

TEMPÓ EXTRA



HIÁNYOS, HIBÁTLAN ŐSZ

Száz százalékos őszi teljesítménnyel vezeti az NB I/B nyugati tabelláját a Moyra-Budaörs Handball női felnőtt gárdája. Úgy, ahogy azt terveztük, ugyanakkor sajnos az őszi kiírt tizenegy helyett csak öt bajnoki meccsen léphettünk pályára. Amit a körülmények megengedtek, mindent megtettek a lányok, hogy töretlenül lépegetssünk a céljaink felé.

„Úgy tervezzük, hogy ez a bajnokság az előírtak szerint megrendezésre kerül, ha ebbe változás áll be, akkor a legjobb tudásunk szerint reagálunk majd. Elsősorban saját magunkat kell legyőzni hétről hétre. Extra nyomást nem helyezek a lányokra, de mindenki számára ismert a cél. Tudjuk a feladatunkat!” – foglalta össze gondolatait szeptemberben Buday Dániel vezetőedző a szezonrajtot megelőzően.

Így is történt. Ennél jobban nehéz lenne összefoglalni az elmúlt négy hónap eseményeit a felnőtt csapat háza tájáról.

Szeptember 12-én Kozármislenyben nyolc hetes felkészülést követően újra fel-

álltunk a rajtvonalra, hogy egy 22 részes sorozatban mindenkit hagyva felérjünk a csúcsra és visszakerüljünk az első osztályba. A startot jól kaptuk el, szeptemberben négyből négy. Kozármislenyben izzadtunk meg talán a leginkább, a hajrában kivívott kétgólos győzelmünk remek felütése volt a szezonnak. Hazai pályán magabiztosan vertük a Dunaújvárost, a Magyar Kupában Csurgón arattunk sikert, majd Győrben szereztünk két pontot.

A NEKA játékosai betegség miatt nem tudtak kiállni ellenünk. Október közepén Szentendrére vezetett utunk, ahol a vártnál nagyobb ellenállásba ütköztünk. Ekkoriban már hatal-

mas erővel csapkodtak a villámok körülöttünk, nem sokkal később a világjárvány a küszöbön belülré ért.

Nagy bánatunkra nekünk is el kellett kezdenünk mérkőzéseket halasztgatni. Ami akár csak egy évvel korábban is ritka, extrém eset volt, rutinná vált. Természetesen senkinek sem kockáztattuk az egészségét az eredményesség érdekében, így a meccseket tekintve hat hét kényszerszünet következett.

Szent Miklós napján a Mohács ellen tértünk vissza. Ötből öt és itt véget is ért az őszi menetelés, miután Nagyatádra már nem utazhattunk a vendéglátók kérésére. Ilyen egy hiányos, ugyanakkor hibátlan őszi.

JANUÁRI FELNŐTT PROGRAM

2021. január 8. 18:00
Liga Kupa – 2. forduló
Gárdony-Pázmánd – Moyra-Budaörs

2021. január 12. 18:00
Liga Kupa – 3. forduló
Moyra-Budaörs – Mosonmagyaróvár

2021. január 15. 18:00
Liga Kupa – 4. forduló
Mosonmagyaróvár – Moyra-Budaörs

2021. január 20. 18:00
Magyar Kupa – II. forduló
Szentendre – Moyra-Budaörs Handball

2021. január 27. 13:30
Magyar Kupa – III. forduló
Moyra-Budaörs Handball – NEKA

2020. január 30. 18:00
NB I/B nyugat – 7. forduló
Moyra-Budaörs – Gárdony-Pázmánd

*Az időpontok változhatnak!

BIZTONSÁGOS VISSZATÉRÉS A COVID UTÁN

A közvetlen környezetünkhöz képest relatíve sokáig sikerült csoportos megbetegedés nélkül kibekkelnünk az őszt. Ugyanakkor a honi viszonyok között – minden elővigyázatosság és gondosan betartott járványügyi intézkedés ellenére –, gyakorlatilag borítékolható volt, hogy közénk is begyűrűzik egy nap a koronavírus járvány. A felnőtt keret jelentős része átesett a megbetegedésen. Közismert tény, hogy a Covid-19 a főbb tünetek megszűnése és a negatív tesztek után is elhúzódó szövődeményeket okozhat. Kiemelten fontos volt, hogy a sportolóink folyamatos szakorvosi felügyelet mellett, az összes elérhető releváns vizsgálat után fokozatos terheléssel tértek vissza a pályára. Minden előírást következetesen betartottunk, hiszen az egészség az első.



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL UTÁNPÓTLÁS ŐSZ



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL NŐI IFJÚSÁGI

„Idén az ifi I. osztályban és a Pest megye II.-ben mérettetjük meg magunkat. Tanulságos meccsen vagyunk túl, vegyes érzésekkel. Az ifjúsági bajnokságban két ellenfelünk hasonló erőt képvisel, mint mi, őket szeretnénk a végszámolásnál magunk mögött tudni. A középmezőny valamelyest előrébb tart nálunk, az élmezőny még nagy falat. A csapat sokat fejlődött az elmúlt hónapokban, de a vírushelyzet és a távozók miatt szerkezetileg folyamatos változáson megyünk keresztül. A megyei felnőtt bajnokságban mindenki tud gyakorolni, itt nagyobb sikerélményben van részünk. Bár a tempó nem olyan nagy, mint a saját korosztályban, a felnőtt játékosok ellen jó kis erőpróba. Célunk, hogy bekerüljünk a döntőbe, hogy felkerülhessünk a megye I. osztályba, onnan később majd az NB II-be. A lányok dolgos kis csapatot alkotnak, jó és nemes feladat az edzőjüknek lenni, még ha sok pofont is kell közösen kiállnunk!” – **Rezsnyák Csaba**



BUDAI FARKASOK-MBH FÉRFI IFJÚSÁGI

„Tisztában voltam vele, hogy nem lesz egyszerű az év, hiszen fiatal csapatnak számítunk a korosztály legjobbjai között, ráadásul időközben akadtak további nehézségek (sérülések, pandémiás helyzet) is. Eredményesség szempontjából nem vagyok elégedetlen, hiába csak egy mérkőzést sikerült abszolválnunk, a mutatott játék miatt viszont több alkalommal is voltak álmatlan éjszakáim. Védekezésünkkel összességében nem volt probléma, de a kapusainktól sokkal többet várok, beleértve az edzőmunkát is. Gyors elmentáadásainkon javítani kell, ezen a téren sokat kell fejlődünk a második félévben. Felállt védelem elleni támadásainkban egyre többször felismerhetők a tudatos megoldások, aminek nagyon örülök, de a technikai hibákat, pontatlan átadások számát le kell redukálnunk, a döntéshelyzetekben fejlődünk kell. Visszarendeződésünkkel többnyire elégedett vagyok. Szeretném, ha végre valaki felvállalná a vezér szerepét, mind elől, mind hátul, erre nagy szüksége lenne a csapatnak. Minimum hat, de inkább tíz pontot várok a sráctól tavasszal, a legfontosabb cél az első osztály tagságának megőrzése. Minden lehetőség adott céljaink elérésében, ha tovább tudunk fejlődni, akkor helyünk van jövőre is ebben a mezőnyben.” – **Korsós Ádám**



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL SERDÜLŐ LÁNY I.

„Nyár óta dolgozunk együtt a lányokkal, a csapat összetétele részben megmaradt, részben megváltozott. Az újonnan felkerült játékosok hamar beilleszkedtek és felvették a ritmust. Nagyon elégedett vagyok a társasággal,

MINDENRE
-30%
KEDVEZMÉNY

ADIDAS
ZNE FZ
27 990 FT HELYETT
19 595 FT

ADIDAS
ZNE PANT
23 990 FT HELYETT
16 790 FT

ADIDAS
CRAZYFLIGHT
44 990 FT HELYETT
31 495 FT

ADIDAS
STABIL NEXT GEN
44 990 FT HELYETT
31 495 FT

ADIDAS
MECBT PÓLÓ
7 490 FT HELYETT
5 245 FT

TESPORTSHOP
www.tesportshop.hu

1123 BUDAPEST, ALKOTÁS ÚT 44.
+36 70 778 5548
INFO@TESPORTSHOP.HU
A TESTNEVELÉSI EGYETEM ÉPÜLETÉBEN

elhívatottak a lányok és mindenki rendkívül jól dolgozik. Az edzésekre fektetett munka eredménye a mérkőzéseken megmutatkozott. Rengeteg kiélezett meccsünk volt az őszi folyamán, amiből sokat tanultak és profitáltak a lányok. Sajnos nem minden esetben jöttünk ki győztesként, de úgy gondolom, a hibákból is lehet tanulni. Mind egyénileg technikailag mind csapatként is léptünk előre, támadójátékunkban látom leginkább az előrelépést a páros és hármas kapcsolatokban. Motiváltság és a küzdeni akarás az egész csapatnak példaértékű. Gratulálok a lányoknak az őszi teljesítményükhöz és bízom benne, hogy tavasszal hasonló sikerekben lesz részünk!” – **Szamoránsky Anikó**

KÉSZÜLJ, HISZEN IDÉN IS
meglepheted
szeretteidet
BUNSSZ
ajándékutalvannyal!



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL SERDÜLŐ FIÚ I.

„A 2020/2021-es szezont új felállásban kezdtük meg, miután a Budai Farkasokkal még szorosabbra fűztük a szálakat. A kölcsönösen előnyös együttműködés keretein belül közösen újragondoltuk a csapatokat. Külön öröm, hogy több serdülő korú játékosunk már az I. osztályú ifjúsági csapatban pallérozódott. A többiekkel egy remek nyári felkészülés után vágtunk neki az I. osztályú bajnokságnak. Célunk minél több olyan magas hőfokú mérkőzést lejátszani, ami által fejlődni tudunk és előrébb fogunk lépni a kitűzött célunk felé. Nagyon sokszor sikerült is mindez, de a sérülések és a különleges vírushelyzet miatt pár mérkőzésünket el kellett halasztanunk. Csik Ákos és Pálos Gábor kollégáimnak sokat köszönhetünk, mert sok olyan fiatal tehetséges játékost tudnak adni, ami a jövőre nézve biztató.” – **Tuba Kovács Ervin**



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL SERDÜLŐ FIÚ II.

„A serdülő II-es fiú bajnokság jó lehetőség, hogy élesben próbálhassuk ki az edzésen gyakoroltakat, kísérletezzenek a srácok új dolgokkal és legfőképpen, hogy ezekből önbizalmat merítsenek. Legalábbis ez lenne a fő cél, de sajnos (tisztet a kivételnek) sokszor nem úgy álltunk bele ezekbe a meccsekbe, ahogy az részemről elvárható lenne. Remélem, mostanra sikerült megértetnem, hogy ami ezeken a meccseken belefér, az idősebb korosztályban nem és ha itt nem koncentrálnak egy-egy helyzetben, az majd egy ifi mérkőzés döntő szituációjában visszaköszönhet. Remélem, tavasszal még koncentráltabban, komolyabban odatesszük magunkat, és májusban büszkén gratulálhatok majd játékosaimnak.” – **Korsós Ádám**



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U16-U15 FIÚ

„A tavaszi pandémia és a csapatban történt személycserék után nem várt ránk egyszerű feladat a nyáron. A felkészülés kissé döcögős első heteit követően aztán augusztusra kibontakozni látszottak egy reménykeltő kis csapat körvonalai. A fiúk jól reagáltak le a változásokat, nagy elánnal vetették bele magukat a munkába. Az első edző- és bajnoki mérkőzéseken még érthető módon kissé bizonytalanul mozogtak egymás mellett, de láthatóan kezdtek karakteres csapattá formálódni. Mikor úgy tűnt, végre minden visszaáll a régi kerékvágásba, a vírus újra közbeszólt. Karantén, betegségek, több hetes hiányzások nehezítették, és nehezítik azóta is az életünket. Igyekszünk a cseppet sem ideális helyzetből a legtöbbet kihozni. Hosszú idő után talán lassan visszatérhet végre mindenki, és remélem, ott tudjuk folytatni, ahol abbahagytuk. Meggyőződésem, hogy jó úton járunk, alig várom, hogy újra együtt edzhessünk, mert ezekkel a gyerekekkel élmény dolgozni.” – **Csik Ákos**

A Moyra-Budaörs Handball főtámogatója és a csapatok elkötelezett szurkolója:



globe moyra.hu f moyra.eu Instagram moyra_nailpolish_and_stamping



HÁZHOZZÁLLÍTÁS
ÉS ELVITELES RENDELÉS
BUDAÖRS ÉS TÖRÖKBÁLINT TERÜLETÉN!



Ízletes Hacienda fogások és 32 cm-es prémium pizzák!
Keresse étlapunkat weboldalunkon vagy Facebook oldalunkon!

Rendelésfelvétel:
Hétfő: zárva
Kedd-Vasárnap: 11:00-20:00

Rendelés: +36 70 342 07 20
E-mail: info@haciendasorkert.hu • Weboldal: haciendasorkert.hu
Facebook: facebook.com/haciendasor

MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL UTÁNPÓTLÁS ŐSZ



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U15-U14 LÁNY

„Július közepe óta dolgozunk együtt a lányokkal. A bő keretünk remekül szolgálta a felkészülésünket, szisztematikus munkával megalapoztuk az egész őszi idényt. A versenyszezont három fronton, az U15-ös és az U14-es I. osztályban, valamint az U13-as területi bajnokságban kezdtük meg a korosztály vegyes összetétele miatt. Szépen vettük az akadályokat mind a három bajnokságban, de sajnos a vírus közbeszólt, csapatunk karanténba került, több pozitív esetünk is volt. A kényszerpihenő után alacsonyabb létszámban tudtuk folytatni a munkát, több játékos még most sem edzhet velünk. A bajnokságok rendje is megváltozott, de rugalmasan és pozitívan állunk hozzá a bizonytalan körülményekhez. A fejlődés szemmel látható, kezdünk összezsírozódni a lányokkal. Jó úton járunk, alázatosan dolgozunk tovább. Remélhetőleg a tavaszi fordulókat már rendezettebb versenyrendszerben tudjuk megkezdeni.” – **Kemény Andrea**



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U14 FIÚ

„Idén nyáron ért a megtiszteltetés, hogy átvehetem az U14-es korosztály irányítását. Sajnos a vírushelyzet erősen megpróbálta az őszünket, sok esetben nem tudtunk teljes kerettel dolgozni. Igyekeztünk a legjobb tudásunk szerint alkalmazkodni a körülményekhez, októberre szépen beállt a csapat a munkarendbe, sokat gyakoroltunk, fejlődünk. A korosztályos fordulókat elsősorban gyakorlásra használtuk fel, örülök neki, hogy folyamatosan javuló tendencia látható. Sokat fejlődünk a fél év során, de nagyon sok munka áll még előttünk. Remélem, januártól teljes gőzzel, hiánytalan kerettel tudunk készülni a mérkőzésekre és akkor biztos vagyok benne, hogy lesznek szép eredményeink.” – **Teimel Róbert**



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U13-U12 LÁNY

„Törtük a fejünket a kollégákkal a korosztályos keretek kialakításán, hogy minden játékosunk személyre szólóan ideális, a fejlődéséhez szükséges terhelést kapja. Végül a 2009-es születésű gyerekek maradtak nálam, akikkel az U12-es és U13-as területi bajnokságban bontogathatjuk a szárnyainkat. Megmondom őszintén, kezdetben tartottam az U13-as mérkőzésektől, ahol rendre nagyarányú vereséget szenvedtünk. A gyerekeknek helyre kellett magukban rakni, hogy idősebb, "rutinosabb" játékosokkal állnak szemben, ugyanakkor így még látványosabb, ugrásszerű volt a fejlődésünk. Ezt az is elősegítette, hogy majdnem mindenki az edzésünk mindegyikén jelen volt. Az ősz vége fele már többen is gólig, gólhelyzetig jutottak a nagyobbak között. A védekezésünk is egész jól összeállt, ami igazából a saját korosztályunkban mutatkozott meg. Jó ötletnek bizonyult két korosztályban indítani a gyerekeket, több játéklehetőséghez jutottak és fél év alatt is nagyon sokat léptek előre.” – **Németh Tímea**

Minden ami San Benedetto!

Akár ingyenes kiszállítással!

SBM@.hu
+36 70 456 0106



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U13-U12 FIÚ

„Hosszú kihagyás után vettük fel az edzőcipőt augusztusban. Ősszel egy új csapat formálódott a kezeim alatt, miután sajnos a vírushelyzet miatt többen abbahagyták vagy szüneteltették az edzésre járást. Az alacsonyabb létszámú foglalkozásokon a fizikális felkészítés mellett nagyobb hangsúlyt fektettünk a technikai képzésre, a páros kapcsolatok kialakítására, elsajátítására. Nagy örömünkre a gyermekbajnokságban hétről-hétre tudtunk mérkőzéseket játszani és a gyerekek többsége az idősebb korosztályban is megmérettetett. A korosztályunk minden csapatával fel tudtuk venni a versenyt, a fejlődés jól látható volt a csapaton. Úgy gondolom, egy pozitív őszt zártunk, és minden téren bízunk egy még pozitívabb folytatásban!” – **Földes Viktória**





MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U11-U10 LÁNY

„A heti öt edzés meghozza a gyümölcsét, jelentős és látványos előrelépés a tavalyi háromhoz képest. Főleg úgy, hogy a hiányzások száma elenyésző, fegyelmezetten járnak a gyerekek. Óriásit léptünk előre összjátékban és az egyéni képességek terén egyaránt. A kialakult járványhelyzet miatt kevesebb meccset játszhattunk, így különösen értékeltünk minden pályán töltött percet. Maximálisan elégedett vagyok a lányok játékaival és hozzáállásával. Most jön egy kis pihenő és januártól újra belecsapunk a melóba.” – **Hornyák Ágnes**



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U11 FIÚ

„A 2009-2010-es születésű fiúkkal augusztus óta dolgozom együtt. A korosztályban a legfontosabb célom a kézilabdázás megszerettetése a gyerekekkel, illetve a sportág alapjainak átadása. Vannak köztük, akik már több éve kézilabdáznak és olyanok is, akik nemrég csatlakoztak hozzánk. Ezalatt a fél év alatt jókedvű, vagány kis társaságot ismertem meg bennük, akik napról napra egyre többet fejlődnek. Szorgalmasan járnak edzésre és mérkőzéseken is ügyesen bontogatják szárnyaikat. Jó velük dolgozni!” – **Pártos Orsolya**



MOYRA-BUDAÖRS HANDBALL U10-U9 FIÚ

„Különleges helyzetet teremtett a vírus az őszi folyamán azzal, hogy alacsonyabb létszámban edzhettünk. Értelemszerűen így mindenkire még nagyobb figyelem jutott. Rengeteget tudtunk gyakorolni egész pályán öt az öt ellen, ami nagyon meglátszódott a játékokon. Sajnos csak egy fordulót rendeztek a korosztályunknak, de annál nagyobb lelkesedéssel vágtunk neki a mérkőzéseknek. Az eredményt ugyan itt nem számolják még, de a játék minden elemében felülmúltuk ellenfeleinket. Gratulálok a fiúknak!” – **Hornyák Lajos**

ELŐKÉSZÍTŐ CSOPORT

„Ebben a korban meghatározó a sportolás megkedveltetése. Fontos, hogy minden edzésen jól érezzék magukat és izgatottan várják a következőt. A játékos, olykor vicces edzések mellett próbáljuk megtanítani nekik a kézilabda alapjait. Hatalmas élmény látni, hogy mennyit fejlődtek már most. Sajnos több gyerek nem tud járni a vírus helyzet miatt, de egy remek visszajelzés számunkra, hogy kis csapatunk folyamatosan újabb tagokkal bővül még ilyenkor is!” – **Zsigmond Vivien**



www.budaorshandball.hu

f moyrabudaorshandball

@ moyrabudaorshandball

▶ Moyra-Budaörs Handball

DECATHLON | ATORKA

**KÉZILABDA CIPŐ
H900**

24 990^{FT}



(KI)VÁLOGATOTT UTÁNPÓTLÁS ABC



Debreczeni Lora

Bekerült az MKSZ Tehetséggondozó Programjába.

Fekete Luca

A női serdülő válogatott második körös kiválasztójában folytathatja tavasszal.



Mészáros Vince

Meghívót kapott a férfi ifjúsági válogatott összetartására.

Pelle Bettina

A női ifjúsági strandkézilabda válogatott 16 fős őszi keretének tagja.



Puskás Milán

A férfi ifjúsági strandkézilabda válogatott utazó keretének tagja, de sajnos a világversenyt elhasztották.

Szép Nóra Viktória

A női serdülő válogatott második körös kiválasztójában folytathatja tavasszal.

Az őszi folyamán közel 50 alkalommal, több száz fős elérettel közvetítettünk élőben kézilabda utánpótlás mérkőzéseket és tornákat a Budaörsi Sportcsarnokból. Hivatalos YouTube csatornánkon mindez visszaneézhető!

You Tube



TÉLAPÓ HAGYOMÁNY



Idén is nagyon jók voltak a Moyra-Budaörs Handball utánpótlás játékosai! A Télapó szorgos kezű budaörsi segítői a Mohács elleni győzelem után becsülettel elvégezték az utolsó simításokat a csomagokon. Hagyomány, hogy a felnőtt csapat játékosai saját kezűleg csomagolnak az utánpótlás alakulatoknak.

KÖSZÖNJÜK!



Moyra



Budaörs Város Önkormányzata



Impresszum

Felelős kiadó: Budaörsi Kézilabda Sport Nonprofit Kft. - Szerkesztő, design, nyomdai előkészítés: Rédl Dávid
Nyomdai kivitelezés: Dicentra Reklámstúdió és Digitális nyomda - Fotó: Pozsonyi Roland, Dublinszki Dóra, Vörös Ádám
Megjelenik 1000 példányban 2021. januárjában. Lapzártá: 2020. december 22.

info@budaorshandball.hu