



Ziccer!

Ne hagyd ki! A Békési Férfi Kézilabda Club hírei első kézből.



történeteiről.

Felnőtt csapatunkban az őszi időszakhoz képest szerkezeti változás nem történt, jelenleg az összevont NBI/B-ben ötödik helyen áll. A sok elvégzett munka beérni látszik. Hazai pályán tíz mérkőzésből nyolcat ponttal vagy pontokkal abszolváltunk. Idegenben a bajnokesélyes Eger otthonában döntetlent értünk el, de nagyon fontos győzelmeket is tudhatunk magunk mögött. A rutinosak mellett az utánpótlásból

Tisztelt Kézilabdabarátok, Sportszeretők, Kedves Olvasók!

Már megszokhatták, hogy a tavasz beköszöntével a Ziccer újabb lapszámával jelentkezünk. Engedjék meg, hogy beszámoljunk az elmúlt időszak

felkerülő játékosok is szépen megállják a helyüket. Csapatunk átlag életkora 23 év, melyben több serdülőkorú játékosunk is szerepet kap. Ezúton is szeretném megköszönni mindenkinek a szavazatokat, amivel csapatunk kiérdemelte „Az év sportolója” díjat férfi csapat kategóriában.

Az utánpótlás csapataink szépen dolgoznak a közös sikerekért, tizenkét korosztályban versenyzünk. Hadd emeljem ki az U18-as gárdát, akik nagy csatában vannak az FTC és a PLER-Budapest ellen a legjobb négy közé jutásért. Bízom benne, hogy számukra májusban nem érnek véget a küzdelmek.

A legkisebbek is megkezdtek a szereplést az U8, U9 bajnokságokban. Örömteli, hogy az első küzdelmeknek Békés adhatott

otthont, melyben 37 csapat, több száz gyermek és szülő vett részt. Ebben a korosztályban nagyon fontos a mozgás és a sport iránti kötődés kialakítása. Jó volt látni a sok tehetséges gyermeket.

Sok kihívás és feladat előtt állunk az elkövetkezendő időszakban. Nagyon fontos mérkőzések várnak ránk, a jövő évi kereitünket ki kell alakítanunk, de készülünk a nyári táborunkra is.

Remélem, az elkövetkezendő időszakban is minél többen kilátogatnak a mérkőzéseinkre és biztatják csapatainkat.

Ezen gondolatokkal kívánok jó olvasgatót a következő számunkhoz!

Hajrá Békés, hajrá BFKC!

Nagy Richárd ügyvezető

A LEGJOBB FÉRFICSAPAT:

Optimum Solar-Békési FKC

Ünnepélyes keretek között március 7-én adták át a Békés Megyei Hírlap és a Beol.hu hírportál által életre hívott „Az év sportolója” és „Az év embere” szavazás díjait a gyulai Almásy-kastély Stefánia-szárnyában. Az Optimum Solar-BFKC felnőtt csapat nyerte el a 2022-es év legjobb férfi csapata címet.

A díjátadón részt vett a felnőtt csapatunk tagjai mellett Nagy Richárd ügyvezető és Padla József vezetőedző is.

A Békés Megyei Hírlap rendezvénye közel fél évszázados múltra tekint vissza.

„Az év sportolója” és az idén 16. alkalommal megrendezett „Az év embere” verseny szervezői pontosan azokat a példamutató Békés vármegyei polgárokat kutatják fel, akik sokat tesznek közvetlen környezetükért, embertársaikért, erősítve ezzel közösségünket. – mondta el a megnyitón Gyula polgármestere, dr. Görgényi Ernő.

Dr. Kovács József országgyűlési képviselő beszédében idézte Hemingway gondolatát, amely szerint „A sport megtanít becsületesen győzni vagy emelt fővel veszíteni. A sport tehát mindenre megtanít”. Kitért arra is, hogy az év emberei jöttek között idén

is remek egyéniségeket ismerhettek meg az érdeklődők.

– A sport nagyon fontos része az életünknek – tette hozzá. – Magyarországot nem véletlenül nevezik sportnemzetnek, a sport az egyik olyan terület, amelyen keresztül a világ megismer minket – jegyezte meg az országgyűlési képviselő.

Remek hangulatban telt el a díjátadó, amelyen a csapat tagjai átvették a díjat.

– Nagy elismerés ez számunkra és pozitív visszajelzés arra a munkára, amit klubunk már évek óta folytat, büszke vagyok a csapatra – nyilatkozta Nagy Richárd ügyvezető.



Felnőtt csapatunk továbbra is az élmezőnyben

Az Optimum Solar-BFKC felnőtt csapata az NBI/B-s bajnokságban továbbra is az előkelő 5. pozíciót foglalja el.

A tavasz folyamán remekül szerepelt a csapat, 2 győzelem mellett 2 döntetlen és 1 vereség az eddigi mérleg. Magabiztosan sikerült nyerni Ajkán és hazai környezetben a Balatonfüred ellen. Győzelemmel felérő döntetlennel zártunk a bajnokaspiráns Eger otthonában és a jó játékerőt képviselő Debrecen ellen. Csupán egy hibapont csúszott be, amikor is egy végig kiélezett mérkőzésen a legminimálisabb különbséggel maradtunk alul a Szigetszentmiklós otthonában.

Padla József vezetőedzőt kérdeztük a csapat eddigi teljesítményéről.

– Gratulálunk az eddigi eredményekhez és a tabellán elfoglalt 5. helyezéshez. Hogyan értékeled az eddig látottakat?

– Köszönjük szépen a gratulációt, túl vagyunk a tavaszi mérkőzések egyharmadán. Nagyon kiélezettek a találkozók, szinte nűanszokon múlnak a végjátékok, óriási küzdelem folyik a pontokért. A tavasszal lejátszott öt mérkőzés tekintetében elégedettek lehetünk és dicséretet érdemelnek a srácok, hiszen 6 pontot szereztünk úgy, hogy három mérkőzést játszottunk idegenben.



– Sikerülhet megőrizni a bajnokság végéig ezt a pozíciót?

– Egyre éleződnek a mérkőzések, a feljutásért küzdők nem hibázhatnak, mert szoros az élmezőny. A kiesés előtt menekülők pedig élet-halál mérkőzéseket játszanak, hogy elkerüljék az utolsó három helyet. Gyakoriak a meglepetéseredmények és nincsenek előre lefutott meccsek. Öt hazai és öt idegenbeli mérkőzést kell még lejátszanunk, amelyeken szeretnénk minél eredményesebben

szerepelni. Kiemelten kell összpontosítanunk, hogy a hazai mérkőzéseinkre maximálisan felkészüljünk és mindent beleadjunk a közönség és a támogatóink előtt a győzelemért. Amennyiben idegenben is taktikus és fegyelmezett kézilabdát játszunk, úgy elegendő pontot tudunk szerezni ahhoz, hogy teljesítsük a kitűzött célokat és megőrizzük a pozíciókat a közvetlen élmezőnyt követve.

– Köszönjük, további sok sikert kívánunk a csapatnak!

U8-U9: mindkét korosztály remekül helytállt

Március közepén a Békés Városi Sportcsarnok adott otthont a Békés Vármegyei Kisiskolás Bajnokság egyik játéknapjának. Az Optimum Solar-Békési FK több csapattal vett részt a küzdelmekben, így minden gyermeknek lehetősége volt pályára lépni, és élvezhették versenyrendszerben a kézilabdázást, nagy örömet okozva ezzel a szép számmal kilátogató szülőknek és rokonoknak.

Varsandán Áron és Csige Norbert edzők vezetésével ügyesen szerepeltek a gyerekek, ezáltal sok pozitív élménnyel zárva a napot.

– Az egyesületen belül a Szegedi Kis István Református

Gimnázium, Technikum, Általános Iskola, Óvoda és Kollégium alsósai és a Dr. Hepp Ferenc Általános Iskola tanulói vettek részt a megyei szövetség által rendezett első

fordulóban, amely hazai környezetben került lebonyolításra. Az U8-U9-es korosztályban is két-két csapattal vettünk részt. Mindkét korosztályban remekül szerepeltek, sokan életük első mérkőzésein vettek részt. Az eredmény ebben a korosztályban nem kerül megállapításra, egy ilyen esemény után mindenki győztesnek vallhatja magát. Sajnos többen betegség miatt hiányoztak, de bízunk benne, hogy legközelebb már velük kiegészülve szerepelhetünk a következő játéknapon. További sok sikert kívánunk nekik! Hajrá BFKC!!! – nyilatkozta Varsandán Áron.

Gratulálunk a csapatoknak és edzőiknek!



Békés Város
Önkormányzata



OPTIMUM
SOLAR



Csaba Center



U18: Harc a döntőért

Majdnem tökéletes mérlegének köszönhetően harcban áll az országos négyes döntőbe kerülésért az első osztályú fiú kézilabda-bajnokság keleti csoportjában az Optimum Solar-Békési FK U18-as alakulata.

Szoros verseny van az U18-as élvonalbeli fiú kézilabda-bajnokság élmezőnyében. Az élvonal trióban ott van a listavezető PLER-Buda-pest, amely a jelenlegi szezonban mindössze egyszer veszített. Őket a második helyen álló Ferencváros követi, amely egy mérkőzéssel többet játszva tizenhárom győzelme mellett két alkalommal szenvedett vereséget. A dobogó harmadik fokán az Optimum Solar-Békési FK U18-as csapata található, amely a veszített pontokat tekintve a második legjobb mérleggel rendelkezik. Tar Bence vezetőedző tanítványai tizenöt fellelépésükből tizenhárom győzött be mindkét pontot, egyedül a listavezető ellen veszítettek pontokat.

A bajnokság előtt célként azt fogalmaztuk meg, hogy a lehető legjobb helyen végezzünk a tabellán; az előző évekhez képest a csapat magja együtt maradt, a játékosok közül a legtöbbben már évek óta együtt kézilabdáznak. Ez jelenti talán a legnagyobb erősségünket, rendkívül egységes a társaság. Az őszi szezon előrehaladtával egyre inkább érezték a srácok, hogy ott a helyük a legjobbak között, mostanra pedig már egyértelmű a cél: ott akarunk lenni az évadvégi négyes döntőben, amihez a keleti csoport első két helyének valamelyikén kell végeznünk. A következő hetekben fontos összecsapások következnek, a PLER és a Ferencváros otthonában is várnak ránk mérkőzések, de bízom a jó folytatásban – fogalmazott Tar Bence a csapat edzője.

A korosztályos együttes tagjai közül többen az NB I/B 5. helyén álló felnőttcsapatban is szerepet kaptak már.

Közös az érdem az eddigi eredmények elérésében, ám vannak olyan játékosaink, akiknek a teljesítménye elengedhetetlen volt a győzelmek megszerzésében. Kovács Rajmund és Kovács Szabolcs teljesítménye például ilyen, rájuk már a nagyok között is számítanak. Fontos az eredmény is, ám klubszinten a legfőbb cél, hogy minél hamarabb a lehető legtöbb saját nevelésű kézilabdázót építsük be a felnőttcsapatba – nyilatkozta Tar Bence.



Féldíőben

Amikor ezeket a sorokat írom, picivel a féldíő után jár az NB1/B-s férfi kézilabda bajnokság, és csapatunk, a BFKC, stabil teljesítményt nyújtva, számos bravúros eredményt elérve, az előkelő ötödik helyen áll a tabellán.



Egykori játékosként és klubvezetőként most is mindig bennem van a druk, amikor csapatunk a pályára lép, mindig ott van az izgalom, ott van a szurkoló, pont úgy, mint évekkel ezelőtt. Vannak dolgok, amelyek sosem múlnak el.

Egy-egy klubot mindig a felnőtt csapat sikerei vagy kudarcai jellemzőnek leginkább, a legtöbb drukker számára mindig a pontvadászatban elfoglalt hely áll a középpontban, azonban itt Békésen ennél mindig egy kicsit többről is szó van. Élmezőnyben szereplő csapatunkban ugyanis kilenc saját nevelésű játékos szerepel, olyan fiatalok, akik itt kezdték a kézilabdát, akik itt ismerkedtek meg a játék alapjaival, itt építették fel magukat edzőik és szorgos munkájuk segítségével. Úgy gondolom, hogy ez legalább olyan fontos, mint a tabella vagy egy-egy eredmény. Ne feledjük, a legfelsőbb osztályban tizenhárom csapat szerepel, így szigorúan a számoknál maradv az azt is jelenti, hogy a BFKC, amelyben 23 év az átlagéletkor, ott van Magyarország húsz legjobb férfi kézilabdacsapata között. S teszi mindezt úgy, hogy a legtöbb helyen, a vetélytársaknál, igazodva az idők szavához, főként idegenlégiósokat alkalmaznak. Viszonylag kevés hely, kevés település van, ahol olyan mértékben építenek a saját nevelésű tehetségekre is, mint nálunk. Nem titok, hogy ebben gazdasági szükségességek is szerepet játszanak, de klubunk filozófiája már régen az utánpótlásra épül. Nagyon régen arra törekszünk, hogy segítsük a tehetségek kibontakozását, segítsük őket abban, hogy a lehető legteljesebb karriert fussák be. Ennek is köszönhető, hogy hazánkban a békési az egyik legsikeresebb utánpótlás-nevelő bázis.

A fiatalok mellett, hogy megteremtik a lehetőséget saját maguk számára, példát és mintát adnak a következő nemzedékeknek, hogy igenis érdemes dolgozni, hajtani az edzéseken, mindent megtenni a sikerért. A helyzet nem egyszerű, hiszen előbb a pandémia, majd a háború következtében kialakult gazdasági helyzet alapvetően nyomja rá a bélyegét a mindennapokra. A nehézségek pedig talán a térségünkben még inkább jelentkeznek, mint más régiókban. Ezért is elismerésre méltó, amit a klub végez, amit a csapat hátról hétére letesz az asztalra. A rengeteg munkának, az alázatnak és a szorgalomnak köszönhetően vagyunk versenyben a legjobbakkal is.

Nagyon köszönöm a csapatnak, és mindenkit arra ösztönöznék, hogy legyen ott a BFKC mérkőzéseim, biztassa játékosainkat!

Hajrá Békés! Hajrá BFKC!

Polgár Zoltán, Békés város alpolgármestere

TÁMOGATÓINK



Ne csak a LED lámpában gondolkodjunk

Talán kevesebbet írnak róla az újságok, de a havi számlákban egyértelmű, hogy az energiaválság továbbra is itt van velünk. Habár enyhébb volt a tél és már-már itt a tavasz, hosszútávon gondolkodva érdemes mérlegelni, hogy az energiafelhasználást miként lehet csökkenteni. Ez nemcsak azért fontos, hogy kevesebb rezsit fizessünk, hanem azért is, mert ezzel az ország energiafüggetlenségét is segítjük, valamint környezetünket is védjük. Sok helyen olvasni, hogy a legolcsóbb és legtisztább energia a fel nem használt energia: ez kiegészíthető azzal, hogy a megújuló energia ugyancsak az egyik legtisztább és idővel a legolcsóbb is lesz.

Az energiahatékonyság lényege a hétköznapiakban az, hogy kevesebb energia fogyasztása mellett nem nagyon változik a mindennapok során megszokott kényelmünk – ez azt is jelenti, hogy ugyanazt a mennyiségű energiát más vagy kevesebb energiaforrás felhasználásával érjük el.

Mit tehetünk azért, hogy energiahatékony legyen a háztartásunk? A következőkben ehhez adunk tippeket!

1. „A” ENERGIAOSZTÁLYÚ BERENDEZÉSEK

A fűtésen kívül (mert Magyarország az unión belül is nagyon magas gázfűtéses aránnyal rendelkezik), kis túlzással, szinte minden árammal működik. Ha ezeket az eszközöket szisztematikusan mindig a legjobb vagy nagyon jó energiaosztályúra cseréljük, máris sokat tettünk azért, hogy kevesebbet fogyasszunk.

2. A „KÉSZENLÉTI ÜZEMMÓD” VÉGE

Nem is gondolnánk, de egy konnektorban hagyott telefontöltő, egy stand-by üzemmódban lévő TV és más elektromos berendezések, amelyek nem lettek kikapcsolva, egy háztartás teljes áramigényének akár 15%-át is kitehetik. Egyes becslések szerint az unióban a készenléti üzemmódban hagyott készülékek két paksi atomerőmű termelésének megfelelő mennyiségű energiát fogyasztanak egy évben.

3. LED-LED-LED

A világítás köztudomásúlag nagyon sok energiát használ, ezért kulcsfontosságú az, hogy lehetőleg minden világítóttest és izzó LED legyen: nemcsak sokkal kevesebb energiát igényel, de hosszabb az élettartamuk is.

4. ZÁRD EL A CSAPOT!

Nemcsak a villannyal érdemes spórolni, de a vízzel is. És ez a kettő össze is kapcsolódik: ha a kádban fürdés helyett zuhanyozunk, ha nem folyóvízzel mosogatunk, ha alacsonyabb hőfokon mosunk, akkor azzal is energiát spórolunk, nem is keveset.

5. TEKERD LEJEBB A TERMOSZTÁTOT!

Ez a tanács is szerepel természetesen az energiaspórolást segítő lépések között, de jó tudni, hogy ennek hatékonysága attól is függ, milyen az épület szigetelése. Mert ha rossz, akkor sokat nem érünk vele.

A szigetelés kulcsfontosságú az energiahatékonyság kérdésében, ezáltal egy komolyabb beruházás nagyon nagy mértékben segítheti az energiahatékonyság elérését. Ugyancsak ilyen beruházás a napelemes rendszer is, hiszen a teljes függetlenséget és önellátást a megújuló energiák, azon belül is a napelemes rendszerek jelenthetik.

Miért érdemes ebben gondolkodni és hosszú távon ezzel tervezni?

• MERT ÉRTÉKNÖVELŐ BERUHÁZÁS

Most az energiaválság időszakában, de később is értéket jelent, növeli az ingatlan értékét, hiszen szemben más ház- és lakástípusokkal, ez a jövőt jelenti. Nem véletlenül írta elő az uniós napelem-stratégia is, hogy az újonnan épülő házak esetében kötelező lesz a napelemes rendszer telepítése.

• MERT A JÖVŐBEN TOVÁBB FEJLESZTHETŐ

A jövő a megújuló energiáé és a családi házak és lakások esetében is, csak idő kérdése, hogy mikor lesz ugyanolyan általános, mint most a

gázzal történő fűtés. A következő nagy technológiai boom az energia-tároló lesz: a napelemmel megtermelt energiát mi magunk is el tudjuk majd tárolni, például a téli időszakra, amikor rövidebb ideig termel a rendszer.

• MERT NINCS GÁZFELHASZNÁLÁS

Ma minden ország azon igyekszik, hogy mielőbb csökkentse gázfüggőségét, ami egyben a világpiaci áráktól történő függés csökkenését is jelenti. Ez igaz a háztartásokra is, tehát a rezsicsökkentés esetében sem mindegy, hogy kell-e gázzámlát fizetni vagy sem.

Egy napelemes rendszer telepítése sok olyan kérdést felvet, amit érdemes szakemberekkel is megtárgyalni. Szeretnél többet megtudni a környezetbarát megoldásokról vagy éppen lenulláznád villanyszámládat? Nézz körül a www.optimumsolar.hu honlapon és kérd díjmentes ajánlatunkat már ma!

Nyerj BFKC-s bérletet!



1. Húsvét, locsolkodás napja. 2. Toll, ceruza, filc... stb. 3. A mérkőzés eredményének alakulását mutató tábla. 4. Büntetődobás. 5. Jelenlegi évszakunk. 6. Felnőtt mérkőzések helyszíne Békésen. 7. Húsvétkor az asztalra kerülő étel. 8. Biztató szó mérkőzésen. 9. A kapura szerelik zsinór anyagból, ami megfogja a labdát. 10. Húsvét egyik jelképes kis kedvence.

Várjuk megfejtéseiket 2023. április 15-ig a ziccerbfkc@gmail.com e-mail címen, vagy leadható a BFKC-s iroda postaládájába (Békés, Karacs u. 7. földszint 2.) névvel és elérhetőséggel ellátva. A megfejtők között egy BFKC-s bérletet sorsolunk ki.