



DR. BÍRÓ MELINDA

# A rekreációs úszás története

## History of recreational swimming

Őseink az életet adó víz mellé települtek, halásztak, vadásztak, és valószínű, hogy a vízbe is bemerészkedtek. Milyen technikával úsztak? Erre a kérdésre az őseink maguk adták meg a választ. A barlang falára rajzolva ábrázolták úszásmódját.

A vízi akadályokat valószínű, hogy kutyaúszással, evező karmozdulatokkal (a mai gyorsúszó kartempóhoz hasonló), rönkökbe állati hólyagokba kapaszkodva küzdötte le. A kőkorszaki barlangrajzok, melyeket délnyugat Egyiptomban, Líbia, Wadi Sora (vagy Sura) közelében



1. kép • Úszó elődeink  
1. picture • Cave of swimmers

### ÖSSZEFOGLALÁS

Habár a rekreációs úszás, ugyan úgy, mint maga a rekreáció fogalma is a modern kor terméke, mégis jóllehet a gyökereit az őskorig visszavezethetjük. Az őseink igaz, még nem rekreálódni akartak, kezdetben még csak az életben maradásért úsztak. Az ókor embere viszont már hódolt az úszás élvezetének, egészségügyi, sőt rekreációs céllal is úszott. Mégsem ez volt az elsődleges célja az ókori úszásnak. Elsődleges szerepe a katonai kiképzésben volt. Leginkább még a harcászatban való fontosság miatt került be a nevelési követelmények közé. Ahogy az antik kultúra elbukik a középkorban, úgy semmisül meg az úszás és a fürdőélet is. Csak a reneszánsz kori humanizmus hoz megújulást a rekreációs úszásba. Korunk embere pedig már tisztában van azzal, hogy egészségét megőrizni, megtartani sporttal, úszással tudja.

**Kulcsszavak:** úszástörténet, rekreációs úszás

találtak úszó elődeinket ábrázolja. Időszámításunk előtt 4000–9000-ből származik az az egyiptomi agyagtábla, amely négy gyorsúszó alakot ábrázol. A kartempónál tisztán kivehető a gyorsúszás kartempójának mozgásfázisa, az egyik kart víz fölötti karellőrevitel fázisában ábrázolták, míg a másik kar a víz alatti húzómozdulatot végzi. A fej emelt, ezért a test kissé menedékes. Ezen bizonyítékok alapján gondoljuk, hogy az első úszásnem, amit elődeink használtak, a gyorsúszás lehetett. A leghíresebb barlangrajzokat az egyiptomi Kebir sivatagban találtak, a becslések szerint i.e. 4000-ből származik. Az őskor úszóit még nem rekreációs célok vezérelték, inkább az életben maradás.

Míg az őskorból kevés emlék maradt ránk, annál több származik az ókorból. Az emberi civilizációk (Mezopotámia, Egyiptom, Kína, India, Görögország) vízparton, folyók-, tengerpartok mentén alakultak ki, ez pedig szoros kö-

## ABSTRACT

The recreational swimming, although it than the concept of recreation is a product of modern times, yet even though its roots back to the prehistoric time. The caveman is not for recreational swimming, the objective was only to survive initially floated. The ancient people worshiped but now enjoy the swimming, health, and even recreational purposes is also swam. Yet it was the primary purpose of the ancient swimming. The primary role of the swimming was in the military training. The military importance of the educational requirements were included in the list. As the ancient culture was destroyed in the Middle Ages, it destroyed the swimming and bathing life as well. Only the revival of Renaissance humanism to the recreational swimming. Man of our time is already aware that, to preserve health, to keep swimming.

**Keywords:** swimming history, recreational swimming.

teléket alakított ki az életet adó vízzel. Az ókori gondolkodók, költők, törvényhozók, hadvezérek, orvosok hamar felismerték az úszás pozitívumait, harcászati, a katonai kiképzésben, nevelésben betöltött fontosságát, és az egészségre gyakorolt jótékony szerepét, gyakran élen jártak az úszás szerepének fontosságának hirdetésében. A rendszeres úszók közé tartozott Ciceró, a híres római államférfi, szónok, aki úszással gyűjtött erőt a szellemi munkához. Hipokratész (i.e. kb. 460–337), az orvostudomány atyja is lelkes híve volt az úszásnak. A legnagyobb görög filozófusok Arisztotelész, Platon is gyakorló úszók voltak. Arisztotelész (i.e. 384–322) az úszás fizikájával is foglalkozott, úszás közben ugyanis megfigyelte, hogy a sós tengervízben könnyebben fenn tud maradni a víz tetején. Platon (i.e. kb. 427–347) a különböző úszásmódokat mutatja be munkájában. Külön kiemeli a hátúszást, amit ő maga nem igazán kedvelt, hiszen úszás közben nem látta a haladás irányát. Az úszást, a testet-szellemet felfrissítő tevékenységnek tartja. Homérosz (i.e. 8.sz.) munkájában is olvashatunk úszásról. Főhőse Odüsszeusz is úszott, sőt Dionüszosz is úszó hőstettekről számol be.

Az ókori görögöknél az úszás a műveltség fokmérője volt. Aki nem tudott írni és úszni, az műveletlennek számított. Mind az athéni, mind a spártai nevelés fontos része volt. Athénban Szolón is az úszás mellett érvel, sőt i.e. 594-ben kötelezővé tette az úszás tudományának elsajátítását. Spárta törvényhozója, Lükürgosz (i.e. 9.sz.) szigorú nevelési rendeletben szabta meg a gyermekek és ifjak számára a kötelező Eurotászbán való fürdést.

Az úszókiképzést leginkább nevelési, harcászati szempontból tartották fontosnak, míg a fürdözést, úszkálást egészségügyi szempontból hangsúlyozták. A görög művészetekben is gyakran találkozunk ennek ábrázolásával.



2. kép • Ókori Görög úszásábrázolás J.W. Waterhouse festménye 1900-ból

2. picture • Ancient Greek swimming by J.W. Waterhouse 1900

Az antik világ fejlett társadalmában szinte mindenütt megjelent az úszás-, és fürdőkultúra. Legmagasabb szintre az ókori Rómában emelkedett. Maguk a rómaiak is hamar felismerték az úszás hasznosságát, a szórakozásban, a közéletben, politikában betöltött szerepét. Fürdőépítésben is élen jártak. Augustus akkora úszómedencét építtetett, hogy tengeri ütközeteket is lehetett rajta szimulálni. Míg a görögök inkább a természetes vizeket részesítették előnybe addig a rómaiak hatalmas úszásra is alkalmas fürdőket létesítettek. Róma területén i. e. 33-ban mintegy 170 nyilvános fürdőt tartottak számon. A gazdagok

és szegények, fiatalok és öregek, férfiak és nők számára a fürdők a társasági-társadalmi élet középpontjává váltak.

A fürdőhelyiségekben öltözők, szaunák, olajozók, masszírozó helyiségek, meleg vizes, közepes hőmérsékletű, és a hideg vizes medencék álltak a közönség rendelkezésére. A 3. képen egy ókori római fürdő sémája, fűtőrendszere látható.

A falakat mozaikok, freskók, stukkók, görög szobrászok műremekei díszítették. A fürdőket természetesen nők is használhatták. A szicíliai Piazza Armerina-i villában feltárt mozaik képen fiatal bikinis hölgyek gimnasztikai, bemelegítő gyakorlatokat végeznek, ketten pedig labdázni a fürdőbe lépés előtt.

A mai Tigris és az Eufrátesz folyók között fekvő területen – amely a mai Irak, Törökország és Szíria egy részén található – is fejlett fürdőélet bontakozott ki. Mezopotámia a világ egyik legrégebbi civilizációja, a globális emberi civilizáció egyik bölcsője. Számos ókori civilizáció keresett magának itt otthont, és hódította meg. Elsőként a sumérek, majd az akkádok, a babilóniaiak, az asszírok, a perzsák, a hettiták és a médek. Egészen a perzsákig, szinte minden nemzetnél megtaláljuk az úszást, annak képi, vagy írásos emlékeit. Tudományos vívmányaik között, a rómaiakat jóval megelőzve már megjelent a víztároló medencékkel kiépített vízvezeték hálózat. Babilonban például 360 víztároló medencét létesítettek. Valószínű, hogy az úszómedencéik is innen kaphatták vizüket. A szíriai ásások négyezer éves fürdőket tártak fel, melyek akkora méretűek voltak, hogy úszásra is kiválóan alkalmasak lehettek. Úszómedencéik víz hőmérsékletét kívánság szerint tudták szabályozni. A korábban már említett sumér irodalom, a Gilgames-eposz, amely amellett, hogy fontos történeti, tudományos, filozófiai mű, egyben a korszak úszását is bemutatja.

3. kép • Ókori római fürdő sémája  
3. picture • Ancient Roman bathing scheme







4. kép • Római hölgyek fürdőbe lépés előtt  
4. picture • Roman women in a bath before entering

Az Asszíroktól is számos úszóemlék maradt fenn. Ninivé romjainak feltárásakor a királysírokból i.e. 1200 körül több olyan domborművet ástak ki, amely az asszír harcosok úszását mutatja.

Az asszírok, ugyan úgy, mint Izrael fiataljai kötelezően részesültek az úszás tudományában. Heródes (i.e. 73- i.sz. 4), a zsidó állam uralkodója minden fiúgyermek részére kötelezővé tette az úszás megtanulását. Az ókor legkiválóbb úszói azonban a föníciaiak lehettek. Hérodotosz ugyanis ezt írja róluk: „a föníciaiak voltak az elsők, akikről mint jó úszókról lehet megemlékezni. Nem csak kedvelik az úszást, de kiváló úszók. A hal mozgását utánozzák,„ (Báder,1964.127.o.)

Ahogy Mezopotámia civilizációinak kialakulásában jelentős szerepet kapott a két nagy folyó, úgy kapott nagy szerepet a Nílus Észak-Afrikában. A Nílus rendszeres áradása és vizé-

nek tápláló ereje létrehozta a nagy Egyiptomi civilizációt. Az emberek itt is folyópartokra, a bőséget adó víz mellé települtek. Egyiptomban fejlett testkultúra bontakozott ki, ami sok szalon kötődött a vízhez. A Nílusban való úszás, fürdés, vallási kötelességük volt. Fürdőik is voltak, sőt nem csak a fáraóknak, hanem az egyszerűbb emberek lakhelyein is találtak a régészek úszásra alkalmas medencéket. Egyiptomban az uralkodó osztály nő tagjainak a testi nevelésére is nagy gondot fordítottak. A hölgyek szépségének

megóvásában fontos szerepe volt a friss levegőn végzett testmozgásnak, úszásnak, ami nemcsak „széppé teszi a hölgyeket bőrét, de jó alakot is formál”. A szakszerű úszásábrázolás legrégebbi emlékeit is az egyiptomi papiruszok őrzik i.e. 3000-ból. Az ókori egyiptomiak számos úszásnemet ismertek. Gyorsúszást ábrázoló emléke-

5. kép • Asszír katonák úszótechnikája  
5. picture • Assyrian soldiers swimming technique





Dr. Bíró Melinda  
főiskolai docens

Eszterházy Károly Főiskola  
Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Eger

e-mail: biromelinda@ekt.f.hu

Fő kutatási témái közé tartozik a sportági kiválasztás, beválás, tehetséggondozás pedagógiai aspektusainak elemzése az úszás sportágban, az interakció sajátosságainak vizsgálata mozgástanításnál, az iskolai testnevelés és sport aktuális kérdései, az olimpizmus - olimpiai eszme nevelő értékeinek tanulmányozása, illetve az IKT alkalmazása a testnevelés tanításában, sporttörténeti kutatások.

Hobbija az úszás.



így jobb volt tőle távol maradni. A víz nem Isteni, hanem ördögi táptalaj – terjesztették a keresztény hittérítők. Egyesek még azt is leírták, hogy „undorító” dolog, mikor az ember hason fekve széttárt nagy kézmozdulatokkal úszva még a száját is a vízhez érinti. Az úszás olyan, mint a szexuális öröm, csábít, mint a bűnös nő „mint a test örömeinek egyik forrása egyet jelent a gonoszszággal, a bűnnel és a kísértéssel”. (Bakó, 1986. 62.o.)

A keresztény hívó gyökeresen más, mint az antikvitás embere. Míg az ókor embere élni akar, s eközben a teljességre törekszik, testlelkét ennek érdekében együttesen fejleszti. A boldogulását, a boldogságot ezen a földi világon keresi, ezzel szemben a korai kereszténység embere a földöntúli élet felé fordítja figyelmét. Nem testi-szellemi képességeinek harmonikus fejlesztésére törekszik, hanem arra, hogy halhatatlan lelkét megtisztítsa a földi élet szennytől. A „testi hívságok” megvetése, a testtel való foglalkozás, a higiéniai nevelés háttérbe szorítása jellemzi a koraközépkor emberét. Mivel a lélek megtisztulásához, az üdvözülés elnyeréséhez az asketikus életmód vezet, így háttérbe szorult a testgyakorlás, és így az úszás is. A kereszténység széles elterjedésével az úszás és a fürdőkultúra teljes mértékben hanyatlásnak indult. Az egyház tiltotta a testgyakorlást, az úszást, de még a fürdést is, „tisztá test tisztátalan lelket takar”.

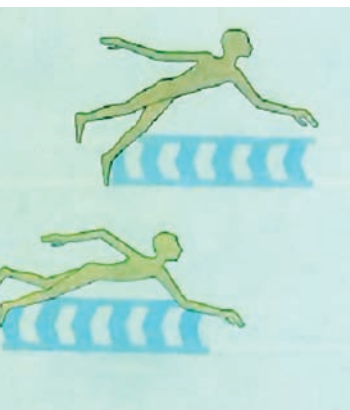
A 12–13. századtól a tiltások ellenére Európa szerte ismét fellendült a fürdőélet. A 11–14. századig a városok legtöbbjében rendszeres fürdők működnek. A polgári fürdőházak, melyek szinte egész nap nyitva álltak az emberek előtt, nem igazán az úszás miatt voltak népszerűek, hanem ide jártak beszélgetni, szórakozni, rekreállódni. A középkori élet a legtöbb ember számára na-

8. kép • Valerius Maximus, Középkori fürdőház 15. századi festmény

8. picture • Valerius Maximus, The Bath House in the 15th century



ket (6. kép) találtak i.e. 2400-ból (5. dinasztia) a szakkarai sírokban, i.e. 2200-ból a 6. dinasztia idejéből, (Kairói Múzeum), és a 18. dinasztia idejéből i.e. 1800-ból (Pushkin Múzeum). Mellúszást ábrázoló emlékek maradtak fenn a 8. dinasztia idejéből i.e. 1800-ból, (Metropolitan, Louvre) és a 20. dinasztia idejéből i.e. 1100-ból (Turin Múzeum).



6. kép • A gyorsúszás egyiptomi ábrázolása  
6. picture • The portrayal of Egypt freestyle

mind a nők kiváló úszók voltak. Japánban a samurájok képzésében is fontos szerepet szántak az úszásnak. Az egyik nemesi készség közé tartozott. Indiában, i.e. 1. században Manu rendelkezései előírták az úszás, és a víziküzdelmek elsajátításának kötelezettségét a katonák kasztján belül. Az egyik legelső úszásra is alkalmas medence (Mohenjo Daróból) i.e. 2800-ból származik, 30x60 méteres.

A Sárga-folyó vidékén is több kultúra, fejlődött egymás mellett. A Kínai testkultúrára leginkább a praktikus szemléletű természetfilo-



7. kép • Kínai hölgyek úszás közben  
7. picture • Chinese women while swimming

Olyan relikviák is fennmaradtak, amelyen több úszásnemet (gyors, hát, mell) ábrázol, ilyen található Benihasanban a 11. dinasztia korából i.e. 2000-ből. Ahmed D. Touny a NOB Egyiptomi tagja a királysírokban található úszóábrázolások alapján gyűjtötte össze ezeket. Feltételezhetjük, hogy a gyors, hát, mellúszáson kívül ismerték még a „tártkarú hátúszást” mai néven pároskarú hátat is.

A többi ókori nép fürdőkultúrájáról kevesebb emlék maradt ránk, de azt azért tudjuk, hogy a germánok az úszást harcászati gyakorlatként alkalmazták, a finneknél pedig ugyanolyan természetes mozgásnak számított, mint a futás. Az izlandi mondavilág is beszámol néhány úszó hőstettéről, ami azt mutatja, hogy mind a férfiak,

zófiái irányzataik, és a tapasztalati úton szerzett orvos egészségügyi ismeretek voltak nagy hatás-sal, ebben az úszás is helyet kapott.

A testkultúra virágkorát a harmadik dinasztia a Csou-dinasztia (i.e. 11–3. sz.) idején élte. Ebből a korszakból már folyamatúszásokról számolnak be a történetészek.

A római birodalom bukása után (476) a víz elvesztette népszerűségét. Tisztátalannak, bűnösnek tartották a vele való bármilyen nemű érintkezést. A mindennapos fürdés, a nyílt vizekben való úszkálás fölöttebb káros az egészségre – vallották. Ennek persze volt alapja is, hiszen a bizánci csapatok által 542 körül behozott pestis és lepra átrendezte Európa népességét. A víz járványok és betegségek forrása lehetett,

gyon nehéz volt. A munka mellett alig maradt idő a szórakozásra, a pihenésre. Erre adott lehetőséget a középkori fürdő, mely az intim társadalmi élet központja lett, gyakran a nyilvános ház szerepét töltötte be.

A középkor első felében a fürdőruhák, csakúgy mint a fürdőkultúra többnyire eltűntek. Az emberek inkább kádban, dézsában fürödtek mintsem úsztak. Az 1500-as évek második felétől a nők és férfiak együttfürdőzését már nem tiltották, viszont a fertőző betegségek terjedése és az erkölcsi züllés miatt sorra kezdték bezárni az európai fürdőházakat. Az úszás és fürdés előítéletei, a fürdőbezárások miatt elmaradt a vízjáratossági ismeretek tanítása, melynek következményeként hatalmas méreteket öltött a vízbefulladások száma. Ennek kiküszöbölésére Európa számos országában megtiltották a nyilvános fürdést és úszást, 1643-ban Bécsben, 1650-ben Prágában, 1661-ben Párizsban. Hazánkban még az 1600-as években élénk fürdőélet volt. A különböző osztálybeliek számára más-más fürdő állt rendelkezésre. A nemesek nem szívesen keveredtek a köznéppel, így külön fürdők létesültek nemeseknek, a városi polgároknak, a parasztoknak, a koldusoknak, a ragályos betegeknek, és a cigányoknak. Balassi Bálintról például hírelett, hogy egyszer megvert egy alsóbb osztálybelit, mert vele egy időbe egy folyóban fürdött.

Hazánkban a korlátozó rendelkezés a Habsburgok idején lépett életbe. Mária Terézia iskolaiügyi rendelkezésében, a Ratio Educationisban tiltotta be az úszást. Egy további, 1786-os rendelet pedig életbiztonsági okokból a Balatonban való fürdőzést is megtiltotta. Mivel a víz csábításának az emberek nem tudtak ellenállni a rendeletet kevesen tartották be. A nyílt vizek tovább szedték áldozataikat, jelentősen megnőtt a vízbefulladások száma.

Az egyházi tilalommal szembeállva az úszás gyakorlására ösztönöz, annak fontosságát hangsúlyozza az úszás első hivatalos szakkönyve is, ami 1538-ban jelent meg. Nicolaus Wynmann ingolstadti egyetem tanárának munkája, melyet a Tridenti zsinat indexre tett. Az angoloknak is megvolt a maga szakirodalma. Everard Digby 1587-ben írta meg a De Arte Natandi című művét. A 17. századtól Európában sorra jelentek meg az úszáskönyvek, vagy olyan testgyakorlati szakkönyvek, melyek úszással is foglalkoztak. 1741-ben jelent meg a holland Jean Frédéric Bachstrom könyve mely a vízből mentés talán legelső szakirodalma. Wynmann

és Digby nyomdokait követve Melchisédech Thevenot 1696-ban megírta az első francia nyelvű úszáskönyvet. Könyve – Úszás művészte képekkel ábrázolva és utasítások a hasznos fürdőzéshez – Európában népszerű lett.

Könyvében ismerteti az egyes úszásnemeket, a váltott karú úszást, a hátton úszást, a legősibb kutyaúszást (dog paddle) és korának legkedveltebb úszásmódját a mellúszást (Belly). Hasonlatokkal (mint a hajó, kígyó mozgását utánozva) segít megérteni a mozdulatokat, testhelyezteteket, leírja az egyes technikák mechanikáját. Gondolatai már a reneszánsz korát idézik: az ember – az állatokhoz hasonlóan – születésétől fogva tud úszni, csupán kellő bátorság kell hozzá, hogy a békához hasonló mozdulatokat végezzen. 1786-ban Párizsban jelent meg egy hasonlóan már humanista gondolatokat ébresztő mű: Art de nager. Az ember természeténél fogva tud úszni. A civilizáció torzította el. Mivel eltávolodtunk a természettől, elfelejtettük ezt az állatoknál (béka, kutya) még megmaradt született tudást.



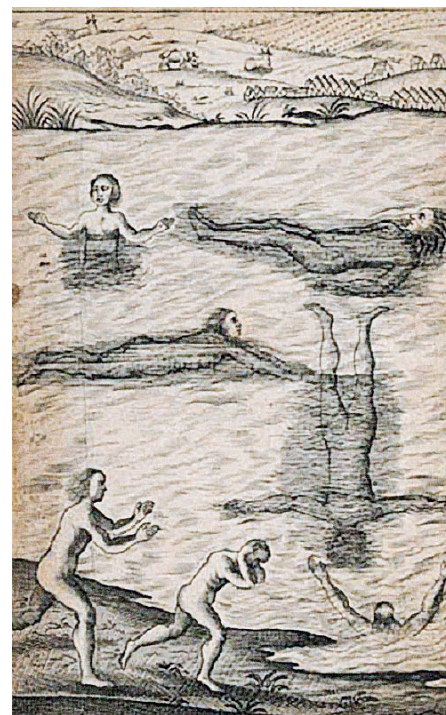
9. kép • Thevenot könyvének képes ábrája a hátúszás közbeni karemelést mutatja be

9. picture • Thevenot's book during how to swim holding up hands

A reneszánsz testkultúra fellendülése elvette a középkor úszással szembeni előítéleteit. A reneszánsz ember felfedezte a test, a mozgás szépségét, visszatért az ókor testkulturális értékeihez, a rekreációs tevékenységek ösztönös és tudatos alkalmazása ismét elterjedt, teret hódított, divatba jött a szabad vizekben való úszkálás, fürdés.

A korszak természettudományos gondolkodása az úszás szakembereire is hatással volt. Aművészeti alkotásokban is megjelentek az úszó alakok (Dürer, Leonardo, Cranach, Gentile).

A humanista gondolkodók többsége az úszás mellett foglalt állást. Hazánkban Mátyus István (természettudós, orvos, munkássága leginkább az 1760-1790-es évekre tehető) a testgyakorlatok, azon belül az úszás szerepét is hangsúlyozta.



10. kép • A reneszánsz szabadúszás ábrázolása

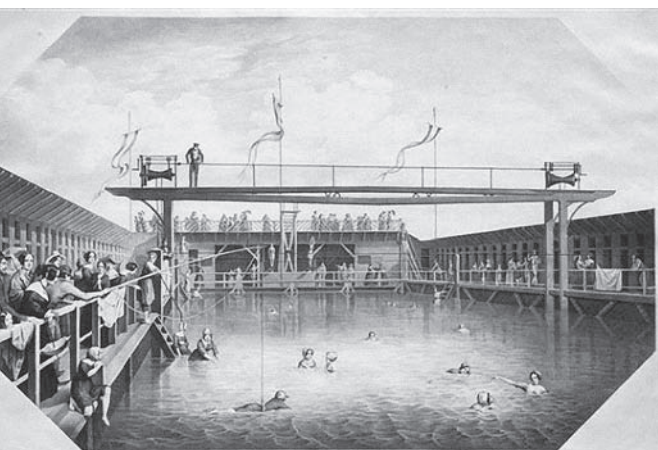
10. picture • The Renaissance freelance illustration

Nem kizárólagosan egészségügyi, hanem pedagógiai szerepet szánva a testgyakorlásnak. Módszeresen elemzi a fürdők típusait, azok szervezetre kifejtett hatását. A papságot okolja, amiért az egyház sületlen babonákat terjesztett az úszással kapcsolatban.

A kor vallásos világszemlélete viszont továbbra sem engedte, hogy Hazánkban a fürdő-kultúra igazán elfogadottá váljon. Miközben Napóleon seregében az úszás a kiképzés részévé vált, a 17. század közepétől még számos országban, így hazánkban is tiltott volt a nyíltvízi fürdés, úszkálás. A napóleoni háborúban katasztrofálisan magas volt a monarchia katonáinak vízbefulladásai aránya. Ez egy kissé felnyitotta az úszásellenes tábor szemét. Az 1810-es évek második felében favázás folyamuszodákat kezdték építeni. A reformkor szerves részét képezték ezek a dunai folyamuszodák.

Ezek, a Duna vízén úszó, gerendákra épült úszó faszerkezetek a rakpart díszeként több mint száz éven keresztül elégtették ki az úszás, fürdés után vágyakozók igényeit. Tetején nemzeti színű zászlót lengetett a szél, belül kabinok, fürdők, és úszórész, egy közel húsz öl hosszú, nyolc öl széles medencével. Alul a Duna fenekéig leeresztett hálók zárták el a folyótól. Láncokkal, kötelekkel voltak kikötve, a Duna sodrását horgonyokkal ellensúlyozták. Az első magyarországi szabadvízi uszoda 1781-ben épült Pesten, majd 1783-





11. kép: Dunafürdő belülről 1866-ból  
11. picture: Danube Bath inside in 1866

ban Balatonfüreden, és 1797-ben a Fertő tavon is létesítettek egyet. Kezdetben ezeket kizárólag katonák használhatták, majd szép lassan a tilalom ellenére a közönség számára is engedélyezték a bejárást.

Az úszás népszerűsítésében kiemelkedő szerepe volt Széchenyi Istvánnak, aki szinte naponként úszott a Dunában, sőt, többször át is úszta. Naplójában így ír: „Fürödtem a Dunában, ami nagy feltűnést keltett Pesten, és megállapítottam, hogy elfelejtettem úszni.” (1821) „Fürödni megyünk a Dunára. Batthyány Lajos jól úszik.” „Átúszom a Dunát – nagyon nehezen sikerül! Bizonyára utoljára életemben!” – írja 1848-ban, 57 évesen. Széchenyinek, követői is voltak. A korszak legismertebb és egyik legnagyobb úszójának viszont nem Batthyányt tekinthetjük, hanem Wesselényi Miklóst. A Balatonban való úszás népszerűsítését neki köszönhetjük. 1836-ban az Anna-bált követően még a Balatont átúszta Füred és Tihany között. Széchenyi-vel együtt sokat tettek azért, hogy a harmincas években a Dunán, és a Balatonon fellendüljön az úszóélet, továbbá, hogy az emberek visszatérjenek az úszás szeretetéhez. Ebben az időszakban már népszerűek voltak a folyamátúszások, „kiúszások”, a nemzeti úszódemonstrációk. 1836-ban például csónakos és rézfúvós zenekar kíséretében folyamászó politikai demonstrációk tartottak a Dunán, de érdemes megemlíteni az 1844-es fáklyafényes úszótűntetést. Az úszótanoncok, tudásukat a Dunában rendezett ünnepélyes bemutatókon bizonyíthatták, vagy a nagypróbán, ami a folyó átúszását jelentette. A korszak úszás és fürdőkultúrájának helyszínéül leginkább a tavak, a folyók szolgáltak.

A gentlemansportból kevés honosodott meg hazánkban, de a kihívásos vetélkedők ná-

lunk is népszerűek voltak. Úszóteljesítményre is kötöttek fogadásokat. Szekrényessy Kálmán, a korszak nagy folyamászója fogadásból többször át is úszta a Balatont.

Az úszás népszerűsítését szolgáló nagy történelmi úszásokra is sor került a század végén. Az úszás történetének nagy eseményeként 1875-ben Matthew Webb Dover és Calais között (34 km a táv, de állítólag, mivel cikk-cakkban úszott a végére 64 km-t teljesített) 21 óra 45 perc alatt átúszta a La Manche-csatornát. 1876-ban

Boyton kapitány különleges úszásmóddal: hátton fekvé, evezőlápátokkal a kezében, vitorlával a lábára erősítve, hívta fel magára a figyelmet, mikor Linztől Budapestig úszott. A távot 52 óra alatt tette meg. Hazánkban a távúszás előhírnöke Wesselényi Miklós, az első nagy hosszútávúszó pedig Szekrényessy Kálmán volt. Ezek a távúszások elsősorban az úzősoport népszerűségének tettek jót. Az úszásban sokáig nem az idő, a gyorsaság motiválta az úszni tudókat, hanem a táv, amit leküzdhetnek. Sokáig folyó-, tóátúszásokról, tengerparti népeknél öbölátúszásokról számoltak be a krónikák. Az első versenyeket is folyókban, tavakban, tengeröbölben rendezték, 1810-ben Japánban, 1846-ban Ausztráliában, 1869-ben Angliában. Magyarországon 1880-ban került sor az úzők első megmérettetésére. A résztvevőknek a Balatont kellett átúszniuk Siófok és Balatonfüred között. Az első hivatalos úzőversenyt pedig 1881-ben rendezték a Dunán, Vác és a Margitsziget között. A táv 31,5 km volt.

A versenyúszás kialakulása a rekreációs céllal végzett úszásnak is kedvezett. Az emberek egyre gyakrabban jártak ki fürdőzni a szabadba. A „szabadúszást” csak az öltözőkük nehezítette. A 18. század végén a férfiak fürdőöltözékéhez tartozott a térdig érő nadrág az ing és a vászonmellény. A hölgyek számára a bokáig érő „bugyogó”, a fekete blúz, a fonott cipő és a vászonsapka volt kötelező. A fürdőing viszonylag sokáig maradt használatban, de a 19. század végleg megtörte hosszantartó uralmát. Ez alapvetően azért következett be, mert a versenysport megszületésével a fürdésben is, de az úszásban még inkább zavaró volt az ing használata. Egyre inkább testhez simuló öltözőkre volt szükség. Ekkor született meg a fürdőruhának nevezhető ruhadarab. Bár kezdetben ezek sem tették kellően könnyűvé és szabadabbá az úszást, mivel

a fürdőruhának több rétegű, vastag öltözők voltak. A századforduló után a nők lüszterből, vászonból, kartonból készült, sok fodorral ékesített fürdőruhát hordtak, melyhez fürdőharisnyát viseltek. A férfiak piros vagy fekete-fehér keresztben csíkos pamuttrikóban úsztak. Ebben már könnyebben lehetett mozogni.

A hölgyek öltözeke viszont még inkább nehezítette a mozgást, mintsem könnyítette volna.



12. kép: Fürdőruha az 1890-es évekből  
12. picture: Swimwear for 1890 years

Ha már a versenyúszás fejlődését nem segítette, legalább arra jó volt, hogy mindent eltakart. Pest 1840, egy korabeli sajtó eképp ír: „Az úzők teljesen felöltözve valának, hogy az illedelmet ne sértsék”. (Bakó, 1986. 173.o.) Az 1880-as években a hölgyeket nyaktól bokáig beborította úzőöltözkük. A vízitoalettjük viszont nem minden esetben felelt meg a kor prudériájának. „A ledérebbekje elhagyta a fűzőt – írja egy korabeli hazai lap – sőt, még a fekete selyemharisnyát is, hogy vízbe menvén mezítelen lábszárát gyakorta mutogathassa.” (Földes és mtsai, 1989. 114. o.)

A 20. századra már nemcsak az úzőöltözekek lettek kényelmesebbek, hanem az emberek is. Civilizációs fejlődésünk hátrányainak ellensúlyozására, a fizikai inaktivitás, az egészségtelen életmód kompenzálására, a megnövekedett szabadidő hasznos eltöltése érdekében, vagy csak a pihenés, a felüdülés, a szórakozás miatt, a ma emberének ismét vissza kell térnie az életet adó vízhez.

## IRODALOMJEGYZÉK

Báder Andor (1964): A nő. Medicina Könyvkiadó, Budapest. 127.o.

Bakó Jenő (1986): Az úszás története. Sport, Budapest. 296.o.

Földes Éva, Kun László, Kutassi László (1989): A magyar testnevelés és sport története. Sport, Budapest. 482.o.