



Bernáth Attila – Heti tíz edzéssel készültem fel a Bocskai emlékversenyre

Description

A debreceni Bernáth Attilának nem kell utazási nehézségekkel foglalkoznia a Bocskai István emlékverseny rajtja előtt, hazai ringben bokszolhat. Attila idén 22 esztendőss lesz, a legjobb évei következnek, és ezúttal teljesen egészségesen, remek munkát végezve indulhat a Bocskai emlékversenyen.

Bernáth Attila a 2017-es ifi Eb-ezüstérmét követően egy évvel később ifjúsági Európa-bajnok lett, és 2019-ben a Bocskain is sikeresen kezdett első felnőtt évében, amikor a dobogó legfelső fokára állhatott fel. Tavaly szeptemberben áttört egy gátat, amikor megnyert egy boszniai nemzetközi tornát, és a belgrádi világbajnokságon is remekül szerepelt, a legjobb tizenhat között egy hajszálon múlt csak a továbbjutása.

„Már a legvégén járunk a felkészülésnek, nagyon jól teltek a heteim, sok futással, és kesztyűzéssel is. A Bocskai emlékverseny nagyon fontos számomra, ezúttal szeretnék mindenképpen valami nagyot alkotni, mint 2019-ben.

Nem volt semmilyen sérülésem, és betegségem sem, teljesen egészséges vagyok, minden tökéletes. Napi két edzésem volt, összesen heti tíz, a hétvégéken pedig igyekeztem feltöltődni a családdal, amely túl van a harmadik oltáson is. Úgy érzem, mindent megtettem azért, hogy ez eredményben is kijöjjön a Bocskain.

A védekezésre nagyon sok időt fordítottunk az edzőmmel az elmúlt pár hónapban, ez volt a legfontosabb most. Már az országos bajnokságon is észrevettem, hogy amit gyakoroltam, nagyon sokszor meg is tudtam valósítani verseny helyzetben is. Úgy érzem az Ob óta még több időnk volt erre, és ebben léptem előre a legtöbbet.

A brazilokkal a kesztyű nagyon jó volt, és jól is ment, egy élmény volt világ-, illetve olimpiai érmesekkel együtt készülni Győrött. Ebben a közegben csak fejlődni lehetett, nagyon élveztem a közös munkát.

Most tényleg nagyon jól sikerült a felkészülésem, és mindent meg is tettem, hogy ezúttal én legyek a legjobb. Azt gondolom, hogy a Bocskai döntőjében a helyem, és ezt bizonyítani is akarom majd Debrecenben.

A Bocskai emlékversenyt követően pedig szeretnék az U22-es Európa-bajnokságon is maradandót alkotni,” nyilatkozta ifjúsági Európa-bajnokunk, Bernáth Attila a verseny rajtja előtt.