

Szentesi Farkasok Utánpótlás Sportegyesület

[Szentesi Farkasok Kézilabda Club](#)



Ny.tart.szám: 06-02-0002233

Adószám: 18730458-1-06

Stat.szám: 18730458-9312-521-06

Bank : 11735043-20038193

TAO ELSZ. SZMLA ► 11735043-23534409

TAO UTÁNPÓTLÁSFEJLESZTÉS ► 11735043-23534423

Székhely: 6600 Szentes, Zrínyi utca 17.

Elnök: Oroszné Tihanyi Márta

Utánpótlásért felelős igazgató: Szarka Attila

Telefon: 06-30/362 5058

E-mail: mtihanyi3@gmail.com

Web: www.szenteskezifarkas.hu

A Szentesi Farkasok Kézilabda Club éves beszámolója

Egyesületünk 2015 nyarán alakult. Elmondható, hogy bár vannak lemorzsolódások, de évről évre folyamatosan bővülünk. A nagyobbak mellett egyre több kisiskolás jár az edzéseinkre.

Bajnokságaink a 2019-2020-as versenyzidőszak végén:

- ▶ **Lány U/12** Gyermekbajnokság D csoport
- ▶ **Fiú U/13** Gyermekbajnokság C csoport
- ▶ **Lány U/14** Gyermekbajnokság Terület II. C-D csoport Alsóház
- ▶ **Fiú U/15** Gyermekbajnokság Terület II. C-D csoport Alsóház
- ▶ **Női Ifjúsági** III. osztály – I csoport
- ▶ **Férfi Ifjúsági** III. osztály – H csoport
- ▶ **Férfi Felnőtt** Csongrád megyei bajnokság

Sajnos minden versenyt lezártak márciusban a Covid járvány miatt, így egyetlen bajnokságban sem hirdettek eredményeket. Edzéseinket is csak online formában tarthattuk.

Ebben a kialakult helyzetben sikeresnek mondható, hogy a nyár folyamán két 5 napos edzőtábort tudtunk tartani. Kozármislenyre 24, Balatonlellére pedig 32 játékosunkat tudtuk elvinni.

SZAKMAI BESZÁMOLÓ

Kozármislenyi edzőtábor

2020. augusztus 3-7.

A kozármislenyi edzőtáborba 28 fős stábbal (24 játékos + 3 edző + 1 technikai vezető) utaztunk el. A tábor előtt egy ráhangoló edzést tartottunk a gyerekeknek a csarnokban. Az utazó keret elég vegyesre sikeredett, mert a pandémia miatt többen ekkor tudtak családi nyaralásra utazni vagy csak nem jöhettek el velünk. Így a leendő U13-as és U15-ös lányokból, az U/13-as és U/15-ös fiúkból állt össze az utazó keretünk, akik mellé csatlakozott 3 serdülő fiú játékosunk is.

Az első nap korán indultunk el, Kozármislenyben várt bennünket az ebéd, hiszen 13:30-15:30-ig már edzést tartottunk a helyi Sportcsarnokban. Vacsora előtt egy hosszabb sétát tettünk a településen.

Másnap reggeli után egy 9 km-es gyalogtúrára mentünk a Mecsek egyik csodálatos túraútvonalán. Az alföldi, síkvidékhez szokott gyerekeknek néhol nehézséget okozott a szintkülönbség leküzdése, de a völgyekben futó patakmedrekben haladó túrautak, a kilátókból látható csodálatos táj, mindenért kárpótolt bennünket.

A következő két napban is túrázással, városnézéssel, állatkertlátogatással, Misina-tető TV tornyának megmászásával (2x459 lépcsőfok fel és le) töltöttük a délelőtti időt, mert a kozármislenyi Sportcsarnok csak délutánonként tudott nekünk helyet biztosítani. Így a héten 4X2 órát tudtunk teremben edzeni. Ezért nem szedtük szét a csapatokat, próbáltunk differenciáltan csoportokban dolgozni.

A visszautazás napján délelőtt még strandoltunk egyet Harkányban, ahol először a Sportmedencében kellett úsznia mindenkinek, utána mehettek a 7 csúszdás élményfürdős részre. Ezek után egy a strandhoz közeli Pizzériában étkeztünk, majd útnak indultunk Szentesre, ahová este 7 órára érkeztünk meg.

A helyszínen egyébként minden adott egy jó edzőtáborhoz. A nagyon szép szálláshoz pár házra helyezkedik el az étterem, ahol nagyon jól, finoman és kiadósan főznek. Kis gyaloglás után található az óriási Sportcsarnok, ahol szuper körülmények között edzhettünk. Egyébként a hely természeti adottságai (emelkedők, lejtők, jó levegő) kiválóan alkalmasak mindenféle túrázáshoz. A szállás vezetője pedig maximálisan igyekezett a mindennapi életünket a lehető legjobban segíteni.

Az edzések elsősorban a fizikum, állóképesség, erőnlét megalapozásáról, a szezonra való hangolódásról, az alapmozdulatok rögzítéséről, visszahozásáról szóltak. Terhelés hatására 1-2 játékos „adagját” a tábor ideje alatt kompenzáltuk, de lényegi változásokat nem kellett tenni.

A szakmai munkát Orosz Tibor és Orosz Péter edzőkkel együtt a tervezetteknek megfelelően elvégeztük.

A tervezett edzéseket az edzőtábor során a 24 játékos becsülettel végrehajtotta.

Összességében elmondható, hogy a tábor jó hangulatban és hatékonyan ért véget.

Szentes, 2020. augusztus 07.

Oroszné Tihanyi Márta
SZFKC elnöke és edzője

SAKMAI BESZÁMOLÓ

Balatonlellel edzőtábor

2020. augusztus 10-14.

A balatonlellel edzőtáborba 36 fős stábbal (32 játékos + 2 edző + 2 technikai segítő) utaztunk el. A tábor előtt már a többség 5 napot edzőtáborozott Kozármislenyben, így folytathattuk a megkezdett munkát a gyerekekkel. Az utazó keret a leendő U/13-as és U/15-ös lányokból, az U/13-as és U/15-ös fiúkból állt össze.

Az első nap korán indultunk el, mert Lellén már várt bennünket az ebéd, majd elfoglaltuk a szállásunkat, fürdöttünk egyet a Balatonban, majd 18:00-20:00-ig edzést tartottunk a helyi Sportcsarnokban. Utána következett a megérdemelt vacsora a szállásunkon.

Másnap reggeli előtt futóedzést tartottunk, majd 10:00-12:00-ig differenciáltan edzettünk a csarnokban. Ebéd után átsétáltunk Balatonboglárra, ahol megnéztünk egy edzőmérkőzést (NEKA – CSURGÓ) a NEKA csarnokában. Felmentünk a Gömbkilátóba is, ahol csodálatos táj tárult az alföldi

gyerekek elé, visszafelé pedig még egy kör bobozás is belefért. Fáradtan, de élményekkel teli tartottunk még egy edzést a csarnokban vacsora előtt.

A szerdai nap érdekesen indult, mert a Balaton vizében tartottunk egy vidám gimnasztikás futóedzést reggeli előtt. A délelőtti edzés és ebéd után pedig elvittük a gyerekeket a helyi Cseles Kelepce szabadulósobákba, ahol igazi csapatépítés folyt, teljesen egymásra voltak utalva a 6 fős csapatok. Nagy élményként mesélték mindannyian a kiszabadulásukat! Este 18:00-20:00-ig edzés majd vacsora következett.

Csütörtökön reggeli futóedzés, reggeli, délelőtti edzés, ebéd, strandolás (vízibiciklizés), esti edzés és vacsora volt a program.

Péntekre visszaérkezett értünk a busz, így reggeli után átutaztunk Fonyódra, ahonnan hajóval mentünk át Badacsonyba. Ott felsétáltunk a Kisfaludy Kilátóhoz, ami egy jó kis állóképességfejlesztő edzésnek felelt meg. Ezután hajóval visszatértünk Fonyódra, ahol a Bedrock Beach Fagyaltozó és Étteremben megebédeltünk, majd útnak indultunk Szentésre, ahová este 8 órára érkeztünk meg.

A helyszínen egyébként minden adott egy jó edzőtáborhoz. A szállásunkon volt az étterem, ahol nagyon jól, finoman és kiadósan főztek. Kis gyaloglás után található a Sportcsarnok, ahol jó körülmények között edzhattunk. A Balaton közelsége és szépsége sok lehetőséget rejt magában.

Az edzések elsősorban a fizikum, állóképesség, erőnlét megalapozásáról, a szezonra való hangolódásról, az alapmozdulatok visszahozásáról szóltak. Terhelés hatására 1-2 játékos „adagját” a tábor ideje alatt kompenzáltuk, de lényegi változásokat nem kellett tenni.

A szakmai munkát Orosz Tibor edzővel együtt a tervezetteknek megfelelően elvégeztük. Mindenben segítette munkánkat a két segítőnk, Molnárné Szalai Edit technikai vezető és Felföldi Róbert sportmunkatárs.

A tervezett edzéseket az edzőtábor során a 32 játékos becsülettel végrehajtotta.

Összességében elmondható, hogy a tábor jó hangulatban és hatékonyan ért véget.

Szentés, 2020. augusztus 14.

Oroszné Tihanyi Márta
SZFKC elnöke és edzője

A 2020-2021-es versenyzidőszakban elindított bajnokságok:

- ▶ **Lány U/13** Országos Gyermekbajnokság V. csoport
- ▶ **Fiú U/13** Országos Gyermekbajnokság III. csoport
- ▶ **Lány U/15** Országos Gyermekbajnokság Terület III. csoport
- ▶ **Fiú U/15** Országos Gyermekbajnokság Terület II/B. csoport
- ▶ **Fiú SERDÜLŐ** III. osztály H csoport
- ▶ **Női IFJÚSÁGI** III. osztály I csoport

Minden bajnokságban szereplő csapatról elmondható, hogy az őszi szezonhoz normális létszámmal, nagy lendülettel kezdett hozzá. Később egyre több probléma adódott a kialakult járványhelyzet miatt, karanténba kerültek osztályok, családok is. Volt olyan, hogy le kellett mondanunk bajnoki fordulókat a pandémia miatt. Az edzéseket szigorú szabályok betartásával zárt kapuk mögött tarthattuk tovább, de november közepétől

minden bajnoki fordulótól visszaléptettük játékosainkat. Próbáltunk a magunk kis közösségében maradni, nem érintkeztünk más városok játékosaival, hátha meg tudjuk akadályozni a fertőzések gyors terjedését. Volt olyan család is, aki egyáltalán nem engedte gyermekét még az edzésre sem. A „túlélésre játszottunk”, arra, hogy megmaradjanak a gyerekek a kézilabda sportágnál.

HELYZETELEMZÉS:

A Koszta iskolában továbbra is két csoport vesz részt a Magyar Kézilabda Szövetség „Kézilabda az iskolában” pályázatában, de a pandémia miatt itt is nehezen folyik a munka.

A 2020-as évben is sikeres TAO pályázatot adtunk be a Magyar Kézilabda Szövetségnek és az adó 1 %-át is megkaptuk. Ezek mellett Szentes Város Önkormányzata Ifjúsági és Sportbizottsága is pályázat útján segítette anyagi támogatásával munkánkat.

A TAO támogatásunkból elsősorban a versenyeztetésünket (utazás – étkezés), terembérlésünket, felszerelések (egységes melegítők és mezek pótlása, edzőcipők vásárlása) és edzésekhez szükséges eszközök beszerzését oldottuk meg. A nyári két edzőtábort is a TAO-ból finanszíroztuk.

A jövőre nézve célul tűztük ki magunk elé:


Próbálunk szélesebb körben terjeszkedni, több iskolába kitelepülni, testnevelés óra keretein belül foglalkozásokat tartani, hogy minél több kisgyermek ismerkedjen meg a kézilabdázás alapjaival.

A folyamatban lévő bajnokságokban szeretnénk tisztességesen helyt állni!

Bízunk benne, hogy a kialakult járványhelyzet nem fog akadályozni céljaink elérésében!

Szentes, 2020. december 31.

Szentesi Farkasok
Kézilabda Club
6600 Szentes, Zrínyi u. 17.
Adószám: 18730458-1-06
Szlsz.: 11735043-20038193-00000000


Oroszné Tihanyi Márta

SZFKC elnöke