

# protokol tribünü

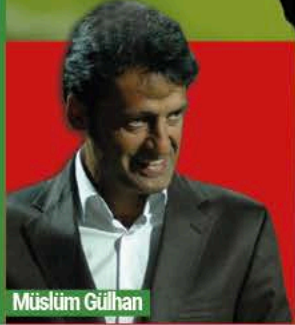
---

## SPORUN KÜLTÜR KODLARI

---

MÜSLÜM GÜLHAN  
BURAK ÖZGÜL  
AYSEL DAMAR  
AYTEN KEÇECİ  
İBRAHİM ERDOĞDU  
HAZİM ÇOLAK  
AYBARŞ KUDAY  
OĞULCAN ACAR  
TANER KARABULUT  
ALİ YİĞİT TURAL





Müslüm Gülhan

# SPOR KULÜBÜNÜN KÜLTÜR KODLARI

MÜSLÜM GÜLHAN

Spor kulüplerinin var oluş süreçlerinden beri günümüze gelen ve onun ayrıcalıklarına ortaya koyan hikâyeleri vardır.

Bu hikâyeler tarihsel süreçte sahip olduklarında ise artık hikâyelere misyona dönüşür.

Her yönetici, teknik adam, sporcusu ve tüm çalışanlar bu misyon etrafında ortak sorumluluk duygusu ile hareket ederler.

Yazılı olmayan bu hareket organizasyonu ise o kulübün kültür yapısını ortaya koyar. Bu yapı toplumun içinde ortak yöresel unsurlar içermekle beraber, sporun küresel oyun

haline dönüşmesiyle de genel kabul gören kuralları beraberinde getirir. Kulüplerin istikrarı ve sürdürülebilir başarıları için küresel rol edinmeleri kaçınılmazdır.

Kulüpleri tarihsel hikâyeleri, misyonları ve sorumlulukları ile oluşan kültür yapısı küresel etki ile birtakım değişkenleri de içine almak zorundadır. Bundan dolayı her kulübün kültür deseni farklıdır. Önemli olan istikrarın ve başarının sürdürülebilmesi için kendine ait kültür kodlarını iyi bilmesi gerekir. Peki, bu kültür kodları nelerdir?

1. Tarihsel süreçte sahip olan ve

Kulüp kültürünün tüm bileşenlerinin korunması ve bu kültür doğrultusunda yol haritasının belirlenmesi, kulübün tüm bileşenlerinin duygusal bağının kuvvetlendirip sürdürülebilir olabilecek bir maneviyat yaratılmasını sağlar.

hâlâ geçerliliği ile kulübün varlığının sürdürülmesini sağlayan tüm değerlerin, herkes tarafından kabul edilmesinin sağlanması... Bunun bir miras olduğunun ve kendilerinden sonra gelecek nesillere de öğretilmesi gerektiğinin bilinmesinin anlatılması.

Ortaya çıkan misyon ile beraber vizyon da kulüp için kaçınılmaz bir hal alır. Mühim olan bu vizyona gidecek hedefleri ve bu hedefleri oluşturacak stratejileri iyi belirlemektir.

2. Farklara saygı göstermek ve bu zenginliği ortak bir hedef doğrultusunda birleştirmek... Kültürel farkların farkına varılması ve bunun

yönetilebilmesi başarının sürdürülebilirliğinin sağlanmasına neden olur.

3. Takım duygusunu yaratarak takım kimliğinin ve ruhunun oluşmasını sağlamak... Bu oluşum sağlanırken ise bireysel yeteneklerin kullanılacağı ortamı oluşturmaları, tüm takımın özgüven duygusunun geliştirilmesi sağlanmalıdır.

4. Saha içinde ve saha dışında takımın tüm kimliğini ortaya koyan davranışları kullanarak kulüp saygınlığının tanınurluğunun sağlanması...

5. Küresel markanın oluşumu için yöresel ahlaki davranışların yanında kabul gören tüm etik değerlere sahip çıkılması ve pekiştirilmesi...

6. Takım kültürü, bir takımın birbirleriyle etkileşimlerinin nasıl olacağı ve yaptıkları işlerde nasıl bir davranış sergileyeceklerini belirleyen varsayımlar ve normlar olarak tanımlanabilir.

7. Kültürlerarası diyaloglarda ve aynı amaç için çalışmalarda en etkili yol ortak akıl ortamını sağlayacak aynı duyguyu hissetme sürecinin başlatılmasıdır. Ortak akıl karar almada, problem çözmede, strateji geliştirmede etkili bir sonuç alma anahtarı olacaktır. Bu yaklaşım kültürlerin farklı yönleri olduğunu kabul etmekle beraber aynı zamanda kültür zenginliği ile ortaya çıkan ortak sinerjiyi bir

organizma haline getirir.

Spor kulüplerinin her biri kurumsal bir yapı içerdikleri için kurumsal kültür tanımına tabi tutulabilirler. Kurumsal kültürün fonksiyon işleyişinin, spor kulüplerinin kurumsal kültür analizine açıklık getirdiğini düşünüyorum.

Öncelikle kurum kültürü, kurumsal motivasyonu mümkün kılar. Aynı zamanda, benimsenen geleneksel davranış kodları ve normlar kişisel anlamda da motivasyonu tetikler ve mesleki donanımlar sayesinde oluşan başka bir gücü ortaya koyar. Bunun en önemli etkisi ayniyat duygusunun sağlanmasıdır.

Sporla kurumsal yapıyı belirleyici en önemli unsur kulüplerin tarihsel süreçleri ve bu süreç içerisinde elde ettikleri kimliktir. Kimliğin en belirleyici öğeleri kulüp arması ve forma renkleridir. Daha sonraki unsur rekabet unsurlarındaki tarihsel başarıları ve bu başarıları sürdürülebilir kılan istikrarın yakalanması kulüp kimliğinin kurumsallaşmasını sağlayan en önemli etkenlerdir.

Kulüp paydaşları bu kurumsallaşmanın etkisini ve deformasyona uğrayıp uğramamasını sağlayan bileşenlerdir.

1. Kulübün tarihsel süreci.
2. Kulübün arması.

Sporda kurumsal yapıyı belirleyici en önemli unsur kulüplerin tarihsel süreçleri ve bu süreç içerisinde elde ettikleri kimliktir.

3. Kulübün renkleri.
4. Kulübün başarı hikâyeleri.
5. Kulübün başarı hikâyesinin kahramanları.
6. Kulübün tarihsel süreç içerisinde kalmasını sağlayan kişiler.
7. Kulübün kimliğini oluşturan davranış normları ve prensipleri.
8. Tüm kulüp paydaşlarının geleneksel norm ve değerleri içselleştirmesi.

Çalışanları bir kimlik altında toplayabilmenin tek yolu, kurumsal kültürü geçerli kılarak çalışanların mesleki birliktelik dışında birbirleriyle etkileşime geçmelerinin sağlanmasıdır. Bu sadece yönetimi, teknik adamı, seyirciyi bağlamaz. Bu güç rekabet altındaki rakipler dahil tüm şehri ve ülkeyi etkilemeyi başarır.

Sadece başarı, bir saygınlık göstergisi değildir. Kulübün tarihsel varlığı içinde onun amaçları doğrultusunda kurulmuş ve fark yaratarak, anlam katarak sosyal kurum haline gelmek ve tüm paydaşlar arasında saygınlık elde etmek, sadece ve sadece kurumsal kültürün varlığı ve geçerliliği ile mümkün olur.

Buradaki diğer etki, kulübün yönetim prensiplerinin geleneksel bir ahlaki format içerisine oturtularak, geleneksel davranış kültürünün sürdürülmesinin sağlanmasıdır.

Bu sürecin sağlıklı yürütülmesinin en temel dayanağı, seçilen başkanlar ve yönetim kurumlarıdır. Türkiye, yönetim mekanizmaları konusunda rencide edilen bir ülkedir. Kişisel beklentiler ve bu uğurda heba edilen geleneksel davranış kültürü sektöre uğratarak, adeta kişiselleştirilmektedir.

Kulübün sosyal normları ve bu normlar sayesinde oluşturulan

hikayeler yok edilerek kulüpler yenileşme adı altında adeta bir rant kurgusu haline getirilmektedir. Şu an için kulüplerin kurumsal yapılarının sürdürülebilir olmasındaki en büyük tehlike budur.

Kurum kültürünün bir diğer önemli fonksiyonu, kurumu diğerlerinden farklı kılarak, kurum çalışanlarına bir kimlik duygusu kazandırmasıdır. Kimlik duygusu kazanan bireyler, kendilerini çalıştıkları kuruma ait hissederler, kurumsal bağlanma ve sadakat duyguları gelişir. Bu fonksiyon onlara aynı zamanda bir benlik duygusu kazandırır.

Kurum kültürü, tarihsel süreç içinde oturmuş olan kural, kaide, normlar vasıtasıyla kurum içinde huzurlu bir çalışma ortamı sağlar. Bu süreç neyin nasıl yapılacağını yazısız olarak geleneksel olarak ortaya konmuş kurallar silsilesidir. Aksi neyin nasıl yapılacağını dair bilinmezliğin yaratacağı kaostur. Her yönetimin kendi kuralları ile değişkenliklerin yaratılması zamansız olarak bertaraf edilmesi anlamını içinde taşır.

Genel kurulların varlığı bu varlığın korunması etrafında toplanarak yönetim kurullarını oluşturur.

Kulüp başkanları ve yönetim kurulu da teknik yönetim seçiminde kurumsal yapıya önem vererek seçimini yaparlar. Bu seçim, çalışma koşullarındaki uyum ve beklentilerin sağlanmasına neden olur.

Bu etki futbolcu seçiminde de aynı duyarlılıkla devam etmektedir. Kurumsal verimlilik ve kurumsal motivasyon ancak bu şekilde sağlanır.

Çünkü bu süreci takip edip, denetim mekanizması oluşturur bir seyirci topluluğu vardır. Bir şehir vardır, bir ülke vardır.

Sporun endüstriyel anlamda yeniden örgütlenmesi, kulüplerin yeni değişimlere ayak uydurmak için değişiklikleri zamanında yapmasını zorunlu kılar. Buradaki tehlike kurumsal anlamda kültürel olarak bir kimlik ortaya koyamayan kulüplerin süreç içinde dağılma ve zarara uğrama tehlikesine açık pozisyonda yakalanmalarıdır. Buradaki sinerjiyi



### Kulüp paydaşları kurumsallaşmanın etkisini ve deformasyona uğrayıp uğramamasını sağlayan bileşenlerdir.

sağlayacak ve koruyucu kalkan olacak güç kurumsal kültürün varlığıdır.

Kulüplerin tesisleşmesi ve branşların kendi alanlardaki antrenman ve maçlarını yapacak çok yönlü tesisler artık kaçınılmaz olarak yapılmaktadır. Hem kulüplerin marka değerlerini yükseltecek hem sporcularının verimliliğini artıracak ve en önemlisi, seyircilerine konfor sunarak bu gücü harekete geçirecek bir organizasyon

sağlanması bugünkü koşullarda kaçınılmazdır. Değişimin ve gelişimin kaçınılmazlığı karşısında koruyucu etki ve yeniliği sindirme argümanlarının tamamı kurumsal varlığın içinde saklıdır.

Bu değişim içindeki başarının sürdürülebilirliği kulüp için varlık sebebidir. Kulüp içinde çalışan tüm paydaşların hedef ve beklentilerin başarılı kılınması kurumsal kültürün gücü sayesinde gerçekleşir.

Kurumsal kültür aynı zamanda başarının manevi harcıdır ve bu yoldaki insanın etikleyicisidir.

Kulüp kültürünün tüm bileşenlerinin korunması ve bu kültür doğrultusunda yol haritasının belirlenmesi, kulübün tüm bileşenlerinin duygusal bağının kuvvetlendirip sürdürülebilir olabilecek bir maneviyat yaratılmasını sağlar.

Bunun için tüm kulüp paydaşlarının kurumsal kültürü içselleştirerek geleneksel değer katmaları gerekir. Bu sayede manevi olarak inanç harcının ortaya çıkmasını sağlar.

## YOLUN SONU BELLİYDİ

BURAK ÖZGÜL

**3 büyükler, neticesi belli olan filin dibini sıyırdılar ve bu sene artık zirveye yerleştiler! Evet... Tersten! Tepetaklak oldular. Herkesin dilinde aynı soru, "Nasıl olur da hepsi aynı anda bu kadar kötü olabilir?"**



**H**er filin bir neticesi vardır. Topu vazoya atarsan vazo kırılır. Kumandanın kapatma tuşuna basarsan televizyon kapanır. Günü kurtarmak için saçma sapan transferler yaparsan batarsın.

3 büyükler, neticesi belli olan filin dibini sıyırdılar ve bu sene artık zirveye yerleştiler! Evet... Tersten! Tepetaklak oldular. Herkesin dilinde aynı soru, "Nasıl olur da hepsi aynı anda bu kadar kötü olabilir?" Cevabı aslında çok basit; ama derinlemesine bakınca bu kadar basit bir durumu nasıl çıkıncaya soktular inanın hayret verici bir durum.

Senaryo hep aynı. Galatasaray, Fenerbahçe ya da Beşiktaş şampiyon olur. Şampiyonluk sonrasında, "Yahu biz bu kadroyla yapamayız, Şampiyonlar Ligi için 3-5 transfer yapalım." derler. Yaşlı kategorisinden oyuncular

almır, eski yıldızlardan. Biraz bonservis, bolca yıllık maaş, menajer parası, imza parası, primler derken en iyi ihtimalle 100 milyon TL'lik olursun. Bu oyuncu 2-3 maç alıp tüm sezon yatar ya da sakatlanır gider. Gider derken öyle gitmek de kolay değil. Sözleşmesinin son tarihine kadar, son kurusunu almak için bekler, bir de üstüne yabancı kontenjanını da doldurur.

Süreç esnasında Şampiyonlar Ligi'nde başarısız olup gelir elde edemezler ve UEFA Avrupa Ligi'ne düşerler en iyi ihtimalle. Onda da ilk turda elenirler. Sonra dönerler ilk uçakla İstanbul'a. Süper Ligi' de çoktan kaçırılmış olurlar bu zaman zarfında. Çünkü haftada 3 maç oynayabilecek kondisyonda değildir takım.

1 sene içinde geriye dönüp baktığınızda; şampiyon takım bozulmuş, giderler gelirlerin en az 3 katına

çıkması, sürdürülebilir bir proje çizilmemiş ve teknik direktörün istifası istenmiştir. Bu defa da panik ortamı oluşmuş ve altyapı oyuncularını takıma adapte edecek ortam oluşmamıştır. Koskoca jenerasyon tabiri-i caizse yok olup gitmiştir.

Akabinde yeni teknik direktör ve yönetim gelir. Sonrasında hiç kimse aklına gelmeyecek (!) parlak bir fikir ortaya atılır:

"Biz ivedilikle takımı düzeltip şampiyon olalım. Bunun için sükseler yaratacak oyuncu getirelim. Herkes bizi desteklesin, sonra 5 tane hiç alakası olmayan transfer yapalım ve mükemmel bir takım kurduk, diyelim."

Yine geçen senenin başına dönülüp aynı işler yapılır ve büyük borç yükünün altına girilir. Ama o da ne! Plan takır takır işliyor. İlk 2 maçta 2 galibiyet. Herkes memnun... Yönetim, futbolcu, teknik direktör, taraftar şampiyonluk yeminleri ediyor.

Bu sahne tanıdık geliyor. Birkaç hafta sonra puan kayıpları gelir ve huzursuz bir ortam doğar. Suçu birilerinde bulamayınca hakemlere yüklenilir (hakemler zaten kötü). İşin içinden sıyrılmaya ve kimse sorumluluğu üzerine almaz.

Seneler boyunca 3 İstanbul büyüğü bu senaryoları yaşadı. Borçlar birikti, cezalar geldi, çıkmaza girdiler ve en sonun kimi alırsak iyidir mantığıyla oyuncular aldılar. "Kimya tutar mı, tutmaz mı?" demediler. Fenerbahçe 5 kulübe yetecek orta saha oyuncularıyla ilk 11 sahaya sürdü, Galatasaray gençleştiriminin dozunu ayarlamadı, Beşiktaş transferlerden verim alamadı derken girdabın içine düştüler.

Yapılanmak için akıl vermeye gerek yok. Yapılacak şey çok basit. Daha önce yapılanları yapma!

# İŞİNDEN KEYİF AL VE ZAFERE İNAN!

AYSEL DAMAR

**“Dünyaya bir kez çocukken bakarsınız. Gerisi hatıradır.”  
(Yuvaya Dönüş, Louise Glück)**



Nobel ödüllü Amerikalı şair ve yazarın bu dizelerini ilk okuduğumda, çocukluğuma kendi pencereden bakmak istedim. 12 yaşında ilk “olgun” adımımı attığım basketbol sahasının hayatımın bir diğer evi olacağını bilmeden... Sahaya attığım ilk adımında, korkularım, kaygılarım ve utangaçlığımın içimde yaşadığı duyguları hissederken, yüzümde sadece bir tebessüm vardı. Hâlâ bu tebessümü bir kadın olarak yaşadığım tüm savaşlarımda yüzümde düşürmemeye çalışıyorum.

Derginin ilk sayısında İslam benden bir yazı yazmamı rica edince, aslında konunun ne olması gerektiği üzerine çokça düşündüm. Kendi hayat hikayemden yola çıkarak, erkek egemen bir sektörde bir kadın olarak yaşadığım zorlukları mı yazmalıydım yoksa bu egemen sektörün içerisinde

gösterdiğim farklı bir yönümü mü? Herkes zorluklardan bahseder değil mi? Ben bu sefer kendi kişisel yolculuğumdaki “liderlik” kavramından bahsetmek istiyordum.

Netflix yapımı “The Playbook” belgeselinde ünlü NBA Koçu Doc Rivers şöyle diyor:

“Bir birey diğer bireyler sayesinde bir bireydir. Çünkü sen daha iyi oldukça ben de daha iyi olurum. Hepiniz olmanız gereken kişi olmadıkça ben olmam gereken kişi olamam.”

Üniversitede 12 yıldır basketbol takımı koçluğu yapıyorum. Doc Rivers’ın bahsettiği paylaşma ve dayanışma öğelerini birleştirerek yeni gelen oyuncular ve eski oyuncuların kaynaştırmak takımındaki birinci görevim. Takımın lideri olmak istiyorsam bu zorlu görevi ilk sıraya

koymam gerektiğini anlamam ise biraz zamanımı aldı, diyebilirim. Takım kimyasını oluşturmakta bu dayanışma, paylaşma ve birleştirmeyi organize etmek, tasarlamak ve uygulamak tamamen bir liderlik görevi bence. İlk yıllarımda çok zor oluyordum bunu yapabilmem ve başaramadığım çokça zaman oldu. Sporcularıma çok kızdım; ama en çok da kendime... Tecrübesiz zamanlarımın çoğunu basketbolun sadece teknik ve taktik yönlerine odaklanarak geçirirdim. Asıl odaklanmam gereken yerin basketbol felsefemi oluşturmak ve bu felsefeye bağlı kalarak takıma liderlik yapmak olduğunu tecrübe kazandıkça öğrendim. Bu liderliğin ise sadece sahada uygulayacağım bir sistem olmadığını, saha içinde ve dışında oyuncularımı kurduğum bağın ne kadar değerli olduğunu, onların hayatlarına dokun-



Aysel Damar

mam gerektiğini ve bir hayata dokunduğumda neleri değiştirebileceğimi gördüğümde anladım.

Türkiye’de basketbola yapılan kişisel yatırım, A Takım seviyesine geldiğinde kendini belli ediyor. Ya profesyonel sporculuk hayatına geçiş yapıyorsun ve tüm hayatını ona göre organize ediyorsun ya da yıllarca edindiğin tüm bilgi ve birikimleri bir rafa kaldırıp farklı bir yöne doğru adım atıyorsun. Benim görevim tam da bu aşamada başlıyor. Profesyonel spor hayatına geçemeyen ve bu işi sonlandıran sporcularla üniversite takımında buluşuyor, onları yeniden sevindikleri bu işte dinamik tutmaya çalışıyorum. Çok sevdiği basketbolu bırakmasına engel olmak ve onunla 4-5 senelik bir yolculukta beraber yürümek, sadece basketbol sahasını değil hayatın onlara getirdikleri ve götürdüklerini de paylaşmak benim için çok değerli bir yerde. İşte Türkiye’de üniversite takımlarında koçluk yapmak tam da böyle bir şey.

“Savaşlar her şeyden önce insanların kalbinde kazanılır. Yalnız kalbini kazandıysan insanlar liderliğine yanıt verir ve sizi her yerde takip eder.” (Vince Lombardi)

Öğrencilerimin kalbini kazanmak her zaman maç kazanmaktan daha değerli oldu benim için. Bazı zamanlar kaybettığımız bir maç çıkışı bile yüzümüzdeki tebessümü eksik etmedik. Onların buraya kadar çok zor bir yoldan geldiklerini, hayallerini gerçekleştirememiş ama basketbol sevgisini hâlâ içinde yaşayan bu çocuklara neler katabileceğimi hep düşündüm hala da düşünüyorum.

Bundan altı yıl önce İstanbul’da üniversitelerin kendi liginde oynadıkları zorlu maçları geçerek final oynamaya hak kazanmıştık. Açıkçası işler beklediğimden de iyi gidiyordu. Maçtan bir gün önce mutlaka bir soyunma odası konuşması hazırlarım. Teknik ve taktiksel anlamda neredeyse çalışabileceğimiz ve sahada uygulayabileceğimiz her şey hazır. Ama mental olarak ben ve takımım ilk defa bir final maçına çıkıyorduk.

Sporcularıma soyunma odasında şunları söylemeyi planladım:

“Bugün buraya, bu maça gelene kadar çok emek sarf ettiniz, çok çabaladınız. Bugün çıkan ve sevdiğiniz işi keyif alarak yapın.”

Biraz düşününce, evet keyif almaları önemliydi ama onlara liderlik yapmam gerektiğini ve hedefimiz olan o şampiyonluk yolunda onlara doğru mesajı vermem gerektiğini hissettim. Hedef sadece sevdikleri işi yapıp keyif almaları olmamalıydı!

Bu düşüncelerin ışığında maç günü sporcularıma şunu söyledim:

“Bugün finale gelene kadar çok emek sarf ettiniz ve büyük çaba gösterdiniz. Kupanın bir ucundan tutuyorsunuz, o kupayı çekip havaya kaldırmamız için mücadele edeceğimiz çok değerli kırk dakika var önünüzde. Bir an olsun pes etmeyin. Hak ettiğiniz kupayı alın ve bugün o kupa sizin ellerinizde yükselsin!”

O an takımdan çıkan enerjiden dolayı soyunma odası bir alev topuna dönmüştü. Maç bittiğinde tüm sporcularım bana koşuyordu. Onlar bana koşmaya başladığında şampiyon olduğumuzu anlamıştım. Önce kendim inanarak soyunma odası konuşmasını yaptım ve sonra sporcularıma inandırmıştım. O gün farklı bir enerji ile yapacağım farklı bir konuşma belki takımımın motivasyonunu tam anlamıyla bulmasına yardımcı olamayacaktı. Doğru konuşma bazen olmayabilir; ama inandığını inandırmak ve hissettirmek her zaman doğru bir yerdedir.

“Koçlar biraz delidir. Öyle olmak zorundalar. İyi bir koç olmak için sıradaki maçı kazanacağına inandığına oyuncularını da inandırmak zorundasın.” (Doc Rivers)

Deli miydim bilmiyorum; ama inanın ve bunu hissettirmenin ne demek olduğunu o gün çok iyi anladım.

Bir diğer unutamadığım hikâyem ise şöyle:

Play-off ilk turda on beş sayı ile kaybettığımız bir maç vardı. İki gün sonra ikinci maça çıkacaktık ve devam edebilmemiz için maçı 16 sayı farkla kazanmamız gerekiyordu. O iki gün boyunca bu farkı nasıl yakalayacağımıza dair tüm taktik boyutları üzerinde çalışmıştık. Mental hazırlık sürecinde ise benim için çok değerli bir isimden mentörlük desteği almıştım ve takıma bu anlamda da destek olmaya çalışıyordum. Kendi içimde o iki günü o kadar yoğun yaşadım ki maçtan bir gece önce rüyamda maçı 16 sayı fark ile kazandığımızı gördüm. Maç günü soyunma odasında sporcularıma şunu söyledim:

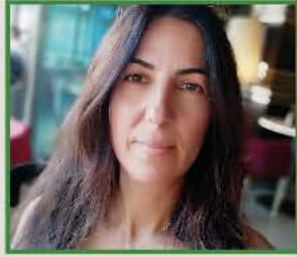
“Gece rüyamda bu maçı gördüm ve 16 sayıyla kazanıyorduk. Bugün sizlerden bu farkı yakalaman için kendi adıma ne gerekiyorsa yapacağım, lütfen sizlerde bana yardımcı olun.”

Maçın bitimine 2 saniye kala karşı takımın yaptığı faul ile takım kaptanımız atış çizgisine geldiğinde skor 70-55’ti. İki atıştan birisi işimize yarıyordu. İlk atışı sayıya çevirdiğimizde, sahada kopan gürültü kulakları sağır edercesine olsa da benim için sessizlikten kurulu bir dünya vardı o an. Kaptan dönüp beni işaret ederken, ikinci atışı atmaya başladım. Maçı 71-55 yani 16 sayıyla kazanmıştık. Kendimi ve takımımı o büyüleyici 16 sayısına nasıl inandırdıysam bunu hem başarmış hem de bu sayıya sadık kalmıştık.

Profesyonel sporculuk hayatımın sakatlıkla bitmesi belki de beni başka bir hayatın kapısından içeri alıyordu. O an farkına varamıştım ama sahaya ilk defa antrenör olarak çıktığımda işlerin zor olacağını hep biliyordum. Son sayıye şutunu atan kişiden, son sayıye şutunu kimin atacağına karar veren tarafa geçmek kolay değildi.

Yaşadığım tüm zorlukları, keyifli anlara dönüştüren tüm sporcularım için olsun bu yazım...

Kendi yolunun lideri olanlara...  
Sevgiler...

HAKINDA BİLİNMESİ  
GEREKENLER

## AYTEN KEÇECİ

Squash, raket ve top ile yaklaşık 65 metrekarelik bir kapalı alanda oynanan bir raket sporudur.

İngiliz sporu olarak bilinmesine rağmen tarihçesine bakıldığında kökeninin 16. yüzyıl Fransa'sına dayandığı bilinmektedir. Squash sporunun gelişimi ve spor branşı olarak kabul edilmesi ise 19. yüzyılda İngiltere'de olmuştur. Yaygın olarak anlatılan hikâyeye göre, 19. yüzyılda Londra'daki Harrow Lisesi öğrencilerinin tenis kortu sırasını beklerken tenis raketiyle topu duvara sektiği squaşın başlangıcı kabul edilmiştir. Bu paralelde ilk squaş federasyonu 1865 yılında İngiltere'de kurulmuştur.

Günümüzde 122 ülkede federasyonu olan ve yaklaşık 25 milyon sporcusu ile dünya üzerinde yaklaşık 50 bin kortu bulunan bir spor branşıdır.

Squash 2 veya 4 sporcu ile oynanır. Tek kadınlar, tek erkekler, çift kadınlar, çift erkekler ve karışık çiftler branşlarında müsabakalar yapılmaktadır.

Squash raket uzunluğu 56 cm, ortalama genişliği 21 cm'dir. Kauçuktan yapılan topu 24 gram ağırlığında ve 4 cm çapındadır. Sporcuların kıyafetleri tenis ile aynıdır. Erkekler tişört ve şort, kadınlar tişört ve etek giymektedir. Squash kortlarının zemini parke olduğu için zeminde kayma riskini azaltmak amacıyla kauçuk tabanlı ayakkabılar giyilmektedir. Çocuk ve gençlerin hem antrenmanda hem de maçlarda koruyucu gözlük takması tercih edilir.

Standart squaş kortunun, 3 duvarı özel sıva veya panel, arka duvarı camdır. Uluslararası turnuvalarda 4 duvarlı cam olan kortlarda

maçlar yapılmaktadır. Kortta 2 adet servis atma kutusu bulunmaktadır. Ön duvarın alt bölümünde yerden yüksekliği 48 cm olan yatay alan oyuna dahildir. Yine ön duvarda yerden yüksekliği 1.80 cm olan alanda yatay servis çizgisi bulunmaktadır.

Squash maçları 3 veya 5 set üzerinden yapılır. 3 set üzerinden yapılan maçlarda 2 seti alan, 5 set olan maçlarda 3 seti alan sporcu veya takım maçı kazanmış olur. Her set 11 puan üzerinden oynanır. 10-10 beraberlik durumunda 2 farkı yakalayan sporcu seti kazanır.

Squash maçları, organizasyonun durumuna göre, tek hakem, 2 hakem, 3 hakem ve 4 hakem tarafından yönetilir. Tek hakemlik maçta tüm yönetim o hakeme aittir. 2 hakemlik yönetimde bir hakem skorları ve maçı yönetir, diğer hakem

kural hakemidir. 3 hakemlik maçta, 1 skor hakemi 2 kural hakemi görev yapar. 4 hakemlik maçlarda, 1 skor hakemi, 2 kural hakemi ve 1 video hakemi maçı yönetir. 4. hakem (video hakemi) sporcuların itiraz ettiği pozisyonları değerlendirmek üzere, kortun dışında bir alanda bilgisayar önünde görev yapar. 4. hakemin verdiği karar son karardır ve sporcu bu karara itiraz edemez. Türkiye'de yapılan maçlarda genellikle tek hakem veya 2 hakem görev yapmaktadır.

Türkiye'de squaş sporunun başlangıç tarihi 1985 yılıdır. İstanbul'daki özel bir otelin spor kompleksinde açılan 2 squaş kortu ile squaş oynanmaya başlanmıştır. Kulüpte o yıllarda İstanbul'da yaşayan ve kendi ülkelerinde squaş oynamış olan yabancıların ilgisi ile squaş sporu duyulmaya ve bilin-

meye başlandı. Daha sonraki yıllarda yeni açılan birçok özel kulüpte squaş kortları açılmış ve bu spor daha fazla insana ulaşmıştır.

Covid-19 salgınının başladığı dönemden bu yana, bazı kulüplerde kortlar kapatıldı. Bu durum da squaş oynayanların ulaşabileceği adreslerin azalmasına sebep oldu. Günümüzde 1990'lara oranla squaş kortu olan tesis sayısı azalmıştır.

Squaş sporu yakın zamanda spor akademilerinde seçmeli ders olarak yer almaya da başladı. Marmara ve Kocaeli Üniversitelerinde 2010 yılında başlayan ders uygulaması, salgın döneminin başlaması ile durduruldu. Salgının sona ermesi ile tekrar bu derslerin başlaması ve gençlere bu güzel branşın tanıtılması çok faydalı olacaktır.



Cam Squaş Kortu



Hakem



Harrow Lisesi

**Günümüzde 122 ülkede federasyonu olan ve yaklaşık 25 milyon sporcusu ile dünya üzerinde yaklaşık 50 bin kortu bulunan bir spor branşıdır. Squaş 2 veya 4 sporcu ile oynanır. Tek kadınlar, tek erkekler, çift kadınlar, çift erkekler ve karışık çiftler branşlarında müsabakalar yapılmaktadır.**

Yarım asrı aşkın süredir Anadoluhisarı'nın merkezine küçük bir fidan olarak yerleştirilen Spor Akademisi, semtiyle birlikte büyüüp kök salmış, koca bir çınara dönüşmüştür.

## ANADOLUHISARI SPOR AKADEMİSİ DURAĞI...

### İBRAHİM ERDOĞDU

TÜRKİYE ÜNİVERSİTE SPORLARI FEDERASYONU  
YÖNETİM KURULU ÜYESİ



Türk sporuna yadsınamaz katkılar sunan, semtinin simgesi Spor Bilimleri Fakültesi ile ilgili alınan bu karardan derhal vazgeçilmeli ve hatta bir daha böyle bir konunun gündemi olmamalıdır; gerçek sahiplerine bırakılmalıdır!

Değerli okuyucular;

Yayın hayatına yeni başlayan Protokol Tribünü dergisinin bu ilk sayısına sevgili dostumuz, derginin genel yayın yönetmeni İslam Bozkurt'un heyecanına ortak olmak üzere birkaç satırla katkı sunmak istedim. İslam'la dergide bir yazımın yayımlanması üzerine konuştuğumuzda, alanım olan futbola dair bir şeyler yazmayı planlamıştım. Ancak henüz birkaç gün önce Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi kampüsünün Boğaziçi Üniversitesine devredilme kararını öğrenmiş olmam

sebebiyle bu konuyu gündeme taşımamın daha yerinde olacağını düşündüm.

Bir eğitim kurumu düşünün; temelleri 1967 yılında İstanbul Atatürk Öğretmen Okulu Beden Eğitimi Bölümü adıyla atılmış, sonrasında Anadoluhisarı Gençlik ve Spor Akademisi olarak hizmet vermesinin ardından Marmara Üniversitesine bağlanmış ve bugünkü haliyle Spor Bilimleri Fakültesine dönüşmüş olsun...

Benim de mezunu olduğum, yarım asrı aşan tarihinde Türk sporuna sayısız sporcu, antrenör, yönetici, öğretmen

ve akademisyen yetiştiren bu kurum Anadoluhisarı ile özdeşleşen köklerinden hiçbir mantıklı gerekçe sunulmadan koparılmaya çalışılmaktadır. Son birkaç yıldır kampüsün başka bir yere taşınacağı söylentileri yayılıyor ancak konuya vakıf kişilerce bu haberler yalanlanıyor ve vazgeçildiği algısı oluşuyordu. Akıllarda hep şu soru vardı: Mevcut kampüs alanının bulunduğu 122.000 m<sup>2</sup>'lik bu paha biçilemez arazi ne olacaktı?

Spor Bilimleri Fakültesi, bilindiği üzere İstanbul Anadolu yakasının en güzel, en köklü ve en mütevazı semtlerinden biri olan Anadoluhisarı'ndadır. Hatta kuruluş dönemlerinde adını semtten almıştır: Anadoluhisarı Gençlik ve Spor Akademisi. Adını semtten alan bu kurum, semtle bütünleşmenin bir simgesi olarak okulun önündeki otobüs durağına "Spor Akademisi Durağı" olarak adını armağan etmiştir... Yarım asrı aşkın süredir Anadoluhisarı'nın merkezine küçük bir fidan olarak yerleştirilen Spor Akademisi, semtiyle birlikte büyüüp kök salmış, koca bir çınara dönüşmüştür. Binlerce mezunu hem okullarındaki hem de semtlerindeki anılarını tazelemek, Göksu Deresi'nin kenarında çay içmek, Bakkal Selçuk Abi'ye selam vermek, rahmetli olmadan önce köfteci Ahmet Abi'nin leziz köftesini yemek üzere Türkiye'nin hatta dünyanın neresinde olurlarsa olsunlar mutlaka ziyaret etme aidiyetiyle doludur... Bu eşine az rastlanı aidiyet duygusu, coğrafyanın ruhuyla sporun

ruhunun birleşmesinin sonucudur. Semt sakinleri, esnafı, tarihi dokusu ile okulun öğrencileri, akademisyenleri ve çalışanları yıllar boyunca birbiriyle bütünleşmiştir.

Şimdi ise bu koca çınar, rant uğruna köklerinden koparılmaya kararlarıyla karşı karşıya kalmıştır. Bir binayı, tesisleri ve bir yapıyı başka bir yere taşıyabilirsiniz ancak bir ruhu, tarihi dokuyu taşımak mümkün değildir; onu öldürmüş olursunuz ki bunun adı da cinayettir...

Bir duyuma göre Boğaziçi Üniversitesi ana yerleşkesi ve Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi yerleşkesi, "Boğaz ön görümlü" olduğu için özelleştirilememişti. Bu sebeple böyle bir sorunu olmayan Etiler'deki Boğaziçi Üniversitesi Uçaksavar Yerleşkesi, Anadoluhisarı yerleşkesine taşınacak böylece boşalan uçaksavar yerleşkesinin de özelleştirilmesinin önü açılmış olacaktı... Unutulmalıdır ki bu ve bu gibi özelleştirmelerden elde edilebilecek hiçbir ekonomik değer, Anadolu'nun en ücra köşesindeki tek sınıflı bir okuldan dahi değerli olamaz.

Türk sporuna yadsınamaz katkılar sunan, semtinin simgesi Spor Bilimleri Fakültesi ile ilgili alınan bu karardan derhal vazgeçilmeli ve hatta bir daha böyle bir konunun gündemi olmamalıdır; gerçek sahiplerine bırakılmalıdır!

Spor Akademisi Durağı, "Göge bakma durağı"dır. "Durma, kendini hatırlat; durma göge bakalım."

Bir binayı, tesisleri ve bir yapıyı başka bir yere taşıyabilirsiniz ancak bir ruhu, tarihi dokuyu taşımak mümkün değildir; onu öldürmüş olursunuz ki bunun adı da cinayettir...



# UZUN YAŞAM TEORİSİ

HAZİM ÇOLAK



Hazım Çolak

Egzersiz insan yaşamındaki yeri ve insan sağlığı üzerindeki olumlu rolü günümüzde herkes tarafından kabul edilmektedir. Teknolojik gelişmelerin insanın günlük yaşamında enerji harcamasını en aza indirmesi nedeniyle egzersize gündelik yaşamda ayrılması gereken pay giderek artmaktadır. Egzersizin insan vücudu üzerindeki etkilerini inceleyen araştırmalar devam etmekte, egzersizin neden olabileceği istenmeyen etkilerin azaltılıp, performans ve sağlık durumunun iyileştirilmesi amaçlanmaktadır. Bu anlamda American College of Sports Medicine (ACSM), sağlık için egzersiz kavramını ortaya koymuş, bir takım risk faktörleri, sınıflandırmalar ve sınırlamalar ile bütün çocuklar ve erişkinler için egzersiz önerisi getirmiştir.

Egzersiz ile ilgili hastalıklar da günümüzde oldukça artmış ve önemli hale gelmiştir. Bunlardan en çok bilinenleri kardiyovasküler hastalıklar ile kas-iskelet sistemi ile ilgili hastalıklardır. Ayrıca yapılan araştırmalarda egzersiz ile kanser arasında da yoğun bir ilişki bulunmuştur. Örneğin; inaktivite ile ilişkisi en açık olarak gösterilmiş kanser türlerinden biri kolon kanseridir. Ayrıca düzenli egzersiz bağışıklık sistemini de uyarmaktadır. Örneğin doğal öldürücü-doğal katil hücrelerin egzersizle arttığı gösterilmiştir.

Egzersiz hastalık önler ve ömrü uzatır. Ama egzersiz ömrü nasıl uzatır?

Önde gelen teoriye göre egzersiz ömrü uzatır. Antioksidanların üretimini artırarak, serbest radikallerin atımına yol açarak kalp krizi

**Toplumun giderek bilinçlenmesi nedeniyle insanlar, yaşam sürelerini uzatmak için aktivite derecelerini arttırmaya ve egzersiz yapmaya özen göstermelidir.**

ve kanserleri önler. Yiyecekleri enerjiye çevirmede egzersiz reaksiyon hızını artırır. Aslında egzersiz serbest radikallerin üretimini artırır. Vücut egzersiz esnasında büyük oranda antioksidanların etkisini artırarak serbest radikalleri durdurmaya ve zararsız hale getirmeye çalışır. Vücudumuzdaki hücrelerde bulunan mitokondri, milyonlarca mitokondri her hücrede küçük odacıklar şeklinde enerji üretirler. Yaşlandıkça kaslardaki mitokondri sayısı ve boyutu azalmaktadır. Bu vücudun verimli şekilde enerji yakmasını engeller. Böylece vücut serbest radikalleri daha fazla üretir. Egzersiz mitokondri sayısını ve büyüklüğünü artırır. Bu da vücudun serbest radikallere karşı korunmasına yardımcı olur.

1. Mitokondri, vücudumuzdaki çoğu hücrelerin gücünü açığa çıkarmak için, diğer molekülleri ve yediğimiz besinleri şeker moleküllerine dönüştürür.

2. Mitokondri, başka bir molekülden elektronlar karıştırarak bunu yapar.

3. Elektronlar enerji üretmek için karıştırılır.

4. Serbest elektronlara amında bir şeyler eklemek gerekir.

5. Elektronları zararsız hale getirmek ve su oluşturmak için hidrojen atomları ekleyebilirsiniz.

6. Elektronlara serbest radikalleri oluşturmak için oksijen atomları ekleyebilirsiniz. Bu hücrelere zarar verebilir.

7. Serbest radikalleri DNA genetik materyal hücrelerine eklemek onların daha farklı davranmasına neden olur. Bunu uygulamak daha sonra onlara zarar verir.

8. Hücredeki genetik materyal hücreye ne yapacağını söyler.

9. Genetik materyali düzgün bir şekilde çalışıyorsa, belli bir sayıda hücreyi böler ve öldürür. Buna apoptosis denir.

10. Hücrelerde genetik materyal bozursa, hücreler kusurlu hale gelir ve kanserli olarak sonsuza dek yaşamaya devam eder.



11. Hasar görmüş genetik materyal hücreler, kalbe zarara yol açabilir ve ömrü kısaltır.

Vücudumuz enerji için glikoz yakacak yeteneğe sahip. Mitokondri'nin verimliliği ve sayısı azalır, kan şekeri ve kolesterol miktarı yükselir. Kaslarımızla ekstra kalori yakmadığımız için yağlar vücudumuzda ve karaciğerimizde birikebilir. Vücudumuzdaki ekstra yağlar kan dolaşımının şeker taşımaması engeller. Böylece kan şekeri yükselir ve risk oluşur. Diyabetin gelişmesine yol açar. Karaciğerde ekstra yağ birikir ve bunu önlemek için insülin daha çok devreye girer. İnsülin seviyesi yükselir ve arterleri sıkıştırır bu da kalp krizine neden olur. Ayrıca insülin kilo almanıza da neden olur. Egzersiz ve bazı ilaçlar şeker hastalığını tedavi için kullanılır. En iyisi egzersiz yapın. (^.^) Hücrelerdeki mitokondri sayısını ve boyutunu artırın. Düzenli bir egzersiz yoksa ömrü kısalm.

Toplumun giderek bilinçlenmesi nedeniyle insanlar, yaşam sürelerini uzatmak için aktivite derecelerini arttırmaya ve egzersiz yapmaya özen göstermelidir. Ancak egzersize başlamadan önce risk faktörlerinin değerlendirilmesi ve egzersiz derecesinin belirlenmesi gerekmektedir.

**Kaynak:**

**DR. Gabe Mirkin, ACSM (american college of sports medicine)**

Dünyada ilk kez 19. Yüzyılın ortalarında İngilizler ve İskoçlar arasında gölde oynanmaya başlanan sutopu olimpiik bir spor dalıdır.

İlk zamanlarda sutopu maçları Hindistan'dan ithal edilen ve vulkanize kauçuktan yapılan bir topa oynanmaktaydı. O yıllarda Hintçe'de her çeşit topu adlandırmak için "pulu" kelimesi kullanılmaktaydı ve İngilizler tarafından polo olarak telaffuz edilen bu kelime suda oynanan bir spor olduğu için su kelimesi ile birleşerek İngilizce water polo adını almıştır ve günümüzde de bu şekilde kullanılmaktadır.

Çoğu insan tarafından rugby'nin suda oynanan versiyonu olarak görülen bu spor dünyanın en sert ve en zor sporu olarak nitelendirilmektedir. Oynanmaya başlandığı ilk senelerde oyuncuların topu iki eliyle birden tutabildiği hatta kimi zaman topu mayolarının içine sokup kaleye kadar suyun dibinden topu getirerek su üzerine çıkıp gol attıkları, bugün oynanan halden son derece farklı bir spor dalıydı. Maçlarda faul nadiren kaldırıldığı için ve kalecilerin oyuncuların üzerine çıkması serbest bırakıldığı için çoğu zaman maçlar oyuncuların bayılması veya yaralanması sonucu yarıda kalyordu.

#### OLİMPİYATLARDAKİ İLK TAKIM SPORU

Daha sonraki yıllarda İskoçların oyuna getirdikleri yeni kurallarla oyun suda oynanan rugby'den ziyade suda oynanan bir futbol oyununa dönüşmüştür ve sutopunda güçten çok iyi yüzmenin önemi ortaya çıkmıştır. Kalelerin boyutları büyütülmüş ve oyunculara topu tutmuyorken yapılan müdahalelerde faul çalınması kararı uygulanmaya başlanmıştır. Ayrıca kauçuk topun yerini suya dayanıklı futbol topu almıştır.

İskoçların getirdiği bu yeni kurallar birçok ülkede kabul görmüştür. Sutopu bu yeni kurallarla birlikte dünya çapında öyle popüler bir spor haline gelmiştir ki 1900 yılı itibarıyla olimpiyatlara dahil edilmiş ve olimpiyatlara dahil edilen ilk takım sporu olmuştur.

#### SUTOPUNUN ERKEKLERDEN EN BAŞARILI TAKIMI

Sutopu sporu çoğunlukla Avrupa ülkelerinin domine ettiği bir spor dalı olmuştur. İlk zamanlarda (1908-1920) İngiltere üst üste 3 olimpiyat şampiyonluğu yaşamış ve bu anlamda bir ilki başarmıştır. Erkeklerde sutopunda en başarılı ülke Macaristan'dır. Organize edilen 27 olimpiyatın 22'sine katılmayı başaran Macaristan 9 defa olimpiyat şampiyonu olmuş ve sutopunda 15 olimpiyat madalyası kazanmıştır.

Dünyada en çok bilinen ve konuşulan sutopu maçı 6 Aralık 1956 senesinde Melbourne olimpiyatlarında Macaristan ile Sovyetler Birliği arasında oynanmış ve tarihe kanlı sutopu maçı olarak geçmiştir. Olimpiyatların başladığı günlerde gerçekleşen ve Sovyetlerin sert bir şekilde müdahale ederek bastırıldığı Macar devrimi sonrası olimpiyatta oynanan maç son derece gergin başlamış ve maç içinde çıkan kavgalarda yaralanan Macar oyuncu Ervin Zador'un fotoğrafları dünya basınında geniş yer bulmuştu. Havuz içinde oyuncular ve tribünlerde seyirciler arasında çıkan kavgalar sonucu "kanlı maç" yarıda kalmış, maçı 4-0 önde götürmekte olan Macaristan finale çıkmış ve daha sonra da şampiyon olmuştur.

#### KADINLARDA SUTOPU

Kadınlar sutopu branşı 2000 Sydney Olimpiyatları itibarı ile olimpiik bir spor olmuştur. 2012-21 yılları arasında ABD sutopu millî takımı 3 defa üst üste olimpiyat şampiyonu olmuş ve bu anlamda kırılması güç bir rekora imza atmıştır. İtalya ise hem kadınlar hem erkeklerde sutopunda şampiyonluk yaşamış tek ülke unvanını halen korumaktadır.

#### TÜRKİYE'DE SUTOPU

Türkiye'de ise sutopu ilk kez 20. yüzyılın başlarında İngilizlerce oynanmıştır. Bu sporu yapan ilk Türk kulübü ise 1910'da Galatasaray Spor Kulübü olmuştur.

1930'da modern havuzların açılmasıyla ilk turnuvalar yapılmaya başlanmış ve 1931 yılındaki ilk İstanbul şampiyonluğunu Galatasaray Spor Kulübü kazanmıştır. Ancak Türkiye genelinde Adana bu spora ağırlığını koymuştur. 1938 yılında Adana Belediye Başkanı Turhan Cemal Beriker ve Beden Terbiyesi Bölge Müdürü Rıza Salih Saray'ın girişimleri ile Adana'da Türkiye'nin en modern yüzme havuzunun yapılmasına karar verilmiştir. Havuzun açılışı ile 1942 yılından itibaren Bölge Karması adı altında yarışlara iştirak eden Adana Demirspor Kulübü, Muharrem Gülergin'in önderliğinde 17 yıl hiç yenilmemiş ve Türkiye Sutopu Ligi'nde toplamda 22 defa Türkiye şampiyonu olmuştur. Bu takım İstanbul ve tüm Türkiye'de Yenilmez Armada olarak anılmıştır.

1970'lerde üstünlük İstanbul'a geçmiş ve 1972-90 arasında İstanbul Yüzme İhtisas Kulübü seri şampiyonluklar kazanmıştır. 1991 yılında ise Macar çalıştırıcı Zoltan Gulyaş ile birlikte modern çalışma yöntemlerini tatbik eden Galatasaray Spor Kulübü üstünlüğü ele geçirmiş ve 1991-2011 arasında 17 şampiyonluk kazanmıştır. Dolayısıyla bu sporun üç büyükleri şampiyonluk sayısına göre Adana Demirspor, İstanbul Yüzme İhtisas Kulübü ve Galatasaray Spor Kulübü'dür. İki şampiyonluk ile Adalar Su Sporları Kulübü bu üç takımı takip etmektedir.



Aybars Kuday

# GEÇMİŞTEN BUGÜNE SUTOPU

AYBARS KUDAY



# HAYALLER VE GERÇEKLER

TANER KARABULUT



**“Benim hayallerim antrenör arkadaşlarımın ve sporcu kardeşlerimin gerçekleri olsun istiyorum!”**

Federasyon Başkanlığı seçimlerinde böyle demişti sevgili Türkiye Cimnastik Federasyonu Başkanı Suat Çelen.

Bu dergide Cimnastik ile ilgili bir şeyler yazmam istendiğinde, önce tereddütle Cimnastik sporundan biraz da olsa uzak kalmam, aslında bu yazıların Türkiye Cimnastik Almanya kurucuları sevgili Hüseyin Şeyda Dündar ve ekibindeki yönetim kurulu üyeleri gibi Cimnastiğe gerçekten gönül vermiş duayenler tarafından yazılması gerektiği düşüncesine kapıldım.

Bu düşünceye rağmen derginin kısa bir süre sonra yayınlanacağı ve adı geçen duayenlere bu süre zarfında ulaşamamak endişesiyle bir şeyler karalamaya çalıştım ve bu ilk yazıyı bu işin mutfağından gelip akademik eğitimi de tamamlayan ülkemiz Cimnastiğinin en başındaki insan sevgili Suat Çelen ve Cimnastik sporu ile tanışıklığım hakkında bir şeyler yazayım istedim. Tarih, kişi, yer ve zamanlarda eksiklerimiz olup, dilimiz sürçerse de affınız dilerim.

Bundan sonraki yazıları Türkiye Cimnastik Almanyağı



üyeleri, Federasyon yönetim kurulu, Cimnastiğe gönül vermiş ve hizmet etmiş eski sporcu, antrenör, hakem gibi duayenler tarafından yazılması ve siz sevgili okurlara ulaşması için elimden geleni yapacağımdan hiç şüpheleniz olmasın.

Bir spor insanı olarak gözümü 6 yaşında ilkokula başladığımda abilerimin ortaokul “jimlastik” öğretmeni Recep Hoca ile açtım. Recep Hoca aslında Beden Eğitimi öğretmeni olmasına rağmen geçmişte bütün sportif aktivitelerin ortak adı olması nedeniyle olsa gerek, bizler jimlastik öğretmeni olarak biliyorduk.

“Jimlastik” olarak bildiğimiz kelimenin adının aslen “Jimnastik” ya da “Cimnastik” olduğunu sonraki yıllarda öğrendim.

Türk Dil Kurumu’na göre Fransızca “gymnastique” kelimesinden dilimize uyarlanan Cimnastik şu şekilde tarif edilmektedir:

1. *Vücudu çevikleştirmek ve güçlendirmek için yapılan alıştırmaların tümü, idman, kültürel fizik.*
2. *Erkeklerde, yer alıştırmaları, barparalel, barfiks, halkalar ve kulplu beygir; kadınlarda yer alıştırmaları, eşit olmayan çubuklar, barfiks, denge kalası alıştırmalarını içeren yarışma disiplini.*

Bu tarifte hem erkek hem kadınlarda eski adıyla atlama beygiri şimdiki adıyla “atlama masası” aleti unutulmuş, kadınlarda barfiks aleti yanlış yazılmıştır.

(Bu arada erkeklerde “Paralel” aletini “barparalel” olarak yazan TDK, kadınlarda “Asimetrik Paralel” aletine neden “eşit olmayan çubuklar” diye yazar, onu da anlamış değilim?)

Neyse kelimenin anlamından çok şu anda resmi adı Türkiye CİMNASTİK Federasyonu olan Cimnastik sporu ile tanışmam ilk Recep Hoca ile oldu, yaşıyorsa Allah sağlıklı güzel yaşasın, vefat ettiyse de ışıklar içinde uyun.

Sevgili antrenör kardeşim rahmetli Mehmet Aktaş, performansının en güzel çağlarındayken çok genç yaşta kaybettiğimiz ve Cimnastik camiası yanında bütün ülkeyi yasa boğan rahmetli Murat Canbaş ve tüm sporculara-

rına bütün hayatını adanmıştı, onların başarısı için bütün gününü Cimnastik salonunda geçirirdi. İşte o yıllarda henüz 9 yaşlarında tanıdım sevgili Başkan Suat Çelen’i.

Aynı salonda antrenman yaptığı Murat Canbaş abisini örnek alır; yeteneği, azmi, disiplini, sportif başarısı ile tüm sporcu ve antrenörlerin takdir ve sevgisini kazanırdı.

Suat Çelen, 1990 yılında Belçika’da yapılan Okullarası Dünya Şampiyonası’nda (ISF) paralel aletinde finale kalmış, birinci olarak yarışmanın en küçük ve en cesur sporcusu unvanını almış, paralel aletinde ilk kez yapılan kendine özgü hareketi ile (Çelen Hareketi) Cimnastik tarihinde rahmetli Murat Canbaş’tan sonra ikinci kez bir Türk sporcusunun hareketinin Cimnastik literatürüne girmesini sağlamıştır.

Yazının başında geçen sözleri 2012 Federasyon Başkanlığı seçimi öncesi söylemişti sevgili Suat Çelen. Görev yaptığı bu süre zarfında onun hayalleri antrenör arkadaşları ve sporcu kardeşlerinin gerçeği oldu.

Cimnastik sporculuğu kariyerinde 13 yaşında Balkan Şampiyonluğu, yukarıda bahsettiğim 1990 ve 1992 yıllarında ISF şampiyonalarında birincilikler, büyükler Akdeniz Oyunları ikinciliği Balkan şampiyonluğu ve Uluslararası Boğaziçi Turnuvası birincilikleri olan Suat Çelen’in, günün birinde Türk Cimnastiğinin hep Olimpiyat barajını geçmesi, orada yarışması ve finale kalması hayalleri oldu.

Ve...

Hayaller gerçek oldu ve daha iyisi de olacak,

Sadece Artistik değil, Ritmik ve Aerobik Cimnastik’te de Dünya ve Avrupa Şampiyonaları’nda Altın, Gümüş ve Bronz madalyalar gelmeye başladı. Önceki olimpiyatlarda olimpiyat vizesi alan sporcularımızı saymazsak son yapılan TOKYO 2020 Olimpiyatlarında ülkemiz 5 sporcu ile temsil edilip, 7 final ve bir Olimpiyat Bronz madalyası ile ülkemize döndü.

Benim hayalim de günün birinde devletin bir spor politikası olması, hangi hükümet gelirse gelsin bu politikayı devam ettirmesi, anaokulundan başlayarak özellikle Cimnastik, Atletizm ve Yüzme branşları olmak üzere tüm branşlarda ve tüm ülkede yaygın bir spor politikası izlenmesi...

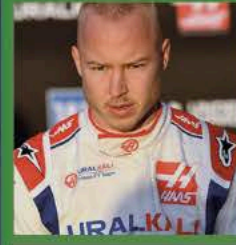
Kim bilir?

Hayal bu, belki gerçek olur...



# 2022 TAKVİMİ FORMULA 1

- 20 MART **BAHREYN**
- 27 MART **SUUDİ ARABİSTAN**
- 10 NİSAN **AVUSTRALYA**
- 24 NİSAN **İTALYA**
- 8 MAYIS **AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ**
- 22 MAYIS **İSPANYA**
- 29 MAYIS **MONAKO**
- 12 HAZİRAN **AZERBAYCAN**
- 19 HAZİRAN **KANADA**
- 3 TEMMUZ **BİRLEŞİK KRALLIK**
- 10 TEMMUZ **AVUSTURYA AVUSTURYA**
- 24 TEMMUZ **FRANSA**
- 31 TEMMUZ **MACARİSTAN**
- 28 AĞUSTOS **BELÇİKA**
- 4 EYLÜL **HOLLANDA**
- 11 EYLÜL **İTALYA**
- 2 EKİM **SİNGAPUR**
- 9 EKİM **JAPONYA**
- 23 EKİM **AMERİKA BİRLEŞİK DEVLETLERİ**
- 30 EKİM **MEKSİKA MEKSİKA**
- 13 KASIM **BREZİLYA**
- 20 KASIM **BİRLEŞİK ARAP EMİRLİKLERİ**



## F1 TAKIMI HAAS NİKİTA MAZEPİN'İ NİÇİN GÖNDERDİ?

OĞULCAN ACAR

Formula 1 takımı Haas, Nikita Mazepin ile yollarını ayırdığını duyurdu. Rusya'nın Ukrayna'ya saldırıları sonrasında yaptırımların arka arkası hem devletler, hem de markalar nezdinde sürüp gidiyordu. Haas takımı da Mazepin'i Rus olduğu gerekçesiyle gönderdi. F1 takımının sponsoru Rus gübre üreticisi Uralkali ile de kontrat feshedildi.

2016'dan bu yana Formula 1 takımları arasında yer alan Gene Haas'ın soyadından ismini alan iddiasız marka niçin Mazepin'i gönderdi? Yani, Mazepin gönderildi diye Rusya lideri Vladimir Putin Ukrayna işgalini sonlandıracak mı? Yoksa, Apple, Audi, Amazon, Microsoft, BBC, Chevrolet, DHL gibi dünya çapında markalarla "birlik" olabilmek adına mı böyle bir karara varıldı? Halbuki Mazepin, Michael Schumacher'in oğlu Mick ile son derece kötü bir sezon geçirmişti. Rusya'ya "başkaldırı" yapmak maksadıyla değil de, kötü yarışan genç Rus sürücü F1'de yarışamayacak kadar kabiliyetsiz olduğundan gönderilseydi daha iyi miydi? Elbette...

Nihayetinde, "kötü" olduğundan dolayı Haas ile yolları ayrılıysaydı, Rus pilot "sorun bende" deyip hırslanıp daha iyi yerlere gelmek için elinden geleni ardına koymayacaktı.

Sadece Rus olduğu için kovulmaktan beter edilen Mazepin'in suçu ne? Başarısızlıkları ve istikrarsızlığıyla gündeme gelmesi gereken (ni-tekim bazen gelen) F1 organizasyonunda var olmayı hak etmeyen Haas, kendi bahtsızlığını popülist bir tavırla örtmeye çalışıp, "ben de sizdenim" algısı oluşturmaya çalıştı.

**HAAS NİKİTA'NIN YERİNE  
KİMİ GETİREBİLİR?**

Haas'ın CEO'su Gunther Steiner, Mazepin'in yerine kimi getirecek peki? Takım içinde yer alan Pietro Fittipaldi koltuğa oturabilir... Geçmişte Haas ile seanslara çıkan Antonio Giovinazzi olabilir... Son üç sezonda sadece iki yarışa çıkan Nico Hulkenberg belki... ABD'de epey önlü olan IndyCar'da yarışan Colton Herta mı yoksa? Ne fark eder? Nasılsa Haas ile başarı hayalden başka bir şey değil.

## FUTBOLU VE KARAKTERİYLE ÖRNEK İNSAN:

# KANTE

ALİ YİĞİT TURAL

**T**üm dünya oynadığı futbolu ve Fransa'ya hediye ettiği kupalarıyla beraber insani hasletleriyle de tanıyor onu. Mütevazı duruşu, kibir ve gururdan uzak tavır ve takım arkadaşlarının "sanki 15 tane ciğeri var" dediği bir adamdan bahsediyorum. İsmi, N'Golo Kante.

Çileli geçen yaşanı onu hayata karşı daha da güçlü kılmış ve o bütün zorlukları aşmasını bilmiş. Başarılarıyla birlikte karakteriyle de söz ettirmiş bir futbolcu.

N'Golo Kante, 29 Mart 1991 yılında Fransa'da doğdu. Fakat ailesi, 1980'lerde Fransa tarafından sömürgeleştirilen ve uzun süreli iç kaosa sürüklenen Mali'den Fransa'ya göç etti. Türlü zorluklarla hayatlarını burada idame eden ailenin oğlu Kante de çeşitli işlerde çalıştı, sokaklarda çöp topladı. İleride kaderinin dönüm noktası olacak bir işle ne-redeyse dip dibeydi bu işi yaparken. Kante futbol taraftarlarının attıkları plastik kutuları da topladı. Babasını 11 yaşında kaybeden Kante için hayat biraz daha zorlaştı. Bu zorluklarla birlikte içinde

tüten futbol sevdası da her geçen gün arttı.

Daha sonraki devrelerde futbolun içinde buldu kendisini. 1998 Dünya Kupası'nın ardından futbol akademisine girdi ve orada yetişmeye başladı.

Gittiği her takımda da takımını kazandırdı ve kendisini hep ileri taşıdı.

İlk olarak JS Suresnes takımında top koşturan Kante, 11 senenin ardından 2010'da Boulogne takımında, 2012-2013 sezonunda Championnat National liginde oynadı. 2013'de Caen'de oynadı ve takımını Ligue 1'e çıkardı.

2015'de Leicester City'de oynadı ve gösterdiği performansla takımın gözdesi oldu.

2016'da İngiltere Premier Lig şampiyonu olarak tarih yazan Leicester City kadrosunun yıldızı seçildi.

**Fransa tarafından sömürgeleştirilen ve uzun süreli iç kaosa sürüklenen Mali'den Fransa'ya göç etti. Türlü zorluklarla hayatlarını burada idame eden ailenin oğlu Kante de çeşitli işlerde çalıştı.**

30 yaşındaki orta saha oyuncusu Kante, 2016'da Premier League takımlarından Chelsea'ye transfer edildi. Bu takımda çok başarılı işlere imza attı. Sahanın en iyisi olmak için çabaladı hep. 2018'de Fransa ile Dünya Kupası'nı kazanan Kante, üst üste 2 kez Premier Lig şampiyonluğuna da imza attı. Yıldız oyuncu, Chelsea'de FA Cup ve UEFA Avrupa Ligi zaferlerini de tattı.

Francois Lemoine, Kante için "Kante bizden 3 yıl daha küçüktü ama bizimle oynuyor. Bir maçta son 10 dakika kala oyuna girdi. Herkesten daha küçüktü ama kimse onu geçemedi. Maçın ardından soyunma odasında takım arkadaşlarından birine baktım ve, 'bakın bizden daha küçük ve on dakika içinde neyi nasıl yapmamız gerektiğini gösterdi.' dedim." İfadelerini kullanmıştı.

O aynı zamanda Türkiye hayranı. Verdiği bir röportajda "Gökhan ile İstanbul'a gelerek camileri gezdim. Özellikle Sultanahmet'te sabah namazında inanılmaz bir huzur ve rahatlık yaşadım. Bu atmosfer anlatılmaz yaşanır. İstanbul tablo gibi." diyor.

Bu efsane genç adam zengin olmasına rağmen şımarık futbolcular gibi hareket etmiyor. Parasını boşa harcamıyor. Herkese eşit seviyede davranıyor.

Kante başarıları ve insanlığıyla futbol dünyasına kibarlık, başarı, sempatiklik, alçak gönüllük kattı. Sadece ayağıyla değil hem beyni hem de yüreğiyle hâlâ top koşturuyor. Ve Rueil Malmaison'da hayatını yaşıyor.

