

Immunerősítő küzdősport tábor Bakonszegen

Idén kicsit nehezebben indult el a hagyományos bakonszegi ifjúsági sporttáborunk. A szervezés megkezdésekor még javában dúlt a pandémia 3. hulláma, de mi bízva a nyár és a vírushelyzet jobbá fordulásában, meghirdettük. A célja változatlan, a NAV és Pénzügyőr SE gyermekek részére egy csodás hetet biztosítani a sport és a mozgás égisze alatt, főtematikája a küzdősportok bemutatása, az alapok begyakorlása volt.

Viharos kezdés után zuhogó esőben július 19-én reggel a Kőér utcai sporttelepről indultunk, hogy csatlakozzunk az üdülőfaluba érkezőkhöz. A gyermekek fogadása és a szállás kiosztása után, egy rövid eligazításon ismertettük a tábori szabályrendszert és mutatkoztunk be egymásnak.

Délután már edzést is tartottunk, bemutatva az ökölvívás alapüvéseit, amit a gyerkőcök védőpajzs segítségével kipróbálhattak, pár sportág-specifikus gyakorlattal, az edzők segítségével. A finom vacsorát követően, szabadidő következett, amit bár az eső meg-meg zavart, de ez nem vette el kedvünket. A tábortűz kialvása után, 22 órakor a táborlakók nyugovóra tértek.

Másnap, a reggeli zenés ébresztő után, mindenki megjelent a testélesztő futásra, bár még nem tudtak időben és pontosan felkelni. A pontosság és a fegyelem, az egymás iránti tisztelet, alapvető elvárás volt az egész tábor alatt, ami hamar kialakult. Megjegyzem, a napi reggeli rutin része volt még a lázmérés, mint múlt évben.

A reggeli futás jó szolgálatot tett az egésznapos fittséghez. A reggeli után a szobarend ellenőrzést sem hagytuk ki, meghirdettük a legszebb szoba lakói címet is.

Délelőtt a Kihelyezett Intézkedéstaktikai Osztály munkatársai tartottak egy érdekes (kényszerítő) eszközbemutatót és szolgálati intézkedés közbeni eljárásokat mutattak be, Erdei László kollega, egyben 3. danos Karatemester vezényletével. A bemutatóban tevékenyen bevonták a gyermekeket is.

Ebédet követően, megtisztelt minket Szél Gábor Wing Tsun Kung Fu mester és egyik tanítványa. Egy látványos bemutatót tartottak, a fogásokat a gyermekek egymáson is kipróbálhatták, felügyelet mellett. Igazán érdekes esemény volt a katonai kiképzésben, és a NAV speciális egységénél is szerepet kapó harcművészet, Kelet-Európa legautentikusabb képviselőjétől. Késő délután elkezdtek az asztali sportok selejtezőit, csocsó, pingpong. Ezután kiválasztottuk a Járőrszereny csapatkapitányait. A kapitányok saját csapatot választottak és nevet adtak maguknak. Csapatok és vezetőik: Nyeroőktőnzők (Erik), Bátor bohócok (Jázmin), Menő manók (Kitti), Bolond gombák (Niki).

A vacsora után a Tűzmesterünk és Séfünk, András jóvöltából már lobogott a láng, minden táborlakó egy-egy jégfagyival telepedett köré. A tábortűz mellett elkezdtek tanulni az idei tábor dalt, „Legyetek jók, ha tudtok...”. Ezután más dalok is előkerültek.

Másnap reggel a napi rutint követően, mindenki PSE feliratú és címeres pólót kapott, ezzel is emlékezve majd a táborra, az élményekre és a sportegyesületre.

Délelőtt megérkezett Karacs Zsolt, a BEVIG Fegyverzeti Osztályáról. A szabályismertető után elkezdődhetett a lépuska lövészverseny. Volt egyéni verseny és a járőrszereny egyik állomásaként is szerepelt a lövészet, mivel aznap indult a járőrszereny is.

A gyermekek először próbálóvéseket adtak le, majd kezdődött az „éles” lövészet. A lölapok kiértékelése után a legjobbak érmet és oklevelet vehettek át, illetve a csapatversenybe is beszámoltuk. A járőrszereny többi állomása is nagyon érdekes volt, például gépjármű elhúzás, csomózástechnika, zenei, labdás és ügyességi próbák. Számomra a legemlékezetesebb, az erőnléti állomás, ahol fizikai felmérést végeztük, itt mindenki erőn felül teljesítette az 1 perc alatti guggolás, és fekvőtámasz követelményeket. Csúcsok: fekvőtámasz 47, guggolás 53. Itt volt legjobban tetten érhető a csapatszellem kialakulása. Az eredményhirdetésekor a csapatkapitányok oklevelet kaptak, a tagok csokoládét, üdítőt is. A délutáni szabadidőben a pingpong és a csocsó döntői zajlottak. Vacsora után mindenki kapott egy hűsítő jégkrémet, és újra kezdetét vette a tábortűz melletti daltanulás és a játék.

Immunerősítő küzdősport tábor Bakonszegen

Mínthogy idén a „Szentlámpás bogarak” rajzása Bakonszegen volt, és ez csak éjjel látható, így egy túrát szerveztünk az eseményre. 22 órakor indultunk el felfedezni a „bogarak” lelőhelyét. Erik már az út elején talált több Szentjánosbogarat, de mi a rokonfajokat kerestük, amit egy jó félóra gyalogtúra után, egy elhagyatott tisztáson megtaláltuk. Mint kiderült a „Szentlámpás bogarak”, NAV címerrel ellátott zseblámpák voltak, és ebből mindenkinek jutott. Visszafelé hallgatva az éjjeli neszeket és nézve az égbolt csillagait elmondható, hogy egy élvezetes éjjeli túrán vettünk részt.

Csütörtökön reggeli után strandra mentünk, többször fordulva a járművekkel. A strandon mindenki kapott egy-egy csokoládét, hogy ezzel és a vizes élménnyel regenerálja a hét fáradalmait. Délkörül elindultunk vissza a táborig. Ebéd után a felnőtt csapat elkezdte a bográcsgulyás előkészítést és a délutáni edzésre való felkészülést. Az edzés ökölvívásból, erősítésből, és technikai feladatokból állt, 3 csoportra osztva a gyermekeket. Edzés előtt bemelegítés gyanánt, futball és kosárlabda mérkőzésekkel hangolódunk rá a mozgásra.

Mielőtt elkészült volna az esti bográcsgulyás, a táborlakók között tombolát sorsoltunk. A tombolákhoz az egész hét alatt a tábor életében való közreműködés, szereplés által lehetett hozzájutni, de mindenki nyert valamit. Ekkor adtuk át a csocsó és pingpong versenyek helyezettjeinek az érmeiket, okleveleket, valamint csokikat a legszebb szoba lakóinak, a legnépszerűbb és legvidámabb táborlakóknak járó elismeréseket.

Az ízletes bográcsgulyást és lekváros fánkocokat, nagyon jó hangulatban fogyasztottuk el, és a táborútnál, már mindenki el tudta énekelni a tábordalt.

Másnap reggel a testébresztést kicsit lazábbra vettük, mert délelőtt tartottuk meg az utolsó versenyt, azaz az össznépi futást. A beosztása a táborvezetőség és a gyermekek mozgásigényének feltérképezése után, rövid- és hosszabb távra szorítkozott. Rövid, 2 km, hosszú, 4 km. A futóversenyt mindenki kiválóan teljesítette, még az utolsó méterekben is küzdöttek. A szabadidő és a felturbózott ebéd után a táborzáró ceremónia következett, ahol minden résztvevő oklevelet és érmet vehetett át, illetve a táborban lévő felnőttek is elismerést kaptak. Továbbiakban kötetlen szabadidős játékokkal telt az idő, míg meg nem érkeztek a szülők.

Idén is elmondható, hogy a tábor kisebb fennakadásokkal - amit végül sikeresen megoldottunk -, teljesítette feladatát és felejthetetlen élményeket szerzett a résztvevőknek. Idén nem emelnék ki külön senkit, mert olyan egység volt, hogy így az igazságos, A CSAPAT.

Valamennyi érintett nevében köszönöm a támogatók munkáját, a Testület és a Sportegyesület támogatását és egyben gratulálok minden táborlakónak!

Kérem, tartsuk meg ezt a lángot és ne engedjük, hogy elveszenek értékeink és a mozgásba vetett hitünk!

Budapest, 2021. augusztus 17.

Zachár Attila s.k
szakosztályvezető

(Csapatfotó csatolva, illetve a többi a Facebook/Boxteam & Combatsport of PSE csoportban lesz látható)