



# *1. Judo club Baník Ostrava z.s.*

## ZPRÁVA TRENÉRA

### **VT Bílá -Květen**

**Kdy:** 4.- 8.5. 2018

**Kde:** Beskydy

**Zodpovědný trenér:** Boháčová M.,

**Trenéři:** Holý M., Huvar J.

#### **Obsah:**

Na víkendové soustředění do Beskyd se sjelo 20 závodníků mladšího žactva z 1.JCBO. Soustředění se uskutečnilo o prodlouženém víkendu během druhého květnového svátku a náplní byla kondice v přírodě a techniky aši waza a přechody v ne waze. Zaměřili jsme se na tandoku renšu, širokou škálu aši wazy, hody O uči gari a v ne waze na šáhnutí a hadici v různých modifikacích. Skupinu tvořily děti ze Sarezy, Hrabůvky, Poruby a K 15.

Děti vytvořily skvělou skupinu, která makala na plné obrátky...

Těším se na další pobyt na podzim či začátkem zimy, kde se zaměříme na teambuilding a zapojíme do hry i ročníky 2008.

**V Ostravě:** Michaela Boháčová



# 1. Judo club Baník Ostrava z.s.

## Sponzoři našeho klubu

