



zunk benne továbbra is nagy szeretettel fogadják ezt tőlünk.

Szeretném pár mondatban összefoglalni, értékelni az elmúlt időszak eredményeit. Jelenleg minden csapatunk befejezte már a bajnokságokat, így a jól megérdemelt pihenőjüket töltik, az edzők és a játékosok egyaránt. Az utánpótlás csapatok edzői a tanítványoknak és a szülőknek egy-egy kellemes délutáni záró program keretében köszönték meg az egész éves kitartó munkát. Két év kihagyás

Tisztelt Kézilabdabarátok, Sportszeretők, kedves Olvasók!

A 2022-es év 2. lapszámát tartják kezükben, mely azt jelenti, véget ért a 2021/2022-es bajnoki szezon. Immár 9. éve töretlenül készítjük el Önöknek a saját kiadványunkat, bí-

után ismét sikerült megszerveznünk klubunk évzáró vacsoráját, mely ismételten jó hangulatban zajlott, méltó módon lezárva a sikeres szezont.

Sok szép eredményt tudhat magának egyesületünk minden korosztályban, a legkisebbektől egészen a felnőttéig. Az idény elején kitűzött célokat és elvárásokat nagy százalékban sikerült elérni. Ez egyaránt vonatkozik a felnőtt, a serdülő és a gyermek csapataink egész éves remek szereplésére is, még ha természetesen kisebb-nagyobb megintások, hullámvölgyek elő is fordultak

Gratulálok minden korosztályunknak az elért eredményekért!

Az évad lezárásával nem történtek jelentős személyi változások klubunk szakmai stábjában, edzőink a következő évben is folytatják megkezdett munkájukat. A felnőtt együttesünk gerince együtt

marad, távozók mellett új igazolások is várhatóak, melyek a későbbiekben kerülnek bemutatásra. Továbbra is Padla József edző vezetésével várunk neki a következő szezonnak. Bízom benne, hogy eredményesen, sikeresen tudunk szerepelni a következő évadban, a megújult bajnoki rendszerben.

Lezajlott a X. Kézilabdaturban is, melyre nagy örömünkre 58 óvodás és kisiskolás fiú gyermek jelentkezett. Nagy öröm számunkra, ha már ilyen fiatal korban érdeklődnek a kézilabdázás iránt.

Köszönjük szépen a támogatást szurkolóinknak, támogatóinknak és reméljük, hogy hamarosan ismét együtt szurkolhatunk Csapatainknak!

Kellemes nyarat és nagyon jó egészséget kívánok Önöknek!

Hajrá BFKC, hajrá Békés!

Nagy Richárd ügyvezető

A felnőtt csapat teljesítette a kitűzött célt

Az Optimum Solar-BFKC felnőtt együttesének célja az év elején az volt, hogy az alapszakaszban a tabella első 5 helyének valamelyikén végezzen és ezáltal a felsőházi rájátszásba kerüljön. Ezt sikerült is teljesíteni, így a tavaszi folytatásban a korábbiaknál is színvonalasabb mérkőzéseket láthattunk. Sajnos a szezon végére példátlan sérüléshullám sújtotta a gárdát, melynek következtében több szoros mérkőzésen maradt alul, de így is az értékes 7. pozícióban zárta a bajnokságot.

A felsőházbba jutással biztosította alakulatunk a jövő évi egycsoportos NB I/B-s bajnokságban való szereplést. Öröm, az örömben, hogy a sérülés miatt hiányzó pótlására az utolsó néhány találkozón több tehetséges utánpótlás korú játékos is lehetőséget kapott a felnőttek között, akik szépen megállták a helyüket, bátor játékkal és gólokkal köszönték meg a kapott játékidőt.

Padla József vezetőedzőt kértük, hogy értékelje csapata szereplését:

– Gratulálunk az elért eredményhez! Hogy értékeled a csapat szereplését az eltelt bajnokságban?

– A bajnokságot érdemes két részre bontani, hiszen volt egy alapszakasz, ahol minden mérkőzésen az első pillanattól kezdve komoly nyomás alatt játszottunk. Hazai pályán szinte egész évben sikeresek voltunk, de idegenben is nagyon fontos pontokat szereztünk (Ózdon, Salgótarján és Debrecen). Az alapszakaszban



nyújtott teljesítményünkkel – a két utolsó hazai mérkőzést kivéve – elégedettek lehetünk, hiszen több magabiztos győzelmet is arattunk, ezáltal elegendő pontot gyűjtöttünk.

– A felsőházi rájátszásban sikerült a tervezett elvárásokat teljesíteni?

– A felsőházban más emócióval játszottak a csapatok, így mi is. Próbáltuk a motivációt magasan tartani a játékosokban, egy mérkőzést leszámítva úgy vélem ez sikerült is. Az első kör végén még volt esélyünk a dobogót elérni, de erről végül sajnos lecsúsztunk, melyhez az ismert körülmények is hozzájárultak. Jó volt látni, hogy a bajnokság legerősebb csapatai ellen is felvettük a versenyt.

– A bajnokság végén többeknek mérkőzéseket kellett kihagyniuk sérülés miatt, így extra

terhelést kapott néhány játékos. Mit tudhatunk az ő állapotukról, illetve mennyire komolyak ezek a sérülések?

– A csapat általánosságban véve jól van, de a hosszú és idegőrlő szezon után ránk fér majd a pihenő. A felsőházi visszavágó mérkőzésekre sajnos elfogytunk, elfáradtak a játékosok, ezek a sérüléseket is hozták magukkal. Szerencsére lesz pár hét amíg mindenki kipihenheti magát, a sérültek felépülhetnek. Kiemelném a békési utánpótlásban végzett szakmai munkát és szeretném megköszönni az edző kollégáknak a segítséget. Volt olyan mérkőzés, ahol 3 ifjúsági és két serdülő korú játékos is pályára lépett, akik jó játékkal és szép gólokkal bizonyították rátermettségüket.

→ Folytatás a 2. oldalon

A felnőtt csapat teljesítette a kitűzött célt

→ Folytatás a 1. oldalról

– A bajnokság véget ért. Meddig lesznek még foglalkozások, levezető edzések?

– A hosszúra nyúlt szezont a június 17-én tartandó záróvacsorával fejezzük be, addig levezető edzéseket végzünk, nyilván a korábbiakhoz képest kevesebb edzésszámmal és csökkentett terheléssel.

– A jövőt illetően körvonalazódik már a programotok? Előreláthatólag mikor álltok ismét edzésbe?

– A vezetőikkel dolgozunk egy erős keret kialakításán, hogy jövőre is ütőképes csapata legyen Békésnek. A felkészülést július 18-án fogjuk elkezdni, addig pihennek a játékosok.

– A játékoskeretben lesznek változások? Mennyire lesz más a jövő évi egy csoportos NBI/B-s bajnokság?

– A csapat magja nagyjából együtt marad, igyekszünk komplex fiatalos játékosokból álló keretet kialakítani, hogy motiváltan

vágjunk bele az új összevont másodosztályú versengésbe. A jövő szezont lebonyolítása mérőben más lesz, hiszen a versenykiírás szerint csak alapszakaszt rendeznek oda-vissza vágós rendszerben. Újdonság továbbá, hogy 16 csapat fog találkozni egymással az egész országra kiterjedően, így a nagyobb távolságokkal és a hosszabb utazásokkal is számolni kell majd.

– Köszönjük a válaszokat, jó pihenést kívánunk a csapatnak!

Eredményes bajnoki évet zárt az utánpótlásunk

A Békési FKC korosztályos csapatai szinte kivétel nélkül az I. osztályban szerepeltek a 2021/2022-es szezonban, ahol az ország legjobbjai között mérhetők fel tudásukat, javában NBI-es ellenfelekkel.

A serdülő és ifjúsági együttesünk roppant erős bajnokságokban a középmezőnyben végeztek, az idősebbek a hatodik helyen, míg a fiatalabbak a 9. helyen zárták a szezont.

Az U16-os és U15-ös korosztályban szereplők névsora 1-2 játékos kivételével megegyezett. Előbbiek I. osztályban a 11. helyen végeztek, a gyakran szűkös létszám és a kettős terhelés miatt több alkalommal szoros mérkőzésen maradtak alul. U15-eink már tornarendszerű bajnokságban szerepeltek, ahol az alapszakaszt követően hajszaúnyira az elitől lemaradva a rájátszás alsóházában kerültek, amit jó teljesítménnyel sikerült megnyerniük.

Az U14-esek kiegyensúlyozott és meggyőző játékkal az alapszakasz B csoportjából a második helyen jutottak a felsőházi rájátszásba, ahol végül az 5. helyen zárták a bajnokságot. Az így elért helyezéssel az ország 5. legjobbjaként zártak Cifra Tibor tanítványai.

Edzőjünkkel beszélgettünk, néhány gondolat erejéig.

– Hogyan értékeled a csapatod szereplését a rájátszásban?

– Az országos 5. helyezés azt gondolom nagyszerű eredmény, csak gratulálni lehet érte



a gyerekeknek, valamint Völent Jani kollégámnak is. Az alapszakaszt teljes mértékben elkülöníteném a tavaszi rájátszástól.

Télen a csoport küzdelmeket követően 4 játékosunk távozott, mindannyian alapembernek számítottak. Sajnos ez minőségi visszaesést jelentett és a taktikai variációs lehetőségeink is beszűkültek a folytatásra.

– Visszatekintve a szezonra, sikerült teljesítenie az általa elvártakat?

– Hiányérzetem csak amiatt van, hogy tavasszal nagyon kevés alkalommal villantottuk meg igazán oroszánkörmeinket. Többször éreztem azt a csapaton, hogy a mérkőzések már a pályára lépés előtt eldőlték a fejekben, gyakran kishitűek voltunk. Ennek ellenére a játékosoknak ezeket a mérkőzések is jól szolgálták a fejlődésükért. A legjobbak elleni mérkőzések a hiányosságainkra jobban rávilágítottak, viszont örömteli volt látni, hogy megmutattuk erősségeinket is. Kiemelni külön nem szeretnék

senkit, csapatként jutottunk a legjobbak közé és közösen értük el ezt a szép az eredményt.

– A következő szezonban is folytatjátok a közös munkát?

– Ez a korosztály egyel feljebb lép és ezáltal végleg Völent Jani keze alá kerül, hiszen idén megosztottuk a munkát. Én a következő évben az U13-as és U14-es csapatok felkészítéséért felelek, ahol eddig is megfigyelhető volt, hogy vannak ügyes és tehetséges gyerekek. Szeretnénk

a következő idényben is az első osztályban indulni, ehhez azonban szükséges a csapatban szereplő játékosok létszámát bővíteni. Nagyon hosszú, küzdelmes és fárasztó szezonon vagyunk túl. A játékosok, az edzők és a szülők számára is jön egy kis pihenőidő, ehhez kívánok mindenkinek kellemes és hasznos időtöltést, jó kikapcsolódást a nyárra. Hajrá Békés!

A fiatalabb korosztályokban régió szinten zajlottak a küzdelmek. Az U12-es korosztály alatt már hivatalos eredmény megállapítás sem történt, a legfontosabb itt a sportág gyerekekkel való megszerettetése, a kézilabdázás alapjainak megtanulása. A korosztályos edzői beszámoló alapján elmondható, hogy hétről hétre szorgalmasan edzettek a gyerekek, szépen nyomon követhető volt a fejlődésük és ezáltal eredményesen zárultak a mérkőzések is.

Lassan minden csapat lezárja a kézilabdás évet és elkezdődik a nyári szünet a gyerekeknek.

TÁMOGATÓINK



Békés Város
Önkormányzata



OPTIMUM
SOLAR



GEMMA CÉGCSOPORT



BÉKÉSI ÁLTALÁNOS ÉPÍTŐIPARI BT.
2005



Magyar Pünkösdi Egyház
Országos Cigánymisszió



BAGOLY
VENDEGLŐ



X. Kézilabda Tábor

Június 20. és június 24. között került megrendezésre a jubileumi tábor a Békési Városi Sportcsarnokban, melyet immáron tizedik alkalommal szervezett kézilabda klubunk. A korábbi évekhez hasonlóan idén is nagy volt az érdeklődés az óvodások, és kisiskolások körében, így nem meglepő módon 2022-ben indult el a legnagyobb létszámú kézitábor.

Az idén 58 fő jelentkezett az egyhetes napközi rendszerű eseményre. A résztvevő gyerekek a kézilabda edzések mellett házi „exatlon” pályákon kialakított sorsversenyeken, kézműves foglalkozásokon vettek részt, a nagy létszám miatt több kisebb csoportra osztva. Mindezek mellett egy kis strandolás is beleért a programba a Békési Uszodában, amely után egy finom fagy elfogyasztása következett az egyik helyi cukrászdában,

A hagyományoknak megfelelően a pénteki zárónap folyamán ismételt nyílt foglalkozásokat tartott a klub, ahova szeretettel várták a szülőket is, akik beállhattak gyermekeik közé akik ezáltal visszaemlékezhetek saját gyermekkorukra is.

– Óriási öröm számunkra, hogy ennyire sikeresen zajlott le az idei táborunk. Pénteken én is jelen voltam a foglalkozásokon, beálltam a gyerekek közé. A szülői visszajelzések alapján egy nagyon jó hetet tudhatunk magunk mögött, rengeteg pozitív visszajelzést kaptunk a szülők részéről, a gyerekek mindennap élménnyel gazdagodva térhettek haza. Ezúton is szeretném megköszönni kollégáimnak, hogy ilyen lelkesen végezték munkájukat egész héten – nyilatkozta Nagy Richárd ügyvezető.

Köszönöm a munkát!

A szokásos évadzáró vacsorára nagy megtiszteltetésként fogadtam a meghívást, örömmel vettem részt rajta, és természetesen nagyon jól éreztem magam. Már ott megfogalmazódott bennem pár gondolat, amit szeretnék megosztani önökkel.

Valami befejeződött, valami új kezdődik, szoktuk sűrűn mondani. Igen, valóban egy évadnak van vége és a nyári szünet után új idény indul majd el. Ennél jóval fontosabbnak érzem azonban, hogy inkább valami folytatódik, folyamatos, csak éppen a megszokott állomások, szakaszok tarkítják. Így lehetne a mostani nyári szünet egy ellenőrző- vagy frissítőpont, esetleg inkább a mi sportunkhoz közelebb állóan a végtelen számú félidei szünet feltöltődése, erőgyűjtése.

A végre szokásos formában megtartható évadzáró is azt mutatja, hogy a kényszerű szünetek, korlátozások után mindig visszatérnek azok a dolgok, amik fontosak, szükségesek. A megszokott, „bevált” dolgokat meg kell tartanunk. Ezt kell kiegészítenie az újításoknak, fejlesztéseknek. A másik fontos dolog, hogy szembesülhetünk azzal - amit mi közelállók mindig is tudtunk -, hogy mekkora CSAPAT állt és áll az elért eredmények mögött. A nagybetűs írásmód egyrészt a tisztelet jele, másrészt arra utal, hogy milyen széleskörű és sokrétű munka szükséges a végcél eléréséhez. Azt gondolom, éppen ez, s ennek az összehangolt módon történő megvalósulása alapozza meg a sikereinket. A játékosoknak, edzőknek, segítőknek, és nem utolsósorban a támogatóknak a helyszínen tol-mácsolt köszönet-nyilvánítások az én szívemből és meggyőződésemből is szóltak. Mégegyszer köszönök mindent mindenkinek!

Mint ahogyan azt is kívánom, hogy az említett „szünet” hozza el mindenkinek a kívánt kikapcsolódást, az aktív pihenést. Ez egyben jelentse azt a feltöltődést, ami a folytatáshoz adja meg a szükséges erőt és kitartást. Ez alapján reménytelen bizakodással vághatunk bele az immár új formában zajló elkövetkező bajnokságba is.

Közös eredményeink - mind a városé, mind a klubé - közé tartozik, hogy a tárgyi feltételeink is folyamatosan újulnak, bővülnek. Legutóbb a nyílászárók cseréje vált teljessé. A nyári szünet napjaiban a kazáncsere és a fűtőkorszerűsítés valósul meg. Az eddigi munkákkal szinte teljeskörűen újulhatott meg a „rég” csarnok épülete és berendezései. Nem véletlenül írtam a régi szót, hiszen régi vágyam teljesül vagy teljesült a napokban, amikor végre átadásra kerülhet az új munkacsarnok, mely a kézilabdacsarnok mellett a város széleskörű sportolási igényeit fogja kiszolgálni. A vezetésem ideje alatt elkezdett, majd az azt követő munka gyümölcse végre beért, melynek országos elismerése ez a sportlétesítmény.

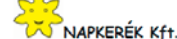
Hiszek abban, hogy éppen ez a folyamatos és összehangolt, ugyanakkor önzetlen és egymást segítő munka miatt biztosított sportágunk jövője és sikeres működése.

Hajrá BFKC, hajrá Békés!

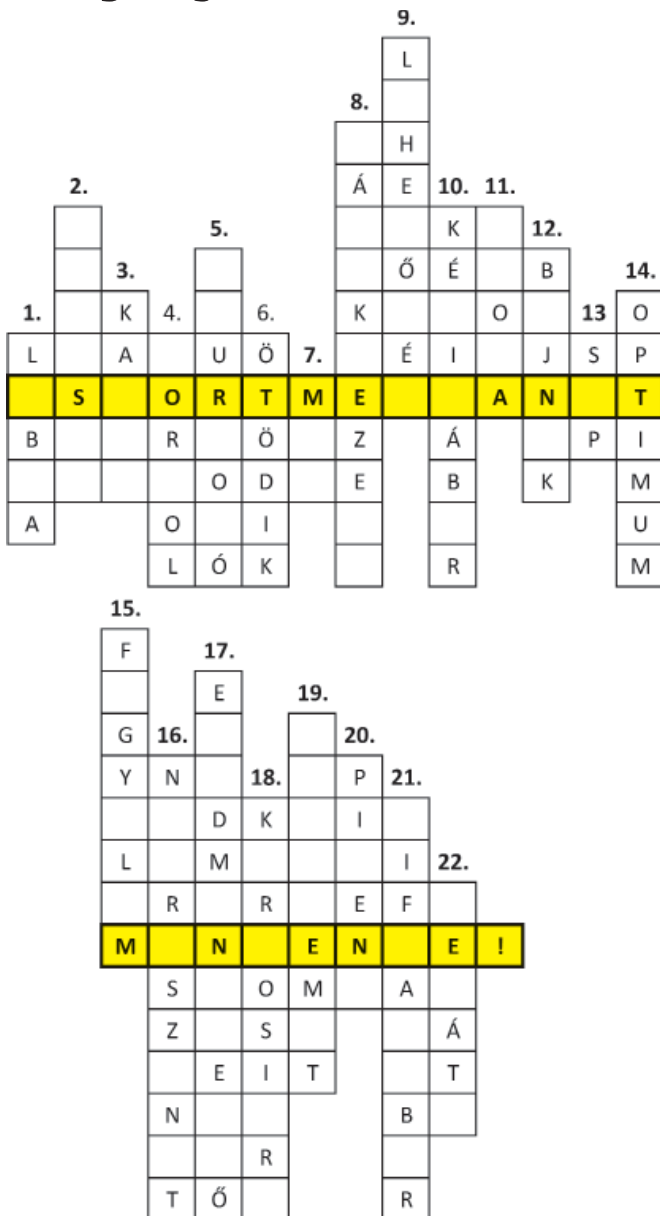


Polgár Zoltán
Békés Város alpolgármestere

TÁMOGATÓINK



Nyerj BFKC-s órát!



1. A játék eszköze; 2. A BFKC mérkőzéseit közvetítő csatorna; 3. A hálóőre; 4. Kihúzó, látatlanban kiválaszt; 5. A mérkőzések alatt a csapatot buzdítja; 6. U14-es csapatunk helyezése; 7. Sport trikó; 8. A mérkőzéseken ők diktálják a szabályokat; 9. Esély; 10. Gyerekeknek napközis foglalkozás nyár elején a BFKC szervezésében; 11. Legfiatalabb korosztály; 12. Első helyezett csapat; 13. Játékvezetők eszköze; 14. A csapat főtámogatója: ...-Solar; 15. Önuralom; 16. Vakáció; 17. A mérkőzés állását mutatja; 18. Békési FKC gyűrója; 19. A serdülő döntő helyszíne volt; 20. Játékosok szünete, nyári ...; 21. Az U14-es csapat edzője, aki az újságban is értékelte a csapat eredményességét; 22. A szurkolók innen nézik a mérkőzést.

Várjuk megfjtéseiket **2022. július 5-ig** e-mailben a ziccerbfkc@gmail.com-re, vagy személyesen is leadható a BFKC-s irodában (5630 Békés, Karacs u. 7. földszint) névvel és elérhetőségekkel ellátva. A megfjtők között egy BFKC-s órát sorsolunk ki!

Tudatos Tippek az Optimum Solartól!

Mit tehetünk annak érdekében, hogy megóvjuk környezetünket? Ez a kérdés sokunkat foglalkoztat manapság, ami köszönhető annak is, hogy a környezettudatos gondolkodás jelenleg trend. Számos nemzetközi és hazai ismert ember hirdeti a változás fontosságát.

Remek dokumentumfilmek mutatják be az aktuális helyzetet, amik a fiatalabb generációk számára is elérhetők. Nem szabad megelégedezni a nemzetközi mozgalmak munkáiról sem, de a lokális, helyi csoportok munkája is jelentősen hozzájárul a figyelemfelhíváshoz és az edukációhoz. A cél hosszú távon az, hogy ebből a trendből a mindennapokat meghatározó alapelv váljon. Vissz térve az első kérdéshez, hogyan is csináljuk ezt, illetve hogyan kezdünk hozzá?

Célszerű kis lépésekkel kezdeni, főként, ha a közvetlen környezetünkben felmerül, hogy a környezettudatos életmód sok lemondással jár. Az induláshoz három egyszerű tanácsot szeretnénk ajánlani.

Írj bevásárlólistát!

Gondoltad volna, hogy a lakossági hulladék nagy részét az ételmaradékok jelentik? Rengeteg élelmiszer végzi a kukába, ami ezzel az egyszerű tippel megelőzhető. Ha egy kis időt szánunk arra, hogy átgondoljuk, hogy mire van szükségünk, elkerülhetjük a felesleges termékek megvásárlását és csökkenthetjük az impulzusvásárlásokat is, ami a környezet mellett a pénztárcánknak is kedvező. A tudatos vásárlás és fogyasztás a tervezéssel és listáirással kezdődik.

Hasznosíts újra!

Az újrahasznosítás célja, hogy termékek és/vagy az alapanyagaik ne váljanak végleg hulladékká és azáltal ne terheljék környezetet. Továbbá az újrahasznosításnak köszönhetően mérsékelhető az új termékek előállítása. Az egész folyamata alapja, hogy a háztartásunkban keletkezett feleslegessé vált termékeket, csomagolásokat szétválogatjuk és külön gyűjtjük.

Milyen anyagú dolgokat lehet újrahasznosítani? Papír és kartondoboz, műanyag, fém konzervdobozok, üveg, és a szerves „zöld” hulladék.

Ha a bevásárlólista írása után is marad élelmiszer felesleg, komposztálj! Ez a lehetőség már lakásokban is megvalósítható, nem szükséges hozzá feltétlenül kert. Kevesebb lesz a szemetesünk tartalma és még értékes humuszt is nyerhetünk vele, amellyel a növényeket táplálhatjuk.

Tedd zöldebbé az otthonodat!

A környezettudatos otthonra jellemző a környezetbarát és fenntartható anyagok használatát. A dekoráció tekintetében a növények, virágok jelentik az egyik legjobb megoldást. A szobanövények nemcsak szépek, hanem segítenek a benti levegő minőségének javításában és a talajukban élő mikroorganizmusok is rengeteg káros anyagot nyelnek el. Az egyik legjobb légtisztító szobanövény a vitorlavirág, azaz a *Spathiphyllum*.

+ 1 tipp: Váltás napelemes rendszerre!

Otthonainkban egyre több eszköz működik elektromos árammal, melyek nélkül jelenleg el sem tudnánk képzelni a mindennapi életünket. Az áramot előállíthatjuk környezetbarát módon is a napenergia hasznosításával, aminek köszönhetően a gyermekeink számára is értéket teremtünk.

Az Optimum Solar-nál hiszünk abban, hogy a megújuló energia hasznosítása nem csak környezettudatos szempontból kiemelkedő, hanem jó befektetés és hosszú távon biztosítja az energiaellátást a családok és a vállalatok számára egyaránt.

Szeretnél többet megtudni a környezetbarát megoldásokról vagy éppen lenulláznád villanyszámládat? Nézz körül a www.optimumsolar.hu honlapon és kérd díjmentes ajánlatunkat már ma!



Nemzeti
Együttműködési
Alap



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR
Alapkezelő Zrt.

A kiadványt a Békési Kézilabdázásért Alapítvány a Nemzeti Együttműködési Alaphoz benyújtott nyertes pályázatából valósította meg.