnagyobb ősziember világvorsenyen, azt szolgáltta meg mostani győzelemével - ami a kvadránsról jelenti - Nagy Ákos a SUTTAI TOVAI versenyzője.

Ugyanakkor a tapasztaltabb sikerrednek fel fogad már, hogy indulhat a The World Strongest Man-on?

- Igen, hiszen azóta már jó pár hét eltelt, és elkezdtem a felkészülést a világhajókórára..., de igazából a múlt héten tudatosult bennem, amikor is megkaptam a hivatalos meghívót és a szerződést az USA-ból.

Milyen érzés annak a tudatában indulni, hogy te lehet az, aki másodikként Magyarországot ott képviselheted?

Óriási motivációt jelent ez nekem, jó érzés és tényleg nagy dolog, hiszen utoljára Fekete László volt 1999-ben aki képviselte országunkat, és most nekem is lehetőségem lesz a legnagyobb között versenyezni. Ez természetesen extra motivációt ad a felkészüléshez. De nem sikerült volna,



ha nem lenne a barátaink segítsin, támogatás és a rengeteg szurkoló, akik ott voltak az aqueduct-ben velük a Giants Live-on! Ez a legnagyobb méretű érzés, ha az nagy verseny! Szerint!

Ugyanakkor a világhajókórára

A MI sportágunk a legnagyobb méretű az erősportok között, éppen ezért szeretem kipróbálni minden új esztét és edzésmodort..., befejező edzem a legkisebb méretű 3 Fekete, és rendszeresen kerülő edzésre is vannak igények ugyanúgy László, ahogy a Giants Live-ra iszult, azt gondolom, hogy az eredmény engem igazolt. Műti 4-5 edzésel készülök, amiben 2 speciális strongman-edzésre edzem is van a súlyemelő-erőemelő edzés mellett. Most kóltatották új helyre az edzésünket, így már minden leltel, adott a felkészülésben. Ami azért jó, nehézség, hogy 10 héttel a verseny előtt még nem tudjuk, hogy pontosan milyen szának lesznek az idei világhajókórágon, így nehéz speciálisan rákészülni a versenyezőnkra, de renélén napokon belül tudjuk a szánakat a szervezők.



A speciális felkészülés igényel-e valamilyen különleges táplálékot?

- Nem ezem meg egyszerűen három grilleset és franciákrésszal, ha erre vagy kíváncsi, de igazából inkább főzök és változatosan étkezem, legalább ötötör-hatásos naponta. Nagy segítség nekem ebben a támogatástól kapott táplálék kiegészítő, amiből sokat fogyasztok.

Megnyitod a Giants Live-ot, szeptemberben világhajókórád. Mire számítasz Amerikában?

A World Strongest Man ebben a sportágban a versenyek verseny! Az, hogy kijutottam, már óriási eredmény. Tisztában vagyok a képességeimmel, korlátaimmal, és az ellenfeleket is ismerem jól. A célom, hogy a hat legkisebb csoportban az első 4 hely valamelyikén végezzek, és hosszra ki magamból a maximumot. Ez lesz az első World Strongest Man döntő és így érzem, még sokat kell fejlődnöm, de az eredmények azt mutatják, hogy jó az út amint járok.

