



## Nullpont Kulturális Egyesület

Székhely: 4032 Debrecen, Egyetem tér 1.

Postacím: 4010 Debrecen, Pf. 25.

E-mail: [nullpont@gmail.com](mailto:nullpont@gmail.com)

Felnőttképzési engedélyszám: E-001674/2017



### A jó gyakorlat elnevezése: **A mozgás összeköt – Székelyudvarhelyen**

*Az esetet lejegyezte: Dr. Dósa Zoltán*

#### **A jó gyakorlat kiválasztási szempontjai**

Manapság tapasztalható, hogy az emberek kortól függetlenül komolyabb figyelmet szentelnek fizikai erőnlétük, fittségük és egészségük konzerválására, némely mozgásforma tömeges méreteket ölt, és ezek közül talán a futás a legnépszerűbb. Ez esetben a jó gyakorlat a sport kohéziós erejére világít rá, és arra, hogy miként épül melléje hasonló irányultságú szervezetek hálózata.

#### **A szervezet(ek) / személy(ek), amely(ek)hez / aki(k)hez köthető a jó gyakorlat**

„Feel Good” Sportegyesület Székelyudvarhely/AsociataSportiva „Feel Good” OdorheiuSecuiesc. Székelyudvarhelyen működő szervezet, ahol a lakosság számára (36.000 lélek) mérten igen sok sportegyesület működik, illetve a diákok számára sportiskola is funkcionál. A legkiemelkedőbbek ezek közül a futball, teremfutball, kézilabda, floorball, bowling, súlyemelés, asztalitenisz és atlétika. A Feel Good Sportegyesület teljesen amatőr kezdeményezés, Ilyés Sándor Lóránd nevéhez fűződik a megalapítása, aki terepfutókat kezdett toborozni a hobbi mentén, és így 2012-ben megalapították az egyesületet további 5 személlyel. Jelenleg az egyesületnek 75 aktív tagja van.

#### **A jó gyakorlat érdekeltjei**

A Feel Good Sportegyesület kezdeményezései elsősorban az amatőr sportolókat (futókat) érdekli, de mára az egyesületen belül kinőtte magát egy olyan mag, amelyik versenyszerűen űzi hobbiját, és teljesítménysportként élük meg az efajta mozgást. Ezenkívül megfigyelhető, hogy magához vonzotta a hasonló jellegű szervezetek tagságát is, így igen jól együttműködnek az Erdélyi Kárpát Egyesület székelyudvarhelyi fiókszervezetével, akik hegyi túrákat szerveznek a természetkedvelők számára, a Szekler Teker Egyesülettel, akik a kerékpározást és a kerékpáros kirándulást népszerűsítik, de ebből az egyesületből nőtte ki magát egy olyan kis csapat, akik a Spartan Race extrém akadályfutások rendszeres résztvevői. A tagságot sokszínűség jellemzi, korban, foglalkozásban és természetesen fizikai erőnlétben is, hiszen a térség lakói közül sokszor gyermekkorúak, felnőttek és idősek együtt



## Nullpont Kulturális Egyesület

Székhely: 4032 Debrecen, Egyetem tér 1.

Postacím: 4010 Debrecen, Pf. 25.

E-mail: [nullpont@gmail.com](mailto:nullpont@gmail.com)

Felnőttképzési engedélyszám: E-001674/2017



mozognak. Az egyesület támogatói, illetve finanszírozói sok esetben a tagság, akik felajánlhatnak összegeket, illetve rendszeresen pályáznak a város költségvetéséből ilyen célra felkínált összegekre is.

### A jó gyakorlat célja, tevékenységei

Az egyesület nagy hangsúlyt fektet a természetben üzhető mozgásformák, a szabadidősport népszerűsítésére és gyakorlására, amely számtalan pozitív hatással bír úgy az egyén, mint a közösség számára. Kiemelt figyelmet fordít a futást népszerűsítő programjaikon keresztül a székelyudvarhelyi futóközösség kialakítására és bővítésére. Szabadtéri mozgalmakkal, sportrendezvények szervezésével tudatosítja az egészséges, aktív életforma fontosságát Udvarhelyszéken, ezáltal lényeges szerepet tölt be a közösségformálásban, a családi és társadalmi kötelek erősítésében, kulturált szabadidő-eltöltési, szórakozási, kikapcsolódási lehetőséget biztosítva az egyének számára. Az egyesület 2012-ben élesztette újjá a Tihádár Emlékfutást, amely 9 évnyi szünet után most már minden év őszén kerül megrendezésre a székelyudvarhelyi Jézus Szíve kápolna és Szarkakő útvonalon. 2013-ban első alkalommal szervezte meg a Hargita TrailRunning országos szintű terepfutó versenyt (a KUNN Racing Sportegyesülettel partnerségben), amelyet a továbbiakban minden év augusztusában szervezünk a Hargitafüredő és Madarasi Hargita térségében. 2013-ban Székelyudvarhelyen „úttörökként” indították útjára a nagyon hamar nagy népszerűségnek örvendő „Mozdulj ki velünk! Közösségi futás” programot, amelyeket az időjárási viszonyok függvényében kéthetente szervezünk a közeli erdős, dombos területeken, legtöbbször 40-50 résztvevővel. Fontosnak tartja a kapcsolatok ápolását és folyamatos bővítését helyi és országos szintű egyesületekkel, civil szervezetekkel, tapasztalatcsere és kölcsönös segítségnyújtás céljából, közös projektek megvalósítása érdekében. Ugyanakkor az önkéntesség fontosságának és előnyeinek a tudatosítását is kiemeli. Önkéntesek bevonásával szervezik az egyesület projektjeit, és tagjaikatis aktív önkéntes szerepvállalás jellemzi a helyi érdekeltsgű programok és projektek megvalósításában. Az egyesület saját sportolóit támogatja különböző helyi, országos, és nemzetközi szintű versenyeken való részvételben.





## Nullpont Kulturális Egyesület

Székhely: 4032 Debrecen, Egyetem tér 1.

Postacím: 4010 Debrecen, Pf. 25.

E-mail: [nullpont@gmail.com](mailto:nullpont@gmail.com)

Felnőttképzési engedélyszám: E-001674/2017



### A jó gyakorlat által érintett terület(ek)

A szélesen értelmezett kulturális tanulás és ezen belül a sport területe, a közösségi tanulás jelenik meg jellemzően a jó gyakorlatban. A gyakorlat működésének fontos feltétele a szereplők folyamatos és jó együttműködése, az önkéntes szerepvállalás, ennek kialakítása és fenntartása is.

### A jó gyakorlat területi hatóköre

A Feel Good Sportegyesület által szervezett események elsősorban Székelyudvarhely környéki embereket vonzanak, de sokan részt vesznek Hargita megyéből is, sőt, van olyan éves rendszerességgel szervezett versenye (Hargita Trail néven), ami országos eseménynek számít. Ezen kívül az egyesület által szervezett táborok meghívottjai és résztvevőinek csekély hányada is távolabbi területekről vannak, nemritkán anyaországiak.

### A jó gyakorlathoz szükséges feltételek (humán, pénzügyi, technikai)

Az egyesület eseményeink nagyrésze közösségi futás, ezek mintegy kéthetente zajlanak a környéken, ezekhez a humán, technikai és pénzügyi feltételeket a tagság és résztvevők fedezik, magyarul, ami kis költségvetésű azt mindenmi saját maga finanszírozza, a nagyobb léptékű rendezvények esetén a pályázati források, részvételi díjak és tagsági díjak fedezik a kiadásokat, illetve a szervezési munka fontos eleme az önkéntesség, tehát a humán és technikai lebonyolítás jó része ezen alapul.

### A jó gyakorlat eredményei, rövid, közép és hosszú távú hatása

A sportegyesület a „Mozdulj ki velünk! Közösségi futás” programja révén Székelyudvarhelyen kialakult egy olyan egészséges futóközösség, amely dinamikusan fejlődik, és amelyhez szívesen csatlakoznak az újabb tagok. Az egyesület sportolói rendszeresen vesznek részt országos és nemzetközi szintű terepfutó, terepkerékpár, duatlon és triatlon versenyeken, amelyeken rendszerint dobogós helyezést érnek el. Figyelemre méltó, amint az egyesület életbe léptetése óta milyen sokan érzik szívügyüknek a közösségi futást, ahol barátságok, kapcsolatok alakultak, és nagyon sokan (több tíz személy) bevonódnak hasonló jellegű kezdeményezésekbe, önkéntességbe.





## Nullpont Kulturális Egyesület

Székhely: 4032 Debrecen, Egyetem tér 1.

Postacím: 4010 Debrecen, Pf. 25.

E-mail: [nullpont@gmail.com](mailto:nullpont@gmail.com)

Felnttkepzési engedélyszám: E-001674/2017



### A jó gyakorlat fenntarthatósága

A kis költségvetésű és kevés szervezőmunkát igénylő események, mint amilyenek a közösségi futások viszonylag könnyen fenntarthatónak minősülnek, és ezek iránti igény életben is tartja a kezdeményezéseket már. A nagyon méretű és több szervezést igénylő események kapcsán pedig pályázati források felkutatása a prioritás, de észrevételeim szerint pontosan körvonalazódott az a néhány fontos esemény, ami mellett a Feel Good Sportegyesület elkötelezte magát és bejáratta a szervezés-finanszírozás-kivitelezés folyamatot. A fenntarthatóság érdekében talán érdemes lenne a főszervezői munkát több kisebb szervezői csoportra bontani.

### A jó gyakorlat adaptálhatósága

A jó gyakorlat ez esetben igencsak könnyen adaptálható, amire a térségben van is példa, ezt talán az is magyarázza a legjobban, hogy egy hobbi mentén megvalósuló szervezetben kellően motiváltak az emberek a részvételben és szervezésben is, illetve igen könnyen megvalósítható a feed-back, sok sikerélményt biztosít. A népszerűsítés és ezen túl az adaptálhatóság nagyon fontos eleme, hogy az egyesület minden eseményét a közösségi oldalakon keresztül követni és értékelni lehet.

