



# Makra Vivien

„Azt üzenném, hogy mindig legyen előttük egy rövid és egy hosszú távú cél, amire tudnak fókuszálni, ami motiválja őket...”

## Makra Vivien beszámolója

### 1. Kérlek mutatkozz be! Mondd el, hogy hívnak, hány éves vagy és hol élsz!

Makra Vivien vagyok, 20 éves és születésem óta Békéscsabán élek. Jelenleg másodévesként vidékfejlesztési agrármérnök szakon tanulok a Budapesti Corvinus Egyetemen, de a vírushelyzet miatt itthonról tudom hallgatni az online órákat, így napi rendszerességgel tudok lovagolni.

### 2. Hány éve lovagolsz? Hol kezdtél? Mindig egy helyen lovagoltál?

Egy kedves barátnőmnek köszönhetően kerültem közel a lovassporthoz 7 éves koromban, hiszen ajánlott nekem egy lovastábort. Elmentem vele a táborba a békéscsabai Gabonamúzeumhoz, ám az első néhány napban közel sem mertem menni a lovakhoz, mert nagyon féltém tőlük. Viszont az első hét végére megváltozott a véleményem, a lovak szerelmese lettem, és már annak a nyárnak hátralévő részét is lovastáborban szerettem volna tölteni, amit a szüleim támogattak is. A Remonda Lovasegylet lovastábora volt, az ezt követő néhány évemet náluk is töltöttem

egészen 12 éves koromig. Minden hétvégén lovas szakkörre jártunk, illetve heti több alkalommal kijártunk lovagolni, készültünk a versenyekre. Az iskolaszüneteket is a Remondában töltöttük a barátokkal. Amikor nagyobbak lettünk, már segítettünk a kisebb lovasoknak is, illetve a lovak körüli munkákban. 2013-ban a Kentaur Lovasegylet versenyzője lettem, majd a REV után két évet lovagoltam Mezőhegyesen is, mostmár pedig ismét a Kentaur Lovasegylet színeiben versenyzem.

### **3. Kik voltak az oktatóid, lovasedzőid?**

Kezdetben Gyeraj András és fiai segítettek a versenyekre való felkészülésben, illetve Ördög Nórától is sokat tanultunk a Remondában. 2010-ben Králik Erika lett az edzőm, ekkor póni haladó kategóriában versenyeztem és abban az évben megszereztem az első megyei bajnoki címemet. Az ő kezei alatt kezdtem el nagylóval versenyezni, majd a rajtengedély vizsgát is az ő segítségével tettem le. Kezdő lovasként Jován Richárd lett az edzőm, Mezőhegyesre jártam lovagolni, ott készültünk a versenyekre. Számos sikeremet köszönhetem Ricsinek és az akkori versenylovamnak, Lulunak, kiválóan együtt tudtunk dolgozni, rengeteg dobogós helyezést szereztem kezdő és ifjúsági lovasként egyaránt. A 2019-es szezonban Dér Tibor segített a versenyekre való felkészülésben, ez volt az első évem amatőr díjugrató lovasként. 2020 eleje óta Potocska Attila segíti a mindennapi edzéseimet, illetve a versenyekre való felkészülésemet, akitől már rengeteget tanultam az utóbbi másfél évben és kiváló szakembernek tartom.

### **4. Kik voltak rád nagy hatással? Edzők, példaképek**

Kiskoromban rengeteget jártunk ki a barátaimmal szabadidős és díjugrató versenyekre, ahol mindig szorgalmasan figyeltük a "nagyokat". Králik Erikától nagyon sokat tanultam, rengeteg időt töltöttünk együtt nap mint nap, illetve az ő segítségével jutottam el először nézőként nagyobb, országos díjugrató versenyekre is, például a Nemzeti Lovardába, ami mindig óriási élmény volt. Az első lovas kurzus, amin részt vettem, Rezgő Zoltán vezetésével zajlott, itt jöttem rá, hogy mennyi apró részletre kell figyelni a lovaglás során. A legemlékezetesebb edzőtáborom Mezőhegyesen volt rajtengedély előtt, amit Sovák Péter vezetett. Olyan alapos elméleti oktatást tartott,

hogy a mondatait még mai napig emlegetjük, illetve a gyakorlatokon is rengeteget tanultunk.

#### **5. Milyen lovakat lovagoltál?**

Eleinte a Remonda Lovasegyesület pónijaival versenyeztem, illetve az egyesület iskolalovait és pónijait lovagoltuk a hétköznapi napokban. Majd amint nagylóra kerültem, Králik Erika Thomson nevű lovával jártam versenyekre, egészen a kisebb díjugrató számokig. Nagyon jóindulatú, gyors és precíz ló volt, sokat lehetett vele nyerni az ügyességi versenyeken. 2014-ben megkaptam az első saját lovamat, Lulut, akivel 2017-ig tudtam versenyezni 120 cm-ig. Vele igazi öröm volt a versenyzés, ritkán hibázott és rengeteg szalagot nyertünk együtt. Ezt követően megvettük Catolibrina nevű lovamat, aki szintén egy gyors és precíz ló, neki is sok dobogós helyet köszönhetek. Edzéseken, munkában az évek során számos lovon lovagoltam már, szeretek mindig új lovakat megismerni, hiszen mind más egyéniség.

#### **6. Hány évig versenyeztél szabadidős keretek között? Milyen versenyszámokban versenyeztél? Milyen sikereket értél el szabadidős versenyekben?**

8 évet versenyeztem szabadidős versenyeken, nagyon szerettem őket. 2008-ban póni lépő kategóriában kezdtem, életem első versenyét 8,0 stílusponttal nyertem egy szürke pónival, amire mai napig tisztán emlékszem, nagyon örültem az eredménynek. Ezt követően jött a póni ügető kategória, ahol már egy nehezebben kezelhető, de gyors és fordulékony pónival mentem, akitől sokan féltek, mert gyakran ledobta a gyerekeket, de én szerettem, hogy ilyen temperamentumos, és cserébe rengeteg kupát nyert nekem, 2010-ben ebben a kategóriában megyei bajnokok is lettünk. Az ezt követő 5 évben is számos szép helyezést értem el, nagyló lépő kategóriától az ügetőn és az 50 cm-es X-es ugró versenyszámokon át, az 70-90-cm-es szabadidős díjugratásig, minden évben részt vettem a megyei bajnokságban és gyakran voltam a díjazottak között.

#### **7. Mikor Rajtengedély Vizsgáztál és mely szakágban?**

2016-ban tettem díjugrató rajtengedély vizsgát Mezőhegyesen.

## **8. Milyen változások történtek azóta?**

Rengeteg minden változott azóta körülöttem, az akkori lovammal sajnos már nem tudok versenyezni, ő tenyészkanca lett, illetve az edzőm is változott és lovardát is váltottam.

## **9. Milyen sikereid vannak azóta?**

Számos versenyen értem már el jó helyezést, sok-sok kupával és szalaggal gazdagodtam.

Első nagyobb sikerélményem 2016-ban volt kezdő lovasként, a régiós csapatbajnokságban 2. helyezést értünk el, itt tapasztaltam meg először, milyen érzés a dobogóról hallgatni a himnuszt. Majd 2017-ben szintén eredményes volt számomra a régiós bajnokság ifjúsági lovasként is, hiszen a csapatbajnokságban 3. helyen végeztünk, egyéniben pedig 120 centiméteren, összevetés után 4. helyen zártam a népes mezőnyben. 2020 is tartogatott meglepetéseket, óriási örömeinkre megnyertük az országos kétfordulós Championatus csapatbajnokságát.

## **10. Melyik eredményedre vagy a legbüszkébb?**

Nehéz lenne kiemelni, hiszen mindegyik valami másért különleges és mind jó érzéssel tölt el. Az első megyei bajnoki címemre is szeretek visszagondolni, illetve voltak olyan versenyek, amik kiemelkedő emlékeként maradtak meg. Az egyik ilyen egy szabadidős verseny volt Kőteleken, ahol az első kék szalagomat nyertem. De említhetném Kiskunhalast is, ahol Lulu nevű lovammal egy komoly összevetés után megnyertük az ifjúsági számot. Mindhárom csapatbajnokság is óriási élmény volt számomra, imádok csapatban versenyezni, mindig jobb érzés és jobban figyelek, hiszen tudom, hogy másik 3 ember eredménye is múlhat azon, hogy én hogyan teljesítek.

## **11. Most kik a példaképeid?**

Jelenleg figyelemmel kísérem az edzőm, Potocska Attila versenyekre való felkészülését és versenyeit is, az ő lovassporthoz való hozzáállása nagyon motivál. Továbbá számos lovast követek a közösségi oldalakon, akik bepillantást engednek a mindennapjaikba, példaértékűnek tartom például Luciana Diniz munkáját.

## **12. Mit üzennél a szabadidős versenyzőknek? Mik lennének a tanácsaid?**

Azt üzenném, hogy mindig legyen előttük egy rövid és egy hosszú távú cél, amire tudnak fókuszálni, ami motiválja őket. Rövid távon gyakran elég annyi, hogy például meg szeretném nyerni az adott versenyszámot, vagy lelovagolni úgy a pályát, hogy az edzőm elégedett legyen velem és büszke lehessen rám. Hosszú távon pedig szerepelhet a rajtengedélyvizsga, illetve különböző versenyek, sikerek, nekem például óriási vágyam volt, hogy minősüljek és részt vehessek az országos Championatuson.

## **13. Mik a céljaid a közeli és távolabbi jövőre nézve?**

A közeljövőben szeretnék eredményesen lovagolni a Championatuson, távolabbi jövőt tekintve pedig szerepel a céljaim között az amatőr országos bajnokságon való részvétel.