

[www.keruletufc.hu](http://www.keruletufc.hu)

# LELÁT



A II. Kerület UFC információs magazinja

2011. október



## Dübörög a Bozsik-program

# Tartalom

2011. Október

## A hónap hőse

Gyökeret eresztett a Fiúk között

## Nyolc éve az UFC-ben

Interjú Padányi Bendeórással és Kalós Péterrel

## A legifjabb családtag

Második tornájukon vettek részt a legkisebbek

## Jobbulást, Plútó!

A becenevek keletkezésének titka

## Újra itt az UFC Shop!

Mostantól kulacs és nyakpánt is kapható



Legyél tagja a II. Kerület UFC-nek a Facebookon is!



# Sporttelepünk



Cím: Bp., II. kerület, Kolozsvári Tamás u. 11.



# Fotóalbum



**További képek megtekinthetők a weboldalunk galéria menüpontjában!**



# 1995/1996-ban születettek

Ha bárki megkérdezi, mi egy utánpótlásedző feladata, mindenki elkezd sorolni egy tréner legfontosabb teendőit: lerakni a technikai alapokat, taktikailag és fizikailag felkészíteni a játékosokat, fegyelmet tartani, csak a legfontosabbakat említve. De erre egyedül egy edző sem képes, minden edzőnek van egy-két segítőtje, aki kapocsként szolgál edző és csapata között: a csapatkapitány és helyettese. Ezek a játékosok személyiségükkel, rutinjukkal, pályán nyújtott teljesítményükkel alkalmasak arra, hogy a pályán a csapat vezérei lehessenek, akik büszkén viselik a csapatkapitányi szalagot. Az UFC ifjúsági csapatánál ez a két ember Padányi Bendegúz csapatkapitány és helyettese, Kalós Péter. A Lelátó velük készített interjút.



## Mióta vagytok UFC-sek?

K.P.: Azt hiszem én vagyok a régebbi, mivel én már 2003 óta igazolt játékos vagyok. De már óvodás koromban elkezdtem focizni.

P.B.: Valóban, én 2004 óta vagyok UFC-s.

## Milyen jellegű edzés a kedvencetek?

P.B.: Szeretem a labdatartásos és a kapuralövéses feladatokat. De szükség van az erőnléti és a gyorsaságfejlesztő feladatokra is.

K.P.: Alapvetően a pörgős, edzéseket szeretem.

## Melyik iskolába jártok és mik a terveitek?

P.B.: Móriczos vagyok, szeretnék minél jobb eredménnyel érettségizni, aztán majd kiderül. Fizikus már biztosan nem leszek :)

K.P.: A Budai Középiskolában vagyok közgazdasági szakos és a jövőben is ezzel szeretnék foglalkozni a foci mellett.

## Ti képviselitek az ifjúsági csapatot a készülő óriásplakáton, ami remélhetőleg évekig látható lesz a Kolozsvári Tamás utcában. Milyen érzés "jelet hagyni"?

P.B.: Nagyon örülök, hogy rajta lehetek a képen. Szerintem nagyon jó ötlet, így még közelebb hozza a sporttelepet a sportolókhoz, igazi otthonná válik az UFC-sek számára.

K.P.: Megtisztelő, hogy Gergő bá' rám gondolt, örülök neki!

## Utójára egy bulvárkérdés: ki a kedvenc játékosod, ki a példaképed?

P.B.: Zinedine Zidane, Paul Scholes és Gera Zoltán.

K.P.: Cesc Fabregas.

## 1997/1998-ban születettek

A korosztály számára az őszi edzések a pozíciós játék, a gyors labdakihozatal, a védekezésből támadásba való átmenet gyorsaságának növelése és a széleken vezetett támadások gyakorlását hozták. A csapat edzőmunkája kevés kivétellel jónak mondható, de sajnos az edzésre járás a vártnál gyengébb, melynek okai között sajnálatos sérülések is szerepelnek. Kevés edzésről hiányzott Farkasch János, Kölcze Balázs, Szeberin Richárd, és Lénárd Balázs.



### Esős meccs a Csepel ellen

A csapat bajnoki mérkőzésein nyújtott teljesítménye erősen ingadozó. A mérkőzéseken a 4-4-2-es visszavont középcsatáros játékot igyekeznek elsajátítani a játékosok.

A felállás alaphelyzetben optimálisan 4-4-2 vagy 4-5-1 (két védekező és három támadó középpályás előtt egy pozíciós ék játszik), pozíciós játéknál 4-3-3 – megfelelő mélységi tolódásokkal. A középpályán területet védenek, emiatt kicsit szabadabban játszik az ellenfél, viszont labdaszerzést követően nagyobb terület áll a játékosok előtt. Ebből a helyzeti előnyből viszont csak akkor tudnak profitálni, ha gyorsan játszanak.

A korosztályos kanadai táblázatot Bálint Bertalan és Szeberin Richárd vezeti holtversenyben 4-4 ponttal.

## 1999/2000-ben születettek

Nagyon örültek a gyerekek a vadonatúj labdáknak, amiket edzéseken használhatnak, és a nagyobb, nehezebb, „ötös” méretű felnőtt lasztikkal is hamar megbarátkoztak. A bevezetett újítás után (edzésen is kötelező az egyen szerelés!) öröm ránézni az egységes színekben gyakorló gyerekekre. Az edzslátogatottság eddig nagyon jó a csapatnál (kivételeket a sérülés miatt kimaradók adnak csak), a gyerekek az állóképesség fejlesztést is zokszó nélkül csinálták végig.



A mérkőzéseken egyre ügyesebben játszanak a srácok, persze a 10+1-es, les szabályos játékot (és a helyzetkihasználást...) sokat kell még gyakorolni.

Sajnos a sérülések nem kerültek el a csapatot a hónapban. Muradin Beni már „szokásos” kéz sérülése mellett Schvéger Barni keze gipszbe, a csapat kapitánya, Török Norbi pedig egy biciklis baleset után kórházba került. Norbi több hetet kényszerült kihagyni. Az edzők és a gyerekek is meglátogatták Plútót és gyors gyógyulást kívántak neki, mert nagyon várták vissza az edzésekre.

A csapat elküldte játékosait a körzeti válogatott edzéseire. A 2000-es korosztályban Uray Kristóf, Erős Máté, Tarkövi Ádám és Vincze Gergely, a '99-es korosztályban Bognár Gyuri és Tóbiás Marci képviselte az UFC csapatát.

Aranyszabály, hogy a becenevek maguktól születnek egy közösségben, ezt erőltetni nem lehet. A csapatban úgy néz ki, hogy a régiek (Bobek, Bá, Gera, Rozé, stb.) után új becenevek is meghonosodtak (Gyurma, Traubi, Papa), néhány név pedig még alakulóban van.

## 2001/2002-ben születettek

Bár az időjárás néha már megmutatta csúnyább arcát, a játékosok továbbra is dicséretes edzslátogatottságot produkáltak. Jellemző, hogy a Bolyai matematikaverseny napján a verseny akkor ért véget, amikor az edzés kezdődött fél 4-kor még csak a csapat fele volt jelen, de folyamatosan érkeztek a játékosok, ahogy befejezték a feladatsort és eljutottak a pályára. Ez azért is örömteli, mert látható, hogy a gyerekek nem csak a pályán, de az iskolában is helytállnak.

Az edzéseken a fő hangsúly továbbra is a gyerekek egyéni képzésén és a minél folyamatosabb játék kialakításán van. Az egyéni képzés során hosszas rávezetés után a rúszttal („fűző”) való rúgás van napirenden. Ez a egyébként korántsem könnyű technikai elem a többségnek egész jól megy, az edzőpáros (illetve immár hármas) azt gondolta, nehezebben fog menni az oktatása.



A 2002-es korosztály nagyon hasznos edzőmeccsen vett részt ebben a hónapban. A KISE csapata fogadta a társaságot, kifogástalan füves pályán mutathatták meg a gyerekek, hogy állnak a felpályás játék elsajátításában. Erre a meccsre az új játékosok is el tudtak jönni, több mint két teljes sor forgott folyamatosan. A játék felülmúlta a várakozásokat, és az edzéseken helyenként tapasztalt esetleges, kapkodós futball helyett kifejezetten tudatos, szép dolgokat lehetett látni. Érdekes módon egy héttel később, a BLSZ tornán nem igazán tudta újra ezt a játékot visszaadni a csapat, bár a zöld-fehér sor így is minden dicséretet megérdemelt harcos, fegyelmezett, megalkuvást nem tűrő játékaért.

Az idősebbeknek ebben a hónapban „csak” a BLSZ tornán volt alkalmuk mások ellen lemérni, hol tartanak a képzésben. Azt megmutatták, hogy az egyéni képességeket és a játékot tekintve sincs okuk szégyenkezésre, de azt még meg kell tanulni, hogy ha az ellenfél nem játszik jól, akkor nem szabad felvenni az ő ritmusát és stílusát, illetve ha esetleg az ellenfél vezet, akkor sem szabad feladni és szétesni. A két korosztály négy sorában a - betegség vagy egyéb elfoglaltság miatt - hiányzók ellenére is több mint 30 gyermek játszott a torna során.

## 2003/2004-ben születettek

**Edzések:** A foglalkozások az őszi és a hideg beköszöntének ellenére is nagyszerű hangulatban teltek a skorpiók és a tigrisek csoportjában egyaránt. A gyerekek az októberben tartott edzések nagy részében a három játékos együttműködésére épülő gyakorlatokat végezték. Ezen kívül természetesen szerepet kaptak a labdás ügyességet fejlesztő gyakorlatok és a különböző technikai elemek (átadások, átvételek, cselek) gyakorlása is. A csapattal kapcsolatos hír, hogy új játékosok érkeztek októberben Kádár Nimród és Földi Domonkos személyében.



**Csapaton belüli versenyek:** Szeptember hónapban egyetlen edzést sem mulasztott a Cotton Belian, Radvánszki Ferenc, Tímár Bálint trió. Az egész éven át tartó pontversenyben az élen áll a tigrisek közül Nagy Mihály, a skorpiók közül pedig Szabó Csanád.

**Torna:** Október 15.-én, szombaton jó hangulatú Bozsik tornán vett részt a 2003-as és a 2004-es csapat is. Az időjárás csodás volt, azonban a pálya talajáról ugyanez nem mondható el. Ez azonban a gyerekeket cseppet sem zavarta a játékban, az edzéseken gyakoroltakból sok mindent megmutattak a pályán. Jól mentek az átadások, többen felvállalták az 1-1 elleni párharcokat és bátran cseleztek, illetve az összjátékban is előrelépés történt. Ki kell emelni, hogy a két korosztályban összesen 4 csapattal nevezett az UFC, és a négy csapatban 26 (!) játékos lépett pályára. A II. Kerület UFC csapataiban összesen annyi gyerek játszott, mint az összes többi egyesület színeiben összesen. A példát a többi egyesületnek is át kellene vennie, mert a magyar futball jövője közös ügy!

## 2005/2006-ban születettek

Az UFC legkisebb korosztálya még csak két hónapja dolgozik együtt, de máris elmondható, hogy egy remek kis közösséggé formálódtak. A gyerekek hatalmas lelkesedése minden edzésen szembetűnő, fülig érő szájjal kergetik a labdát, a játék végén pedig mindig zúg a „Hajrá, hajrá UFC!”. Októberben a játékosok és a szülők is megtapasztalhatták, hogy a nap nem mindig süt a pálya felett, néhány edzés szakadó esőben zajlott le. Szerencsére ez nem volt elmondható a Bozsik torna második játéknapján, ahol bár kissé hideg volt, de végig sütött a nap. Ismét előjött, amit az edzőktől mindig hallani lehet, hogy a meccsek során az idegen gyerekek ellen nem mernek olyan harcosan fellépni játékosaink, mint az edzéseken egymás között.



De nem lehet ok panaszra, mivel a fiúk számtalan gólt rúgtak, a torna gólkirálya Erdős Dávid lett 9 találattal. Ami még ennél is fontosabb: mindenki élvezte a játékot!

Szeltner Norbert vezetőedző így értékelte az októberi munkát: „Elégedett vagyok, hiszen napról napra látható a fejlődés. Külön pozitívum, hogy korukat meghazudtolva a játék során többször passzolnak már egymásnak. Ugyan a figyelmük még sokszor elkalandozik a feladatok közben, de ez életkori sajátosság, ezért nem lehet haragudni rájuk. Remélem, hogy az edzéslátogatottság a téli hónapokban sem fog csökkenni! Ezért vezetem be az edzéslátogatottsági versenyt, melynek győztese a legtöbb edzésen résztvevő játékos díjazásban részesül az év végén.”

# UFC SHOP

Október 24-én újra megnyitotta kapuit az UFC Shop, az igényeknek megfelelően kibővített kínálattal. A korábban már kapható termékek mellett mostantól kulacsot és nyakpántot is lehet kapni! Napokon belül megérkeznek a karkötők és a kulcstartók is. A termékeket Huczik Norbi bácsinál lehet megvásárolni.

## Áraink:

|             |           |
|-------------|-----------|
| Toll:       | 250 Ft,-  |
| Hűtőmágnes: | 300 Ft,-  |
| Nyakpánt:   | 500 Ft,-  |
| Zászló:     | 900 Ft,-  |
| Bögre:      | 900 Ft,-  |
| Kulacs:     | 1200 Ft,- |
| Póló:       | 1200 Ft,- |



## Nyitvatartás:

|           |                                |
|-----------|--------------------------------|
| Hétfő     | 17:00 - 17:30 és 19:00 - 19:30 |
| Kedd      | 19:00 - 19:30                  |
| Szerda    | 17:00 - 17:30 és 19:00 - 19:30 |
| Csütörtök | 18:00 - 18:30                  |
| Péntek    | 18:00 - 18:30                  |

## Junior csapat

A Junior csapat létszáma szeptember végére elérte a 30 főt. Nagy öröme ad okot, hogy a focusuli csoportokból „kiöregedő” gyerekek közül egyre többen választják további sportolási lehetőségként az UFC Junior csapatát, ahol a nagy létszám ellenére nagyszerű közösség alakult ki. A foglalkozásokon a gyerekek két csoportban (kicsik-nagyok) és két edzővel gyakorolnak, hogy mindenki sok-sok sikerélménnyel gazdagodva térhessen haza az edzésekről. A hosszú nyári szünetet követően a szeptemberi és októberi edzéseken főszerepet kapott a korábban már tanult technikai (átadások, átvételek, cselek) elemek ismételése, így az ősszel csatlakozók sem maradtak le semmiről. A nagyobbak Harmati Balázs bácsi csapatával (97-98-ban születettek) játszottak nagyszerű hangulatú edzőmérkőzést, amelyen nagyszerűen helyt is álltak. Az eredmény nem számít, viszont a mérkőzés jó lehetőség volt arra, hogy mindenki felmérje, hogy hol is tart a kiemelt csapat játékosaihoz képest.

A Junior csapat játékosai közül szeptemberben egyetlen edzést sem mulasztott, ezért ajándékban részesült: Zoboki Ábel, Georges Bec, Smelő István, Peiker Márk, Vámos Normann.

Az egész éven át tartó technikai pontversenyben szeptember hónap után Seerein Marci és Róbert Bálint 4-4 ponttal áll az élen.



**A Junior csapat tagjai egy fárasztó edzés után**

## Kölyök csapat

Beköszöntött az ősz és a csapat továbbra is magas létszámmal folytatja tovább a munkát. A fejlődés szemmel látható a játékosok teljesítményén, mely minden bizonnyal köszönhető a gyerekek töretlen lelkesedésének, a koordinációs és technikai feladatoknak, valamint a sok-sok felszabadult játéknak is. Óriási segítséget jelent ennek megvalósításában az egyesület új edzője, Márk bácsi, aki szeptember közepétől dolgozik Gábor bácsi mellett, azon, hogy ifjú focistáik előbbre juthassanak a fejlődésben.

Az idei első edzőmérkőzés időpontja sem várat már sokáig magára, hiszen hamarosan a Norbi bácsi által irányított 2003-as kiemelt csapattal mérkőznek meg a gyerekek és már a Francia Iskola is jelezte, hogy szívesen játszanának ellenük felkészülési meccset.



### A hónap hőse: Fliegh Fruzsina

A csapat létszáma jelenleg 34 fő és itt meg kell említeni egy játékost, Fliegh Fruzsínát. A 2000-ben született leányzó nagyon szeret focizni és óriási bátorsággal, sikeresen veszi fel a versenyt a többi focistával. Nem csak rúgótechnikája, de erőszakossága és gyorsasága is bizonyíték arra, hogy neki bizony a fiúk között van a helye, akik hamar befogadták és teljesen egyenrangú partnerként tekintenek rá.

### Érkezők-távozók

Hercik Miklós külföldre utazott, így legalább egy évig nem tarthat a csapattal, míg Harsányi András és Sárközi Kada október közepén csatlakozott a csapathoz.

## Lurkó csapat

A Lurkó csapat foglalkozásait októberben több, mint 25 gyerek látogatta és látogatja jelenleg is. A foglalkozásokon az edzők a gyerekeket igyekeznek folyamatosan mozgásban tartani, hogy a hidegebbre forduló időjárás ellenére se fázzanak meg. A edzéseken továbbra is szerepet kapnak az egyéni labdás ügyességfejlesztést szolgáló gyakorlatok, de nem maradhatnak ki a kapura lövő gyakorlatok és a csoportos vagy csapatos labdás játékok sem. Legnagyobb részt természetesen a két kapus focijátéké a főszerep.

### Új edző a csapatnál

A Lurkó csapat munkáját a nagy létszámmra való tekintettel új edző segíti, akit Roller Dánielnek (Dani bácsi) hívnak. Dani bácsi az edzősködés mellett jelenleg a Budapesti Gazdasági Főiskolára jár. A gyerekek hamar megkedvelték, így gyorsan beilleszkedett a Lurkó csapat munkájába.



A Lurkó csapat játékosai közül szeptemberben egyetlen edzést sem mulasztott, ezért ajándékban részesült: Kalós Tamás, Pörcz Patrik, Janó Ferenc, Janó Krisztián, Kákosy Milán, Gréts Dávid és Ónodi - Molnár Dávid.

Az egész éven át tartó technikai pontversenyben szeptember hónap után Janó Ferenc, Janó Krisztián és Pörcz Patrik áll az élen 3-3 ponttal.

# TÁMOGASSA A II. KERÜLET UFC-t!!!



1994 óta meghatározó szereplői vagyunk a  
II. kerület sportéletének!

Buda legnagyobb utánpótlás-nevelő  
egyesülete vagyunk!

Közel 1000 gyerek rendszeres sportolását  
biztosítjuk!

Nem csak a tehetségekkel foglalkozunk!

Edzőink elhivatott, lelkes szakemberek!

**Szponzorok jelentkezését várjuk!**  
**06 (20) 918-23-18**

# UFC Hírek

November 5-én állítják fel a sátrat a két kispályára, így november 7-étől új edzésidőpontok lépnek életbe, melyek egészen márciusig maradnak érvényben. Az új edzésidőpontokról a korosztályos edzők fogják tájékoztatni az érintetteket.

Várhatóan november elején tér vissza az U11-es csapathoz Bori Ruben, aki augusztusban szenvedett lábközépcsont-törést egy rosszul sikerült ollózás következtében. Csatunk kapusa nagyon várja már a visszatérést, az elmúlt hetekben a csütörtöki edzéseket már a helyszínen tekintette meg. Sajnos a november elején megrendezésre kerülő BLSZ- tornán még nem vehet részt, de reméljük, hogy a mindig vidám hálóőr visszatérése zökkenőmentes lesz.

Az angol másodosztály 13. fordulójában csereként kapott lehetőséget klubunk egykori játékosa, Futács Márkó. A Portsmouth csatára negyedik alkalommal lépett pályára a szezonban, mind a négy alkalommal csereként. A hazai pályán játszó Portsmouth 3-1-re legyőzte a Doncaster csapatát, így Márkóék a 24 csapatos bajnokság 16. helyét foglalják el. Klubunk másik híressége, Bogdán Ádám a hétvégén ismét a cserepadról nézte végig csapata mérkőzését, amelyen a Bolton Wanderers hazai pályán 2-0-s vereséget szenvedett a Sunderlandtől. Kedden azonban újra lehetőséget kapott a válogatott hálóőr, a Ligakupa nyolcaddöntőjében csapata az Arsenalt fogadta. A vendégek 2-1-es győzelmével végződő találkozón Ádám jó teljesítményt nyújtott. Egykori kapusunk a szezonban eddig 4 alkalommal kapott lehetőséget, háromszor a Ligakupában, egyszer pedig a bajnokságban. A Wanderers a 18. helyen áll az első osztályban.

A Kolozsvári Tamás utcai sporttelepet üzemeltető Oxygen Buda Kft. jóvoltából október közepén kibővítették a pálya melletti parkolót, a sokszor kaotikus parkolási helyzetet jelentősen javítva ezzel.

Honlapunkon megtekinthető a klubról készített kisfilm. A bő két perc hosszú klip az Egyesületünk menüpont alatt érhető el.

Csatlakozz hozzánk a Facebookon is! Kattints a tetszike, legyél tagja a Facebookon is a II. Kerület UFC-nek!

# Gyere az UFC-be focizni!

## Korosztályos csapataink:

**U7 - 2005/2006-ban születettek**

Edző: Szeltner Norbert 06(20)918-23-18

**U9 - 2003/2004-ben születettek**

Edző: Huczik Norbert 06(20)211-14-24

**U11 - 2001/2002-ben születettek**

Edző: Dévényi Dusan 06(20)241-26-65

**U13 - 1999/2000-ben születettek**

Edző: Markóczy Csaba 06(70)548-89-85

**U15 - 1997/1998-ban születettek**

Edző: Harmati Balázs 06(30)507-65-28

**U17 - 1995/1996-ban születettek**

Edző: Egyházy Gergely 06(20)950-99-38

## Szabadidősport csapataink:

**Lurkó - 2002-2005 között születettek**

Edző: Huczik Norbert 06(20)211-14-24

**Kölyök - 2000-2001 között születettek**

Edző: Kajli Gábor 06(70)618-21-04

**Junior - 1999 előtt születettek**

Edző: Huczik Norbert 06(20)211-14-24

**Jelentkezni a csapatok edzőinél lehet!**