

1. Judo club Baník Ostrava, z.s.



PŘEKRAČUJEME HRANICE
PRZEKRACZAMY GRANICE
2014—2020



EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO

Zpráva trenéra z VT Żywiec 2018

Financováno z projektu: "Judo spojuje pohraničí" CZ.11.4.120/0.0/0.0/15_006/0000067

V termínu 15.8. - 26. 8. 2018 se konal další společný projekt EU, ve kterém spolupracují kluby Źelezo Hranice, AZS Opole, Polonia Rybnik a 1. Judo club Baník Ostrava. Tentokrátě jsme se v rámci projektu sešli na společné 11ti denní soustředění v polském Żywci.

Z našeho klubu se účastnilo 25 sportovců, kteří jsou začleněni v projektu a dva treněři našeho klubu- Roman Martínek a Dušan Koza.

Program byl od počátku velmi náročný. Denně jsme se scházeli na tatami na společném tréninku judo, kde jsme pracovali na vychylování soupeře, osobní technice a v neposlední řadě na zlepšení způsobu vedení boje, pomocí mnoha randori.

Během campu nedošlo k žádnému vážnému zranění, což je vždy velmi pozitivní zpráva, která vždy velmi potěší, jelikož příprava všech účastněných může dále směle pokračovat dle jednotlivých tréninkových plánů.

V závěru mi dovoluete konstatovat, že náplň a myšlenka projektu EU“ Judo spojuje pohraničí“, byla vyčerpána beze zbytku.

V Ostravě: 27. 8. 2018 zpracoval: Dušan Koza

J. Misky 71/11, Ostrava 30, 700 30
IČO: 27015891
DIČ: CZ27015891

č.ú. 1659796339/0800
www.ljcbo.cz
info@ljcbo.cz