



M. HEROLD

pama koje su osvojile prva mjesta (malokalibarska puška standard, 60 metaka ležeci, i zračna puška standard). Uz brojne nagrade i priznanja dobitnica je Nagrade »Jovan Mikić — Spartak« Saveza organizacija za fizičku kulturu Vojvodine (1969).

**heron** (engl.), figura u sinhroniziranom plivanju. Plivačica iz pruženog lednog položaja zamahom ruku uroni s glavom prema dolje. Nakon urona glava i trup su paralelni s površinom vode. Noge su u odnosu na trup pod pravim kutom. Stopalo jedne noge podignuto je okomito iznad površine vode, a druga noga je zgrčena u koljenu.

**Herrera**, Helenio (1916), argent. i španj. nogometni trener; vodio nogometne reprezentacije Francuske, Španjolske i Italije; s Interom iz Milana osvojio 1964 i 1965 Evropski kup nac. prvaka i 1965 Svjetski pokal te tri puta prvenstvo Italije.

**Heršković**, Adolf (1918), stolnoteniski reprezentativac, član ZG i SD Makabi (Zagreb). Na PS 1939 nastupio za reprezentaciju Jugoslavije koja je osvojila drugo mjesto. Od 1941 živi u Italiji i SAD.

**Heruc**, Nenad (1922), nastavnik tjeł. odgoja, publicist; svestrani sportaš i sp. radnik. Osnivač prve skijaške škole poslije Oslobođenja u Rudama (1945), prvi predsjednik Zbora skijaških učitelja i trenera Hrvatske (1948), kasnije član njegovog IO; jedan od osnivača Društva za podvodne sportove Zagreb (1950), član IO Rukometnog saveza Hrvatske; osnivač Ski škole Vihor u Zagrebu (1962). Kao nastavnik tjeł. odgoja radio u više zagrebačkih škola: Učiteljska škola (1947), IX gimnazija (1949), II gimnazija (1950), VI gimnazija (1955). Klasična gimnazija (1956) i Osnovna škola Sedam sekretara SKOJ (1962–78). Napisao: *Skijanje za pionire*, Zagreb 1950, *Škola tenisa*, Zagreb 1954; *Sport u školama*, Zagreb 1954; *Podvodni sportovi*, Zagreb 1958; *ABC skijanja* (sa M. Lancem), Zagreb 1960. Dobitnik brojnih priznanja i nagrada te Trofeja Saveza za fizičku kulturu Hrvatske (1965) i Majske nagrade Republičkog sekretarijata za prosvjetu, kulturu i fizičku kulturu SRH (1967).

**Heruc**, Predrag (1926–45), svestrani sportaš; pionirski pobjednik u brzijskom klizanju (Za-

greb, 1932), omladinski skijaški reprezentativac. Član HŠK Concordia (atletika), HŠK GEC Sparta (rukomet) i SK Marathon (skijanje). Član SKOJ, od 1943 borac NOR; poginuo kao komesar poručnik u Karlovačkoj brigadi 34. divizije. Po njemu je nazvano memorijalno natjecanje u alpskom skijanju i Poduzeće za proizvodnju i prodaju tekstilne konfekcije i sportskih potrepština »Sport Heruc« u Zagrebu.

**Heruc**, Vladimir (1897–1945), dipl. pravnik; sok. prednjak (otac Nenada i Predraga). God. 1920–28 podučavao gimnastiku u križevačkoj gimnaziji i učiteljskoj školi; 1944 uhapšen od ustaša kao povjerenik Narodne pomoći za Hrvatsku i ubijen.

**Herz**, Wilhelm (1912), njem. motociklist; oborio 3 apsolutna brzinska SR i 31 SR u raznim klasama; vozio motocikle NSU.

**Herzog**, Maurice (1919), franc. alpinist, poznat po usponu na Anapurnu 1950 (zajedno s L. Lachenalom), prvom usponu na vrh od 8000 m u povijesti alpinizma. Poslije je bio drž. sekretar za omladinu i sport Francuske.

**Hesketh**, engl. automobilistička tvrtka; osnovao ju je 1973 lord A. Hesketh; sudjelovala na utrka u kategoriji formula 1; osvojila GP Nizozemske s vozačem J. Huntom i modelom H.-Ford 308; rasformirana 1977.

**het trik** (engl. hat trick), tri uzastopna uspjeha postignuta od jednog natjecatelja ili ekipe u sp. natjecanju. Upotreba ovog izraza potječe vjerojatno iz kriketa, gdje označuje uspjeh igrača koji je s tri uzastopne lopte izbacio iz igre tri udarača, za što je ranije dobivao na dar šešir (engl. hat). Izraz h. t. se koristi u nogometu i hekoju da bi označio uspjeh igrača koji je u jednoj igri postigao tri zgoditka ili da bi označio tri uzastopne pobjede jedne ekipe. Izvorno je h. t. označavao samo tri zgoditka postignuta od jednog igrača u toku jednog poluvremena, a da nije između toga bilo koji drugi igrač potigao zgoditak. U konjičkom sportu h. t. označava uspjeh džokeja koji je na tri uzastopne utrke jahao pobjedničkog konja, ili uspjeh džokeja koji je tri god. za redom pobjedio na jednoj od tradicionalnih godišnjih utrka. U automobilizmu h. t. postiže vozač koji u jednoj zemlji u istoj kategoriji postigne tri uzastopna uspjeha.

**heterodokсни problem**, šah; problem čije rješenje zahtijeva odstupanje od pravila šah, igre FIDE.

**heterogene rokade**, šah; izvođenje rokada na suprotne strane (jedan igrač izvodi rokadu na veliku, a drugi na malu stranu).

**Hetoimokles** iz Sparte (—VII—VI st.), sin Hipostenesa, rvač, četverostruki pobjednik na OI (—600—584).

**Hewitt**, Bob (1940), teniski reprezentativac, koji je 1964 emigrirao u Južnoafričku Republiku, koju zastupa u Davis Cupu 1965–69. Pobjednik u Wimbledonu u igri parova 1962, 1964, 1967, 1972 i 1978, te u igri mješovitih parova 1977 i 1979; pobjednik na Međunarodnom prvenstvu Australije u igri muških parova 1963–64 te u igri mješovitih parova 1961; na Međunarodnom prvenstvu Francuske u igri parova 1972 i mješovitih parova 1970 i 1979.

**Hexner**, Ladislav (1915–74), stolnoteniski reprezentativac, višestruki prvak Jugoslavije; nastupio na svim predratnim PS. Istaknuo se kao organizator, propagator i savezni kapetan reprezentacije. Djelovao u Somboru i Zagrebu. Od 1941 živio u Boliviji.

**Heydušek Cup**, stolni tenis: prelazni pehar koji se od 1948 dodjeljuje pobjednicima na PS u natjecanju mješovitih parova.

**Heydušek**, Zdenek (1897–1973), čehosl. inž., utemeljitelj čehosl. stolnog tenisa i jedan od osnivača ITTF; darovatelj pehara za Heydušek Cup.

**hidari shizentai** (jap.; lijevi prirodni stav), džudo: osnovni stav za borbu kod kojeg je natjecatelj u raskoračnom stavu, a trup u blagom preklonu. Uz taj stav najčešće se koristi lijevi gard.

**Hidegkuti**, Nandor (1922), mađ. nogometni reprezentativac sa 68 nastupa u vremenu od 1946 do 1957; napadač, povučeni centarfor; član ekipe koja je 1952 pobijedila na OI i bila druga na PS 1954. Kasnije trener FC Benfica, Lisabon.

**hidrodinamički šok**, lov: učinak strelovitog (razantnog) zrna koje kod divljači izaziva brzu smrt; udarna brzina ulaska taneta u tijelo, od najmanje 750 m/sec, izaziva pulzaciju tkiva, odn. hidrodinamičko djelovanje na živčani sustav, od kojega divljač trenutno umire.

**hidrojedrilica**, amfibijska zračna jedrilica, čija konstrukcija omogućuje iskorištavanje povoljnih aeroloških uvjeta koji vladaju na granici kopna i većih vodenih površina (mora). Trup joj je oblikovan tako da osigurava plovnost na vodi, a omogućuje i polijetanje i slijetanje na kopnu i vodi.

**hidrozmaž**, letjelica s plovkama klase O koja se može spustiti na vodu i poletjeti s njezine površine.

**Hiebeler**, Toni (1930), planinarski publicist u Münchenu, urednik časopisa Alpinismus (1963–73). Penjač u sjv. Americi, Pamiru, Kavkazu, Himalaji; 1961 izveo prvi zimski uspon sjv. stijenom Eiger. Napisao više od 30 planinarskih knjiga, među kojima je najpoznatija *Leksikon Alpa* (*Lexikon der Alpen*, 1977).

**Hieber**, Willy (1911), boksački trener i nastavnik Visoke škole za tjelesni odgoj (zap. Berlin); višestruki profesionalni prvak Jugoslavije u srednjoj kategoriji, poluteškoj i teškoj (1933–36); od 1949 bio trener boksačke reprezentacije zap. Berlina.

**Highland games** (engl.), nar. igre koje se održavaju u sjv. Škotskoj i drugim zemljama gdje žive Škoti. U programu H. g. su različite tradicionalne sportske discipline (natjecanja u trčanju, trčanje preko prepona, skok uvis i st.), zatim natjecanja u nar. plesovima, sviranju gajdi i povijesnim nar. disciplinama poput bacanja kamena, kladiva, trupaca i sl.

**higijena sporta**, grana sportske medicine koja se bavi proučavanjem uvjeta i provođenjem mjera za čuvanje i unapređivanje zdravlja u sp. aktivnostima. Temelji se na principima i metodama opće higijene uvažavajući specifične uvjete i potrebe sporta. Bavi se problemima lične higijene, higijene okoline, režimom rada i odmora, higijenom ishrane, higijenom sp. objekata i rekvizita i dr. Lična higijena bavi se utvrđivanjem i provođenjem onih higijenskih mjera koje su potrebne čovjeku radi očuvanja i unapređivanja zdravlja. Te mjere prije svega se odnose na čistoću tijela, odjeće i obuće. Higijena okoline propisuje normative za efikasno korištenje prirodnih stimulativnih faktora (sunce, voda i zrak). Higijena rada i odmora bavi se planiranjem redoslijeda rada i odmora u okvirima dnevne, tjedne, mjesečne i godišnje sp. aktivnosti. Higijena ishrane sportaša nastoji programirati kvalitetu, kvantitetu i redoslijed obroka s obzirom na spol, uzrast i opterećenje u treningu. Higijena sp. objekata propisuje normative koji osiguravaju da prostori u kojima se odvija sp. aktivnost budu topli, pravilno osvijetljeni, dovoljno veliki i sl.

**hiji** (jap.; lakat), karate: udarac vrhom lakta.



Hiji